



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

Дипломные работы Инструкторов Нейрографики

2016 год

Оглавление

Анучин Егор	5
Нейрографика как меметическая конструкция, возникнувшая в трещинах социальной реальности	5
Вступление	5
Концепция социальной реальности.....	6
Меметические конструкции	7
Трещина.....	7
Нейрографика как меметическая конструкция, возникнувшая в трещинах социальной реальности..	8
Список источников:.....	9
Брылькова Екатерина	10
Нейрографика в моей жизни	10
Зорина Наталья	12
«Встреча с собой» Программа по обретению внутренней целостности и жизненной силы с помощью нейрографики.....	12
Темы занятий:	12
Три состояния личности: внутренние родитель, ребенок, взрослый.	13
Отношения с родителями. Сепарация	13
Поток любви.....	14
Женский поток. Мужской поток	14
Отношения в паре.....	14
Род. Ресурс рода.	15
Результаты экспериментальной группы (сентябрь-ноябрь 2016г.)	15
Зубакова Алла	18
Чудо творения. Сакральная геометрия. Мандала	18
Начало.....	18
Врожденный аспект сознания	19
Творение.....	20
Создаем пространство.....	20
Замыкаем пространство.....	21
Вращение фигуры. Создание сферы	21
Первое движение. Создание света	22
Второе движение	22
Семя жизни. Яйцо жизни	23
Аналогия развития клеток эмбриона.....	23
Цветок жизни	24

Мандала Нейрографики.....	24
Трансформация.....	25
Кацман Наталия	27
Нейрографика: Почему и как она работает? Поиск научных обоснований эффективности использования метода и его графических элементов на примере базового алгоритма	27
Что такое нейрографика. Определение автора. Базовый алгоритм.....	27
Нейрографика как арт-терапия. Как достигается эффект эмоционального баланса. Гипотеза.....	29
Нейрографика и состояние потока. Откуда берутся инсайты?.....	31
Библиография	33
Маркова Мария	34
Выявление и трансформация негативных убеждений в Нейрографике.	34
Что такое убеждения.....	34
Как определить негативное убеждение.....	34
Формирование негативных убеждений и влияние их на жизнь в целом.	34
Выявление актуальной темы. Выявление негативных убеждений. Трансформация негативных убеждений в Нейрографике.	35
Отзывы клиентов, прошедшие алгоритмы:.....	39
Работы Марковой Марии.....	41
Морозова Елена.....	43
Возможность применения метода «Нейрографика» в женских энергетических практиках.....	43
Введение.....	43
О женских практиках	43
Ведомое рисование.....	44
Алгоритм «Нейрографика в работе с женскими энергиями».....	45
Выводы:	48
Приложение	49
Никонорова Татьяна Вячеславовна.....	51
Нейрографика, как современный арт-инструмент в работе с детьми.....	51
Цели программы, которая была реализована с детьми:	51
Основная идея реализации экспериментального проекта:	51
Механизм реализации программы:.....	53
Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Нейрографика. Рисуи Мечту!»	55
Инструкция по технике безопасности и правила поведения во время занятий.....	64
Рекшинская Ирина Львовна.....	65
Астронейрохилинг – космическая нейрографика.....	65
Для кого этот метод - Астронейрохилинг?	67
Результаты космической нейрографики радуют:	67

Результаты участников по отзывам:.....	68
Работы Ирины Рекшинской	69
Степанова Лариса	70
Работа с полярностями в Гештальт - подходе с использованием Нейрографики.	70
Гештальт–терапия и Нейрографика как психологическая арт-практика работы с внутренним миром человека, его чувствами, мыслями, ощущениями, образами через подсознание. Что объединяет эти подходы?	70

**Автор:
Анучин Егор**

**Тема:
Нейрографика как меметическая конструкция,
возникнувшая в трещинах социальной реальности**

Вступление

Существует вечная проблема, само описание которой закладывает фундамент для одной из самых важных сфер познания, возможных для человеческого понимания. Базовая ошибка атрибуции - вполне реальное название для слепого пятна восприятия человеческого сознания. В общем смысле она описывает заблуждение, согласно которому человек считает свойства своего индивидуального опыта универсальными/объективными. Грубо говоря, описывающее утверждение, что точки зрения, конфликтующие или прямо противоречащие субъективной, не верны. В конкретной формулировке термин определяется как понятие, обозначающее склонность человека объяснять поступки и поведение других людей их личностными особенностями, а собственное поведение - внешними обстоятельствами.

Оперирование фактами не может не иметь признаков манипуляции, поскольку не существует способов избежать субъективного интерпретирования. Осознание проблематики ошибки атрибуции не исключает ее проявлений в сознательных процессах. «Слепое пятно» этого когнитивного искажения в таком случае потому и является «слепым», что его существование можно определить только по косвенным признакам - по пустоте, описываемой сложившимися убеждениями. В статистике встречается явление, названное «систематической ошибкой выжившего», ярким примером которой является история, произошедшая в годы Второй мировой войны. Американские бомбардировщики, возвращавшиеся с боевых миссий на базы, нуждались в ремонте. Заинтересованные в повышении выживаемости самолетов, американские специалисты заключали о необходимости дополнительного бронирования на основе данных о поврежденных частях корпуса, тогда как результативной стратегией являлось укрепление неповрежденных. В этом случае, критическую важность несло пространство, претерпевшее наименьшие повреждения - его наличие стало возможным для описания лишь по причине возвращения какой-то части самолетов на базу. Ценность таких зон, как и их параметры, описаны

не напрямую, а косвенно.

Пустота, барьером к которой можно воспринять человеческое убеждение в собственной правоте (хотя в первую очередь, в чужой неправоте), существует в современной социальной реальности как разрыв, трещина. Фантомная боль и тоска по, казалось бы, никогда не существовавшему чувству свободы.

В этой пустоте, очерченной человеческой убежденностью в собственной информированности, содержится все, что по-настоящему управляет им. Однако, как и в случае с «ошибкой выжившего», косвенные признаки описывают наличие механизма, понимание устройства которого позволяет представить инструменты его настройки. Одним из таких инструментов автор этой работы считает Нейрографику.

Концепция социальной реальности

Уже упомянутый во вступлении термин **социальная реальность** используется в научных публикациях достаточно давно. Введенный в 1952 году австрийским социологом и философом Альфредом Шюцом, термин обозначает мир социальных взаимодействий, где реальные объекты существуют лишь в виде смыслов и значений, которые люди им придают.

В 1966 году выходит книга «The Social Construction of Reality» за авторством Питера Л. Бергера и Томаса Лукмана. Развивая идеи **культурно-исторической теории** советского психолога Льва Выготского, авторы предлагают социологическую теорию, называемую **социальный конструктивизм** возникновения социальной реальности в качестве продукта когнитивного развития личности в культурной среде. Культура в данном контексте является набором привычек, традиций и верований, передающихся из поколения в поколение. Символьный взаимообмен между людьми, происходящий в процессе общения, отсылает собеседников не к опыту друг друга, а к существующим в культуре определениям, выработанным как «вещи в себе».

В дополнение к перечисленному, так же необходимо упомянуть один из эпистемологических подходов, тесно связанный с упомянутыми понятиями. **Радикальный конструктивизм** как теория познания гласит, что знание не может соответствовать реальности вне человеческого восприятия, поскольку образ окружающего складывается в сознании индивида, приобретаясь

посредством восприятия сенсорных ощущений, или «аппарата восприятия». При этом, принадлежность самих сенсорных инструментов индивида к реальному миру доказуемо, что будет изложено ниже.

Важно отметить, что методологические тезисы радикального конструктивизма применяются и в естествознательных науках, к примеру, в нейробиологии.

Меметические конструкции

Существуют и другие гипотезы взаимодействия человека с культурной информацией. Одна из них описывает культурную единицу, которая, по мнению автора гипотезы - профессора Ричарда Докинза, может быть чем-то, что существует только благодаря человеку. Этой единице было дано имя - **мем** - по аналогии с геном - благодаря схожему механизму, управляющему этими формами информации.

Кратко говоря, мем, как и ген, воспроизводит себя в поле возможностей. Главное отличие между ними заключается в том, что они сохраняют свою унаследованную стабильность в разных реальностях. В то время как ген, как будто обладая собственным сознанием, проявляет разнообразные уловки и поведенческие хитрости в попытке сохранить возможность воспроизводиться в мире плодородной земли и солнечного света, мемы существуют в мире человеческой культуры, давая обнаружить следы своего существования только в человеческом общении.

Мемы могут проявляться как по отдельности, так и целыми симбиотическими конструктами - мемplexами. В таких структурах сумма понятий, имеющая общую семантическую связь, образует свое собственное понятие, обладающее собственными характеристиками. Примером такой структуры могут быть комплексные идеи вроде государства или физики как науки.

Трещина

Великий немецкий поэт Гете писал: «Если бы глаз не был подобен солнцу, он никогда бы не смог его увидеть». В своей книге «Обратная сторона зеркала», выдающийся австрийский биолог Лоренц Конрад предполагает реальную природу человеческого сенсорного аппарата, основываясь на факте его фенотипического развития в условиях

окружающего мира, не оставляя при этом без внимания разнородность понятий души и тела.

Доктор Конрад описывает такое понятие, как *hiatus* - **разрыв** между субъективными ощущениями человека и явлениями физиологического характера в его теле, то есть, тех, что поддаются объективному анализу. Продолжая рассуждать, доктор счел этот разрыв «алогичным образом непроницаемым для разума, поскольку он обусловлен не недостатком знания, а принципиальной, заложенной в структуре нашего познавательного аппарата *невозможностью знать*».

По его же словам, этот разрыв, будучи непроницаемым для разума, остается открытым для чувственного осознания: говоря о другом человеке мы не выделяем в отдельные категории его душу и тело - мы не способны усомниться в их единстве.

Этому разрыву противопоставляются два других - между живым и не живым и между человеком и животным. Разница заключается в принципиальной заплотности пространства между последними двумя некоторым количеством абстрактных форм, тогда как *hiatus* заплотнению не поддается.

Гипотеза, возникшая в процессе подготовки данной работы, предлагает рассматривать пробел между душой и телом незаполнимым не из за их принципиальной несвязуемости, а из за того, что этот пробел является *источником* форм, заполняющих культурные архетипы субъективным смыслом. В таком контексте, нейрографика как методика проявления человеческого творчества может быть представлена как *интерфейс взаимодействия* социально-культурного и индивидуального сознания.

Нейрографика как меметическая конструкция, возникнувшая в трещинах социальной реальности.

Нейрографика является инструментом взаимодействия между человеком и наполнением его архетипов/сиречь инструмент взаимодействия с меметической информацией.

Развитие меметики прекратилось в начале 2000х в следствие отсутствия внятных механизмов работы с накопленным знанием о поведении меметических конструкций и их взаимодействиях. Нейрографика представляется мне как раз таким инструментом, позволяющим избирать

осознанные практики влияния и анализа субъектов, в классическом понимании проявляющихся исключительно в субъективном.

Список источников:

- Ричард Доукинз - Эгоистичный ген; 1976
- Лоренц Конрад - Восемь смертных грехов цивилизованного человечества; 1973 Лоренц Конрад - Обратная сторона зеркала; 1973
- Комарова З.И. - ПОНЯТИЕ «СОЦИАЛЬНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ» В СОВРЕМЕННОМ ОТЕЧЕСТВЕННОМ НАУЧНОМ И ФИЛОСОФСКОМ ДИСКУРСЕ; 20

[Ссылка на дипломную работу Анучина Егора в авторском стиле](#)

**Автор:
Брылькова Екатерина**

**Тема:
Нейрографика в моей жизни**

Всю сознательную жизнь я считала, что не умею рисовать, долго с завистью разглядывала прилавки канцелярских магазинов, потом все же запаслась фломастерами карандашами и безуспешно пыталась что-то изобразить на бумаге, но мир перевернулся, когда я познакомилась с Нейрографикой. Фактически жизнь разделилась на до и после. Нейрографика со мной каждый день, даже если я не нарисовала ни одной работы. Теперь это способ мышления, организации жизни, способ принимать решения, находить ресурсы, не только на бумаге, но и в мыслях, такая привычка со временем внедряется в повседневную жизнь.

Все изменения начались с поиска эстетически удовлетворяющих решений поставленных задач на бумаге, достаточно долго мне это не удавалось и стало понятно, что именно меня не устраивает в моей жизни, пришлось признаться, что есть то, что не нравится и хотелось бы трансформировать в себе. За срок инструкторского курса я фактически стала другим человеком, тут, конечно, сразу возникает ассоциация с тем, что курс длится 9 месяцев и появляется новый человек, в моем случае именно так и было. И это не моя фантазия, это отметили все мои близкие люди, у которых я на виду, и еще больше впечатлений было у друзей и знакомых, с которыми общаюсь не так часто.

Весь путь был, конечно, не прост, за эти месяцы мне пришлось пересмотреть свое отношение к жизни, заново расставить приоритеты, расстаться с вещами и увлечениями, которые, очевидно, перестали приносить пользу. Сменилось мое окружение, круг общения, из моей жизни ушли несколько близких людей, расставание с которыми было безмерно тяжелым, но необходимым.

Все происходящее отражалось в моих работах, это можно сравнить с тем, как смотришься в зеркало и неожиданно начинаешь себя по-настоящему видеть, и даже любоваться своим отражением. Вот и рисунки разглядываешь как свое отражение.

Точно так же, по-новому, я увидела окружающий мир. Точнее, чудесным образом изменился способ смотреть и видеть все вокруг. Если раньше это была однообразная серая картина, то теперь меня окружает настоящее богатство, можно любоваться каждой линией вокруг, цветом, светом, композицией, миллионом деталей, которые ускользали раньше. Эта возможность видеть красивое, любоваться каждый момент своей жизни, для человека, не связанного с искусством ранее, это настоящее волшебство.

Изменилось эстетическое восприятие всего вокруг, и резко выросли требования. Уже это можно назвать новым уровнем жизни.

Все люди разные и не всем комфортно делиться своими проблемами и задачами, своими впечатлениями и переживаниями, я как раз из таких, и Нейрографика в этом случае просто спасательный круг, незаменимый инструмент, который дает возможность творческого самовыражения и самостоятельной работы с собой и своими задачами, и получать при этом прекрасные результаты без посторонней помощи. Этот факт, на самом, деле был ключевым при решении изучать этот метод глубже.

Вообще, все происходящее я могу назвать изменением качества жизни, и это затронуло все сферы без исключения. В лучшую сторону изменились отношения с близкими, друзьями, коллегами, значительно улучшилась финансовая сторона, появились новые занятия и увлечения, путешествия.

Сейчас, оглядываясь назад, я понимаю, что несмотря на интенсивность происходящего, скорость изменений в жизни, я только в начале пути. И Нейрографика это именно тот инструмент, который может превратить все самые смелые мечты в новую реальность.

[Ссылка на дипломную работу Брыльковой Екатерины в авторском стиле](#)

**Автор:
Зорина Наталья**

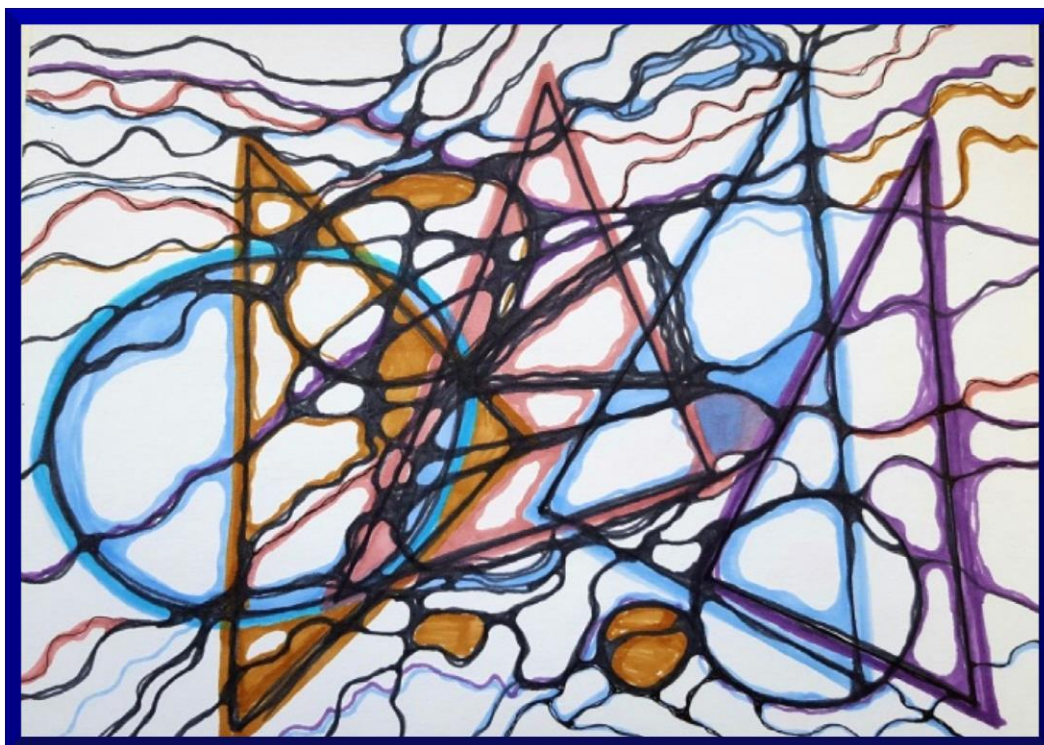
**Тема:
«Встреча с собой» Программа по обретению внутренней целостности и жизненной силы с помощью нейрографики**

Темы занятий:

1. Внутренний родитель, ребенок, взрослый.
2. Отношения с родителями. Сепарация.
3. Поток любви. Женский поток. Мужской поток.
4. Внутренний мужчина. Внутренняя женщина.
5. Род. Ресурс рода.

8 занятий по 3 часа.

Интеграция нейрографики с такими методами: ТА, семейная системная терапия, авторская методика Л.Тальписа.



Три состояния личности: внутренние родитель, ребенок, взрослый.

Функции состояний личности:

- **Внутренний ребенок- Я ХОЧУ!**

Желания, эмоции, чувства, творчество.

- **Внутренний родитель- Я ДОЛЖЕН!**

Моральные нормы, ценности, правила, забота, поддержка.

- **Внутренний взрослый- Я МОГУ!**

Ответственность, адекватность настоящему моменту, принятие решений Важно их взаимоотношение внутри нас.



Задача занятия: найти такое расположение составляющих нашей личности относительно друг друга, при котором каждая составляющая чувствует себя комфортно и выполняет свою функцию.

Отношения с родителями. Сепарация

1. Отношения с мамой.
2. Отношения с папой.
3. Восстановление порядка между родителями и детьми.
4. Молитва на заре жизни.
5. Сепарация- отделение от родителей.



Задача: посмотреть на свои отношения с родителями, восстановить иерархию отношений, отделение от родителей.

Поток любви. Женский поток. Мужской поток

1. Восстановление связи с женщинами рода (женщины).
2. Восстановление связи с мужчинами рода (мужчины).
3. Восстановление потока любви.



Отношения в паре

1. Внутренняя женщина.
2. Внутренний мужчина.
3. Как складываются отношения в паре.

Задача: обретение женственности и мужественности, достижение баланса мужского и женского внутри себя.



Род. Ресурс рода.

1. Принадлежность своему роду.
2. Знакомство со своими предками (д/з).
3. Ресурс рода.
4. Задача: восстановление связи со своими предками, соединение с силой рода.



Результаты экспериментальной группы (сентябрь-ноябрь 2016г.)

Варвара: *«Рисовать я начала в совершенно разобранном состоянии. За месяц до своего дня рождения, совсем не имея планов на будущее, не имея уверенности в своем будущем, в личной жизни, в работе. Не могла понять, как и куда, и главное зачем мне двигаться дальше. Через три недели ситуация накалилась и достигла пика. Мы прорисовали самые основные составные части личности. После каждой работы возникало желание узнать больше и поработать над собой подробнее. После 5 –го занятия состояние мое значительно улучшилось и сейчас я спокойна. Прорисовались цели на ближайший год. Получила много интересных и полезных знаний....»*



Елена:

«Что было? Напряжение, зацикленность на определенные темы. Некая запутанность в мыслях. Была задача какое направление в работе выбрать, куда идти и что делать. Определиться с творческой реализацией, почувствовать свои стремления к чему-то.

Что изменилось. Появилось чувство спокойствия и расслабления. Больше доверия пространству. Состояние наблюдения. Внутренняя активность и стремление к развитию и познанию нового. Чувство, что это начало к чему-то новому....»



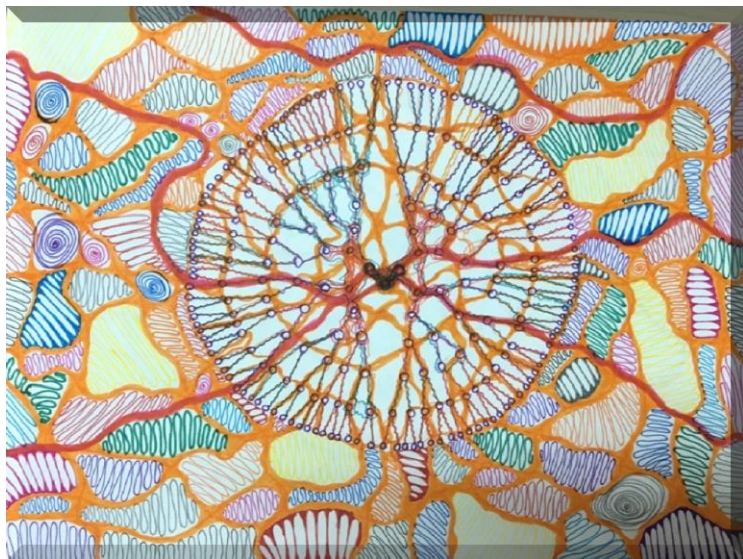
Катя:

«Запрос был на гармонизацию. Стала более живой и спонтанной.... В последних работах появилась целостность, не слитность с партнером. Я начала чувствовать себя как отдельная личность и захотелось пространства в новых отношениях. Стала более спокойной, стали приходить инсайты про себя, как зеркало через рисунок.



Получила инструмент работы с собой. И если бы не нейрографика какие-то болезненные темы прошли гораздо проще....»

Тома:



«Запрос был разобраться в себе, в собственных чувствах и эмоциях.

Я стала менее требовательна к себе в некоторых вопросах в работе... Я стала чувствовать себя более свободно в рисунках, линиях.

На работе у меня улучшились отношения с моим непосредственным

руководителем. Состояние на работе более стало комфортным...»

Юля:

«... на протяжении занятий в моем окружении происходило много перемен... Сама программа открыла для меня очень многое, над чем в дальнейшем хочу и буду работать. От техники преподавания я в восторге, не хочется заканчивать этот курс! Спасибо!»



Спасибо за внимание!

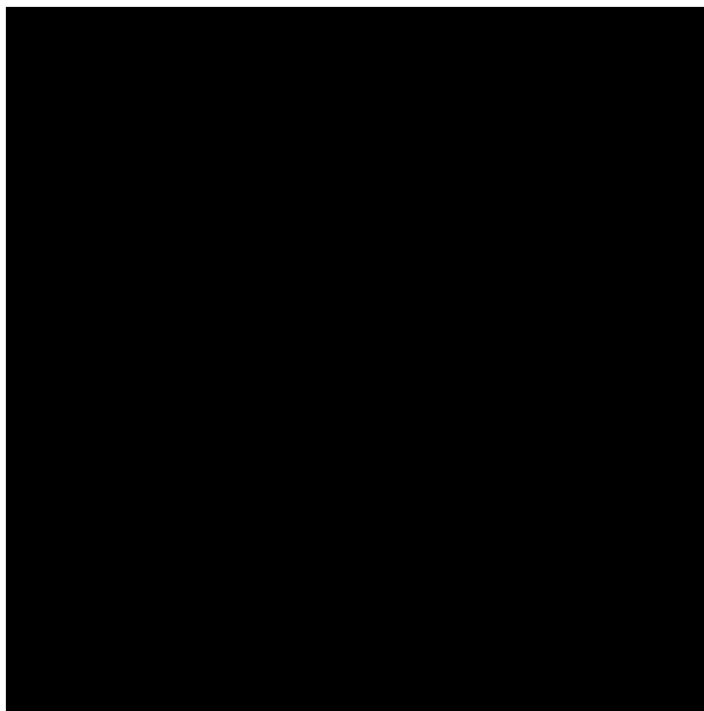
[Ссылка на дипломную работу Зориной Натальи в авторском стиле](#)

**Автор:
Зубакова Алла**

**Тема:
Чудо творения. Сакральная геометрия. Мандала**

Начало

- Творение начинается с движения духа.
- Изначально была полная пустота.
- В полной пустоте нет движения. Находясь в полной пустоте, мы не поймем поднимаемся мы или опускаемся, двигаемся вправо или влево. Нам нужен ориентир, то относительно чего мы двигаемся.
- Движение возможно лишь относительно чего-то.



Врожденный аспект сознания

- Представим себя находящимися в темной комнате рядом с дверью, ведущей в другую комнату.
- Ориентация возможна за счет проецирования лучей сознания.

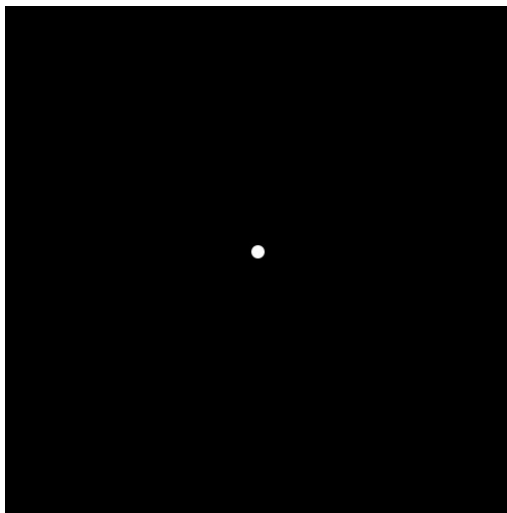


- Каждый человек способен проецировать лучи сознания на определенное расстояние - это может быть 1 см, или 1 м, а может быть за пределы комнаты.
- Способность проецировать лучи - это и есть врожденный аспект сознания, который позволяет начаться творению.
- Лучи сознания исходят из шишковидной железы (эпифиза), и проецируются в шести направлениях.
- Если бы сознание не обладало этой способностью, то творение никогда бы не могло свершиться.



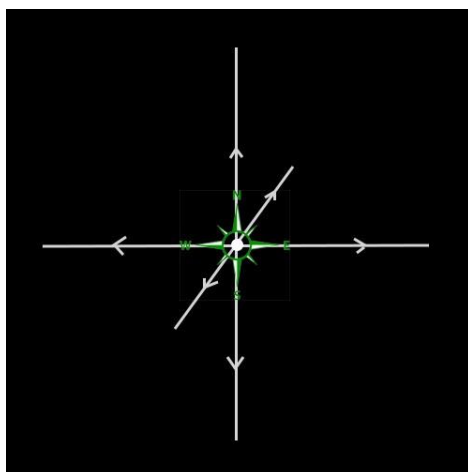
Творение

- Представим, что мы и есть этот дух посреди пустоты.
- Поболтавшись в пустоте, вам станет скучно, или будет разбираться любопытство, или захочется что-то сделать.



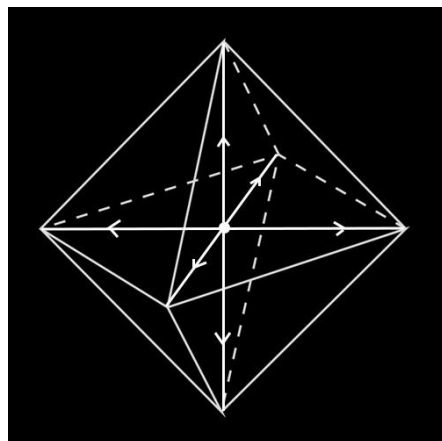
Создаем пространство

- Дух выстреливает луч сознания в пустоту:
 - Вперед, назад, налево, направо, вверх, вниз
- Луч сознания распространяется на одинаковое расстояние во всех направлениях. И для каждого человека это расстояние будет индивидуальным.
- Дух выпускает эти лучи вовне определяя пространство.
 - Север, юг, запад, восток, верх, низ.



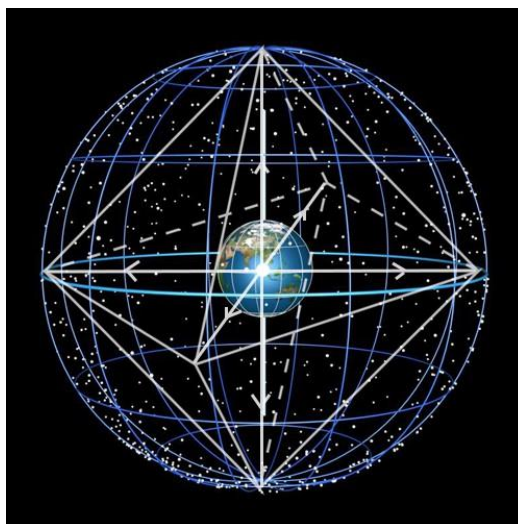
Замыкаем пространство

- Соединяем концы этих проекций.
- Движение вверх-вниз формирует вертикаль и две пирамиды с основание в квадрате. Получается октаэдр (воздух)
- Определив пространство, появился объект октаэдр (воздух).
- И теперь, в пространстве возможно движение.



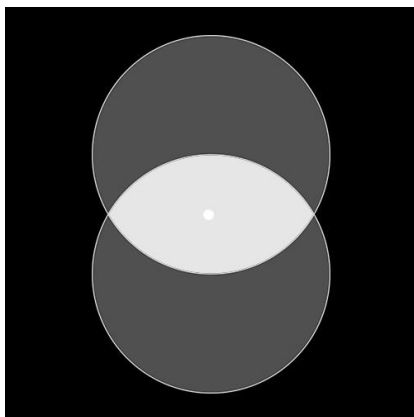
Вращение фигуры. Создание сферы

- Дух может выйти наружу созданной фигуры, и перемещаться вокруг нее. Но так же может остаться в центре формы, и оставаясь неподвижным, придать всей форме движение.
- Вращением вокруг себя дух (мы) создает совершенную сферу.
 1. Учимся вращать фигуру вокруг себя
 2. Сдвигаем точку сознания.



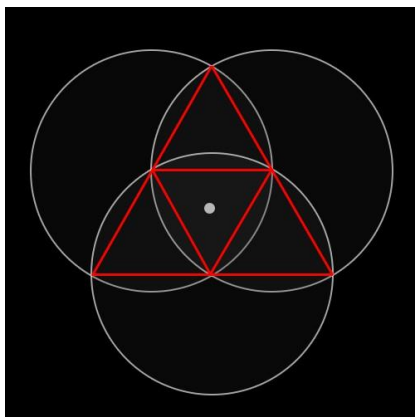
Первое движение. Создание света

- Дух пребывает внутри сферы.
- Он выходит на поверхность только что созданной сферы и проецирует точно такую же сферу, как первая. Это приводит к чему-то новому и уникальному.
- **Vesica piscis** - через которую сотворен свет. (В переводе с латинского - рыбы икринки)



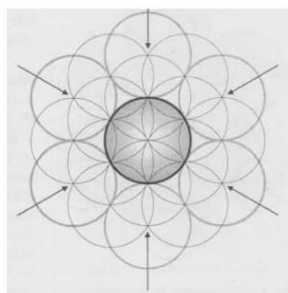
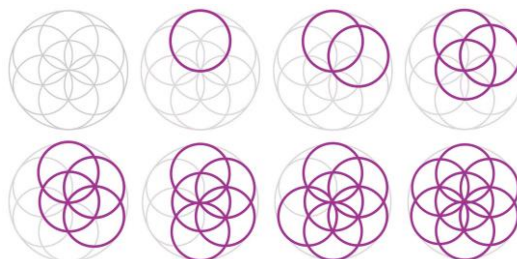
Второе движение

- Дух знает только два движения:
 - Проецировать маленький октаэдр и создавать сферу.
 - Перемещаться на то, что вновь создано
- Очень простая реальность.
- Когда дух находится в центре своей второй сферы и смотрит вниз, он видит вновь сформированный круг vesica piscis. Согласно указанию духа, двигаться нужно на вновь созданное. Дух двигается на этот круг и проецирует новую сферу.
- Затем дух следует на новую сферу, создает новую... и т.д.



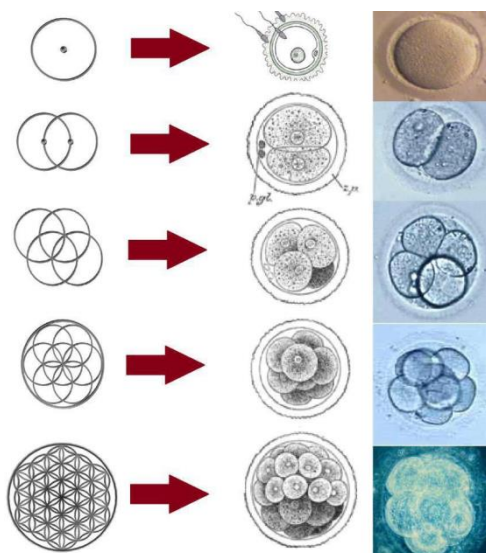
Семя жизни. Яйцо жизни

- На шестой день, дух создает шесть замкнутых сфер.
- Семя жизни
- Закончив проекцию первых семи сфер и завершив эту модель Творения, сознание затем продолжает движение по вращательной модели от каждого последующего внутреннего места до тех пор, пока не завершит своего второго вихревого движения.



Аналогия развития клеток эмбриона

- Третий вихрь, следующий поворот, создает новые сферы.
- При каждом сотворении новой сферы, раскрывается все больше и больше информации, и появляется все больше созидательных моделей.



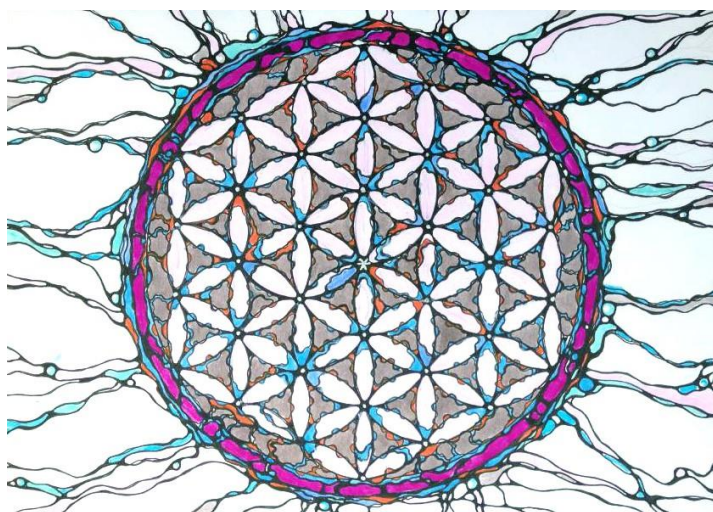
Цветок жизни

- В Цветке Жизни содержится девятнадцать кругов, и они окружены двумя concentрическими кругами. По какой-то причине это изображение находят во всём мире.
- Цветок жизни - основная матрица творения.



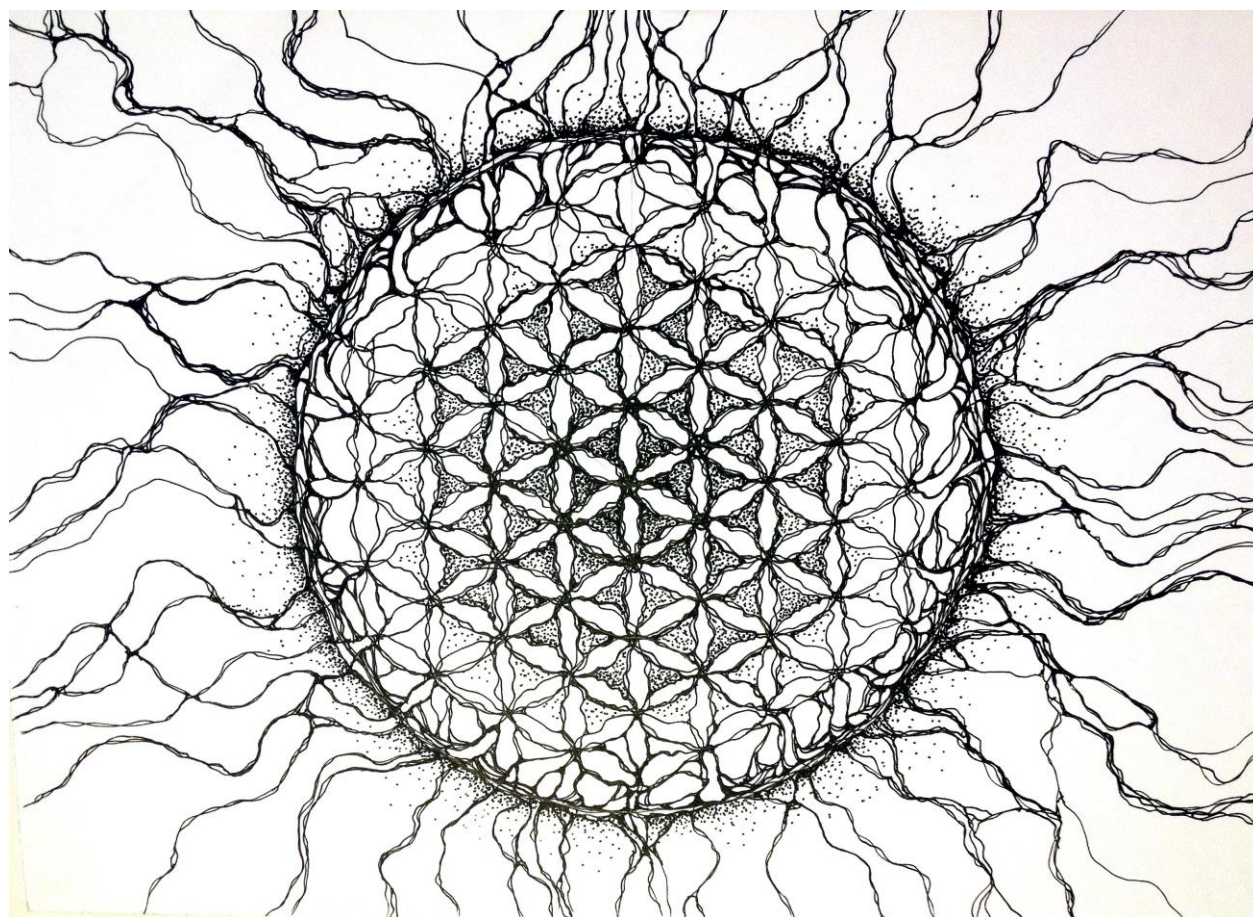
Мандала Нейрографики

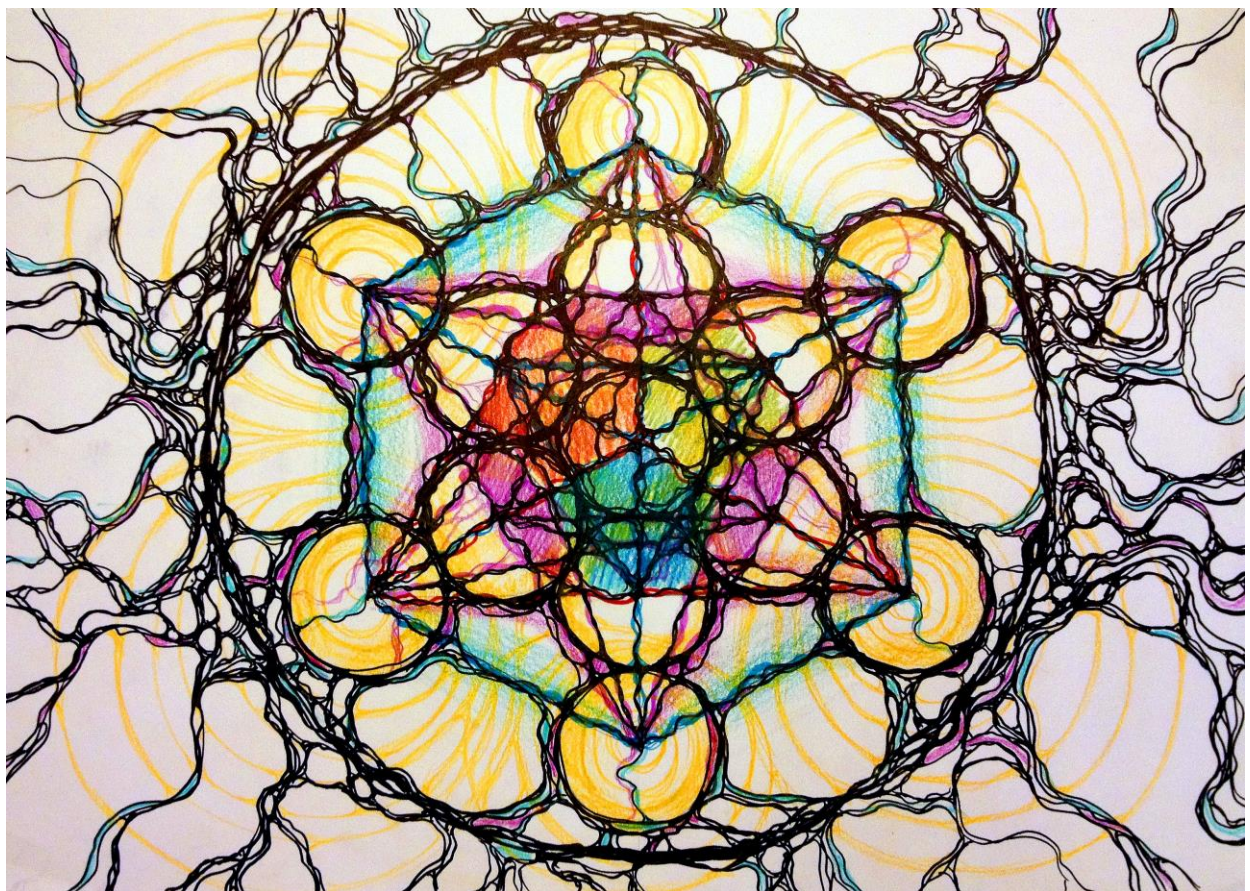
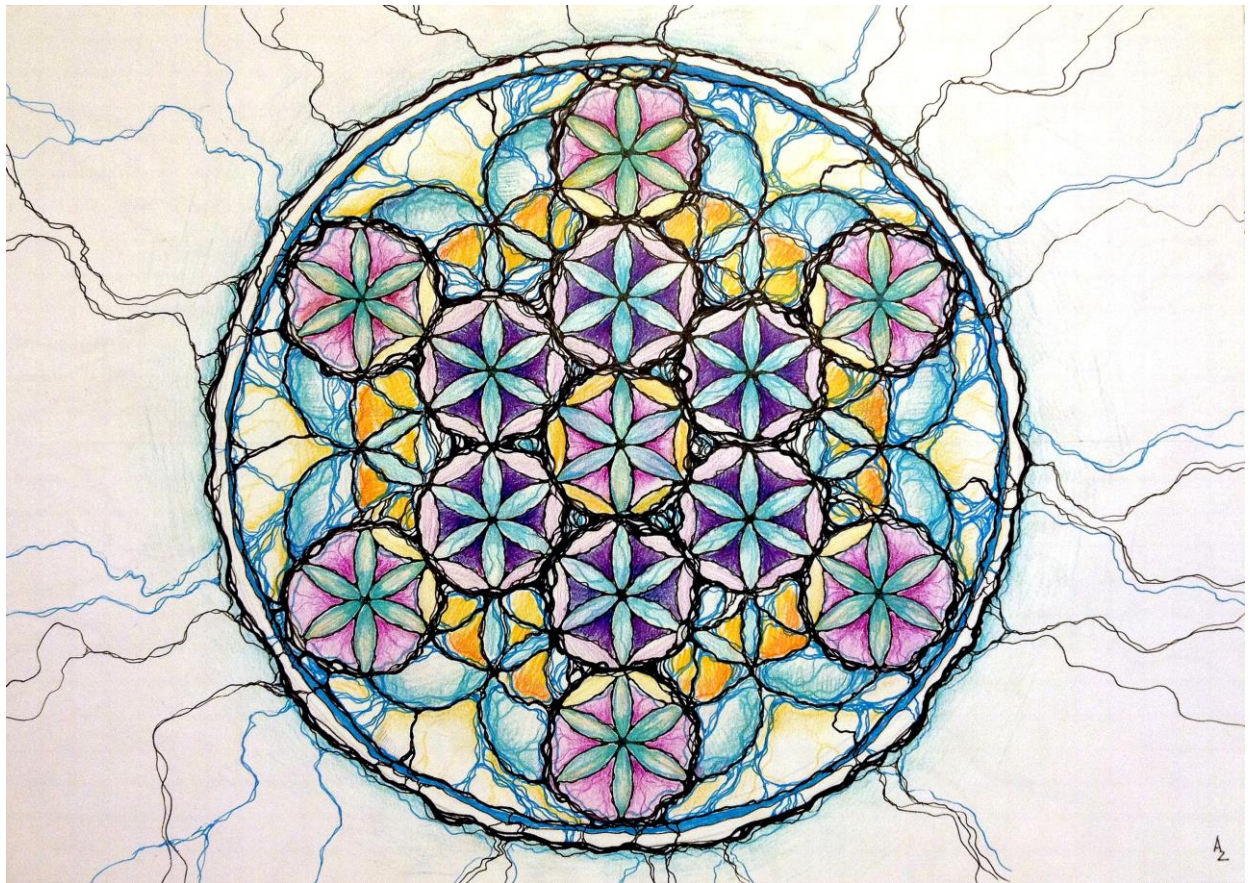
- Работа с цветком жизни. Это работа с целостностью, со своим центром.
- Воздействие на левое и правое полушарие одновременно.
- Это ведет к цельному восприятию и внутренним изменениям.
- Сильная эстетическая практика. Возможно использовать различные материалы.



Трансформация

- Если воспроизвести чудо творения через отстройку цветка жизни, а затем пронеурогрофировать его, то когда вы физически прорисовываете линии, происходит нечто сродни откровению.
- Вы рисуете круг, и начинаете понимать, что-то меняется внутри вас. Вы начинаете понимать на очень очень очень глубинном уровне, почему все является таким как оно есть.
- Нейрографика трансформирующая практика.
- Сакральная геометрия так же трансформирующая практика.
- Объединяя их получаем новый мощный и доступный инструмент, оказывающий влияние на все уровни сознания и на оба полушария мозга.





[Ссылка на дипломную работу Зубаковой Аллы в авторском стиле](#)

Автор:
Кацман Наталия

Тема:
Нейрографика: Почему и как она работает?
Поиск научных обоснований эффективности
использования метода и его графических
элементов на примере базового алгоритма

Данная работа представляет собой список тезисов по теме нейрографики: параллели с древне-китайской философией, сходства и различия механизмов действия нейрографики и традиционной арт-терапии на примере базового алгоритма как наиболее проработанной области нейрографики. Попытка поиска обоснования эффективности методики с точки зрения нейробиологии и психологии, а также возможные направления дальнейших исследований.

Воображение важнее, чем знания. Знания ограничены, тогда как воображение охватывает целый мир, стимулируя прогресс, порождая эволюцию.

Альберт, Эйнштейн

Что такое нейрографика. Определение автора. Базовый алгоритм.

По определению автора метода Павла Пискарёва, нейрографика - это творческий метод трансформации мира. При всей, на первый взгляд, амбициозности и невероятности, это определение точно отражает суть происходящего - приемы графического искусства помогают изменять реальность. Такое утверждение вполне в духе традиционной древней восточной (китайской или индийской) философии, но зачастую идёт вразрез с рационалистичным воспитанием на Западе (включая Россию и большинство стран бывшего СССР), которое выросло из древнегреческой философии и основывается на философских традициях Декарта и Канта.

Современная наука (различные области психологии и нейробиологии)

всё чаще находят подтверждение различным постулатам из восточной философии. 2500 лет, например, назад Будда сказал, что мы становимся тем, о чем думаем; Эпигенетика пришла к выводу, что наши мысли влияют на химическую среду в нашем теле, и соответственно на наше поведение (Lipton, 2015).

Древне-китайский философ Чжуан Цзы (IV век до нашей эры), считал, что внутри каждого человека есть божественная сила и что на пути к этой силе стоит ум, который не дает нам с этой силой соединиться. Когнитивная психология и нейробиология выяснили различия в функциях двух полушарий и говорят о двух системах сознания - холодном и горячем, другими словами, эмоциональном и рационалистичном - и что мы сознательно не можем контролировать такие вещи как, например, любовь или счастье (Slingerland, 2014).

Любое творчество, рисование в том числе, дает людям возможность получить доступ к чему-то большему - божественной силе, состоянию потока, вдохновению, волшебству. Рисование по нейрографическому алгоритму - эффективный и быстрый способ войти в это состояние потока и начать использовать скрытые ресурсы.

Большинство работ в нейрографике выполняются в определенной последовательности, которая называется базовым алгоритмом. В базовом алгоритме обычно выделяют семь этапов:

1. Постановка задачи и определение напряжения в отношении выбранной темы
2. Графическая постановка задачи (выброс, или катарсис, в случае Алгоритма снятия ограничений)
3. Округление углов на получившихся пересечениях линий
4. Интеграция:
 - объединение фигуры и фона
 - объединение цветом
5. Линии поля
6. Фиксация результата
7. Анализ состояний до и после выполнения работы

Далее будут рассмотрены возможные механизмы, лежащие в основе эффективности базового алгоритма.

Нейрографика как арт-терапия. Как достигается эффект эмоционального баланса. Гипотеза.

Нейрографика, в соответствии со своим названием, имеет две составляющие - Нейро и Графика, объединяя в себе искусство и психологию. В этом смысле нейрографику (в частности алгоритм снятия ограничений) можно рассматривать как один из видов арт-терапии. Арт-терапия широко применяется как метод борьбы со стрессом, с одной стороны, позволяя пациентам отвлечься от их проблемы, с другой стороны, позволяя справиться с состояниями, когда эмоции переполняют, но их трудно выразить словами (Walsh et al, 2005). Изображения являются главным инструментом арт-терапии и рассматриваются как альтернативное средство эффективной коммуникации. Арт-терапевты могут использовать изображения как эксперимент на бумаге. Преимущество визуальной работы состоит в том, что клиент может развить положительные идеи о том, как вести себя в определенных ситуациях, экспериментируя на бумаге.

В арт-терапии есть несколько направлений, которые отличаются методом работы с эмоциями: одни сфокусированы на выражении негативных эмоций, другие же на том, чтобы отвлечься от переживаний в процессе творческой деятельности. Исследования показали, что выполнение задания, не связанного с негативными эмоциями (второе направление с фокусом на творческом процессе) более действенно для улучшения эмоционального состояния людей (Drake et al, 2016). Алгоритм снятия ограничений (частный случай базового алгоритма) удачно сочетает в себе положительные эффекты обоих направлений в арт-терапии: с одной стороны, позволяя выразить эмоции (на этапе выброса, или катарсиса), а с другой, плавно переключая фокус рисующего с его/ее переживаний на выполнение последующих шагов алгоритма и наблюдений за реакциями собственного тела в процессе рисования.

В отличие от классических видов арт-терапии, нейрографика позволяет обойтись без посредников - психологов и терапевтов - за счет наличия последовательных шагов (алгоритма), которые не требуют никаких специальных художественных навыков и которые можно освоить за несколько часов.

Отсутствие терапевта и необходимости описывать словами свою проблему помогает избежать так называемое «вербальное затмение» (Verbal overshadowing по определению Джанатана Скулера). Исследования в

социальной психологии показали, что если человек не является экспертом в определенной области (например, описание вкуса вина, лиц людей и т.п.), то попытка дать словесное описание невербального явления (например, вкуса, эмоции) снижает способность это явление распознать, сделать правильный выбор или решить проблему (Chin, Schooler, 2009).

Эмоции и эмоциональный опыт являются как раз той сферой, где у большинства людей не хватает специального словарного запаса для описания того, что с ними происходит. У эксперта в определенной области (например, у сомелье, дегустатора продуктов, парфюмера, психолога) специализированный словарный запас (лексика) лучше связан с невербальным опытом в этой области (вкус вина, вкус продуктов, запах, эмоциональный опыт).

Во-первых, нейрографика предлагает простой и понятный графический язык для невербальной работы с эмоциональным опытом, что позволяет направить ресурсы мозга на решение задачи, а не на ее описание. Во-вторых, сам процесс выражения этих эмоций посредством графического изображения помогает осознать проживаемый опыт и привязать его пусть и к невербальному описанию. На физиологическом уровне это означает установление новой группы нейронных связей между правым полушарием (эмоции) и левым полушарием (анализ).

Графическое изображение проблемы служит своего рода метафорой. Метафоры являются транспортным средством передвижения не совсем осознанной мысли в реальность сознания, где эта мысль может быть проанализирована и понята в более полном объеме. Схематичность изображения позволяет индивидуумам создавать проекции и метафорические карты между разными областями и концепциями (Gray, 2015), помогая находить неожиданные решения проблем.

Нейрографическое рисование помогает справляться с информационной перегруженностью и помогает сфокусировать внимание на важном. Основная часть этой работы происходит на четвертом этапе алгоритма, в котором используются выделение цветом и добавление фигур к основному выбросу.

“Исследования Ли Голдмана доказали, что, если мы знаем закономерность, то чем меньше информации, тем лучше. Информационная перегруженность людей, принимающих решения, усложняет, а не облегчает установление главных признаков. Чтобы успешно принимать решения, нам необходимо научиться отсекаать лишнее” (Коламбет, 2013). Вторую часть

четвертого этапа базового алгоритма - интеграцию цветом - можно рассматривать как выделение главного и "отсечение лишнего".

Нейрографика и состояние потока. Откуда берутся инсайты?

Древне-китайский философ Чжуан Цзы считал, что каждый человек обладает внутренней силой и каждый может получить доступ к этой божественной силе. Главное, что этому мешает - наш ум, наше ощущение собственной важности, наша уверенность в том, что мы особенные. Чжуан Цзы считал, что к совершенству можно прийти, не убегая от мира, а находясь среди людей, ведя нормальную жизнь. Одно из главных препятствий на этом пути к состоянию потока (*увэй*), в котором человек действует спонтанно и легко - ум, а точнее рациональный ум, который заманивает людей в ловушки заученных социальных категорий, искусственных ценностей и поиска пользы во всём, который не дает ясно видеть мир во всем его многообразии, не дает погрузиться в поток (Slingerland, 2014).

За счет выполнения последовательных действий и отсутствия необходимости использовать слова при выполнении рисунка, Нейрографика позволяет «отключить» рациональный ум и выбраться из тупика, который создает наше сознание, пытаясь оперировать уже знакомыми шаблонами. Именно по этой причине на этапе интеграции цветом (вторая часть четвертого этапа) не стоит выделять легко узнаваемые образы - животных, птиц, бабочек, рыбок. Абстрактные формы и цветовые пятна скорее приведут к новому решению и позволят выбраться из колеи шаблонного мышления.

Современные исследования человеческого сознания показывают, что наше мышление глубоко связано на разных уровнях с нашим телом. Мы думаем метафорами и образами, не фразами. Мы на самом деле думаем нашим телом. Огромная часть нашего сознания не проявлена, многие вещи, которые не доступны нашему разуму, мы делаем только при помощи нашего тела. Вся система разум-тело заточена под действия, а не под мышление. А попытка разделить разум и тело (картезианская традиция, «Я мыслю, значит существую») приводит к внутреннему конфликту, конфликту между действием и мышлением, между эмоциональным и рациональным сознанием. Эмоциональное сознание (*hot cognition*) отвечает за быстрые, автоматические, большей частью неосознаваемые действия (например, вождение машины опытным водителем). Рациональное сознание (*cold cognition*) отвечает за контролируемые, требующие больше времени, большей частью осознанные действия (например, обучение вождению). Мы

себя ассоциируем с рациональным сознанием, потому что это единственная система, к которой мы обычно имеем доступ, это источник нашего осознания себя, нашего нарратива (то, что мы о себе рассказываем). Наше эмоциональное сознание обычно представлено как что-то, с чем нам приходится иметь дело, как что-то от нас отдельное. Нейрографика дает нам ключ к управлению эмоциональным сознанием, облегчая доступ к состоянию потока (*увэй*, в терминологии древне-китайских философов). Поток - действие без усилий - это состояние, когда мы перестаем осознавать себя как субъект, теряем ощущение времени, полностью погружаясь в процесс, когда всё работает и складывается идеально. Классические китайские тексты описывают это состояние, как передачу контроля внутренней силе, или Духу. В терминах современной когнитивной науки, это рациональное сознание уступает место эмоциональному. Оно всё еще наблюдает, за тем, что происходит, но уже не в кресле водителя. Древне-китайские философы, чтобы возйти в состояние *увэй*, предлагали подключиться к чему-то большему, чем мы сами, к чему-то что мы ценим, о чем переживаем, что имеет для нас значение. Для китайцев - это обычно были ритуалы. В современном мире многие из нас попадают в состояние потока через религию. Но религия - отнюдь не обязательное условие для достижение этого состояния. Это может быть любое дело, от которого мы получаем удовольствие. Нейрографика с ее простыми и понятными алгоритмами выполняет роль такого приятного ритуала. А возможность разделить этот ритуал с другими делает рисование еще более эффективным. Социальный аспект состояния потока очень важен.

Еще одна концепция китайской философии - «дэ» - сила харизмы - сила, которую излучает тот, кто находится в состоянии потока. Согласно китайской традиции. это то, что привлекает людей, то, что заставляет людей следовать за тобой, доверять тебе. Это ключ к успеху - политическому, духовному, личному. Когда ты в состоянии покоя, в гармонии с дао, высшие силы дают тебе силу харизмы, которая ведет к успеху. С точки зрения современной когнитивной науки *увэй* и *дэ* связаны с доверием, которое необходимо для сотрудничества между людьми.

Рецепт Чжуан Цзы для того, чтобы попасть в состояние потока и получить силу харизмы - не пытаться не пытаться делать то, что ты делаешь, другими словами, освободить свой ум и делать то, что окружающая среда говорит тебе, отстраниться от того, что делаешь. Нейрографику можно рассматривать как способ отстраниться от ситуации и наблюдать всё что происходит со стороны, буквально на листе бумаги. Процесс рисования по алгоритмам нейрографики создает безопасное социально приемлимое

пространство, в котором состояние потока достигается очень быстро за счет переключения с рационального на эмоциональный режим сознания, в котором можно дать волю спонтанным реакциям.

Библиография

- Chin, J & Schooler, J.W., 2009. Why do words hurt? Content, Process, and Criterion Shift Accounts of Verbal Overshadowing. *The European Journal of Cognitive Psychology*, 20:3, 396-413.
- Drake, J.E., Hastedt, I., James, C., 2016. Drawing to distract: Examining the psychological benefits of drawing over time. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts* 10, 325-331.
- Gray, R. ,2015. Australian Psychological Society: The art of healing and healing in art therapy.
- <<<https://www.psychology.org.au/inpsych/2015/june/gray/>>>
- Joy, A., Sherry Jr., J. F., Mick, D. G., & Arnould, E. J., 2003. Speaking of Art as Embodied Imagination: A Multisensory Approach to Understanding Aesthetic Experience. *Journal of Consumer Research*, 30(2), 259-282.
- Lipton B., 2015. *The Biology Of Belief: Unleashing The Power Of Consciousness, Matter And Miracles*, Hay House Inc., 10th anniversary edition.
- Saturday Evening Post, 26 октября 1929. «What Life Means to Einstein»
- Slingerland E., 2014. *Trying Not To Try: The Art And Science Of Spontaneity*, Crown Publishing Group (NY), p.139-140
- Walsh, S. M., Chang, C. Y. , Schmidt, L. A. , & Yoepp, J. H. ,2005. Lowering stress while teaching research: A creative arts intervention in the classroom.
- *Journal of Nursing Education*, 44(7), 330-333.
- Коламбет, К., 2013. «Озарение. Сила мгновенных решений» Малкольма Гладуэлла. NETPEAK Blog, <<<http://netpeak.net/ru/blog/ozarenie-sila-mgnovennyih-resheniy-malkolm-gladwell/>>>, просмотрено 20 декабря 2016.
- Шабри, К., Саймонс, Д., 2011. *Невидимая горилла, или История о том, как обманчива наша интуиция*. Карьера Пресс.

[Ссылка на дипломную работу Кацман Наталии в авторском стиле](#)

Автор:

Маркова Мария

Тема:

Выявление и трансформация негативных убеждений в Нейрографике.

Что такое убеждения

Убеждение, или более правильный перевод с английского слова «belief» - верование, подразумевает под собой восприятие за истину чего либо, независимо от личного опыта самого человека.

Как определить негативное убеждение.

Для того чтобы определить каким для вас является убеждение негативным или позитивным (это очень индивидуальный процесс), достаточно задать себе вопрос: «Помогает ли мне данное конкретное убеждение или нет?».

Формирование негативных убеждений и влияние их на жизнь в целом.

Таким образом верования, которые у нас создались или перенялись в процессе жизни, воспринимается как некая правда – реальность, не являющаяся реальностью как таковой. В основе своей убеждения формируются в детстве, до 5 лет обычно ребенок еще не имеет критического мышления для того, чтобы адекватно оценить те или иные идеи, послылы и обратную связь от родителей и мира. В связи с этим любое условно негативное убеждение можно назвать неким «родовым проклятьем» потому что, ребенок принимает его на себя автоматически (без оценочно). Наши верования создают наше мировоззрение и реальность в целом, и того какой она будет зависит исключительно от нас.

Выявление актуальной темы. Выявление негативных убеждений. Трансформация негативных убеждений в Нейрографике.

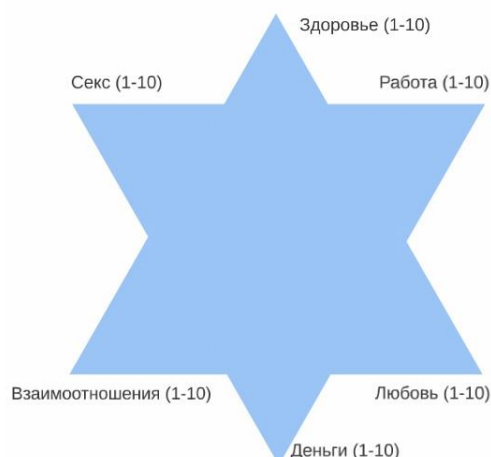
Для работы с выявлением и трансформации негативных определений, я предлагаю начать:

1) с темы работы, оптимально, чтобы это была актуальная тема. Если человек затрудняется в выборе, мы можем предложить оценить текущее состояние дел взяв колесо баланса (рис. 1) или звезду благополучия С.В. Ковалева (рис.1) и по 10 бальной шкале (где 0 – это негативная оценка, 10 – все хорошо)

Рис. 1 Колесо баланса



Рис. 2 Звезда благополучия С.В. Ковалева



Алгоритм№1 («Выявление и трансформация негативных убеждений» Базовый + рамки) (рис. 3)

(этот алгоритм направлен на раскрытие и актуализацию негативных убеждений, дает возможность на одном листе осознать и проработать несколько убеждений одновременно, плюс понимание того почему тема не разрешается).

Выяснив наиболее уязвимые области, стоит предложить выбрать наиболее актуальную (набравшую минимальный показатель).

- 1) Формируем тезис текущего состояния выбранной области, например, что не устраивает и как обстоят дела.
- 2) Определяем желаемое состояние, к которому мы бы хотели прийти в этом направлении (здесь стоит заметить, что более успешная реализация происходит при пошаговом подходе увеличения изначальный показатель на 20-30 %, для того, чтобы не снижалась мотивация).
- 3) Задаем вопрос «Во что мне стоит верить, чтобы улучшить показатели выбранной области?»

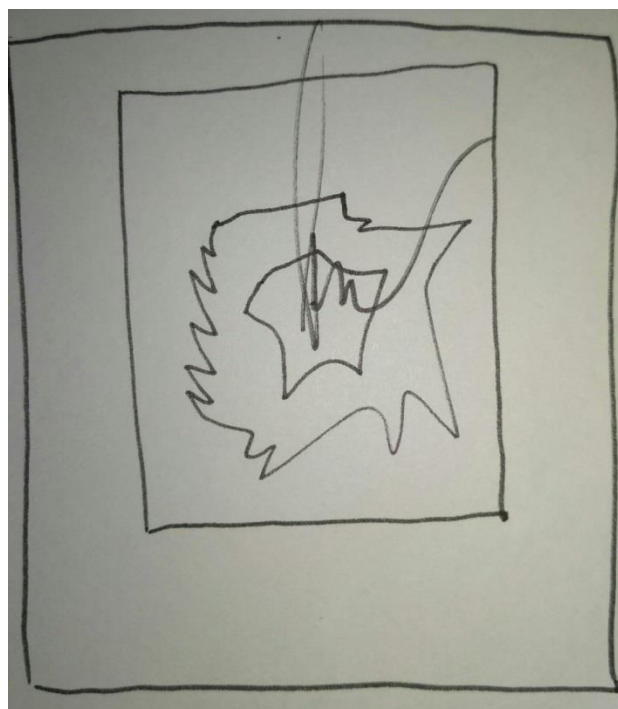
И затем предлагаем дать 7+- 2 ответа (можно больше)

- 4) С учетом того что, скорее всего желаемые верования для реализации темы отсутствуют, то мы задаем следующий вопрос, «А во что я верю сейчас в этом направлении?» и используя 4 п. (не обязательно переворачиваем) выявляем наши негативные убеждения.
- 5) Для проработки направления, мы можем использовать несколько алгоритмов, наиболее простым, будет работа через «базовый алгоритм» с использованием рамок (как ограничивающих убеждений)
- 6) Используя п.5 мы ранжируем его по болезненности или ограничивающему фактору от 0-10 (0 – минимальное ограничение, 10 – максимальное ограничение).
- 7) Затем мы берем лист – и назначаем его пространством нашей области. (для диагностики можно аккуратно точкой отметить где я в этом пространстве по отношению к данной теме)
- 8) Используя п. 5 мы вносим рамки любой формы от самой ограничивающей в центре до самой «легкой» снаружи. (для диагностики отмечаем как проходят границы на листе)
- 9) На этом этапе, уже выявив убеждения и прорисовав рамки, наглядно становится понятно почему данная тема находится на том уровне на

котором она есть сейчас и не меняется) (даже если очень хочется) и на этом этапе уже достаточно напряжения, для того, чтобы сделать выброс.

- 10) Выброс (здесь он будет направлен скорее на избавление и выход за рамки, при диагностике стоит обратить внимание вышел ли выброс за пределы рамок или нет)
- 11) Скругление.
- 12) Фигура/фон (растворение) (Диагностический аспект, получилось ли полностью растворить рамку, и если нет, обратить внимание на то убеждение, которое было задано данной рамкой и проработать его отдельно).
- 13) На этапе формирования нового впечатления, с помощью цвета или фигур, вносим наши новые верования из п. 4
- 14) Линии поля
- 15) Здесь мы можем оценить на сколько мы верим теперь в наши новые верования (0 не верю-10 верю на все 100% - проверить достаточно ли этого для того, чтобы улучшить выбранную сферу). Для продолжения работы, можно проработать каждое негативное убеждение с помощью базового алгоритма. А также применить Алгоритм №2 (Линия времени «трансформация негативных убеждений»)

Рис.3



Алгоритм №2 (Линия времени «трансформация негативных убеждений» (рис. 4)

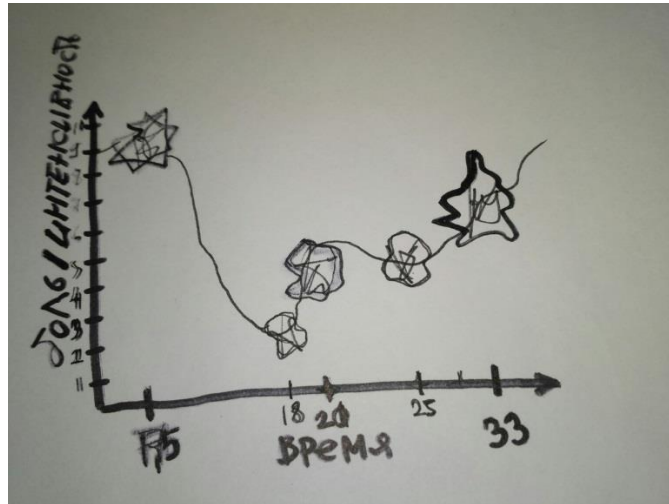
(данный алгоритм, позволяет увидеть искажение, которое вносит негативное убеждение в жизнь. А также целостность картины и непосредственное силу влияния. Увидеть периодичность повторяющихся ситуаций, найти возможно болезненный закрытый опыт, а также проработать весь пройденный опыт в одной работе. Здесь в том числе важно соединится с чувствами, которые возникали в ситуациях и прожить и проработать из (это происходит на п.3)

Если у нас есть все еще какое-то негативное убеждение, то для его большей актуализации и понимания его влияния на жизнь, мы можем сделать следующий алгоритм. (рис. 4)

- 1) Мы выясняем как проявляется данное убеждение и последняя ситуация с ним. Здесь мы можем определить интенсивность боли и ввести произвольной фигурой (в том числе неправильной формы)
- 2) Затем мы можем предложить вопрос «Когда впервые проявилось это убеждение?» определяем интенсивность боли и ввести произвольной фигурой (в том числе неправильной формы)
- 3) Так же предлагаем вспомнить еще ситуации, которые подтверждали это убеждение и вносим их на лист (для диагностики можно обратить внимание на периодичность, интенсивность и повторы ситуаций по годам). Делаем выброс в пределах каждой фигуры, предварительно соединяясь с негативной ситуацией. Затем каждая фигура скругляется внутри. На этом этапе могут появиться озарения и интересные открытия, а также осознание влияния негативного убеждения.
- 4) Далее следует этап фигура фон, мы начинаем его с того что объединяем фигуры с помощью Нейрографической линии (для дополнительного наглядного эффекта, как из одного негативного убеждения вырастают большое количество негативных ситуаций) мы растворяем все наши фигуры.
- 5) На этапе формирования нового впечатления, с помощью цвета или фигур, вносим наши новые верования из п. 4 из Алгоритм№1 («Выявление и трансформация негативных убеждений» Базовый + рамки)
- 6) Линии поля
- 7) Здесь мы можем оценить, на сколько мы верим теперь в наши новые верования (0 не верю-10 верю на все 100%) - проверить достаточно ли этого для того, чтобы улучшить выбранную сферу). Для

продолжения работы, можно проработать каждое негативное убеждение с помощью базового алгоритма. А также применить Алгоритм №2 (Линия времени «трансформация негативных убеждений»).

Рис. 4



Отзывы клиентов, прошедшие алгоритмы:

Алгоритм №1 («Выявление и трансформация негативных убеждений» Базовый + рамки), Алгоритм №2 (Линия времени «трансформация негативных убеждений»)

Клиент №1

*«Тема...тема обсуждалась такая важная, жизненная, личная. Тема отношений, как и убеждений, сопровождает нас всю жизнь. Много чувств, которые окрашивают отношения, хотя ситуации прошли, но оставили свой след. Особенно близкие люди стараются влиять. Они рядом, они знают, как надо. Иногда ты беззащитен, как в детстве. Это чувство разрушает тебя взрослого, делает неуверенным. В работе пришлось *вытащить* старое и встретиться с собой *новой* через НГ-рисование. Особенно этап сопряжения настолько стал значимым, что привел меня в конце концов к поразительному успокоению и ясности. Освобождение от непродуктивных переживаний считаю классным итогом работы. Пришли решения, оформленные в фигуры, цвет проявил значимость мыслей по поводу темы. Невероятная радость, класс! Дышится свободно и легко. Лучше не бывает! Скорее всего, поработаю еще после прослушивания в записи, но я довольна этим итогом.»*

Клиент №2

«Очень глубокое осознание, что тема проходит через всю жизнь, и меняя форму, интенсивность и с новыми нюансами, создаёт определённый, привычный фон. Как хамелеон. меняясь внешне, остаётся неизменной. И в ней есть большая сила. Просто, как взрыв, многие моменты выстроились в ясную цепь. Стало спокойно и свободно. И даже как-то нахально (спасибо тому, кто говорил про наглость))) привлечь столько внимания к своей персоне мне трудно, но в этот раз - легко))»

Клиент №3

«Никогда бы даже и не подумала расписать так свою жизнь. И еще сидела и голову ломала, о чем эдак мне писать. Как же все просто! Нужно только начать. Я меняюсь. Во мне движуха идет. То ли мебель двигают, то ли ремонт делают. Но движение есть.

Главное, чтобы крышу сохранили в целости))»

Клиент №4

«Посмотрю. Тема глубокая. Я даже и не знала о ней. Выходит, с таким убеждением все в жизни моей- самообман. Поиск ложного счастья. Начну писать и посмотрю. Может кружочки пойдут в ход. Главное не врать себе и работать до полной отработки. Надеюсь, что смогу. Больная тема. Пустота. Бесполезность. Только мир физический- ложь!! Все ложь. Возможно в своём мире нет Счастья. Жизнь без счастья- нет смысла. Это взрыв!!! Выявила убеждение: я пока работаю - живу. Отпуск не для меня. Отдыхаю, когда болею. Без болячек работа на износ. Язык. Я могу говорить лишь на языке хозяина!! Кто хозяин по национальности- язык пойдет легко и свободно!!!! И следующий хозяин, если будет араб, китаец, выучу все в легкую!!! Ум и разум отключены. Умная рабыня- нонсенс! Учеба ни к чему - это помешает карьере рабыни. Дети - где видано что бы рабыни имели детей??? Это помеха. Иначе хозяин не сможет меня эксплуатировать на все 100%! Болячки. Болячки все лечатся довольно легко. Операция. Пару дней и я в строю. И с другой стороны- ожидание этой самой операции, приступы, это способ ослабить мою эксплуатацию.»

[Ссылка на дипломную работу Марковой Марии в авторском стиле](#)

Работы Марковой Марии

Нейромандала. Тема денег.



Линии поля. Тема: Взаимоотношения.



**Автор:
Морозова Елена**

**Тема:
Возможность применения метода «Нейрографика» в
женских энергетических практиках**

Введение

В данной работе исследована возможность включить метод «Нейрографика» в женские тренинги и женские энергетические практики. Использование разнообразных методов арттерапии для работы с женскими группами применяется довольно давно.¹ Высокая практическая значимость обеспечения физического и психического здоровья женщин очевидна. Она определяется огромной ролью женщин в рождении и воспитании детей, а также в возрастающем вкладе женщин в общественную жизнь и культуру.

О женских практиках

Женские энергетические практики (славянские, даосские и пр.), которые сейчас используются во многих женских личностных тренингах, уходят своими корнями в глубокое прошлое... Древние традиции говорят, что именно Женщина является творческой энергией Вселенной, вдохновляющей и наполняющей Мужчину. А Мужчина, получая эту энергию, превращает ее в изобилие. Считается, что без женской энергии Мужчина не может реализовать свой потенциал полностью, заработать достаточно денег, достичь желаемого положения. И поэтому, чем больше у Женщины женской энергии, тем успешнее находящийся рядом с ней Мужчина. Использование женских энергетических практик дает возможность женщинам познать и изменить себя, соединиться со своей истинной природой и раскрыть, дремлющую в них женскую силу. Арттерапия, в том числе метод «Нейрографика», в женском тренинге может использоваться как самостоятельная часть работы.

При этом рисование как этап работы, следующий за практикой, позволяет провести параллели между энергетическими состояниями, полученными за счет использования женских практик, и закрепить

¹ Арттерапия женских проблем, под ред. Копытина А.И., 2010

достигнутые результаты.

Ведомое рисование

Как способ рисования в нетрадиционной психотерапии часто используется метод «Ведомого рисования»², разработанный Центром экзистенциальной психологии в г. Рютте (Германия). Этот метод, основанный на рисовании праформ, является составной частью экзистенциальной психотерапии вместе с такими методами, как трансперсональная работа с телом, культурные танцы, карты Таро и др. Данный метод позволяет вызвать творческий процесс «самоизлечение души» (Мария Гиппиус).

Эта возможность осуществляется посредством спонтанного рисования существующих в природе человека праформ³, которые дают возможность соприкоснуться с древнейшей мудростью человечества и взять необходимые для себя знания.

Рис. 1. Примеры праформ и их значение.



В ведомом рисовании праформы делятся на мужские и женские. К женским праформам относятся:

Круг - Универсальный символ. Означает целостность, непрерывность, изначальное совершенство, наиболее естественное состояние.

Спираль - развитие, которое еще не осознанно и не направлено к определенной цели. Человек еще не знает, как конкретно он может проявить себя. Это «Великая мать» (спирали в матриархальных культурах).

²Колошина Т.Ю. Арттерапия, 2011

³Праформа - первичная форма, первичный образ

Дуга - человек начинает осознавать свой потенциал, отделяться. Дуга - защита, крыша. **Чаша** - спокойно воспринимающее, принимающее классическое женское начало (все женские обереги имеют форму чаши).

Волна - развитие, у которого уже есть направление, хотя и неосознанное. Это лишь зачатки сознания как такового. Это стадия, переходная к мужским праформам.

«Ведомое рисование» также как и метод «Нейрографика» не требует участников никакой специальной подготовки, способностей и навыков в рисовании. Это то, что может делать абсолютно каждый, что и делает метод особенно ценным. Именно поэтому женские праформы были добавлены в базовый алгоритм «Нейрографики».

Алгоритм «Нейрографика в работе с женскими энергиями».

Предшествующая часть обеспечивает медитативное состояние (40 - 50 мин):

- Информация о женских энергетических центрах: Матка и Сердце.
- Заземление через работу с телом. Осознание восходящего потока энергии Земли, который поднимается через ноги по позвоночнику и выходит через макушку вверх. Осознание нисходящего потока энергии Космоса, который идет сверху вниз.
- Женская энергетическая практика работы с маткой, построенная на привнесении осознанности в нижнюю часть живота, там, где находится матка, визуализации цвета, формы размера матки как энергетического шарика в теле, ощущений в теле.

Основная часть (40 - 50 мин).

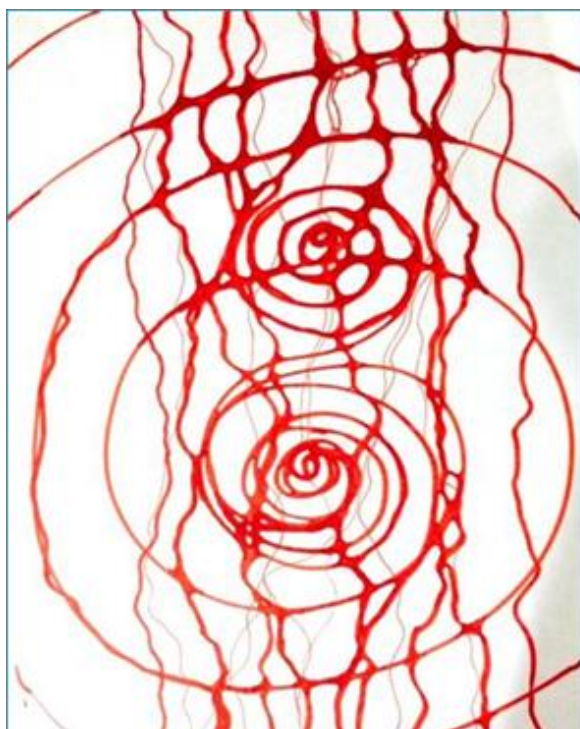
1. **Визуализации энергий Земли и Космоса.** Ставим лист вертикально и рисуем энергию Земли так, как ее почувствовали, т.е. линии поля, которые следуют снизу вверх. А также можем добавить энергию Космоса, т.е. линии поля, которые идут сверху вниз.
2. **Визуализация женских энергетических центров.** Рисуем, используя праформу Спирали, женские энергетические центры:
 - Сходящуюся спираль энергии Земли, которая аккумулируется в Матке,
 - Спираль, исходящую из Матки и сходящуюся в Сердце,
 - Расходящуюся спираль из Сердца, выход энергии из Сердца в Мир

(на весь лист и за его границы).

3. **Округление.** Скругляем пересечения линий и острые углы. Работаем с индивидуальным бессознательным материалом.
4. **Интеграция.** Объединение цветом нескольких частей позволяет усилить энергии. Добавление фигур в фон (таких как круг, дуга) позволяет соединить себя и других, простроить связь с окружением.
5. **Линии поля.** По сути, с них начиналась работа над рисунком. Также здесь мы можем добавить линии поля в виде тонких вертикальных линий, которые не пересекаются между собой. Добавление линий поля, так же как и использование праформ на 2-м шаге позволяет прикоснуться к коллективному бессознательному материалу, «заручиться поддержкой Высшей Силы».
6. **Фиксация.** Данный этап алгоритма, т.к. участницы не проходили заранее Базовый Алгоритм Нейрографики.

Рис.2. Пример рисунков по алгоритму «Нейрографика в работе с женскими энергиями».

Формат А4. На 3-м шаге алгоритма:



Формат А1. На 5-м шаге алгоритма:



7. Анализ/рефлексия работы.

После окончания основного этапа рисования в группе проводится рефлексия, которая позволяет отреагировать возникающие эмоции и превратить их в ресурс, осознать то, что было скрыто в глубине рисунка,

установить более тесную связь между душой и телом.

Участницам группы требуется ответить на вопросы по рисунку:

- Что можете сказать про свой рисунок?
- Какие эмоции и чувства возникали у вас в процессе рисования?
- Резонанс с какими ощущениями в теле, в том числе, с теми, которые возникали в процессе предварительной практики, вы замечали за собой?
- Какие линии вы чаще проводили - снизу вверх или сверху вниз?
- Какие фигуры (спирали, круги, дуги) давались легче, какие труднее?
- Какие важные осознания к вам пришли во время выполнения рисунка?

Варианты использования алгоритма.

Алгоритм «Нейрографика в работе с женскими энергиями» требует предварительной настройки, в которую необходимо включить практику движений в сочетании с визуализацией соответствующих энергий в теле. При этом важна настройка с помощью соответствующих ритма, музыки, аромата, свеч, визуального ряда...

На шаге 1 основного алгоритма мы можем рисовать энергию Воды, с которой часто ассоциируют женскую энергетику, как горизонтальные линии поля, следующие слева направо. В таком случае на шаге 2 основного алгоритма мы можем нарисовать одну расходящуюся Спираль из Матки, то есть центра, который аккумулирует энергию Воды. И на шаге 3 добавить больше фигур, например кругов, там, где они интуитивно «естественно рисуются».

Рис.3. Пример рисунка по алгоритму «Нейрографика в работе с женскими энергиями».

Формат А1. Энергия Воды

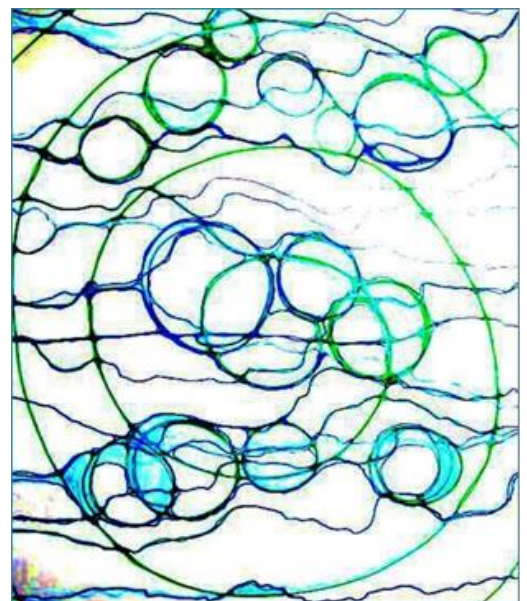
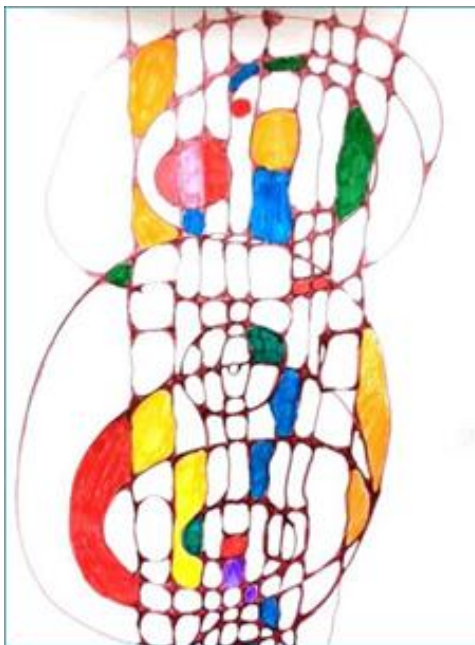
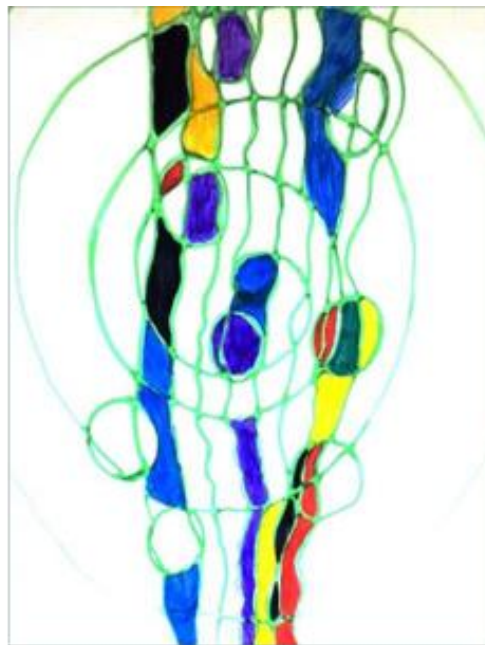


Рис.4. Пример первых рисунков участников.

Формат А4. Поток энергии



Формат А4. Поток энергии



Отзывы участниц о применении алгоритма работы «Нейрографика в работе с женскими энергиями» приведены в приложении.

Выводы:

- Использование метода «Нейрографика» в сочетании с праформами «Ведомого рисования» дает возможность:
- Получить доступ к более тонким энергетическим состояниям, осознать движение энергии в теле. Обычно этот аспект остается одним из самых труднодоступных в любых энергетических практиках.
- Обратиться к бессознательным и трансперсональным сферам личности, минуя непосредственное осознание, а также интегрировать эти сферы через синтез предварительных практик движения и последующее спонтанное рисование на ту же тему.
- Ощутить прилив энергии, получить доступ к ресурсному состоянию и заякорить его за счет рисунка.

Приложение

Отзыв №1 на использование метода «Нейрографика».



На тренинге я наслаждалась возможностью порисовать в стиле нейрографики в группе, испытала новые ощущения, пережила разные эмоции. Так случилось, что я всегда искала пути познания себя через рисунок. Арттерапия, проблемное рисование Бэтти Эдварс, мандалы. Да, это все чудесно, это помогает, это интересно. Но у меня в начале работы, перед чистым листом постоянно была пауза-осмысление, с чего начать, какую линию нарисовать?

Нейрографика - это бомба! Нет преград, просто взрываешь на бумагу себя, свои эмоции, свою боль и в этот момент ты не думаешь, ты чувствуешь!

«Я чувствую и я рисую!» В нейрографике я живу, я вижу себя в этих линиях. Я смотрю внутрь себя через себя. Легко! Этот метод хорош тем, что он безумно прост. А результат невероятно прекрасен. Он подходит всем людям, кто хочет поговорить с собой, понять себя.

Мне лично нейрографика помогает снять напряжение, успокаивает физическую и душевную боль. Я могу помечтать рисуя, и просто получить удовольствие от процесса. А в результате, возможно, создать шедевр! Эксклюзив!

Спасибо автору метода и тебе, Лена, за то, что передала, подарила метод мне и другим людям!

Лариса К., 12.12. 2016 г.

Отзыв №2 на использование метода «Нейрографика»



Обратная связь на рисование по методу нейрографики:

Сначала ты думаешь, что ты нормальный человек, у тебя есть мозги, которые до сих пор позволяли думать и делать правильные вещи, а порой и неправильные. Поэтому мозг дает сигнал "Что ты делаешь? Это для чего? Как тебе это помогает?". Но тут в диалог вступает тело, оно как будто начинает управлять неведомой до сих пор силой, - моей рукой. И мозг принимает эту игру, он просто умолкает, потому что дальше все происходит все само собой.

Работает, видимо, только правое полушарие, я соединяюсь с ненавязчивой музыкой и рукой, которая позволяет себе скользить, как ей хочется. Рукой овладела музыка и ее желание наконец-то делать, как ей хочется, а не как надо.

Что это? Может законы нейрофизиологии, если такие есть? Не знаю...

Когда линии нарисованы, мной овладевает желание увидеть, что же из этого получится. Я думаю о себе. И рисунок получается про себя. Я могу посмотреть на себя со стороны. Я нахожу взаимосвязи, потому что вновь работает мозг на полную катушку. Я могу сделать для себя определенные выводы.

Благодаря одному из рисунков нейрографики я отпустила от себя взрослых детей и дала им жить самостоятельной жизнью. Каждый раз рисунки разные. И в этом их неповторимость. В этом что-то есть!

Ольга П. 12.12.16 г.

[Ссылка на дипломную работу Морозовой Елены в авторском стиле](#)

Автор:

Никонорова Татьяна Вячеславовна

Тема:

Нейрографика, как современный арт-инструмент в работе с детьми

Цели программы, которая была реализована с детьми:

1. Сформировать у детей навык создания рисунков по методу «нейрографика».
2. Создание условий для развития интереса к «нейрографике» и формированию нового увлечения у детей.
3. Улучшение способности распознавать и выражать (проговаривать) свои чувства и эмоции, возникающие здесь и сейчас.
4. Формирование у детей осознанного понимания взаимосвязи рисования с изменением их настроения и самочувствия для дальнейшего использования этого инструмента в жизни.

Основная идея реализации экспериментального проекта:

Через реализацию программы дополнительного образования мы научаем ребенка распознавать чувства и эмоции, определять качество своего состояния, а затем прививаем ему способность наблюдать за изменением настроения и состояния в процессе рисования для того, чтобы ребенок мог в повседневной жизни применять такой доступный инструмент: взять лист бумаги, маркеры и прорисовать свои переживания, желания, цели, мечты, отпуская при этом нервозность, страхи, неуверенность, получая в замен успокоение и отличное настроение.

В настоящее время мы наблюдаем, что потребности современных детей, а также информационная, событийная и эмоциональная нагрузка на ребенка возросла в несколько раз. В связи с этим современный ребенок развивается в другой среде, в среде, перегруженной информацией, рекламой, навязываемыми стереотипами, электронными играми, которые доступны не только через компьютер, но и смартфон, который всегда находится под рукой. Находясь в постоянной «перегрузке» ребенок «атрофирует» свою

способность жить в здесь и сейчас, по-настоящему проживая все эмоции, которые он получает через общение с внешним миром, сверстниками, семьей. Зачастую, ребенок попадает в ситуацию, когда его провоцируют «проглотить» свои переживания. Наверняка многие наблюдали ситуацию, когда родители, успокаивая ребенка, буквально «запрещают» ему плакать, а ведь слезы – это самый просто способ прожить своё эмоциональное расстройство, выпустить эту энергию. «Заглушая» свою способность чувствовать, ребенок теряет мотивацию к развитию, не способен принять решения, у такого ребенка отсутствует навык рефлексии.

Именно поэтому на мой взгляд, детское учреждение, а именно детский загородный центр – это идеальная среда для снятия подобного рода и нейтрализации озвученных ранее проблем. Детский лагерь – это место, где живут настоящие эмоции: радость победы, счастье общения, дружба и поддержка, переживание первой влюбленности, чувство успеха, неудачи, недопонимание... Да, я говорю не только о положительных, но и о негативных для ребенка проявлений жизненных ситуаций, когда он учится жить в обществе, получая опыт позитивного и негативного общения. При этом, как правило, ребенок с трудом может поделиться своими переживаниями и рассказать то, что его волнует, тревожит, что его радует, наполняет, восхищает. Банальная фраза «мне все понравилось» наталкивает на мысль, что ребенок даже не успел отфильтровать весь спектр эмоций и чувств, которые возникли в его теле.

Конечно, я не говорю о том, что эта проблема находится в критичном состоянии, и все дети научились проживать свои эмоции. Конечно же, нет.

Такими рассуждениями я обозначаю актуальность проблемы. И, полагаю, вы со мной согласитесь, что она есть.

Кроме всего прочего, наша задача как педагогов детских учреждений – это воспитание позитивно мыслящего человека, успешного, замотивированного к труду, росту, развитию. Человека, способного принимать решения, ставить перед собой адекватные цели и быть заряженным на успех.

Наша программа помогает проработать большой пласт проблем в развитии и формировании чувствительности ребенка и его способности распознавать, проговаривать и проживать весь спектр чувств. А так же формирует у детей навык самопомощи в вопросах постановки целей, проживания стрессовых ситуаций, волнительных моментов через рисунок.

Нейрографика – это метод рисования, который позволяет включить чувственно-эмоциональную составляющую в процессе создания рисунка. Именно этот необычный эффект позволил нам на летних сменах 2016 года провести интересный эксперимент, когда дети не просто рисовали рисунки, они сами придумали чувства и эмоции, а затем отмечали свое состояние и настроение в начале занятия и по его окончанию.

При этом занятие построено таким образом, что фокус детей на чувствовании изменений в состоянии и настроении происходит на каждом этапе рисования. Ребенок не просто бездумно рисует линии и кружочки, он «включает» в рисунок свою энергию, свои переживания, свои бессознательные процессы, свое творчество, фантазию.

В итоге мы наблюдали огромный интерес со стороны детей к занятиям и большое желание дорисовать свою работу.

А по завершению смен часть детей уже рисует самостоятельно и присылают свои работы инструктору.

Механизм реализации программы:

1. Подготовительные мероприятия:

- разработка программы;
- формирование гипотезы и основной цели проведения занятий и исследования;
- закуп необходимых материалов;
- разработка наглядного, раздаточного и вспомогательного материала.

2. Этап реализации программы:

2.1. Организация работы и набор группы детей:

- презентация серии занятий по нейрографике в каждом отряде
- формирование мотивации к посещению занятий (получение именного сертификата, выставка по итогам, обладание уникальным навыком)

2.2. Проведение серии занятий по графику в филиалах:

- формирование графика согласно план-сетке
- информационная работа с детьми и вожатыми
- организация аудитории, наглядного материала, оборудования

2.3. Реализация исследования в процессе проведения занятий, сбор данных

2.4. Завершение обучения, подведение итогов с детьми на смене:

- организация выставки с презентацией итогового продукта всем участникам смены;
- торжественное вручение именных сертификатов
- вручение шпаргалки алгоритма рисования для дальнейшего использования ребенком в повседневной жизни
- сбор обратной связи, съемка видео, где дети рассуждают об ощущениях о прошедшем обучении, о рисовании и т.д.
- мониторинг процесса в период после выезда детей из лагеря, поддержание коммуникации, поддержка.

3. Завершающий этап:

3.1. Анализ проведенного исследования:

- во время занятий, когда видно, что ребенок пришел с негативным настроением. В таком случае уточняется причина, ненавязчиво происходит настрой на выравнивание и улучшение эмоционального фона, поскольку настроение напрямую влияет на восприятие ребенком действительности.
- после завершения обучающего цикла.

3.2. Оформление итогов и создание обучающей программы для специалистов детских загородных центров.

Возможные варианты работы:

1. Реализация программы дополнительного образования с группой детей, заинтересованных в обучении.
2. Индивидуальная работа с тревожными, беспокойными детьми
3. Групповая работа в отряде на сплочение, снятие конфликтного напряжения и т.д.

В программе, которая была реализована на территории филиалов «Ребятчья республика» самая важная задача была – обучить ребят создавать нейрографические рисунки от начала до конца. Именные сертификаты получил только те ребята, кто полностью осваивал методику рисования.

Второй важный момент при реализации программы - проведение диагностики настроений. На самом первом занятии ребята сами придумали название смайликам – различные виды чувств и эмоций (радость, восторг, грусть, печаль, злость, страх, удивление, вялое состояние, спокойствие и др.), что позволило обеспечить максимальную включенность детей в процесс определения своих состояний.

Ребятам была выдана карточка, в которую они вписали свои данные. Карточка рассчитана на курс из 6 занятий, на каждом из которых ребята

отмечают в начале и в конце свое настроение (состояние).

В результате проведенного анализа карт настроений, было определено, что в 96% процентах случаев у детей происходит положительная динамика в настроении, улучшении эмоционального состояния. Таким образом, гипотеза, что рисование нейрографики положительно сказывается на состоянии детей, подтвердилась.

Таким образом мы можем говорить об успешной реализации методической идеи:

1. Реализация программы охватила более 150 детей. Именные сертификаты получили более 60 детей.

2. Сама программа вызвала у детей большой интерес и положительный отклик.

3. Результат программы – креативный творческий продукт, который является уникальным и неповторимым. Мы учим детей создавать шедевры.

4. Результаты исследования показывают доказательство выдвигаемой гипотезы.

Отсюда следует, что мы можем рекомендовать данную программу к использованию в других детских учреждениях после соответствующего обучения специалистов.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Нейрографика. Рисуй Мечту!»

Пояснительная записка

Ежегодно мы наблюдаем, как меняются потребности современных детей - информационная, событийная и эмоциональная нагрузка на современного ребенка в несколько раз больше, чем, к примеру, десять лет назад. Развитие современного ребёнка обусловлено множеством факторов, которые влияют на его психоэмоциональное состояние, способность выражать и проживать свои эмоции и чувства. Очень часто ребенок попадает в ситуацию, когда его провоцируют «проглатывать» эмоции и «умалчивать» то, что его действительно беспокоит, рассказать о том, что его действительно тревожит, о чем он переживает и т.д.

Информационная перегруженность, постоянный контакт с гаджетами, малоподвижный образ жизни: все это лишь малая часть актуальных проблем

современного подростка. Но нам бы не хотелось играть в страшилки. Мы всего лишь хотим обратить внимание на то, что у современного ребенка несколько другой фокус реальности, он нуждается в хорошем стимуле и поддержке, а еще он нуждается в освоении навыков, которые будут ему полезны сиюминутно и на протяжении долгих лет жизни. Навыки, которые будут формировать в нем качества позитивно мыслящего человека, трезво оценивающего свою реальность, твердо стоящего на ногах и стремящегося только к благополучию.

Именно таким навыком нам видится владение нейрографикой. Нейрографика – это метод графического программирования своей реальности, арт-терапевтическая техника, позволяющая ребенку, взрослому человеку самостоятельно, без участия третьих лиц в прямом смысле «нарисовать» и прожить свое состояние, через пошаговое рисование нейрографического рисунка. Основная идея метода заключается в том, что такое рисование позволяет изменить отношение к проблеме, прожить и отпустить ситуацию, внося в рисунок гармонизирующие фигуры – круг, например, или фигуры, которые придают ему особый смысл (треугольник, квадрат). Такое рисование работает через ощущения и восприятие, когда наши глаза подают сигналы в головной мозг и сообщают нервной системе новый код: «эй, теперь здесь нет трудностей (конфликта, углов), теперь здесь безопасно и гармонично (глядя на круги)!». Кроме того, рисование нейрографических рисунков – это возможность прожить опыт творческого самовыражения, без навязывания извне стереотипов и паттернов в рисовании. Безусловно, у методики есть свои приемы и даже нейронная линия проводится на листе особым образом, но все это позволяет лишь раскрепоститься и отключить свои страхи. Рисунок невозможно испортить, а еще для освоения этого метода не нужно иметь навыков рисования. Поэтому мы решили проводить занятия по освоению Базового алгоритма Нейрографики на территории Областного детского центра «Ребятчья республика», не ограничивая ребят по возрасту, но адаптировав специфическую терминологию в простой и доступный язык для ребят любого возраста. Объяснения сопровождаются метафорическими сравнениями и наглядными примерами сертифицированного инструктора. Процесс увлекает, но проходит комфортное по продолжительности время.

Программа является авторской и экспериментальной. На каждом занятии участники проходят диагностику своего эмоционального и чувственного состояния в начале и в завершении занятия. Данные, полученные в результате диагностики позволяют проанализировать и отследить динамику улучшения эмоционального состояния ребенка после его

включения в процесс рисования.

Гипотеза исследования заключается в том, что рисование нейрографики улучшает психоэмоциональное состояние детей, способствует расслаблению, снятию ограничений (неуверенности, страха, волнения), улучшает самочувствие.

Вывод: По результатам программы предполагается сформировать обобщающий опыт для разработки дополнительных программ, в том числе обучающих программ для специалистов отрасли отдыха и оздоровления, а также участие в конкурсе методических идей.

Цель: Формирование навыка рисования нейрографических рисунков у детей с возможностью дальнейшего применения в повседневной жизни как доступный способ самопомощи в ситуациях проживания эмоциональных состояний, достижения целей, улучшения настроения и физического самочувствия и др.

Задачи:

Обучающая - Формирование навыка самопомощи в вопросах улучшения психоэмоционального состояния ребенка посредством рисования и знакомства ребенка с базовым алгоритмом нейрографики.

Развивающая - создание условий для развития свободы проявления творчества, фантазии и снятия ограничений (*исполнения мечты, поскольку именно ограничения мешают достижению цели, исполнению мечты*) как осознанных, так и бессознательных посредством проживания опыта свободной творческой реализации в рисовании.

Воспитательная - воспитание у участников навыка позитивного восприятия действительности.

Механизм реализации:

1. Познакомить ребят с основными понятиями и терминами.
2. Познакомить ребят с базовым алгоритмом нейрографики. Освоить полученные знания на практике.
3. Способствовать формированию уверенности и повышению мотивации ребенка в достижении цели.
4. Способствовать формированию позитивного образа мышления через нейтрализацию негативных психоэмоциональных состояний, состояний

неуверенности, подавленного настроения и др.

5. Способствовать осознанию собственной уникальности и свободы творческого выражения без навязывания шаблонных, стереотипных паттернов рисования.

6. Создать условия для комфортного общения со сверстниками.

7. Передать участникам занятий навык, который можно будет использовать в повседневной жизни без помощи третьих лиц.

8. Воспитать в участниках способность распознавать и проговаривать свои чувства и ощущения в процессе рисования.

9. Развивать фантазию, прививать свободу творческого самовыражения.

Ресурсное обеспечение:

Для реализации программы «Нейрографика. Рисуй мечту!» используется материально-техническая база АНО ОДООЦ «Ребятчья республика»:

- Аудитория с партами на 20 человек;
- Телевизионная панель для воспроизведения презентации; звуковое оборудование; ноутбук; флипчарт с блоком бумаги; информационная доска с магнитами (20 шт.); мольберты – 20 шт.
- Инвентарь – бумага А3, А4 разной толщины, фломастеры, маркеры, цветные карандаши, капиллярные ручки, мешочки для хранения материалов.
- Наглядные материалы:
 - созданные совместно с детьми на занятиях;
 - карточка «Мое настроение» + подсказка со смайликами;
 - плакат «Фигуры» с вариантами значений;
 - плакат «Линия» с вариантами неверных изображений.
- Музыкальное сопровождение: Инструментальная музыка в трех темповых вариациях (средний темп, оживленный темп, спокойная музыка).
- Видеоматериал «Приветствие Павла Пискарева»;
- Презентация «Нейрографика. Знакомство с методом».

Итог обучения:

- Выставка работ. Участник представляет на выставку минимум 1 рисунок. По завершении смены ребенок забирает рисунок себе.
- Мероприятие: «Открытие выставки. Подведение итогов», на котором

участникам вручаются именные сертификаты о прохождении обучающего курса по программе. Сертификаты получают ребята, посетившие не менее 4 занятий и освоившие базовый алгоритм рисования нейрографики.

Ожидаемый результат: Улучшение психоэмоционального состояния ребенка в процессе обучения на каждом занятии, положительная динамика в ходе посещения занятий у тревожных и беспокойных детей. Повышение внутренней мотивации, целеустремленности и способности позитивно мыслить у 95% участников занятий. Появление у детей новых увлечений, создание среды общения в сети-интернет, где ребята смогут делиться своими успехами в рисовании, а также будут получать поддержку и обратную связь по технике рисования.

Наименование курса:	«Нейрографика. Рисуй Мечту!»
Ведущий курса	Сертифицированный инструктор Нейрографики.
Состав слушателей:	Дети в возрасте 7-17 лет.
Требования к начальной подготовке слушателей:	Отсутствуют
Объём курса:	6 часов
Форма обучения:	Очная
Количество дней обучения	7 дней
Продолжительность занятий	45 мин

Учебный план программы «Нейрографика. Рисуй мечту!»

NN	Наименование тем и их содержание	Количество часов	
		Виды учебных занятий	
		Теория	Практическое занятие
1.	<p>Занятие 1. «Нейрографика. Знакомство с методом»</p> <p>Цель: Формирование представления о методе Нейрографика, возможности и перспективы применения в жизни.</p> <p>Содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Знакомство с аудиторией, инструктаж по технике безопасности; - Наши эмоции и чувства, определяем 	15 мин	30 мин

	<p>названия и символы для предстоящей диагностики;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Диагностика «Мое настроение» (Приложение 1); - Ожидания. Формирование запроса: «А что хочется?»; - Теория: История создания метода, области использования в жизни, основные графические элементы. Нейронная линия; - Практика: Упражнение «Нейронная линия» (учимся рисовать линию, оформляем работу, учимся работать с цветом); - Живая рефлексия «Вау! Какая линия!»; - Анализ: Для чего нам это упражнение? - Закрепление материала, подведение итогов, диагностика; - Домашнее задание «Рисунок из линий». 		
<p>2. Занятие 2. «Графический алфавит нейрографики. Что может сказать фигура?»</p>	<p>Цель: Формирование понятия «Графический алфавит», символика фигур.</p> <p>Содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Диагностика состояния «Мое настроение»; - Проверяем домашнее задание; - Теория: Понятие графического алфавита, символ фигур; - Практика: Упражнение «Круги» (активно рисуем круги, оформляем работу, учимся работать с цветом); - Анализ: Для чего нам это упражнение? - Закрепление материала, подведение итогов, диагностика. 	<p>15 мин</p>	<p>30 мин</p>
<p>3. Занятие 3. «Нейрообразы. Что может сказать окружающий мир?»</p>	<p>Цель: Улучшение навыка наблюдательности, развитие творческого мышления.</p> <p>Занятие проходит на свежем воздухе.</p> <p>Содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Диагностика состояния «Мое настроение»; - Теория: Понятие нейрографического образа, понятия «связывание фигур», композиция фигур; - Практика: Ищем образы в предметах, 	<p>15</p>	<p>30</p>

	<p>природе. Обсуждаем, анализируем, какие ощущения дают предметы.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Практика: Упражнение «Связывание» (создаем композицию из кругов и связываем их нейронной линией, оформляем работу, учимся анализировать и наблюдать за своими ощущениями в процессе рисования); - Закрепление материала, подведение итогов, диагностика. 		
<p>4.</p>	<p>Занятие 4. «7 шагов на пути к мечте. Базовый алгоритм нейрографики». (1 часть)</p> <p>Цель: Сформировать представление и навык шагов № 1-2 рисования нейрографического рисунка.</p> <p>Содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Диагностика состояния «Мое настроение»; - Теория: Базовые алгоритмы Нейрографики, как определить тему рисунка; выброс, скругление. - Дискуссия на тему: Что такое мечта? Что такое позитивное мышление? - Практика: Определяем тему будущей работы. - Практика: Базовый алгоритм Нейрографики: выброс, скругление. - Живая рефлексия: Какие ощущения рождает процесс рисования? - Закрепление материала, подведение итогов, диагностика. 	<p>15</p>	<p>30</p>
<p>5.</p>	<p>Занятие 5. «7 шагов на пути к мечте. Базовый алгоритм нейрографики». (2 часть)</p> <p>Цель: Сформировать представление и навык шагов № 3-5 рисования нейрографического рисунка.</p> <p>Содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Диагностика состояния «Мое настроение»; - Закрепление пройденного материала (нейронная линия, фигуры); - Теория: фигура и фон, фигура и цвет, понятие объединения; - Практика: базовый алгоритм нейрографики: скругление фигуры, соединение фигуры и фона, работа с цветом. 	<p>15</p>	<p>30</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Живая рефлексия: Какие ощущения рождает процесс рисования? - Закрепление материала, подведение итогов, диагностика. 		
6.	<p>Занятие 6. «7 шагов на пути к мечте. Базовый алгоритм нейрографики». (3 часть)</p> <p>Цель: Сформировать представление и навык шагов № 5-7 рисования нейрографического рисунка.</p> <p>Содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Диагностика состояния «Мое настроение»; - Закрепление пройденного материала (нейронная линия, фигуры); - Теория: понятие контраст, правило трех масштабов; Линии поля. - Практика: базовый алгоритм нейрографики: работа с цветом, введение в работу контраста, соблюдение правила трех масштабов, линии поля. - Живая рефлексия: Какие ощущения рождает процесс рисования? - Закрепление материала, подведение итогов, диагностика. 	15	30
7.	<p>Занятие 7. «Нейрографика. Чему я научился?»</p> <p>Цель: Подведение итогов обучение, формирование мотивации на дальнейшее использование метода в своей жизни.</p> <p>Содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Диагностика состояния «Мое настроение»; - Практика: Завершение работы, анализ ощущений. Оформление работы к выставке. - Живая рефлексия: Чему я научился? Что мне дал этот навык? - Оформление выставки, открытие экспозиции, вручение сертификатов. 	15	30
8	Презентация Выставки, вручение сертификатов, фотографирование.	45 мин	
	Всего по видам занятий:	1 час 45 мин	3 часа 30 мин
	ИТОГО:	6 часов	

Способы определения результативности программы:

- количество ребят, прошедших полный курс и получивших сертификаты;
- количество итоговых работ, представленных на выставке;
- результаты анализа диагностики изменения настроений детей на начало и окончание занятия;
- количество и качество положительных отзывов ребят о методе во время прохождения курса, а также после его окончания за пределами детского центра.

Факторы риска:

- сложные психоэмоциональные реакции ребят во время прохождения курса и рисования.

Нейтрализация фактора: Взаимодействие с психологом центра. Индивидуальная работа с тревожными и беспокойными детьми.

- невозможность реализовать программу в полной мере ввиду временных ограничений, загруженности детей и т.д.

Нейтрализация фактора: Программа позволяет производить ее корректировку по ходу процесса. Важно реализовать 4 -6 занятие программы, тогда она уже будет являться реализованной.

Пояснения к техникам

1. Диагностика «Мое настроение»

На первом занятии ребята определяют перечень смайликов и названия эмоций и чувств, которые им знакомы. В начале занятий ребятам раздается карточка, в которую они вносят свои данные, а затем на каждом занятии заполняют ее в начале и в конце, определяя эмоцию, которая сейчас преобладает (радость, грусть, спокойствие и т.д.).

Диагностика анализируется ведущим курса по его завершению. Таким образом, мы можем проследить динамику эмоционального состояния ребенка до и после рисования нейрографики, поскольку основная гипотеза «Рисование нейрографики улучшает психоэмоциональное состояние».

2. «Вау! Какая линия!»

В течение уроков ребятам предлагается посмотреть работы других ребят, и глядя на рисунок произнести «Вау! Какая линия!». Такой прием

позволяет создать позитивную атмосферу во время занятия, а так же снять зажимы у детей, чутко относящихся к оценке их работ окружающими.

3. Базовый алгоритм нейрографики

Метод создания рисунков посредством выполнения 7ми последовательных шагов:

1. Определяется тема рисунка.
2. Совершается эмоциональный выброс на лист «Каляка-маляка».
3. Происходит скругление углов.
4. Фигура соединяется с фоном. Добавляются линии, скругляются углы.
5. Работа с цветом.
6. Добавляется контраст – фигуры, которые соединяются линиями. Контроль соблюдения правила трех масштабов (объекты разных размеров, линии разной толщины).
7. Линии поля.

Приложение

Инструкция по технике безопасности и правила поведения во время занятий

1. Будьте внимательны и дисциплинированы, точно выполняйте указания педагога.
2. Запрещается самостоятельно брать материалы для рисования, если они лежат не на вашем рабочем столе.
3. Запрещается брать в рот материалы для рисования, колпачки и др. мелкие детали.
4. Необходимо бережно относиться к материалам, используемым во время занятий.
5. Необходимо соблюдать технику безопасности при работе с карандашами, фломастерами и другими материалами, которыми можно травмироваться.
6. В завершении занятия обязательно убрать за собой рабочее место.
7. При необходимости покинуть аудиторию, сообщить об этом педагогу.
8. Запрещается включать любое оборудование, находящее в аудитории, самостоятельно. Запрещается прикасаться к проводам.
9. В случае чрезвычайной ситуации, помнить, что эвакуация осуществляется строго под руководством педагога в один из двух запасных выходов.

[Ссылка на дипломную работу Никоноровой Татьяны в авторском стиле](#)

**Автор:
Рекшинская Ирина Львовна**

**Тема:
Астронейрохилинг – космическая нейрографика.**

Тема моего диплома вызвана моей сердечной любовью к обоим методам – Астропсихология и Нейрографика.

Астрология, консультирование и обучение, – это моя профессиональная деятельность и я захотела объединить её с моей новой профессиональной деятельностью – Нейрографикой.

Появление нейрографики в моей жизни повлекло за собой множество необыкновенных чудесных изменений.

За 9 месяцев обучения на инструкторском курсе прекрасные результаты рисования НГ появились у меня, обученного мною моего близкого окружения и учеников на групповых тренингах.

Обучать нейрографике я начала сразу же, как пришла на инструкторский курс, до курса я уже рисовала нейрографику, пройдя тренинг у автора метода – Павла Пискарева.

Как практикующий и обучающий астропсихолог, я всегда ищу наиболее подходящие методы для изменения жизни тех людей, которые ко мне обращаются за помощью.

Сначала я пробовала на себе – гармонизировала транзитные астрологические влияния и получала хорошие результаты.

Я гармонизировала периоды планетарных влияний, напряженные аспекты, кармические влияния Черной луны и другое.

С появлением нейрографики в моей жизни появилось желание нейрографировать астрологическую Формулу души, которая является заданной для пришедшей на Землю личности изначально, для того, чтобы гармонизировать индивидуальные планетарные влияния.

Начала с личной Формулы души, потом подключился А. А. Астрогор –

автор метода Формула души – он на листе А3 нарисовал свою формулу сам, а я её нейрографировала. Результат нас порадовал.

Ему понравилась НГ как очень красивый, абсолютно творческий подход к трансформации сознания и созданию нового космического видения.

Интерес к этому возник и у других людей, и мы проводили такую практику с Формулой души для желающих.

Далее появилось желание сонастраиваться с Космическими телами – планетами и дал мне эту информацию Меркурий – он был первой планетой, которую я нейрографировала.

Я писала заметку о влиянии ретро Меркурия и о выходе из этого периода и как иллюстрацию процесса поместила фото с нейрографическим рисунком Меркурия. Тут же отметила проявившиеся события по Меркурию: оживление контактов, ускорение, облегчение восприятия большего потока информации и впечатление усиления во мне энергии Меркурия.

Так и родился проект «Астронейрохилинг – космическая нейрографика», который я реализовала с командой единомышленников.

Это цикл вебинаров, 7 из которых уже проведены, планируется продолжение.

На сегодня в этих вебинарах участие принимают около 20 человек, они делают следующее:

- учатся нейрографическому способу рисования (нейрографическая линия, округление, нейрографические соединения объектов рисования),
- изучают сферы планетарных влияний в жизни каждого человека,
- мы определяем тему, далее проводим нейрографическую сонстройку и последовательно гармонизацию влияний 10 планет Солнечной системы,
- всего на одном вебинаре получается 2-3 рисунка с поэтапным соблюдением алгоритма изменения рисунка,
- дорабатывают часто самостоятельно, описывают впечатления и выкладывают рисунки в группу в ФБ «Астронейрохилинг – космическая нейрографика» для супервизии.

Особенно это помогает тем, у кого некоторые планетарные события

совсем не проявлены в жизни, прорисовывая, они начинают чувствовать резонанс с планетой и её влияниями, и возможность проживать это в реальности, в комфортном режиме.

Есть люди, у кого ослаблено взаимодействие с социальными планетами, например, а они хотели бы лучше себя проявлять в обществе. И есть социальные планеты – Юпитер и Сатурн, которые обеспечивают общественную деятельность, они и будут темой для рисования, по отдельности.

Так и любые события жизни для всех людей, без исключения, проходят по космическим законам и, с помощью НГ, мы комфортно входим в них.

Для кого этот метод - Астронейрохилинг?

Для всех желающих, независимо от знания или незнания астрологии.

Я подаю астрологический материал совершенно простым и понятным языком, он прекрасно усваивается и вызывает желание жить в гармонии с большим Космосом.

А если человек знаком с астрологией, то ему будет интересно нейрографически ещё ближе сонастроиться с энергиями планет и получить новые возможности внести гармонию в свою жизнь.

Результаты космической нейрографики радуют:

- я получаю отзывы в Фейсбуке в сообществе «Астронейрохилинг – космическая нейрографика», которые наполнены позитивными эмоциями и рассказами о новых событиях по темам рисования,
- мне звонят лично мои ученики, изучавшие Формулу души и астронейрохилинг и рассказывают об открытиях в восприятии планетарных влияний,
- я сама по-новому начала вести курс «Формула души»: с большим охватом учеников он-лайн,
- прочувствовала на более тонком уровне влияния планет и как они проигрываются в людях,
- проявилось это и в личном консультировании – чувствую и вижу по реакции людей, что качество улучшилось,

- Астронейрохилинг для меня лично явился новой ступенькой в исследовании космических законов,
- Меня очень радует наличие инструмента гармонизации дисгармоничных планетарных влияний.

Космическая нейрографика для меня – это ещё и взаимодействие с энергиями Ангелов, которые можно также представить как ангельские сферы или световые потоки, несущие разную информацию.

Это не является религиозной, а полностью творческой энергетической практикой с использованием нейрографика и цветowych потоков.

На эту тему я провела 2 вебинара – Энергетическое рисование с Ангелами – космическая нейрографика.

На этих занятиях я познакомила участников с понятием энергетической сущности Ангелов, с наукой ангелологией, с их проявлениями в нашей жизни и способами взаимодействия для облегчения решения жизненных задач.

Данная методика также начинается с обучения основам нейрографического рисования, затем проводим с помощью кругов и линий энергетическую соностройку с Ангелами и тематический рисунок – например, это Мандала Сердца с энергиями Ангелов любви.

Результаты участников по отзывам:

- Состояние в Потоке,
- подъем настроения,
- чувство соностроенности с невидимыми помощниками,
- радость самого процесса рисования
- яркие приятные сновидения,
- ощущение приятной доброй игры с энергиями,
- улучшение отношения к себе и близким.

Это то, что я уже успела осуществить и кратко описать из задуманного на тему космической нейрографика. Планирую продолжать и наполнять содержание метода.

13.12. 2016 г

Ирина Рекшинская

[Ссылка на дипломную работу Рекшинской Ирины в авторском стиле](#)

Работы Ирины Рекшинской



**Автор:
Степанова Лариса**

**Тема:
Работа с полярностями в Гештальт - подходе с
использованием Нейрографики.**

Гештальт–терапия и Нейрографика как психологическая арт-практика работы с внутренним миром человека, его чувствами, мыслями, ощущениями, образами через подсознание. Что объединяет эти подходы?

Общего очень много. По сути, Нейрографика – это и есть Гештальт – терапия через рисунок.

Почему?

Гештальт в переводе с немецкого в наиболее близком значении для объяснения сути психологического подхода – образ, фигура, форма.

Гештальт в психологии – специфическая организация частей, которые составляют определенное целое. Ее основная философия в том, что анализ их (этих частей) не может обеспечить понимание целого. Человеческое восприятие не может механически просуммировать внешние раздражители, каждый раз оно выбирает то, что человеку важно и интересно здесь и сейчас.

Человек представляет собой целостное социобиопсихологическое существо. Любое деление его на составные части, например психику и тело, является искусственным. Человек и окружающая его среда представляют собой единый гештальт, структурное целое, которое называют полем "организм/окружающая среда". Среда влияет на организм, а организм преобразует свою среду. Применительно к психологии межличностных отношений это означает, что, с одной стороны, на нас влияет поведение окружающих людей, с другой, если мы изменяем свое поведение, то и окружающие вынуждены меняться.

Создавая Нейрографическую картинку мы также работаем с

гештальтом, общим полем я/окружающий мир. Через самонаблюдение фиксируем в первую очередь чувства, эмоции, состояния. Творчески осознаем их через мыслеформы, получая инсайты, неожиданные решения своих задач - неудовлетворенных потребностей.

Главная цель гештальт-терапии - достижение возможно более полного осознания себя: своих чувств, потребностей, желаний, телесных процессов, своей мыслительной деятельности, а также насколько возможно полного осознания внешнего мира, прежде всего мира межличностных отношений.

Гештальт-терапия не стремится к немедленному изменению поведения и быстрому устранению симптомов. Без достаточного осознания это не дает стойких результатов или приводит к возникновению новых проблем на месте старых.

В результате гештальт-терапии человек приобретает способность сознательно выбирать свое поведение, используя различные аспекты своей личности, сделать свою жизнь более наполненной, избавиться от невротических и других болезненных симптомов. Он становится устойчивым к манипуляциям других людей и сам способен обходиться без манипуляций, то есть человек научается стоять на собственных ногах.

Основная цель Нейрографики – аналогична. Осознание себя и мира вокруг себя. Сознательное изменение своего поведенческого паттерна, отношения к себе и другим через образы на бумаге. Творческое изменение мира вокруг себя.

Гештальт-терапия – это в первую очередь философия. В Гештальте есть определенная методология, но нет технологии. Она ассимилирует различные техники, взятые из разных терапевтических систем в том числе творческих и телесноориентированных.

Использование любых техник подчиняется стратегическим целям гештальт-терапии.

Нейрографика – это тоже в первую очередь философия. Это творческая методика, основанная на спонтанности и все больше и больше претендующая на развитие в сторону искусства. В ней есть основополагающая методология, но нет догматических правил.

Задача рисующего – оставаться в нейрографическом принципе

бионических линий и сопряжении деталей рисунка для создания целостного образа рисуемой задачи.

Осознание – это осведомленность о том, что происходит внутри организма и в его окружающей среде. Осознание нетождественно интеллектуальному знанию о себе и окружающем мире. Оно включает:

- Переживание воздействия внешнего мира;
- Внутренние процессы - ощущения, эмоции;
- Мыслительную деятельность - идей, образы, воспоминания и предвосхищения.

В ущерб эмоциям и восприятию внешнего мира мышление как правило преобладает в человеческой жизнедеятельности. Это не всегда позволяет получить представление о реальных потребностях организма и об окружающей среде.

Расширение осознания способствует более реалистичному взгляду на окружающий мир.

Основная цель как практики гештальт-терапии так и Нейрографики - это расширение осознания.

Если рассматривать отдельно Базовый алгоритм по снятию ограничений, то он основан на следующих принципах Гештальта:

- работа с состоянием человека "здесь и сейчас";
- тренировка собственной чувствительности путем отслеживания своего эмоционального и физического состояния в процессе работы на конкретно заданную тему;
- запечатление в выбросе Фигуры переживания текущего момента;
- растворение ее в Фоне жизненного пространства человека;
- выделение на образовавшемся Фоне новых, в том числе архитектурных фигур – символов нового осознания и формирование целостного образа путем сопряжения всех деталей рисунка между собой с помощью нейрографической бионической линии.

Одной из основных иллюстраций целостностного подхода в понимании Гештальт-подхода является **концепция Полярностей**. Когда одного не

существует без другого. То есть, чтобы что-то случилось, другое необходимо как фон, как условие его становления.

Парадоксально звучит, но полярности смотрят в одном направлении и как разные фазы колебаний поддерживают непрерывность движения.

Это продолжение идей Юнга о более общем принципе полярности как о законе развития.

Понятие "полярности" в Гештальте подразумевает, что каждая черта личности обладает своей противоположностью. Концепция заключается в отказе от взаимоисключений всего, что есть в человеке, в том числе и от «золотой середины» как усредненности переживаний и чувств.

В процессе функционирования поляризации в человеке есть два варианта: первый – это «или... - или...», второй – «и... - и...». Первый приводит к незавершенным гештальтам и ставит жесткие защиты, вовлекая человеческую жизнь в вечный внутренний конфликт с собой и средой. Второй – к адаптации и здоровому функционированию в среде, интегрируя и взаимно дополняя жизненные возможности, в том числе и связанные с отношениями.

При работе с полярностями также следует помнить, что существуют так называемые "токсические" и "здоровые" переживания.

Токсический страх парализует деятельность, тогда как здоровый ее мобилизует. Токсическая зависть разрывает контакт, тогда как здоровая позволяет проявлять интерес к другому.

Теория Гештальт-подхода утверждает, что борьба полярностей (как и отрицание одной из сторон) ограничивает энергию человека.

Соответственно, осознание полярных эмоций и чувств, их признание и позволение существования в себе становится одним из основных источников энергии личности. Эта высвобождаемая энергия может быть направлена на сбалансированное развитие и решение любых задач, стоящих перед личностью.

Мною разработана **методика работы с полярными чертами личности** на базе принципов, заложенных в Базовом алгоритме снятия ограничений.

Цель методики: выявление качеств, требуемых для решения личных или коллективных задач ("положительные" черты). Нахождение полярных им качеств ("отрицательные" черты). Осознавание в процессе работы наличие "отрицательных" черт в человеке. Осознавание их пользы для усиления "положительных" черт и решения поставленной задачи. Исследование возможности иногда быть в полярном "отрицательном" качестве и выявление преимуществ, которые можно от этого получить.

Методика может применяться как в индивидуальной или групповой работе, так и в корпоративных тренингах по развитию коммуникаций, эмоционального интеллекта, командообразованию, росту личной эффективности.

Описание алгоритма работы с полярностями на примере корпоративного тренинга:

1. Определяем задачу, для решения которой мы будем разбираться с набором компетенций (качеств).
2. Определяем список из 3-5 основных качеств ("положительных" черт), необходимых для решения задачи. Инструктор изображает их визуально на бумаге. Например, точками на окружности.
3. Для каждой "положительной" черты подбираем слова, противоположные ей по смыслу, останавливаемся на наиболее точном, характеризующем полярную "отрицательную" черту. Инструктор изображает их на окружности ровно напротив соответствующих "положительных", для наглядности соединяя радиусами полярные качества.
4. Выбираем одну пару полярных качеств.
5. Каждый участник группы на листе бумаги размера минимум А4 рисует свое эмоциональное впечатление от этих качеств, мысленно разделив лист, лежащий горизонтально, на 2 равные части. Участникам можно пояснить, что "положительное" качество рисуется в виде правильной или неправильной фигуры, например, в левой части листа. "Отрицательное" – соответственно, справа в форме выброса. Если группа не знакома с Нейрографикой целесообразно предварительно дать информацию о нейрографическом алфавите, потренировать нейрографическую линию и выброс.
6. Далее скругляем выброс по технологии Базового алгоритма
7. После этого объединяем скругленный выброс "отрицательной" черты с фигурой "положительной", при этом в части округленного "выброса" рисуем фигуры преимуществ, которые дает нахождение сотрудника в

“отрицательном” качестве (уже возникающих в качестве инсайтов либо еще не проявленных в сознании). В этот момент целесообразно объяснить теорию о смыслах работы с противоположностями и проговорить некоторые преимущества вслух для лучшего понимания участниками задачи.

8. Одновременно “вписываем” общую фигуру полярных качеств в Фон окружающей среды, нейрографируем и сопрягаем появляющиеся фигуры.
9. При необходимости усилить эмоциональный эффект работы используем цвет и раскрашиваем полученную работу.
10. По окончании фиксируем результат и проводим групповой анализ – шеринг впечатлений от работы и пришедших каждому инсайтов и конкретных идей, которые необходимо зафиксировать и в будущем проработать в качестве отдельной групповой задачи.

Основные принципы нейрографики:

1. Образ интегрирует смыслы;
2. Смыслы концентрируют состояния;
3. Проблема всегда порождение разума;
4. Решение обладает качеством бионики;
5. Гармония ведет к удовлетворению;
6. Вселенная уместается на острие карандаша мастера;
7. Любая задача имеет графическое решение;
8. Плоскость рисунка не имеет границ;
9. Мир состоит из фигур и линий;
10. Рисовать просто.

[Ссылка на дипломную работу Степановой Ларисы в авторском стиле.](#)