



Regina Herhoff
Dolfosan Coaching
Lebe Deine Einzigartigkeit

Erfahrungen mit CQM

Testimonials, Feedback meiner Klienten

Erfahrungsberichte sind subjektive Meinungen. Das die erlebten Veränderungen durch die unten genannten Anwendungen bewirkt wurden und nicht durch andere Prozesse ist wissenschaftlich nicht nachgewiesen.

Thema: Partnerschaft

Nach einer Behandlung mit CQM,
habe ich den Eindruck, es hat jemand eine Scheibe vor meinen Augen geputzt.
Mein Blick auf meine Partnerin,
aber auch auf andere Beziehungen ist viel klarer geworden.
Ich habe mühelos Ballast abgeworfen,
meine innere Energie hat mehr Freiraum bekommen,
ich kann befreit durchatmen.
Meine Lebensgeister wurden geweckt.
Ich fühle mich erfrischt und klar
Lebendig!
Siegfried A.

Thema: Selbstwert

Liebe Regina,
mir geht es seit unserer CQM-Sitzung sehr gut.

Ich weiß nicht konkret ob oder was sich geändert hat, aber ich fühle mich sicher, habe gerade nicht so viel Ängstlichkeit und und und
In Stabilität und Sicherheit fühle ich mich jetzt stärker.
Das ist das, was ich immer vermisst habe.

Gleich danach ging es mir blendend im Vergleich zu meinem Zustand als bei Dir eintraf.

Nochmals dank für diese Sitzung. Ich werde sie bei Bedarf wiederholen.

Liebe Grüße

Dorothea

Thema: Beziehung Mutter - Tochter

Coaching mit CQM Chinesische Quantum Methode per Skype

Bei unserer Sitzung ging es um meine Tochter, mit der ich leider seit Wochen keinen Kontakt mehr hatte. Sie ist in der Pubertät und mit sich selbst nicht im Reinen. Meine Probleme mit ihrem Vater kommen noch dazu.

Ich hatte große Angst, die Verbindung mit ihr ganz zu verlieren.

Nun haben sich meine Ängste, Befürchtungen und negativen Glaubenssätze gelöst. Ich fühlte mich wieder ruhig und gelassen und fand wieder Zutrauen in unsere gemeinsame Zukunft.

Ich habe einige Zeit abgewartet und sie dann angerufen. Und wir hatten ein Gespräch!

Vor kurzem habe ich wieder mit ihr telefoniert und sogar ein Treffen mit ihr vereinbart.

Sie freut sich und ich auch!

Danke für die schnelle und unkomplizierte Hilfe!!

Liebe Grüsse von Claudia H.

Themen: Abgrenzung, Entscheidungen treffen, Selbstwert, Konflikte, Zeitdruck, Stress, Prüfung

Coaching mit CQM Chinesische Quantum Methode per Telefon

Liebe Regina,

seit den Weihnachtsferien klappt es in der Hauptschulklasse besser.

Ich muss nach wie vor an meinen zu hohen Ansprüchen arbeiten und auch daran, wie ich meine Zukunftsaussichten (Einstellung als Lehrerin) sehe (nicht so negativ).

Aber insgesamt habe ich wieder mehr Freude in der Schule und viele Schüler habe ich bereits auf der Beziehungsebene erreicht, so dass ein normaler Unterricht wieder möglich ist. Auch wenn mich einige Dinge noch sehr stören (Arbeitshaltung der Schüler, schlechtes Klassenklima), versuche ich, die Sache positiver zu sehen und mir immer wieder zu sagen, was ich schon geschafft und erreicht habe.

Das hilft weiter.

Ehrlich zugegeben, glaube ich nicht so sehr an CQM und dann auch noch übers Telefon und dass das dann wirken soll.

Dennoch merke ich eine Verbesserung meiner Situation und führe diese u.a. auch auf unser Coaching-Gespräch zurück.

Viele Grüße, I. B.

Themen: Lese-/Rechtschreibschwäche

Coaching mit CQM, der Chinesischen Quantum Methode

Liebe Frau Herhoff,

gestern hatte ich ein kurzes Gespräch mit J.'s Lehrer. Er sprach von Fortschritten in Rechtschreibung und Diktat, konnte das aber zeitlich nicht eingrenzen. Er ist besser im Diktat und schreibt schneller.

Seine Verhaltensauffälligkeiten würden gegen null tendieren.
Wir sollten nochmal einen Termin vereinbaren.

Gruß B. D.

Thema: instabil, übermäßiges verinnerlichen, Konflikte, Selbstwert

Coaching mit CQM Chinesischer Quantum Methode per Telefon

ich fühle mich stabiler
ich lasse mich noch aus meiner Mitte bringen, aber es geht schneller durch, ich bin schneller wieder in meiner Mitte
Erkältung ging schneller durch

J.

Thema: Panik

Coaching mit CQM Chinesischer Quantum Methode per Telefon

Liebe Regina,
wie gestern vereinbart hier eine kurze Rückmeldung: es geht mir unvergleichlich besser. Habe einige Stunden im Liegen geschlafen, keine Panikattacken, immer noch Asthma und Pfeifen auf der Brust, die Abstände zwischen den Hustenanfällen werden länger und der Husten ist nicht mehr ganz so schmerzhaft. Ich habe kein Fieber und kann auf sein.
Bin mal wieder erstaunt und heilfroh, dass es so schnell gehen kann mit CQM. Wieder eine Motivation am Thema zu bleiben.
Dir nochmals vielen Dank, dass du dir die Zeit genommen hast.
Erstmal liebe Grüße, bis bald

B. B.

Thema: Wohlfühlgewicht erreichen

Coaching mit CQM Chinesischer Quantum Methode

Hallo Regina,

ich bin überrascht, dass mir der Anfang mit dem Abnehmen so leicht gefallen ist und ich bin bis jetzt noch nicht in Versuchung gekommen, was Süßes oder zu viel zu essen. Ich hoffe das bleibt auch über Ostern und in Zukunft so. Das CQM hat wirklich vom ersten Tag an "gewirkt". Es war, als wäre ein Schalter umgelegt worden.

Bis bald, liebe Grüße,

C. B.

CQM Coaching

Liebe Regina,

wollte mich bei Dir für das von Dir schnell noch eingeschobene CQM-Coaching während der Trend in Heidelberg danken. Ich bin damit sehr gut über den Messetag gekommen und hatte viel weniger Beschwerden und viel mehr Energie als den Tag zuvor.

Eva-Katharina Scharowski

CQM Coaching

Hallo Frau Herhoff,

die Anwendung bei mir in Heidelberg bezüglich Sprachangst war wohl erfolgreich. Ich hatte bei einer erneuten Situation neulich keinerlei Probleme. Super, vielen Dank!

Herzliche Grüße,

Rita

CQM Coaching

Ich habe den Termin bei Ihnen sehr genossen und das Gefühl danach war sehr gut, vielen Dank nochmals!

Rita

CQM Coaching per Telefon

Liebe Regina,

jedes Mal stellte sich schon während der Korrekturen, die Du vornahmst, ein körperlich-seelisches Wohlbefinden ein. Zudem staunte ich etliche Male darüber, wie Du auf Punkte oder Themen kamst, von denen Du nichts wissen konntest. Doch jedes Mal konnte ich nur zustimmen. Auch die "Schwächen", die Du aufdecktest, trafen zu. Danach fühlte ich mich gestärkt, unterstützt und befreit.

Beim zweiten CQM Coaching ging es um meine Angst vor den Weihnachtsfeiertagen, dem Alleinsein, und im Grunde um diese traumatische Weihnachtszeit, die sich 1968 in meiner Familie abgespielt hatte.

Auch hier spürte ich wieder sofortige Entspannung, gleich zu Beginn der Anwendung. Es kamen darunterliegende Themen zur Sprache, die mein System offenbar seither schwächen. Wieder staunte ich darüber, wie Du auf all dies Hintergründige kommen konntest.

Jedenfalls hatte ich den Eindruck, dass mein Trauma "gelöscht bzw. neutralisiert oder korrigiert" war. Seither bin ich überzeugt, CQM bewirkt etwas.

Alles Liebe,

J.

Thema: Beziehungsprobleme

CQM-Coaching

Schon während der Sitzung wurden mir plötzlich Zusammenhänge klar, die ich vorher gar nicht gesehen hatte. Und in den Wochen danach hatte ich dann den Kopf endlich wieder freier für anderes. Dadurch konnte auch meine Homöopathin wieder ansetzen, nachdem die homöopathische Therapie zunächst gestockt hatte durch diese verdeckten energetischen "Blockaden".

J. A.

Thema: Prüfungsvorbereitung

CQM-Coaching über die Ferne

Liebe Regina,

dank deiner Unterstützung mit CQM habe ich meine BWL Klausur bestanden! Ich war in der Prüfung klar, konzentriert und in sehr guter emotionaler Verfassung.

Danke dafür und ich werde mich bei der nächsten Klausur wieder bei dir melden.

Herzlichst,

Claudia H.

Themen: Ängste, Panik, Unsicherheit, Angst sich zu zeigen, Verzweiflung, Angst vor Meinung anderer

CQM Coaching, persönlich und per Telefon

Liebe Regina,

ich habe jetzt eine Weile gewartet, weil ich abwarten wollte, wie es mir auf längere Sicht geht.

Seit deiner Anwendung geht es mir viel besser. Die Ängste sind ganz weg. Ich fühle mich stabil und oftmals auch gut gelaunt.

Wenn Unbehagen oder Sorgen oder Angst auftreten, dann hat das einen ganz normalen Grund und ist nicht so ungreifbar wie es vor dem Coaching für eine Weile der Fall war.

Ich habe das Gefühl ich kann mein Leben gerade wieder ganz normal in Angriff nehmen und kann mit dem was kommt umgehen.

Ob die Ursache meiner Probleme behoben ist, weiß ich nicht, aber im Moment fühlen sie sich normal an.

Dir ganz liebe Grüße
und vielen Dank für deine Hilfe.

E.

Nach einem Coaching mit CQM:

Liebe Regina,

da hast du ja bei mir ganz schön was zum Fließen gebracht. ((-; körperlich und bei meinen Umständen im Außen. Irgendwie atme ich leichter. So wie mir gestern die Tränen geflossen sind und ich urplötzlich zur Toilette musste, so muss ich mir seit gestern immer wieder Tücher in meine Unterhose legen, als hätte sich auch was in meinem Wurzelchakrabereich gelöst. Heute Morgen beim Frühstück mit meinem Mann haben wir gute Einfälle für unsere Weihnachtsplanung mit unserer Familie bekommen. Ursprünglich wollte ich mich dieses Jahr zurückziehen und für mich ganz alleine in meiner neuen Wohnung sein. Ich scheue Konfrontationen, vor allem wenn es darum geht meine Wünsche zu äußern. Die miteinhergehenden Rechtfertigungen meinerseits nerven mich selbst. Aber nein, jetzt nehm ich's in die Hand und kommuniziere genau wie es mir am besten gefällt. ... So bin ich nicht mehr im Opferverhalten passiv sondern schreite offensiv zur Tat. Heute habe ich mir Zeit genommen meine finanziellen Ausgaben und Einnahmen gegenüberzustellen um damit klarer zu werden. Bisher hat's nach meinem Bauchgefühl immer gepasst, nur war ich damit unsicher. Ich komm grad von meinem Tanztraining heim und hab mich heute als Leiterin rund um super gut gefühlt.

Ich finde du machst eine wundervolle Arbeit. Deine Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Hingabefähigkeit ermöglichen tiefgehende Wirkungen.

Ich danke dir, liebe Regina, noch mal ganz herzlich!!

Ich wünsche dir alles Beste und viel Freude mit deiner wertvollen Arbeit! ... und dass viele Menschen in den Genuss kommen dich als Mensch und Coach zu erleben.

Eine frohe Vorweihnachtszeit!!

Liebe Grüße

Heidi

Nach einem Telefon-Coaching mit CQM:

Hallo Frau Herhoff,

wollte mich schon die ganze Zeit melden, aber die Zeit rennt nur so und dann.... Aber jetzt gebe ich Ihnen ein Feedback.

Ich habe jetzt öfters Anfragen gehabt und bin viel lockerer daran gegangen. Ich hatte sogar den Mut eine Anfrage abzulehnen, da mir die Interessentin nicht sympathisch war.

Ich danke Ihnen für Ihre Hilfe. Meine Selbstsicherheit ist dadurch gewachsen.

Ich wünsche Ihnen noch einen schönen Sonntag.

Mit freundlichen Grüßen

Regina Rausch

Thema: Wohlfühlgewicht erreichen

Coaching mit CQM Chinesischer Quantum Methode

Hallo Regina,

ich habe mein Wohlfühlgewicht erreicht, nun möchte ich es halten. Ich habe bewusst gegessen, hatte kein Verlangen nach zu viel Essen oder nach Süßem. Jeden Tag habe ich mir meinen Zielsatz gesagt und andere positive Sätze.

Viele liebe Grüsse

C.

Coaching mit CQM per Skype

"Hilfe in der größten Not

Zwei Wochen vor Abgabetermin meiner Abschlussarbeit fiel eine Panikattacke über mich her. Was, wenn ich wieder durchfalle? Wenn der Tutor meine Arbeit scheiße findet und ich es wieder nicht schaffe? Als ich die Arbeit zum 66-zigsten mal durchlas war mir völlig klar: Alles Mist, alles umsonst, das reicht wieder nicht! Es ist vorbei, eine dritte Chance gibt es nicht.

In diesem Panikmoment gab es für mich zwei Möglichkeiten: Entweder ich springe aus dem Fenster (wir wohnen im 2. Stock) oder ich rufe Regina an.

Regina war direkt am Telefon, ich hatte solches Glück. Sie hat sich meine Ängste angehört, mich erstmal beruhigt und mir für den nächsten Tag einen Skype-Coachingtermin gegeben.

Dieser Termin war 2 Stunden harte Arbeit. Für Regina und für mich auch. Sie hat alles erfragt was man sich nur vorstellen kann. Von meiner Gefühlslage, über meine schlimmsten Befürchtungen, zu meinen kreisenden Gedanken und meiner körperlichen Verfassung. Darüber hinaus den genauen Ablauf der Abgabeprozedur, wie lange es dauert bis ich Gewissheit habe was rauskommt, und welche Note ich mir überhaupt wünsche.

Das war Arbeit und Korrigieren mit Tiefgang, mit Weitblick, mit absoluter Genauigkeit und Klarheit, und auf den Punkt!

Danach ging es mir soviel besser, ich kann es kaum beschreiben. Endlich konnte ich wieder klar denken und handeln! Ich konnte Kraft und Motivation finden, die Arbeit noch mal in kleinen Teilen zu überarbeiten. Eine Kommilitonin erklärte sich bereit, das Ganze Korrektur zu lesen – sie konnte mir noch ein paar Tipps für Verbesserungen geben (auf diese Idee wäre ich in meinem Dusel überhaupt nicht gekommen...).

Am Ende konnte ich die Arbeit eine Woche vor Abgabeschluss mit einem guten Gefühl und Erleichterung im Herzen abschicken.

Ich bin Regina sehr dankbar für diese kompetente und so schnelle Hilfe im richtigen Moment!!! Regina, du bist ein Schatz!!!!

Wenn ich nicht bestanden hätte, wären 4 ½ Jahre Studium umsonst gewesen. Ich bin sicher, die Korrektur mit CQM hat mir meine Klarheit und Kreativität zurückgegeben, sodass ich die Verbesserungen tätigen konnte, die dringend notwendig waren.

Heute weiß ich: Ich habe bestanden und bin überglücklich :)

DANKE!" Claudia

"Ich bin stabiler"

"Habe mich nach CQM sehr wohl gefühlt, war gelassener"

"Ich fühle mich bei der Arbeit sicherer"

"Ich möchte mich noch einmal bei Ihnen für Ihre konstruktive Art und Ihre Bemühungen bedanken. Alleine die Tatsache, ernst genommen zu werden und mit Offenheit angehört zu werden, hat schon eine kräftigende Wirkung."

"Ich kann leichter Entscheidungen treffen"

"Ich fühle mich gestärkt"

"Ich fühle mich sehr, sehr gut. Bin total motiviert."

"Ich war kaum aufgeregt vor der Präsentation, hatte keine ängstlichen Gedanken im Vorfeld aufgebaut. Die Präsentation ist gut gelaufen. Ich war mir meiner Sache sehr sicher und hatte keine Aufregung während des Vortrags."

"Endlich habe ich passende Schuhe gefunden"

"Sozialkontakte sind besser, Leute grüßen eher, ich werde umarmt"

"Ich bin gelassener bei der Arbeit und beim Auto fahren. Ich erinnere mich immer wieder daran, da hat sich was getan, ich bin bewusster."

"Ich schlafe viel besser. Ich bin morgens erholter. Das Aufstehen geht leichter. Morgens läuft alles ruhiger ab."

"CQM ist mir sehr gut bekommen."

"Nach dem CQM Coaching ging es mir wirklich gut. Ich habe mich wohlgeföhlt. Ich war in meiner Mitte, ich habe die Mitte richtig gespürt. Dadurch hatte ich auch weniger Hunger und konnte etwas abnehmen."

Nach CQM Coaching: "Ich bin insgesamt ruhiger und stabiler geworden. Die Traurigkeit ist fast weg. Weniger Streit gehabt. Weniger Ängste und weniger Bitterkeit. Mehr innerer Frieden. Geborgenheit gespürt."

Nach CQM Coaching: "Seit letztem Coaching ging es aufwärts. Wir haben uns gut verstanden. Ich wirke stärker und bestimmender. Habe mehr "Biss" im Umgang mit anderen. Bin wieder humorvoll und witzig."

"Ich habe Ihre Beratung und Unterstützung als sehr wohltuend empfunden und zehre aktuell noch davon..."

"...Danke noch einmal für unsere für mich sehr angenehme Zusammenarbeit... klingt immer noch nach..."

"Danke! Guten Morgen ! Es war eine sehr sehr lange Nacht: *Tiefschlaf* von cirka 10 Stunden. Da scheint sich was bewegt zu haben bei den Molekülen :) Heute früh tauchten dann positive Nachricht von vielen, vielen netten Leute auf, die längere Zeit eher zurück haltend waren"

"Ich bin glücklich und dankbar, dass ich Dich kennenlernen durfte. Du gehst klassisch und strukturiert vor, das ist für mich gut nachvollziehbar und hat am meisten bewegt."

"Vielen Dank Dir noch einmal für unsere sehr intensive Arbeit. Diese hat mir viel Freude gemacht und ich werde sie auch erst einmal die nächsten Tage nachwirken lassen..."

"... Jetzt kommt der nächste Schritt. Ich bin guter Hoffnung, weil Du so tiefgreifend, klar und genau korrigiert hast!..." (Coaching mit CQM)

"...Vielen lieben Dank für die Räucherstäbchen, das CQM-Coaching und auch die Mail, die soeben gekommen ist. In kleinen Dingen, die große Wirkung haben, haben sich schon ein paar kleine Verbesserungen gezeigt..."

Nach einem Telefon-Coaching mit CQM:

„Hallo Frau Herhoff, wollte mich schon die ganze Zeit melden, aber die Zeit rennt nur so und dann.... Aber jetzt gebe ich Ihnen ein Feedback. Ich habe jetzt öfters Anfragen gehabt und bin viel lockerer daran gegangen. Ich hatte sogar den Mut eine Anfrage abzulehnen, da mir die Interessentin nicht sympathisch war. Ich danke Ihnen für Ihre Hilfe. Meine Selbstsicherheit ist dadurch gewachsen. Ich wünsche Ihnen noch einen schönen Sonntag. Mit freundlichen Grüßen, Regina Rausch"