لماذا يجب أن نسافر مرة كل عام؟

فوائد السفر لا تعد ولا تحصى لكنها في نفس الوقت مكلفة، لأنه وبكل بساطة يحتاج السفر الى ميزانية كبيرة لكي يقوم الشخص بكل النشاطات المتوفرة في البلد الذي إختاره وجهة لزيارته.

وبحسب خبراء في علم النفس، فإن السفر مرة في السنة او تمضية فترة من الإجازة بعيداً عن روتين الحياة اليومية يساعد على الكثير من الأمور.

في ظل الضغوطات اليومية التي يعيشها الإنسان إن في عمله او في منزله، يحتاج هذا الأخير الى الإبتعاد ولو ليومين عن كل هذه المشاكل. فلا تتردد بحزم أمتعتك والتوجه الى منطقة جبلية في بلدك، هذه الخطوة ستساعدك في التخفيف من حدة التوتر.

يؤثر السفر على نفسية المسافر ويجعله يتغير في العديد من الأمور، وهذا الأمر يرتبط بتعرف الشخص على ثقافة جديدة وأشخاص جدد. فإذا كنت تريد ان تجري تغييرا جذريا في حياتك ننصحك بأن تسافر في إجازة أسبوع الى بلد آخر.

خلال السفر، يخوض الشخص العديد من التجارب والمغامرات التي تجعله يتحدى قدراته الشخصية لمواجهتها. كما وأن هذا الأمر يوفر له فرصة ذهبية لإكتساب مهارات جديدة من شأنها ان تؤثر على طريقة تفكيره وتصرفه في ما بعد.

وفي السياق عينه، شدد الخبراء على ضرورة السفر مرة على الأقل كل عام من اجل وضع أهداف جديدة في سبيل تحقيقها. لأن البقاء في المكان نفسه يكبل من طموحات الشخص ويجعله رهينة لأفكاره المحدودة التي لا تتغير.

وخلال السفر يتعلم الشخص طريقة تنظيم وترتيب أموره بعيداً عن منطق الفوضى. كما وانه يحفزه على وضع خطة محكمة من أجل القيام بكل النشاطات من دون تراجع.

من هذا المنطلق، ننصح كل شخص بأن يقوم بإدخار جزء من مدخوله من اجل السفر إما خارج البلد وإما لقضاء إجازة في بلده الأم.