



Hochsensiblen Stress einfach wegeklopfen

Monika Richrath

EFT Klopftechnik für Hochsensible

*Wie Sie in nur 2-5 Minuten mehr
Lebensfreude herbeiklopfen können*

Stress aufgrund von Hochsensibilität einfach wegeklopfen

Hochsensibilität beeinflusst alle Lebensbereiche: Eine allgemeine Anfälligkeit für Stress, Erschöpfung und Überforderung, geringere Belastbarkeit, die Suche nach Perfektion und ein Isolationsgefühl sind nur einige typische Schwierigkeiten, die häufig dafür verantwortlich sind, dass der Stresspegel immer weiter steigt. Dabei ist es ganz einfach, aus der Stressspirale auszusteigen. Alles, was Sie dazu brauchen, sind Ihre Finger und die EFT-Klopftechnik!

Autorin

Monika Richrath, hochsensible EFT-Coach und Trainerin, zeigt Ihnen in diesem Ratgeber, wie Sie typische Schwierigkeiten bei Hochsensibilität mit der EFT-Klopftechnik ganz einfach auflösen und sich in ein völlig neues Lebensgefühl hineinklopfen können.

Der Zeitaufwand, den Sie dafür benötigen, ist minimal: Nur 2 bis 5 Minuten am Tag reichen aus, um langfristig besser mit Hochsensibilität umgehen zu können.

Inhalt

Was Sie über Stress wissen sollten
Was EFT ist
Warum Klopfen Hochsensiblen guttut
Wie Sie klopfen
Warum EFT funktioniert
Wie Sie sich eine Klopfoutine schaffen
Wenn Sie das Gefühl haben, anders zu sein
Wenn Sie erschöpft sind
Wenn Sie zu viel fühlen
Wenn Sie chronisch krank sind
Wenn Sie nicht loslassen können
Wenn Sie perfekt sein wollen
Wenn Sie sich nicht abgrenzen können
Wenn Beziehungen schwierig sind

Daten

Titel: EFT-Klopftechnik für Hochsensible

Untertitel: Wie Sie in nur 2-5 Minuten mehr
Lebensfreude herbeiklopfen können

Autor: Monika Richrath

1. Auflage: Dezember 2016, 190 Seiten

Preis: EUR 19.99 / CHF 29.99

Maße: 14.8 x 21.0 x 1.6 cm, 280g, Softcover

ISBN: 978-3-9817975-4-1

Rezensionsexemplar anfordern unter: info@dielus.com

Im Buchhandel erhältlich

Änderungen vorbehalten:
Stand 11/2016

Für den Einzelhandel:
Runge Verlagsauslieferung GmbH
D-33803 Steinhagen
Fon: ++49 (0)5204 / 998 - 441
Fax ++49 (0)5204 / 998 - 114
Mail: mrs@rungeva.de

Verlag dielus edition
Postfach 31 02 14
D-04161 Leipzig
Verkehrsnummer: 14509



Internet: www.dielus.com
E-Mail: info@dielus.com
Fax: ++49 (0)321 - 21 41 74 88
Facebook: www.facebook.com/dielusedition