



Duurzaam opladen  
Met talent

VIVO

 @lukdewulf  
talentenfluisteraar  
[www.kiezenvoortalent.be](http://www.kiezenvoortalent.be)  
[luk@kiezenvoortalent.be](mailto:luk@kiezenvoortalent.be)





Iedereen heeft talent....



# Talent gaat over activiteiten



Die **moeiteloos** gaan en **voldoening** geven



Die maken dat de **tijd** vliegt



Die je batterijen **opladen**



Die maken dat je **authentiek** jezelf kan zijn





Er is alleen maar talent als het wordt gezien....



Weten waar je echt goed in bent

Talent  
in  
Actie





**TALENT IN ACTIE = TALENT + GEDRAG + CONTEXT**





Waar  
haal ik mijn drive  
vandaan?

**bezige bij  
aansteker  
zichtbare presteerder  
foutenspeurder  
grenzenverlegger  
jazegger  
rots  
nieuwfreak**

Hoe ga ik om  
met anderen en de  
omgeving?

**groepsdier  
vertrouweling  
sfeervoeler  
trouwe vriend  
woordkunstenaar  
kansengever  
stille helper**

Hoe krijg  
ik anderen in  
beweging?

**groeimotor  
uitblinker als ik dat wil  
sterkte architect  
bruggenbouwer  
samenbrenger  
positivo  
zinzoeker  
meetrekker**

Hoe bouw ik  
kennis op en los ik  
problemen op?

**ontrafelaar  
ontstaansbegrijper  
kennispons  
toekomstdenker  
doordenker  
weger  
buikdenker  
herkauwer**

Hoe  
organiseer en  
creëer ik?

**ideeenfontein  
momentgenieter  
beeldorganisator  
doorzetter  
planmaker  
mooimaker  
bewuste beweger  
creatieve maker**

**IK  
KIES VOOR  
MIJN  
TALENT**

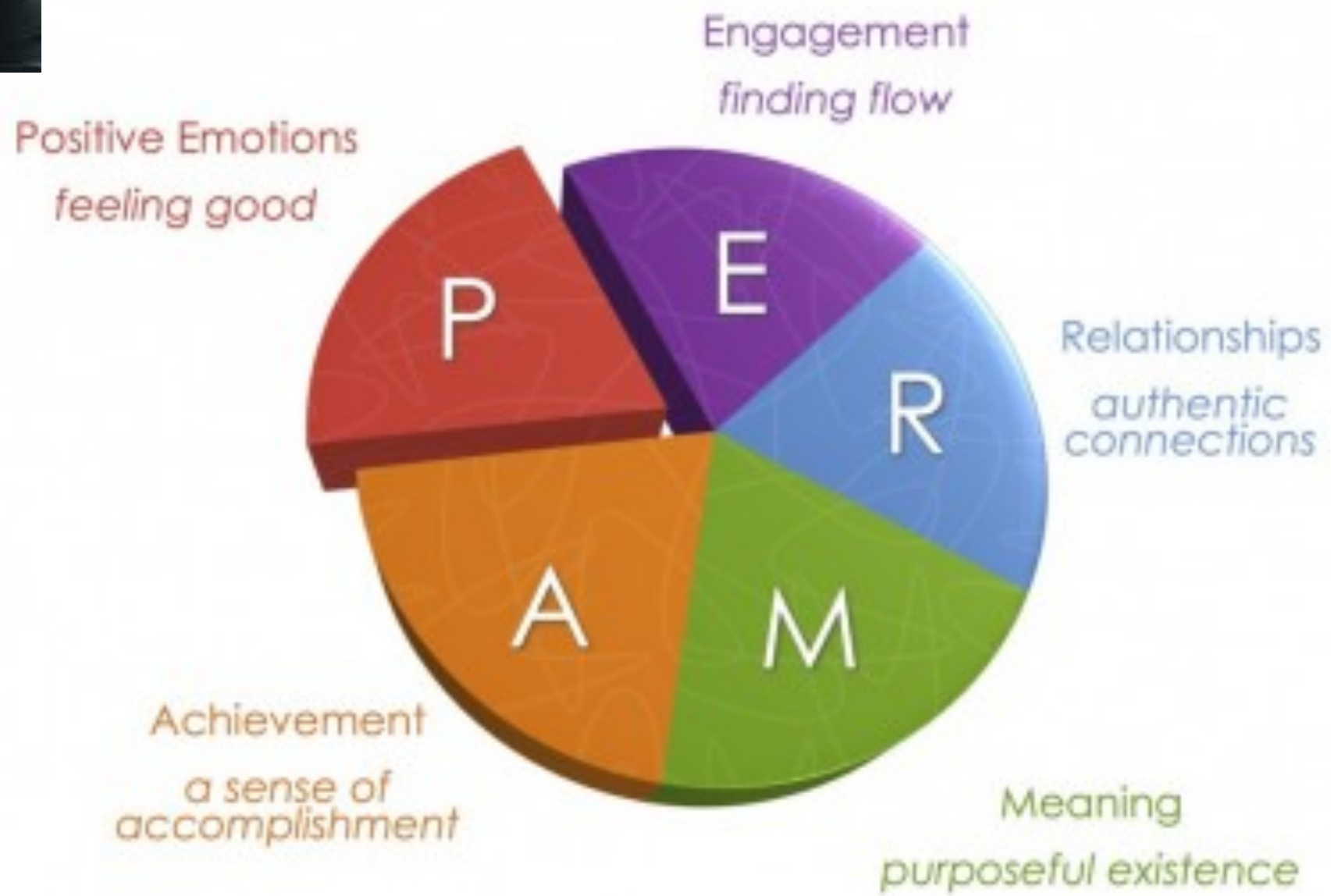


Ik doe waar ik goed in ben  
Het levert me energie op  
Ik voel me gezien en  
gewaardeerd

Ik twijfel aan mijn competentie  
Het kost me te veel energie  
Ik voel me niet gezien en  
gewaardeerd









Stresshormoon  
**CORTISOL**  
onder  
controle  
Gelukshormoon  
**DOPAMINE**  
neemt toe

Sympathische zenuwstelsel  
(= gaspedaal)  
Para-sympathisch zenuwstelsel  
(= rempedaal)  
TEGELIJK ACTIEF: “relaxte  
alertheid”

=“hard werken”  
“diepe ademhaling”  
“betere hartslag”  
“eu-stress”

