



INTERVIEW

Begabung

Warum in jedem Menschen verborgene Talente schlummern – und wie man sie findet

Viele glauben, sie seien nicht besonders begabt. Dabei braucht es oft nur die richtige Fragetechnik, um verborgene Fähigkeiten aufzustoßern. Sie zu finden, verhilft zu einem glücklicheren Leben, sagt die Talenttrainerin Andrea Landschof

Von Stefanie Maeck

Lesezeit: ca. 6 min

28. Januar 2022

GEOplus: Frau Landschof, was ist eigentlich Talent?

Andrea Landschof: Talent steckt in jedem von uns, es ist viel kleiner, als viele gemeinhin annehmen. Viele Menschen leben allerdings nicht so, dass es zu ihren Begabungen passt. Potenzialentwicklung besteht für mich daher darin, verborgene, nicht genutzte Fähigkeiten des Denkens, Fühlens und Verhaltens freizulegen und Wege zu finden, diese im Leben zu verankern.

GEOplus: Wann suchen Menschen denn nach Talenten?

Andrea Landschhof: Die Menschen auf Talentsuche werden heute immer jünger. Vor einigen Jahren kamen jene zu mir, die an einschneidenden Umbrüchen in ihrem Leben standen. Die ab 40, 50 oder 60, wenn ein neues Lebensjahrzehnt anbrach. Oder wenn Beschäftigte in den Ruhestand gingen. Heute sitzen mir 17-Jährige auf Talentsuche gegenüber, die nicht wissen, was sie können.

GEOplus: Dann reden wir also von einem Zeitgeistphänomen - oder sind junge Menschen gerade orientierungsloser als in früheren Generationen?

Andrea Landschhof: Beides wirkt zusammen. Die jungen Menschen sind viel in digitalen Welten unterwegs und haben dort weitaus mehr Vergleichsmöglichkeiten als frühere Generationen. Es wird suggeriert, dass alle Möglichkeiten ihnen offenstehen. Wegen dieser Vielfalt ist es für Heranwachsende oft schwieriger, zu entscheiden, was stimmig ist und was sie ausmacht.

GEOplus: Und es gibt Druck, etwas Besonderes aus dem eigenen Leben zu machen.

Andrea Landschhof: Absolut, das wirkt ebenfalls als Stressfaktor auf junge Menschen, ihr Talent, um jeden Preis früh zu finden. Entscheidend für mich ist, dass viele von einer problematischen Definition von Talent getrieben sind – sie suchen eine ganz besondere Fähigkeit und ein herausragendes Potenzial von exorbitanter Größe - so kann man beim eigenen Talentscouting natürlich kurzatmig werden.

GEOplus: Talent muss viel kleiner gedacht werden?

Andrea Landschhof: Ein Talent freizulegen und ihm zu folgen, kann unspektakulär daherkommen. Ich denke an einen jungen Klienten, der sich traute, selbstbestimmt zu denken, ohne in Loyalitäten gegenüber dem Elternhaus zu verharren. Dieser junge Mann bemerkte, dass er sein Studienfach Jura nur gewählt hatte, da bereits die Eltern Juristen waren. Da mein Klient nun besonders kreativ war, wurde er mit der Wahl nicht besonders glücklich. Wenn derjenige den Mut findet und sich entscheidet, etwas anderes zu machen, dann wäre das in meinen Augen bereits Talententwicklung: Dabei geht es darum, mit sich stimmig zu leben und eigene Ressourcen zu entwickeln.

GEOplus: Welche Rolle spielt in diesem Prozess die Vergangenheit? Es gibt diesen Spruch, dass alle Menschen als Prinzen und Prinzessinnen auf die Welt kommen und durch Erziehung zu Fröschen verwandelt werden – das Vertrauen in eigene Kompetenzen verlieren.

Andrea Landschhof: In meiner Beratungspraxis geht es darum, den Blick in die Vergangenheit zu richten, um zu beleuchten, was an nützlichen Erfahrungen vorhanden ist. Wir haben nicht alle nur Restriktionen erlebt. Allerdings ist es bei den Menschen, die bei mir Hilfe suchen, tatsächlich der Fall: Vor mir sitzen diejenigen, die zu Fröschen verwandelt wurden. Ein großer Bereich der Talentfreilegung besteht daher in der Suche nach Talentkillern.

GEOplus: Talentkiller? Wodurch werden Frösche produziert, Eltern wollen doch stets das Beste für ihre Kinder?

Andrea Landschhof: Ein Potenzial wird oft ohne böse Absicht kleingehalten oder ausgebremst, da Eltern, ohne es direkt zu beabsichtigen, ihre eigenen Geschichten

weitergeben und sich erhoffen, dass sie in ihren Kindern weitererzählt werden. In meiner Disziplin nennt man eine solche Weitergabe auch Generationenvertrag.

GEOplus: Der natürlich nicht zum Nachwuchs passen muss.

Andrea Landschhof: Genau. Vielleicht hat jemand eben das besondere Talent, souverän im Scheinwerferlicht zu stehen, ist also im besten Sinne eine Rampensau. Und das sieht der Generationenvertrag nicht vor. Ich hatte bereits Klienten, die sich nicht trautes, in diese Richtung mit ihrer Begabung voranzuschreiten. Sie lebten unter ihren Möglichkeiten, da in ihrer Familie das Motto galt, man habe stets bescheiden im Hintergrund zu wirken. Das ist ein Fall von Selbstsabotage. Solche Barrieren zu erkennen und schlummerndes Potenzial zum Leben zu erwecken, ist sehr beglückend an meiner Arbeit. Wenn Sie so wollen, schreiben wir das Drehbuch neu.

GEOplus: Wenn die Vergangenheit so zentral ist: Zeigt sich Talent denn ebenfalls sehr zeitig, etwa in der Kindheit?

Andrea Landschhof: Wer Talente aufspüren möchte, dem ist tatsächlich der aufmerksame Blick in frühe Jahre dienlich: Ich stelle in der Beratung daher drei Fragen. Was machten Sie früher gut, was machten Sie früher gern und was fiel Ihnen auch noch leicht? Denn nur, weil man etwas gut konnte, musste man es noch nicht zwingend gern tun – und umgekehrt. Kann man jedoch alle Antworten bejahen und mit "und" verbinden, könnten Hinweise für ein bestimmtes Talent vorliegen. Die Spur ist also interessant. Realisiert man ein solches Potenzial, so kann man damit stimmiger und leichter durch das Leben kommen. Talent hat mit "Flow" zu tun, üben wir es aus, fließt es.

GEOplus: Haben Sie ein Beispiel für ein Kindheitstalent?

Andrea Landschhof: Ich selbst habe zum Beispiel früher als Kind gern Banden angeführt und den Mitgliedern kleine Aufgaben bei unseren Abenteuern gegeben. Manchmal erinnert mich meine heutige Arbeit mit Talentsuchenden an die damalige Motivation, das Beste aus der Bande herauszuholen. In meinen 30 Jahren Berufstätigkeit bin ich auf diese Kompetenz in verschiedenen Spielarten zurückgekommen.

GEOplus: Und wodurch verkümmert Talent – etwa in der Arbeitswelt?

Andrea Landschhof: Es gibt bestimmte Voraussetzungen, unter denen Talente gedeihen. Dazu zählen einmal der eigene Glaube daran, etwas zu können, die Motivation, es zu wollen, der Mut, es zu tun, sowie die Erlaubnis, es zu dürfen. Talente brauchen für all das Nährstoff. Das ist wie Wasser für eine Pflanze, die blühen soll. Die intrinsischen Bedingungen mögen erfüllt sein. Aber an den äußeren, externen Faktoren mag es im Arbeitsleben hapern: Jemand findet in der Umwelt einfach keine Übungsfläche und kein Setting, und dann vertrocknen diese Talente. Kreative Menschen brauchen etwa neue Prozesse - wenn so jemand immer nur ein Ablagesystem abarbeitet, verkümmert das Potenzial. Der größte Verhinderer von Talent ist jedoch Stress – denn unter seinem Einfluss fallen viele Menschen in einen archaischen Verhaltensmodus, in dem es als Option nur die Wahl zwischen Flucht, Angriff oder Erstarrung gibt.

GEOplus: Ist fehlende Wertschätzung ebenfalls schädlich?

Andrea Landschhof: Wenn der Raum gegeben ist, ein Talent auszuüben – aber niemand es registriert und wahrnimmt, wird es der Seele zumindest nicht guttun. Um aufzublühen, müssen Menschen gesehen werden und benötigen sie Wertschätzung. Dafür genügt bereits ein Gegenüber, das ein Talent wahrnimmt. Das muss nicht der Chef sein, es reicht eine Person im Privatleben, die darauf aufmerksam wird und die Begabung anerkennt.

GEOplus: Seit zwei Jahren stecken wir in der Corona-Pandemie. Wie beeinflusst diese die Talentsuche?

Andrea Landschhof: Kurzgesagt: Die Pandemie wirkt wie ein Beschleuniger auf die Potenzialentfaltung. Zum einen suchen Menschen bei mir Rat aus purer Not heraus: Der Arbeitsmarkt ist gerade sehr beweglich, und einige müssen sich einen neuen Job suchen. Andere haben einfach mehr Zeit, und viele sinnieren über die Frage, was sie eigentlich wirklich vom Leben wollen. Das geschieht ungeachtet der klassischen Lebensabschnitte, in denen diese Fragen normalerweise aktuell wurden. Dabei tritt eine neue Radikalität auf. Die Entschlossenheit, eigene Wünsche zu formulieren, hat drastisch angezogen.

GEOplus: Die Menschen sehen klarer, was sie wünschen.

Andrea Landschhof: Es ist wie ein Weckruf an das eigene Leben. Überprüft werden die einzelnen Lebenssäulen auf Stimmigkeit, intensiver als sonst. Denn durch den seit zwei Jahren herrschenden Ausnahmezustand gelangen viele an existenzielle Fragestellungen. Und zwar ganz von allein. Vor der Pandemie musste ich bei Beratungen oft fragen, was würde auf Ihrem Grabstein stehen? Die Menschen stellten durch die Konfrontation mit der Endlichkeit solche Sinnfragen erst dann, wenn ich das anstieß. Heute kommen sie von selbst auf die Fragen.

GEOplus: Welche Kompetenzen brauchen Menschen für einen Neustart, sei er erzwungen oder aus freien Stücken gewünscht?

Andrea Landschhof: Bei Menschen, die einen Neustart hinlegen müssen und deswegen nach ihren Talenten suchen, geht es im ersten Schritt um Akzeptanz, Loslassen und Trauer, bevor etwas Neues gefunden werden kann. Es muss gewürdigt werden, was derjenige oder diejenige verliert. Erst dann gibt es meiner Erfahrung nach ein neues Energiefeld, und die Neuausrichtung kann beginnen.

GEOplus: Aber dann braucht es vermutlich einen Plan.

Andrea Landschhof: Wenn Menschen ihre Komfortzone verlassen, brauchen sie zuallererst Mut. Sie verlassen wie ein Schiff den sicheren, alten Hafen, und es braucht Zeit, bis sich eine neue Sicherheit, ein neuer Hafen zu erkennen gibt. Ich arbeite manchmal mit einem Talententwicklungsvertrag, bei dem Ziele schriftlich festgehalten werden. Denn wenn es kein sichtbares Ziel gibt, ist es schwer, einzelne Schritte zu planen. Bereits bei dem antiken Philosophen Seneca steht sinngemäß, wenn du den Hafen nicht kennst, in den Schiff steuern soll, dann wird kein Wind der richtige sein. Wir vereinbaren also schriftlich Entwicklungsziele – denn Worte schaffen Wirklichkeit. Dann geht es um kleinere Schritte und schließlich um die konkreten Wege, dahin zu gelangen. Hier ist es wichtig, Stolpersteine oder Glaubenssätze in den Blick zu nehmen.

GEOplus: Wer selbst ohne Begleitung Talente freilegen möchte, startet wie am besten?

Andrea Landschhof: Wichtig ist, die eigene Unzufriedenheit zu analysieren, die in der Regel vorhanden ist, wenn Fragen nach der eigenen Zukunft oder der persönlichen Lebenssituation auftauchen. Oft spürt der oder die Betroffene bereits körperliches Unbehagen oder Beschwerden, die darauf hindeuten, dass man nicht stimmig nach seinen Talenten lebt. Eine meiner Klientinnen merkte etwa, dass es das Geld war, das sie störte, und sie gar nicht die Stelle wechseln brauchte, nur besser verhandeln musste. Da sie selbst Armut erlebt hatte, war dieser Wert für sie persönlich stimmig und kongruent mit ihrem Wohlbefinden. Klarheit über eigene Werte hilft, auf das Leben zu blicken und zu prüfen, wie stimmig man lebt: Wo gehört man hin?

GEOplus: Talententfaltung heißt demnach auch, kongruent zu eigenen Wertvorstellungen zu leben – ist das auch ein Gesundheitsfaktor?

Andrea Landschhof: Dahinter würde ich ein großes Ausrufezeichen setzen. Viele von meinen Ratsuchenden lebten zu lange in beruflichen und privaten Prozessen, die ihnen nicht entsprachen und sie krank machten.

GEOplus: Gibt es Talente, die gerade besonders wichtig sind?

Andrea Landschhof: Die Fähigkeit, für sich jeden Tag Entscheidungen zu treffen, ist in Pandemiezeiten stärker gefragt. Das fordert Menschen heraus und stresst sie. Zum anderen braucht es ein Gefühl von Demut dem Leben gegenüber. Denn es ist so viel durch das Coronavirus in Frage gestellt, und wir haben nicht alles in der Hand. Drittens ist auch Impulskontrolle zentraler denn je: Denn ich erlebe die meisten als sehr gestresst, wodurch sie eher zu alten Handlungsmustern neigen und spontane Handlungsimpulse weniger kontrollieren können. Auch wer in der Pandemiezeit keinen Neustart plant, ist also stark gefordert.