

Het coachingstraject



Al je zintuigen worden maximaal gebruikt en geprikkeld. De geluiden, de kleuren, de geuren en de wind langs je huid, het draagt allemaal bij aan een groter bewustzijn van jezelf. Je komt je bewust van jezelf. De natuur spiegelt, brengt afwisseling en geeft oplossingen. Wandelen in de natuur helpt om stil te worden in je hoofd. De natuur werkt rustgevend, waardoor je beter in staat zal zijn te luisteren naar je innerlijke gevoel. In de natuur krijg je vaak verrassende ingevingen die je in een kantoorruimte niet krijgt

Een coachingstraject bestaat gemiddeld uit 5 gesprekken waarin we al wandelend in de natuur ook oefeningen gaan doen om nieuwe inzichten te krijgen ten aanzien van jouw coachvraag. Hierbij verwacht ik van jou een actieve houding, de wil om aan je persoonlijke doelen te werken en hiervoor eigenaarschap te nemen.

Na dit traject voel jij je zekerder over jezelf en weet jij beter hoe jij met lastige situaties om kunt gaan. Daarnaast ga jij je veel meer richten op wat voor jou belangrijk is.

Tarief particulieren

Coachingstraject à € 325,00

± 5 wandelingen waarin we jouw coachvraag bespreken en oefeningen doen die jou nieuwe inzichten gaan geven.

Los coachingsgesprek à € 70,00

Tarief zakelijk

Coachingstraject à € 375,00

± 5 wandelingen waarin we jouw coachvraag bespreken en oefeningen doen die jou nieuwe inzichten gaan geven.

Los coachingsgesprek à € 80,00

Ben je verhinderd? Zeg dan de afspraak minimaal 24 uur van te voren af. Dan breng ik niets in rekening. Bij afmelding binnen 24 uur wordt 50% van de kosten in rekening gebracht.

Ervaringen:

Ik vond het prettig dat je tips gaf over hoe ik met bepaalde situaties kan omgaan. Jij liet mij zelf nadenken. Ik heb het als een prettige coachvorm ervaren. Er wordt naar je geluisterd en door de vraagstelling zelf eigenlijk de oplossing bedenken. De tips die je meegaf waren waardevol. Jij hebt een rustige uitstraling en neemt echt de tijd. Lianne

Ik had voor jou gekozen omdat je verhaal mij aansprak, zoals je je voorstelde en je manier van werken. Je luistert goed en stelt kritische vragen. Je spiegelt de antwoorden waar nodig. Je bent een prettig persoon die een duidelijk doel heeft om je te helpen. Barbara