

Développement de la force mentale

Une clé essentielle pour la sérénité réside en cette trilogie :

1. **penser clairement**
2. **agir avec contrôle**
3. **aligner ses actes avec ses intentions**

Programme :

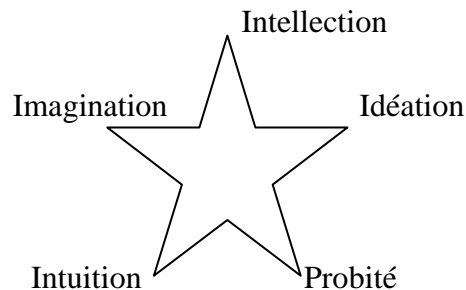
Facette n°1 : Imagination

Facette n°2: Intellection

Facette n°3: Idéation

Facette n°4: Probité

Facette n°5: Intuition



C'est un aspect fondamental quant à la faculté de progresser tout autant dans le cadre professionnel que dans la vie.

C'est souvent sur un plan personnel le facteur limitatif le plus important.

Optimiser sa force mentale permet d'envisager avec plus de conviction et de réalisme l'alignement de ses performances avec les objectifs de l'entreprise.

Procédure envisagée est :

inscrite dans la **progressivité** suivante :

1. aspirer à cet effet
2. apprécier l'inconnu
3. maître mot n° 1 : détermination
4. maître mot n° 2 : tolérance
5. maître mot n° 3 : persévérance

Objectifs :

Muni de ces outils, chacun peut mieux négocier des situations quotidiennes au travail. Chaque participant sera paré de la faculté de mettre à son service ses facultés cérébrales de manière **consciente, éclairée, programmée et contrôlée.**

Outils pédagogiques :

L'association de :

- l'éclairage mental par des illustrations claires
- la projection de la mise en situation
- l'utilisation de l'énergie pour tempérer, contrôler, canaliser et réorienter le Qi par des exercices de visualisation, de respiration et des postures physiques, mentales et énergétiques

permet l'actualisation des objectifs.

