

Unbewusste Energieräuber

Blockierende Emotionen (Ängste, Wut, Trauer)

Selbstzweifel und Glaubenssätze (negative Gedanken)

Fehlende Grenzen (Schwierigkeiten, Nein zu sagen)

Konflikte (ungelöste Probleme belasten)

Perfektionismus (innere Überforderung)

Multitasking (ständiger Fokuswechsel)

Emotionale Abhängigkeiten (Bestätigung von außen)

Alte Verpflichtungen (unerledigte Aufgaben)

Erwartungshaltungen (außen und innen)