



JOURNEY TO YOURSELF

9 Best Practices für Inspiration auf Reisen



STELLE FRAGEN

Sprich' auf deiner Reise mit so vielen Menschen wie möglich - mit Einheimischen und Reisenden und zur Not mit Händen und Füßen. Stelle offene Fragen wie: "Was motiviert dich? Was macht dein Leben schön? Wofür bist du dankbar?"

SAG' JA!

Du wirst von Einheimischen zum Essen eingeladen? Du sollst dich anderen Reisenden anschließen? Sag' ja - auch, wenn dir eigentlich gerade nicht danach ist. Wir bereuen immer mehr die Dinge, die wir nicht getan haben.



MOVE LIKE A LOCAL



Okay, safety first - aber: im Touristenbus bekommst du garantiert weniger Inspiration als wenn du die einheimischen Fortbewegungsmittel nutzt. Du erlebst den Alltag und kommst leichter ins Gespräch.

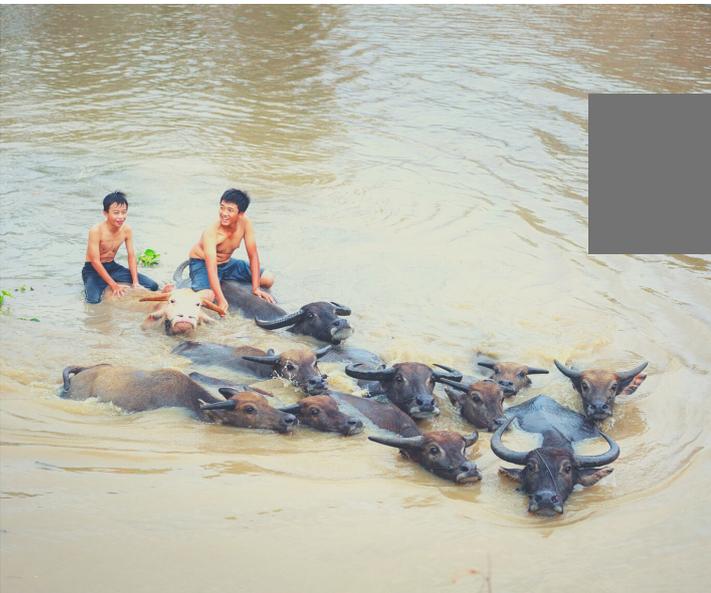


BIEG' AB

Wenn du zu Fuß und mit Reiseführer unterwegs bist: Pack' den Stadtplan weg und verlasse die Hauptstraße. In den Nebengassen findest du das wirkliche Leben vor Ort, triffst auf Einheimische und Local-Treffpunkte. Außerdem: Wie gehst du mit dem Gefühl um, keinen Plan zu haben? Finde es heraus! Und mal ehrlich: Verlaufen kannst du dich dank moderner Technik sowieso nicht mehr - du findest immer zurück.

FOOD INSPIRATION

Wie kann man ein Land besser kennen lernen als durch sein lokales Essen? Inspiration für die heimische Küche. Geh' dort hin, wo viele Einheimische sind und bestelle etwas, auch wenn du nicht weißt, was du bekommen wirst.



SEI' SPONTAN

Du hast vor deiner Abreise schon einen genauen Plan, was du alles sehen und machen willst? Dann vergiss' deine Inspiration. Komm' an, lass' dich treiben und schau' , was passiert. Die Hauptattraktionen kannst du gar nicht verpassen - auch ohne vorherigen Plan.



RELAX

Kennst du diese asiatische Touristen, die hektisch alles fotografieren und dann direkt wieder weg sind? Das liegt daran, dass sie nur ganz wenige Urlaubstage haben und so viel wie möglich erleben wollen. Leider fehlt so die Zeit zum Verdauen und Sacken lassen. Schau' dass du auch mal ein paar Tage lang nichts tust, um einfach alle Eindrücke zu Verarbeiten. Erst dann kommt die Inspiration: Wenn du in dich hineinhorchst und deine Situation reflektierst.

DISCONNECTED

Die ganze Zeit Kontakt nach Hause und zu Social Media? Warum dann reisen? Leg' das Handy weg und sei' offline. Nur dann kannst du dich öffnen und wirkliche Eindrücke sammeln, weil dir auch die kleinen Dinge nicht entgehen.



WRITE IT DOWN



Inspiration sammeln ist das Eine - sie auch nutzen ist das Andere: Führe ein Tagebuch. Mit meinem einzigartigen Reisecoaching-Tagebuch schreibst du auch die richtigen Dinge auf. 15% Rabatt gibt es mit dem Code "Erstgesprach15" auf journey-to-yourself.com/reisetagebuch