

Niek van den Adel over veerkrachtig ondernemerschap

‘Als de tank leeg is, stop dan bij een tankstation’

Krapte op de arbeidsmarkt, schaarste op het gebied van grondstoffen, klimaatproblematiek, hoge energieprijzen en ga zo maar door. Het valt niet altijd mee om ondernemer te zijn. Hoe blijf je wendbaar en veerkrachtig in uitdagende tijden? Als iemand dat weet, is het Niek van den Adel.

“Veerkracht betekent voor mij dat je leert dansen met het leven”, vertelt Niek van den Adel van Mr. Featherforce.



Op 16 juli 2010 gaat Niek van den Adel middenin de nacht onderuit met zijn motor en raakt van de weg. Urenlang wacht hij op hulp: uren waarin hij zich naar eigen zeggen 'een speelbal voelde tussen de overkant en hier'. "De dood was genadeloos dichtbij", schrijft een journalist van RTL recent. Niek blijkt een hoge dwarslaesie te hebben opgelopen met een zeer pijnlijke extraatje: een buisvorming in het ruggenmerg (syringomyelie). "Als ik het nu over mijn handicap heb, heb ik het niet over die dwarslaesie." Toch viert Niek ieder jaar 'Lang zal ze lease'. De dwarslaesie heeft namelijk ook voor een positieve verandering in zijn leven gezorgd. Hij ontmoette de liefde van zijn leven, kreeg drie dochters en (her)vond zingeving in het helpen van anderen.

Ze noemen jou ook wel Mr. Featherforce. Waarom is dat?

"Het is een naam die mijn uitgever mij ooit gegeven heeft en het is ook de naam van mijn holding geworden, waaronder ik drie verschillende bedrijven heb gehangen. Featherforce is een belachelijk simpele vertaling van 'veerkracht': dat vind ik leuk, want je moet jezelf niet te serieus nemen. Tegelijkertijd is het bijzonder dat ik die term nu dus dagelijks tegenkom. Ik heb zelf ook weleens een reminder nodig om veerkrachtig te blijven. Enerzijds is het een knipoog, anderzijds houdt het me scherp."

Wat betekent de term 'veerkracht' voor jou?

"Veerkracht betekent voor mij dat je leert dansen met het leven: met de mooie, maar ook met de minder mooie momenten. Of je dat kunt, zit gedeeltelijk in je DNA besloten. Ga jij onder een steen liggen als alles tegen zit of probeer je de situatie te accepteren? Uit onderzoeken blijkt dat veerkracht voor ongeveer vijftig procent is aangeboren. Twintig procent komt vanuit je omgeving en dertig procent kun je zelf ontwikkelen."

Hoe gaat dat ontwikkelen van veerkracht in zijn werk?

"Ten eerste moet je je doelen klein maken. Toen de coronacrisis in Nederland uitbrak, had ik van de ene op de andere dag nul werk meer. Ik trad op als keynote speaker, maar alle bijeenkomsten en optredens werden afgezegd. Ik had veertig mensen in dienst en verloor zo'n tachtigduizend euro omzet



WIE IS MR. FEATHERFORCE?

Niek van den Adel (1982) is spreker, schrijver en inspirator. Hij helpt het Nederlandse (en internationale) zakenleven bij leiderschapsvraagstukken en op het gebied van verandermanagement. Ook begeleidt hij leiderschapsprogramma's en coacht topondernemers en bestuurders. Kijk voor meer informatie op niekvandenadel.nl.

per maand. Toen stelde ik mezelf als doel dat ik vijfhonderd euro per week zou gaan omzetten. Omdat ik mijn doel heel klein maakte, wist ik het keer op keer te behalen. Dat zorgde voor een goed gevoel: ik kreeg weer lol in ondernemen en vond mijn zelfvertrouwen terug. Daarnaast is het belangrijk om je te omringen met mensen die je energie en waarde geven. Het is heel gemakkelijk om met elkaar te gaan zitten klagen. Dat mag ook best. Maar je moet beseffen dat het een keuze is. Ten slotte is het om veerkrachtig te worden zeer belangrijk dat je heel goed voor jezelf gaat zorgen. Ondernemers hebben vaak de neiging om in tijden van crisis nóg harder te gaan werken en nóg meer energie te geven. Maar als de tank leeg is, ga je niet je banden verwisselen. Dan moet je stoppen bij een tankstation."

Hoe zorg je ervoor dat je veerkrachtig blijft?

"Wij leven in een tijd waarin we denken dat alles maakbaar is. Ik weet als geen ander: dat is een illusie. Maar er is altijd een keuze. Ga je in een hoek zitten en denk je 'Dat overkomt mij weer!?' Of accepteer je de situatie zoals die is? In acceptatie zit voor een groot deel de sleutel om veerkrachtig te zijn en blijven. Soms zit gewoon ook alles tegen en is het volkomen waardeloos allemaal. Maar je bent niet voor niets on-

‘Er is altijd een keuze’

dernemer geworden. Ondernemers zijn kansdieren. Ik durf wel te zeggen dat zij per definitie veerkrachtiger zijn dan mensen in loondienst. Je durft risico's te nemen en weet dat die bij het leven horen. De grote vraag is: hoe ga je daarmee om?"

Hoe neem je je medewerkers mee in een veerkrachtige mindset?

"Het is belangrijk dat je je team psychologische veiligheid en vertrouwen biedt. Als zij boze klanten in de winkel hebben die zich beklagen over de zoveelste prijsstijging of als zij zich zorgen maken over de kosten thuis, dan moeten ze zich daarin gehoord voelen. Steek veel tijd in dingen samen doen. Maak ruimte om elkaar te ontmoeten, onderneem leuke dingen en zorg dat je informele gesprekken voert op de werkvloer. Dat klinkt tegenstrijdig: in tijden van crisis voel je daar vaak de ruimte niet voor. Maar het is ongelooflijk belangrijk om samen door het vuur te gaan."

Wat kan je tegenhouden om veerkrachtig te zijn?

"De grootste valkuil van ondernemers is dat zij krampachtig willen vasthouden aan wat er was en altijd alles willen oplossen. Maar soms is dat niet de juiste weg. Er komen gigantische uitdagingen aan: de klimaatproblematiek, globalisering, algoritmes. Willen wij wendbaar zijn in de toekomst, dan moeten we ruimte maken voor het nieuwe. Als ik was blijven vasthouden aan de wens om weer te leren lopen, was ik volledig opgebrand geraakt. Dat kost immens veel energie. Soms heb je iets te accepteren: je kunt niet meer terug naar het oude.

Als je tijd nodig hebt om je aan te passen: néém die tijd dan. Alles werkt beter wanneer je even de stekker eruit trekt. Ik

TIPS VOOR MEER VEERKRACHT

1. Maak je doelen klein.
2. Omring je met mensen die waarde en energie geven.
3. Zorg goed voor jezelf op het gebied van voeding, beweging en rust.



Ondernemers zijn veerkrachtig en 'kansdieren', vindt inspirator Niek van den Adel.

heb aan het begin van de coronaperiode drie weken alles stil gelegd: de duurste drie weken van mijn leven. Daarna volgden echter de beste jaren ooit. Het is helemaal OK om je een tijdje gewoon klote te voelen. Accepteer wat je niet kunt veranderen, maar verander dan wat je niet kunt accepteren. In die volgorde. Leer tegenslag verdragen en verduren. Veerkracht ontwikkel je in de ruimte. En in vechten zit geen ruimte." ◀