

Clara den Boer is psycholoog en bedrijfskundige. Ze ontwerpt leiderschapstrajecten voor het bedrijfsleven en schreef het boek *OndernemendGeluk*. Ze is initiatiefnemer van de *Gelukskoffer* – een wetenschappelijk onderbouwd lesprogramma voor basisscholen.

Sorry, mam zo heb je me niet opgevoed

Lieve mam, als je deze column leest: sorry. Zo heb je me niet opgevoed. Maar ook je jongste dochter is eraan schuldig. Zij deed mij het boek met de titel *F*ck It 2* cadeau. Ja echt, een 363 pagina's tellend boek over twee woorden. Het boek zit inmiddels vol ezelsoren, groene arceringen en blauwe aantekeningen in de zijlijnen. Ik las het in één keer uit.

*F*ck it* gaat voor mij over het loslaten van alle verwachtingen waarmee we overspoeld worden op school en in onze opvoeding, maar die behoorlijk in de weg kunnen zitten als je later groot bent. Als ondernemer en alleenstaande moeder van drie kinderen in hun puberfase heb ik een aardig hoog *F*ck it!*-gehalte opgebouwd. Ik doe waar ik in geloof, ben niet bezig met wat anderen van mij denken en creëer een wereld waar ik in geloof. Ik geloof in de goedheid van de mens en dat we met elkaar een betere wereld kunnen creëren. Hopelijk lever ik daar een bijdrage aan. Ik heb echter één zwakke plek en dat is dat ik graag aardig gevonden wil worden. Ik spreek mensen niet aan en ontwijk situaties waarin conflicten dreigen te ontstaan. Alles voor de lieve vrede. Dit weerhoudt me er soms van om te zeggen wat ik ergens écht van vind. Als het aankomt op relaties, kan mijn *F*ck it!*-gehalte kennelijk nog wel een boost gebruiken. Niet voor niets kreeg ik dit boek van mijn lieve zusje subtiel onder mijn neus geschoven.

De afgelopen weken heb ik veel aan het boek gedacht toen ik professionals moest coachen. Deelnemer Theo vertelde over zijn verlangen om minder te werken, maar zijn hypotheek liet dat niet toe. Maria – moeder van drie –



Ik heb het nog nooit gedaan, dus ik denk dat ik het wel kan

vertelde me dat ze tachtig uur werkt omdat ze het gevoel heeft dat ze aan haar mannelijke collega's moet bewijzen dat ze gelijkwaardig is. Maurice wil eigenlijk piano leren spelen, maar vindt zichzelf daar te oud voor. En Pieter werkt iedere avond, want "het is hier normaal dat je om één uur 's nachts je mail beantwoordt." Dat zette me aan het denken. Hoe zou het zijn als wij als kind al geleerd hadden om af te rekenen met verwachtingen van anderen? Waarom zou je stil moeten zitten als bewezen is dat bewegen – ook dat irritante gefröbel – je hersenen stimuleert? En waarom zou je binnen de lijntjes leren kleuren als de meeste innovaties juist ontstaan zijn door het lef om erbuiten te kleuren? Dat is waar *Gelukskoffer* in essentie ook over gaat. Je eigen stem vinden en de wetenschap dat je gedachten invloed hebben op de manier waarop je jouw unieke talenten tot uiting brengt. Loslaten wat anderen willen, over je denken en over je zeggen. En tegelijkertijd denken als Pippi Langkous met haar wereldberoemde uitspraak: "Ik heb het nog nooit gedaan, dus ik denk dat ik het wel kan."

Engbert Breuker wist dit in mijn boek *Ondernemend Geluk* treffend te verwoorden: "Als je hoofd gaat voelen en je hart gaat denken, gaan je handen vanzelf de juiste dingen doen." Zo staan tussen onze hoop en verlangens vaak duizend redenen om iets niet te doen en maar één reden om het wel te doen: omdat jij het graag wilt. Het is soms best oké om die middelvinger in de lucht te gooien en die pianoles gewoon te nemen, ongeacht je leeftijd. Of minder te werken, omdat je je daar beter door voelt. En om bij het binnenkomen van die ene e-mail om één uur 's nachts je computer uit te zetten en te denken: *F*ck it!* 📧