

Op 5 oktober organiseert de Beroepsvereniging Groene Zorg, begeleiding en coaching een bijeenkomst waar opleidingen op dit terrein zich presenteren. Wandelcoach Nederland is een van die opleidingen. Oprichter Corrie Reijngoud vertelt er hier graag al iets over.

Wandelcoaching of wandelen met je cliënt?

Corrie Reijngoud noemt zichzelf op haar website een natuurfreak die elk moment opnieuw de schoonheid ziet van ieder levend wezen. Dat is wat haar drijft en van waaruit ze 14 jaar geleden begon als wandelcoach. Inmiddels heeft ze een goed draaiend assortiment aan TriA[®] opleiding en training voor mensen die geïnteresseerd zijn in de ontwikkeling van zichzelf en in hun professionele rol.

Mensen die werken in de zorg, artsen, therapeuten en coaches.... iedereen kan gaan wandelen met zijn of haar cliënten. Maar voor hen die denken, 'dit is wel leuk maar ik wil meer', heeft Corrie een zeer praktische en eenvoudige methodiek: de TriA[®] methode. TriA[®] staat voor: Aandacht, Acceptatie en Actie. Het is een methode voor professionele begeleiding bij persoonlijke ontwikkeling en gebaseerd op de positieve psychologie. Het stimuleert de zelfregie en daadkracht en biedt structuur aan de coaching. Uitgangspunt hierbij zijn de potentie en verlangens van de cliënt, waardoor al onmiddellijk een positieve mindset ontstaat en de cliënt zijn innerlijke kracht beter kan aanboren. Wanneer je dit in de natuur toepast, wordt het effect versterkt en komt de cliënt sneller tot nieuw inzicht en oplossingen. Dit pas helemaal bij de praktijk- en ervaringsgerichte manier van werken van Corrie.



De natuur actief inzetten op het juiste moment

“Gaan wandelen met een patiënt of cliënt is iets wezenlijk anders dan coachen in de natuur”, aldus Corrie. “Als wandel- of natuurcoach zet je alles uit de natuur in vanuit gevoel, intuïtie en ervaring. Je weet dan in een coaching sessie op het juiste moment, precies het meest effectieve in te zetten.”

Corrie: “Voor mij is het echt de combinatie van de TriA[®] methode met de inzet van de natuur die zo sterk werkt. Het in de natuur in beweging zijn maakt dat alle zintuigen maximaal geprikkeld worden en de mens mentaal en fysiek in beweging komt. De perfecte combi voor duurzame gedragsverandering.

Meer weten over de TriA[®] methode en de opleidingsmogelijkheden tot TriA[®] wandelcoach? Zie www.wandelcoachnederland.nl

[Meer informatie en aanmelden voor de Opleidingendag van de BVGZ op 5 oktober in Utrecht >>](#)