



Ontdek je

TALENTEN

En, weet je het al? Wat je 'later' wil worden? Je ouders willen misschien dat je iets met economie gaat doen of dat je veilig rechten gaat studeren. Jij wil stiekem iets wat je 'wel leuk' lijkt: televisiewetenschappen of antropologie... Of moet je toch gaan voor die dansopleiding? Je vriendinnen proberen je over te halen om hetzelfde te doen als zij. Gek word je soms van alle **keuzes** die je moet maken. Hoe kom je er nou achter wat je wil? Door **op zoek** te gaan naar je **talenten!**

Word je topsporter als je fantastisch kunt tennissen? Of professor als je superslim bent? Als we het over talenten hebben, hebben we het vaak over mensen die ergens supergoed in zijn en die – ooit – hun geld verdienen met datgene wat ze zo verschrikkelijk goed kunnen. Daar hebben we meestal enorme **bewondering** voor, want het is heel knap om zo goed te kunnen zwemmen, zingen of schrijven. En anders zijn we er wel stinkend jaloers op. Want talent, dat hebben we niet allemaal. Toch? 'Wat een onzin!', roepen Jong Talenten-coaches Ofkje Teekens en Marion van Diemen direct uit. 'Iedereen heeft talenten!' Ofkje: 'We hebben allemaal talenten, maar sommige mensen zijn zo ver van zichzelf verwijderd geraakt dat ze deze niet meer voelen.' 'We zijn allemaal geboren als rijke talentenontwikkelaars,' voegt Marion daaraan toe. 'Die talenten zitten in ons, en worden vaak onbewust ingezet. Maar het is belangrijk je **bewust** te worden van je talenten, zodat je ze aandacht kunt geven. Want een talent heeft wel aandacht nodig om tot **ontwikkeling** te komen.'

Help, wat zijn mijn talenten!?

Wat is dat eigenlijk, een talent? 'Een vanzelfsprekend kunnen,' zegt Marion meteen. Maar hoe weet je dan of er sprake is van een talent, als het zo vanzelfsprekend is? Ofkje: 'Vraag jezelf af: waar geniet je van, wat geeft jou energie, wat laadt jouw batterij weer op?

En voor de duidelijkheid: een talent is geen beroep.' 'En ook geen hobby', voegt Marion toe. 'Nee', zegt Ofkje, 'het gaat veel dieper. Een talent heeft met **passie** en **plezier** te maken. Ongeacht wat het je daarnaast oplevert.' Je talenten mogen volgens Ofkje ook **zichtbaar** zijn. Veel mensen hebben deuken opgelopen in het leven, die durven zichzelf niet zo goed meer te laten zien. Maar je komt in het leven niet alleen iets halen, je komt ook iets **brengen**. Wat dat is, wat je te bieden hebt? Dat moet je dus zien te ontdekken!

'Waar droomde je van toen je klein was, waar kon je uren mee bezig zijn?'

Dat klinkt makkelijker dan het is. Hoe weet je nou wat jouw talenten zijn? Hoe kom je daarachter? Probeer allereerst te achterhalen welke dingen je met plezier doet. En, net zo goed: welke dingen je zou willen doen. Een sluimerend **verlangen** kan een verborgen talent doen oplichten. Een andere goede aanwijzing is: hoe was je als (klein) kind? Waar **droomde** je van, waar kon je uren mee bezig zijn? Vaak is datgene een talent van je, wat je misschien ergens onderweg van je hebt afgeschud.



Laat maar...

En, heb je het ontdekt? Ben je achter een talent gekomen dat je graag wil ontwikkelen? En ga je nu eindelijk dat verlangen omzetten in **actie**? Niet? Marion: 'We leggen onszelf vaak allerlei belemmeringen op. We denken bijvoorbeeld: *mijn broer vindt het stom dat ik voetbal als meisje. Dus stop ik er maar mee. Jammer, hoor.*'

Als je de dromen van je ouders moet waarmaken, kan je eigen geluk in het gedrang komen

Wat ook belemmerend kan werken zijn de **verwachtingen** die anderen van je hebben. Zoals je ouders. Loyaliteit naar je ouders toe is iets heel moois, en het is fijn als ze trots op je zijn. Maar, zegt Marion, als je de dromen van je ouders moet waarmaken, kan je eigen geluk in het gedrang komen. 'De gaten vullen van een ander, daar word je niet gelukkig van. Dan verlies je jezelf en kom je in eenzaamheid, depressie of agressie terecht.' Oei! En ken je dit: je kijkt naar sport op tv, en je ziet de

meest onmogelijke records verbroken worden. Hoewel je het heerlijk vindt om te sporten, denk je nu toch: *laat maar. Daar kan ik nooit tegenop...* Goed nieuws: **talent gaat helemaal niet over de beste zijn!** Het gaat sowieso niet over 'goed' in iets zijn. Marion: 'Het doel is niet excelleren. Als je gelukkig wordt van de beste willen zijn, is dat natuurlijk ook prima. Maar het hoeft dus niet.' Ofkje: 'Sterker nog: je kunt er ook voor kiezen helemaal niets met je talenten te doen. Een talent is **van jou**, daar heeft niemand, ook je ouders niet, iets mee te maken.'

Uniek

Stel nou dat je ergens de beste in wil worden. In gitaar spelen bijvoorbeeld. Misschien wil je er zelfs je beroep van maken. Of wil je er 'gewoon' heel erg goed in worden. Wat dan? Marion: 'Als je niet elke dag oefent, ga je niet vooruit. Dat is gewoon zo. Je doet het niet meteen uitstekend. Maar als je je gave serieus neemt, dan vraagt dat heel veel aandacht. Dat is een keuze die je zelf moet maken. Wil je naar het conservatorium? Dan zul je wat meer moeten spelen. Maar zorg altijd bij talentontwikkeling dat het leuk blijft!' **Oefenen** dus. En dat doe je. Je hebt heel hard gestudeerd, iedere dag urenlang, ook als je vriendinnen naar een feestje gingen. En dan is daar het verlossende woord: je mag naar het conservatorium. Geweldig natuurlijk! Hier heb je zo hard voor gewerkt.

Vol verwachting kijk je uit naar je eerste dag. En dan realiseer je je: iedereen is er waanzinnig muzikaal. Wat is je talent nog **waard** als iedereen hetzelfde kan? Kun je dan nog wel van een talent spreken? Ofkje: 'Tuurlijk! Als je uniek bent, jezelf en authentiek, dan is er overal een plekje voor jou.' *Guess what?* Iedereen is **uniek!** Marion: 'Klopt. Want wat je maakt en doet is een weergave van je ziel.'

Winkeltalent

Als iemand vol passie muziek maakt, kun je inderdaad horen dat dat uit zijn ziel komt, maar niet iedereen wordt muzikant. Wat als je bijvoorbeeld in een winkel gaat werken? Kun je daar ook talent voor hebben? (Niet te verwarren met een talent voor winkelen). Zeker weten, vindt Marion. Een verkooptalent! Ofkje: 'Neem jezelf als uitgangspunt. Waar hou je van? Hou je ervan om met mensen te werken? Wil je ze graag helpen? Dienstbaarheid is een talent dat je ook heel goed kunt gebruiken wanneer je in een winkel werkt.' Aha. Dus als je bijvoorbeeld een talent voor **verzorgen** hebt, moet je vooral solliciteren bij een bejaardencentrum. En als je niet van dieren houdt, zal het niet in je opkomen om dierenarts te worden. Marion: 'Als je iets leuk vindt en je geeft jezelf de ruimte om je daarin te ontwikkelen, dan maakt het niet uit welke baan daaraan kleeft. Want je gaat er een **fascinatie** voor krijgen. Ook in de winkel. Zou ik morgen iets meer

kunnen verkopen dan vandaag? Als je met je talent bezig bent, als je het echt leuk hebt, dan wil je die **uitdaging** aangaan. Als iets je echt boeit, dan zul je je daarin willen verdiepen en zo ontwikkelt je talent.'

'Het vraagt moed om te ontdekken wie je bent. Durf zichtbaar te zijn'

Het ontwikkelen van je talenten gaat niet zonder slag of stoot. Marion: 'Het vraagt best wat moed om te ontdekken wie je bent.' 'En het gaat niet zonder botsingen,' meent Ofkje. Daarvoor heb je wel de ruimte nodig, want alleen zo kun je je losmaken van vaste patronen. Marion: 'Weet je wat het is met talentontwikkeling? Je moet, even heel plat gezegd, op je bek durven gaan. Pas als je **fouten** durft te maken, zie je of het werkt. Durf zichtbaar te zijn!' Daar is Ofkje het hartgrondig mee eens. Want, zegt ze: **je mag zijn wie je bent.**



Jouw talenten de baas

Heb je geen idee wat jouw talenten zijn en hoe je je toekomst verder kunt vormgeven? Vind je het moeilijk om daarin keuzes te maken? Ofkje en Marion gebruiken het *Jong Talentenspel* om jongeren daarmee te helpen. In dit spel ben jij de baas van je eigen koninkrijk. Je staat op de bok van je koets (je zit er dus niet in), waarvoor 12 paarden gespannen staan. Die paarden zijn je talenten. Die moeten op elkaar afgestemd zijn, anders rennen ze allemaal een andere kant op en kom je niet **vooruit**. Je moet dus echt de leiding nemen over je paarden/talenten. Gelukkig hoeft je het niet alleen te doen; je mag twee helpers uitkiezen. En o ja, je **ziel** – je lichtkrachtbron – reist altijd met je mee. Zit je er klaar voor? Koetsierszweep in de hand en gáán! *Yeehaa!*

Allereerst kies je een aantal talenten uit een stapel met 73 kaartjes. Het zijn archetypen; een soort oervormen van talenten. Zit er een avonturier in jou, een onderzoeker of een stiltezoeker? Een kunstenaar, een tuinier of een magiër? Een nar, een voedster of een leraar? Of zit het allemaal in je? Pik eruit wat bij je past. Met behulp van **groeikaartjes** kun je onderzoeken hoe jouw talenten je kunnen helpen. Bijvoorbeeld in moeilijke situaties als de scheiding van je ouders of de dood van je oma. Maar dat hoeft niet. De kaartjes worden neergelegd op een spelbord in de vorm van een **nautiluschelp**. Een mooie metafoer voor je talentontwikkeling, want het huisje van de

nautilusinktvis groeit met het diertje mee naarmate hij groter wordt.

Als er harmonie is in je koninkrijk ben je aan het tweede spelbord toe, een piramide, waar je ontdekt hoe ver je van je droomwens afstaat. Of hoe dichtbij je bent natuurlijk! Geen idee wat je droomwens is? Dat ontdek je waarschijnlijk tijdens het spel. Het gaat er volgens Ofkje en Marion om waar je passie zit; daar ga je dus naar op zoek. Weet je na dit spel precies welk beroep je later wilt uitoefenen? Dat kan, maar het is natuurlijk niet gegarandeerd.

Enne... mocht je niet tegen je verlies kunnen: je zult altijd zelf als winnaar uit de bus komen met dit spel! 🌟

Het JongTalentenspel kan alleen worden gespeeld onder begeleiding van een Jong Talentencoach. Wij mogen een sessie verloten onder onze lezers. Hou hiervoor de Facebook-pagina van MoodieZ in de gaten!

Ofkje Teekens begeleidt jongeren in haar leerinstituut in Den Haag en heeft een trainingscentrum in Zeeland, waar zij Jong Talentencoaches opleidt. Samen met Willem Claudemans en Willem Hanhart ontwikkelde zij het *Jong Talentenspel*. Marion van Diemen heeft een eigen coachingspraktijk in Nijmegen: Mooi talent. jongtalentenspel.nl, mooitalent.nl.

- 1 Deze drie talenten neem ik mee naar een onbewoond eiland:
- 2 Dit talent zou ik op dit moment het liefst willen laten opbloeien:
- 3 Deze belemmeringen heb ik voor mezelf opgeworpen in het ontwikkelen van mijn talenten:
- 4 Dit is mijn droom(baan):
- 5 Deze talenten helpen mij deze droom te bereiken:
- 6 Mijn grootste inspiratiebron is: