

Sh*t, is dit nu vrijheid?

Elke ondernemer kent het moment waarop het bedrijf draait, maar er vanbinnen iets schuurt. Peter Michels legt raak de vinger op de overtuigingen en patronen die ons stiekem vastzetten – ‘afsprake is afspraak’, ‘het gaat mis als ik er niet ben’ – en stelt de juiste vragen om verder te komen. Toegankelijk, eerlijk en in één avond uit te lezen.

Lucas Brentjens | Co-founder CNBB equity partners / Founder & voormalig CEO The Yuki Company, Board of Directors Exact Software

Mooi boek om te lezen! Dit is niet alleen voor ondernemers een aanrader, maar voor iedereen die weleens door zijn gedachten uit balans wordt gebracht.

Leontien van Moorsel | Viervoudig olympisch kampioen wielrennen

Ken je dat gevoel dat je het razend druk hebt, maar niet echt vooruitkomt? Dan ga je erover praten met mensen om je heen. Sommigen verbazen je, sommigen inspireren je. Peter Michels doet allebei. En het knappe is: hij schrijft het zo helder en concreet op dat je er als ondernemer meteen mee aan de slag kunt. Een echte aanrader voor iedere ondernemer die een volgende stap wil zetten met zijn bedrijf.

Hans Schrijver | Ondernemer, toezichthouder & business accelerator / Voormalig CCO Centric en CCO Tjip, lid Raad van Advies Mobility Invest Group

Als beroepsgoochelaar weet ik als geen ander hoe je de gedachten en aandacht van anderen kunt sturen. Dit boek draait juist om het tegenovergestelde: hoe je leert je eigen gedachten en overtuigingen te herkennen en te sturen, zodat ze je niet langer tegenhouden. Peter legt dit op een toegankelijke, praktische en no-nonsensemanier uit, met inzichten die je direct kunt toepassen. Een krachtig en waardevol boek.

Robin Matrix | Nederlands en Belgisch kampioen goochelen en zakkenrollen

Peter is als geen ander in staat om de juiste mindset voor succesvol ondernemerschap terug te brengen tot de essentie. Welke overtuigingen helpen je vooruit en welke houden je tegen? Dat is een van de speerpunten waarin Peter je in dit boek concrete handvatten biedt.

Marcel Adriaanse | Directeur-eigenaar van Force9 B.V. en Hofmeier B.V.

Zo veel businesscoaches beloven gouden bergen en vertellen ondernemers hoe ze hun bedrijf moeten runnen, zonder dat ze ooit zélf een bedrijf hebben opgezet. Peter is anders. Hij heeft zijn miljoenenbedrijf van nul opgebouwd en geschaald. Dat voel je op elke pagina. Hij combineert zijn ondernemerservaring met zijn passie voor NLP en menselijk gedrag.

Wil je meer omzet, meer vrijheid, meer impact? De sleutel tot het bereiken van de doelen waarmee je ooit je bedrijf bent gestart, zit in dit boek.

In mijn vorige bedrijf kwam ik vast te zitten in een rol die niet meer bij me paste – tot het te laat was om bij te sturen. Had ik dit boek toen maar gehad. Dit boek is er voor de ervaren ondernemer die vastzit in een groeiend bedrijf, maar óók voor de startende ondernemer die vanaf dag één een bedrijf wil bouwen dat bij hem past.

Marcel Wijermars | Oprichter Amsterdam Founders Club

Ik ken Peter ruim vijf jaar, waarvan zeker drie jaar als zijn personal trainer. In die periode heb ik hem een indrukwekkende transformatie zien doormaken. Ik zag hoe hij zich ontwikkelde van eigenaar van een groot belastingadvieskantoor tot succesvolle businesscoach. Ook heb ik gezien welke stappen, keuzes en veranderingen daaraan hebben bijgedragen.

Peter is bijzonder sterk in het denken vanuit mogelijkheden in plaats van beperkingen. Daarbij is opgeven voor hem geen optie. Succes ontstaat immers niet van de ene op de andere dag. Het is een proces van vallen, opstaan, leren en opnieuw proberen. Fouten maken mag, want juist van die momenten kun je groeien.

Tijdens onze trainingen voeren we regelmatig mooie en waardevolle gesprekken over mindset, persoonlijke ontwikkeling, ondernemerschap en succes. Veel van de inzichten tijdens deze gesprekken komen terug in zijn boek. Een inspirerend en waardevol boek en absoluut een aanrader voor iedereen die wil groeien in mindset, ondernemerschap en persoonlijke ontwikkeling.

Rodney Lemmers | [Rodneylemmers.com](https://rodneylemmers.com), FRL+- en personal trainer van Peter

Peter ontrafelt haarscherp hoe je als ondernemer je eigen grootste obstakel kunt worden. *Sh*t, is dit nu vrijheid?* is een confronterende, eerlijke en bovenal praktische spiegel die je helpt te transformeren van een ondernemer die 'altijd aan' staat naar een ondernemer met een bedrijf dat voor je werkt.

Arco van Nieuwland | Founder van o.a. Exact Holding NV, Yuki en CNBB Equity partners

PETER
MICHELS

SH*T, IS DIT NU VRIJHEID?

VAN 'ALTIJD AAN' NAAR ONDERNEMEN
MET RUST, RICHTING EN RESULTAAT

De verhalen in dit boek zijn met toestemming van de betrokkenen opgenomen of zodanig geanonimiseerd dat personen niet herkenbaar zijn. Waar namen, situaties of andere herkenbare kenmerken zijn gewijzigd, is dit gedaan om de privacy van betrokkenen te waarborgen, zonder afbreuk te doen aan de essentie van het verhaal.

© 2026 Peter Michels

ISBN: 9789083708225

NUR: 801

Redactie en productie: Boekenbusiness.com

Vormgeving: Armando van Bruggen

Auteursfoto: Eva Olsthoorn

Zie voor meer informatie petermichels.nl

Bij dit boek hoort een online leeromgeving met werkbladen bij de reflectieopdrachten. Je vindt die op:

<https://petermichels.nl/shitisditnuvrijheid/werkboek/>

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag, in welke vorm of op welke wijze dan ook, worden veeelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced, transmitted or stored in any form or by any means without written permission of the publisher.

INHOUD

Voorwoord	9	
Inleiding	15	
Hoofdstuk 1.	Hoe verandering werkelijk werkt	20
Hoofdstuk 2.	Afspraak is afspraak	34
Hoofdstuk 3.	Ik mis de structuur	48
Hoofdstuk 4.	Hier ben ik van overtuigd	60
Hoofdstuk 5.	Ik heb er geen tijd voor	74
Hoofdstuk 6.	Het is niet goed genoeg	88
Hoofdstuk 7.	Het gaat mis als ik er niet ben	100
Hoofdstuk 8.	Ik kan toch niet zomaar stoppen	114
Hoofdstuk 9.	Ik ben mijn verhaal kwijt	128
Hoofdstuk 10.	Geld is niet belangrijk voor mij	142
Hoofdstuk 11.	De oplossing zit in jezelf	154
Dankwoord	161	
Jouw volgende stap	164	
Geraadpleegde literatuur	167	

VOORWOORD

Alles start met een droom en een goed plan. Ik droomde van een eigen administratiekantoor toen ik in loondienst was. Ik wist precies hoe dat eruit moest zien, maar vond de stap nog te groot. Gelukkig gaf mijn vrouw, Caroline, mij het zetje in de goede richting. Vanaf dag één liep het kantoor als een speer en het groeide uiteindelijk met hulp van private equity zelfs uit tot een bedrijf met meer dan 200 man personeel en een miljoenenomzet.

Maar gaandeweg verloor ik mijn droom; ik voelde niet meer de passie, het plezier en dat sprankelende vrije gevoel van die beginperiode. Ik was dagelijks bezig met doelen, cijfers, targets, managen, leidinggeven, verplichtingen en de verwachtingen van anderen. Mijn eindeloze to-dolijst overschaduwde die oorspronkelijke bezieling.

Ik miste iets essentieels, hoewel mijn bedrijf succesvol en winstgevend was en aansloot bij wat ik voor ogen had. Dat voelde beklemmend. Ik kan dat gevoel nu nog terugroepen. Natuurlijk vond ik het prachtig mijn bedrijf te zien groeien, maar ongemerkt werd mijn identiteit als ondernemer allesomvattend, wat ten koste ging van mijn gevoel van vrijheid en de tijd en aandacht voor mijn familie en vrienden. Ik ging steeds meer in mijn hoofd zitten en raakte steeds verder verwijderd van die mooie droom waarmee het ooit allemaal begon. Zonder dat ik het doorhad, belandde ik in een rol die niet bij mij paste. Steeds vaker vroeg ik mij af: “Is dit het nu?”

Toen Rianne, mijn rechterhand in het bedrijf, een ongeluk kreeg, werkte ik een jaar lang meer dan tachtig uur per week. Rianne en ik hadden afgesproken dat zij de dagelijkse leiding van onze vestiging op zich zou nemen, maar na het ongeluk kon zij deze afspraak niet nakomen. Door haar uitval moest ik niet alleen mijn eigen werk



blijven doen en de geplande bedrijfsoverdracht in goede banen leiden, maar ook haar taken en verantwoordelijkheden opvangen, waardoor de druk op mij verdubbelde. Ik droeg meer dan ik aan kon, gedreven door een sterk gevoel van *moeten* en *dat hoort*. Tussen alle werkzaamheden door gaf ik ook nog voetbaltraining. Dat propte ik ertussen. 's Avonds na het eten hoopte ik dat mijn vrouw nog een serie of film wilde kijken, dan kon ik nog even doorwerken zonder schuldgevoel. Zo ging het ongeveer elke dag. Meestal ging mijn laptop pas rond half elf 's avonds dicht.

Na de bedrijfsoverdracht werd ik CFO in het nieuwe directieteam en werkte ik aan de verdere groei van het bedrijf, samen met een nieuw team. Maar dat verliep allesbehalve soepel. Ik voelde me langzaam maar zeker gevangen in alle rollen die ik op mij moest nemen en verloor gaandeweg het plezier in en de grip op mijn werk.

Op een ochtend werd ik wakker met een naar gevoel, nadat ik die nacht nauwelijks had geslapen. Ik belde de nieuwe CEO, Pascale, en zei dat ik het nodig had twee weken op vakantie te gaan om op adem te komen. Ik ging vervolgens met mijn gezin naar Spanje, maar het lukte me niet om tot rust te komen. Ik voelde me emotioneel, uitgeput en prikkelbaar en kon niets verdragen. Alles leek aan me voorbij te gaan. Ik vroeg me af wat er toch met me aan de hand was ... De twee weken vrij werden een half jaar. Achteraf realiseerde ik me dat ik overspannen was.

Neurolinguïstisch programmeren was mijn redding

In die donkere periode zag ik een lichtpuntje: er zit een les in alles. Die gedachte zette me aan het denken over wat ik uit mijn overspannenheid kon leren. Hoewel ik geen antwoord kon vinden, wist ik dat ik me niet zo ellendig wilde voelen. Ik ging verder onderzoeken wat ik nodig had. Zo kwam ik bij neurolinguïstisch programmeren (NLP).

NLP was iets waar ik me jaren eerder al in had willen verdiepen, maar niet had gedaan. Persoonlijke ontwikkeling had in mijn ogen een geitenwollensokkenimago. Tony Robbins was nog onbekend en Michael Pilarczyk was nog vj bij TMF (Nederlandse muziekzender die in de jaren 90 en vroege jaren 2000 populair was) en stond nog niet als coach op het podium. Persoonlijke ontwikkeling was voor mij iets vreemds en ontoegankelijk. Bovendien werkte ik veel en gunde ik mezelf niet de tijd om me in persoonlijke ontwikkeling te verdiepen.

Maar later, in de tijd dat ik overspannen was, dacht ik: *fuck it*, ik ga een NLP-opleiding doen. Het was aan het einde van de corona-periode. Vlak voor en tijdens corona had ik al cursussen van Tony Robbins gevolgd en een flinke stapel boeken verslonden over de werking van het brein. Daarnaast heeft taal me altijd gefascineerd. Ik wilde mezelf verder ontwikkelen, als mens. Tegelijkertijd speelde ik met het idee een nieuw bedrijf te starten, waarbij kennis over strategie, leiderschap en communicatie goed van pas zou komen. Zo kwam ik uiteindelijk terecht bij het Sluis NLP Opleidingsinstituut. Ik had nooit kunnen vermoeden hoeveel het me zou brengen.

Ik startte met de training terwijl ik nog herstellende was van mijn overspannenheid. Het was op een vrijdag en dat weekend was ik enorm chagrijnig. Ik weet niet meer waarom. Op zaterdag vroeg NLP-trainer Sander: “Waarvoor ben jij hier eigenlijk?” Ik stond op, gaf hem een antwoord en in onze interactie gebeurde iets magisch. Sander prikte dwars door mij heen met zijn scherpe zintuiglijke waarnemen en vragen en hij raakte me met zijn treffende woorden. Taal is voor mij heel belangrijk en dat merkte Sander meteen, aan hoe mijn lichaamshouding veranderde tijdens ons gesprek.

In de interactie met Sander vertelden mijn taalgebruik en mijn lichaamshouding enorm veel over mijn gedachten en gevoelens, zonder dat ik me daar bewust van was. Zo was ik in de loop der



jaren de verbinding met mezelf kwijtgeraakt, iets wat ik toen nog niet doorhad. Maar als NLP-trainer pikte Sander dit feilloos op en maakte hij mij bewust hiervan. Het was een eyeopener die ruimte bood voor transformatie. Vanaf dat moment veranderde mijn stemming en pikte ik steeds meer op: wat ik dat weekend leerde, voelde als logisch, als passend, als waar. Ik vond en vind het nog steeds fascinerend hoe je je brein, taal en je lichaam kunt inzetten om te groeien als mens en ondernemer.

De ervaring met Sander vormde voor mij het startsein van een sterke drive om het beste uit mezelf te halen, om vrijer te leven en om anders te gaan ondernemen: vanuit meer rust. Er ging iets aan in mij. Ik verdiepte me in taal en taalpatronen bij Henk Beljaars, een van de vijf NLP-mastertrainers in Nederland en ik volgde een hypnoseopleiding bij zijn vrouw, Carla Beljaars-Hoeven, eveneens NLP-mastertrainer. Daarna doorliep ik de NLP-masteropleiding. Die opleiding was zoveel meer dan een opleidingstraject, het was een persoonlijke reis waarbij ik me van binnenuit ontwikkelde en stap voor stap terugkeerde naar de verschillende delen van mezelf.

Ik ben zoveel meer dan een ondernemer. Ik ben een vader, zoon en de man van Caroline. Ik ben businesscoach, voetbaltrainer en mentor. En sinds kort kan ik auteur aan het rijtje toevoegen. Mijn transformatie op identiteitsniveau heeft mij een diepgaand inzicht gegeven in wie ik ben in de verschillende contexten van mijn leven. Ik kreeg helder zicht op mijn sterke en minder sterke kwaliteiten.

Deze transformatie raakte iets wezenlijks in mij: ik maakte verbinding met mijn spirituele kant. Spiritualiteit gaat voor mij voorbij identiteit. Ik werd mij bewust van mijn levensmissie, mijn grotere why en bewoog mij steeds meer vanuit energie in plaats van alleen vanuit doelen. Ergens onderweg overviel me ineens een gedachte: shit, is dit nu vrijheid?

Ik geloof dat het leven maakbaar is en dat gedachten je realiteit vormen. Daarom koos ik ervoor niet te blijven hangen in een ongewenste situatie, maar mijn denken actief te sturen en mijn eigen richting te bepalen. Die keuze maakte transformatie mogelijk. Het liet mij groeien, als mens en als ondernemer. En liet mij verder komen dan ik ooit voor mogelijk hield.

Desondanks ben en blijf ik een *work in progress*. Iedere dag streef ik ernaar de beste echtgenoot te zijn en de beste vader voor mijn kinderen. En toch voel ik dat ik nog meer te geven heb en hierin mag groeien.

Tijdens mijn persoonlijke groeiproces stelde ik mezelf steeds op-nieuw vragen die veel in mij losmaakten en mij in beweging zetten. Vragen als: *wat is mijn gedroomde rol?* en: *wat wil ik werkelijk bereiken in het leven?* Door die zoektocht werd mijn waarom steeds helderder.

Ik ontdekte dat ik ondernemers wil inspireren om een bewustere, sterkere en vrijere versie van zichzelf te worden. Niet door harder te werken of nog meer te doen, maar door keuzes te maken die passen bij wie ze werkelijk zijn en wat voor hen daadwerkelijk belangrijk is.

Vanuit dat verlangen is dit boek ontstaan. Ik schreef het om je uit te nodigen de stappen te zetten die je dichter brengen bij waar je echt wilt zijn, zowel persoonlijk als zakelijk. Zodat ook jij de stap kunt maken van ondernemen in de stand '*altijd aan*' naar ondernemen met meer rust, richting en resultaat.

Warme groet,
Peter Michels



INLEIDING

Als ondernemer zag ik mijn bedrijf groeien, terwijl mijn bezieling langzaam verdween. Wat ik zelf meemaakte, zie ik keer op keer terug bij andere ondernemers. Ze geven hun bedrijf alles: hart, hoofd en energie. Ze komen in de flow van het ondernemen en oogsten succes. En dan, bijna ongemerkt, kantelt het. Wat ooit hun droom was, begint te knellen. Wat ooit vanzelf ging, kost nu moeite. Het plezier in het werk gaat verloren en ze hebben het gevoel dat er iets mist.

Zo zei Anika: “s Ochtends ontbreekt het me aan energie om naar de zaak te gaan, om te sporten, om ook maar iets actiefs te doen. Ik ben zo moe.” Dit voelde ze ondanks dat ze een prachtig bedrijf heeft en ogenschijnlijk haar droom leeft. Ik hielp haar te ontdekken waar het gevoel vandaan kwam. Daarbij passeerden diepgaande vragen de revue als ‘Wie ben je nu?’, ‘Wie wil je zijn?’ en ‘Waar wil je naartoe?’ ‘En welke stappen heb je te zetten om ervoor te zorgen dat je daar ook gaat komen?’

Er zijn ook ondernemers die me benaderen met de vraag of ik hen kan helpen bij de groei van hun onderneming. Vanuit mijn twintig jaar ervaring als ondernemer en financieel expert heb ik veel kennis opgebouwd van cijfers en strategie. Toch begint effectieve businesscoaching voor mij niet daar. Het vertrekpunt is altijd hetzelfde: **de oplossing zit in jezelf**. Stel dat je een scheepsbouwer bent, dan weet je hoe je schepen bouwt. Het probleem zit ’m niet in je vak-kennis, maar in beperkende overtuigingen.

Thomas heeft een installatiebedrijf en kwam erachter dat de overtuiging ‘geld is niet belangrijk voor mij’ beperkend voor hem werkte, terwijl Ruud ervan overtuigd was dat het niet goed zou lopen in zijn juwe-



lierszaak als hij er niet was. Vakantie was voor hem geen ontspanning, maar een beproeving. Later in dit boek vertel ik hoe beide ondernemers deze overtuigingen doorbraken. Misschien herken je jezelf in mijn verhaal, of in dat van Anika, Thomas, Ruud of een van de andere ondernemers in dit boek. Misschien ben je vastgeroest in een identiteit die niet langer de jouwe is. Misschien speelt er iets anders.

We dragen allemaal een rugzak vol gedachten, ervaringen, emoties en verhalen mee. Wat daarin zit, kan jou als ondernemer onbewust blokkeren in je verdere groei. De oplossing ligt zelden buiten jezelf. Niet in nog een strategie, nog een plan of nog meer controle. Als NLP'er zeg ik altijd: wat je ervaart, hoe je reageert en welke keuzes je maakt, worden grotendeels bepaald door hoe je betekenis geeft aan wat er gebeurt. Die betekenis ontstaat niet toevallig. Zodra je je bewust wordt hoe dit samenspel werkt, ontdek je waar je invloed ligt. In hoofdstuk 1 neem ik je mee in de NLP-visie hierop en ontdek je hoe je bewust invloed kunt uitoefenen op de betekenis die je geeft en daarmee op de keuzes die je maakt.

Wat heb je los te laten?

Om te groeien heb je de eenvoudige, maar ongemakkelijke vraag te stellen: wat mag ik nu loslaten om verder te komen? Wat je tot nu toe hebt geleerd is zowel je kracht als je begrenzing. Je kunt namelijk alleen handelen vanuit wat je kent; wat je niet ziet, kun je nog niet kiezen. Precies daar raakt groei aan transformatie. Dit boek is een uitnodiging om eerlijk te kijken naar wie je bent geworden, wat je meedraagt en wat je hebt los te laten om verder te groeien – als ondernemer en als mens. Ik daag je uit om de beweging te maken van groei naar transformatie: niet door jezelf te verbeteren, maar door rust en ruimte te creëren voor een nieuwe versie van jezelf. *Wat is jouw gedroomde rol? Wat wil je werkelijk bouwen met je bedrijf?*

De verhalen in dit boek zetten je aan tot reflectie op wat jij hebt los te laten. De reflectieopdrachten begeleiden je bij het nemen van stappen