



## Lawrence Paintsil gaat met zijn bedrijf Leader Shift voor een krachtig ondernemend Wijchen

Herken je het volgende? Je hebt een punt B voor ogen, maakt plannen op papier en vervolgens blijft het daarbij. Je bent fysiek thuis bij je gezin, alleen mentaal ben je nog aan het werk in je bedrijf. Je ziet mogelijkheden om je bedrijf door een moeilijke periode heen te krijgen en toch is het resultaat van je acties teleurstellend. Je bent moe en hebt weinig energie maar toch slaap je slecht. Je bent continu aan het werk en loopt telkens achter de feiten aan. Dit met als resultaat dat je altijd druk bent, ruimte verliest en gehaast en geïrriteerd door het leven gaat. Leggen we de vinger op de zere plek?

### LAWRENCE PAINTSIL, EIGENAAR EN COACH VAN LEADER SHIFT HIGH END PERFORMANCE COACHING HELPT GECOMMITTEERDE ONDERNEMERS WINNEN IN HET LEVEN.

"Ik help ondernemers krachtig vooruit bewegen op persoonlijk en zakelijk vlak", opent Lawrence Paintsil. Lawrence was 23 jaar lang werkzaam als performance coach en trainer in de fitnessbranche en verkocht onlangs zijn twee gyms in Velp. "Ik maak bewust de switch naar performance coaching met ondernemers binnen de gemeente Wijchen, omdat hier mijn uitdaging ligt. Op dit moment ben ik drie verschillende projecten aan het opstarten in de gemeente Wijchen.

• **Het Leader Shift Fundament:** een één

op één coachingsprogramma waarbij ik ondernemers individueel coach op het krijgen van dat wat ze willen hebben (resultaat). Daarnaast help ik de ondernemer af te komen van hetgeen dat ongewenst is, zoals onwerkbaar patronen en gedrag.

• **Commitment Society:** een community van uiterst gedreven ondernemers die kiezen voor persoonlijke en zakelijke groei. Performance coaching is daar in de basis voor het creëren van een krachtige, beslissende, integere en communicatief sterke innerlijke houding. Het doel van deze community is op een actieve manier elkaar helpen met persoonlijke en zakelijke groei. Dit doen we door één

maal per maand samen te komen.

• **Improve:** Een ondernemers gym waar je verschillende programma's kan volgen ter ondersteuning van je persoonlijke, zakelijke en fysieke doelen. Een gym waar ondernemers met elkaar kunnen sparren, netwerken en business uit kunnen wisselen. De kern van deze drie projecten is gebouwd op hetzelfde fundament. Het begint allemaal met de zogeheten 'inner stance', de innerlijke houding ofwel positie waar je vandaan komt. Je inner stance creëer je vrijwel altijd onbewust. Dit gaat automatisch. Zo is je houding op een vrijgezellenfeest niet hetzelfde als de houding die je aanneemt tijdens een begrafenissen. Een bewuste inner stance

creëren die matcht met de context waar je je op dat moment in begeeft, geeft kracht. Je moet eerst jezelf kunnen leiden, voordat je je bedrijf krachtig kunt leiden. Lawrence legt uit: "Veel ineffectiviteit en terughoudendheid is het gevolg van 'angst of een vals commitment' en daar kijken we samen naar. Mensen zoeken naar drogredenen om hun ineffectiviteit te verklaren. De genoemde 'belemmeringen' worden dan snel een alibi om de boel maar gewoon de boel te laten. Door radicaal eerlijk te kijken naar redenen, excuses en alle verhalen die verschijnen als resultaat uit blijft, worden diep gelegen onwerkbaar patronen zichtbaar en kun je deze ook stoppen".

"Het is verbazingwekkend hoeveel ondernemers kiezen voor comfort en hierdoor lijden aan ineffectiviteit en terughoudendheid. Ze hebben wel de doelen in hun hoofd, maar komen niet in beweging. Ze staan de hele dag 'aan', maar komen tot niets. Ineffectiviteit van de ondernemer zorgt ervoor dat zijn medewerkers minder productief zijn en dat zijn bedrijf stagneert of mogelijk zelfs omvalt. Performance coaching brengt ondernemers/leiders in actie, maakt hen productiever, leert hen prioriteiten stellen en problemen op te lossen. Het helpt hen ook risico's durven nemen en de dingen vanuit een ander perspectief te zien", benadrukt Lawrence.

Hij vervolgt: "100% van de mensen liegt 80% van de tijd, vaak onbewust. Dit doet men om er goed uit te zien voor de omgeving. De mens heeft een overlevingsmechanisme genaamd het reptielenbrein. Dit deel zorgt ervoor dat je altijd veilig bent. Is het niet fysiek dan is het wel wie jij denkt te zijn op een dieper level. Jouw identiteit. In de meeste gevallen is die inner stance eigenlijk één grote fake-performance. Sta je een ton in de min, maar spiegel je de buitenwereld voor dat je een zeer succesvol bedrijf hebt met een winst van een half miljoen, dan kun je vanuit daar nooit vertrekken. Je kunt namelijk niet vertrekken vanuit een punt waar je je niet begeeft. Dat kan wel als je eigenaarschap toont voor je huidige situatie en daar vervolgens krachtig actie op onderneemt. Het is een weg van A naar B. Je doel is B en we rekenen terug naar A. Welke acties in welke volgorde zijn hiervoor vereist? Wat heb je als je punt B hebt bereikt? Nog belangrijker is: wie ben je op punt B?"

### "Het reptielenbrein beschermt wie jij denkt te zijn op een diep level"

Vervolgens kun je besluiten die persoon nú te zijn. Vergelijk het met een sporter die over 4 jaar naar de olympische spelen gaat om goud te winnen. Die persoon verklaart zichzelf elke dag als goud medaille winnaar op zijn onderdeel. Zo gaat hij de training in en zo komt hij de training ook weer uit. Hij staat er mee op en gaat er mee naar bed. Hij leeft het in plaats van het alleen te weten en te willen. Met alleen iets willen en weten bereik je namelijk niets. Verklaar wie je moet zijn en doe vervolgens de



noodzakelijk vereiste acties met of zonder angst, met of zonder zin en met of zonder motivatie, en blijf dat doen totdat je resultaat er is."

Lawrence gelooft in de optimale combinatie van de mentale en fysieke gesteldheid. "Iemand die er fysiek slecht bij zit, mist de energie om actief te zijn in zijn onderneming. Als ondernemer moet je energie hebben, elke dag vroeg opstaan om je werk te doen. Zonder energie is je focus weg, krijg je het drukker omdat je dingen niet gemanaged krijgt en kom je snel in een vicieuze cirkel waar je niet uit komt." Om die reden is Lawrence de samenwerking aangegaan met Mathijs Remmig van MR4PT, al ruim 10 jaar een bekende personal trainer in Wijchen met zijn eigen succesvolle sport- en leefstijlcentrum. "Binnen mijn bedrijf is een heel groot deel van de cliënten ondernemer. Dit is de reden waarom mijn trainingen en de coaching van Lawrence naadloos op elkaar aansluiten."

"De doelgroep waarop we ons richten bestaat uit zowel bestaande als startende ondernemers. Hiervoor bieden we het programma Improve Business aan, waarbij je 12 weken lang aan de slag gaat met persoonlijke, zakelijke en fysieke ontwikkeling. Je traint twee maal per week in groepsverband of één op één onder begeleiding van een personal trainer. Daarnaast volg je één maal per week een performance sessie met mede-ondernemers. Vanaf september starten we officieel vanuit een nieuwe locatie in Wijchen", benadrukt Lawrence afsluitend.

Ondernemers die een vrijblijvend oriëntatiegesprek willen, kunnen contact opnemen met Lawrence Paintsil.

#### MEER WETEN

**LEADER SHIFT**  
HIGH END PERFORMANCE COACHING

info@leader-shift.nl 06 24 73 43 43  
www.leader-shift.nl