

Wetenschappelijk onderzoek naar effecten van wandelcoaching Doe je mee?

Schiet je soms flink in de stress van je werk? Sta je onder druk en leef je met spanning? Loop je op je tenen? Is je werk een sleur? Leef je met angst of zorg over het verliezen van je baan of vrees je voor de toekomst van je (eigen) bedrijf? Ben je moe of misschien wel uitgeput?

Zoek je naar geluk in je werk? Wil je onderzoeken hoe je dat vindt?

Samen met Prof. Agnes van den Berg, omgevingspsycholoog en hoogleraar Natuurbeleving doet Het Coach Bureau onderzoek naar de effecten van wandelcoaching.



Agnes van den Berg

Er komt steeds meer wetenschappelijk bewijs voor de gezonde en rustgevende effecten van een bezoek aan de natuur. Deelnemers aan onze wandelcoachprogramma's weten uit eigen ervaring hoe sterk deze effecten zijn. Toch is er nog maar weinig bekend over de langere termijn effecten van wandelen en praten in de natuur.

Om hier meer inzicht in te krijgen gaat Het Coach Bureau samen met Prof. Agnes van den Berg, onderzoek doen naar de effecten van wandelcoaching.

Agnes van den Berg is in Nederland één van de pioniers van het onderzoek naar natuur en gezondheid. Ze geniet nationale en internationale bekendheid door haar vele publicaties en is een veelgevraagd spreker over dit onderwerp.

Wanneer je mee doet aan het wandelcoachprogramma 'Ontdek je talent en wie je bent' kun je deelnemen in de onderzoeksgroep. Jouw ervaringen worden vergeleken met mensen met vergelijkbare problemen/vragen die niet deelnemen aan het wandelcoachprogramma.

Korting op het wandelcoachprogramma

Beide groepen, de onderzoeksgroep en controlegroep vullen drie keer een online vragenlijst in. Deelnemers aan het wandelcoachprogramma die mee doen met het onderzoek ontvangen een korting van 100 euro (incl. btw) op de kosten van het programma.

Deelname aan dit onderzoek biedt een unieke kans om bij te dragen aan de wetenschappelijke kennis over wandelcoaching, en tegelijkertijd te profiteren van een aantrekkelijke korting. Let op: Er is slechts ruimte voor een beperkt aantal deelnemers, dus snelle aanmelding is gewenst.

Heb je belangstelling voor deelname aan het wandelcoachprogramma 'Ontdek je talent en wie je bent' en het daaraan gekoppelde onderzoek?

Meld je dan aan via info@tinekefranssen.nl of bel 06 49130803.