

Mental Training System

Mental Training System (MTS) est une méthode exclusive, mise au point par Pascal de Clermont, et destinée à optimiser rapidement et efficacement le potentiel de chacun. Le MTS se compose de divers modules autonomes et adaptables. Les durées sont indiquées à titre indicatif et peuvent varier en fonction du nombre de personnes et du niveau souhaité.

LES MODULES DU SYSTEME MENTAL-TRAINING®

- **Optimisation de la mémoire.**
- **Optimisation de la communication.**
- **Optimisation de la créativité.**
- **Optimisation de l'intelligence.**
- **Optimisation de l'intuition et des PES.**
- **Optimisation de la motivation.**
- **Optimisation de la gestion du temps.**
- **Optimisation de la gestion du stress.**
- **Optimisation du charisme et du leadership.**

Travail des états de conscience modifiés avant chaque séance (perméabilité et programmation).

2 CERVEAUX POUR PENSER **Décuplez votre potentiel intellectuel en utilisant vos deux hémisphères cérébraux.**

Vous est-il déjà arrivé de plancher pendant des heures sur un problème sans trouver la solution ?

En désespoir de cause, vous abandonnez et allez dormir (ou vous promener).
Au réveil, miracle, la solution est là, évidente, toute fraîche, arrivée comme par magie...

Mental Training System

Comment n'y avez-vous pas pensé plus tôt? Et surtout, "*pourquoi*" n'y avez vous pas pensé plus tôt ?

La raison est très simple : **Notre cerveau est un instrument surpuissant dont nous négligeons la plus grande partie des ressources.**

Il se divise en 2 hémisphères (droit et gauche) qui se divisent eux-mêmes en deux autres parties : limbique et reptilienne. Ces 4 zones possèdent des capacités et fonctions très différentes (aire du langage parlé, aire du langage écrit, aire de la créativité, aire de la motricité...).

Ainsi, pour chaque tâche, votre cerveau doit faire appel judicieusement à ces ressources spécifiques en activant de manière automatique les aires nécessaires (une seule à la fois). En revanche, il ne choisit pas toujours la partie la plus adéquate, mais a tendance à préférer systématiquement certaines zones au détriment des autres. Votre pensée reste en quelque sorte temporairement prisonnière d'une zone sans pouvoir en sortir, donc sans pouvoir accéder aux ressources disponibles dans les autres aires (ces zones préférées sont mises en évidence à l'aide de tests très simples, nommés IPC pour Indicateurs de Préférences Cérébrales). Lorsque les ressources nécessaires pour avancer dans votre réflexion vous font défaut, votre raisonnement tourne en rond.

C'est ce qu'il se passe dans l'exemple en début de paragraphe.

Votre sommeil ou votre promenade vont interrompre le programme auto-bloqué et vous permettre d'utiliser vos autres zones cérébrales (ce qui explique l'apparition de la solution au réveil).

A l'aide d'exercices simples et rapides applicables à votre vie de tous les jours, pour une meilleure efficacité, vous apprendrez à contrôler rapidement vos processus internes et ceux de vos interlocuteurs. En maîtrisant ces processus consciemment, vous dominez l'utilisation optimale de vos ressources.

Prenez ainsi une longueur d'avance sur vos interlocuteurs, anticipez leurs raisonnements, leurs choix et orientez leurs conclusions.

Niveau 1

- CD-CG Module 1/2 >> Théorie et pratique ;
- CD-CG Module 2/2 >> Personnalisé en fonction des Tests Ipc 1 + Hpg 1 ;
- Recherche et calcul de l'Indicateur de Préférences Cérébrales (Ipc) ;
- Recherche et calcul de l'hypnogramme (Hpg). >> Durée 4 H

Niveau 2

- CD-CG Module 1/1 >> Utilisation pratique en ventes, négociations, discussions...>> Durée 4 H.

LES MODULES DE FORMATION AUTONOMES **Ces modules peuvent aussi bien s'articuler autour du MTS que seuls.**

Négociation, vente et influence : Prendre le pouvoir avec diplomatie. Niveau 1 + 2.

Négociation, vente et influence : Les perceptions subliminales. Niveau 3.

Négociation, vente et influence : Trances orientées, hypnose, influence. Niveau 4.

Expression en public. Niveau 1 à 5.

- Gestion personnelle : Image, gestes et voix. Travail avec vidéo. Niveau 1 et 2.

- Charisme et leadership. Niveau 3, 4 et 5.

Communication et expression corporelle. Le dit et le non-dit. Gérez et projetez une image forte et positive dès les premières secondes. L'espace et ses limites. Le corps et son langage. Harmonisation corps et mental.

Etats de ressources. Programmation et accès. La gestion des besoins fondamentaux.

Motiver et manager un groupe. coaching et meta-coaching. Niveau 1 à 10.

Systèmes d'influence. Psycho-écologie et orientation ciblée des choix. Communication multi-niveaux.

La pensée créatrice et les modèles de création analytique orientée.

Penser autrement : par la rupture des scénarios de vie et des systèmes de croyances aliénants.

L'introspective mémorielle de P. de Clermont. Outils de management et de connaissance de l'humain.

Comportementalisme et mentalisme appliqué.

Etats de conscience modifiés et exploration des différentes dimensions du moi.

Développement personnel vers le mieux-être. Méthodologies du changement (PNL, Training autogène, auto hypnose...). Changements internes puissants générateurs de choix.

Les stratégies internes génératrices d'évolution dans les secteurs clefs (création, décision, mémoire, apprentissage...).

Croyances et systèmes de valeurs (handicapants ou bénéfiques). Les repérer et les modifier en soi ou chez les autres.

Se connaître et se comprendre pour comprendre les autres. Divers tests. Travail sur l'introspection et l'extrospection. Mon unicité, et mon identité." Je suis donc je pense".

EXEMPLE : Une grille de votre Mental Training System (prise de parole en public)

F O R M E	Humour	Vocabulaire	Illustrations	Interférences
	Clown PP1	Du chinois PP2	Coeur PP3	Termites PP4
	Rythme	Volume	Diction	Vie et variété
	Tambour PP5	Trompette PP6	Partition PP7	Choeur PP8
C O R P S	Calme et assurance	Espace	Gestes	Yeux + visage
	Moine Zen PP9	Apollo PP10	Deux bras PP11	Sourd PP12
F O N D	Faire un plan	Intro + conclusion	D	