

Erfolgsfaktor mentale Stärke

Mentaltraining zur Steigerung der Kompetenz, speziell für Außendienstverkäufer, Manager und Führungskräfte

Redaktion: Mag. Nicole Gerfertz

Was macht einige Spitzensportler erfolgreicher als andere? Top in Technik und Kondition sind doch viele? Der Unterschied liegt in der mentalen Stärke. Im Business wird mentale Stärke (noch) wenig beachtet. Wer jedoch bei der Mitarbeiterentwicklung auf Mentaltraining setzt, kann sich Vorteile in der Performance verschaffen. Der langjährige Pharmaprofi Dr. Marcus Täuber bietet Mentaltraining speziell für Außendienstverkäufer, Manager und Führungskräfte an. Wir haben mit ihm über das neuartige Konzept gesprochen.

Was genau lässt sich damit verbessern?

Zunächst zeigt Mentaltraining einen Ausweg aus der Stressspirale. Weniger Stress und mehr Performance gehen Hand in Hand. In den Trainings lernen wir schwierige Situationen zu entstressen, entwickeln mehr Resilienz und neue Energie. Durch Präsenzübungen können wir gezielt die Kommunikation vertiefen. Techniken, die die Scheu vor dem Abschluss nehmen und einen selbstsicheren Auftritt maximieren, erhöhen die Abschlussstärke. Besonders wichtig: Mentaltraining wirkt nachhaltig. Ich biete jetzt selber die Trainings an, die ich mir als Chef für mein Team immer gewünscht hätte.

Haben Sie ein Beispiel für eine Mentaltechnik?

Ein einfaches Beispiel ist das „Power Posing“. Studien der Sozialpsychologin Amy Cuddy zeigen, dass nach zwei Minuten Siegerpose mehr Testosteron und weniger Kortisol im Körper nachgewiesen werden können. Das geht mit mehr Durchsetzungskraft und weniger Stress einher. In simulierten Bewerbungsgesprächen konnte gezeigt werden, dass die Probanden mit „Power Posing“ signifikant besser bewertet wurden als die Kontrollgruppe. Diese Technik ist simpel, aber sehr effektiv.

Was bieten Sie noch an?

Das Interesse an Mentaltrainings ist groß. Allerdings haben natürlich auch klassische Business Coachings einen steigenden Stellenwert. Als Business Coach unterstütze ich Sales- und Marketingmitarbeiter, z.B. bei der Entwicklung von Key-Account-Plänen oder wenn es um integrierte Multichannel-Kampagnen geht. Außerdem können mich Unternehmen als Interimsmanager buchen, wenn gerade Not am Mann ist, z.B. bei Launches oder Turnarounds. Der Vorteil: Ausmaß und Dauer der Unterstützung können auf den jeweiligen Bedarf zugeschnitten werden, das Investment ist genau kalkulierbar. Interimsmanagement wird in der Branche immer gefragter. ■

Vielen Dank für das Gespräch!

* Mehr Infos sowie die Studie „Herausforderungen im Pharma-Außendienst“ erhalten Sie auf www.tauberconsulting.at bzw. per E-Mail: tae.ber@tauber-consulting.at.

”

8 von 10 Pharmareferenten möchten ein Mentaltraining ausprobieren.

“

Dr. Marcus Täuber

PHARMAustria: Was genau ist Mentaltraining?

Dr. Marcus Täuber: Es geht um mentale Techniken, die das Denken und Handeln optimieren. Dazu gehören Entspannungstechniken, Visualisierungen und Motivationsübungen. Studien belegen beispielsweise, dass Basketballer mit Mentaltraining eine höhere Trefferquote aufweisen oder Chirurgen bessere Leistungen bei Gallenblasenoperationen erzielen. Auch im Business sind der Umgang mit Stress und kritischen Situationen sowie Spitzenleistungen große Themen.

Wie sind Sie dazu gekommen?

Vor meiner Pharmakarriere war ich Hirnforscher, fasziniert von den Ursachen des Verhaltens. Nach meiner Ausbildung zum Mentaltrainer habe ich Pharmareferenten an der Donau-Universität Krems Mentaltraining vorgestellt. Das Feedback war so überwältigend, dass ich beschloss, Trainings anzubieten. Ich habe eine österreichweite Befragung von Außendienstmitarbeitern zu „Herausforderungen im Außendienst“ durchgeführt.* Mentaltraining war darin die Nummer eins unter den Trainings, die Außendienstmitarbeiter als sinnvoll erachten, weit vor Verkaufstrainings, Rhetorik, Körpersprache oder Präsentationstechnik.



täuberconsulting
bewusst erfolgreich

Dr. Marcus Täuber ist promovierter Neurobiologe, diplomierter Mentaltrainer und weist eine langjährige Erfolgsgeschichte in der Pharmaindustrie auf. Seit Kurzem bietet er Mentaltrainings, Business Coachings und Interimsmanagement an.