

■ EEN NIEUWE KOERS

Sebastiaan Verlaan, Conscius Coaching



Foto: Loes Schieboom

Sebastiaan Verlaan startte naast zijn succesvolle schoonmaakbedrijf een coachingpraktijk.

Sebastiaan Verlaan was 23 jaar toen hij zelfstandig ondernemer werd. Samen met zijn moeder richtte hij het Rijswijkse schoonmaakbedrijf KSV op. In vier jaar tijd wisten ze een solide onderneming neer te zetten. Toen alles eenmaal draaide, begon het bij Sebastiaan weer te kriebelen. Hij gooide het roer daarop deels om: hij bleef directeur en aandeelhouder van KSV, maar in september 2007 startte hij met Conscius Coaching.

“Al op de hotelschool heb ik gezegd dat ik ooit iets met de overdracht van kennis en het stimuleren van mensen wilde doen. Later bleek mijn affiniteit vooral op het vlak van training, begeleiding en coaching te liggen.

Eerst was ik van plan te wachten tot ik een jaar of 45 was, maar

toen ik door een ontsteking in mijn hart een tijdje uit de running was en tijd had om na te denken, vroeg ik mij opeens af: waarom wachten als het mij zo leuk lijkt? Dat was het moment dat ik bewust koos ervoor te gaan.”

‘Bewuste keuzes zullen je nooit schaden’

Hij zegt het niet voor niets zo, want bewuste keuzes is waar het om draait als je als ondernemer verder wilt komen, je doelen wilt bereiken. “Het begint bij bewustwording en daadkracht. Die brengen je naar bewuste keuzes, die vervolgens balans, voldoening en een effectief leven sorteren. En het mooie van bewuste keuzes is dat ze je nooit zullen schaden, omdat je ook bewust voor de

Waar draait het om

Willen Wat wil je nu echt? Kijk kritisch naar je leven. Waarom doe je de dingen die je doet, maak je de keuzes die je maakt? Verken je wensen en stel ze centraal.

Kunnen Ga uit van je capaciteiten, je talenten. Zet op een rijtje waar je goed in bent en hoe je dat toe kunt passen om je wensen te realiseren. Stel ook vast waar je nog tekortschiet.

Zelfbeeld Zonder een goed zelfbeeld komen ‘willen’ en ‘kunnen’ niet samen. Met jezelf voor de gek houden kom je misschien een tijdje weg, maar het keert zich uiteindelijk toch tegen je. Alleen met een eerlijke kijk op jezelf geef je jezelf de ruimte om tot successen te komen.

consequenties kiest, of die nu positief of negatief zijn.”

Met zijn leeftijd van 28 jaar heeft Sebastiaan als coach soms wel iets uit te leggen. “Dan vraagt men zich af ‘wat gaat zo’n broekie mij nou vertellen’. Maar veel belangrijker dan mijn leeftijd is dat mijn cliënten vertrouwen in me hebben en dat zit wel goed.

Ik heb veel ervaring als ondernemer en leidinggevende en ik heb mij geprofessionaliseerd met de post-HBO-registeropleiding tot professioneel trainer en coach.”

Conscius begint dan ook al aardig te lopen, waarmee Sebastiaan zelf een mooi voorbeeld is van waar bewustzijn en daadkracht toe kunnen leiden.

 www.conscius.nl