



ინტელექტის აჯანყება



ვებინარის მასალა

1

- რა არის ინტელექტი და რას ნიშნავს ტვინის რითმები

2

- როგორ ამოვხსნათ ამოუხსნელი ამოცანა

3

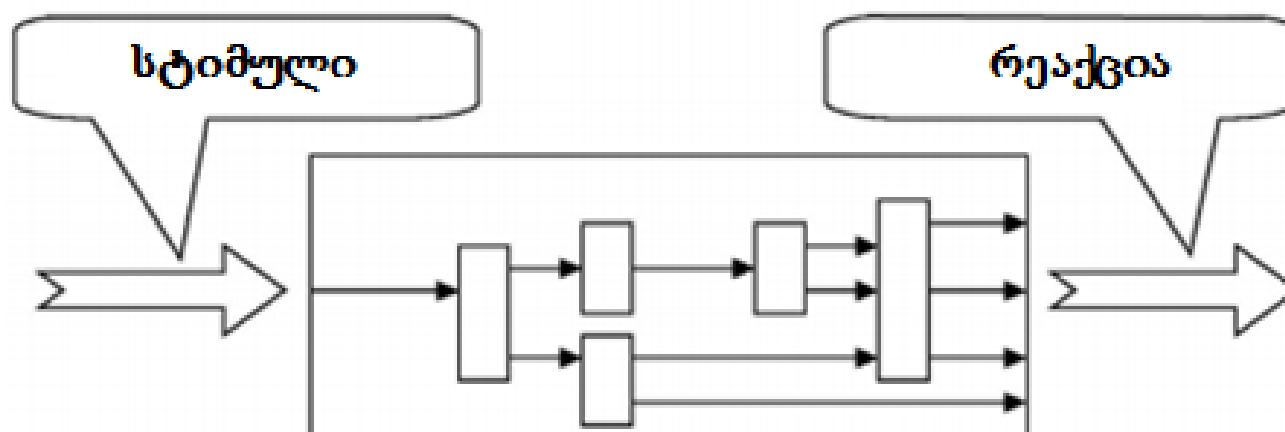
- სავარჯიშოები აზროვნების პროსეცისთვის სხეულის მოსამზადებლად

4

- პირველი დავალება და ანონსი - რა იქნება მომდევნო სამი თვე

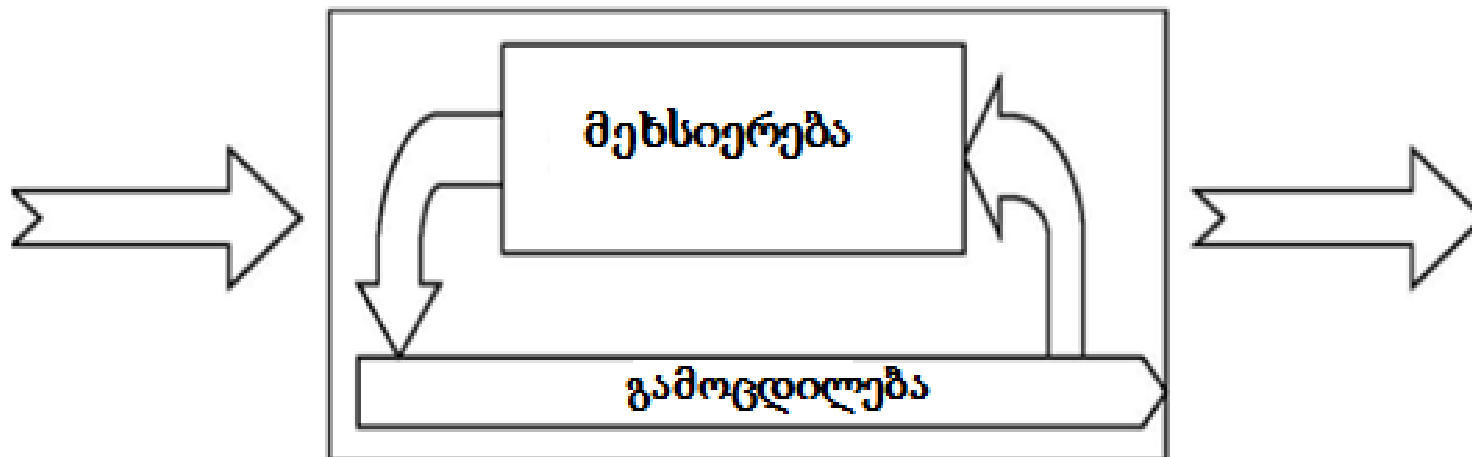


ინსტიქტური რეაგირება





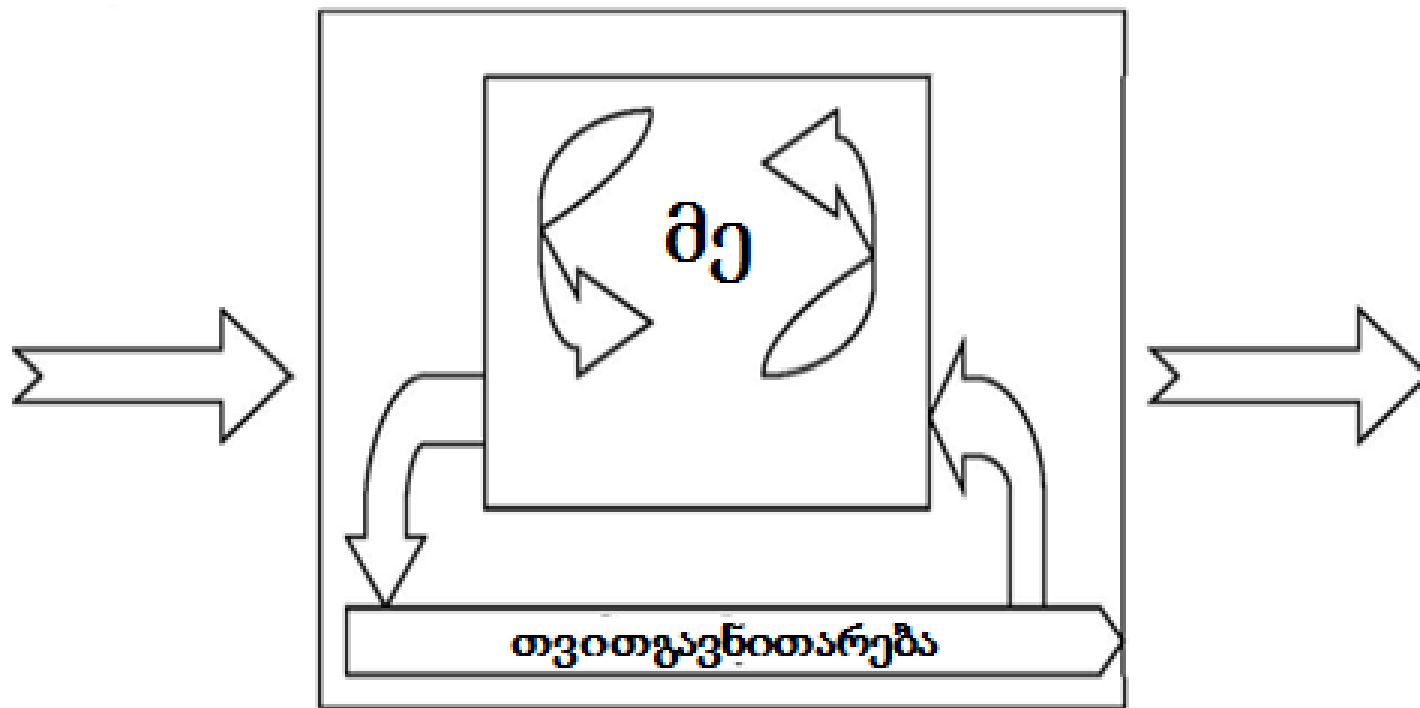
რეაგირება სწავლებით



*შესაძლებლობები შეზრუდულია



ინტელექტუალური რეაგირება





ინტელექტუალური რეაგირება

ნებისმიერი ამოცანის
გადაწყვეტა
შეიძლება საკუთარი
„მე“-ს შეცვლით.



რა არის ინტელექტი

ინტელექტი -ეს არის უნარი
მივაღწიოთ მიზნებს საკუთარი
“მე”-ს შეცვლის გზით!



ინტელექტუალური რეაგირება

თუ ჩვენს წინაშე დგას ამოცანა, რომლის
ამოხსნაც არ შეგვიძლია,
უნდა გავაცნობიეროთ, რომ ამოცანის ვერ
ამოხსნის მიზეზი მდგომარეობს
ჩვენი „მე“-ს შეზღუდულობაში
და ვასწავლოთ საკუთარ თავს, ამ
„მე“-ს საზღვრების გაფართოება



ადამიანის ტვინი

ადამიანის ტვინს აქვს **100 მლრდ უჯრედი**

თითოეულ უჯრედს შეუძლია მინიმუმ
10 ათასი კონტაქტის დამყარება სხვა უჯრედთან.

ანუ ნერვული კავშირების რაოდენობამ ადამიანის
ტვინში შეუძლია მიაღწიოს მინიმუმ **მილიონჯერ**
მილიარდს!

თითოეულ მათგანს შეუძლია იყოს
10–15 მდგომარეობაში

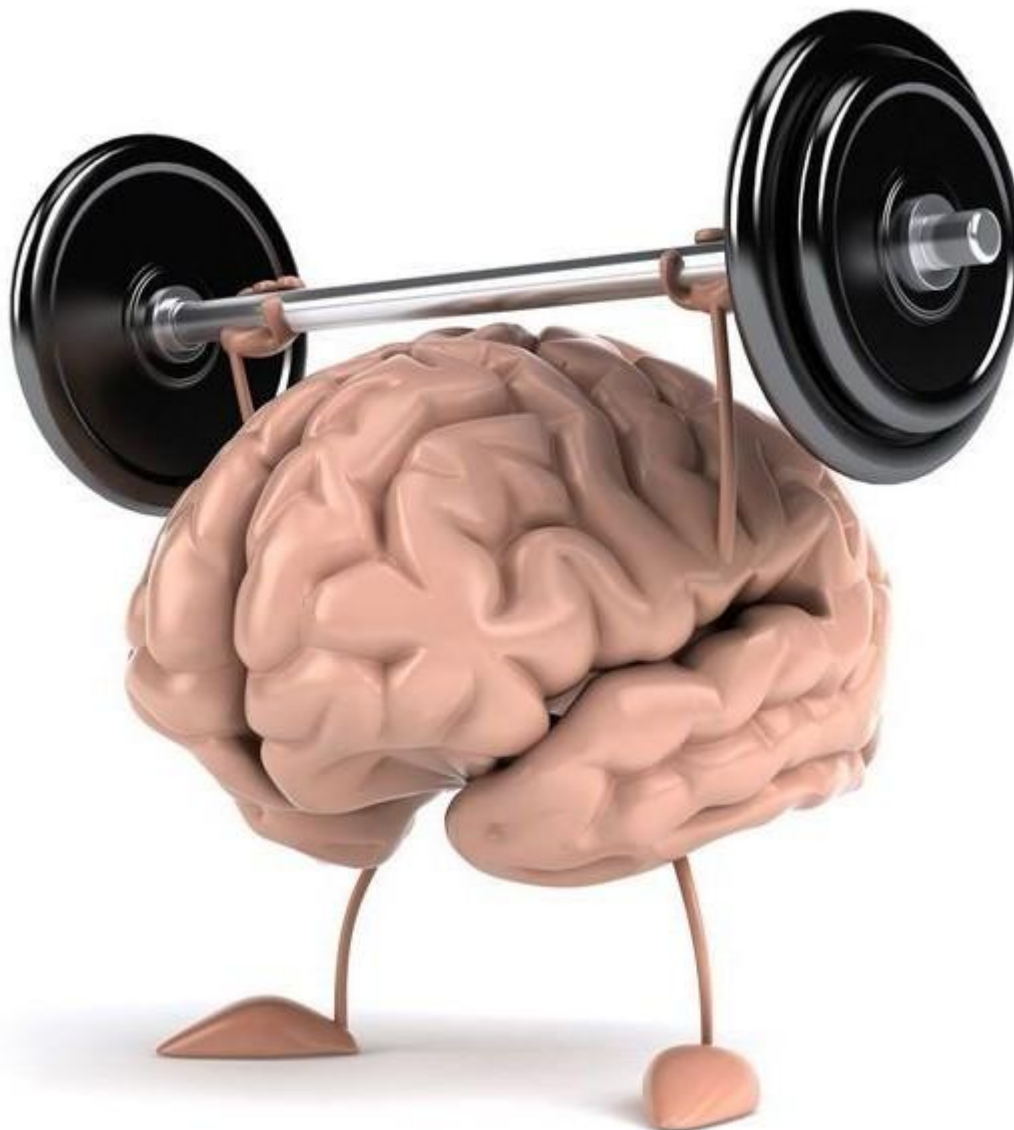


ადამიანის ტვინი

ადამიანი მით უფრო ჭკვიანია, რაც
უფრო მეტი და მეტად განვითარებული
ნეირონული კავშირები აქვს



ტვინის წვრთნა





ექსპერიმენტი

1-ლი
ჯგუფი

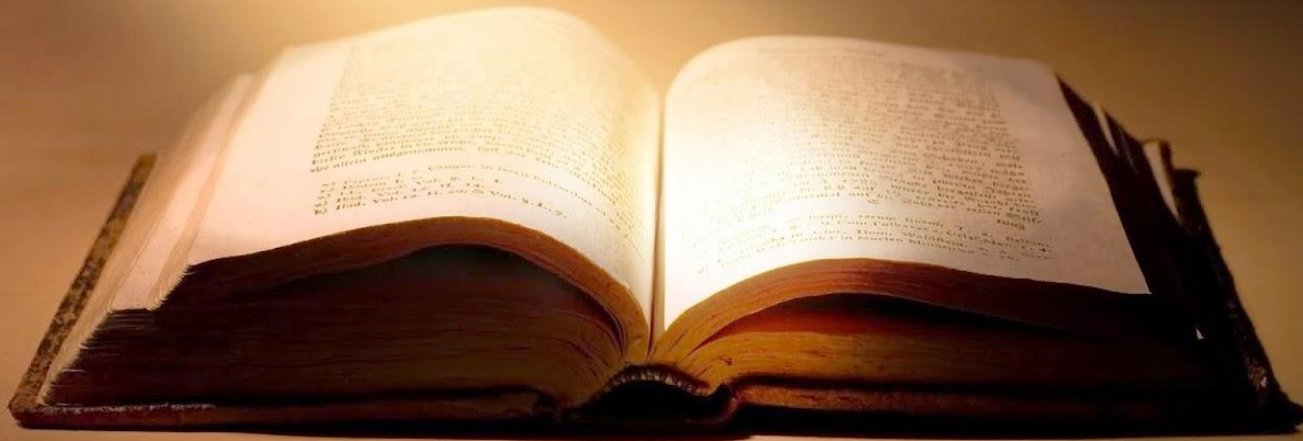
მე-2
ჯგუფი





ტვინის წვრთნა

ტვინის განვითარების
ყველაზე მარტივი მეთოდი
არის ფიქრი კონკრეტული
ამოცანის გადაწყვეტაზე!





მომზადება აზროვნების პროცესისთვის



ადამიანი ფიქრობს მთელი სხეულით

10% - იმისა რაც ესმის
90% - იმისა რასაც აკეთებს



მომზადება აზროვნების პროცესისთვის

ნერვული სისტემა შედგება ორი
ნაწილისგან:

1. ცენტრალური ნერვული სისტემა
(ტვინში) - ხდება აზროვნების
გადამუშავება
2. პერიფერიული ნერვული სისტემა
(მთელ სხეულში) - იწყება აზროვნება



მომზადება აზროვნების პროცესისთვის

სავარჯიშო1- აზროვნების აქტივიზაცია

ჩამოწერეთ ფიზიკური ქმედებების სია, რომელთა დახმარებითაც თქვენ მოახდენთ აზროვნების ენერგეტიკის ამაღლებას.

აზროვნების არჩეული მიმართულებიდან ჩამოწერეთ იმ ფიზიკური საგნების, ნივთების, სათამაშოების სია, რომლებიც შეგიძლიათ გამოიყენოთ აზროვნების აქტივიზაციისთვის.



მომზადება აზროვნების პროცესისთვის





მომზადება აზროვნების პროცესისთვის

ცირკადული

დილა

დღე

სადამო

ღამე



მომზადება აზროვნების პროცესისთვის

აზრობრივი

ყველაზე კარგად აღიქმება როცა ვუსმენთ მუსიკას

მარში

ამაღლებს
ტონუსს
ენერგეტიკას

კლასიკა

რთული,
შემოქმედებითი
და კრეატიული
ამოცანები

საცეკვაო

მარტივი,
ყოველდღიური
ტიპიური
ამოცანები



მომზადება აზროვნების პროცესისთვის

სავარჯიშო2- აზროვნების რიტმის პარამეტრების დაყენება

ჩამოწერეთ თქვენი ერთი ჩვეულებრივი დღის განრიგი და გადაანაწილეთ გონებრივი დატვირთვა ტვინის რიტმების მიხედვით.

შეარჩიეთ მუსიკა, რომელსაც ჩართავთ ხოლმე მუშაობის დაწყების წინ რომ თქვენი ტვინი განეწყოს საჭირო რიტმზე.



ვიდეოგაკვეთილები

1. როგორ მოვაშადაოთ ტვინი აზროვნების პროცესისთვის
2. აზროვნების სახეები
3. ეფექტური აზროვნების 7 წესი
4. რა არის ნებისმიერი გეგმის სუსტი წერტილი
5. აბსტრაქტულიდან კონკრეტულ აზროვნებაზე გადასვლის მარტივი მეთოდი
6. გადაწყვეტილებების შეფასების მეთოდები
7. ადამიანთა მასობრივი დაბოლების ანატომია
 - ვინ გვაბოლებს
 - რატომ გვაბოლებენ
 - როგორ აკეთებენ ამას
 - ბარნუმის ეფექტი
8. როგორ დავიცვათ თავის მასობრივი დაბოლებისგან.



ვიდეოგაკვეთილები

დავალება

წარადგინეთ საკუთარი თავი
არასტანდარტულად!



სუპერეფექტურობა [დონე2]

შევხვდებით მწვერვალზე!
სიყვარულით და მადლიერებით,
ხვია მებონია

