



Wouter Kleinsman

# 'Gewoon doen. De rest is bullshit'

Ondernemers worden veelal afgerekend op bedrijfsprestaties en financieel succes. Moet anders, vindt Wouter Kleinsman. De no-nonsense personal coach adviseert een focus op een gezond en stabiel privéleven. Hoewel de coronapandemie velen heeft doen inzien wat écht belangrijk is in het leven, staat het persoonlijke fundament bij negen van de tien ondernemers niet goed. "Daar gaat het mis. Niemand bouwt een huis op een moeras."

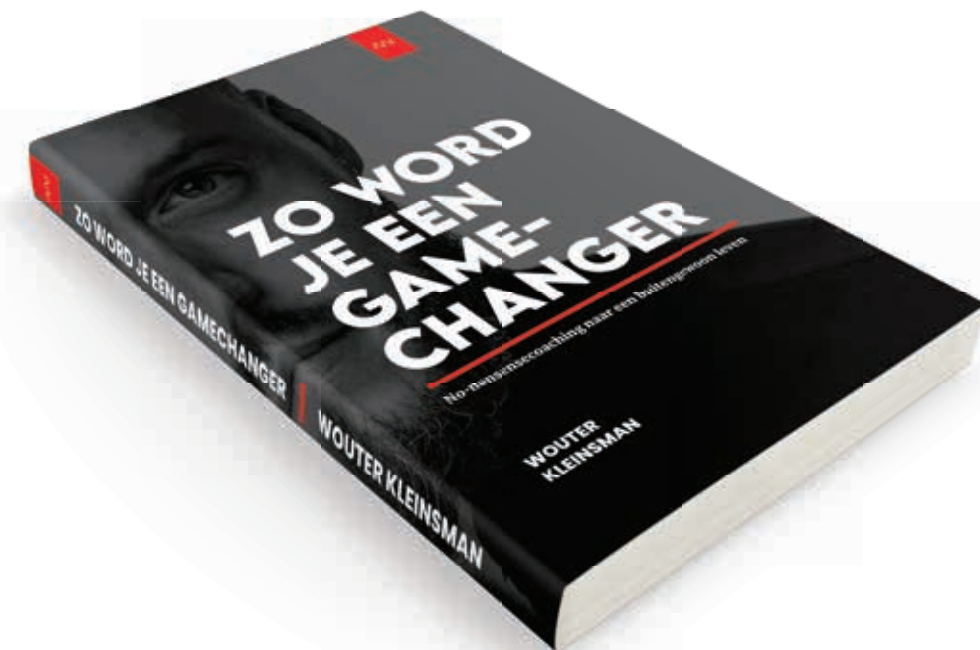
TEKST Redactie

Succesvol ondernemen is geen toevalstreffer, maar het hebben van de juiste mindset, strategie én een gezond en stabiel privéleven. In zijn praktijk ziet Kleinsman veel ondernemers die er financieel goed voor staan, maar die wel klagen over hun gezondheid, nachtrust en stressbeleving. "Als je uitsluitend op de financiële factor een plus scoort, terwijl de rest van je levensfactoren een dikke onvoldoende haalt, ben je niet geslaagd als 'totaal mens'."

Tot zijn vijftiende leefde Kleinsman naar eigen zeggen een middelmatig leven. Opleidingen werden niet afgemaakt, zijn online-marketing-bureau gaf geen voldoening meer en relaties maakten hem ongelukkig. Hij besloot het roer radicaal om te gooien en liet zich officieel certificeren als internationaal high performance coach.

Inmiddels is hij gestopt met coaching via een template. Een succes. Honderden ondernemers, managers en CEO's roemen zijn unieke coachingstijl.

Klop je bij Kleinsman aan, dan vangt het proces aan met 'het consult'. Zo beschrijft hij de eerste coachingsessie. Hierin worden ondernemers meegenomen door vijftiend levensgebieden. Daaronder: familie en vrienden, de liefde, carrière, financiën, gezondheid en slaap. Voor ieder gebied geeft de ondernemer een cijfer tussen de 0 (slecht) en 10 (geweldig). Tot slot vraagt Kleinsman om een cijfer te geven voor algemeen geluk. De resultaten zijn opvallend.



Het cijfers voor algemeen geluk is doorgaans identiek aan de gemiddelde score van alle vijftiend levensgebieden.

Kleinsman vertelt: "Hoe kun je een zakelijke leider worden als je niet goed voor jezelf zorgt en niet tevreden bent over je gewicht en je slaapkwaliteit, veel stress ervaart, weinig energie hebt en je algemene gezondheid belabberd is? Dat

## Van een performer naar een gamechanger

Kleinsman vraagt nogal wat. Het prijskaartje ligt hoog, de aanpak is controversieel. Omdat niet iedereen de middelen heeft om in advies te investeren, schreef hij een boek: 'Zo word je een gamechanger'.

"Het gros van zelfhulpboeken gaat over prestaties die de schrijver zelf nooit heeft behaald",

## 'Is je leven een gigantische puinhoop, dan heeft gesleutel aan de mindset weinig zin'


is simpelweg niet mogelijk. Als je niet goed voor jezelf zorgt, zijn je zelfvertrouwen, zelfliefde, discipline en motivatie vaak ook laag. Deze 'zwakke energie' neem je ook mee je relatie in, waardoor er vaak weinig tot geen seks is en waarbij er te weinig tijd is voor het gezin."

vertelt Kleinsman. "Woo-woo'-verhalen. vaak op één aspect gefocust. Denk bijvoorbeeld aan 'The power of now'. Leuk om in het 'nu' te leven... maar wat als je niet eens weet wie je als mens bent? En wat dacht je van Tony Robbins-boeken? Is je leven een gigantische

puinhoop, dan heeft gesleutel aan de mindset weinig zin."

"Zelfhulpboeken zijn doorgaans té specifiek. Ik kan het weten, want van de honderden titels die ik las, maakte ik er één. Het doel was pragmatiek - en dat doel is bereikt."

Hij vervolgt: "Je moet actie ondernemen, of je nu een betere leider wilt zijn of meer zelfvertrouwen wilt krijgen. Al het andere - zoals meer boeken lezen, motiverende video's kijken of een online workshop volgen - is bullshit. Schrijf je kernwaarden op en neem deze iedere dag onder de loep. Bevraag bij elke uitdagende situatie hoe de beste versie van jezelf zou handelen in de situatie. Handel naar het antwoord en kom verder."

Meer lezen of leren van Wouter Kleinsman? Navigeer naar de onderstaande website en werp een blik op het boek. 

INFO | [WOUTERKLEINSMAN.NL](http://WOUTERKLEINSMAN.NL)