



“Kortom: aanrader!”



## Het kleine grote frustratieboek

van Guusje Slagter deed me denken aan de bekende Wreck This-journals, maar ook aan het doe-boek Vandaag Haat Ik... van Lotta Sonninen. Maar de auteur van dit boek vol hilarische opdrachten, geeft er ook echt een eigen draai aan waardoor je af en toe hardop moet lachen. Dit vond ik er verder van.

### Dit vond ik van het boek

Het kleine grote frustratieboek begint met een inleiding, ‘het praktische verhaal’ en (een hilarisch stuk met) algemene voorwaarden. In die eerste twee onderdelen legt de schrijfster uit waarom ze dit boek heeft geschreven. De norm om altijd maar gelukkig te zijn, alleen je beste momenten te delen online & op alle toffe feestjes aanwezig moeten zijn is niet normaal. Ongelukkig zijn, gefrustreerd raken door stomme dingen die je overkomen of gewoon flink balen en kwaad zijn – dat hoort er ook bij. Of zoals de schrijfster zelf zegt op pagina 11: ‘jezelf bij tijd en wijle graftakken-kut voelen hoort gewoon bij de blauwdruk van een mens. (..) Echt geluk is zeldzaam. Accepteer dat het zich soms verbergt. Want op de momenten dat geluk wel verschijnt, zal het des te mooier zijn.’

‘Door de grappig geschreven inleiding, heb je meteen zin om aan de eerste opdracht te beginnen’

Echt, dit boek is een verademing. Door de grappig geschreven inleiding (ik heb echt hardop gelachen om de algemene voorwaarden!) heb je meteen zin om aan de eerste opdracht te beginnen. En dat is meteen een goeie: een anti-bucketlist maken aka. een lijstje met dingen die je absoluut NOOIT in je leven zou willen doen. Wat er op mijn lijstje staat? Naar Thailand gaan om mezelf te vinden, bungeejumpen en meedoen aan ook maar iets wat met survivallen te maken heeft. Een verademing om op te schrijven en ook tof om later terug te lezen. Wie weet doe je over een paar jaar toch iets wat op je anti-bucketlist stond. Om je een beetje een inkijkje te geven in dit boek, staan hieronder een paar foto’s van mijn favoriete opdrachten.

## De leukste opdrachten

1. Een lijstje afvinken met alle #firstworldproblems waarmee je te maken hebt gehad. Ik herkende me enorm in 'een boek kopen omdat het er mooi uitziet maar het vervolgens nooit lezen' en 'theezetten in een waterkoker en te lang wachten met als gevolg dat je het nog een keer moet zetten'. Haha!

2. Over deze opdracht ben ik nog even een het brainstormen. De meest verschrikkelijke liedjes om mensen van je feestje naar buiten te krijgen? Ik noteer Friday van Rebecca Black alvast! Als je nog suggesties hebt, kom maar door.

3. De 'heb ik een kutleven-quiz' staat ook in mijn top-3 favoriete opdrachten uit dit boek. Die eerste kan ik vast afvinken.

Aanrader dus?!

Ik geef doe-boeken nooit sterren, maar ik kan wel zeggen dat dit een goede cadeautip is. Dit is zo'n boek dat iedereen leuk vindt om te krijgen. Waar Vandaag Haat Ik... nog iets afstandelijker is qua toon en zich misschien meer op een iets ouder publiek richt, is dit doe-boek juist onwijs herkenbaar en meer op een jongere doelgroep gericht. Ik denk ook dat het een voordeel is dat het door een Nederlandse auteur is geschreven. Dan heb je toch wat meer het gevoel alsof je met een vriendin je frustraties bespreekt, dat je meer betrokken bent bij alles.

Kortom: aanrader!

