TALENTPROFIEL

Jouw talentprofiel

Een beschrijving van hoe jij van nature werkt: waar je kracht ligt, waar je uitdaging zit en waar ruimte is om te groeien. Geschreven in gewone taal, voor jou.

NAAM	LEEFTIJD	DATUM SCAN
Kandidaat	—	—

Waar je van nature sterk in bent

Je bent heel bevlogen en zeer bewust van wat van waarde voor je is. Wat je belangrijk vindt, meen je ook echt, en je hebt een sterk gevoel voor wat goed en eerlijk is. Dingen doen ertoe voor jou – je neemt ze serieus.

Daarbij ben je iemand die aanpakt en richting geeft. Je komt uit jezelf in beweging, je zet een koers neer en je neemt anderen daarin mee. Je pakt verantwoordelijkheid en je voelt goed aan wat er bij mensen speelt. Een krachtige combinatie.

> “Je kracht is je bevlogenheid. Wat nog groeien mag, is een eigen maat – een gevoel voor wanneer iets genoeg is.

Waar je uitdaging ligt

Er is één ding dat bij jou minder sterk aanwezig is, en het hangt samen met je grootste kracht: een eigen maat. Dat innerlijke gevoel dat op enig moment zegt „dit is genoeg geweest”.

Doordat je zo betrokken bent en alles er zo toe doet, is het moeilijk om te voelen waar de grens ligt. Je neemt veel op je, je geeft veel, en je loopt jezelf daarin soms voorbij – niet omdat iemand daarom vraagt, maar omdat het voor jou vanzelfsprekend is om te blijven geven. Nuchter inschatten wat haalbaar is en wanneer iets af is, is minder vanzelfsprekend dan voelen wat belangrijk is.

Er is geen innerlijke rem die zegt: tot hier. Die mag groeien.



Je kracht is groot; de maat die begrenst mag nog groeien – en dat kun je leren.

Wat er onder druk speelt

Als het spannend wordt, kan je oordeel scherp worden. Je voelt sterk aan wanneer iets niet klopt, en zonder die eigen maat die het relativeert, kan dat gevoel omslaan in een hard oordeel – over een situatie, of over iemand. Wat dit oproept is het gevoel dat iets niet deugt.

Daarnaast kun je onder druk blijven doordenken over hoe iets beter kan, of blijven uitleggen om anderen mee te krijgen. Dat speelt bij jou milder, want je gevoel voor de situatie houdt het in evenwicht.

Dat je scherp kunt oordelen komt niet uit kilheid. Het komt juist voort uit hoe sterk je voelt wat er zou moeten kloppen. Maar het kan scherper uitpakken dan je bedoelt.

Een kant die nog niet tot z’n recht komt

Er zit een kant in je die nu weinig ruimte krijgt: de nuchtere, praktische kant die weegt wat haalbaar en houdbaar is – niet alleen wat belangrijk voelt, maar ook wat realistisch en genoeg is. Die kant kan je betrokkenheid dragen en begrenzen.

Juist die kant sluit direct aan op wat je wilt ontwikkelen: naast voelen wat ertoe doet, ook nuchter inschatten wat je aankunt en wanneer het klaar is. Dat maakt je betrokkenheid niet kleiner, maar houdbaar.

Deze fase van je leven

Een eigen maat ontwikkelen is niet iets van één gesprek. Grenzeloos betrokken zijn is vertrouwd geworden – het hoort bij hoe je in het leven staat – en dat verandert niet met één inzicht. Maar het ligt niet vast: juist omdat je betrokkenheid blijft, kun je daar geleidelijk een maat naast leren zetten. Elke keer dat je merkt „dit is genoeg” en het ook genoeg láát zijn, bouwt die maat zich verder op.

Kort gezegd

Je bent gedreven, betrokken en je geeft richting. Dat is echt en het is waardevol. Maar er is geen rem die zegt wanneer het genoeg is, en daardoor kun je jezelf voorbijlopen of scherper oordelen dan je wilt.

Wat je nodig hebt is niet minder betrokken zijn – dat is je kracht. Het is een eigen maat: een gevoel voor wanneer iets genoeg is. Een grens maakt je betrokkenheid niet kleiner, maar juist houdbaar.

Wat je hiermee kunt

1. Oefen met de vraag „is dit genoeg geweest?” – juist op momenten dat je het gevoel hebt dat je nog méér zou kunnen geven.

2. Merk op wanneer je iets op je neemt omdat het ertoe doet, terwijl het eigenlijk te veel is. Dat zien is de eerste stap naar begrenzen.

3. Als je merkt dat je hard oordeelt: dat is een signaal, geen fout. Vraag jezelf af of de ander misschien een andere maat heeft dan jij – niet per se een verkeerde.

4. Weeg naast „wat wil ik geven” ook „wat is haalbaar en houdbaar”. Dat nuchtere maakt je betrokkenheid sterker, niet zwakker.

5. Onthoud: een grens stellen is niet de ander in de steek laten. Het is wat jou in staat stelt om betrokken te blijven zonder jezelf te verliezen.