



Herken je TALENT

Mensen die hun talenten inzetten hebben meer zelfvertrouwen en zijn succesvoller. Maar hoe herken je deze aangeboren gaven en hoe zet je ze in?

Productie MARLIES JANSEN Illustratie SJOUKJE BIERMA

Sporten op topniveau. Met twee vingers in de neus een website bouwen. Levensechte portretten schilderen. Wat talent precies is, daar hebben we zo onze ideeën over. Vooral dat het iets bijzonders is, iets groots en unieks. Magisch en ongrijpbaar. Natuurlijk, met een bepaalde aanleg heb je een voorsprong op anderen, je ontwikkelt je op dat terrein makkelijker en sneller en hebt (of krijgt!) fingerspitzengefühl. Maar dat hoeft niet iets te zijn waarmee je het Guinness Book of Records haalt, of een gouden medaille. Het zijn vooral de meer alledaagse begaafdheden die ons zo goed van pas komen. In ons werk, bij het opvoeden van de

boost kan geven als we ze effectief inzetten. “Dan doe je de dingen met bezieling en gedrevenheid, in plaats van puur op wilskracht of vanuit ego-drijfveren. Dat geeft energie en kracht, en alles gaat veel soepeler. Andere mensen voelen die kracht ook en zullen je eerder inhuren of een baan aanbieden”, zegt Serra. Mensen die hun aangeboren gaven inzetten, zijn gelukkiger, productiever én verdienen meer.

Talent, ik?

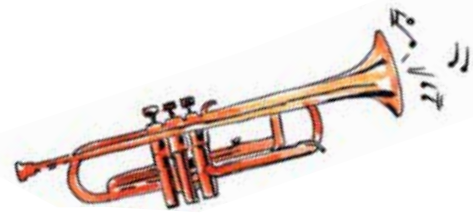
Dat klinkt prachtig, maar niet bij iedereen ligt het talent voor het grijpen, toch? Serra lacht: “Met name vrouwen onderschatten zichzelf. Ze denken dat anderen barsten van de mogelijkheden, en zij nergens echt goed in zijn. Maar talenten hebben we >

We zijn ons vaak
amper bewust van onze
sterke kanten

kinderen of in contacten met anderen bijvoorbeeld. “Misschien ben jij wel goed in organiseren of maak je gemakkelijk een praatje met iedereen”, legt talentcoach Mariella Serra van Serracoaching uit. “Of ben je goed in projecten initiëren of juist beter in het praktisch uitvoeren van plannen.” Talenten zijn dus meer een bepaalde manier van doen, denken en voelen dan vaardigheden die je kunt leren, zoals het bouwen maken van een website. Meestal zijn we ons amper bewust van deze sterke kanten, terwijl het ons leven wél een enorme

Muriel

“Samen met mijn man heb ik een winkel in vintage kleding en een webwinkel met vintage hoeden. Als ik inkopen doe, kan ik aan de stoffen voelen uit welke periode ze komen en of dit interessant is voor onze bedrijven. Dit kan ik bijna blind en ik heb het idee dat ik deze vorm van tastzin door de jaren heen extra heb ontwikkeld doordat ik als kind wilde verbergen dat mijn ogen steeds slechter werden.”



ALS JE DOET WAT BIJ JE PAST, KRIJG JE ENERGIE EN ZELFVERTROUWEN

allemaal. Sterker nog, de kans is groot dat je ze allang benut.”

Driekwart van wat mensen als zwakke punten ervaren, zijn namelijk talenten. Empathisch of gevoelig zijn bijvoorbeeld, of heel prestatiegericht. Serra: “Als mensen daardoor in de problemen komen, worden hun talenten wel ingezet, maar niet op de juiste manier. De kraan is als het ware te ver opengedraaid.”

Als je doorschiet in prestatiegerichtheid omdat je denkt alleen iets te bereiken door bezig te zijn, kun je burn-out raken, of contact met de mensen in je omgeving verliezen doordat je je te veel op bepaalde doelen richt. En mensen die al te empathisch zijn, zijn zo bezig met wat anderen voelen, dat ze voorbijgaan aan waar ze zelf staan. Ze kunnen dan het gevoel krijgen dat anderen hun niet de ruimte geven om zichzelf te zijn.

Er is nog een reden waarom mensen kunnen vastlopen in hun loopbaan, terwijl ze toch echt ooit een vak kozen dat bij hen leek te passen. Serra: “Vaak worden aangeleerde talenten of competenties ingezet. Iemand kan zich bijvoorbeeld goed aanpassen omdat ze dat heeft geleerd in het gezin waarin ze opgroeide, terwijl een meer aansturende rol haar van nature beter past. Of een empathische, terwijl

daar vroeger geen ruimte voor was.”

Deze aangeleerde vaardigheden zijn geen echte talenten. Ze gaan mensen niet per definitie makkelijk af en energie geven, dat doen ze op termijn al helemaal niet meer.

Vragenuurtje

Om je ware talent te vinden, helpt het jezelf een aantal vragen te stellen. “Zoals: wat is jouw *flow*-moment? Waar haal je op een gemiddelde werkdag de meeste energie uit? En is dat iets waar je blij van wordt? Waar je lol in hebt?”, vraagt Serra. “Of: welke problemen vind je leuk om op te lossen?” Ze adviseert ook om frustraties serieus te nemen. “Die vertellen je veel, dus probeer ze onder woorden te brengen. En vraag je af welk verlangen eronder zit. Welk talent is gefrustreerd?”

Wie het gevoel heeft dat anderen continu in haar nek zitten te hijgen, ergert zich daar aan omdat ze de taken op haar eigen manier wil doen. “En word je gek als je voortdurend allerlei brandjes moet blussen? Grote kans dat je veel focus hebt.”

Het effectief inzetten van je talenten, kan je leven een enorme boost geven

Een hulpmiddel bij de zoektocht naar je talent is de beroemde Clifton StrengthsFinder van het Amerikaanse bedrijf Gallup. Volgens Gallup hebben we maar liefst 34 talenten, die onderzoekers vaststelden op basis van onderzoek en twee miljoen interviews. Deze thema's zijn bijvoorbeeld Aanmoediging, Aanpassingsvermogen en Analytisch, maar ook Onpartijdigheid, Positivisme en Zelfverzekerdheid. WOO staat voor Winning Over Others, wat zoiets is als charisma, anderen voor je kunnen winnen, sociaal zijn, makkelijk contact maken met vreemden.

“Met het toepassen van StrengthsFinder gaat weleens wat mis”, waarschuwt Serra. “Veel mensen

Esther

“Mijn directeur vond mij ‘te betrokken, te emotioneel en te snel’. Dat vond ik zelf meevallen, maar toch voelde ik me geremd sinds dat commentaar. Daarom wilde ik eraan werken om meer een koele kikker te zijn. Tijdens de cursus projectmanagement die ik volgde, schreef de cursusleider opgetogen: ‘Geweldig! Je bent emotioneel!’ Ik weet nu ook dat ik emoties juist als kracht kan inzetten. Zo kan ik goed stemmingen bij medewerkers aanvoelen en daarop inhaken.”

denken: je bent je Top-5, maar dan gebruik je je talenten te eenzijdig, waardoor je overbelast raakt of vastloopt. Als je je talenten op een productieve manier wilt inzetten, kijk je naar je Top-12 of Top-15. Daarin komen meer activiteiten naar boven die je graag doet, maar die je hebt weggestopt en wilt wakker-schudden. Het gaat om de magie: hoe werkt die Top-5 samen met je andere talenten? Wat heb je nodig om te floreren?”

Wie communiceren als talent heeft, kan daar nog allerlei kanten mee op. Serra: “Je kunt spreker worden, maar ook een marketing-functie uitoefenen. Of je kunt gaan fotograferen of schrijven.” Zo kan ook een kwaliteit als empathie op totaal verschillende manieren worden ingezet. In de zorg, zeker, maar ook in het bedrijfsleven. “Voor een bedrijf is het contact met klanten belangrijk. Mensen

Met name vrouwen onderschatten zichzelf

voelen het als je authentiek en oprecht bent. Contact hebben met de klant via social media, echte verbinding is tegenwoordig belangrijker dan gelikte reclamecampagnes,” licht Serra toe. ▷

HOE ONTSTAAT TALENT?

De hersenen ontwikkelen zich het sterkst tussen ons eerste en derde levensjaar; dan worden de synapsen (verbindingen) aangelegd. Afhankelijk van vooral erfelijke factoren, maar ook van de eerste levenservaringen, worden sommige verbindingen beter uitgevoerd dan andere. Dit is te vergelijken met snelwegen en fietspaden: over een snelweg kan meer informatie met minder moeite worden vervoerd.

Bron: boldmove.nl

Zwakke punten? Werken aan je zwakke punten? Verspilde moeite, vinden steeds meer onderzoekers en psychologen. Hoewel we veel vaardigheden kunnen ontwikkelen, wordt dat knap lastig als er geen enkele aanleg op een bepaald gebied is. Als je een warhoofd bent, kun je nog zo je best doen, maar zul je in strategische functies nooit succesvol worden. En wie niet van leren houdt, kan wetenschappelijke werkzaamheden beter mijden.

LEZEN

- *Ontdek je sterke punten 2.0* door Tom Rath, Uitgeverij Spectrum.
- *Op pad met mijn talenten - ontdek, ontwikkel en benut je sterke punten* door Paul 't Mannetje, Uitgeverij Spectrum

Als mensen zich elke dag op hun sterke punten focussen, is de kans dat zij echt betrokken zijn bij hun werk, **6x** groter.

Deze personen zijn ook veel productiever, zowel persoonlijk als in teamverband.

De kans dat ze heel gelukkig zijn, is **3x** groter.

Bron: gallupstrengthscenter.com

DE KRACHTVINDER

Online tests zijn er genoeg. Een gratis test naar de Big Five (een model waarin de persoonlijkheid wordt ondergebracht in vijf karaktertrekken) vindt u op bijvoorbeeld 123test.nl/bigfive. Het invullen van de gedegen, serieuze test van Gallup (de Strengthfinder) kost € 40,- en kan via de site gallupstrengthscenter.com/dashboard/gsc/csf. Het duurt ongeveer een halfuur.



“Ik heb geen speciaal talent. Ik ben slechts nieuwsgierig”

Albert Einstein

Aniek

“Mijn talent blijkt spreken in openbaar en inspireren. Vroeger was ik echt als de dood voor een spreekbeurt, nu sta ik als *motivational speaker* voor volle zalen. Ik weet mijn publiek te raken, zelfs tot tranen toe, maar ze bovenal aan te zetten tot actie. Ik ontdekte dit talent door hoe andere vrouwen reageerden als ik vertelde hoe ik uit mijn burn-out was gekomen. Vaak vroegen ze of ik hen persoonlijk wilde coachen, omdat ik hun zo had geïnspireerd.”



Andere aanpak

Ook is het belangrijk te weten onder welke voorwaarden je het best tot je recht komt. Een totaal ander vak kiezen is vaak niet nodig. Serra: "Soms zit iemand wel op de goede werkplek, maar zit het benutten van haar gave vooral in een andere aanpak. Dat zij meer zelf kan bepalen of visies kan ontwikkelen, of liever de plannen van iemand anders uitvoert of juist meer wil samenwerken."

Een talent hebben,
is niet hetzelfde als iets
goed kunnen

Met weten waar je sterk in bent, ben je er nog niet. Een talent hebben is immers niet hetzelfde als iets goed kunnen. De gave om een klant op het juiste moment het laatste zetje te geven om een deal te kunnen sluiten, onderscheidt een goede verkoper van de middelmatige. Toch moet hij ook kennis opdoen, over de productkenmerken bijvoorbeeld, en vaardigheden leren zoals het stellen van open vragen om uit te vissen wat een klant precies wil. Ook is er een investering in tijd nodig om te oefenen en ervaring op te doen. Serra: "Talenten kun je zien als een spier die je moet trainen om ze succesvol in te zetten."

Heb je eenmaal de juiste rol en werk je onder de juiste omstandigheden, dan loopt het gesmeerd: mensen die hun talenten inzetten, groeien veel sneller en zijn productiever.

Rust

Misschien is dat niet eens de belangrijkste reden om uit te zoeken welke bezigheden echt bij je passen. Het geeft rust om te weten waar je voor staat en wat je kunt. Serra: "Dan heb je minder last van innerlijke demonen, zoals de innerlijke criticus die altijd commentaar heeft. Als je doet wat bij je past, vliegt de tijd en krijg je energie en zelfvertrouwen. Je bent ook veel plezieriger voor anderen. Er is dan minder competitie, er wordt minder geklaagd of geroddeld. Je gunt het een ander óók dat hij of zij tot zijn recht komt." □

"Talent is goedkoper dan tafelzout. Wat het getalenteerde individu scheidt van het succesvolle individu, is heel hard werken"

schrijver Stephen King

Checklist ONTDEK JE TALENT

1

Vraag mensen om u heen (collega's, vrienden) om feedback. Waar vinden zij dat u goed in bent?

Hoe zouden ze u typeren? Wat vinden ze uw meest kenmerkende eigenschap?

Wat voor soort opdrachten zouden ze u toevertrouwen?

2

Waar wordt u blij en enthousiast van. Met welke bezigheden (in uw vrije tijd of op het werk) vliegt de tijd voorbij zonder dat u er erg in hebt?

3

Wat gaat u gemakkelijk af? Zijn er dingen die u vanzelfsprekend vindt maar waarmee u anderen ziet worstelen? Denk bijvoorbeeld aan presentaties geven, anderen motiveren, initiatieven nemen, structuur aanbrengen, sociale praatjes en kritisch analyseren.

4

Denk eens terug aan uw kindertijd. Wat deed u graag? Wat waren uw favoriete vakken op school?

5

Ben u jaloers op een ander? Negeer dit dan niet, jaloezie is een sterke richtingaanwijzer. Vaak wijst het op een verlangen dat u bij uzelf hebt onderdrukt of niet wilt toelaten.

6

Hoe krijgt u dingen voor elkaar? Denk aan klussen die u boven verwachting heeft gedaan. Welk talent gebruikte u daarvoor?

7

Welke rol neemt u op zich als u zich in een groep mensen bevindt, tijdens een weekendje met familie of een project op het werk? Bent u een leider, bedenkt u graag plannen of vindt u het leuk om mensen te verbinden of bent u de luisteraar?