

Van wereldkampioen karate tot IT-ondernemer en van corporate leider tot high-performance coach. Hendrika Willemse-Vreugdenhil combineert werelden die op het eerste gezicht ver uit elkaar liggen, maar voor haar juist logisch samenkomen. Discipline, focus, veerkracht en presteren onder druk vormen de rode draad. In dit interview vertelt ze over haar loopbaan, diversiteit in tech, de kracht van zichtbaarheid en waarom een goed supportnetwerk onmisbaar is.

*Hendrika
Willemse-Vreugdenhil*

Duurzaam succes begint bij keuzes die bij je passen

Van wereldkampioen karate naar een eigen IT-bedrijf: hoe zag jouw carrièrepad eruit?

Mijn carrière begon eigenlijk al toen ik zeventien was en net van het mbo IT kwam. Ik stapte in het bedrijf van mijn broer en op een gegeven moment kocht ik mezelf in. Dat was het startpunt van mijn ondernemersreis. In diezelfde periode kreeg ik ook te maken met een van de moeilijkste momenten uit mijn leven: mijn broer overleed onverwachts. Ik besloot het bedrijf voort te zetten en heb dat nog vier jaar gedaan. Uiteindelijk verkocht ik het aan Detron ICT &

Telecom Groep, tegenwoordig Esprit ICT. Daar maakte ik deel uit van het directieteam en ontdekte ik hoe leuk ik het vond om bedrijven te laten groeien.

Na drie jaar maakte ik de overstap naar het internationale corporate leven. Ik werkte onder andere bij VMware, Nutanix en Devoteam, in verschillende commerciële en leiderschapsrollen. Parallel daaraan liep altijd mijn leven als topsporter. Karate heeft me gevormd in discipline, focus, veerkracht en het leveren van

prestaties onder druk. Die lessen ben ik gaan vertalen naar het bedrijfsleven via keynotes en het schrijven van boeken.

Vandaag komen al die werelden samen. Ik ben partner bij StoryYo, waar we organisaties helpen met thought leadership en commerciële performance binnen het MSP-ecosysteem. Eigenlijk draait alles wat ik doe om dezelfde vraag: hoe haal je het maximale uit jezelf, je team en je organisatie?

Je bent een voorvechter van diversiteit en inclusie, met focus op vrouwen in de tech-industrie. Je richtte She in IT op om ambitieuze vrouwen in technologie te ondersteunen. Waarom is dit zo belangrijk voor jou?

Omdat ik oprecht geloof dat diversiteit geen nice to have is, maar een voorwaarde voor echte high performance.

De beste teams bestaan niet uit mensen die allemaal hetzelfde denken, dezelfde achtergrond hebben of dezelfde route hebben afgelegd. De beste teams bestaan uit verschillende perspectieven, ervaringen en ideeën.

Maar diversiteit alleen is niet genoeg. Het gaat erom dat mensen zich veilig voelen om zichzelf te zijn, hun mening te delen en bij te dragen aan innovatie. Dat talent gezien en gehoord wordt.

Ik ben ervan overtuigd dat organisaties pas echt excelleren wanneer verschillen niet worden weggepoetst, maar juist worden benut. Daarom zet ik me al jaren in voor meer vrouwen in IT en tech.

Heeft je inzet wat opgeleverd? Is er iets veranderd?

Dat is natuurlijk lastig meetbaar, maar ik denk absoluut dat er iets veranderd is. In ieder geval is er meer zichtbaarheid gekomen. En zichtbaarheid is ontzettend belangrijk. Je kunt immers niet worden wat je niet kunt zien.

Als jonge vrouwen voorbeelden zien van vrouwen die succesvol zijn in technologie, ondernemerschap of leiderschap, wordt die carrière ineens een stuk tastbaarder. Ik hoop dat ik op die manier een klein stukje kan bijdragen aan het enthousiasmeren van de volgende generatie vrouwen om voor IT en tech te kiezen.

De sector heeft nog een lange weg te gaan, maar elke stap vooruit telt.

Welke lessen wil je meegeven aan vrouwen die aan het begin van hun carrière staan?

Blijf vooral dicht bij jezelf. Dat klinkt misschien als een enorm cliché, maar ik geloof echt dat duurzaam succes alleen mogelijk is wanneer je keuzes maakt die bij jou passen, en niet bij de verwachtingen van anderen.

Omring jezelf met mensen die energie geven. Mensen die je uitdagen, ondersteunen en met wie je kunt sparren als je vastloopt.

En misschien wel het belangrijkste: durf dingen te doen voordat je er klaar voor bent.

Veel vrouwen wachten tot ze honderd procent zeker weten dat ze iets kunnen. Mijn ervaring is dat groei juist ontstaat wanneer je iets spannend vindt. Wanneer je je hand opsteekt voor een kans waarvan je nog niet precies weet hoe je die gaat invullen. Je kunt vaak veel meer dan je zelf denkt.

Heb je nog tips voor vrouwen die werkzaam zijn in tech en willen doorgroeien?

Maak een plan. Ik zeg altijd: als je geen eigen plan hebt, word je onderdeel van het plan van iemand anders.

Wees daarom bewust bezig met waar je naartoe wilt. Welke impact wil je maken? Welke rol wil je vervullen? Waar wil je over drie of vijf jaar staan? Vertaal die ambitie vervolgens naar concrete stappen.

Ik zie regelmatig dat ambitie niet ontbreekt, maar dat het plan ontbreekt. En zonder plan blijft ambitie vaak een wens.

Daarnaast raad ik iedereen aan om een sponsor te zoeken. Niet alleen een mentor die advies geeft, maar iemand die jouw naam noemt wanneer jij niet in de ruimte bent.

En zorg ervoor dat de mensen die dichtbij je staan achter jouw ambities staan. Of dat nu een partner, familie of vrienden zijn. Een sterk supportnetwerk maakt echt een enorm verschil.

En voor mannen?

Daag jezelf uit om buiten je eigen referentiekader te kijken. We hebben allemaal onze eigen ervaringen, overtuigingen en blinde vlekken. Juist daarom is het belangrijk om nieuwsgierig te blijven naar andere perspectieven.

En wees een sponsor voor talent. Soms hebben mensen niet nog meer advies nodig, maar iemand die zegt: "Ik geloof dat jij dit kunt." Veel vrouwen zijn geneigd eerst volledig voorbereid te willen zijn voordat ze een stap zetten. Dan kan het enorm waardevol zijn als iemand vertrouwen uitspreekt en net dat extra zetje geeft. Dat maakt vaak meer verschil dan je denkt.

Kun je iets vertellen over je work-lifebalance?

Eerlijk? Ik geloof niet zo in work-lifebalance. Ik

geloof wel in een leven dat klopt. We hebben allemaal verschillende rollen: professional, ondernemer, partner, ouder, vriend, sporter. Daarnaast hebben we doelen, dromen en ambities. Voor mij gaat het niet om alles perfect in balans houden. Het gaat erom bewust keuzes te maken over waar je je tijd en energie aan besteedt.

Tijd is ons meest waardevolle bezit. Daarom probeer ik heel bewust te leven en te werken. Misschien komt dat ook doordat ik jarenlang topsport combineerde met ondernemerschap. Dan leer je snel dat succes niet alleen draait om hard werken. Het draait ook om herstel, focus en energimanagement.

Ik heb routines die me helpen fysiek sterk, mentaal scherp en energiek te blijven. Niet omdat ik iedere dag maximaal wil presteren, maar omdat ik wil kunnen pieken wanneer het er echt toe doet.

Wat doe je over drie jaar?

Hopelijk nog steeds hetzelfde. Ik heb van dichtbij meegemaakt hoe kwetsbaar het leven kan zijn. Daardoor ben ik me er heel bewust van geworden dat tijd ons meest waardevolle bezit is.

Mijn doel is daarom niet om steeds een grotere titel of een groter bedrijf te hebben. Mijn doel is om werk te doen waar ik energie van krijg, met mensen waar ik blij van word en impact te maken op onderwerpen die ik belangrijk vind. Als ik dat over drie jaar nog steeds mag doen, ben ik heel gelukkig.

Over

Hendrika Willemse-Vreugdenhil is auteur van het handboek Kick-Ass en voormalig drievoudig wereldkampioen karate. Na een succesvolle twintigjarige loopbaan in de IT-sector, waarin ze onder andere haar eigen IT-bedrijf oprichtte en verkocht, is zij nu partner bij StoryYo. Binnen dit platform helpt ze organisaties en het MSP-ecosysteem om thought leadership en expertise om te zetten in commerciële impact en community-building. Daarnaast staat ze regelmatig op het podium als keynote speaker, moderator en dagvoorzitter om mensen te inspireren en uit te dagen.