

E-book: De verbinding tussen liefde en jouw onderneming

Door Iris Selder



Inhoud

Inleiding	3
Wie is Iris	4
De spiegel tussen liefde en business	5
Waar komen deze patronen vandaan?	6
Jouw veiligheid en jouw fundament	7
Reflectievragen en eerste stappen	8

Waarom liefde en ondernemen met elkaar verbonden zijn

Je wilt graag klanten helpen, omdat jij als geen ander weet hoe je dat moet doen. Je verlangt naar vrijheid. Je denkt dat je eerst beter moet worden in marketing en sales, maar misschien ervaar je ook al struggles in je liefdespatronen.

Veel ondernemers zoeken naar succes, klanten en financiële vrijheid. Maar wat als de sleutel daarvoor niet ligt in betere strategieën of marketing, maar in jouw liefdespatronen? Hoe jij jezelf positioneert in de liefde, weerspiegelt zich direct in hoe jij je bedrijf runt.

Herken je dit?

- Je voelt je vaak afgewezen in de liefde en trekt emotioneel onbeschikbare partners aan.
- Je hebt het gevoel dat je nooit 'genoeg' bent en moet vechten voor liefde.
- Je hebt moeite met ontvangen en geeft vooral veel, zonder dat er iets voor terugkomt.
- Je komt steeds weer in relaties terecht waarin je jezelf verliest.

Nu kijk eens naar je business. Zie je de gelijkenissen?

- Je trekt klanten aan die niet volledig voor jou kiezen of steeds afhaken.
- Je werkt te hard, vraagt te weinig geld, of twijfelt aan je eigen waarde.
- Je geeft veel gratis weg, maar voelt weerstand om echt te verkopen.
- Je voelt je energetisch leeg na bepaalde klantgesprekken, alsof je wordt leeggezogen

Dit zijn geen losse problemen. Ze komen voort uit diepgewortelde patronen en energetische dynamieken die zich in zowel je liefdesleven als je business uiten.

Dit e-book geeft je geen kant-en-klare oplossing. Wel laat het je zien waarom je vastloopt in zowel liefde als business, zodat je jezelf eindelijk gaat begrijpen. En als je eenmaal ziet wat er speelt, wordt de volgende stap vanzelf helder.

WIE IK BEN

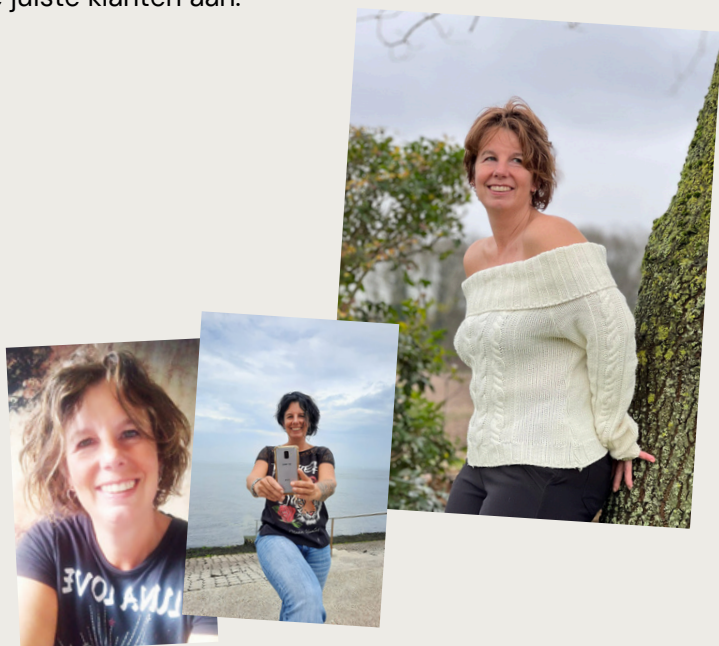
Hi, mijn naam is Iris

Mijn naam is Iris Selder en ik heb al meer dan 100 vrouwen en ondernemers mogen begeleiden om opnieuw te verbinden met zichzelf.

Hierdoor trek je klanten aan vanuit je echte passie. Dit is meer dan alleen veranderen; het gaat om opnieuw creëren.

Niet door je te leren hoe je beter kunt verkopen, maar door je te helpen thuis te komen bij zichzelf.

Want zodra jij in verbinding staat met wie je echt bent, trek je moeiteloos de juiste klanten aan.



De spiegel tussen liefde en business

Jouw liefdespatronen en jouw manier van ondernemen zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Hoe jij je verhoudt tot liefde, bepaalt hoe je je verhoudt tot klanten, geld en zichtbaarheid. Dit zijn de vijf meest voorkomende patronen:

Bindingsangst → Moeite met zichtbaarheid en commitment

- In de liefde: Je trekt je terug zodra het serieus wordt, bang om je vrijheid te verliezen.
- In je business: Je stelt lanceringen uit, wisselt steeds van doelgroep of strategie, of durft je niet echt te laten zien.

Verlatingsangst → Pleasen en te lage prijzen vragen

- In de liefde: Je klampt je vast aan een relatie, zelfs als die niet goed voelt.
- In je business: Je bent bang om 'nee' te zeggen, hanteert te lage prijzen en werkt voor klanten die niet goed voelen.

Zelfafwijzing → Denken dat je geen waarde biedt

- In de liefde: Je twijfelt of je wel goed genoeg bent en zoekt bevestiging van anderen.
- In je business: Je voelt je nooit 'ervaren genoeg' en blijft hangen in gratis content delen zonder echt te verkopen

Geen grenzen stellen → Energieverslindende klanten aantrekken

- In de liefde: Je blijft te lang in ongezonde relaties of trekt narcistische partners aan.
- In je business: Je trekt klanten aan die veel van je vragen, je energie leegzuigen en nooit tevreden zijn.

'Ik doe het wel alleen' → Niet durven samenwerken of hulp vragen

- In de liefde: Je hebt moeite met vertrouwen en doet alles zelf.
- In je business: Je vindt het lastig om te investeren in coaching, uit te besteden of samen te werken.

Waar komen deze patronen vandaan?

Geen van deze patronen is toevallig. Ze zijn ontstaan in je jeugd, als beschermingsmechanisme tegen pijn. Maar ze zijn ook systemisch: vaak draag je onbewust lasten die niet van jou zijn. Hier zijn de diepere oorzaken:

- Bindingsangst: Opgegroeid met afwezigheid of afstandelijke ouders → Je leerde dat te veel nabijheid onveilig is.
- Verlatingsangst: Ervaren van afwijzing of wisselende liefde → Je leerde dat je hard moest werken voor liefde.
- Zelfafwijzing: Kritische ouders of omgeving → Je ontwikkelde een sterke innerlijke criticus.
- Geen grenzen: Opgroeien in een gezin waar jouw gevoelens er niet toe deden → Je leerde dat 'nee' zeggen gevaarlijk is.
- 'Ik doe het wel alleen': Op jonge leeftijd verantwoordelijkheden dragen → Je leerde dat je niemand nodig hebt.

Vanuit systemisch werk gezien kan het zijn dat je een plek inneemt die niet van jou is.

Misschien ben je onbewust loyaal aan een ouder die zich klein hield, of neem je verantwoordelijkheid voor iets wat in de familielijn niet is verwerkt.

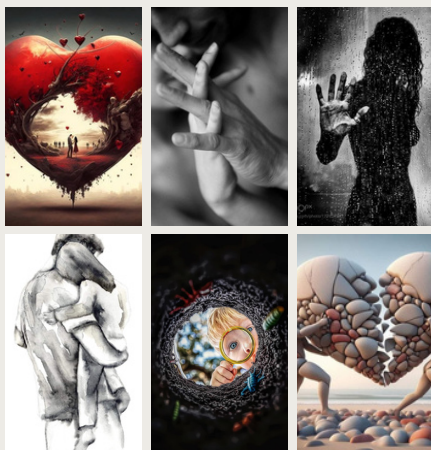
Dit werkt door in je energie, en dus in je bedrijf.

Deze overlevingsstrategieën hielpen je als kind.

Maar nu?

Nu houden ze je klein – in de liefde én in je business.

INCONSISTENT CONTENT



Jouw veiligheid en Jouw fundament

In de liefde draait alles om je eigen veiligheid kunnen ervaren. Voel jij je veilig in verbinding? Of ben je constant alert, bang om gekwetst te worden?

- In je business werkt dit hetzelfde. Jouw fundament bepaalt of je moeiteloos groeit of steeds vastloopt. Sta je stevig in je eigen waarde? Of wankel je bij elke afwijzing?
- Wanneer je jezelf niet veilig voelt in de liefde, zal je ook in je business moeite hebben met vertrouwen en loslaten. Dit kan zich uiten in:
- Angst om zichtbaar te zijn en je echt uit te spreken.
- Steeds wisselen van aanbod of doelgroep uit onzekerheid.
- Moeite met financiële stabiliteit, omdat je diep van binnen niet gelooft dat je het waard bent.
- Jouw veiligheid en jouw fundament zijn onlosmakelijk verbonden. Wanneer je leert hoe je jezelf draagt in de liefde, verandert ook hoe je je business draagt. Dit is waar de echte transformatie begint: niet door nóg een salestraining, maar door écht thuis te komen bij jezelf.



Reflectievragen en eerste stappen

- Welke patronen herken je bij jezelf in de liefde en in je business?
- Welke overtuigingen heb je over jezelf die deze patronen in stand houden?
- Wat zou er veranderen als je jezelf echt zou dragen en je eigen waarde zou erkennen?
- Welke stap kun je vandaag zetten om een gezond fundament te bouwen in zowel je liefde als je business?

Afsluiting

Ik hoop dat je door dit e-book inzichten hebt gekregen in je liefdespatronen en hoe deze doorwerken in je onderneming.

Zelfbewustzijn is de eerste stap naar verandering, en elke keer dat je jezelf beter leert kennen, creëer je nieuwe mogelijkheden.

Onthoud: jouw bedrijf groeit met jou mee. Hoe meer je in verbinding komt met jezelf, hoe steviger je staat – in de liefde én in het ondernemerschap.

Durf te kiezen voor jezelf, durf oude patronen los te laten en durf te gaan staan voor wie je werkelijk bent.

Want jouw grootsheid ligt niet in perfectie, maar in echtheid.

Liefs,
Iris

