



# TALENT- ANALYSE

Talent entwickeln. Ziele erreichen.

[www.talent-analyse.de](http://www.talent-analyse.de)



INITIAL  
**WISSEN  
PLUS** 

- Vertrauen -

Talente erkennen, Stärken entwickeln, Herausforderungen angehen »

## Vertrauen Sie sich und Ihren Fähigkeiten?



Jeder Mensch hat eine sogenannte „Komfortzone“. Dies ist unser gesicherter Bereich – hier kennen wir uns aus und fühlen uns wohl. Werden wir hier mit Aufgaben konfrontiert, so nehmen wir diese als lösbar wahr. Begegnen uns allerdings Aufgabenstellungen außerhalb unserer Komfortzone, also unseres persönlichen Kompetenzbereichs, betrachten wir dies als Problem oder scheinbar unüberwindbare Hürde. Wie wir damit umgehen, hängt essentiell von unserem Vertrauen in uns selbst sowie unseren Gewohnheiten ab – denn auch der Umgang mit Problemen und ungewohnten Aufgaben kann erlernt werden.

### Kurze Übung:

Machen Sie an dieser Stelle einmal eine Art Bestandsaufnahme: Wie würden Sie aktuell Ihre spontane Reaktion auf anstehende, ungewohnte Aufgaben oder Herausforderungen beschreiben? Kommen Ihnen Gedanken wie „Das schaffe ich nie!“ oder „Das kann ich nicht!“ bekannt vor? Begegnen Sie im ersten Moment ungewohnten oder in Ihren Augen unlösbaren Aufgaben entspannt und mit einem Grundvertrauen oder bringen Sie derartige Momente aus der Fassung?

*Herausforderungen, die mit denen ich in der letzten Zeit konfrontiert wurde:*

---

---

*Gefühle, die ich damit verbinde:*

---

---

*Meine ersten Gedanken, wenn ich Herausforderungen gegenüberstehe:*

---

---

Durch diese kurze Selbstreflexion können Sie sehen, wie stark Ihr Vertrauen in sich selbst ausgeprägt ist und ob hier noch Handlungsbedarf besteht. Falls Sie sich an dieser Stelle noch weiterentwickeln möchten, ist es zunächst einmal beruhigend zu wissen, dass selbst Erfolgsmenschen mit einem sehr tiefen Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten manchmal an die Grenzen ihrer eigenen Kompetenz kommen. Der grundlegende Unterschied ist lediglich ihr Umgang mit derartigen Situationen:

Erfolgsmenschen sind klare „Ich-kann“-Menschen. Sie wissen im ersten Moment oft ebenfalls nicht wie sie ein Problem lösen werden - doch sie wissen, dass sie es können: „Ich weiß noch nicht wie, doch ich werde es schaffen!“ ist die grundlegende Überzeugung dieser Personengruppe. Erfolgsmenschen sind auch oft nicht klüger und intelligenter als andere Menschen, sondern werden lediglich von einem tiefen Vertrauen in sich selbst geleitet. Sie wissen, was sie können und setzen ihre Kompetenzen und ihr Selbst-Vertrauen gezielt zur Problemlösung ein, statt sich auf ihre Schwächen zu konzentrieren. Dabei steigt ihr Vertrauen in ihre Fähigkeiten mit jeder erfolgreich gemeisterten Herausforderung. Mit jeder erfolgreich gemeisterten Herausforderung steigt das Erfahrungswissen, dass Probleme lediglich Herausforderungen sind.

Der Aufbau eines gesunden Selbstvertrauens also eng mit unserer Potentialerkennung verknüpft. Doch wie können wir unsere Talente erkennen und somit Vertrauen ins uns selbst und unsere Fähigkeiten aufbauen?

**Kurze Übung:**

Was können Sie Ihrer Meinung nach besonders gut? Wichtig: Beachten Sie jedes Talent und jede Stärke, auch wenn es Ihnen noch so nichtig erscheint. Mit gezieltem Kompetenzerwerb können Sie jedes Ihrer Talente zu einer Stärke ausbauen!

Diese Tätigkeiten bereiten mir große Freude:

---

---

Bei folgenden Aufgaben/Beschäftigungen vergesse ich die Zeit:

---

---

Diese Tätigkeiten brachten mir die größten Erfolge:

---

---

**Betrachten Sie Ihre Auflistungen nun genau – hinter Ihrem Hobby zum Kreuzworträtseln kann sich ein Talent zum strategischen Denken verbergen, hinter der Begeisterung zum Basteln ein hohes Maß an Gestaltungsmotivation. Kennen Sie nun Ihre Talente genau, so wissen Sie, wie Sie diese bewusst einsetzen können, um anstehende Herausforderungen selbstbewusst anzugehen.**

Meine möglichen Talente hinter diesen Tätigkeiten:

---



---



---



---

**Ausblick:**

Lesen Sie im nächsten Report, wie Sie Ihre Talente entwickeln und wirkungsvoll einsetzen können. Wir nehmen Sie außerdem mit auf eine kleine Reise in das menschliche Gehirn und erklären Ihnen, wie sich die beiden Begriffe „Talent“ und „Stärke“ voneinander abgrenzen. Sie dürfen gespannt sein!

Möchten Sie sich weiterentwickeln und mehr über sich erfahren? Wir stellen Ihnen hier mehrere praxiserprobte Instrumente zur Verfügung, mit welchen Sie Ihre Talente erkennen und sich mit gezielten Übungen auch selbst coachen können.

# NEU! Selbstcoaching-Buch für natürlichen Erfolg und Lebensfreude



~~47.00 €~~ **jetzt nur 37.00 €**

Umfang: 122 Seiten

„Wer Erfolg im Leben haben möchte, muss hart dafür arbeiten!“ oder „Im Leben bekommt man nichts geschenkt!“ – kommen Ihnen diese Aussagen bekannt vor?

Natürlicher Erfolg benötigt nichts von alledem. Wenn Sie das tun, was Sie können und Ihnen Spaß macht, werden Sie täglich mit Freude Höchstleistungen bringen.

Mit diesem Buch erarbeiten Sie sich Grundlagen zu natürlichem Erfolg und Lebensfreude – denn Selbstbewusstsein bedeutet „sich selbst bewusst sein“.

In "INITIALUS - dein innerer Held" werden Sie dabei durch aufeinander aufbauende Coaching-Übungen unterstützt.

**Entdecken Sie Ihren inneren Helden und lernen Sie ihn lieben!**

Bestellungen über den Shop auf [www.talent-analyse.de](http://www.talent-analyse.de)