



Dein Start in den Raum für Neues – Anamnese & Ausblick

Persönliche Angaben

Name:

Geburtsdatum (optional):

Telefon:

E-Mail:

Dein Anliegen & deine Ziele

Was hat dich dazu bewegt, ein Coaching zu beginnen?

Welche Themen oder Fragen beschäftigen dich aktuell besonders?

Gibt es etwas, das du gerne verändern, klären oder neu gestalten möchtest?

Was wünschst du dir – für dich, für dein Leben, für diesen Prozess?

Bisherige Erfahrungen

Hast du bereits Erfahrungen mit Coaching, Therapie oder Beratung gemacht?

Was hat dir gutgetan – was eher nicht?

Gibt es Methoden oder Ansätze, die dich besonders ansprechen?

Körper, Seele & Stabilität

Gibt es gesundheitliche oder psychische Themen, die ich berücksichtigen sollte?

Bist du aktuell in ärztlicher oder therapeutischer Behandlung?

Nimmst du regelmäßig Medikamente ein (z. B. für die Psyche)?

Ressourcen & Belastungen

Was gibt dir im Alltag Kraft?

Welche Menschen oder Aktivitäten tun dir gut?

Was fordert dich im Moment besonders heraus?

Was du mir mitgeben möchtest

Gibt es etwas, das ich über dich, dein Tempo oder deine Geschichte wissen sollte, damit unser Coaching gut für dich ist?

Bitte sende das ausgefüllte Formular per E-Mail an: **alexandra.haas@raum-fuer-neues.de**