

Frans van Leeuwen

A V N

K L

Dé succesformule
voor mannen:
**Vervelen + falen =
scoren**

T E N

Kloot jezelf succesvol

NEE
NOK
NAVA

Frans van Leeuwen

A V N

K

L

Dé succesformule
voor mannen:
Vervelen + falen =
scoren

T

E

N

Kloot jezelf succesvol



Uitgever: S2uitgevers

Redactie: Rinus Vermeulen

Correctie: Edwin den Os

Vormgeving: Douwe Hoendervanger

Druk en afwerking: Tipoprint BV

ISBN 978-94-93282-02-5

NUR 770

Eerste druk, juni 2022

Copyright © Frans van Leeuwen, 2020

Als je dit boek onder de scanner of het kopieerapparaat legt, vraag je dan even af of dit recht doet aan alle uren werk die aan dit boek zijn besteed. Het overnemen van kleine stukjes tekst voor gebruik in kleine kring is geen probleem. Bedrijven, overheids- en onderwijsinstellingen die een deel van de tekst willen kopiëren kunnen een bijdrage overmaken aan Stichting Reprorecht. Twijfel je hierover of wil je foto's of (delen van) dit boek overnemen voor commerciële doeleinden, neem dan contact op met de uitgever.

www.S2uitgevers.nl

INHOUD

Voorwoord: ‘Ga jij maar es een beetje aankloten’	7
Winkelkarretjes verkopen	10
Ik ga dood!	11
Angst en onzekerheid	13
Google liegt nooit	15
Complete kortsluiting	16
Falen was geen optie	17
Een typisch burn-outdingetje	18
Mindfulness voor mannen	18
Humor, spelen en actie	20
Inleiding: Wat is aankloten?	23
Grote aankloters uit de geschiedenis	26
De mogelijkheid dat je geluk krijgt	27
Presteren versus aankloten	28
Een collectieve burn-out	29
Druk zijn is een statusdingetje	30
In flessen plassen	31
De 80/20 procentregel	32
Aanklootregel 1: Maak ruimte voor spel	35
1.1 We spelen steeds minder buiten	37
1.2 Spelen voor volwassenen	45
1.3 Hoe kun je weer leren spelen?	48

Aanklootregel 2: Zoek de verveling op	55
2.1 Verveel je rot	57
2.2 De kracht van verveling	60
2.3 Creativiteit en experimenten	63
Aanklootregel 3: Sta open voor falen	67
3.1 Doorbreek de prestatiecultuur	69
3.2 Faalverhalen	74
3.3 Hoe kun je leren falen?	78
Aanklootregel 4: Durf kwetsbaar te zijn	87
4.1 Kwetsbaarheid voor mannen	89
4.2 De kracht van kwetsbaarheid	93
4.3 Hoe kun je oefenen met kwetsbaarheid?	99
Aanklootregel 5: Neem jezelf niet te serieus	105
5.1 Een veel te interessante functietitel	107
5.2 Wat als jij jezelf niet meer serieus neemt	116
5.3 Hoe neem jij jezelf minder serieus?	123
Conclusie: Hoe word jij een goede aankloter?	135
Een aanklootaanpak voor de aanklootmaterie	137
Het aanklootjaar	138
Aankloten op het werk	139
Vijf regels voor het betere aankloten	141
Vijf praktische tips voor aankloters	145
Bronnen	149

VOORWOORD



'GA JIJ MAAR ES EEN BEETJE AANKLOTEN'

Je kunt je misschien moeilijk voorstellen dat er ooit een dag komt dat je tegen iemand zegt: 'Ga jij maar es een beetje aankloten.' Waarom het juist enorm sympathiek is om dit tegen je collega, partner, kind, vriend of vriendin te zeggen weet je na het lezen van dit boek.

Ben jij een kenniswerker? Ben jij iemand die altijd het beste uit zichzelf wil halen, maar heb je ook weleens gemerkt dat hier grenzen aan zitten? Ben jij net als ik iemand die gevoelig is voor presteren? En heb je gemerkt dat je op zoek bent naar een nieuwe modus voor persoonlijke groei? Geloof jij in zelfacceptatie in plaats van in zelfoptimalisatie? Geloof je een klein beetje in maakbaarheid, maar soms ook helemaal niet? Neem je alles niet al te serieus? Dan is dit boek echt iets voor jou!

Mijn naam is Frans van Leeuwen. Acht jaar geleden richtte ik samen met een vriend het bedrijf EnergyPlatform op. Vanuit onze eigen frustratie besloten we om onze corporate kantoorbanen op te zeggen. We hadden één missie: we wilden het bedrijfsleven een stukje energiever en vitaler maken. Want daar ontbreekt het nog weleens aan. En daar komen we nog steeds iedere dag ons bed voor uit. Voordat ik dit bedrijf ben gestart, heb ik behoorlijk hard moeten werken om te staan waar ik nu sta. Na een onstuimige jeugd met veel ruimte voor kattenkwaad en grenzeloosheid kwam ik terecht op het speciaal onderwijs. Mijn pad vervolgde zich via de mavo naar een mbo-opleiding sport aan het CIOS. Daarna besloot ik door te pakken. Ik ging naar het hoger onderwijs en ik behaalde in één jaar mijn propedeuse bij de opleiding bestuurskunde. Ik had de smaak te pakken en ik ging daarna meteen door naar de universiteit. Ik rondde een bacheloropleiding bestuurskunde af en ik behaalde mijn master bestuurs- en organisatiewetenschap aan de Universiteit Utrecht. Na het behalen

van mijn master was mijn vader zó opgelucht en trots dat hij een advertentie in de krant plaatste. Want geloof me, mijn ouders hebben behoorlijk wat stress gehad van alle kapriolen die ik heb uitgehaald.

WINKELKARRETJES VERKOPEN

Als kind heb ik alle ruimte gehad om aan te kloten. Zo was ik dagelijks bij de lokale supermarkt te vinden waar ik winkelkarretjes verkocht aan mensen. Met het lipje van een blikje frisdrank kon je een gulden nabootsen, waardoor je de karretjes van het slot kreeg. Ik liep quasinonchalant op de rij winkelkarren af en zorgde dat ik op het juiste moment iemand aansprak die net een gulden uit zijn portemonnee wilde pakken om het karretje te ontkoppelen. Ik vroeg dan: ‘Goh mevrouw, wilt u mijn karretje overnemen?’ Waarop de vrouw antwoordde: ‘Oh wat fijn, dat is handig.’ Bij het inleveren van het winkelkarretje kwamen mensen er vervolgens achter dat er geen gulden in zat, maar een lipje. Ik verdiende er zomaar tien gulden per dag mee. Helaas moest ik wel vaak van supermarkt wisselen, omdat ik boze mensen achter me aan kreeg. Het ging maar om een gulden, maar mensen voelden zich behoorlijk bedrogen. Die aanklootmomenten hebben me soms in de problemen gebracht, maar ik heb er ook veel van geleerd.

Toen ik wat serieuzer werd en ging studeren, en later toen ik aan het werk ging en een bedrijf startte, werd ik langzaam besmet met het prestatievirus. Bewijsdrang, altijd op zoek naar meer en niet meer durven te falen, brachten me uiteindelijk in een burn-out. En opeens realiseerde ik me dat ik al jaren niet meer echt had aangekloot. Iets dat ik van nature best goed kon, maar dat ik was vergeten, omdat ik volledig op was gegaan in de waan van de dag.

IK GA DOOD!

Het is een koude en grauwe zaterdagochtend, 2018 is nog maar net begonnen. Omdat ik bezig ben me voor te bereiden op de marathon van Tokio heb ik deze ochtend een lange duurloop op het programma staan. Ik begin de ochtend rustig, ik trek mijn loopkleding aan en stap de deur uit. Net als bij mijn andere lange duurlopen loop ik zo ver mogelijk van huis weg, dan weet ik zeker dat ik ook weer net zo ver terug moet lopen. Het lopen gaat vrij lekker en zonder problemen ren ik zo kilometer. Ik heb nog ongeveer 10 kilometer te gaan, dus ik besluit om het tempo nog een klein beetje op te voeren.

Ondertussen loop ik ergens in een niemandsland tussen de mistige weilanden. Als ik de kruising bereik van een paar smalle looppaden, wil ik in een stevig tempo de bocht door lopen. En terwijl ik de bocht neem, lijkt het ineens alsof mijn lichaam niet meer wil. Mijn horloge laat een enorme piek in

mijn hartslag zien en ik voel mijn spieren slap worden. Op dat moment denk ik dat ik een hartaanval krijg. Ik zak door mijn knieën, mijn leven flitst aan me voorbij en er raast een stortvloed aan paniek door mijn hoofd. Ik ben hier helemaal alleen, niemand kan me helpen, ik ga dood!

Een aantal seconden later worden mijn gedachten weer wat helderder. Ik realiseer me dat dit geen hartaanval kan zijn. Ik weet alleen niet wat het dan wel is. Ik besluit in een rustig tempo door te lopen. Mijn telefoon heb ik thuisgelaten, dus ik kan niemand bellen. Ik bedenk dat ik voor de kortste route naar huis nog zo'n vijf kilometer af moet leggen. Het lijkt ineens een onoverkomelijke afstand. Een paar honderd meter verderop krijg ik het gevoel dat ik weer in elkaar ga zakken. Ik houd mezelf met moeite overeind, de paniek- en angstgevoelens worden steeds heftiger. Weer schiet door mijn hoofd dat dit weleens het einde zou kunnen zijn. Hoewel ik verder jog, slaan om de paar honderd meter de angstgevoelens opnieuw toe. Mijn hartslag schiet alle kanten op.

Intussen ben ik terug in de bewoonde wereld gekomen. Uit schaamte durf ik niemand aan te spreken en te vertellen wat er met me aan de hand is. Ik weet trouwens niet eens wát er aan de hand is. Ik besluit om de drukkeren wegen te volgen. Stel dat ik omval, dan word ik in ieder geval snel gevonden. Het afleggen van de resterende kilometers naar huis voelt als een volledige marathon.

Thuis wil ik mijn vrouw vertellen wat er is gebeurd, alleen lukt het me niet goed om onder woorden te brengen wat er nou aan de hand was. Ik snap het zelf ook niet en mijn vrouw denkt dat ik voor de zoveelste keer weer iets te hard heb gelopen. De afgelopen jaren ben ik wel vaker compleet afgepeigerd thuisgekomen na een lange duurloop.

ANGST EN ONZEKERHEID

Dat weekend word ik regelmatig overrompeld door gevoelens van angst en onzekerheid. Wat is er met me aan de hand? Zou dit nu al het einde betekenen van mijn leven zoals ik dat voor me zie: energiek, sportief, dynamisch? Die maandag besluit ik thuis te werken. Met goede moed zet ik mijn laptop aan. Ik wil mijn wachtwoord intoetsen ... En verrek, ik weet niet meer wat mijn wachtwoord is. Ik raak compleet in paniek en begin hevig te ademen, zonder dat ik lucht binnen lijk te krijgen. Dit heb ik nog eerder nooit gehad. Wat gebeurt er? Later wordt me verteld dat dit hyperventilatie is.

In verwarring bel ik mijn zakenpartner en vriend Tijs en ik probeer hem uit te leggen wat er gebeurd is. Hij onderbreekt mijn warrige relaas en vraagt of ik naar kantoor kan komen, dan bespreken we het daar rustig. Met de moed der wanhoop pak ik, nog steeds onregelmatig ademend, mijn fiets en rijd de straat uit. Tot ik 200 meter van huis ben en de paniek opnieuw

hevig toeslaat. Ik besluit om rechtsomkeert te maken, want het fietstochtje van vijf kilometer lijkt ineens een wereldreis.

Tijs rijdt vanaf kantoor naar mijn huis en brengt me naar mijn ouders. Ik voel me hulpeloos en kwetsbaar. Volledig ontredderd kom ik bij mijn ouders aan. Ik beef van angst. Ik voel me klein en hulpeloos, als een jochie dat uit komt huilen bij zijn ouders.

De dagen daarna wordt me langzamerhand duidelijk dat het niet goed met me gaat. Wat er precies met me gebeurt, weet ik niet, maar het heeft iets te maken met angst, overspannenheid, burn-out, depressie; in elk geval iets wat ervoor zorgt dat ik niks meer kan. In de onrustige weken die hierop volgen, besluit ik in therapie te gaan. De huisarts sla ik snel over als ik hoor dat ik minimaal zes weken moet wachten voor ik geholpen kan worden. Via mijn eigen netwerk kan ik binnen een week bij een sportpsycholoog terecht. Ik leg mijn werkzaamheden stil en ik breng mijn dagen in eenzaamheid door. Ik voel me leeg, angstig, verrot en vooral heel erg gespannen. Ik heb het gevoel dat niemand me begrijpt en ik ben kwaad op mezelf omdat ik dit zover heb laten komen. Het voelt alsof ik niet meer meedoe, alsof ik de wedstrijd heb verloren. Ik ben moegestreden, terwijl ik altijd zo mijn best doe. De eerste weken voel ik me slachtoffer van mijn eigen falen.

Hoe ellendig ik me ook voel, toch ben ik gek genoeg blij dat er iets is gebeurd om me wakker te schudden, want de manier waarop ik leefde voelde niet meer passend. Het knaagde aan me. Ik leefde constant op de grenzen van wat ik aankon. Ik was immers niets anders gewend. Keihard werken, sporten, feesten, niets willen missen. Het was allemaal onderdeel van mijn dagelijks leven. En ik was er ook best goed in. Het voelde ook lekker om de grenzen op te zoeken, het was alles of niets, maar het putte me uit.

GOOGLE LIEGT NOOIT

Het is voor mij op dat moment een schrale troost dat ik niet de enige ben. De zelfstudie naar mijn klachten is geopend en ik struin het hele internet af met zoektermen als 'Hoe voelt een burn-out', 'Hoe lang duurt herstel van een burn-out', 'Kun je doodgaan aan hartkloppingen', 'Wat zijn paniekaanvallen'.

Zoals een vriend mij eens vertelde, kom ik er zelf ook achter dat Google in principe nooit liegt. De antwoorden die ik krijg, zijn net zo beangstigend als de vragen die ik stel. Deze klachten kom ik waarschijnlijk nooit meer te boven en ik kan mijn bedrijf opdoeken, mijn relatie beëindigen, of er gewoon helemaal mee kappen. Mijn gedachten zijn een enorme chaos, er schiet van alles door mijn hoofd en ik kan hoofd- en bijzaken nauwelijks van elkaar scheiden. Mijn dagelijkse zoektocht op Google is ook niet bevorderlijk voor mijn gemoedstoestand.

COMPLETE KORTSLUITING

De meest eenvoudige dagelijkse handelingen kosten me de grootste moeite. Bij een bezoek aan de supermarkt lijkt het drukke gangpad een oorlogsgebied. Als ik een betaling moet doen, ben ik bang dat ik het geld naar de verkeerde rekening overmaak. Mijn WhatsApp durf ik niet meer te openen, omdat ik bang ben voor te veel prikkels. Zo besluit ik tijdens de eerste weken van mijn burn-out twee keer per week te gaan zwemmen. Een hele onderneming voor iemand die een burn-out heeft. Een rood verkeerslicht kan op zo'n moment gek genoeg al je hele dag verprutsen. Wanneer ik op een zekere ochtend naar het zwembad rijd, blijkt het dicht te zijn. Dat betekent voor iemand met een burn-out complete kortsluiting.

Ik stap vervolgens als een dwaas in de auto om naar een ander zwembad te gaan. Aangekomen bij het andere zwembad blijkt het krokusvakantie te zijn, dus het zit helemaal vol met krijsende kinderen. Ik besluit toch naar binnen te gaan en sta na tien minuten helemaal overprikkeld weer buiten. De rit terug naar huis door een rustige wijk in Utrecht lijkt een eindeloze tocht door het verkeer in Bangkok. Althans, dat vertel ik wanneer ik hyperventilerend in de auto met Tijs bel. Ik weet er niet heel veel meer van, maar als ik eraan terugdenk moet ik er vooral heel hard om lachen.

FALEN WAS GEEN OPTIE

De beangstigende ervaring op die kille januaridag in 2018, met alles wat daaruit voortvloeyde, was voor mij de aanleiding om dit boek te schrijven. Al jaren riep ik dat ik dat wilde. En toen ik in overspannen en uitgeputte toestand bij mijn psycholoog terecht kwam herhaalde ik die woorden, ondanks dat ik me nog nooit zo slecht had gevoeld. Gedurende een maand of zes ging ik door een diep dal, gekenmerkt door uitputting, heftige angstgevoelens, en zelfs momenten waarop ik het leven niet meer zag zitten. Ik kon het op dat moment niet verdragen dat ik van iemand met een succesvolle status was gedegradeerd naar, in mijn ogen, iemand van loserniveau. Het nastreven van succes had ik tot het belangrijkste doel gemaakt in mijn leven. Mijn toestand voelde als falen. Dat kwam mede doordat ik mijn hele identiteit had gekoppeld aan het presteren en doelen bereiken. Falen was geen optie in het leven dat ik leidde. Succes was in mijn ogen maakbaar en dus was ik zelf geheel verantwoordelijk voor wat er plaatsvond. Van dat eerste ben ik nu niet meer overtuigd, maar gelukkig heeft dit laatste besef er uiteindelijk ook toe geleid dat ik er sterker uit ben gekomen.

EEN TYPISCH BURN-OUTDINGETJE

Dat 'er sterker uit komen' is een typisch burn-outdingetje. Als je een gemiddelde blog, een doorsnee boek of een willekeurig magazine leest, dan voert deze boodschap zo'n beetje de boventoon. Wat voor ziekte of aandoening ze ook hebben overwonnen, mensen vertellen vaak dat ze er sterker uit zijn gekomen. Ondanks dat ik hier een klein beetje van moet kotsen, moet ik eerlijk bekennen dat ik dit zelf ook zo ervaar. Misschien is het wel een dingetje van 'glas half leeg of glas half vol', waarbij ik van nature naar half vol neig. Mijn definitie van sterk zijn is na deze periode compleet veranderd. Sterk zijn zag ik als fysiek sterk zijn, doen alsof ik alles weet, hard zijn voor mezelf, weigeren om opgeven als optie te overwegen, geen angst toelaten en geen kwetsbaarheid tonen. Mijn blik hierop is veranderd. Nu zie ik sterk zijn anders; wel nog steeds als fysiek sterk zijn, maar ook als aardig zijn voor jezelf, om hulp durven vragen, grenzen kunnen stellen, je onzekerheden en angsten onder ogen zien en ze bespreekbaar maken.

MINDFULNESS VOOR MANNEN

Ik wilde zo snel mogelijk van die burn-out af en weer aan het werk. Kruidenthee, meditatie, massages, wandelen en sudoku's, ik heb alles geprobeerd. Veel van die bezigheden komen op hetzelfde neer: lichaam en geest tot rust brengen. En alles wat ik deed, probeerde ik rustig en met aandacht uit te voeren.

Maar dat was ik helemaal niet gewend, want alles ging altijd snel en met veel energie. Die softe, langzame en liefdevolle aanpak voelde onwennig. En wanneer ik op internet zocht naar dingen die konden helpen, kwam ik toch snel op blogs of artikelen die met alle goede bedoelingen door vrouwen waren geschreven. Ik heb me helemaal suf gelezen over burn-out, depressie, angstklachten en ik heb allerlei zelfhulpboeken doorgebladerd op zoek naar ervaringsverhalen en tips om ervan af te komen. Het was allemaal zo serieus en zweverig. Ik miste ervaringsverhalen van mannen, met een beetje humor en zelfspot.

Omdat ik me er als man over verbaasde dat er zo weinig over burn-out werd geschreven en gepraat, ben ik met verschillende directieleden van bedrijven in gesprek gegaan om te achterhalen hoe zij omgaan met medewerkers die burn-outklachten hebben. De directieleden die ik heb gesproken waren overigens allemaal mannen. In één van die gesprekken zei een CEO tegen me: 'Wist je dat burn-out in België officieel helemaal niet bestaat? Daar is het helemaal geen beroepsziekte. Een tijdje geleden hadden we ditzelfde fenomeen, alleen dan met RSI. Toen had iedereen ineens RSI-klachten.'

In een gesprek dat ik later voerde met psychiater Esther van Fenema bleek dat er zelfs onder zorgprofessionals veel discussie is over het begrip burn-out. 'Ik weet niet zo goed wat een burn-out is, dat vinden wij als psychiaters heel lastig. Het is ook geen classificatie van de DSM. Het is iets wat in de

maatschappij nu heel veel voorkomt. Aan de ene kant van het spectrum denk ik dat het gewoon depressies zijn, maar daar zit natuurlijk ook een taboe op. “Burn-out” klinkt misschien meer sexy. Maar aan de andere kant heb je natuurlijk ook mensen die zich qua leefstijl over de kling hebben gejaagd en die daardoor dan ontregeld raken. Ik vind het een containerbegrip. Het risico van het begrip burn-out is dat je daardoor soms niet de goede diagnostiek of behandeling kunt geven. Dat is mijn zorg als psychiater.’

HUMOR, SPELEN EN ACTIE

Ik realiseerde me dat je bij veel mannen ook helemaal niet aan moet komen met dit soort vage en ongrijpbare klachten. Dat is zo’n beetje hetzelfde als tegen een doorgewinterde obesitaspatiënt vertellen dat bewegen gezond is. Je voelt het niet, je begrijpt het niet, het komt niet binnen, dus het is ‘lekker belangrijk’. Als ik dicht bij mezelf wilde blijven, dan zou ik die softe aanpak van mijn burn-out achter me moeten laten. Dat ‘dicht bij jezelf blijven’ is trouwens ook zo’n lekkere herstelterm. De manier waarop ik uit die burn-out zou proberen te komen was gebaseerd op humor, spelen en actie.

Nadat ik een paar stappen verder was, besloot ik het verhaal van mijn zoektocht op te schrijven. En dat verhaal zou gaan over aankloten. Iets dat veel mensen te weinig doen of eigenlijk iets dat ze verleren zodra ze meer verantwoordelijkheden

krijgen. Als ik terugdenk aan de momenten dat ik lekker puur aan het aankloten was, dan denk ik terug aan mijn studententijd. Ik had een bijzonder clubje met vrienden verzameld. Onze studies namen we best serieus, maar daaromheen waren we behoorlijk veel aan het aankloten. We hadden een ritueel: eens in de zoveel tijd gingen we gourmetten. Bij dat ritueel hoorde dat er die avond spullen van de tafel uit het raam werden gegooid. Het begon met een stukje kipfilet, een vork, een flesje sambasaus en naarmate de avond vorderde gingen er soms ook magnetrons of wasmachines naar beneden. Je kunt je voorstellen dat dit aardig wat kabaal veroorzaakte in de studentenflat, waardoor we op dit soort avonden ook flink wat bezoek van de burens kregen.

Het is overigens een wonder dat dit allemaal goed is gegaan en misschien is dit niet het meest veilige voorbeeld van aankloten, maar misschien is goed aankloten ook niet zo veilig. Wat ik me vooral herinner van die avonden is de lol die we met elkaar hadden. We wisten van tevoren ook nooit wat er allemaal zou gaan gebeuren, maar dat het uit de hand zou gaan lopen dat was een gegeven. Deze herinnering zette me aan het denken. Ik realiseerde me dat dit soort momenten van aankloten een manier voor mij waren om met stress om te gaan. Eigenlijk had ik in die tijd ook helemaal geen last van stress, waarschijnlijk omdat ik lekker veel aan het aankloten was.

Voortdurend bezig zijn met doelen stellen, presteren en grenzen verleggen trekt niemand meer. Je krijgt er stress van en het leven wordt er niet leuker door. En dan kun je wel heel spiritueel gaan zitten mediteren, keihard gaan sporten of elke dag een ijskoud bad nemen en dat met iedereen delen, maar dan ga je van het ene naar het andere moeten. En het verplaatsen van prestatiedrang helpt jou niet naar een relaxed, leuk en succesvol leven.

Wanneer heb jij voor het laatst lekker aan lopen kloten? Je telefoon uitgezet en je intens verveeld? Iets uit het raam gegooid, gewoon omdat het kon? Een weekend verspeeld aan je volkomen nutteloze hobby?

In dit boek neemt Frans van Leeuwen je mee aan de hand van zijn eigen ervaringen, interviews met succesvolle aankloters en verhalen van grote aankloters uit de wereldgeschiedenis. Het zit vol met grappige inzichten en leuke anekdotes. Het zal je leren:

- **waarom presteren je niet altijd verder brengt;**
- **hoe je door aan te kloten net zoveel en soms meer kunt bereiken;**
- **hoe je een juiste balans aan kunt brengen tussen presteren en aankloten;**
- **hoe je volgens vijf aanklootregels oefent voor meer aanklootsucces.**



Frans van Leeuwen (1986)

had een bewogen, maar avontuurlijke jeugd waarin hij veel heeft aangekloot. Via verschillende basisscholen kwam hij uiteindelijk terecht in het speciaal onderwijs. Tot hij besmet raakte met het prestatievirus, zijn masterdiploma Bestuurs- en Organisatiewetenschap behaalde en vervolgens samen met jeugdvriend Tijs Koedam een succesvol bedrijf opbouwde. Alleen één ding was hij onderweg vergeten: aankloten!



9 789493 282025 >



www.s2uitgevers.nl

LAAT LOS
EN BEGIN MET
AANKLOTEN