

Der Stärken-Code

Stuttgart (sh/kv) Frank Rebmann ist als zertifizierter Führungskräftetrainer, Speaker, Business Coach und Berater seit rund 20 Jahren Profi in der Entwicklung von Führungskräften und Mitarbeitern. Als Master-Trainer hat er seit 2008 über 300 Trainer und Coaches selbst ausgebildet. Aus seiner langjährigen Praxis als Geschäftsführer eines mittelständischen Unternehmens und als Training Director für die deutsche Niederlassung des weltweit größten Trainings- und Beratungsunternehmens hat Frank Rebmann vielfältige Erfahrungen aus dem Business.

Akademisch ausgebildet in Rhetorik, Philosophie und Psychologie an der Universität Tübingen verfügt Frank Rebmann über ein großes Fachwissen, das er gekonnt in seine Vorträge, Seminare und Beratungen einfließen lässt. Jetzt ist er auch als Speaker für KernImpuls unterwegs und hat uns einige Sachen im Interview zum „Stärken-Code“ verraten.

Was ist eigentlich ein „Stärken-Code“, was muss man sich darunter vorstellen? Der „Stärken-Code“ ist eine Erkenntnismöglichkeit für Mitarbeiter oder Führungskräfte



Frank Rebmann
Der Stärken-Code: Die eigenen Talente entschlüsseln, anerkennen und weiterentwickeln
 ISBN 978-3-593-50736-1 | € 16,95 (D)

Zahlreiche Bücher geben Managern Instrumente an die Hand, um Persönlichkeitsprofile ihrer Mitarbeiter zu erarbeiten. Der Stärkentrainer Frank Rebmann liefert jetzt das entsprechende Buch für Mitarbeiter, die von sich aus wissen möchten, wo ihre Talente liegen und wie sie diese zu Stärken machen. Und er bleibt dort nicht stehen: Mit dem von ihm entwickelten, wissenschaftlich fundierten und praxiserprobten Selbsttest findet man heraus, welches die eigenen Talente sind, wie man sie zu Stärken entwickelt und wie man mit diesem Wissen das Gespräch mit dem Vorgesetzten sucht und gemeinsam Möglichkeiten findet, die Stärken bestmöglich im Beruf einzusetzen.

„Mit diesem Buch halten Sie den Schlüssel zu Ihren Stärken in der Hand. Es wird auch Ihr Leben bereichern und verändern!“ Leo Martin, Ex-Geheimagent

um herauszufinden wo ihre besonderen Stärken liegen. Er unterteilt sich in fünf verschiedene Stärken-Bereiche, von denen jeder von uns alle besitzt. Der Unterschied ist nur, das sie bei jedem anders ausgeprägt sind und je nach Verhältnis hat dadurch jeder einen anderen Code.

Was ist in ihren Augen eine Stärke, definieren Sie das nach Kraft?

Die Stärke ist in meinen Augen einer der missverstandenen Begriffe überhaupt. Oft wird Stärke mit einem Können gleichgesetzt, im Sinne von: ich kann Dinge sehr gut. Das ist leider nicht die Definition. Eine Stärke hat mindestens drei Aspekte. Erstens: Wenn ich eine Stärke bei einer Tätigkeit einsetze, gehen mir die Dinge leicht von der Hand. Zweitens: Wenn ich sie einsetze, dann bin ich intrinsisch motiviert. Das heißt, ich habe Lust darauf und freue mich diese Dinge zu machen. Und drittens: Ich erziele sehr gute Ergebnisse dabei.

„Wer motiviert an seine Arbeit geht, wird bessere Ergebnisse erzielen, arbeitet effektiver und ist psychisch und körperlich weniger belastet.“

Ist ein selbstbewusster Mensch auch gleichzeitig ein sehr starker Mensch?

Es ist tatsächlich interessant, das Menschen, die ein gutes Selbstbewusstsein haben,

oft eher dazu in der Lage sind eigene Stärken anzuerkennen. Es ist sehr wichtig, dass Menschen ihre eigenen Stärken anerkennen, sonst bringt all das, was ich als Coach oder Trainer mache gar nichts.

„Seit vielen Jahren wissen wir, dass Talente nicht einfach bloß mehr Geld verdienen wollen.“

Wie stark muss man Stärken trainieren?

Die Stärken werden meistens viel zu wenig trainiert. Es gibt viele wissenschaftliche Studien, die mit über 2 Mio. Mitarbeitern über 20 Jahre hinweg durchgeführt wurden. Diese belegen, wenn die Stärken weiterentwickelt werden, liegt die Produktionssteigerung bei knapp 20 Prozent und die Leistungssteigerung sogar bei ca. 30 Prozent. Das ist in Deutschland alles irgendwie noch nicht so publik und wird daher auch leider noch nicht so gelebt.

Ist das ein deutsches Phänomen?

Es ist nicht nur ein deutsches Phänomen, Stärkenforschung wird weltweit betrieben. Und es stellt sich immer überall heraus, dass die Menschen eher auf ihre Schwächen schauen und versuchen diese ohne große Erfolge auszubessern, statt auf ihre Stärken zu schauen und diese weiter auszubauen. Im europäischen und speziell im deutschen Raum ist das nur besonders intensiv ausgeprägt.

Warum klagen so viele Menschen immer über ihre Schwächen?

Das ist sehr einfach. Wenn wir unsere Stärken einsetzen, gehen uns die Dinge leicht von der Hand. Das bedeutet, wir denken einfach unkomplizierter und müssen uns weniger anstrengen. Das fällt uns nicht auf, weil es fast wie von selbst geht. An unseren Schwächen hingegen nehmen wir ohne Ausnahme alle sofort Anstoß. Weil uns eher auffällt wenn etwas nicht so gut geht oder es uns schwer fällt bei manchen Dingen genauso einfach voranzukommen.

Schwächen sind übertriebene Stärken, was meinen Sie damit?

Schwächen gibt es letztlich sechs verschiedene Arten und zwei Grundformen. Es gibt Menschen, die z.B. so detailliert arbeiten, dass diese Stärke schon wieder eine Schwäche wird, weil sie es übertreiben und so wieder mehr Zeit benötigt.



Frank Rebmann
 KernImpuls Speaker,
 Führungskräftetrainer und Business Coach

Hier sehen Sie das ganze Interview mit Frank Rebmann

