

M o m e n t ... i c h b i n j a *ein Talent!*

In uns allen **schlummern ungeahnte Fähigkeiten.** Wir müssen sie nur entdecken, wecken – und wissen, wie wir sie dann auch geschickt im Job einsetzen

TEXT: BIRGIT QUERENGÄSSER



K

Klar sind wir alle talentiert. Etwa darin, acht Pizzastücke in fünf Minuten aufzuessen oder sieben Stunden am Stück Netflix zu bingen. Von einem Moment auf den anderen einschlafen zu können. Online-Schnäppchen zu finden. Haha. So scherzen wir gern, wenn uns jemand fragt, was wir richtig gut können. Weil: Was können wir denn schon Außergewöhnliches? Wir sind schließlich nicht Beyoncé oder Naomi Ōsaka oder Miuccia Prada – Leute mit echten Talenten! Und genau da liegt der Denkfehler. Klingt abgedroschen, ist aber wahr: Jede*r von uns hat ein Talent! Vielleicht ist es nur noch nicht zum Vorschein gekommen ...

Zunächst – was ist ein Talent überhaupt? Es muss nicht unbedingt zu Weltruhm führen, nein, und es muss noch nicht einmal von außen erkennbar sein. „Wir denken über unsere eigenen Talente oft: ‚Das kann doch jede*r‘“, meint Andrea Landschof, Coachin für berufliche Umorientierung und Talentfindung sowie Autorin des Buchs „Das bin ich!? Verborgene Talente entdecken und Veränderungen gestalten“. „Gerade Frauen neigen dazu, sich kleiner zu machen, als sie sind. Dabei ist es etwa sehr wohl ein Talent, gut argumentieren zu können. Oder Informationen mühelos abspeichern zu können.“ Vielleicht können Sie sich Namen sehr gut merken oder finden immer die

WILDE WECHSELWIRKUNG

Sie sind extrovertiert und bekannt wie ein bunter, ähem, Hund? Laut einer Analyse der University of Wisconsin könnte das darauf hindeuten, dass Sie irgendeine Begabung oder besondere Talente haben

schönsten Geburtstagskarten für Ihre Freund*innen, vielleicht können Sie super Ikea-Möbel aufbauen oder punkten zuverlässig in Gehaltsverhandlungen. Talente sind besondere natürliche Veranlagungen, Interessen und Begabungen, können aber auch Gedanken- oder Gefühlsmuster sein: Jemand, der sich gut in andere Menschen hineinversetzen kann, kann etwa ein großes empathisches Talent haben. Oder jemand, der Zahlen spannend findet, ein rechnerisches oder buchhalterisches. Das kann sich in Alltag und Job auszahlen.

Suchen Sie sich Scouts

Sie sind ratlos? Das bedeutet nicht, dass Sie keine besondere Fähigkeit haben. Vielleicht nur nicht gerade das Talent, Ihre eigenen Talente aufzuspüren. Es könnte auch sein, dass Ihre Begabung in Ihrer Kindheit übersehen, nicht gefördert oder Ihnen sogar ausgedreht wurde: Wenn man schon als Kind Sätze hört wie „Du hast zwei linke Hände“ oder „Mach lieber was Sinnvolles“, dann verinnerlicht man diese Glaubenssätze. Ein Umfeld, das Begabungen fördert, ist eine wichtige Voraussetzung, um seine Fähigkeiten zu entdecken und auszuleben, hat eine Gruppe Wissenschaftler*innen um die Entwicklungspsychologin Susan Paik herausgefunden. Beispiel: Tina Knowles bemerkte, dass ihre zurückhaltende Tochter aus sich herauskam, wenn sie zu Hause sang und tanzte: „Als sie ungefähr sieben Jahre alt war, meldete ich sie in einem Tanzkurs an.“ Und heute? Ist aus Beyoncé ein millionenschwerer Superstar geworden.

Aber auch, wenn Ihre Mutter Sie nicht in irgendeinem Kurs angemeldet hat, bedeutet das nicht, dass der Zug abgefahren ist. Den Support aus unserem Umfeld können wir uns auch später noch holen: Fragen Sie Ihre*n beste*n Freund*in oder den*die gute*n Kolleg*in doch mal: „Was sind aus deiner Sicht eigentlich meine Stärken?“ Oder Sie machen online Checks wie den „Big Five“-Test, der aufzeigt, welche Persönlichkeitsmerkmale bei Ihnen besonders ausgeprägt sind. Dass man nie zu alt ist, um noch ein Talent in sich zu entdecken, zeigt das Beispiel von Grandma Moses aus den USA. Sie wurde mit 76 Jahren, nach fünf Kindern und einem Leben als Farmerin, eine gefeierte Malerin der naiven Kunst.

Fähigkeiten der Vergangenheit

Um eigene Talente aufzustöbern, erfordert es Zeit und Muße, meint Andrea Landschof, und die Bereitschaft, in sich auf Spurensuche zu gehen. Man kann damit beginnen, sich zu fragen: „Was habe ich als Kind gern und gut gemacht? Was fiel mir leicht?“ In der Kindheit sei unsere Lust, Energie und Neugier noch am sichtbarsten, danach beginne die Anpassung. Deswegen kann man in der frühen Phase des Lebens gut erkennen, was wir aus unserem Innersten heraus eigentlich tun wollen. Und wenn das bloß ist: Ich habe unheimlich gern mit Barbies gespielt. „Als Coach frage ich dann weiter: Was war so interessant daran?“, erklärt Andrea Landschof. ➤

„Vielleicht hat die Person Rollenspiele geliebt und dahinter steckt ein Talent für die Schauspielerei oder fürs Geschichtenerzählen. Es geht darum, übertragbare Stärken zu identifizieren.“ Und auch, wenn man im Erwachsenenalter tatsächlich immer die besten Geburtstagskarten für Freund*innen findet, kann man sich fragen: Was gefällt mir daran so? Habe ich einen Sinn für schöne Illustrationen oder das geschriebene Wort? Lust an der Recherche? Oder den Drang, anderen Menschen eine besondere Freude zu machen? Wichtig ist nur, aktiv zu werden: Denn Sie werden nie wissen, ob Ihnen etwas liegt, wenn Sie es nicht ausprobieren. Andrea Land-

GRÜN VOR NEID

Wer Talent zeigt, muss mit Missgunst rechnen – und die als Motivation sehen. Denn schon Oscar Wilde wusste: „Die Anzahl unserer Neider bestätigt unsere Fähigkeiten“

schof: „Das heißt auch, dass man seine Komfortzone verlassen muss. Man kann Klavierstunden nehmen, in einem Kindergarten hospitieren oder, da ist die Hürde nicht so groß, mal einen Volkshochschulkurs belegen.“ Da gibt es ein breites Angebot von Psychologie über Umweltschutz, Fotografie, Tanz, Malerei, Sprechtraining bis hin zu Buchhaltung.

Und jetzt: Ihr Einsatz!

Vermutlich werden sich zwischendurch Stimmen im Kopf melden, die sagen: „Ach, das schaffst du doch eh nicht.“ „Das sind Gespenster, die immer wieder kommen“, sagt Andrea Landschof. „Die kann man vertreiben, indem man aktiv Argumente dagegen findet, sich seine Erfolge in Erinnerung ruft: ‚Was habe ich in meinem Leben schon geschafft, obwohl ich nicht daran geglaubt hatte?‘“ Und besprechen Sie sich vielleicht mit Ihrem*Ihrer Chef*in, ob Sie Ihr Talent

besser nutzen können als bisher. Vielleicht lassen Sie sich in eine andere Abteilung versetzen, übernehmen andere Aufgaben? Oder nutzen Ihre Talente indirekt: indem Sie After-Work-Partys organisieren und so zum echten Teambuilding beitragen. Jedes noch so vermeintlich unbrauchbare Talent kann Sie im Job weiterbringen. Spätestens wenn Sie die Einzige im Büro sind, die weiß, was zu tun ist, wenn der Drucker mal wieder streikt oder der Beamer sich vor dem Projekt-Pitch aufhängt – und Sie dem Team damit regelmäßig aus der Patsche helfen. Denn auch mit solchen Kleinigkeiten machen Sie sich im Job unentbehrlich – und sorgen im Gegenzug dafür, dass Ihre Kolleg*innen Ihnen gern mal den Rücken frei halten.

Selbst wenn Sie neuerdings eine Überfliegerin auf dem Minigolfplatz sind ... „Rufen Sie eine Minigolfgruppe ins Leben, die gemeinsam Plätze auf der ganzen Welt bereist“, schlägt Andrea Landschof vor. Denn: Warum sollte man Talente nur beruflich einsetzen? Vielleicht ist das neue Talent ja der perfekte Ausgleich zum Job! Und feiert man im Hobby erst Erfolge, so weiß die Wissenschaft, treibt ein dieses Selbstbewusstsein auch im Daily Business voran.

