PAULA REID

LONDON SPEAKER BUREAU

- **The World's First Adventure Psychologist**
- **3rd British Female to Ski Full Distance to the South Pole on The Messner Route; A Round-the-world Yachtswoman; Has Walked Across Three Countries and Cycled Across 12**

Topics

- Adventure
- Author
- Leadership
- Sports
- Teamwork

Paula Reid adalah petualang terkenal dan Psikolog Petualangan pertama di dunia. Dia adalah wanita Inggris ke-3 yang bermain ski jarak penuh ke Kutub Selatan di Rute Messner, adalah yachtswoman keliling dunia, telah berjalan melintasi tiga negara dan bersepeda melintasi 12. Dia percaya dalam menjalani hidup sepenuhnya dan telah mencapai 118 pengalaman 'jalani hidup sepenuhnya' (sejauh ini) termasuk: berjalan di atas api; Maraton London; mengambil bagian dalam Perlombaan Kotak Sabun RedBull; trekking di Papua Barat; snorkeling rawa; penyelaman hiu putih besar dan banyak lagi.

Ekspedisi Kutub Selatan mengambil Rute Messner, yang merupakan perjalanan 1000 km yang menantang melalui medan yang jauh dan beku dari Beting Es Ronne-Filchner di tepi benua Antartika yang beku ke Kutub Selatan Geografis. Ekspedisi tersebut melibatkan penarikan 80kg pulk di salah satu lingkungan yang paling tidak ramah di dunia, menanjak dan melawan angin, mendaki 11.000 kaki (3350 m) dengan suhu di bawah –40°C ditambah angin dingin dan badai yang parah.

Sebagai anggota kru inti dari Tantangan Global, Perlombaan Kapal Pesiar Terberat di Dunia, Paula Reid berlomba sejauh 35.000 mil dengan 'jalan yang salah' di seluruh dunia, bersaing dengan 11 kapal pesiar 72' lainnya. Perlombaan berlangsung selama sepuluh bulan, termasuk 187 hari di laut; 75 di antaranya dihabiskan di Samudra Selatan yang terkenal sangat dingin dan berbahaya. Reid, dengan pemberitahuan dua bulan dan tidak ada pengalaman berlayar, segera berada di ujung yang dalam dengan angin kencang Force 8 dan seorang pria ke laut dalam waktu sepuluh jam setelah perlombaan dimulai!

Paula Reid telah menulis beberapa buku tentang pengalamannya. Bukunya "Boat to Boardroom" menggunakan Tantangan Global sebagai studi kasus ekstrem, merujuknya untuk memberikan pelajaran yang berkesan dan unik, nasihat, dan latihan praktis dalam kepemimpinan dan kerja tim berkinerja tinggi. Buku keduanya, "The 7 Racing Rules – Lessons for Winning in Business and in Life" berisi tujuh prinsip kinerja utamanya. "Pekerjaan Paling Berbahaya di Dunia" (2012) adalah hasil penelitian 21 profesi berisiko tinggi di seluruh dunia termasuk: astronot, pilot panah merah, penembak jitu, dan pencarian & penyelamatan internasional. Dari wawancara dia menemukan banyak tip kepemimpinan, tim, risiko dan komunikasi. Dia juga menulis "Live Life to the Full" dan menyampaikan ceramah TEDx tentang melangkah ke zona Peregangan.

Dengan Magister Psikologi Positif Terapan baru-baru ini, Reid meneliti tujuan dan manfaat berpetualang. Dia sekarang telah meluncurkan 'Adventure Psychology – Going Creatingly into the Unknown™' membantu bisnis dan individu berkembang selama tantangan dan ketidakpastian.

Paula Reid menggabungkan cerita dan analogi pelayaran ekstrem dengan keahlian bisnis untuk menciptakan pengembangan kepemimpinan dan kinerja yang unik, kuat, dan mengakar kuat. Dia memiliki pengalaman lebih dari dua puluh tahun dalam pelatihan dan berbicara di acara dan konferensi perusahaan, dan menginspirasi melalui lokakarya interaktif.