

Tuincoaching

Tuincoaching helpt om een issue in je leven aan te pakken d.m.v. bezig te zijn in eigen tuin, waarbij je ondertussen coaching ontvangt.

In onderstaand voorbeeld ziet Corry door middel van de tuincoaching, in de manier waarop ze haar tuin heeft onderhouden, en wat zij nu anders kan gaan doen. Met deze inzichten maken we de overstap naar haar werk. Ze ontdekt wat goed gaat en wat aandacht verdient om het overzicht in haar werk te bewaren. De tuincoach helpt Corry te onderzoeken hoe zij haar werk anders kan gaan doen zodat er overzicht ontstaat.

Voorbeeld Corry, coachvraag 'overzicht bewaren op mijn werk'.

Na een gesprek waar Corry tegenaan loopt gaan we aan de slag in haar eigen tuin. In de ogen van Corry oogt haar tuin wat rommelig. Een rommelige tuin heeft z'n voordelen: er zijn veel dieren in de tuin te vinden. Een nadeel is dat Corry niet meer in de zon kan zitten.

Corry pakt de schaar en wil gaan knippen, maar durft niet, bang om iets verkeerd te doen. We praten daarover verder en gaan ermee aan de slag. Een nieuwe tuincoach-afspraak wordt gemaakt.

In de volgende sessies van de tuincoaching gaat Corry voortvarend aan de slag. Zij ervaart steeds meer overzicht. Het knapt goed op.

De manier waarop iemand bezig is in eigen tuin kan een weergave zijn van de manier waarop iemand een taak aanpakt of werk in het geheel oppakt. Door dit bespreekbaar te maken ontstaat er ruimte om ook te kijken waar mogelijke oplossingen zitten in het vraagstuk. Zoals het krijgen van meer rust, overzicht, ruimte, ...

Werkwijze:

In de intake bij je thuis komt naar voren waar je coaching voor nodig hebt. De tuincoach stelt open vragen o.a. om je doel helder te krijgen. Daarnaast wordt gekeken of tuincoaching in je eigen tuin kan worden geboden. Als hier beperkte mogelijkheden voor aanwezig zijn, kan ook wandelcoaching een optie zijn of een combinatie. Aan de manier hoe de tuinwerkzaamheden worden opgepakt, geeft de tuincoach advies, informatie en/of coaching.



De tuincoach let o.a. op de manier waarop de tuincoachee aan de slag gaat in de tuin. Deze informatie is waardevol om de issues in het leven aan te pakken.

- Gaat iemand aan de slag, overal en nergens
- Gaat iemand het snoeien uit de weg (is er durf)
- Geeft iemand snel op, laat maar ... komt morgen wel 😊
- Mist iemand informatie om adequaat aan de slag te kunnen
- Haalt de sierplanten uit de tuin en laat het 'onkruid' staan
- Op welke manier zijn de planten gesnoeid en hoe is de tuin ingericht
- Welke taken vindt iemand leuk en minder leuk?
- En nog meer ...

Neem contact op om je wensen te bespreken en of tuincoaching iets voor je is.

Kosten:

- Tuincoaching: € 75,- / uur, geen voorrijkosten in Ede. Buiten Ede: 30 cent/km. Tuingereedschap van de tuincoachee. De tuincoach heeft zelf ook tuingereedschap bij zich. Indien er (grotere) apparaten worden gehuurd: huurprijs van de verhuurder is voor de tuincoachee, huurkosten altijd vooraf in overleg afhankelijk van het doel.

Pakket Ede:

5 tuincoachsessies van 1 uur, inclusief 1 uur tuinonderhoud voor: € 390,-

Ik meld mij aan voor Tuincoaching

Andere opties:

- Tuinonderhoud (zonder coaching & advies): € 55,- per uur
- Tuinonderhoud 'samen aan de slag': € 45,- per uur

Vragen?

Heb je vragen bel/app 06 12 08 74 70

Of stuur een mail naar: info@jes-creations.nl

Het is altijd mogelijk om pakketprijzen af te spreken voor specifiek tuinonderhoud of jaarrond tuinonderhoud. Vraag naar de mogelijkheden. Alle prijzen zijn inclusief 21% btw, wijzingen voorbehouden, prijspeil 2023. De algemene voorwaarden dienstverlening jes-creations – groenvoorziening zijn van toepassing.