

10 vragen aan

Peter Driessen

‘Ik wilde het altijd in mijn eentje doen’

Peter Driessen (57) is na een carrière in het bedrijfsleven partner bij **Seven Stones**, dat mensen helpt bij een burn-out. Zelf maakte hij het ook mee.

Theo van Vugt

Foto's Olivier Middendorp

1 U werd ooit rijk met de verkoop van uw bedrijf?

‘Nee, rijk zou ik niet zeggen. Wel financieel onafhankelijk. De Quote 500 heb ik nooit gehaald. Ik heb psychologie van arbeid, gezondheid en organisatie gestudeerd in Utrecht. Ik kom uit een ondernemersgezin. We hadden een autobedrijf in Beek, in Limburg. We verkochten Mazda's. Mijn vader stimuleerde ondernemerszin enorm. Dan had ik een paar honderd euro gespaard en zei hij: nu kun je dat oude Eendje kopen. Dan kocht ik dat autootje, knapte het helemaal op en verkocht het met winst. Mijn broer heeft het bedrijf later overgenomen. Ik vond dat te saai om te doen.’

2 U wilde wel ondernemer worden?

‘Ik had altijd interesse in een leven als ondernemer. Ik heb aan de heao ook bedrijfseconomie gedaan en vijf jaar gewerkt als bedrijfspsycholoog. Vooral om werknemers te testen voor allerlei functies, maar ik merkte dat ik toch liever ondernemer was dan psycholoog. Ik werkte als psycholoog veel voor mediabedrijven en ik zag dat die wereld zou veranderen. Al die bladen konden – volgens mij – niet op die manier blijven bestaan. De toekomst zou door internet echt anders zijn. Maar zij gingen gewoon door met waarmee ze bezig wa-

ren. Ze keken de andere kant op.

‘Toen ben ik begonnen met het opbouwen van online communities. We hadden leerlingen.com en daar zaten ook psychologische elementen in. Kinderen konden om raad vragen, ook aan elkaar, en huiswerkopdrachten delen en bespreken. Op dat podium zagen we dat de spelletjes het goed deden. Daar hebben we toen op gefocust, want we zagen er een mooie toekomst in. In 1999 begonnen we in Hilversum met Spil Games en dat werd toen echt heel groot.’

‘We betrokken een oude gemeentewerf in Hilversum, waar vijfhonderd mensen werkten. Op het hoogtepunt in 2008 speelden maandelijks 200 miljoen mensen bij ons online spelletjes. Die waren gratis, we leefden van de advertenties die we daarbij plaatsten.’

3 Wat hebt u toen geleerd?

‘Ik denk vooral dat timing alles is. Zeker in de internetwereld. Innovaties komen en gaan zo snel, dan moet je goed timen op welke innovatie je inzet. Als je er een mist, is het soms moeilijk om dat nog in te halen. We waren heel groot in spelletjes die je op de pc speelde. Op een gegeven moment ging dat steeds meer naar mobiel, dat zagen wij ook wel, maar we veranderden te laat. Spil Games miste de omslag naar mobiel, cloud en social gaming. We heb-

ben toen niet de juiste keuzes gemaakt. In die periode heb ik als een van de oprichters mijn aandelen in fases verkocht en uiteindelijk is het bedrijf overgenomen en in 2020 van de markt verdwenen.’

4 U kreeg toen een burn-out?

‘Ja, ik heb gemerkt dat ik niet zo blij word als ik lange tijd niets doe. Ik liep een keer met mijn hond over de hei bij Hilversum en kwam iemand tegen die ik helemaal niet kende en hij zei: “Het gaat niet goed met je, dat zie ik.” Zo zat ik in de put.

‘Ik heb een diepe drive om van betekenis en succesvol te zijn. Na Spil Games koos ik voor de duurzame bouw, maar dat ging niet goed. Waar ik me op verkeken heb, is met wat voor soort partijen en mensen je dan te maken hebt. De internetwereld is jong, snel en eigenlijk heel collegiaal. Terwijl de bouw langzaam is en niet communicatief.

‘Alles is erg op het eigen belang gericht. Met aannemers is het moeilijk om goede afspraken te maken. Ik had zo'n twintig werknemers en heb dat een jaar of drie volgehouden. Toen kwam de klap. Door de Oekraïne-oorlog stagneerde de aanvoer van bouwmaterialen en de kosten stegen gigantisch. Ik moest saneren en voelde een enorme opluchting toen ik de boel verkocht. De burn-out begon toen ik

‘Ik heb gemerkt dat ik niet zo blij word als ik lange tijd niets doe’



10 vragen aan

een groot monumentaal pand aan het opknappen was, met veel tegenslagen. Ik dacht dat ik op mijn vijftigste nog hetzelfde kon doen wat ik als dertigjarige deed.'

5 Hoe kwam u daar uit?

'In eerste instantie met rust, reinheid en regelmaat. Je moet echt een stap terug doen. Toen ik er zo doorheen zat, kon ik ook niet veel meer. Wandelen en praten, dat ging nog, maar de stress van een bedrijf en een heleboel zaken die moesten worden geregeld, dat kon ik niet meer. Ik moest aan de slag met mezelf en merkte dat in Nederland een burn-out niet integraal wordt aanpakket. Dus met aandacht voor het lichaam, maar ook voor de geest. Als je een psycholoog bezoekt, is het erg praten, praten, praten. En als je naar een lichaamstherapeut gaat, is dat alleen lichaamsgericht. De combinatie van die twee ontbreekt vaak. En daarnaast zijn er lange wachtlijsten.'

6 Waar vond u de oplossing?

'Ik kwam terecht bij organisatiepsycholoog en coach Peter Draisma van Seven Stones. Ik kende hem van vroeger en had weleens met hem gewerkt. Met Peter had ik goede gesprekken en er waren in zijn kring ook mensen die me lichamelijk weer op de rit kregen. Ik had te veel op mijn schouders geladen. Het gaat ook over hoe je met problemen omgaat. Ik ben iemand die altijd denkt dat ik het red. Ik doe het in mijn eentje en roep niet snel om hulp.'

'Op een bepaald moment zie je niet meer – en dat is raar – dat het niet goed met je gaat. Je registreert niet dat je niet meer slaapt. Je raakt uitgeput. Een burn-out is niet alleen een geestelijk, maar ook een lichamelijk vastlopen. Je veerkrachtmechanisme wordt aangetast. Een beetje stress is hartstikke gezond, maar bij een burn-out veer je niet meer terug en wordt die veerkracht ook steeds minder. Het vergt zeker één tot twee jaar om dat terug te krijgen en vaak komt het maar gedeeltelijk terug.'

7 Is er nog hoop voor al die mensen met een burn-out?

'Burn-out is inmiddels volksziekte nummer één aan het worden, omdat we inderdaad onze geest niet meer uit weten te zetten. Sociale media

helpen daar natuurlijk niet bij. Mensen werken hard, maar zitten ook nog samen de hele tijd te appen.

'Veerkracht heeft rust nodig om te kunnen herstellen, maar ik weet niet of dat nog goedkomt. Wellicht dat de wal het schip keert, maar intussen worden heel wat mensen vermorzeld. Ik zie ze verslaafd raken aan AI-gegenereerde filmpjes. De techbedrijven doen alles om mensen daar maximaal naar te laten kijken en dan weet ik dat het alleen maar erger wordt. Nog meer druk om te scoren en meer duimpjes en hartjes te halen. Hoe meer de mensen ernaar kijken, des te meer de techbedrijven verdienen aan advertising en de data die ze genereren.'

8 U besloot om die mensen te helpen?

'Ja, Peter Draisma coacht mensen op een hoog niveau, zoals advocaten, maar ook voetbalcoaches en managers uit het bedrijfsleven. Toen hebben we gezegd: dat kunnen we ook samen doen. Ik ben partner geworden bij zijn club, maar doe niet zozeer de therapiekant, meer de commerciële marketingkant. Ik ben wel bij een aantal gesprekken, maar Peter is veel meer de coach. Ik probeer de bekendheid te vergroten en te bedenken hoe we dit bedrijf kunnen laten groeien. Het is mijn ondernemende kant die ik hier kan benutten.'

'Ik doe mee bij de intake van een client en als het meer de therapeutische kant op gaat, laat ik het los. Ik doe het nu twee jaar en het bevalt goed. Ik werk alleen geen 60 uur per week meer, 30 uur is ook genoeg.'

9 Wat is het lastigste aan het helpen van vastgelopen managers?

'Vaak heeft het toch te maken met hoe mensen hun problemen waarnemen. Wat voor waarden hangen ze aan? Mogen ze wel falen? Vooral mannen ouder dan 48 hebben het gevoel dat ze dat niet mogen laten zien. Ze willen naar boven in de organisatie, maar ze accepteren niet dat het niet meer lukt. Dan hebben ze de perceptie dat ze het allemaal in hun eentje moeten oplossen. Dat heeft hen ook ver gebracht. Die mensen lopen vast in hun eigen hoofd, omdat ze een pad voor zich hebben uitgezet waarvan niet mag worden afgeweken. Door vragen te



Peter Driessen

(1968, Sittard). Studeerde psychologie in Utrecht en richtte Spil Games op en een bouwbedrijf. Later kreeg hij een burn-out en begon bij Seven Stones om mensen met stressproblemen te helpen. Hij woont in Hilversum, heeft een vriendin en vijf kinderen.

stellen, probeer je inzicht te geven. Dan zie je na drie sessies al verbetering, maar soms heb je een half jaar tot een jaar nodig.'

10 De kosten zijn dan hoog?

'Wij vragen tussen de 5.000 en 15.000 euro. Mensen die uitvallen, kosten meer. Ik heb zelf gemerkt dat je bij langdurige stress geen goede beslissingen meer kunt nemen. Je blik vertroebelt en je overziet het hele spectrum niet meer. Dan komt er vaak angst bij kijken en dat leidt tot slechte beslissingen. Dus dat wil je altijd voorkomen.'

'In organisaties trekt vaak de financiële man of vrouw dan aan de bel. Die zegt dan: "Dit gaat niet goed. Je moet hulp zoeken." De CFO heeft meer afstand tot de dagelijkse operatie en ziet dat sneller.'

'Iedereen zou zich geregeld moeten afvragen hoe het nu echt met hem of haar gaat. Luister naar je lichaam en neem dat serieus. Door schade en schande weet ik voor mezelf nu echt wel dat ik geen groot bedrijf meer moet neerzetten.' ★