



Nieuwsbrief

Talentgericht denken en handelen

Wanneer we denken over talenten, bestaat de kans dat we deze gaan aanschouwen als iets 'uitzonderlijk'. Zeker wanneer we het tv programma 'Belgium's got talent' voor ogen houden, waarbij mensen uitzonderlijk goed kunnen zingen, extreem lenig zijn en vooral zichzelf zo pijnigen tot ze iets extraordinair 'on stage' kunnen brengen. Laat ons dit programma niet als norm nemen wanneer we over talent spreken.



Talent kan je zien in een activiteit of een vaardigheid waar jij helemaal van oplaadt. Iets wat je heel graag doet, plezier uit haalt en waarbij de tijd van geen tel meer is. Bezig zijn met je talent geeft 'flow', geeft voldoening en iedereen uit je omgeving kan dit zien.

Wanneer je aan iemand vraagt **"wat doe jij graag?"** en je ziet die persoon helemaal opfleuren terwijl hij in geuren en kleuren zijn verhaal vertelt, dan zie je **talent in actie**.

Bij talentonderzoek is de centrale vraag niet "wat kan je goed?" want hiermee ga je op competentie- zoektocht. Soms heb je geluk en heb je net datgene ontwikkeld wat je graag deed, maar vaak ontwikkelde je competenties die eerder systemische keuzes waren. Mensen maken vaak keuzes die vasthangen aan het waardensysteem van de ouders. Als de ouders geld en stabiliteit bv. belangrijk vinden, zullen de kinderen later dit ook als een waarde meenemen bij hun studie- of beroepskeuze. Daarom is het ook essentieel om na te gaan wat **jouw waarden** zijn en niet die van je ouders wanneer je professionele keuzes gaat maken.

Hoe belangrijk is die vraag eigenlijk "wat doe je graag?". In onze huidige maatschappij met veel burn-out's, wordt die vraag heel belangrijk. Je kan pas je batterijen opladen wanneer je professioneel bezig bent met zaken die je graag doet. Als je job voor de helft of meer uit activiteiten bestaat die je



leegzuigen dan is de kans op een burn-out groot. Eigenlijk moet je de balans energie-gevers en energie-vreters altijd laten overhellen naar de eerste. Je kan je ook de vraag stellen of je kan blijven functioneren in een job die je minder graag doet maar dan in je vrije tijd volledig voor je talenten gaan. Ja, dat is een optie maar dan zou je evenveel werk- als vrije tijd moeten hebben, wat bij de meeste mensen niet haalbaar is.

Jezelf de vraag stellen **"waar ben jij de afgelopen 2 weken blij om geweest?"** is een beginpunt. Ook "welke activiteiten van de afgelopen 2 weken maakten je gelukkig?" Fijn analyseren wat je nu precies zo leuk vindt aan bepaalde situaties en taken is cruciaal. Word je bv. blij van organiseren of eerder van het samenwerken met mensen? Maak jij graag alles mooi, werk je graag beeldend, verzorg je graag mensen, ben jij graag intellectueel bezig, creëer je graag,...? Allemaal vragen die je dichterbij je kerntalenten brengen. Eens je die kerntalenten in kaart gebracht hebt, kan je nagaan of deze in je huidige job aanbod komen.

Wanneer je merkt dat je vooral zaken doet die veel energie vragen is het misschien aangewezen om jezelf de vraag te stellen op welke manier je meer talenten kan inzetten in je dagelijkse leven. Zo kan je eens aan je leidinggevende vragen of je meer taken mag doen die aanleunen bij je talenten of je kan aan een collega vragen wat zij/hij leuk vindt en eventueel eens nagaan of je wat taken kan verschuiven. Soms moet je het drastischer aanpakken en een job-switch doorvoeren. In je zoektocht naar een nieuwe professionele uitdaging kan je dan specifiek zoeken naar een context waarin jouw talenten het best aan bod komen en dit ook tijdens een sollicitatie durven uitleggen en verkopen.

De vraag is ook wat je moet doen met taken waar je absoluut geen zin in hebt. Volgens talentexperts kan je hierin best niet teveel investeren, ze kosten je enkel energie. Ga op zoek in je professionele context wie deze taken wel als talent heeft en wie dit wil overnemen van jou. Belangrijk is wel te beseffen dat jij de verantwoordelijkheid blijft dragen over die taken.

Talentwerking is niet enkel voor mensen die op het randje staan van een burn out. Ook kinderen en adolescenten kunnen niet vroeg genoeg ontdekken wat hun talenten zijn. Als ouder kan je opmerkzaam zijn voor een kind dat bv. uren met iets bezig is en zich hierin helemaal kan verdiepen. Naar je kinderen kijken met een talentenbril en hen laten proeven van allerlei activiteiten die aanleunen bij hun talenten, geeft kinderen zelfvertrouwen en een positiever zelfbeeld. Vraag dan absoluut niet "wat kan je goed?" want dan gaan kinderen zichzelf vergelijken met leeftijdsgenootjes, zichzelf neerhalen en denken 'knutselen dat doe ik graag, maar Rune uit mijn klas die kan dat veel beter en mooier, dus dat zal dan niet mijn talent zijn'. Kinderen begeleiden in hun studiekeuze met het oog op hun talenten is heel belangrijk. Wanneer je merkt dat je kind/adolescent niet graag meer naar school gaat en/of doellozer overkomt, kan je jezelf de vraag stellen of hij/zij zijn talentencontext al gevonden heeft.

CONCREET: Op zoek gaan naar je talenten kan je doen door alvast wat vragen aan jezelf te stellen.

- Wat doe ik graag?
- Wat geeft mij energie?
- Welke activiteiten wil ik zeker nog doen in mijn leven?
- Wat doe ik absoluut niet graag? Waarom niet?
- Welke waarden zijn belangrijk voor mij?

Je kan ook lezen over talent. Luc Dewulf heeft rond dit thema al enkele boeken geschreven en wordt vaak gevraagd als expert wanneer er gesproken wordt over talent. Je kan je ook laten begeleiden door een talentcoach. Iemand die samen met jou op zoek gaat naar je talenten en je talent in context plaatst.

Binnen PsyNetWorks hebben wij hier een **AANBOD** voor:

❖ **Voor kinderen/adolescenten:**

Uitgebreid talenteninterview en/of studiekeuzebegeleiding; 1 uur = 50 euro

❖ **Voor volwassenen:**

1. Met loopbaancheques: 1 cheque = 40 euro, waarvoor je 4u coaching krijgt, je heb max recht op 2 cheques.
2. Zonder loopbaancheques: 1 uur = 50 euro

Voor meer info zie, <https://www.psynetworks.com/sarah-de-hainaut>

Voorwaarden om loopbaancheques te kunnen gebruiken via VDAB:

Je moet op het ogenblik van je aanvraag aan deze 4 voorwaarden voldoen:

- Je woont in Vlaanderen of Brussel.
- Je werkt momenteel voltijds of deeltijds als werknemer of zelfstandige.
- Je werkte in de laatste 2 jaar minimum 1 jaar als werknemer of zelfstandige.
- Je volgde de voorbije 6 jaar nog geen loopbaanbegeleiding.