

Путешествия как путь развития личности

Мария Апакидзе

Автор трансформационных путешествий, коуч, путешественница

Кто я?

Мария Апакидзе

Индивидуальная путешественница
Автор трансформационных путешествий
72 страны мира на 4 континентах
Коуч предпринимателей



”

Путешествия учат больше, чем что бы то ни было. Иногда один день, проведенный в других местах, дает больше, чем десять лет жизни дома.

Франс Анатоль

Что для вас путешествие на 10 из 10?

- 🌿 С кем и где вы его проведете?
- 🌿 Чем будете заниматься?
- 🌿 Что важное должно там произойти, чтоб вы были на 100% довольны?
- 🌿 Как вы поймете, что путешествие удалось?
- 🌿 Что после такого путешествия будете делать по-другому?

Что такое путешествие?

Шествие по пути

Преображение

НОВЫЙ ОПЫТ

Развитие = создание новых нейронных связей

🌿 Нейропластичность — свойство нашего мозга простраивать новые нейронные связи, формировать новые дорожки, цепочки для того, чтоб получить какую-то новую функцию, свойство

Чем больше получаем нового и осваиваем, тем больше связей, тем лучше работает мозг

Нейропластичность развивают нестандартные ситуации

Полушария мозга

Левое полушарие

Моделирующее

Схемы, цифры, логика

Ученый

Математик

Стратег

Реалист

Логика

18-20 Гц в секунду

Правое полушарие

Воспринимающее

Картинки, образы

Художник

Поэт

Креативный

Страстный

Интуиция

8-10 Гц в секунду

Нейромедиатор

Необходим для создания новых нейронных связей

Не вырабатывается, когда человек использует только закрепленные программы

Мозг должен получать новый опыт

Путешествия - самый приятный способ создавать новые нейронные связи

”

Находясь в незнакомых местах, мозг вынужден мыслить новыми категориями. Именно благодаря этому процессу увеличивается работоспособность мозга, и он начинает метаться вокруг старых идей, но уже с новыми картинками, создавая нечто удивительное и креативное.

Грегори Бернс «Разрушитель стереотипов»

Как путешествия развивают личность?

Количество нового опыта на единицу времени

Вы не получите его в привычной обстановке

Возможность абстрагироваться

Посмотреть на жизнь со стороны

Выход из зоны комфорта

Естественный и экологичный

Новый взгляд на свою страну

Если вы не путешествовали за границу - вы не знаете свою страну

Как путешествия развивают личность?

Новые люди

Близкие вам по духу

Начнете ценить то, что имеете

Не так все плохо в вашем городе)

Контакт со своей интуицией

В путешествиях вы слышите внутренний голос

Новый взгляд на свою страну

Если вы не путешествовали за границу - вы не знаете свою страну

Как путешествия развивают личность?

Приключения

Когда все идет не по плану

Время тянется медленнее

День как неделя

Осознание доброты мира

Даже там, где меньше всего этого ждете

Ощущение потока

Здесь и сейчас

Как если бы в этот момент кто-то задал вам вопрос, который изменит вашу жизнь?

Наши проекты:

Грузия 15-25 сентября. 4D-трансформация

Бали 16-28 ноября. Познание себя через новый опыт

Индонезия 3-15 января. Проектирование жизни

Открыты к сотрудничеству)))

Как меня найти:

Тел. +79031138181

ApaKidze.maria@gmail.com

Instagram: maria_apakidze

