



2. AUFLAGE, 09/2021
192 SEITEN
SOFTCOVER
14.0 X 21.0 X 1.6 CM
EUR 20.00 (D), EUR 21.00 (A), SFR 22.00
ISBN 978-39817975-4-1

INHALT

Was Hochsensibilität ist
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
Wie Sie die Übungen durchführen
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
Tipps & Tricks

Monika Richrath EFT-KLOPFTECHNIK FÜR HOCHSENSIBLE

STRESS DURCH HOCHSENSIBILITÄT EINFACH WEGKLOPFEN

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!



MONIKA RICHRATH ist Expertin für Klopfakupressur und als EFT-Coach in eigener Praxis beruflich tätig. Sie zeigt 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.

Verlagsauslieferung

Runge Verlagsauslieferung GmbH
Bergstraße 2 33803 Steinhagen,
msr@rungeva.de, www.rungeva.de

Barsortimente

KNV Zeitfracht GmbH
Libri GmbH
G. Umbreit GmbH & Co. KG

dielus edition, Inh.: Lu Schmich

Verkehrsnummer: 14509
Postfach 310214, 04161 Leipzig
info@dielus.com, www.dielus.com