

---

Selbsttest

# TALENTWERKSTATT

Anf geht's - lektion 1



# Frage 1

Ein Talent ist ...

- a) eine Gabe, die mich auszeichnet.
- b) etwas, das ich beherrsche und wiederholen kann.
- c) eine Gnade, die einigen wenigen vorbehalten ist.
- d) eine Fähigkeit, die ich entwickelt habe.



# Frage 2

Ich denke, ein Talent ist  
...

- a) eine besondere Begabung für etwas, das in verschiedenen Bereichen eingesetzt werden kann.
- b) etwas, das auch in anderen Bereichen genutzt werden kann, wenn ich mich darum bemühe.
- c) eine zufällige Erscheinung, die in verschiedenen Bereichen auftreten kann.
- d) ausschließlich auf einen einzigen Bereich beschränkt.



# Frage 3

Haben alle Menschen  
Talente?

a) Ja, jedoch sind sich die wenigsten Menschen ihrer Talente bewusst.

b) Ja, doch ist es schwierig, diese zu entdecken.

c) Nein. Lediglich einige wenige wurden vom Schicksal begünstigt.

d) Nein! Es gibt kein Talent!



# Frage 4

Je mehr Talente, umso besser! - Was denkst du zu dieser Aussage?

a) Ich denke, es ist besser, wenige Talente zu haben und dafür zu wissen, wo und wie diese genutzt werden können.

b) Ja, es ist jedoch wichtig zu wissen, ob diese Talente nützlich und wie sie einzusetzen sind.

c) Es schadet nicht, etwas im Überfluss zu haben, daher JA!

d) Auf Talent kommt es nicht an, daher NEIN!



# Frage 5

Es ist wichtig, die persönlichen Schwächen zu kennen und zu verbessern.

a) Warum soll ich mich mit etwas befassen, das ich nicht kann? Also **NEIN!**

b) Talent entwickelt sich nicht durch Grübeln über meine Defizite. Also **NEIN!**

c) Mittelmaß kann nicht zufriedenstellend sein. Daher **JA!**

d) Nur wer seine Probleme löst, hat Erfolg im Leben. Daher **JA!**



# Frage 6

Ist es deiner Meinung nach sinnvoll, seine Stärken zu kennen und diese weiter zu entwickeln?

a) Ja, denn dann kann ich sie mit einem Hebeleffekt nutzen!

b) Ja, denn das stärkt Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl.

c) Nein. Stärken sind viel zu sehr vom genauen Kontext abhängig.

d) Nein. Es genügt zu wissen, dass ich Stärken habe. Ich brauche sie nicht noch weiter zu entwickeln.



# Frage 7

Denkst du, dass eine positive Eigenschaft von dir gefördert werden sollte?

a) Ich könnte davon profitieren, also JA!

b) Das denke ich ab und zu, also JA!

c) Ich kenn mich selbst gut genug um ausdrücken zu können, was in mir ist. Also NEIN.

d) Wozu sollte das für mich von Nutzen sein? Also NEIN!





# Frage 8

Fieberst du dem Moment entgegen, in dem deine Chance kommt?

a) Es wäre toll zu sehen, womit ich mich abheben kann - um dann einfach weiterzugehen. Also JA!

b) Das würde mir schon gefallen. Ich tue jedoch nichts dafür.

c) Das ist eher eine Wunschvorstellung als eine reale Möglichkeit. Wozu also?

d) Da ich mich ausschließlich auf mich verlasse, erwarte ich sowas nicht!



# Frage 9

Wurdest du in deiner Kindheit oft für deine positiven Eigenschaften und Fähigkeiten gelobt?

a) Oh ja, daran erinnere ich mich noch sehr gut!

b) Schon. Ich weiß nur nicht, was ich mit diesen Erinnerungen anfangen soll.

c) Nein, es gibt da keine Erinnerung, mit der ich etwas anfangen kann.

d) Nein, dazu fällt mir rein gar nichts ein.



# Frage 10

Wirst du heute öfter für deine Qualitäten und Fähigkeiten gelobt?

a) Ja, und das tut mir gut. Ich komme dadurch gut voran.

b) Ja, doch ich bezweifle, diese Fähigkeiten tatsächlich zu besitzen.

c) Nein. Und wenn, dann ist es sicher nicht ehrlich gemeint, sondern nur Schmeichelei.

d) Nein. Und selbst wenn würde ein Lob an mir nichts ändern.



# Frage 11

Hast du dein Umfeld schon einmal gebeten dir zu sagen, welche positiven Eigenschaften es besonders an dir schätzt und welche deiner Fähigkeiten besonders auffallen?

a) Ja, denn dann weiß ich, worauf ich mich stützen kann.

b) Ja, denn ich möchte immer gern wissen, wie andere mich sehen.

c) Wozu? Um meinem Ego zu schmeicheln? Also **NEIN!**

d) Wozu sollte das gut sein? Also **NEIN!**



# Frage 12

Was empfindest du, wenn dir etwas so richtig gut gelungen ist?

a) Ich freue mich, da ich wirklich Fähigkeiten habe, die ich nutzen kann.

b) Ich freue mich zwar, doch ich bin mir nicht sicher, ob mir das noch einmal gelingen kann.

c) Glück gehabt. Umso besser!

d) Das hätte jeder andere auch geschafft.



# Frage 13

Was machst du, wenn du etwas erreichen willst, das dir WIRKLICH am Herzen liegt?

a) Ich bringe alle meine Fähigkeiten, Kompetenzen, all meine Talente, von denen ich weiß, ein.

b) Ich mobilisiere meine Ressourcen - das reicht!

c) Ich vertraue auf mein Glück - komme was wolle!

d) Ich hoffe, dass es funktioniert, doch ich zweifle an meinem Erfolg.



# Frage 14

Du warst bereits einmal mit einem Projekt erfolgreich - und jetzt kommt es nochmal auf dich zu!

a) Da ich den Ablauf vom letzten Mal schon kenne, greife ich darauf zurück.

b) Da ich damit schon einmal erfolgreich war denke ich, dass ich diesen Erfolg wiederholen kann.

c) Ich analysiere die Situation - so, als wäre es das erste Mal.

d) Ich hoffe, dass ich auch dieses Mal Glück habe



# Frage 15

Stell dir einmal vor, du wüsstest über 4 oder 5 deiner hauptsächlichsten Talente Bescheid.

- a) Das würde mir mit Sicherheit sehr helfen, mein Lebensprojekt zu verwirklichen und mehr daraus zu machen.
- b) Das würde mir einen Vorteil verschaffen, der mir bei bestimmten Gelegenheiten mit Sicherheit zugutekäme.
- c) Das wäre zwar nicht wesentlich, aber warum nicht.
- d) Das würde daran, was und wie ich etwas mache, nicht viel ändern.





Ermittele  
deine  
Punkte

Für jedes a) gibt es 3 Punkte

Für jedes b) gibt es 2 Punkte

Für jedes c) gibt es 1 Punkt

Für jedes d) gibt es 0 Punkte



# Anflösung

## Du hast 31 bis 45 Punkte

Du hast eine dynamische Sicht auf dein Leben. Anstatt deine Schwächen korrigieren zu wollen arbeitest du lieber daran, deine Stärken zu stärken. Es ist dir wichtig, eine konstante und perfekte Leistung abzuliefern. Die Kombination Talent + Wissen + Know How ist eine Kombination für Gewinner. Sie verspricht ein gutes Vorankommen . Du hast dadurch auch ein erheblich besseres Selbstwertgefühl und folglich mehr Selbstvertrauen. Die perfekte Ausgangsbasis für Weiterentwicklung und Selbstverwirklichung.



# Anflösung

**Du hast 16 bis 30 Punkte**

Du hast eine bestimmte Vorstellung davon, was Talent ist. Du denkst jedoch auch, Talent ist rar gesät. Du bist davon überzeugt, dass Talent "kontextabhängig" ist. Du glaubst, dass sich auch jenseits des Talents etwas verbirgt, das bei genauem Hinschauen etwas bewirken kann. Es fällt dir schwer dir vorzustellen, dass Talent bewusst eingesetzt werden kann.



# Anflösung

Du hast 0 bis 15 Punkte

Du glaubst nicht wirklich an Talent. Für dich gibt es sowas wie Talent nicht. Mozart ist ein Talent - doch du bist nicht angesprochen.

Möglicherweise bist du noch nicht bereit, diesen Teil deiner Persönlichkeit anzuschauen oder zu vertiefen. Vielleicht möchtest du das auch gar nicht?



# Letzte Frage!

Was wäre, wenn du doch  
ein Talent hättest?

Was könnte das sein?  
Und was könntest du damit erreichen?

Was könntest du erreichen,  
wenn du dir deines Talents  
bewusst würdest?



Letzte  
Frage!

Wie ist der Test für dich ausgegangen?

Findest du dich in dem Ergebnis wieder?

Sei gespannt auf die nächste Lektion!