

# Dein erster Schritt. Erforsche dich selbst.

Dieser Fragebogen hat die Absicht, dich deinem Thema näher zu bringen und es etwas tiefer zu erforschen. Bitte nimm dir dazu einen Moment Zeit und beantworte die Fragen „aus dem Bauch heraus“.

Wenn du das Gefühl hast, dass du bei deinem Thema professionelle Unterstützung möchtest und ich die richtige Begleiterin dafür sein könnte, dann freue ich mich sehr, wenn du mir deine Antworten zukommen lässt.

Bitte sende ihn mir ausgefüllt an [info@anjabewegt.de](mailto:info@anjabewegt.de) oder per Whatsapp an die +49 176 637 33433. Du kannst auch, falls dir das Dateiformat nicht gefällt, die Antworten ohne Datei per Mail an mich senden – fühl dich frei und finde deinen Weg, mit mir in Kontakt zu treten.

Selbstverständlich behandle ich alle Informationen von dir streng vertraulich.

Wenn du nicht daran interessiert bist, von mir durch deinen Entwicklungsprozess begleitet zu werden, wird dir die Beantwortung und Auseinandersetzung mit deinem Thema schon mehr Klarheit bringen.

In beiden Fällen wünsche ich dir bewegende Erkenntnisse!

Deine Anja

## Wir fangen leicht an:

Name, Vorname .....

Straße, Nr. ....

Ort, PLZ .....

E-Mail .....

Telefon (Festnetz/Mobil) .....

Geburtsdatum .....

Wenn vorhanden:  
Webseite(n) .....

Aktivstes Social Media Profil .....

Derzeit ausgeübter Beruf/Ausbildung:

Privates Umfeld: Beziehung, Familie, Kinder, Haustiere – wie lebst du und mit wem?

Auf einer Skala von 1-10: Wie gut geht es dir gerade? Körperlich, mental, emotional?  
(1=Richtig schlecht; 10=Großartig, besser geht's nicht!)

### **Dein Problem, dein Thema**

Was ist dein primäres Problem | Thema, dass du gern gelöst | verändert hättest?

Welche wichtigen, erklärenden Informationen gehören dazu, um dieses Problem | Thema zu verstehen?

Was hast du bereits unternommen, um dein Problem zu lösen | dein Thema zu verändern?

Was ist dabei herausgekommen?

Was möchtest du noch dazu los werden?

**Wenn du Lust hast:**

Ein Gedankenexperiment: Bitte reise ein Stück in die Zukunft unter folgender Annahme: Du hast einen idealen Weg gefunden, um dein Problem zu lösen | dein Thema zu verändern und hast genau das erreicht und geschafft, was du wirklich-wirklich willst. Wie sieht dein Leben aktuell aus?

**Konfetti!**

Juhu! Das hast du toll gemacht! Ich hoffe sehr, du bist dir selbst ein Stück näher gekommen und konntest Erkenntnisse sammeln!

Wie kannst du dich dafür heute selbst belohnen?

Was ist dein nächster Schritt, um dich deinem Problem | Thema zu stellen?

**Wenn du an einem Coaching mit mir interessiert bist:**

Welche speziellen Erwartungen | Wünsche hast du bezüglich deines Problems | Themas an mich?

Wenn es eine Sache gäbe, die ich dir sofort erfüllen könnte, was wäre das?

Wie viel Zeit bist du bereit, in dich und die Lösung deines Problems | Veränderung deines Themas zu investieren?

Wie kann ich dich am besten erreichen?

Falls du mir noch etwas mitteilen möchtest, hier ist Raum dafür:

Ich danke dir im Voraus für dein Vertrauen und melde mich zügig bei dir.

Bitte feiere dich heute selbst dafür, dich deinem Problem | Thema gestellt zu haben! Du darfst stolz auf dich sein. Das ist der erste Schritt!

**Eine kleine Belohnung gibt es hier: [anjabewegt.de/konfetti](https://anjabewegt.de/konfetti)**

Du bist ein Wunder! Danke, dass es dich gibt.