



**Regina Herhoff**  
*Dolfosan Coaching*  
Lebe Deine Einzigartigkeit

## **Kennen Sie Ihre Charakterstruktur?**

Wissen Sie, welche Charakterstrukturen es gibt und kennen Sie die Schwächen und Stärken der einzelnen Strukturen? Was ist Ihre **dominante Struktur**? Die dominante Struktur entwickelt sich bereits in der Zeit im Mutterleib und in den ersten 3 Lebensjahren. Um unser (Über-)Leben zu sichern, haben wir uns einen schützenden Charakter zugelegt. Die Frage ist, ob dies noch förderlich oder eher hemmend ist. Die Merkmale und Eigenschaften der Charakterstrukturen sind nicht immer bewusst. Wie frei sind Sie in Ihrem Verhalten und in Ihren Entscheidungen?

Das Wissen um die eigene Charakterstruktur ermöglicht Selbsterkenntnis, und das Wissen um die Strukturen der Menschen, die Ihnen nahestehen, ermöglicht einen achtsameren, verständnisvolleren Umgang miteinander.

Folgende **Charakterstrukturen** (nach Wilhelm Reich) gibt es:

1. Denkorientiert / Schizoide
2. Leistungsorientiert / Rigide
3. Kontrollorientiert / Psychopath
4. Belastungsorientiert / Masochist
5. Bedürfnisorientiert / Oral

Bei Interesse gibt es einen **Test zum Ausfüllen und Auswerten**. Danach wird die Verteilung der Charakterstrukturen bzw. Körpertypen ersichtlich. Die eigenen Ängste und das eigene Verhalten werden besser verständlich. Typische Mentalprogramme, Qualitäten, Kernaussagen und Redewendungen sowie das Verhalten in Beziehungen mit anderen kennzeichnen die Strukturen.

Um freier zu werden und um eine Balance in die Strukturen zu bringen kann **CQM, die Chinesische Quantum Methode** unterstützend wirken.

[Termin vereinbaren](#)

Regina Herhoff  
Gesundheitspraktikerin (BfG, Mitglied Nr. 516)  
Dolfosan Coaching – Lebe Deine Einzigartigkeit  
Gesprächsbegleitung und Energiearbeit, Individuelle Begleitung und Workshops  
Triebweg 22 • 69412 Eberbach  
Fon 06271 – 8075658  
Mail [info@dolfosan.de](mailto:info@dolfosan.de)  
Web [www.dolfosan.de](http://www.dolfosan.de)  
Blog [blog.dolfosan.de](http://blog.dolfosan.de)