

ER!K

PSYCHOLOGICAL ENTERTAINMENT



InfoShow:

SELBSTCOACHING

Warum man mit „Chacka“ und Affirmationen nicht wirklich weiter kommt und welche Techniken stattdessen den gewünschten Erfolg bringen

Dauer: 45 / 60 / 90 Minuten

Erlebnisseminar mit Mehrwert

In diesem Erlebnisseminar referiert ER!K über die Möglichkeiten, wie wir an uns selbst arbeiten können um unerwünschte Verhaltensweisen zu verändern. Viele Beispiele zum Miterleben machen den Vortrag kurzweilig und lebendig. Das Wissen daraus kann jeder Teilnehmer beruflich wie privat sofort anwenden.

Affirmation vs. Deklaration

Wussten Sie, dass positive Affirmationen von ihrer Wirkung her mit einer Schmerztablette verglichen werden können? Kurzzeitig kann es uns besser gehen, aber schon nach wenigen Stunden ist die Wirkung wieder verpufft, und sie müssten immer und immer wieder eingesetzt werden. Deklarationen dagegen helfen, das angestrebte Ziel zu erreichen. Im Seminar erfahren Sie alles Wissenswerte hierzu.

Innere Wahrheiten

Erleben und spüren Sie selbst wie Sie durch Ihre inneren Wahrheiten gesteuert werden. Erfahren Sie wie diese Wahrheiten (in der Psychologie auch „Glaubenssätze genannt“) gebildet wurden und warum diese nicht so einfach aufgegeben werden können. Sie lernen sich diese Glaubenssätze bewusst zu machen und einzuschätzen, wie stark sie ihre Gedanken, Gefühle und Handlungen beeinflussen.

Der schnelle Weg aus dem Stimmungstief

Erfahren Sie, wie Sie sich schnell und effektiv durch Benutzung von „Somatischen Markern“ aus einem vorübergehenden Stimmungstief manövrieren können. Selbstverständlich ersetzen sie keine therapeutische Unterstützung bei psychischen Beschwerden wie depressive Verstimmung, Depression etc., jedoch bei den alltäglichen Stimmungsschwankungen, denen wir alle unterliegen, ist die Wirkung sehr überraschend.

VITA

ER!K nutzt gekonnt sein großes psychologisches Wissen in seinen beiden Berufen: Unterhaltung (seit fast 20 Jahren international erfolgreicher und preisgekrönter Mentalkünstler) und Horzionterweiterung (Heilpraktiker für Psychotherapie mit eigener Praxis, Hypnotherapeut und Coach). Dieses angesammelte Wissen gibt er lebendig in seinen Seminaren und Infoshows weiter.



Weitere Infos unter www.mental-entertainment.eu