

Hilde Backus

Het Coach Bureau

Hilde Backus: 'traditioneel hebben we als psycholoog/coach een cognitieve kijk. We proberen mensen anders te laten denken over de dingen waar ze mee worstelen, waardoor ze ook anders kunnen gaan reageren. Soms werkt het, vaak niet.

Degene die gecoacht wordt, wil grip krijgen op emoties en ontdekt in de wandelcoaching dat dit juist averechts werkt. Er is buiten veel meer mogelijk: van belang is om eerst op adem te komen, geen besluiten te nemen, je vrij en ruim te voelen en je intrinsieke motivatie te ontdekken, diepe verlangens.

Diepe verlangens ontdekken kan bevrijdend werken maar ook spanning oproepen. Durf ik wel zo vrij en groots te leven, durf ik keuzes te maken die werkelijk over mij gaan? Kan ik het wel? Daarbij kunnen partner, ouders, kinderen helemaal niet blij zijn met die stevige, vrolijke, vrije ander.



Tijdens De Wandelcoach Opleiding geef ik gevarieerde tools (natuuroefeningen, lichaamsgerichte oefeningen, visualisaties, stiltewandelingen, natuurbelevingswandelingen) zodat wandelcoaches de natuur kunnen betrekken in het bijdragen aan het resultaat. Ik vind het belangrijk dat wandelcoaches reflecteren op hun automatische gedrag en hun persoonlijke wandelcoachstijl ontwikkelen. En ook: wat is jouw marketingstijl, zodat marketing niet een verplicht nummer van niche en social media wordt. Je kunt nog zo goed zijn, als je niemand hebt om te wandelcoachen doe je jezelf en de ander te kort.

Registerpsycholoog NIP/A&O Hilde Backus, sinds 2004 wandelcoach, startte in 2013 De Wandelcoach Opleiding op, die samen met de Vervolgopleiding de geaccrediteerde post-HBO-opleiding tot RegisterWandelcoach® vormt. De opleiding heeft wetenschappelijke basis, is diepgaand en praktisch, en is er voor toekomstige wandelcoaches die van de kracht van de natuur houden, en heldere stappen voorwaarts willen maken.

Andere trainingen zijn: Wandelcoaching voor groepen en Marketing voor wandelcoaches. Welkom!

www.coachbureau.nl

Binnenkort: www.wandelcoach.nl