

სუპერეფექტურობის პრინციპები

დასაწყისი
20:00 სთ.

© 2016 www.mebonia.com

ახალი ინფორმაციის დამუშავების 3გ სისტემა

1. გვეხმარება მნიშვნელოვანი ინფორმაციის დამახსოვრებაში.
2. ანვითარებს კრეატიულ აზროვნებას
3. ანვითარებს კონცენტრაციას
4. აუმჯობესებს მეხსიერებას
5. ანვითარებს ლოგიკურ აზროვნებას
6. ზრდის გამოყენებული ინფორმაციის მოცულობას
7. ზრდის სწავლების ეფექტიანობას

ანალოზი ჰე სისტემით

1. რა გავიგე?

1. -----
2. -----
3. -----

ანალოზი 3გ სისტემით

2. რას გავაკეთებ?

1. -----
2. -----
3. -----

ანალოზი 3გ სისტემით

3. ვის გავუზიარებ?

1. -----
2. -----
3. -----

ანალოზი ჰგ სისტემით

1. რა გავიგე?
2. რას გავაკეთებ?
3. ვის გავუზიარებ?

რესურსები

ენერგია

ფული

სტატუსი

დრო

მდიდარი/ წარმატებული

- დრო
- ენერგია
- სტატუსი
- ფული

ღარიბი/ წარუმატებელი

- ფული
- სტატუსი
- ენერგია
- დრო



დრო და ენერგია

www.mebonia.com

დრო და ენერგია

1. ძილის რეჟიმი
2. ვარჯიში
3. წყალი
4. კვების რეჟიმი
5. დასვენება

A dreamy night sky with a large, bright crescent moon in the center. The sky is filled with soft, white clouds and several small, five-pointed stars. Two light blue balloons are floating in the sky, one on the left and one on the right. A faint, glowing trail of light leads from the bottom right towards the moon. The overall color palette is dominated by deep blues and whites.

ძილის რეჟიმი

© 2016 www.mebonia.com

21:00 – 24:00 - გონება და ჭკუა

ნეგატიური შედეგი - გონების შესაძლებლობების თანდათანობით დაქვეითება, ცნობიერების დეგრადაცია.

ნიშნები :

- კონცენტრაციის უნარის შესუსტება
- მეხსიერების დაქვეითება
- გონების ზედმეტი დამაბულობა
- სექსისადმი, ჭამისადმი და კონფლიქტებისადმი მოთხოვნილების გაზრდა...

23:00 – 02:00 - სასიცოცხლო ენერგია

ნეგატიური შედეგი - ნერვული და კუნთოვანი სისტემების დარღვევები. ფსიქიკური და ფიზიკური მოშლილობა.

ნიშნები :

- სისუსტე
- მოთენთილობა
- პესიმიზმი
- მადის დაქვეითება
- იმუნიტეტის დაქვეითება
- სხეულში სიმძიმე

01:00 – 03:00 - ემოციური, გრძნობისმიერი ძალები

ნეგატიური შედეგი - ემოციური ძალის დათრგუნვა, ემოციური გამოფიტვა. მანიაკალურ-დეპრესიული ფსიქოზი და ა.შ.

ნიშნები :

- ზედმეტი გაღიზიანებადობა და აღგზნებადობა
- აგრესიულობა
- ისტერიული შეტევები
- დეპრესია
- ანტაგონიზმი.

დრო და ენერგია

1. ძილის რეჟიმი
2. ვარჯიში
3. წყალი
4. კვების რეჟიმი
5. დასვენება

ანალოზი ჰგ სისტემით

1. რა გავიგე?
2. რას გავაკეთებ?
3. ვის გავუზიარებ?

სუპერეფექტურობა-2

ონლაინ პროგრამა

17 აგვისტო - 18 სექტემბერი

1 შესვლა

2 რეგისტრაცია

 მომხმარებლის სახელი

 პაროლი

შესვლა

დაგავიწყდათ პაროლი?

როგორ გამოვიშვათ
დილით ადრე ადგომის
ჩვევა?



"თითოეულ თქვენთაგანში არის
რაც განსაკუთრებული, რაც
დიადი, რისთვისაც სამყაროს
სჭირდება თქვენი აქ ყოფნა. მაგრამ
თუ რა კონკრეტულად, ეს არის
საიდუმლო, რომელიც თავად უნდა
ამოხსნათ."

შალვა ამონაშვილი