



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

Дипломные работы Инструкторов НейроГрафики

2021 год

Авторы: Е - Кл



Оглавление

Егорова Татьяна	5
Я - успешный инструктор НейроГрафики.	5
НейроГрафика как метод трансформации в моей жизни!	5
Работы.....	16
Жаркова Светлана.....	17
Изменения в жизни после знакомства с НейроГрафикой.	17
Работы.....	24
Житных Светлана	25
Рисую себя.....	25
Отрывок из личного дневника «Рисую себя».	28
Отрывок из книги «ДЕти ЛУНЫ».	29
«Виолончель».....	30
Описание алгоритмов.	32
Работы.....	35
Замлелая Ирина.....	36
Письмо из будущего.....	36
Алгоритм «НейроЗрение».....	41
Алгоритм «НейроВидение»	43
Алгоритм «НейроВзгляд».....	44
Алгоритм «Путь к четкому и ясному зрению»	44
Алгоритм «НейроРадужка»	45
Алгоритм «НейроЛотос Зрения»	45
Алгоритм «НейроМандала Зрения»	46
Работы.....	47
Зиди Валерия	48
Исследование нейрофизиологических эффектов.....	48
Ведение	48
1. Знакомство с НейроГрафикой и ее эффекты в моей жизни	48
2. Теория используемых методов	52
2.2 Теория метода НейроГрафика	53
2.2 Теория метода НейроГрафика	54
3. Практическая часть исследования	57
Заключение:	67
Работы.....	70
Зубко Акси́нья.	71



НейроГрафика в психологическом консультировании и личной терапии.....	71
Работы.....	81
Иванова Анастасия	82
НейроГрафика, как энергопрактика.....	82
Работы.....	91
Игнатъева Евгения.....	92
Личный опыт применения метода НейроГрафики в жизни.....	92
Введение.....	92
Нейрографика.....	92
Знакомство с НейроГрафикой.....	93
Я на курсе.....	94
Летний интенсив.....	97
Личные кейсы.....	98
Практика.....	100
Заключение.....	101
Благодарность.....	101
Работы.....	103
Иллюкович Елена.....	104
Внутренний ребёнок.....	104
Работы.....	115
Карпова Юлия	116
Соппротивление в НейроГрафике.....	116
Предисловие.....	116
Основная часть.....	118
Заключение.....	127
Работы.....	130
Катина Ирина	131
Творческий поворот судьбы.....	131
Работы.....	140
Кашек Екатерина.....	141
НейроГрафика как практика.....	141
1. Мое знакомство с НейроГрафикой.....	141
2. Эффекты, полученные на первых этапах знакомства с НейроГрафикой.....	142
3. Используемые алгоритмы и коуч-модели.....	143
4. Эффекты от работы над темой.....	145
5. Итог работы с темой «Я предприниматель».....	146
Работы.....	149



Киктева Дарья	150
НейроГрафика и моя личная трансформация.....	150
1. Вступление.....	150
2. Основная часть	152
3. Заключение	157
Работы.....	159
Кириленко Светлана.....	160
Новая Я и мои роли, с которыми иду по жизни.....	160
Вступление	160
Стихия «Дерево» 0-12 лет	161
Стихия «Огонь». 12-24 года.....	164
Стихия «Земля» 24-36 лет	166
Стихия «Металл» 36-48 года.....	167
Стихия «Вода» 42-60 лет	169
Нейрографика в моей жизни	171
Заключение	172
Работы.....	173
Кириллова Александра	174
НейроГрафика как эффективный метод	174
1. Теоретическая часть.	174
2. Практическая часть (рисунки, описания техники проведения занятий).....	178
3. Вывод.	180
Работы.....	181
Кириллова Юлия.....	182
Нейрографика - универсальный метод помощи	182
2021 год	182
Работы.....	195
Киселева Юлия.....	196
Пробуждение с помощью НейроГрафики.	196
Предисловие	196
Нейрографика в моей жизни	198
Танец Генных ключей и Нейрографики	201
Работы.....	206
Климкина Екатерина	207
Личный опыт развития в НейроГрафике.	207
Работы.....	215



Автор:
Егорова Татьяна
Супервизор:
Веселкова Екатерина

Тема:
Я - успешный инструктор НейроГрафики.

НейроГрафика как метод трансформации в моей жизни!

Каждый из нас так или иначе представляет, к чему он хочет прийти - в бизнесе, профессии, семейных отношениях и так далее. Трансформация начинается с того момента, когда человек чувствует: "что-то не так, должно быть по-другому!" И позволяет себе пойти узнать в чём дело, вместо того, чтобы смириться и адаптироваться.

Меня зовут Татьяна, мне 37 лет, я довольно оптимистичный человек, я верю в лучшее и мой девиз по жизни: "Всё, что ни делается, всё к лучшему".

В профессиональной сфере моя жизнь семнадцать лет была связана с банковской деятельностью. Мой карьерный путь складывался довольно успешно: в 20 лет я пришла работать на самую низкую должность банка, продолжая обучение в экономическом институте, я проявила свою коммуникабельность и умение быстро принимать решения, смогла зарекомендовать себя с лучшей стороны и в 25 лет стать начальником большого отдела. Работа была довольно насыщенной и напряжённой, и в 2020 году, я поняла, что дальше развиваться в банковском деле мне больше неинтересно. У меня всё чаще появляются к себе вопросы - Для чего я живу? Что я хочу на самом деле? Какое моё предназначение в этой жизни? Летом этого же года начинаю искать ответы на свои вопросы, читаю статьи психологов, прохожу марафоны своих желаний, практикую медитации, обучаюсь на тета-практика.

На одном из курсов мне был задан вопрос: Какое у меня хобби? Моё тело всё сжалось, так как у меня было хобби - рисовать, но последний раз я рисовала ещё в детстве. Так как я стала работать довольно рано, у меня совсем не оставалось времени и сил на хобби, и это очень расстраивало меня! В детстве я очень любила рисовать, мне нравилось рисовать дома, животных и портреты людей.



Моё стремление идти учиться на профессию дизайнера не одобрили родители и предложили выбрать профессию, в которой можно зарабатывать, в 2000 году многие предпочитали учиться на экономических и юридических факультетах.

В понятиях у родителей не было знаний о профессии дизайнера, они не считали даже это профессией. Даже сейчас мои родители, видя мои нейрографические рисунки, - восхищаются ими, но с выбором новой профессией, как инструктора Нейрографики меня не поддерживают, просто потому что не хотят принимать новые знания и возможности в своей жизни. Но мне уже не 16 лет, и я сама принимаю решение чему мне учиться и выбирать то, что мне интересно. Я точно знаю, что своё хобби можно перевести в любимую профессию, и не только зарабатывать деньги, но и чувствовать себя счастливым человеком. Причём уже сейчас много примеров успешных нейрографов. На одном из вебинаров по предназначению, отвечая на вопрос: Чем бы ты занималась, даже если за это тебе не платили? Мой ответ: Рисовать! Но на тот момент времени я не понимала, что именно я хочу рисовать в свои 37 лет, и как я могу реализовать сейчас в своей жизни, я ведь не художник и я даже не училась в художественной школе.

И когда я проходила марафон желаний у одного из известного психолога, моим первым и главным желанием было заниматься любимым делом, через которое я раскрываю свой потенциал, которое приносит мне удовольствие, радость, стабильный доход и пользу другим людям. На тот момент, кроме банковского дела, я ничего не знала, и не понимала, чем я могу заниматься, чтобы сменить профессию. И вот, на тренинге тета-хилинга "Манифестация и Изобилие", я очень глубоко прорабатываю через медитацию своё главное желание, и вскоре я принимаю важное для себя решение - уволиться по собственному желанию из банковской сферы, и позволить себе за долгое время взять паузу и отдохнуть от работы.

Но уже через несколько дней случилось моё знакомство с Нейрографикой. Просматривая личный блог в социальной сети одного из тета-практика, она поделилась со своими подписчиками своим впечатлением от нового для неё метода Нейрографика и показала свой рисунок, при этом указала ссылку своего инструктора Нейрографики. Посетив ее страницу, я увидела много красивых и необычных рисунков. Мне сразу захотелось узнать, что это такое, и тогда в поисковике и в социальных сетях я стала собирать информацию об этом методе. Сначала я посещаю бесплатные мастер-классы, пробую рисовать, меня затягивает.



Егорова Татьяна. Я - успешный инструктор НейроГрафики.

Мои первые рисунки мне очень нравятся, у меня довольно быстро получилось вести нейрографическую линию, экспериментирую рисунки со множеством кругов на листе для своей гармонизации и на всех пересечениях практиковала сопряжение.



Я ощутила снова чувство вдохновения, которое не испытывала уже много лет! В этот момент я поняла, что мне нужно ещё более глубже погрузиться в Нейрографику.

Я нахожу доступные мастер-классы на просторах интернета, и на одном таком мастерклассе инструктора Нейрографики Алевтины Бубликовой, я даже не ожидала, что рисунок, нарисованный мной, произведёт на меня столько положительных впечатлений. Я давно не испытывала таких радостных чувств.

Я вдохновлялась каждой новой линией, мысленно визуализировала как все страхи, обиды, тяжёлые мысли, печали, усталость растворяются в лучах яркого солнца. С каждой новой нейролинией я наполнялась энергией любви к себе. Я ощущала в себе силу и осознание того, что я Творец своей Жизни! Каждый цвет в рисунке меня наполнял уверенностью и вдохновением. Когда вводила линии поля, я ощутила приятное тепло в теле, принимая любовь от Вселенной. Каждый раз, когда я смотрю на этот рисунок, продолжаю им восхищаться и получать приятные эмоции. Этот рисунок открыл мне мой путь в Нейрографику. Это что-то невероятное!





Я принимаю решение купить более глубокий курс по Нейрографике в онлайн-школе *neuro_azbuka*. В начале марта 2021 года я начинаю учиться, погружаюсь в процесс и узнаю от инструктора Нейрографики Алевтины Бубликовой информацию об Институте Психологии Творчества имени П.М. Пискарева. Так как я была уже свободна от работы, у меня появляются мысли об обучении на инструкторском курсе института. Но сразу пришло сомнение, всплыли ограничительные установки и вопросы: А мне можно? А я смогу? Я ведь только узнала об этом методе, я в самом начале пути!

Инструктор Нейрографики Алевтина Бубликова поддержала меня и сказала мне фразу: "Можно всё!" В этот момент я чувствовала, что меня что-то ведёт туда! И я приняла решение идти учиться с намерением "У меня всё получится!" Потом я уже поняла, что эта открытая дверь меня уже ждала, все обстоятельства в моей жизни складывались для этого обучения: месяц назад я уволилась с работы, я люблю рисовать, я прорабатывала желание заниматься любимым делом, да и деньги на обучение не нужно было искать! Никаких преград! Моя задача состоит только в том, чтобы открыться новым знаниям и принять свой опыт трансформации.

Во время обучения у меня было довольно много сопротивлений, они стали проявляться в виде болезней, но я старалась идти через них и успевать выполнять все задания в установленные институтом сроки. Результаты работ сразу проявляются в жизни.

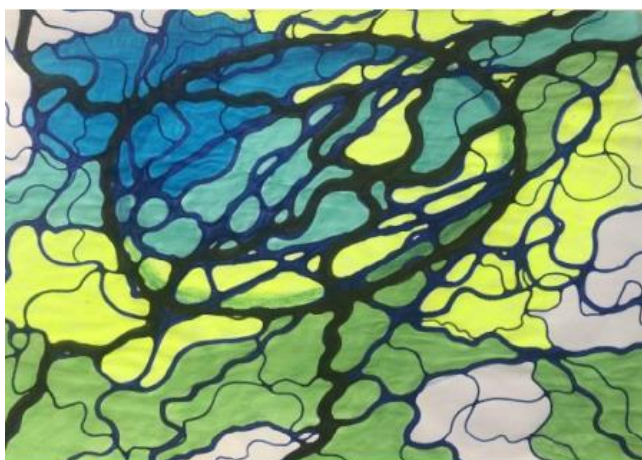
Хочу выделить один свой рисунок - это Мандала Рода. Его я рисовала с большим сопротивлением, я долго не могла начать, был саботаж. В процессе рисования я поняла, почему мне что-то мешает начать рисовать, так как по линии отца Мандала очень сильно искажена, и когда я проявляла там поколения, у меня заболело сердце. Появилось желание взять в круг весь род по линии отца, даже приходит мысль, что здесь нужно исцеление рода. Я решила, что круг гармонизирует всё, как только я взяла род в круг и провела по нему нейрографическую линию, я заметила, что произошли изменения в моём теле: в теле стало комфортно, перестало щемить сердце и на душе появилось лёгкость. В результате проделанной работы я ощущала радость, я с удовольствием рассматривала каждое поколение рода, их взаимодействие друг с другом.

Испытывала ощущение лёгкости, наполненность и большую благодарность своему роду за мою жизнь! Мой род очень сильный и гармоничный! Я чувствую поддержку рода, и в этот же день я позвонила отцу и спросила, какую информацию он знает по своей отцовской линии. Я услышала историю про раскулачивание моего прадеда и что в 1937 году его



выслали в ссылку. У меня сразу сложился пазл, я сразу поняла, почему в Мандале вся сторона отца в таком нарушенном виде получилась и пришла информация об исцелении во время работы над рисунком. Несколько дней я думала над этой информацией. Через неделю мой отец поделился со мной, с радостной для него вестью. Ему выплатили всю задолженность по принадлежащим ему денежным средствам, которые уже год, даже через суд, он не мог вернуть. Я сразу вспомнила про исцеление рода в алгоритме Мандале Рода, улыбнулась и поняла, что рисунок работает! Как же здорово! Разве это не чудо!

Ещё был интересный для меня результат работы Нейрографики: весной 2021 года на самых первых уроках по курсу Пользователь, я выбрала очень заряженную для себя тему "Отдых на море". Я очень хотела в этом году отдохнуть у моря, так как прошлый год все сидели по домам, и было очень сложно ещё одно лето провести в холодной и пасмурной Москве. С помощью алгоритма снятия ограничений я сняла накопленное напряжение в своей теме, и благодаря алгоритму выявления намерений создавала детали своего отдыха. Несмотря на ограничения, которые установило Правительство по всей России, мне удалось со своей семьёй отлично отдохнуть именно там, где я желала. В итоге были куплены билеты в комфортном поезде, быстро и без проблем нашли квартиру, и самое интересное, что в городе моего отдыха ковидные ограничения не вводились, чему я была очень рада! Я дышала полной грудью, свежим морским воздухом, наслаждалась каждым солнечным днём и тёплым морем, и каждый раз я вспоминала свои рисунки на тему отдыха. Я понимаю, что сделала верный шаг, что выбрала учиться Нейрографики.



АСО-2



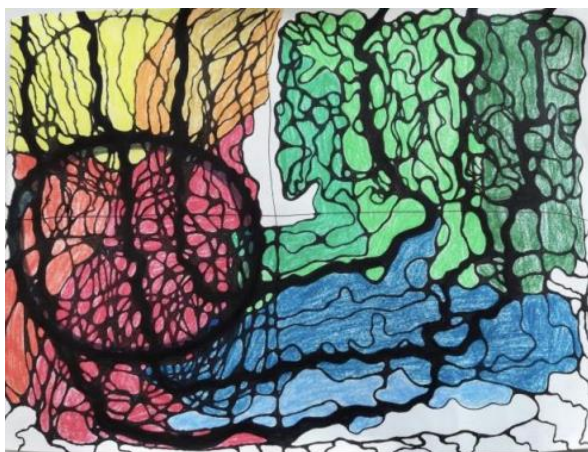
АСО-3



АВН

После таких личных результатов приходит уже уверенность в своих знаниях, и пришло время заявлять о себе, хотя бы начать пробовать делиться этим прекрасным методом со своими знакомыми и друзьями.

Хотела бы рассказать о двух результатах людей, которые узнали от меня о методе Нейрографика. В начале июня я предложила своей знакомой порисовать один из коучалгоритмов, тем самым выполнив своё домашнее задание на инструкторском курсе. Её тема 1.0 звучала: Моё лето. Она очень довольно скептический и закрытый человек, не верила, что можно так получить результат. В процессе нашей сессии она неохотно делилась своей рефлексией, у неё есть убеждение, что говорить вслух свои мысли и смыслы, значит, они не сбудутся. Тем не менее я попросила её записывать все свои мысли в свой блокнот.



К концу сессии знакомая уже была более расположена к вопросам, и даже стала делиться своими впечатлениями. Тема 2.0 звучала "Я создаю своё идеальное лето!" В начале сентября, когда я поздравляла ее с днём рождения, я спросила, как прошло её лето, всё ли получилось, что она создала в рисунке? Ответ был восторженно положительным!

Она так радовалась, что всё задуманное свершилось, и в итоге она пошла учиться на курс "Пользователь" и сейчас продолжает обучаться прекрасному методу Нейрографика, приобретая новые авторские курсы.



Ещё один клиент - это старшая дочь моего мужа. Она выпускница одиннадцатого класса, и летом поступала в институт на кафедру иностранных языков.

Несмотря на отличный аттестат, золотую медаль и довольно высокие баллы по ЕГЭ, в желаемый институт на бюджет она не проходила, впереди были люди с ещё более высокими баллами, и она была восьмой в списке, а бюджетных мест на выбранную ею специальность всего пять.

Вокруг неё стали нагнетать ситуацию близкие родственники, стали предлагать ей другие институты, лишь бы она поступила учиться.

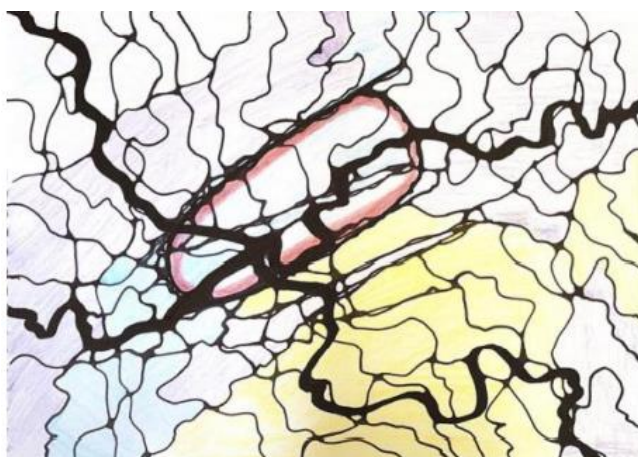
Девушку это очень расстраивало, ей стало обидно, что так происходит, ведь она училась с первого класса на отлично. Я предложила ей снять напряжение с помощью метода Нейрографика. Она согласилась, и мы очень хорошо, с помощью алгоритма снятия ограничения, убрали все напряжение и все установки, навязанные тревожными окружающими. До даты зачисления в институт оставалось совсем мало времени, и я настаиваю рисовать в ближайшие дни алгоритм выявления намерений. Она соглашается, и мы создаём благоприятное поле возможностей касательно ее темы.

И в процессе рисования, на пункте 4.1 Фигура и Фон Базового алгоритма, раздался телефонный звонок.

Позвонили из желаемого института и объявили ей, что готовы принять её на бюджет, так как очередь сдвинулась за счёт того, что те абитуриенты, стоящие впереди неё, забрали свои документы для поступления в другой институт, так как для них это был запасным вариантом. Мы радовались, мы прыгали и визжали от счастья!

Мы благодарили Нейрографику! Конечно же, доделали алгоритм выявления намерения до конца по всем пунктам Базового алгоритма.

Сейчас она с удовольствием учится в желаемом институте, и перед зачётами снимает тревожность с помощью алгоритма снятия ограничений.



АСО-3



АВН

Я вижу, что помогать людям - это классно! Я создаю намерение открыть свою онлайн-школу по Нейрографике. Приходят мысли о названии школы (прорисовываю и прорабатываю потенциальные названия алгоритмами Нейрографики), планирую, как я её буду развивать, какие уроки она будет содержать. Конечно, я снова встречаюсь с сопротивлением, но благодаря сопротивлению я расту и развиваюсь, я понимаю, что иду в верном направлении, а также я знаю, как их преодолевать легко, ведь у меня есть замечательный метод - Нейрографика! Я уверена, что у меня всё получится!

Уже владея знаниями алгоритмов как Нейроконтакт, Нейроцель и Нейроколор, объединив их, я пробую рисовать новый для себя алгоритм для темы "Моя онлайн-школа". Он помогает мне справиться с сопротивлениями и получать энергию Вселенной для достижения своей цели. Я так и называю этот алгоритм Энергия Вселенной. За метафору я беру Космос, восемь планет вокруг главной звезды-Солнца. Согласно числу Миллера 7 ± 2 , восемь - это идеальное количество объектов (фигур) можно разместить на рисунке без встряски для ума.

Все планеты и звезды являются мощнейшим источником энергии. Энергия космоса наделяет человека духовностью. Она отвечает за интеллект и творческие способности, развитие и душевное равновесие. Также энергия космоса является универсальной, способной поставить человека на истинный путь и помочь ему раскрыться в этой жизни.

Эта энергия присутствует в каждом из нас, позволяет обрести в этой жизни все необходимое. Люди притягивают в свою жизнь то, о чем постоянно думают, чего желают, во что искренне верят. Позитивный настрой позволяет



получить любые материальные и духовные блага, которые имеются в этом мире. Энергия Вселенной буквально окружает каждого человека и пропитывает его насквозь. Нужно лишь понять, как направлять ее в правильное русло и знать, чтобы эта сила никогда не заканчивалась.

Энергия - это инструмент для "материализации" информации, а информацией может управлять сознание. Я уверена, что в свою актуальную тему, можно добавить энергии Вселенной и получить наилучшие результаты, поэтому я решила использовать этот алгоритм.

Подробнее о технике алгоритма Энергия Вселенной:

Использую основу Базового алгоритма: определяю тему, делаю упражнение 20 слов за 2 минуты на активацию своей темы. Лист бумаги располагаю горизонтально. В середине листа размещаю фигуру в виде круга, которая будет означать мою тему. Задаю себе вопрос: устраивает ли меня такой объём фигуры? При желании увеличиваю его. Вокруг этой фигуры располагаю восемь фигур также в виде кругов, примерно как располагаются планеты в Космосе.

Круги создаю похожие по размеру и форме планет. Этим фигурам я задаю смысл тех результатов (ситуаций, состояний, эмоций, чувств, объектов), которые я хочу получить касательно своей темы. При создании композиции я также хочу применить сразу линии поля как в алгоритме выявления намерения, создаю благоприятное поле и поддержку Вселенной для развития своей темы. Каждую линию провожу через каждую планету, соединяя с их центром фигуры-темы, тем самым наполняя свою тему энергией Вселенной.

Сразу выполняю сопряжение и хорошо вписываю линии поля во все фигуры. При выполнении пункта Базового алгоритма 4.1.Фигура и фон, я вывожу нейролинии из центрального круга в пространство через все планеты, в этот же момент центральная фигура принимает образ звезды-Солнца. На этом этапе происходит взаимодействие моей темы с желаемыми результатами и окружающим пространством. Обмениваясь энергией, я создаю энергетический поток. Я создаю события и действия. Архитипирование в этой работе делаю по принципу алгоритма Нейроколор, он позволяет с помощью цвета моделировать свой диалог со Вселенной. Каждая планета имеет свой цвет, эти цвета я соотношу со своими желаемыми результатами касательно своей темы. Тем самым я получаю большие объёмы энергии на выполнение задуманного.



Так как при создании композиции я уже приглашала в свой рисунок линии поля, то для выполнения пятого пункта Базового алгоритма, я желаю провести более насыщенным маркером линии-благодарности Вселенной за её энергию и поддержку. Я практикую в своей жизни каждый день благодарность Вселенной за то, что имею и замечаю, что она даёт мне ещё больше энергии.

В этой композиции я фиксацией вижу центральную фигуру - звезду-Солнце. Солнце - это источник энергии, света и жизни в нашей Вселенной. Все планеты мы видим лишь потому, что они отражают солнечный свет. Солнце помогает двигаться к своей цели, дарит радость, энергию и уверенность в себе и в своих силах. В переосмыслении своей темы в данном алгоритме, я чувствую, что Энергия Вселенной - это реальная мощная сила жизни, которая, на самом деле, очень многое даёт каждому из нас. Она направляет человека в нужном, истинном направлении, помогает найти ему своё призвание в этой жизни.



Это был незабываемый, трансформационный и творческий год! Проведена глубокая работа над собой по пониманию и принятию своей личности, по раскрытию внутренних резервов, по освобождению от чужих правил и ограничений, а также раскрытие потенциала индивидуальности и развитие способности управлять жизнью, создавать, реализовывать свою мечту. Я счастлива, что это всё случилось со мной!



Егорова Татьяна. Я - успешный инструктор НейроГрафики.

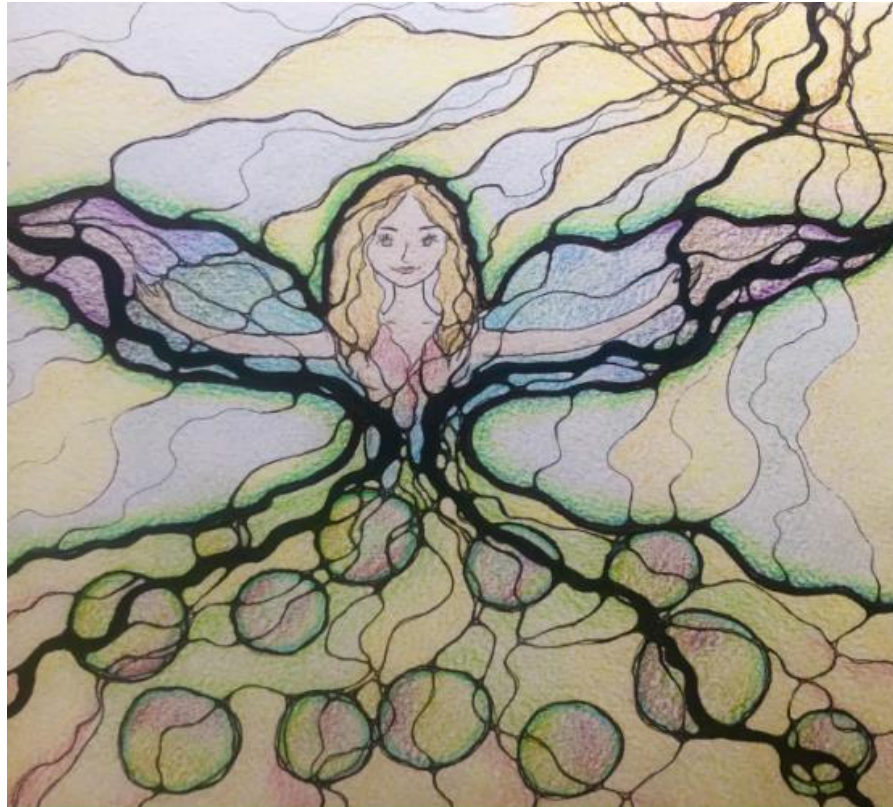
Я очень благодарна всем педагогам и супервизорам Института Психологии Творчества за высокий профессионализм, новые знания и опыт, за их улыбки, поддержку и наставничество, за благоприятное поле и эмоции, которые они создают для студентов. Большая благодарность Павлу Михайловичу Пискареву за наилучший метод - Нейрографика и за то, что делает планету рисующей!

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



Работы

Тема: я - вдохновляющий инструктор НГ и эстетический коуч.



Тема: активация и гармонизация своей энергии в роли инструктора и эстетического коуча.





Автор:
Жаркова Светлана
Супервизор:
Субханкулова Евгения

Тема:
Изменения в жизни после знакомства с НейроГрафикой.

Моя жизнь была вполне успешной, интересной, я гордилась собой и своими успехи. И в тот момент мне казалось, что мне очень повезло, что нахожусь в числе тех счастливиц, которых бог поцеловал в макушку. Конечно, были моменты, который не устраивали, раздражали, что-то не складывалось и это я воспринимала, как норму жизни, боясь высказать своё недовольство, чтобы не спугнуть удачу.

И вот наступил момент, когда призрачное счастье начало рассыпаться. После очередного скандала, муж ушёл и в этот раз навсегда, с сыном отношения были натянутые. Может это и хорошо, что он жил в другом городе. Что бы окончательно не погрузиться в депрессию, я нашла утешение в работе. Свою работу я очень любила, она приносила мне вдохновение, радость жизни, материальное удовлетворение, она была моей особой гордостью, ведь я из своего увлечения выросла в профессионала и стала хорошо оплачиваемым специалистом. Но увы, я стала замечать, что на работе стало всё больше конфликтов, мне труднее стало создавать модели, новые идеи перестали посещать меня, а гонорары стали очень скромными. Подруга психолог объявила мне, что это профессиональное выгорание, мол так бывает у всех творческих людей.... Пора менять профессию. Это прозвучало, как приговор...

Тогда я ещё не знала, что случайности не случайны. Взяв отпуск на работе, чтобы поразмыслить о смысле жизни и как жить дальше, я случайно наткнулась в интернете, на вебинар, на котором рассказывали, как можно расширить свой финансовый поток, я очень скептически относилась к подобным мероприятиям, а здесь решила послушать, ведь время было. И одно задание мне показалось очень забавным: надо было написать 100 видов потенциального возможного заработка... Было забавно, фантазия росла, воображение разыгралось: и одним и пунктом я написала, что буду зарабатывать очень большие деньги продавая свои картины: в образе



пронеслось видение моей выставки в Питере и в других городах, я ощутила запах масляной краски, голова закружилась от восторга, впервые за долгое время мне стало радостно и я почувствовала себя чуточку счастливее. На следующий день вспоминая – этот образ, я решила начать писать картины, только один момент меня смущал- я никогда не рисовала!!! В интернете я нашла студию и записалась на курс академического рисования. В жизни появились радость и смысл. Я вернулась на работу, но ходила туда формально, ведь надо было на что-то жить, пока я стану великим, известным художником. Эта мысль меня веселила и придавала уверенности.

Первая встреча с Нейрографикой. Круг знакомых пополнялся новыми, интересными людьми. И вот как-то меня спросили: а вы уже знакомы с Нейрографикой? Я искренно удивилась, первый раз слышала об этом. На что мне ответили, что это современное, модное, перспективное направление в современном искусстве и пригласили на мастера- класс. В тот меня времени, меня всё интересовало в искусстве, и я согласилась.

Курс вела молодая, яркая, интересная девушка, от лекции отвлекало то, что она часто снимала селфи и выкладывала в сеть, прерывая своё повествование. Мастер- класс длился долго, утомительно почти 9 часов. Я чувствовала, как растёт моё раздражение, злость, мне было очень жалко толи потраченного времени, толи денег, или того и другого. Но однозначно- Нейрографику я вычеркнула из своей жизни, и, наверное, навсегда, если бы не одно обстоятельство.

На этом мастер – классе была моя знакомая, дама весьма дотошная во всех вопросах, которая в прямом смысле слова стала доставать меня тем, что бы я посмотрела вебинары с Павлом Пискарёвым и помогла ей разобраться в Нейрогрфике, ведь то, что было на мастер- классе, совсем не похоже на то, что говорит Павел- основатель метода. Я долго не соглашалась, времени не было совсем, да и желания тоже. Вот только девушка была настолько 98 98 настойчива в своём решении, что через 2 месяца, я согласилась посмотреть 1 часовой вебинар и не больше. После просмотра я ничего не поняла, но почувствовала, как в душе, что- то шелохнулось. Я решила, что для большей ясности стоит пройти курс «Пользователь», как говорилось, что всё с этого начинается.

На дворе стояла весна 2020 года, мир закрыт на локдаун. Ко мне это не относилось, предприятие, на котором я работала, было признано стратегически важным, мне выдали пропуск, и я наслаждалась пустым метро в час пик, пустыми улицами. И в один из дней почувствовала острую необходимость, побыть на локдауне, было ощущение, что я пропускаю



важный исторический момент. 30 апреля 2020 года, я потребовала, что бы мне предоставили законные выходные на майские праздники. В тот день я ещё не знала, что мой мир уже не будет прежним, что я больше не выйду на работу, на эту фабрику. 1 мая начинался курс «Пользователь».

Это был мой первый опыт онлайн вебинаров такого формата. Уже с первого момента я испытала, глубокие чувства, переживание, растерянность, и в голове была только одна мысль: и за чем мне это надо?? Сдерживало только то, что курс оплачен и мне надо его закончить, привычка такая доводить все дела до конца. Предложение написать свою тему, повергло меня в шок, я не знала, что делать, что такое тема и как её выбирать. Помню, как взгляд остановился на вязальной машине, которая вот уже второй год, стояла без дела по середине комнаты и ждала того момента, когда она вновь станет востребованной, а я не убирала её в надежде на то, что вернётся ко мне вдохновение и жизнь станет, как прежде полна творческих идей. И не раздумывая, я написала, что «Хочу связать свитер, но не знаю какой». В памяти остался комментарий Павла Михайловича: «Очень интересная тема, такого ещё не было. Хочется знать, что же получится?» Мне тоже было очень интересно.

моя самая первая работа.



Первая работа она останется в памяти навсегда, потому что она первая, самая важная. Это первый шаг навстречу своей счастливой жизни, своей новой реальности.

Заснуть ночью, после первого вебинара по Нейрографики, было не просто, переполняли эмоции и чувства, поднимались воспоминания, сожаление о том, что не случилось.

А через пару дней 99 99 произошло чудо: я подошла к своей вязальной машине, откинула покрывало, которым она бы накрыта, всё было нетронутым: машина стояла заправлена, рядом лежат эскиз с не правленными расчётами, уже года полтора прошло с тех пор. Я быстро нашла ошибку в расчётах, и села за машину, очень сильно удивилась, что руки помнили, что и как делать. Уже через 2 часа детали будущего свитера были готовы, ещё 2 часа и вот я стою перед зеркалом в своём новом свитере.



Восторг и радость переполняли меня, я не могла поверить своим глазам, сделав фото отправила своим подругам, получив от них массу комплиментов и восторгов, я поймала себя на мысли, что думаю только о том, как это могло произойти и же случилось на самом деле. Я с нетерпением ждала второго вебинара. В своих ожиданиях я представляла, что после второго вебинара я создам новую, потрясающую воображение коллекцию и с триумфом вернусь в профессию. Но после второго вебинара мне на Фейсбук написала моя бывшая клиентка, с которой потеряли связь ещё несколько лет назад, обратилась с просьбой помочь ей с разработкой свитера, для новой коллекции.

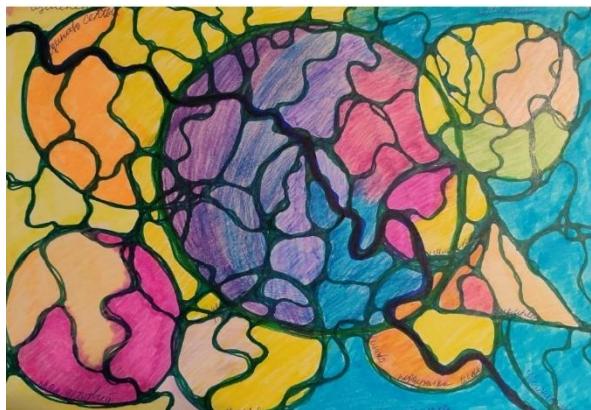
Я предложила свою модель свитера, которую связала после первого вебинара. Заказчица пришла в полный восторг и заказала первую пробную партию в 100 шт., на мой счёт поступила сумма денег, которая превышала мой оклад в несколько раз. И на втором вебинаре, мне пришлось рисовать, что бы появились возможности для выпуска первой партии свитеров. И эти возможности появились, эта партия свитеров продалась через неделю, заказы продолжали поступать, через 2 месяца эти свитера будут вязать уже 3 фабрики... Постепенно я стала отходить от дел на фабриках, отдавая управлением процессом в другие руки, исправно получая каждый месяц авторский гонорар, с каждого связанного свитера. Новую коллекцию, потрясающую воображение, я не создала, так как моё воображение полностью захватило изучение Нейрографики, закончив курс «Пользователя», я сразу поступила на курс «Специалист», где меня поджидали новые открытия себя и своих способностей, своих истинных желаний.

Я не смогла сдать работы на сертификацию, этот вопрос меня раздражал и не давал покоя, моя сфера деятельности была слишком далека от коучинга. И решение пойти на курс «Эстетический коучинг», не обсуждалось, мне надо было получить сертификат Специалиста, мой перфекционист не давал мне покоя. Но в начале обучения на курсе ЭК, мой скептик начал просыпаться, подавать голос да так звучно, что это нашло отражение в реальном мире. Родственники и друзья стали дружно отговаривать от обучения и просили вернуться в свою профессию, заняться делом. А то, что произошло было просто стечение обстоятельств. И вот на одном из семейных советов, завели разговор о том, как бы хорошо иметь свой дом, но на тот момент не было ни возможности, ни ресурсов. Я предложила нарисовать, принесла маркеры и листы, все дружно посмеялись, а мне нужно было выполнить домашнее задание и сдать рисунок на супервизию.



А через две недели жизненные обстоятельства сложились таким образом, что моя семья начала готовиться к переезду в новый дом, уже никто не смеялся все были заняты приятными хлопотами, через 2 месяца справляли новоселье, приятно было осознавать то что семья, в которой раньше были постоянные склоки и ссоры сейчас была объединена под одной крышей, где царят любовь и взаимопонимание.

С особой теплотой и нежностью вспоминаю эту первую работу курса «Эстетический коучинг», после этой работы первый раз пришло осознание, что жизнь не будет прежней не только у меня, но и у всей моей семьи и не важно рисуют они или нет. Я впервые почувствовала силу происходящих процессов, ответственность за принятые решения.



После переезда и новоселья, меня посетил COVID 19, и было понятно, что я уже не успеваю догнать группу, мой перфекционист бушевал и требовал закончить курс, получить диплом, да и интерес не давал покоя, и я решила пойти на инструкторский курс. Всё говорило о том, что я должна там быть.

За 9 месяцев изучения Нейрографики в моей жизни и жизни моей семьи произошли серьёзные изменения, но ответ на свой главный запрос я так не и не получила: Отношения в личной жизни, увы не складывались. Вопрос – почему? Так и висел в воздухе. В одной из работ пришёл ответ: что ещё не весь путь пройден. Ответ был не понятен. Но я почувствовала, что двигаться в обучении стало сложнее.

И что бы двигаться было легче время от времени приходилось сбрасывать с себя балласт в виде ненужных дел, переживание, впечатление, продолжала много рисовать АСО, в какой то определённый момент поняла, что всё больше не могу силы закончились, голова пуста, мыслей нет, было ощущение что в мире никого и ничего больше нет, только я и Нейрографика.... Я даже и не заметила, как он появился в моей жизни, мне казалось что он всегда был рядом, мне приятна его забота и внимание, мне приятно заботиться о нём, у нас общие интересы и взгляды на жизнь, он уже любит рисовать, мы вместе рисуем и живём вместе. А вчера он спросил: «Света, а ты планируешь работать инструктором Нейрографики, когда получишь диплом?».



Вопрос был не ожидаемым, и это казалось странным, ведь это очень логично работать по той специальности, на которую учишься.

Думать долго не пришлось. Случайно встретила, знакомого, который вместо «Привет!», объявил: «Я знаю, что ты инструктор Нейрографики и очень хочу, учиться у тебя!». Земля, в этот момент колыхнулась под ногами, сердце замерло в груди, так я поняла, что с этого момента я стала – инструктором Нейрографики.

Меньше двух лет прошло с тех пор, как я впервые взяла маркер в руку, это совсем немного, но уже можно отследить результаты, увидеть изменения, которые произошли и на примерах доказать, что Нейрографика работает. Один из ярких примеров моей практики, который как раз и был направлен, на то, чтобы отследить, как меняется ситуация и решается проблема с помощью Нейрографики. В марте я решила похудеть к началу пляжному сезону, время было достаточно, для того чтобы сбросить 5 кг. – сбалансировала питание, поставила перед собой задачу 3 раза в неделю ходить на фитнес.

Результат: постоянное чувство голода, раздражительность, вспышки гнева и не довольства. За 4 месяца я с трудом сбросила 2 кг, которые вернулись на своё место через 2 недели отпуска. Вернувшись из отпуска, решила продолжить худеть, но уже с Нейрографикой, отрисовала кейс из 7 работ (во время рисования много нового узнала о себе, о причинах хронической тяги к сладкому). Уже на первой недели почувствовала, что меня не тянет на сладкое, исчезло приступы жуткого голода, в фитнес клубе появился новый тренер и тренировки стали очень приятными.

А самое удивительное появилось новое увлечение – это бег по утрам, мечты такой не было, желания тоже, но эффект от рисования оказался очень неожиданным и приятным. С начала думала, что пройдёт, но вот уже три месяца бегаю каждое утро и уже не представляю, как можно начать день по-другому. Через 2 месяца похудела на 5 кг и до сих пор остаюсь в желаемом весе, а в месте с этим появилась лёгкость, уверенность и ещё больше я убедился в том, что с Нейрографикой значительно быстрее, интереснее, результативнее прийти к задуманному.

Понять и оценить свои изменения в жизни, которые произошли за это время, помогли старые дневники, которые попались мне, когда я паковала вещи для переезда. Я читала и не могла поверить, что всё что там написано это про меня.



В них говорилось про страх будущего, постоянную нехватку денег, сложности в отношениях с близкими родственниками, конфликты на работе — это всё, кажется, было так давно и не со мной. Сейчас общение строиться на уважении и благодарности, появилось много понимания, осознания, как ценны мгновения, проведённые в кругу близких людей, родителей и детей. Жизнь стала яркой и разнообразной, такие мысли, что мне скучно или нечего делать, ушли безвозвратно. Страх будущего растворился в пространстве, планы прописаны и нарисованы на годы вперёд, каждый день несёт в себе новые возможности и идеи. В процессе глубоких трансформаций произошли изменения во внутреннем состоянии, которые отразились на внешней жизни, у меня было такое ощущение, что я заблудилась в тумане и сбилась со своего пути, а теперь моя жизнь осознанно взяла курс на счастливую жизнь.

Ещё многое предстоит осмыслить и понять, то, что происходило в процессе обучения и то, что меняется сейчас, ещё есть много вопросов, ответы, которые приходят постепенно, но ясно одно, что моя жизнь больше не будет прежней. Каждый день я восхищаюсь, чудесами, которые происходят в жизни, теперь уже регулярно, и благодарю тех, кого встретила на своём жизненном пути, коллег, сокурсников, супервизоров, кураторов, преподавателей и конечно же основателя этого уникального метода, как Нейрографика, Пискарёва Павла Михайловича.

[Ссылка на дипломную работу Жарковой Светланы в авторском стиле](#)

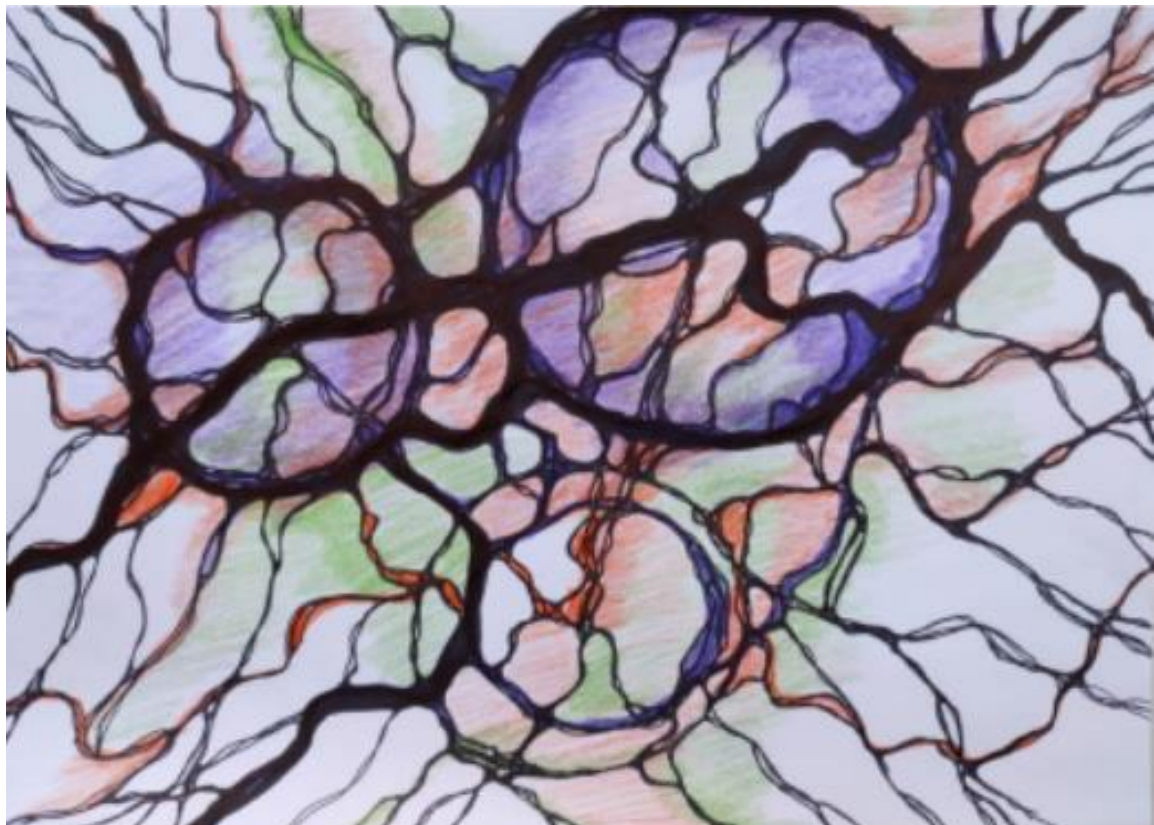


Работы

Тема: я – инструктор Нейрографики.



Тема: мои отношения с мужем.





Автор:
Житных Светлана
Супервизор:
Северина Варвара

Тема:
Рисую себя.

«Мир и пространство всегда ведет к тому, чтобы мы пришли именно в ту точку вселенной, в которой мы необходимы.»

Отрывок из книги «ДЕти ЛУны».

В данном эссе я хотела рассказать, как я пришла к НейроГрафике. В течение года на просторах интернета я просматривала разнообразные ролики и мастер-классы, связанные с прорисовкой себя. Я была в поиске.

Сначала «Геометрия Души» Инны Ткаченко.

«Недавно я познакомилась с новой техникой рисования – геометрия души. Это, как разговор с самой собой. Честный и спокойный, несмотря ни на какие события. Наверное, когда человек окрылен мечтой, которая становится целью жизни, приобретает весомость в пространстве. Как яркая вспышка.»

Отрывок из книги «ДЕти ЛУны».

И вот вроде бы нашла. После Геометрии Души. Которой я упивалась полгода встреча с Нейрографикой произошла. И конечно вспомнив фразу, если учиться новому делу, то лучше это делать у самого лучшего мастера или создателя этой техники. Поэтому я стала просматривать ролики с самим Павлом Михайловичем. И тут я понимаю, что не могу работать с данным человеком. Внутри сплошной протест. Надо разобраться. Стала этим заниматься. Практически год, приручала себя. И все время рисовала и рисовала.

«Сегодня интересный и насыщенный день – день открытий. Я продолжаю рисовать в технике НейроГрафика. Сегодня четвертая работа по одному запросу – боль в левой стороне грудины. Она все чаще и чаще начинает меня беспокоить. Неделя выдалась очень внимательной по отношению к своим ощущениям. Мне очень часто хочется мыться и



Житных Светлана. Рисую себя.

благодарить, и прощать всех и вся. Я медленно двигаюсь, смакуя каждое движение. Много снов и видений насыщают мое воображение.

Но сегодня... Я сама пришла в ступор от того, что мне приоткрыла нейрографика. Работу начинали с образа клетки, ткани, органов.... Постепенно цветок расправлял свои лепестки. Мне доставляло огромное удовольствие рисовать его и особенно скруглять соцветие. Потом по алгоритму действия нейролинии, заливка цветом, линии пространства и фигура разрешения ситуации. Вырисовывая, ее, я стала напевать мелодию, которую никак не могла вспомнить. Замерзли ноги и натягивая теплые носки я вспомнила - «Бабий Яр» Александра Розенбаума.

Озноб прошелся по всему телу...

Я решила почитать про эту трагедию, посмотреть фотографии и клип. Мой взгляд «зацепился» за фигуру обнаженной, мертвой и беременной женщины. Изгиб ее тела и живота запечатлелся в памяти. Она лежала на груди мертвых тел, в позе не пригодной для жизни. Я поняла, я была в утробе. Возникла мысль сколько плод живет в теле матери, когда ее сердце перестает биться. Поток слез хлынул из глаз. Зубы стучали от холода, я так замерзла.

Вот откуда «растут ноги» моего чувствование душ ушедших. Как долго в этой жизни я училась не бояться их. А принять, что это неотъемлемая часть жизни, другая сторона, которая имеет право на существование. Со всеми можно договориться. И с ними тоже. А если твое познание пространства доходит до того, что это дар, тогда все встает на свои места. Все имеет своё начало...» Отрывок из книги «ДЕТИ ЛУНЫ».



Рисунок «Бабий Яр» Пришел момент осознания если так глубоко идет проработка самой себя и затрагивает глубину, которая на физическом плане «вышибает» тебя на недели и более, то стоит этим заняться всерьёз. И именно у мастера. Я приняла решение пойти на курс инструктора. Мое решение было весомее, чем моё отношение к автору.



Житных Светлана. Рисую себя.

«Она перестала для меня существовать, я прошла практически сквозь нее, а она сквозь меня. Полное принятие открывает все двери.»

Отрывок из книги «ДЕти ЛУны».

Конечно возник вопрос, а где взять такую сумму. Что имею на данный момент - я ушла с работы, моя самооценка ниже плинтуса. Стала прорисовывать через НейроГрафику приход финансовой поддержки. На небольших клочках бумаги, и так практически каждый день в течение недели. Вечером, за ужином озвучила своё желание в кругу семьи. Просто сказала, что мне это надо. Утром супруг пришел в мою мастерскую и предложил мне нужную сумму. И тут начались муки сомнения. А справлюсь ли я?

«... надо уметь разматывать клубок жизни. Или просто принять то, что тебе дано. Возникает следующая мысль, зачем мне это, для чего и именно в этом воплощение? Ответ приходит сам по себе в помощь. Чтобы качество жизни соответствовало странствиям меж пространств.»

Отрывок из книги «ДЕти ЛУны».

И я решилась. Рисовать не переставала. Всё новые и новые открытия меня накрывали полностью с головой. Только лекции давались с большим трудом по восприятию. И пространство мне дало подсказку. Я увеличила скорость воспроизведения записи на 1,25 и эффект отторжения просто растворился. Чем больше рисовала, тем больше понимала про себя – кто Я.

«Иногда просыпаясь ночью от того, что я не знаю, как сделать вдох, я себя успокаиваю и говорю такие слова: «Успокойся, улыбнись и просто дыши». Тело внутри просто забывает о том, чтобы жить надо просто вдохнуть. Так и наша души забывают кто мы есть. Надо просто вздохнуть, чтобы вспомнить.»

Отрывок из книги «ДЕти ЛУны».

Через НейроГрафику приходит понимание, что я готова ее выносить на свои мастерские и мастер-классы. И я это делаю с большим трепетом.

Отрывок из личного дневника «Рисую себя».

«Личный опыт и частная практика. Тема рисунка – Обида. Очень интересно вести мастер-класс и наблюдать как меняются выражение лиц у участниц. А самое важное для меня в этой работе -когда происходят маленькие открытия и у каждой в своем темпе и направлении.



Когда человек осознает какое количество сил он теряет или не использует в своем жизненном пути, то это вдохновляет вновь и вновь рисовать. Так и вчера вечером в нашем кругу произошли изменения и открытия. Одна из участниц поняла и приняла, что честность с самой собой это очень важная вещь, как фундамент дома.

P.S. Каждый раз лукавя с собой, ты просто забываешь кто ты.

Другая увидела себя со стороны и осознала, что не хочет быть жертвой, вечно виноватой во всех смертных грехах своей семьи.

P.S. Надевая на себя маску иногда заигрываешься.

У другой участницы все прекрасно и весело вроде, она просто перестала верить в чудеса на своем пути, потеряла волшебство бытия.

P.S. «Бытовуха» стала просто «нагло» предъявлять свои права.

Каждый раз ведя мастер-класс мне не всегда хватает сил и времени закончить свои работы.



И честно сказать меня это немного огорчает. Прорисовывая свою работу и восстанавливая ту атмосферу приходят очень интересные мысли. И одной из них я хотела бы с вами поделиться – доверяйтесь полностью потоку, не надо отвлекаться на сомнения и лишние мысли.»

У меня сложился целый дневник с работами и выводами после проработки тем и задач. И каждый раз перечитывая, приходят все новые и новые открытия и мысли.

Отрывок из личного дневника «Рисую себя».

«Личный опыт и частная практика. Тема рисунка – «Найти выход из тупика» У каждого бывает такая ситуация, а что дальше делать, не знаю. Вот и мы собрались с девочками пронеурографировать свои тупики. Получается так, чтобы понять почему ты оказалась в тупике, надо в первую очередь задать себе вопрос – «А за чем мне это нужно или даже чем выгодно находится в такой ситуации?» И тут открываются самые интересные и потаенные желания и мысли. Люди в круг просто так не собираются.



Поэтому так сложились обстоятельства, что ситуации другого человека в кругу была очень близка другому участнику круга. И тут началось самое интересное на кругу - понимание и принятие, и смена ракурса своего взгляда на свою ситуацию. НейроГрафика это очень экологичный способ «догнать» свою ситуацию. Очень аккуратно она показывает, на что надо обратить внимание и с чем дальше надо поработать. Чаще всего человек с удовольствием себе загоняет в такие ситуации, чтобы снять с себя ответственность за свои мысли и поступки. Это выгодно. Но при этом человек просто не понимает, что сделал выбор жить жертвой, а не творцом. Тем самым лишая себя радости и счастья. Берегите себя.»

«Честно сказать я испытываю восторг от передачи информации, которая ко мне приходит. Это очень схожий процесс - засеивать землю, чтобы она дала свои плоды. Когда я вижу, что информация была принята, то в конце сессии эти семена, переданные через меня, прорастают в прекрасные цветы. И что самое интересное я ни разу не «встретила» одинаковых. Они индивидуальны. Это потрясающе, когда перед тобой сад необыкновенных цветов.



Ну конечно бывает и так, что вокруг много шелухи, как будто человек проглотил зерно, а что осталось выплюнул. Он просто взял ресурс, энергию, а суть так и не понял. Право выбора никто не отменял.»

Отрывок из книги «ДЕТИ ЛУНЫ».

Продолжая работать над собой, я записалась на Дневник Развития. Очень тяжело мне он дался. Каждый раз проводя свою мастерскую я своим клиентам рассказываю о технике безопасности, что нельзя брать тему или запрос выше шести баллов по десятибалльной шкале болезненности. Это уже личная терапия. Но так сложились обстоятельства, что мне было просто необходимо взять тему девяти баллов. Сначала рисовала одни АСО, понимая, что на физическом плане было даже тяжело дышать. Обида и злоба зашкаливали и все методы мною ранее изученные и проверенные временем проработки сходили просто на нет. Работая в технике НейроГрафики происходят внутренние изменения по-другому. Что самое интересное благодаря алгоритмам ты можешь структурировать даже свои эмоции. И я понимаю, что именно этого не хватало мне. Встает протест - рисуй АСО, не знаешь, что дальше делать - АВН и так далее.



А когда понимаешь, что не хватает объема, эмоций, понимания – то просто возвращай их. И обязательно приходят события, люди или ситуации, которые тебе отвечают, помогают или просто направляют. За этот период времени идет большая проработка личных кейсов – по снижению веса. Результат минус пять килограмм. По продолжению написание книги «Дети Луны», после нескольких лет возобновила работу над ней. Первый отрывок после длительного молчания.

«Виолончель».

Много лет тому назад, когда я была совсем маленькой девочкой, я открыла для себя мир музыки. Другая реальность, живущая рядом... Старый барак, скрипучие полы, темнота. Я в детстве очень боялась темноты. Она для меня всегда была наполненной кем-то. Я практически на ощупь иду по коридору, запах, мне не по себе.

Из маленьких комнатшек-классов разносятся шумы разных инструментов. И вдруг, звук томный и густой. Я зачарована, забываю обо всех неудобствах для моей души и иду только на этот звук. Я его практически ощущаю. Он обволакивает и проникает все глубже и глубже. В конце коридора старой музыкальной школы был маленький зал с мини сценой.

Дверь была приоткрыта. И мои глаза «увидели» музыку. Женщина властно и смело обнимала инструмент полными бедрами. Ее глаза были закрыты руки и тело двигались в танце густой музыки. Я онемела и не могла сдвинуться с места. Огромный океан музыки, властный и всепоглощающий. Я опоздала на свой урок по фортепиано и мне вlepили выговор, прочитали нотацию, что плохо опаздывать и т.д.

Хоть мне было всего шесть лет, и я была воспитана в СССР, мне было все равно. Когда я шла по улице, опять в темноте я все слышала ту музыку. Прошло практически сорок лет, но я помню наше знакомство...

Изменилось отношение к деньгам. Это результат еще одного кейса. Над которым все продолжаю свою работу. Пошли предложения о проведение совместных тренингов. И на протяжении шести месяцев мы совместно с партнером ведем один раз в месяц потрясающий женский круг «Расправь свои Крылья». Три часа работы используем техники НейроГрафика и ТанцТерапия. Много положительных отзывов и есть уже постоянные клиенты. Начала переговоры о соединении «Поющих Чаш» и «Нейрографики».



Обговорили условия с мастером, которая занимается звуковой терапией. Думаю, что в ближайшее время, если позволит пандемия, мы обязательно проведем такую мастерскую. Вообще всё чаще ловлю себя на мысли, что становлюсь более свободной в своих решениях и поступках. Раньше я не могла себе позволить весь день зачитываться книгой, а сейчас позволяю это удовольствие.

Я могу объяснить самой себе, вернее принять то, что раньше было мне не позволительно мною же. Я более чувствительно стала относиться к себе и своим желаниям, освобождая себя от чувства вины. Понимаю, что техника НейроГрафика это не волшебная палочка, это большой труд с самой собой. Это просто направление, которое сейчас более доступно до моих глубин. Раньше я себя очень часто наказывала, не позволяя себе делать то, что мне безумно хотелось воплотить в жизнь. При помощи рисования, я разобралась почему так происходило.



«Алгоритм качества жизни (АКЖ).

1.Тема 1.0 «Моя личность», 20 слов. (слова просто лились, после, когда прочитала было интересно увидеть мое мнение со стороны на саму себя). Удивилась некоторым качествам. Стала волноваться.

2. Композиция – полное раздражение, не понимание, что вообще мне надо делать, маркеры двигались с трудом, стала дышать глубоко, понемногу успокаиваюсь.

3. Сопряжение – скругляла автоматически, с вопросом в голове, зачем мне это надо? Пустота и стало холодно.

4. 4.1 Фигура и фон. Перед глаза встала картинка – дремучий лес, и так мне хочется выйти на тропинку. Продолжала дышать глубоко, раздражение стало спадать. Согреваюсь.

4.2 Архетипирование. Долго не могу найти нужный цвет, все время отвлекаюсь. Возвращаю себя обратно. Стараюсь не реагировать на посторонние звуки. Поняла, что выбило меня из колеи. Разговор Павла Михайловича с дочерью. Слезы полились по щекам. Всё вспомнила. Отпускаю через дыхание.



5. Линия поля- хочется их ввести в рисунок. Приятные ощущения поддержки. Благодарю.

6. Фиксация- увидела только через несколько дней. Зафиксировала и полностью простила, и отпустила ситуацию из прошлого.

7. Тема 2.0, 21 слово. Утвердительная форма слов, перечитываю и получаю удовольствие. P.S. Поняла что раз отец отказался от меня значит я плохая девочка и поэтому меня надо наказывать, чем и лично занималась на протяжении своей жизни. »

Описание алгоритмов.

И таких моментов очень много стало вливаться в мою жизнь. Сказать, что мне стало легче, нет. Просто жизнь стала наполняться другими красками и эмоциями. Я счастливый человек, который всегда настроен позитивно на жизнь. Моя чувствительность возросла в разы и хороший показатель это был интенсив. Я поняла для чего приехала туда. Какие уроки надо было мне пройти. Я благодарю всех участников этого мероприятия. На многие вещи в своей жизни я просто посмотрела другими глазами. Что-то щелкнуло внутри и открылась дверь в другие коридоры, в которых много интересного. Восприятие мира изменилось.

Но, наверное, самое важное для меня стало открытием, как можно управлять энергиями и полями других людей в нужном направлении и в личных целях, без мучительных мыслей после и чувства вины. Я поняла, для чего так сложились обстоятельства, что пространство меня практически растворило. На это мероприятие я ехала лежа, после перенесенного ковида. Я была прозрачна. Чтобы внимать и учиться со стороны. Это очень важный опыт. За что особенно благодарна, это своей стойкости, что не переступила через себя и позволила прийти в платье, когда все надели белые футболки. Внутренний голос говорил мне, что я не должна этого допустить. Чистота энергии для меня в тот самый момент было наиважнейшем фактором. Вот это был опыт...

Я поняла только сейчас надо быть практически прозрачной, чтобы быть везде и нигде и при этом оставаться самой собой. Еще очень хотела рассказать, что обучение происходило не только днём. Каждую ночь мне снились сны и приходила информация через поток, очень разная. На тот период ее просто аккуратно складировала внутри себя. Я благодарна Ирине, с которой мы познакомились через коуч-сессию там же. Она ходила по залу с листком на котором было написано –«Ищу коуча».



Мы практиковались и менялись, и опять практиковались. Я бы находясь в нормальном (по здоровью) состоянии никогда бы не подошла бы к ней. Но здесь, получилось так, что из всей аудитории только мы двое были без пары. Я провела сессию и она почему-то задала вопрос про управление временем просто вслух. Этот вопрос мучил ее несколько лет. Она искала во многих источниках ответ. Какое было мое и ее удивление, когда я просто рассказала, как это работает. Эта информация пришла ко мне во сне, непосредственно перед этим днем. И таких чудес было каждый день.

Пространство меня любит и балует каждый день подарками. Сейчас подготавливая кейсы для дипломной работы, я встретила с очень интересным человечком из нашего потока – Юля. Только после проработки с ней кейсов пришло понимание, что НейроГрафику можно просто рисовать в удовольствие, без глубоких погружений, которые затрагивали очень сильно физиологию. И этому оказывается тоже надо учиться. Я не знаю точно понравится мне это, но обязательно начинаю пробовать.

Может приобретая легкость и простоту, ты находишь истину. В моем сознание и воспитание мамой-педагогом все должно происходить в жизни через усилия и труд. И про легкость никто даже не упоминал. Через НейроГрафику я осознала - что труд мой самый лучший друг. Благодаря ему я чувствую себя Творцом. Это такое благостное чувство, которое охватывает до глубины Души. И каждый вздох, и движение происходит осознанно и с благодарностью. Что можно еще сказать в заключение:

«Сила переливается в знания, знания переливаются в радость в чувство самоутверждения.»

Это слова моей подруги, которая близка со мной по духу. Которой я каждый свой рисунок без описания и выводом отправляю на протяжении уже нескольких лет. И наблюдаю, как она реагирует на них и мое настроение. Она находится очень далеко территориально. И еще ни разу она не ошиблась. Это наводит на мысль, что, работая уже много лет над передачей образов у меня не плохо получается даже через рисунок. Раньше могла только своим присутствием и голосом, а теперь открылся еще инструмент, которым можно экологично передать необходимую информацию.



Житных Светлана. Рисую себя.

В своей работе использую выдержки из моих дневников и книги «Дети Луны». Благодарю.

[Ссылка на дипломную работу Житных Светланы в авторском стиле](#)

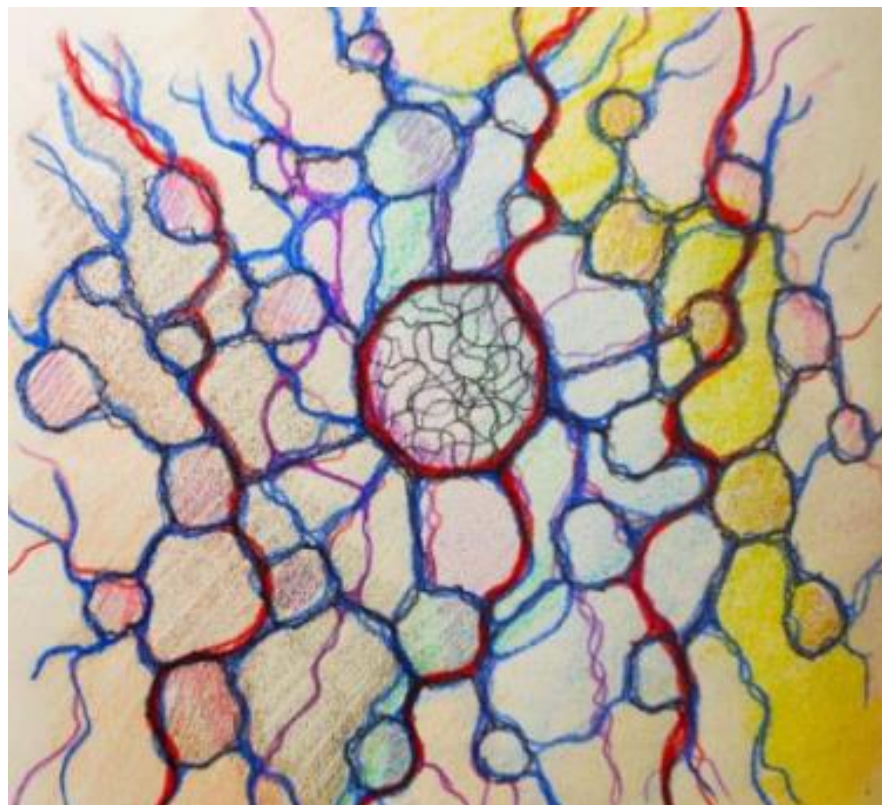


Работы

Тема: мандала Рода.



Тема: я и мои клиенты.





Автор:
Замлелая Ирина
Супервизор:
Сафонова Светлана

Тема:
Письмо из будущего.

#НейроВиденье #НейроЗрение #НейроВзгляд

Привет, дорогая Ириночка!

Пишу тебе это письмо из ранней весны 2025 года. Она как никогда очень тёплая. Воздух наполнен ароматом расцветающей зелени и нейролиниями, пробуждающими весь мир. По У-Син мы вступаем в новый годовой круг, и он будет также хорош, как и предыдущие.

На моем столе цветные карандаши и фломастеры, которые, я знаю! уже вошли в твою жизнь. И ты уже успела оценить палитру черных маркеров разной толщины, которые поселились у тебя дома, в машине, на работе, в сумочке и у дорогой нам подружки.

Спешу тебя поддержать и сразу сказать: ВСЕ БУДЕТ НАИЛУШИМ ОБРАЗОМ! Нет, не так. ВСЕ УЖЕ НАИЛУЧШИМ ОБРАЗОМ! Расслабься и просто больше рисуй, и улыбайся! Всё хорошо!)))

Я помню, как тебе нравится НейроГрафика. Как ты влюбилась в неё с первого занятия. Анна, только получившая разрешение, объявила нашему маленькому коллективу медицинского центра "Артемиды" о мастер-классе. И закрутилось! Нейролиниями наполнился лист А4, лежащий перед тобой, и они распространились на всю твою жизнь. Ты погрузилась в нейрографику, а нейрографика пронзила каждую клеточку твоего организма, вошла в твою жизнь и наполнила красивыми рисунками твой дом.

В тот же день ты гуглила, знакомилась с доселе для тебя неизведанным и погружалась с каждым словом в нейросети молодого научного направления. Она (НейроГрафика) привлекла тебя простотой движения маркера и глубиной изменений, лёгкостью исполнения и яркостью результата на листе.



Как только появилась возможность ты пошла вперёд, окончила пользователя, специалиста и замахнулась на инструктора.

А помнишь один из первых твоих кейсов? Ты готовилась к очередному семинару. Не первый в твоей жизни. Однако, первый, который ты читала вместе с со-лектором. Он не складывался.

Вся информация уже была, а приступить к детальному прописыванию не получалось. Все время откладывала его. И тут на помощь пришла НейроГрафика! Пару АСО, 1 АВН и 3 алгоритма из курса эстетической коуч. Всё встало на свои места: появилась общая нить семинара, согласовала план и оформила слайды. В итоге за неделю все было сделано и семинар прошёл легко, интересно и полезно для всех участников. Уникальность в том, насколько эмоционально спокойна ты была в период подготовки, как никогда. Всё это благодаря НейроГрафике!

А помнишь первый интенсив в Нагинске? Неделя удовольствия движением, природой, нейролиниями и новыми знакомствами. Сколько опыта, сколько встреч с новым, неизведанным. На интенсиве ты впервые побывала в роли клиента нейрографики, впервые рисовала в группе, впервые рисовала на большом формате. Это было завораживающе!

А первый НейроСтритАрт? Ты помнишь? Я помню, как сейчас! Ты сомневалась сможешь-ли участвовать и долго (впрочем, как и всегда) обдумывала формат, возможные варианты. В итоге, приняла решение участвовать практически в последний момент, за несколько дней до фестиваля. Попробовала присоединиться к коллегам, но не получилось. И слава Богу, что так сложилось 😊. Какой шикарный опыт ты получила!

Стояла 40 градусная жара и асфальт плавился под ногами, поднимая клубы раскаленного воздуха. Но ни это было препятствием. В городе в этот момент действовал запрет на проведение крупных массовых мероприятий. И необходимо было не только выбрать место проведения, но и согласовать его с администрацией.

По совместительству организатор страницы на Фейсбук "Ростов в красках" и твоя лучшая подруга показала путь к решению и помогла выйти на тех, кто даёт разрешение. Я созвонилась и отправила письменный запрос, но с ответом медлили, прошли сутки. Решения нет, нет ни отказа, ни разрешения. Фестиваль был под угрозой. Оставалось меньше двух дней до мероприятия. Если нет разрешения - нельзя оповещать жителей - нельзя проводить.



Что делать? Александра Кириллова едет с Донецка, путь не близкий, через границу, таможню. Всё зря?

Я решила рисовать АСО. Выброс был мощный, надавливание маркера интенсивное. Я выплеснула на лист всё сожаление и бессилие, всё огорчение и досаду. Сопрягая и архетипируя у меня, возникла идея. А что, если администрацию парка проинформировать, что подобное решение в другом парке нашего города уже приняли и это решение положительное? Ну, была не была! Что я теряю? Я позвонила и сообщила место и время проведения фестиваля коллегами. Теперь оставалось только ждать. Прошёл час. На почте ответного письма нет. Я проверяю все входящие каждые 10-15 минут. Вот оно, пришло. С огромным волнением открываю письмо, вложенный файл и выдох облегчения вырвался из моей груди. Разрешили! Разрешили! - радостно сообщала я всем.

И понеслось: маркеры, карандаши, мелки, маски, перчатки, бесконтактный термометр, обсуждение концепции... Было здорово!

Здорово, что остался видео-отчёт фестиваля. Помнишь, как не хотел сохраняться файл с музыкой, как тормозил телефон, и канва отказывалась воспроизводить этот шедевр на компьютере?

Мы сделали это! Ты, Алекс, Ольга, Данил, Мария, Наталья, Галина, прохожие и даже водитель детского трамвайчика наполняли города на асфальте нейролиниями, радостью, миром и любовью. Теперь всё позади и каждый раз, когда ты пересматриваешь видео ты погружаешься в атмосферу праздника, наполняешься гордостью достигнутой победы.
<https://www.facebook.com/100001860459238/videos/280286560179560/>

А помнишь первый мастер-класс по НейроГрафики, который вы провели совместно с Александрой Кирилловой на день города? Как было зажигательно! Тебе стоит выделить время и создать видеоотчёт. Ничего страшного, что прошло уже два месяца. Это нужно сделать, не откладывай! Он получился великолепным. Сочетание цветных и черно-белых кадров, фотографий и видео👁️ смотрится очень гармонично.

Ты уже попробовала себя в групповой работе и провела более 10 групповых встреч в Zoom. Ты элементы нейрографики внедрила в свой прошлый семинар для врачей. Уже используешь элементы нейрографики при работе с пациентами. Пора увеличивать масштаб! Пора проявляться!



А Эстетический коучинг?! Как удачно переплелись предыдущий опыт коучинга и новые знания! Правду говорят: ценность и важность того или иного события можно проследить только с течением времени. Ты уже обрела уверенность в проведении коучсессий. Твоя работа приобретает блеск. Как приятно видеть инсайты клиентов, их трансформацию и достижения. Да, конечно, всю работу делает клиент сам. Однако, в твоём поле он делает больше, быстрее, легче.

Ты это всё уже знаешь, ты это уже прожила. И я напомнила тебе о тех достижениях, которые уже случились с тобой в твоей нейрографической жизни. Но рассказать я тебе хочу не только это. Сейчас ты увидишь, что ждёт тебя в ближайшем будущем. Садись поудобнее.

Вокруг меня не только карандаши и фломастеры. Рядом рисует дочурка на склеенных работах твоего "Дневника развития". Того самого первого дневника, который ты рисовала на инструкторском курсе. Который склеила и пока не закончила нейрографировать. А сейчас в эту работу нейрографические линии добавляет малышка. Так что даже не думай его выбрасывать! Хотя, если бы ты это сделала - он бы не красовался сейчас у меня на полу 😊. Сверни и положи в кладовку, он еще ни раз тебя удивит. Или положи под ковер, как и предыдущие. Ведь здорово ходить по линиям своего развития.

Сейчас этот дневник развития излюбленное место Заи. Ты же знаешь, как он любит лежать на бумагах. Иногда нейролинии переходят и на него)) но он не ропщет 😊, он, как и всегда доволен вниманием к нему. Пишу тебе письмо и поглядываю на Заю и дочурку, она рисует и что-то мурлыкает себе под нос. Она замечательная, веселая, забавная. Я ее очень люблю! В общем у меня тут два мурлыкающих создания.

Мы переехали в дом и живем все вместе. Места хватает для всех и каждый чувствует здесь себя свободно. У каждого есть свое излюбленное место. Я наконец-то здесь реализовала мини-плантацию экологичной зелени. Теперь свежая, вкусная и красивая руккола, салат, петрушка, кинза всегда под рукой.

Олечка сажает розы, их количество увеличивается с каждым посещением цветочного магазина и питомника. Когда я смотрю на них я вспоминаю о маме и тёте Нине. Твой будущий муж очень любит заниматься садом. У нас теперь свои яблоки, груши и абрикосы. У нас с ним тёплые, дружеские отношения, наполненные любовью и нейролиниями 😊.



С Алекс мы запустили проект "НейроШпаргалки". Выходим в прямой эфир раз в неделю и создали курс поддержки для всех, кто учится. Сайт теперь выглядит иначе. В нем есть отдельный блог НейроГрафики, где собраны все курсы.

Я преподаю Пользователя, Специалиста и другие курсы Нейрографики. Я получаю огромное удовольствие от всего процесса, это самое главное! Активно ведутся соцсети: инстаграм, фейсбук, вконтакте. Я открыла свой творческий центр. В нем провожу мероприятия и принимаю клиентов, пациентов. Я перестроила свою врачебную работу: в основном беру пациентов в программу и довожу до результата. В ней много нейрографики, работы с подсознанием и, конечно, биорезонансная терапия. Сейчас у меня не только баланс онлайн и офлайн работы.

Баланс внутри, легкость в теле, гибкость и много творчества в жизни. Я вернулась к управленческим поединкам и тренируюсь регулярно. Мы много путешествуем. Природа только помогает реализовывать новые идеи, наполняться энергией. Рисовать покачиваясь на качелях возле озера Рица или сидя за столиком на вершине горы, рассматривая плато Лаго-Наки одно удовольствие.

Хочу сказать тебе - у тебя всё получается! Только прошу тебя - обязательно верь в себя, и продолжай двигаться к своей мечте, ты всё можешь. У тебя обязательно все получится! То есть: ПОЛУЧИЛОСЬ! Я уже это вижу, знаю и в этом живу! Просто надо немного потрудиться, ведь твои идеи гениальны! И реализовывать их тебе будет достаточно легко и радостно!

Я знаю, что когда ты сейчас читаешь эти строки то еще одеваешь очки. Это временно. У тебя получится! Продолжай улучшать свое зрение каждый день, делай упражнения, занимайся. Чтобы все было еще быстрее я хочу подарить тебе алгоритм восстановления зрения. Внедряй его быстрее! Он восстановит зрение не только тебе, но и тем, кто будет им пользоваться. Он улучшит виденье ситуации, раскроет глаза на красоту природы и жизни вокруг, добавит радости в жизни и чёткости видения перспективы. Он позволит реально видеть и адекватно оценивать происходящие события.

Внедряй его в марафон и быстрее реализуй программу. У меня она уже великолепно работает. Хочу тебе сказать, что чтобы принять всех желающих я взяла двух помощников, которые помогают проверять выполненные задания и давать обратную связь.



Алгоритм «НейроЗрение»



Нарисуйте в центре листа (справа и слева) пару глаз.

Какой формы они получились? Одинаковые? Как вам то, что вы видите?

Нарисуйте границу радужки, зрачка. Посмотрите на глаза, которые смотрят на вас. Какой у них взгляд? О чем думают чаще всего эти глаза? На кого они смотрят чаще всего, с каким настроением? Как они относятся к миру и близким? Как они относятся к человеку, которому принадлежат? Чьи это глаза? Сколько лет этому человеку? Какой он по характеру?

Глаза – зеркало души. Какая душа у этого человека?

Понейрографируйте, скруглите уголки. Нарисуйте круги вокруг этих глаз – это глазные яблоки, скрытые за веками. На сколько они симметричны? Как вам то, что спрятано за веками? Что прячут эти глаза? Эти глаза видят объекты и ситуации.

С периферии нейролинией отправьте к ним информацию. Что заметили эти глаза? Какую информацию, о чем они получили? Взгляд этих глаз коснулся какой ситуации или человека? Глаза говорят и показывают. Что говорят эти глаза? Куда они смотрят? Они смотрят больше внутрь организма или наружу, в окружающий мир? Чье внимание они привлекают? Как они относятся к миру? Каким они считают мир вокруг? Опасным или безопасным?

Наверху расположен головной мозг, он управляет нашим организмом, нашими глазами и виденьем происходящего. В нем много мыслей. Какие мысли чаще всего в этом мозге? О чем он думает? Как относится к тем, кто его окружает, к своему хозяину? Кто ему нравится, а кто нет? Может есть тот, кого он побаивается, тот, кого он любит? Отправьте одну нейролинию, одну мысль от мозга к глазам. Что это за мысль? Как на нее отреагировали глаза? Зажмурились, подмигнули или удивились? А теперь отправьте информацию от глаз в мозг. Как будто бы глаза что-то увидели. Что увидели глаза? Как на это отреагировал мозг? Какую команду дал мозг организму? Спрятаться, насторожиться или может подпрыгнуть от радости?



Отправьте еще несколько нейролиний (мыслей) от мозга к глазам и обратно. Способны ЭТИ глаза видеть без очков и линз, без оптических приборов? Что им необходимо для более ясного и четкого виденья? Достаточно-ли четко они видят ситуации? Замечают происходящее? Сохраняется-ли четкость виденья, когда такие мысли в голове?

К глазам идут сосуды. Проведите несколько нейролиний (сосудов) к глазам, от периферии и от мозга. Полезные-ли вещества поставляют эти сосуды-артерии? Достаточно-ли питательных веществ несут артерии? От глаз отходят вены. Проведите несколько линий от глаз в разные стороны (на периферию). Легко-ли оттекает кровь по этим сосудам?

Согласно восточной медицине в организме есть меридианы, которые невидимыми нитями соединяют органы между собой.

Отправьте от периферии нейролинию по сосудам, нервам и меридианам от печени. Достигла-ли эта нейролиния глаз? Прошла мимо, еле прикоснулась или пересекла какой-то из глаз? Как кажется, какую информацию, о чем несет эта нейролиния от печени? Часто печень отправляет эмоцию гнева и раздражительности. Какую эмоцию она отправляет сейчас?

Затем отправьте нейролинию от желчного пузыря. Желчный пузырь несёт эмоцию обиды. Насколько обидчивы эти глаза? Кто их обижает? Что их обижает? Теперь отправь нейролинию от поджелудочной железы. Она отвечает за реализацию. Реализуют-ли свое предназначение в жизни эти глаза? А тот человек, которому они принадлежат?

Отправь нейролинию от кишечника. От толстого и тонкого. Основная задача тонкого кишечника - жизнеобеспечения, доставка питательных веществ. Толстый кишечник - баланс брать и давать. Как двигается по листу эти нейролинии?

В теперь отправь нейролинию от почек и мочевого пузыря. Почки часто несут чувство страха. Зажмуриваются-ли глаза? Чего боятся ЭТИ глаза?

Теперь отправь нейролинию от сердца. Оно отвечает за любовь, отношения, творчество. Как идёт эта нейролиния? Какие отношения у этого человека с близкими? Чувствуют эти глаза любовь? Довольны-ли они собой, жизнью?

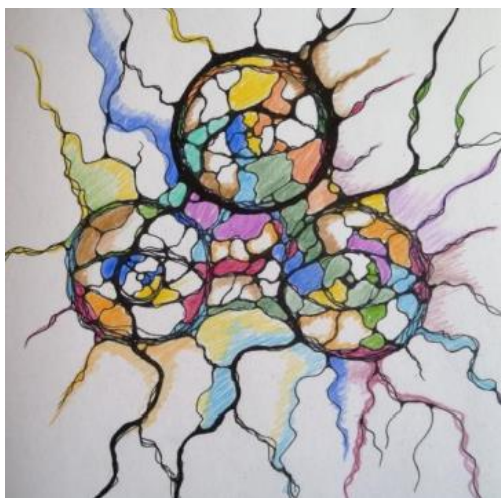
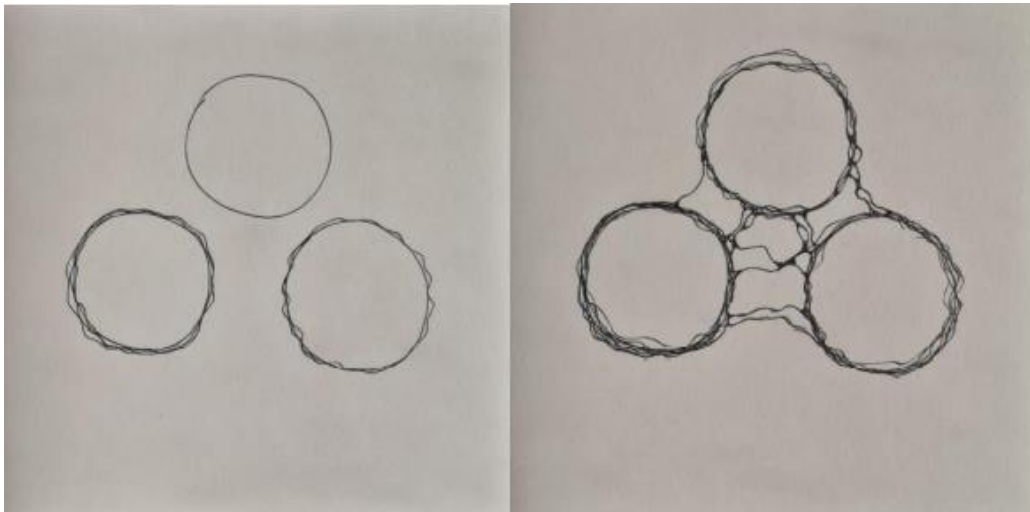


А сейчас отправь нейролинию от лёгких. Лёгкие не только обеспечивают жизненно-важным микроэлементом, необходимым для образования энергии в каждой клетке, но и остро реагируют на несвободу, не согласие.

С чем не согласен в жизни человек, которому принадлежат эти глаза? Теперь отправь линии от половых органов. Как идут эти нейролинии? Далее следуй всем шагам базового алгоритма. На этапе архетипирования 4.2 начни вносить цвет с радужки. Радужка уникальна у каждого человека. Ты же знаешь, что по радужке проводят диагностику всего организма. Обязательно цветом внеси радость, любовь к себе, доверие миру.

И ещё несколько алгоритмов для твоего марафона.

Алгоритм «НейроВидение»

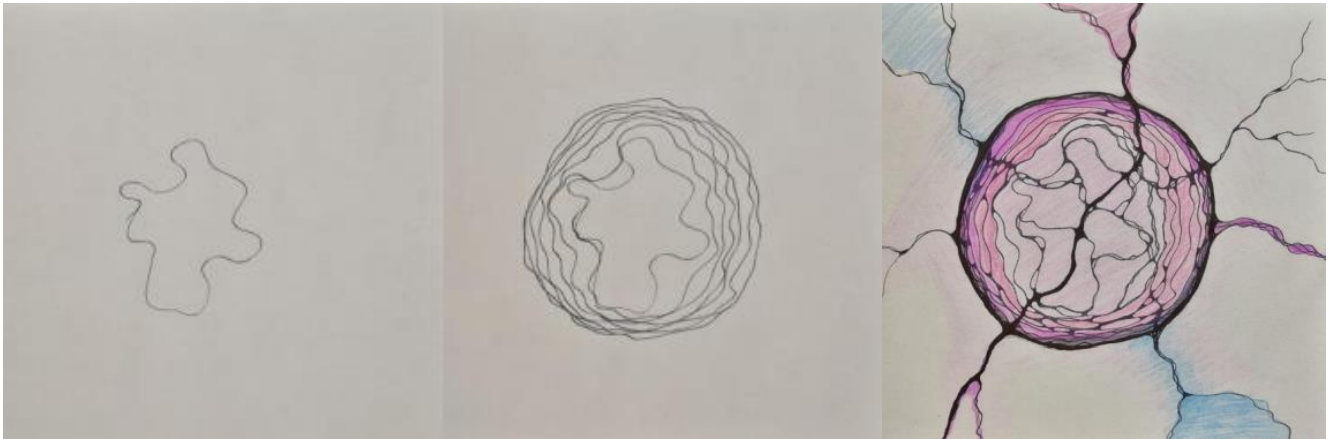


Нарисуйте три круга. 2 – это правый и левый глаза, третий выше и между ними - третий глаз. Мы знаем, что третий глаз – это эпифиз (шишковидная железа), которая реагирует на освещённость, как и обычные глаза, вырабатывает мелатонин и "видит" то, что происходит вне и внутри организма. Ощущение "предчувствия" связывают с этой железой. Внутри каждого круга нарисуйте глаза. Какая связь между этими глазами?



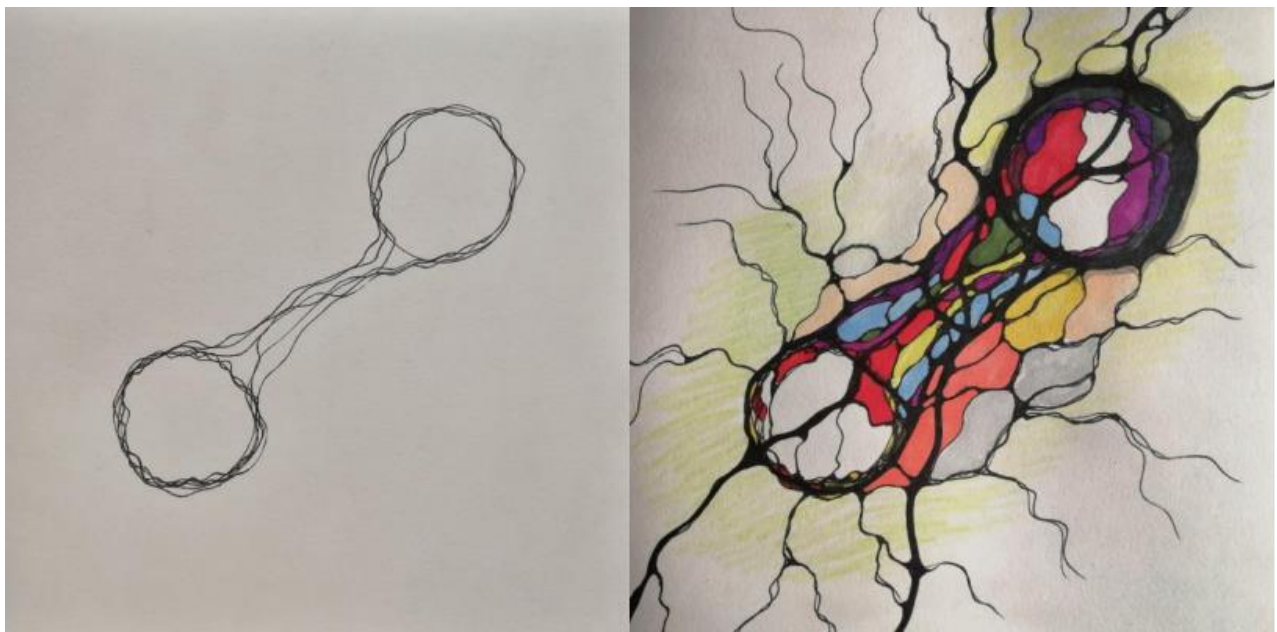
Алгоритм «НейроВзгляд»

Нарисуйте фигуру, олицетворяющую вас с тем уровнем зрения, который сейчас есть. Какая это фигура? О чем она вам говорит? Нейрографируйте её, трансформируйте постепенно увеличивая, пока рука сама не остановится. Рассмотрите получившуюся фигуру. Симметрично она? Соответствует она тому уровню, когда у вас чёткое и ясное зрение? Нравится вам эта фигура? Далее следуйте этапам базового алгоритма.



Алгоритм «Путь к четкому и ясному зрению»

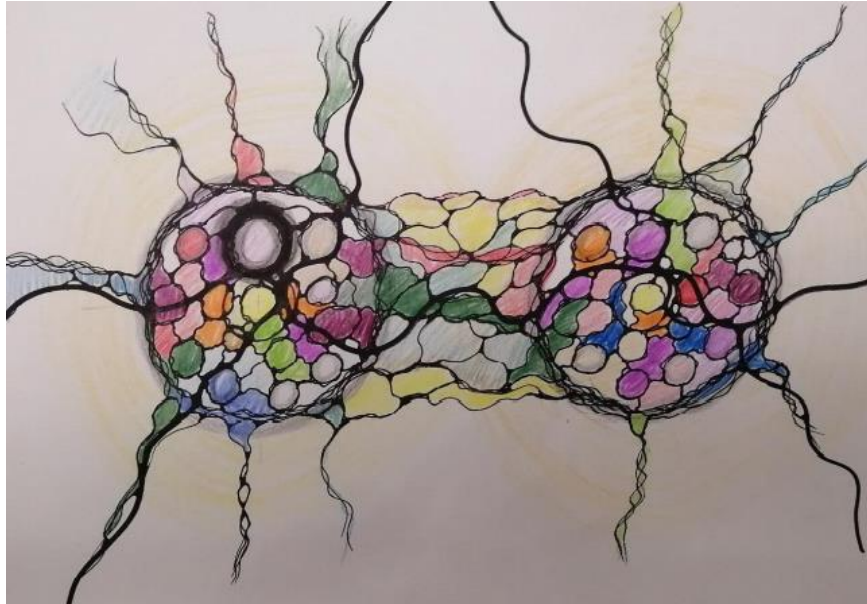
Нарисуй 2 объекта. Один – Ты с тем зрением, которое сейчас есть, а второй – Ты с идеальным, чётким и ясным зрением. Прострой нейролинии от одного объекта к другому. Тем самым сформируются новые нейронные связи и прокладывая путь к желаемому результату, к четкому и ясному зрению. Задавай вопросы, наблюдай, трансформируй и рефлексируй





Алгоритм «НейроРадужка»

Нарисуй два больших круга на листе. Это радужки глаз. Раздели их на 12 секторов, как циферблат часов. Внутри в виде круга Нарисуй небольшой зрачок. В каждый сектор внеси в виде фигур основные органы. Обращай внимание на симметричность фигур на правой и левой радужке. Помни про расположение органов согласно иридодиагностике.



Алгоритм «НейроЛотос Зрения»



В китайском буддизме восемь благоприятных символов представляют восемь внутренних органов тела Будды. Лотос отождествляется с печенью Будды. В восточной медицине острота зрения зависит от хорошей работы печени. Есть изречение: глаза подобны лотосам. Рисование лотоса позволяет «раскрыть» глаза и увидеть мир реальный, тот какой он есть на самом деле. Первый круг – это зрачок, второй – радужка, третий – глаз целиком, четвертый – поля зрения, доступная зона видения.



Алгоритм «НейроМандала Зрения»

Эта не классический вариант НейроМандалы. В классическом – 7 слоев и определенный порядок цветов. В данной НейроМандале пока шесть. Возможно, это количество изменится.

1. Зрачок
2. Радужка
3. Глазное яблоко
4. Периферическое зрение
5. Ближайшее виденье
6. Дальнее виденье

Цвет в каждый слой вносится тот, который необходим для восстановления четкого и ясного зрения. Моя дорогая Ириночка, ты на пути интересных событий.

Всё у тебя получится! Я желаю тебе смелости, лёгкости и радости! НейроГрафика тебе в помощь! Обнимаю тебя, твоя Я!

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



Автор:
Зиди Валерия
Супервизор:
Добровольская Татьяна

Тема:
Исследование нейрофизиологических эффектов
действия НейроГрафики на человека.

Ведение

Моя дипломная работа посвящена исследованию нейрофизиологических эффектов действия НейроГрафики на человека. Так же я затрагиваю теорию метода электропунктурной диагностики, как метода исследования. И путем сравнительного анализа показателей до рисования нейрографических алгоритмов и после, зафиксированных прибором «КАНО-3», на примере трех сессий с клиентом я показываю эффективность инструмента НейроГрафика. В процессе исследования использую прибор для измерения медленно изменяющихся показателей кожи в местах биологически активных точек, методом электропунктурной диагностики, основанным на корреляции между изменением электропроводности репрезентативных точек по И. Накатани и состоянием классических акупунктурных меридианов. Так как меридианы определяют функциональное состояние соответствующих им органов и систем организма.

На примере результатов шести диагностик, сделанных в ходе трех сессий с клиентом, я показываю, как изменяются показатели. Более подробное исследование раскрывается в практической части дипломной работы.

1. Знакомство с НейроГрафикой и ее эффекты в моей жизни

Еще в начале февраля 2021 года я ничего не знала о НейроГрафике, я даже слова никогда такого не слышала. Я жила в Италии, Тунисе. В связи в последними событиями в мире, мне с ребенком пришлось вернуться в Россию на неопределенный срок. Я продолжала работу в сетевом бизнесе, которым занималась последние 11 лет, но не очень активно, хотя даже в таком спокойном режиме, мне удалось достичь статуса «Бронзовый Директор». Я



подбирала Корректоры Функционального Состояния (КФС) с помощью компьютерной диагностики.

Стала специалистом разных методик естественного оздоровления и омоложения, благодаря постоянному стремлению к знаниям и желанию помогать людям. В моем арсенале было уже много разных инструментов таких, как тейпирование кинезио-тейпом, в том числе и лица, фэйс-фитнес, йога, авторские «прокачки» Корректорами Функционального Состояния, своя, авторская линия натуральной косметики для разных типов кожи. А также линия авторских натуральных продуктов для поддержания чистоты дома. И еще дыхательные практики и многое другое, которое я успешно комбинировала и достигала прекрасных результатов со своими клиентами. Параллельно я вела блог о практическом применении КФС в повседневной жизни.

Четвертого февраля я опубликовала статью, где выдвинула гипотезу о том, почему КФС могут воздействовать на субъект дистанционно, где в пример привела двоичный компьютерный код, круги и линии. В этот же день мне попала реклама интенсива Оксаны Авдеевой, которую я хорошо знала по ее деятельности, связанной с КФС, так как мы работали в одной компании, где она тоже являлась «Бронзовым Директором». От нее я впервые услышала о НероГрафике, и моя жизнь изменилась навсегда!

Пройдя трехдневный интенсив, я сразу пришла на курс «Пользователь», где меня поразила базовая теория НейроГрафики. Теория о кругах и линиях, двоичном коде, подтвердила то о чем я писала в начале февраля. Я поняла, что нашла, что-то невероятное, что-то настоящее — что-то МОЕ!

Закончив курс и получив сертификат пользователя метода, в начале марта я попадаю на конференцию «Инструктор НейроГрафики- Территория Любви». Я прорисовала все алгоритмы со всеми инструкторами, поучаствовала во всех конкурсах и четко решила идти на Специалиста метода. Удивительно было то, что я чувствовала, как-будто горная река подхватила меня и несет, и все события проносятся так быстро, что окружающий ландшафт превращается в фон, когда ты сплавишься по горной реке, успеваешь смотреть только вперед и поправлять свой рафт веслом. Я не теряла время на поиск бесплатного контента в интернете, мой внутренний голос говорил, что настоящее не бывает даром. И 10 марта я пришла в группу «Специалист» от Института на 30-й поток.



Благодаря удивительной организации процесса обучения, я смогла не ожидая занятий своего потока еще три недели, а сразу начать заниматься по записям, что я и сделала.

Я придумала свою методику «Работа с КФС во время рисования НейроГрафики», апробированную на десятках «холодных» клиентов, с которыми работала. Легко и результативно получилось связать НейроГрафику с моей деятельностью. Работала много и интенсивно, и уже 5 апреля отправила отчет на 50 листах. 6 апреля было только второе занятие моего потока совместно с Инструкторским курсом.

И это время мне приходит новость, что я стала победителем главного конкурса весенней конференции и обладателем сертификата для обучения на Инструкторском курсе, а также я выиграла Гран при в конкурсе «Все рисунки». И еще два приза за лучшие рисунки по авторским алгоритмам инструкторов НГ. Благодаря этой конференции и алгоритмам курса «Специалист», мне удалось проработать тему «Я прощаю себе неуспехи» и простить себя за неудачные инвестиции, для чего мне понадобилось нарисовать 43 работы.

Чувствовала, что устала, так как работала очень много. Решила сделать один день выходной и поехать в Ростов-на-Дону. Поездка получилась более чем удачная. Я провела прекрасный мастер-класс по своей методике, хотя не планировала, сменила обстановку и пообщалась с приятными людьми. Вернулась и ещё успела попасть на второе занятие Павла Михайловича по курсу «Специалист» #30. На следующий день я проснулась без чувства вины за финансовый крах, мне было легко и радостно. Я была полна идей и новых проектов.

Но после очередной коучинговой сессии с клиенткой, мне пришла мысль о том, что сейчас я потрачу много сил психических, физических, времени и средств для осуществления новых проектов в качестве «Специалиста», а статус и права меня уже не устраивают! Мне пришел инсайт, что я могу сделать тоже самое, но уже в качестве Инструктора. Так зачем же идти долгой дорогой, когда есть возможность сделать «СТАРТ» ярким и быстрым?!

Пошла на вторую конференцию «Быть или Быть?», потому что алгоритмов и знаний мне уже не хватало. Опять порисовав со всеми инструкторами по несколько раз, я открыла для себя самый удивительный алгоритм - «Линия Времени», который стал для меня судьбоносным! Первый раз я рисовала этот алгоритм на втором дне конференции с Еленой Дьяченко, а затем сразу с Павлом Михайловичем.



Я не была уверена, что пойду на Инструктора, просто начала рисовать. Взяла промежуток 8 месяцев. Вдохновение пришло на «Композиции».

Я почувствовала, что рисую «стратегическую карту своего военного наступления», где итоговым результатом должна стать ПОБЕДА - диплом Инструктора и окончательная и незамедлительная капитуляция моего ВРАГА-чувства вины за прошлые неудачи! Распределение ресурсов, энергии, потоки и контрпотоки. Я так увлеклась, что совсем было не важно есть ли эти события в моей жизни или нет.

Рисунок меня поразил простотой, четкостью и глубоким смыслом! У меня и ранее были мысли идти на «Инструктора», но присутствовали страх и неуверенность, которые меня сдерживали. В голове звенело: «Ты же победила в главном конкурсе конференции, разве это не знак Свыше?!». Весь день 7 апреля меня ещё мучили сомнения, но неожиданная приятная новость окончательно убедила меня идти! И на следующий день я уже на Курсе «Инструктор 2021». «ФЕНОМЕН КОНФЕРЕНЦИЯ»- изменил мою жизнь.

В процессе работы над кейсом поменялась тема «Я прощаю себе неуспехи» поменялась на «Я достигаю новых вершин». И правда, поступить на курс- это уже большой успех! Всего сделано по моему кейсу: 43 работы из них 19 со спикерами конференции. Если бы я не попала на весенние конференции, то моя жизнь вряд ли так круто поменялось. Назад дороги НЕТ- я и мои проекты обречены на успех! Я уже чувствую себя успешной, сильной и свободной от страхов и предрассудков.

Огромная благодарность за организацию таких конференций, они нужны людям! Благодарю за оказанное мне доверие руководства Института и организаторов конференции, которое я несомненно оправдаю, РАДИ ВСЕОБЩЕГО БЛАГА!

Благодаря знаниям, которые я получила на курсе, я уже успешна, нахожу нестандартные решения задач, лучше понимаю себя и окружающий мир. Еще больше полюбила людей и научилась открыто и правильно выражать свои чувства. Конечно, впереди длинный путь длиною в жизнь. Но я вижу свои цели на 20 лет вперед, понимаю, куда мне нужно двигаться и к чему стремиться. А главное понимаю, какой я хочу и должна быть для достижения этих целей.



2. Теория используемых методов

2.1 Описание метода электропунктурной диагностики

Основы электропунктурной диагностики были заложены в 50-х годах двадцатого столетия японским врачом - исследователем Йошио Накатани. Проводя измерения во время обследования больных с заболеваниями внутренних органов, он обнаружил последовательность кожных участков с высокой электропроводностью. Этот феномен получил название «риодараку» - хорошо проводящая линия.

Дальнейшие исследования показали, что различные заболевания проявляются трансформацией электрокожного сопротивления в определенных точках, топографически совпадающих с ходом классических акупунктурных меридианов. Поэтому в диагностических целях стали использовать корреляции между изменением электропроводности в репрезентативных акупунктурных точках (АТ) и состоянием классических акупунктурных меридианов, «определяющих» функциональное состояние соответствующих им внутренних органов и систем организма. С тех пор география применения метода Й. Накатани значительно расширилась, что связано с относительной простотой метода и оперативностью получения информации о состоянии здоровья пациента. Вместе с тем появилось множество модификаций измерения электропроводности в АТ.

Авторами методических рекомендаций, на которые я опираюсь в процессе проведения диагностики, проведена работа по изучению и дальнейшему совершенствованию метода Й. Накатани.¹

Я применяю метод электропунктурной диагностики в мониторинговом режиме во время рисования нейрографических алгоритмов для коррекции психологического и физического состояний клиентов. До начала процесса рисования и после него я делаю диагностику. Это позволяет через определение состояния классических акупунктурных меридианов оценить функциональное состояние организма клиента до и после процесса рисования. А так же для индивидуального подбора Корректоров Функционального состояния С.В. Кольцова для корректировки функционирования органов и систем организма и контроля результатов.

Приведенные в методических рекомендациях алгоритмы интерпретации данных электропунктурных измерений дают возможность определять функциональные нарушения в акупунктурных меридианах.



При этом учитывается весь комплекс факторов, определяющих состояние основных меридианов. Были разработаны режимы электропунктурного воздействия на АТ, позволяющие устранить влияние эпидермального слоя кожи и осуществлять воздействия, соответствующие классическим способам «возбуждения» и «торможения». Предлагаемые варианты выбора и сочетания АТ проверены в клинической практике и позволяют проводить электропунктурную терапию широкого круга заболеваний. Так же в методических рекомендациях предложены формулы, описывающие карту И. Накатани для ее компьютерной реализации. Новым является применение метода в мониторинговом режиме до начала рисования НейроГрафики и после.

2.2 Теория метода НейроГрафика

Научная школа и все направления коучинга в Институте Психологии Творчества основываются на теории «Метамодерна» Павла Михайловича Пискарева.

«Теория описывает целое, состоящее из простых элементов, которые в совокупности не только помогают увидеть мир и происходящие процессы более полно, но и помогают определить наше местоположение относительно того, что было и возможно будет. Это дает структурность мышлению и уверенность в будущем.

Основным методом является Парадигмальный анализ —это способ рассматривать различные феномены жизни через четыре качественные парадигмы, этапы развития или состояния.»² Этот метод признан в науке, и на данную тему вышли монографии, ряд научных статей, защищены диссертации в том числе и докторские.

В Институте Психологии Творчества Павла Пискарева 4 направления коучинга, как практической философии: НейроПластика, НейроГрафика, НейроДизайн и НейроНавтика. Во всех четырех школах даются знания о том, как каждый человек может достичь состояния счастья, научиться сохранять это состояние, и затем обучать других. Направленность знаний с помощью инструментов, изучаемых в ИПТ, позволяет решать вопросы о том, как достичь счастья и успеха в самых разных сферах жизни.

Одним из таких инструментов является НейроГрафика, созданная П. М. Пискаревым 29 апреля 2014 года.



Нейрографика — графический метод организации мышления, трансформации своего состояния и отношения к проблеме без слов и понятийного процесса. Это контакт со своим подсознанием через рисование. Мы выражаем свои переживания и трансформируем их через изображение.

Нейрографика дает возможность снять внутренние ограничения и сформировать новый

2.2 Теория метода НейроГрафика

Научная школа и все направления коучинга в Институте Психологии Творчества основываются на теории «Метамодерна» Павла Михайловича Пискарева.

«Теория описывает целое, состоящее из простых элементов, которые в совокупности не только помогают увидеть мир и происходящие процессы более полно, но и помогают определить наше местоположение относительно того, что было и возможно будет. Это дает структурность мышлению и уверенность в будущем.

Основным методом является Парадигмальный анализ — это способ рассматривать различные феномены жизни через четыре качественные парадигмы, этапы развития или состояния.»² Этот метод признан в науке, и на данную тему вышли монографии, ряд научных статей, защищены диссертации в том числе и докторские.

В Институте Психологии Творчества Павла Пискарева 4 направления коучинга, как практической философии: НейроПластика, НейроГрафика, НейроДизайн и НейроНавтика. Во всех четырех школах даются знания о том, как каждый человек может достичь состояния счастья, научиться сохранять это состояние, и затем обучать других. Направленность знаний с помощью инструментов, изучаемых в ИПТ, позволяет решать вопросы о том, как достичь счастья и успеха в самых разных сферах жизни. Одним из таких инструментов является НейроГрафика, созданная П. М. Пискаревым 29 апреля 2014 года.

Нейрографика — графический метод организации мышления, трансформации своего состояния и отношения к проблеме без слов и понятийного процесса. Это контакт со своим подсознанием через рисование. Мы выражаем свои переживания и трансформируем их через изображение.



Нейрографика дает возможность снять внутренние ограничения и сформировать новый нейронный контур, благодаря тому, что в работу включаются зеркальные нейроны. Нейронная сеть узнает сама себя, и все новые впечатления моментально встраиваются в новую нейронную сеть.

Основу языка составляют 4 элемента-архетипа: круг, треугольник, квадрат и специальная нейрографическая линия, обладающая двумя характеристиками.

«Нейрографическая линия (линия Пискарёва)– главный актив нейрографики, проекция мысли на лист бумаги. С ее помощью мы можем видеть, как развивается наше мышление и воображение. Нейрографическая линия уникальна, так как включает незадействованный потенциал мозга»³.

Нейрографическая -это линия, которая не похожа сама на себя на каждом участке своего движения, и ведем мы ее туда, где не ожидаем увидеть. Именно она позволяет менять шаблоны и открывать новые возможности на пути к цели, трансформировать сложившиеся нейронные связи и создавать новые.

Когда мы задаем смысл фигурам, сознание фиксирует эту связь, и у нас появляются эмоции по отношению к каждой фигуре. Создавая на листе композиции из простых фигур и соединяя их линией, мы формируем впечатления. Таким образом мы создаем простой графический код изменений для сознания. Происходит перенастройка нейронных связей, и мы начинаем думать и действовать по-другому, что естественным образом меняет нашу реальность. Мы принимаем нестандартные решения, тем самым все происходящие в нашей жизни процессы становятся более эффективными.

Рисую, мы меняем впечатления о реальности и формируем новые. А впечатления являются производными для мышления, следовательно мы создаем новую систему мышления. Базовый уровень знаний по НейроГрафике заложен в курсе «Пользователь», на котором происходит знакомство с Алгоритмом Снятия Ограничений и Алгоритмом Выявления Намерений. Очень важные вещи для человека:

1. Снимать ограничения: страхи, обиды, тревоги, раздражение, ревность, и др. негативные состояния

2. Выявлять намерения. Если вы умеете выявлять свои намерения, которые запечатаны внутри вас в бессознательном, то вы можете открывать силу жизненного потока, находиться в нем.



Уже эти, относительно небольшие, знания дают нам возможность убрать сомнения, снять блоки, построить свое новое состояние перейти в состояние достижения результата. Этот метод помогает нам начать жить полной счастливой жизнью. Во время рисования мы четко следуем по 7 этапам базового алгоритма, что дает нам шаг за шагом возможность подключать глубокие слои подсознания, распечатывать потенциал и энергию для реализации наших задач. Отследить изменение состоянием мы можем при помощи рефлексии по четырем фокусам внимания: Тело- Эмоции- Ментальность- Смыслы, которая опирается на модель развития личности по методу парадигмального анализа: Телесность- Чувства- Интеллект- Душа.

1.Первый этап- «Телесность». Есть тело, и без тела человека не существует.

2. Второй этап – «Чувства». Есть чувства – это второй квадрант, проекция телесного опыта человека на его сознание.

3. Третий этап – «Интеллект» Есть мышление, существующее для того, чтобы человек мог приспособиться, а также сохранить и реализовать в этом мире себя и свои идеи.

4. Четвертый этап – «Душа». Это понятие, которое до настоящего нигде в модель личности не встраивалось, поскольку считалось абстрактной духовной категорией. Можно сказать, что четвертый квадрант - это чистая энергия.

Визуальный, вербальный тесты по четырем фокусам внимания дают нам возможность отследить , что происходит в теле, какие присутствуют чувства и эмоции, и какие мысли, образы и смыслы мы в этом видим. А метод электропунтурной диагностики помогает увидеть изменения на энергетическом уровне, происходящие в процессе рисования НейроГрафики, и выявить наличие определенных нейрофизиологических эффектов ее действия на человека.



3. Практическая часть исследования

3.1 Ход проведения исследования:

Ход проведения исследования:

1. Клиент обращается с запросом
2. Проводится визуальная и вербальная диагностика.
3. Клиент обследуется с помощью прибора, использующего метод электропунктурной диагностики до процесса рисования Нейрографического алгоритма
4. Подбирается соответствующий данной теме алгоритм
5. Выполняется рисование по подобранному для данной темы алгоритму НейроГрафики, в зависимости от темы.
6. Проводится обследование клиента с помощью прибора методом электропунктурной диагностики после процесса рисования Нейрографического алгоритма
7. Проводится заключительная визуальная и вербальная диагностика.
8. Полученные результаты сравниваются и анализируются.
9. Делается общее заключение на основе полученных данных. Дата проведения первой диагностики: 22.08.2021 Клиентка - женщина 38 лет, теплый клиент

Жалобы по самочувствию: Обострение хронической формы Атипического Дерматита, депрессивное состояние, нервозность, недовольство своим внешним видом, покраснение, сухость, шелушение и зуд кожи лица.

Общее состояние на начало сессии: Клиентка крайне раздражена, нервничает, все время чешет лицо. Ее посещают деструктивные мысли. Она чувствует безысходность и говорит, что не верит в позитивное изменение ситуации по здоровью.

Проводится первая диагностика по методу И. Накатани. Результаты обработаны с помощью компьютерной программы «Мой Домашний Доктор 2010» и приведены на рисунках 1 и 2 Рисунок 1 отражает данные по Аурограмме, Отклонения по меридианам, Диаграмму Накатани по меридианам, и состояние внутренних органов/систем по их энергетическому статусу. Рисунок 2 содержит в себе данные о работе чакр — основных энергетических центров и изображение ауры клиента в виде сетчатой структуры, которая в идеальном состоянии должна быть в форме вытянутого сфероида, но меняет свою конфигурацию, реагируя на электрические



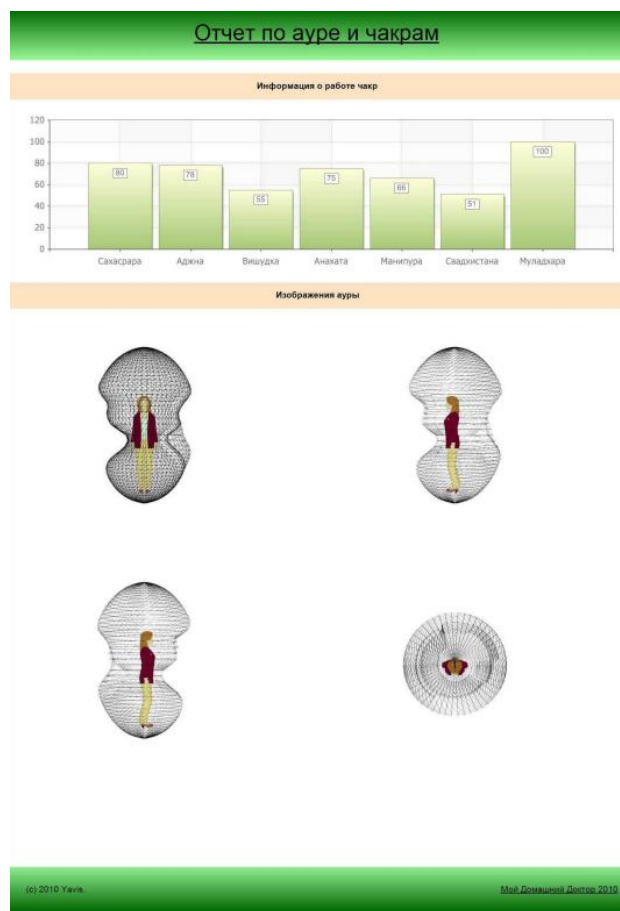
импульсы органов и систем, в которых присутствуют проблемы. Даю краткое заключение на основе первоначального обследования. По Аурограмме видно наличие воспалительного процесса в носоглотке и кишечнике, о чем говорит резко направленные в сторону женской фигуры углы красного цвета.

По радиальной диаграмме можно сказать, что хронические процессы протекают в органах и системах, относящихся к меридианам: TR - эндокринной системы и GI - толстого кишечника. Меридиан печени F - находится в красной зоне, по левой и правой стороне расположения меридиана показатели выше 20, что гораздо выше нормы - столбцы обозначаются красным цветом. В меридиане желчного пузыря — VB- показатель справа 19.2, что тоже выше верхней границы нормы 12 единиц. В меридиане эндокринной системы или «трех обогревателей» - правый показатель -18,8 и в меридиане GI- толстого кишечника правый показатель - 15,7 , что тоже является отклонением от нормы.

Из таблицы отклонений по органами системам следует, что показатель по печени -11, по носоглотке- 14, по наличию аллергии и избытка шлаков - 16, по кишечнику -19 — выше нормы. По рисунку 2 можно отметить, что распределение энергии в чакральной системе неравномерно. Вторая чакра- Свадхистана и пятая- Вишудха работают на 50 %. А сетка сфероида ауры сильно перетянута в области низа живота- второй чакры и в области горла — пятой чакры.



Рисунок 1 Результаты первой диагностики⁴



Предлагаю клиентке порисовать Алгоритм Снятия Ограничений. Тему определяем на основе данных первоначального исследования.

1. Тема: «Избавление от аллергии, мои здоровые кишечник и печень». Клиентка крайне раздражена, нервничает, все время чешет лицо. Ее посещают мысли: «Как мне это все надоело!» чувствует безысходность и говорит, что не верит, что может что-то поменяться.

2. Выброс: Делает очень интенсивно, рвется бумага, подклеиваем. Лицо сильно покраснело, чувствует сильный жар, глубоко дышит. После выброса ей становится легче, дыхание восстанавливается, жар уходит, клиентка успокаивается.

3. Сопряжение: Округляет. Чувствует, что приходит удовлетворение и умиротворение, кожа лица постепенно перестает гореть и чесаться. У клиентки наблюдается процесс интенсивного слюноотделения,



4. Интеграция

4.1 Фигура и фон: добавляет линии в фон, растягивает выброс, напряжение уходит, ей становится радостно. Дыхание глубокое и спокойное. Приходит образ голубого неба и белых пушистых облаков.

4.2 Архетипирование: Цвет выбирает произвольно: голубой, светло-фиолетовый, розовый. Затем добавляет зеленый и перекрывает весь розовый, получая коричневый. Чувствует вдохновение и радость. Дышит легко и глубоко, зуд прошел, кожа начала светлеть.

5. Линии поля: наполняют ее тело энергией, она выпрямляет спину, дышит глубоко. Нервозность и напряжение ушли, чувствует восторг и воодушевление. Мысль: «Твоя аллергия из-за нервов. Будь спокойна, и лицо будет прекрасно».

6. Фиксация: фиксирует зелено-фиолетовый круг, добавляет коричневого. Говорит, что цветовая гамма не ее, но на удивление ей очень нравится. Мысль: «Мы получаем нето что хотим, а что нам нужно». Улыбается и радуется проделанной работе

7. Тема 2.0: Клиентка поняла, что если будет контролировать эмоции, то аллергии не будет. Она очень гневливая, и поэтому возникают проблемы с печенью и кишечником. Ей приходят образы цветущего сада, мысли не путаются, нет негативного окраса в мыслеобразах. Она светится от счастья. Очень довольна собой и рисунком.

Делается повторное обследование с помощью прибора. Вторая и третья сессии проводятся 20 и 26 сентября. Ход исследования полностью повторяется по аналогии с первой, так как нам важно выявить закономерное повторение. Состояние клиентки на начало второй сессии: она более одухотворена, виден позитивный настрой на рисование, но испытывает волнение. На лице коже слегка покрасневшая, но зуда нет. Оно связано с признаками аллергии на лице. Клиентка уже не считает, что ситуацию не изменить. Провожу первичную диагностику. Затем рисуем АСО на ту же тему «Избавление от аллергии, мои здоровые кишечник и печень». Делается повторное обследование с помощью прибора.

Состояние клиентки на конец сессии: Волнение ушло, она вдохновилась, испытывает радость чувствует приток энергии, ее тело находится в приятном расслаблении. Зуда нет, кожа лица приобрела ровный розовый оттенок.



Состояние клиентки на начало третьей сессии: она спокойна и доброжелательна. Говорит, что в основном пребывает в отличном расположении духа. Стала более спокойна. Говорит, начались изменения и в ее профессиональной деятельности. Немного чешется лицо, но сильного покраснения не наблюдается.

Делаем первичную диагностику. Затем рисуем АСО на ту же тему «Избавление от аллергии, мои здоровые кишечник и печень». Затем проводится повторное обследование с помощью прибора.

Состояние клиентки на конец сессии: При помощи вербального и визуального теста можно отследить улучшение состояния клиентки. Характер мыслей несет явно положительную направленность. Она радостна, дышит легко и глубоко. Зуда нет, кожа лица равномерно розового цвета без красных пятен.

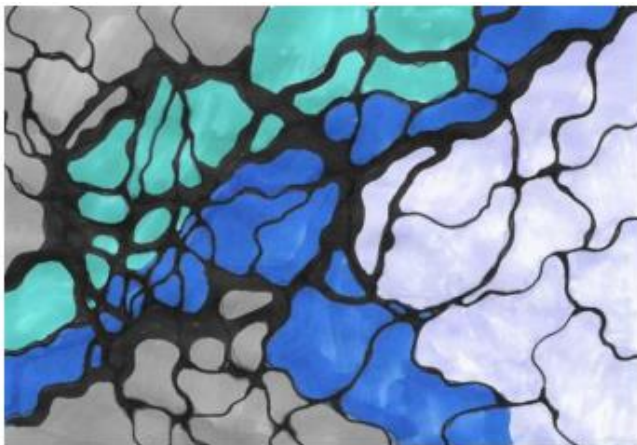


Рисунок с первой сессии



Рисунок со второй сессии



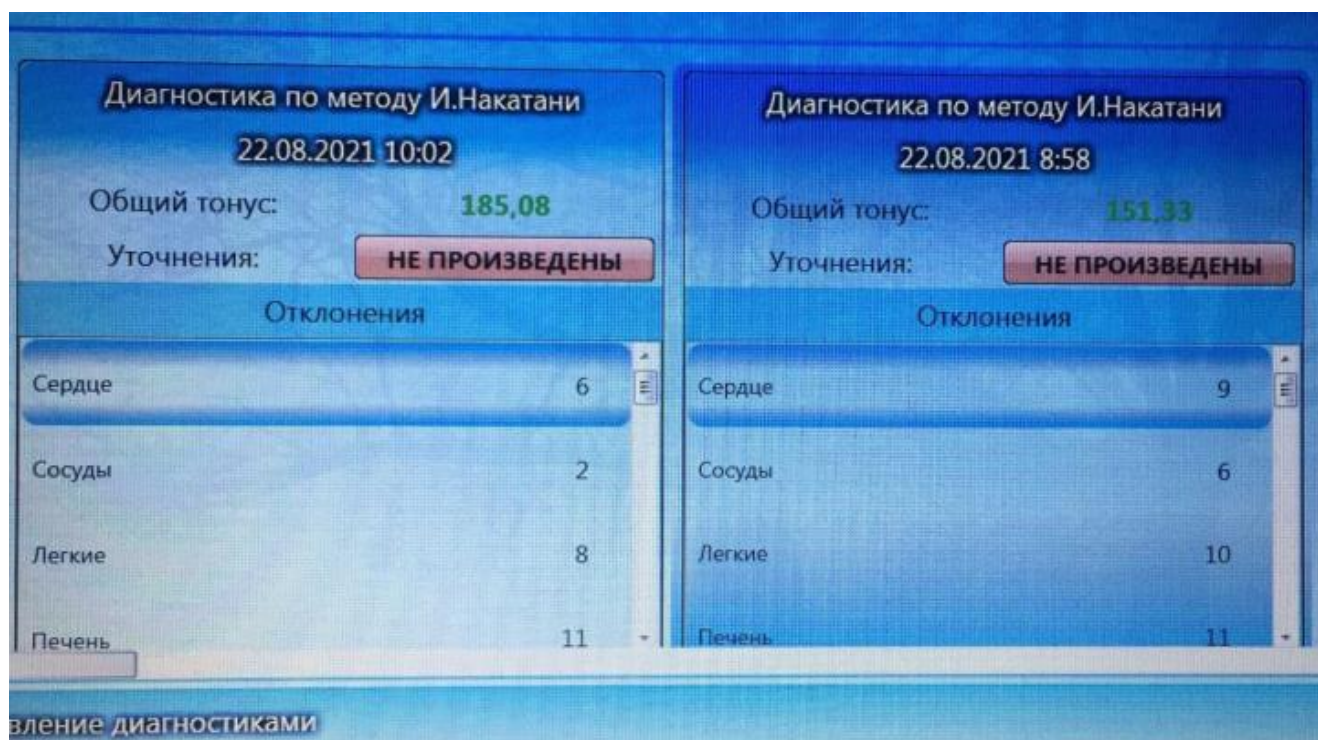
Рисунок с третьей сессии



3.2 Анализ результатов

В целом самочувствие клиентки улучшилось, чувство безысходности и нервозность ушли. Она в прекрасном настроении, испытывает вдохновение и радость. Зуд прошел и кожа на лице стала светлой. Она очень довольна своим отражением в зеркале. Улыбается и шутит.

Рисунок 3



По результатам повторной диагностики прибором можно сказать, что увеличился общий энергетический тонус со 151,33 до 185,08. Клиентка чувствует прилив сил и наполнена энергией.

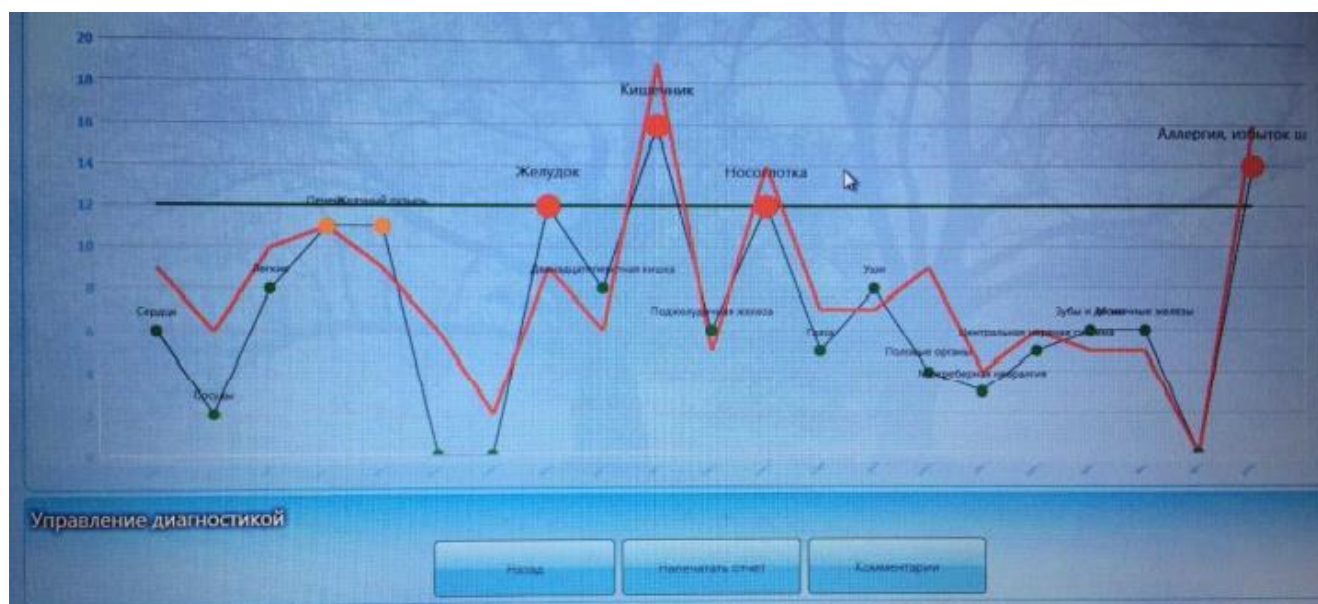


Рисунок 4



Произошли изменения по показателям органов и систем. На картинке график красного цвета означает, что было до рисования НейроГрафики, а график с цветными точками показывает, как стало после. Показатель «Кишечник» - опустился с 19 до 16. Показатель «Аллергия, избыток шлаков» - с 16 до 14. По опыту, могу сказать, что этот показатель очень трудно изменить, даже оздоровительными процедурами. Показатель «Носоглотка» - с 14 до 16. Поднялся показатель «Желудок» с 8 до 12, что еще находится в пределах верхней границы нормы. Во время рисования у клиентки наблюдался процесс интенсивного слюноотделения, после рисования, она стала испытывать чувство голода. С этим и может быть связано повышение этого показателя.



Рисунок 5

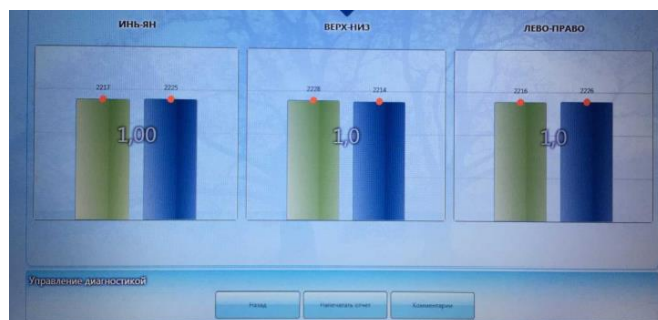


Рисунок 6

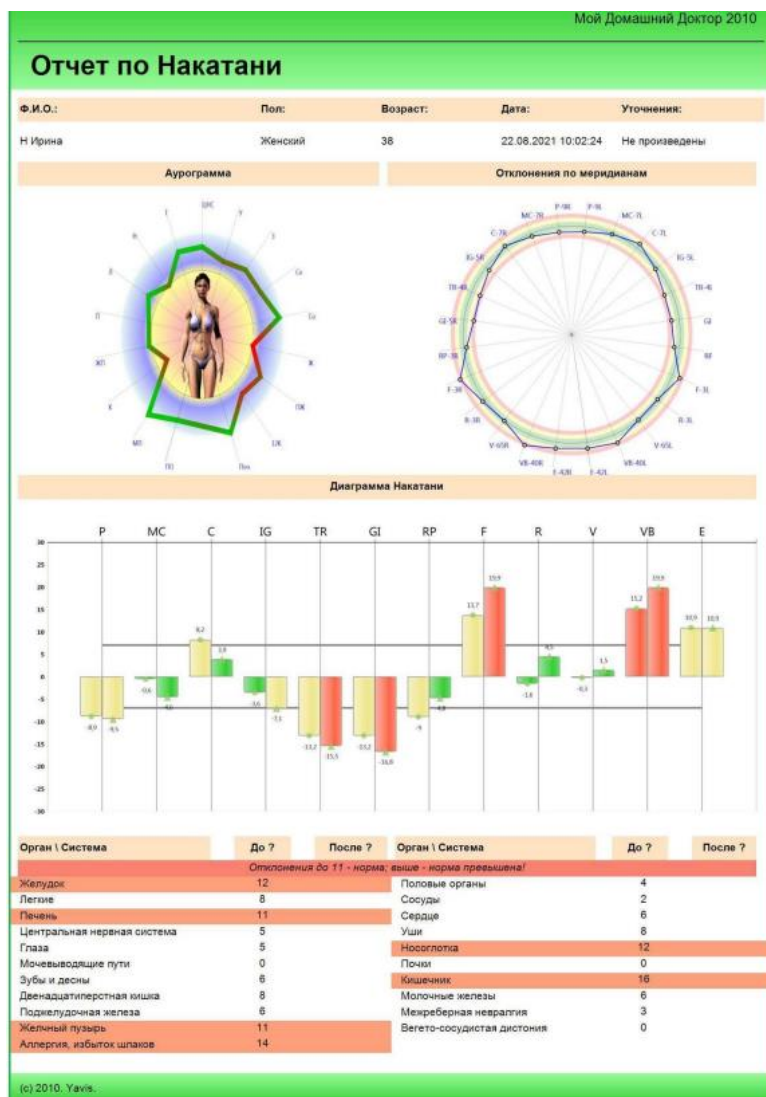
Анализируя рисунки 5 до рисования и 6 после рисования, где показано соотношение и распределение энергий между органами Инь-Ян, между органами нижней и верхней частями туловища относительно среднего уровня в области третьей чакры и между органами располагающимися справа и слева от условной вертикальной оси вдоль тела, можно отметить выравнивание столбцов показателя «верх-низ» от 0,9 до 1,0 - есть идеальное соотношение.



Рисунок 7



Рисунок 8



По итогам сравнительного анализа показателей энергетического потенциала АТ на рисунках 7 до рисования и 8 после рисования, могу сказать, что распределение энергии по меридианам стало происходить более гармонично, нет большой разницы между показателями отдельных АТ. А более плавный график рисунка 8, говорит о выравнивании распределения интенсивности энергетических потоков, проходящих по исследуемым меридианам.

Рисунок 9

На основе сравнительно анализа показателей на рисунках 1 и 9, которые были получены в ходе обследования, могу сделать вывод, что произошло изменение конфигурации Аурограммы в области «К» -кишечника, угол стал менее острым, цвет изменился с красного на коричневый, который приближен к норме-зеленому. Графическое изображение показателя желудка «Ж» и поджелудочной железы «ПЖ» наоборот приобрели более красный оттенок.

Общее кольцо радиальной диаграммы отклонений по меридианом стало более ровное, красные, оранжевые и зеленые круги стали более узкими и отодвинулись ближе к внешней окружности, что говорит об увеличении общего энергетического тонуса. Показатель TR -меридиана эндокринной системы, GI -меридиана толстого кишечника и F -меридиана печени из красной зоны переместились в желтую — это улучшение. А С – показатель меридиана сердца из оранжевой в зеленую, что тоже говорит об улучшении.



По диаграмме Накатани можно отметить следующие улучшения:

Столбцы меридиана печени F — изменились с 20, 4 левый и 20,8 правый на 13,7 и 19,9 соответственно. Левый столбец меридиана желчного пузыря VB- с 19,2 до 15,2, произошло выравнивание высоты столбцов, это тоже хороший показатель, потому что большая разница между левым и правым аспектом меридиана не допустима. Меридиан почек R – с 7,8 и 9,9 стал -1,6 и 4,5 и приобрел зеленый цвет. А так же можно отметить положительные изменения по меридианам сосудистой системы MC, тонкого кишечника -IG, эндокринной системы - TR и толстого кишечника — GI.

По таблице отклонений по органам и системам можно отметить положительные изменения: Показатель «Кишечник» -опустился с 19 до 16. Показатель «Аллергия, избыток шлаков -с 16 до 14. Показатель «Носоглотка» - с 14 до 16.

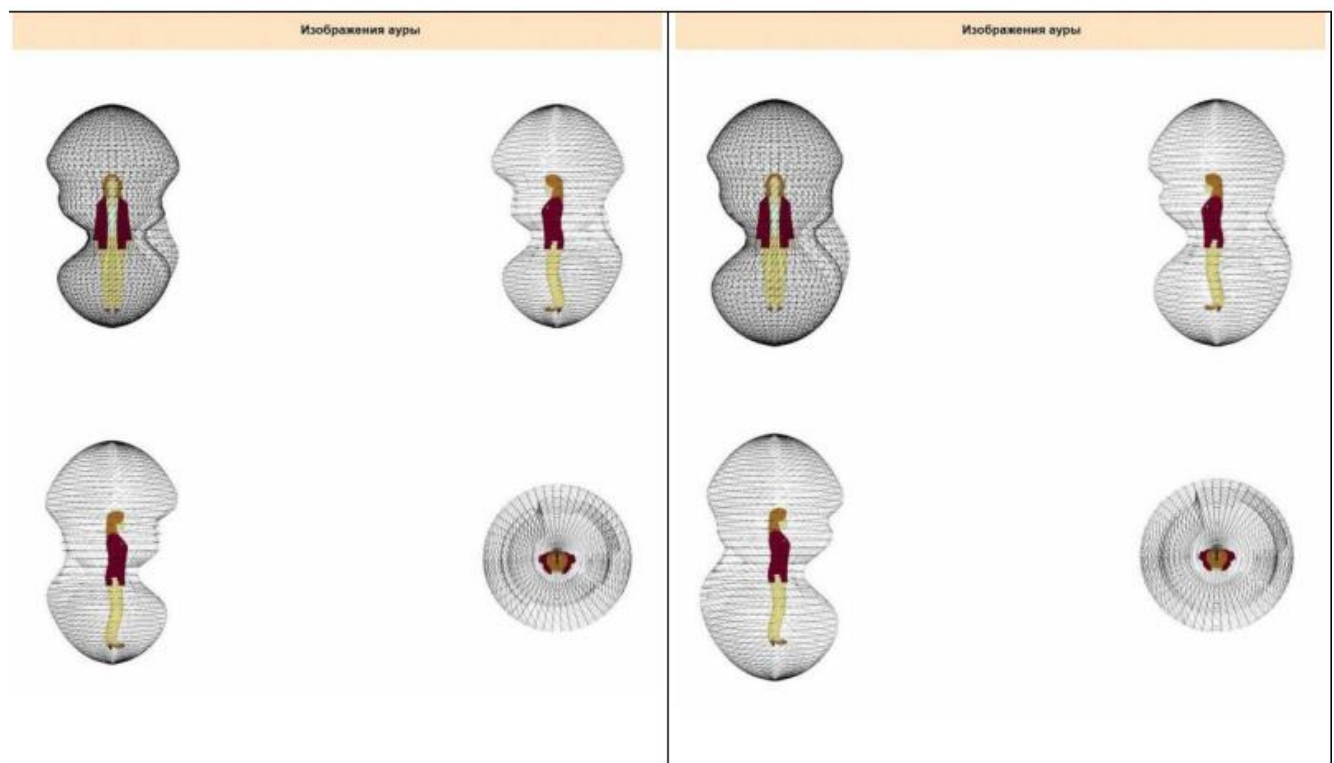


Рисунок 10

Рисунок 11

На рисунках 10 и 11 изображено, как прибор считывает энергетическую оболочку клиентки. В идеале это должен быть ровный сфероид, но конфигурация формы изменяется в зависимости от наличия проблем в той или иной системе. Видно увеличение объема сфероида в районе четвертого, второго энергетических центров по передним и задним аспектам и снизу под ногами модели женской фигуры.



Зиди Валерия. Исследование нейрофизиологических эффектов действия НейроГрафики на человека.

Всего было проведено 3 сессии и 6 исследований методом электропунтурной диагностики. По результатам всех повторных диагностик, зафиксированы изменения в сторону улучшения показателей по множеству аспектов. Наилучшие изменения зафиксировано по меридианам MC — сосудистой системы, VВжелчного пузыря, F - печени, E - желудка, IG - тонкого кишечника, эндокринной системы - TR и толстого кишечника — GI. Каждый раз после рисования НейроГрафики по итогам диагностики у клиентки наблюдалось повышение общего энергетического тонуса.

Первичная диагностика 20.09.2021

Повторная диагностика 20.09.2021



Рисунок 12

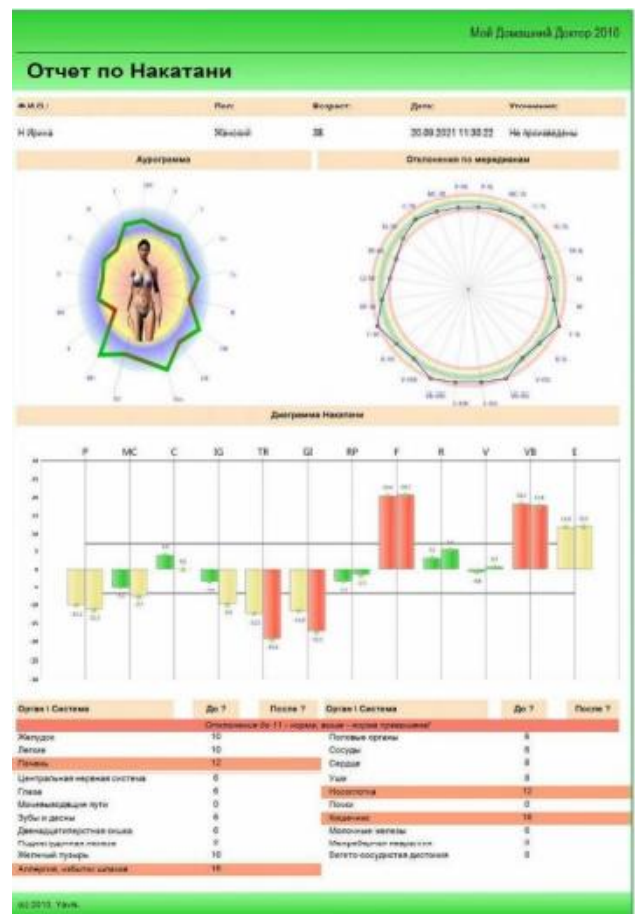


Рисунок 13



Первичная диагностика 26.09.2021

Повторная диагностика 26.09.2021



Рисунок 14



Рисунок 15

Заключение:

На основе наблюдения за общим состоянием клиентки и результатов диагностирования за несколько сессии, направленных на исследование нейрофизиологических эффектов действия НейроГрафики на человека, могу сделать следующие заключения: Общее самочувствие клиентки улучшилось, чувство безысходности ушло, мыслительный процесс стал носить явно позитивную направленность. Клиентка чувствует прилив сил и наполнена энергией. Пребывает в хорошем расположении духа. Кожа лица стала светлой, зуд ушел.

А также путем сравнительного анализа показателей результатов до рисования и после, зафиксированных прибором, использующим метод электропунктурной диагностики, основанным на корреляции между изменением электропроводности репрезентативных точек по И. Накатани и состоянием классических акупунктурных меридианов, «определяющих» функциональное состояние соответствующих им органов и систем организма,



можно отметить, что найден баланс между энергетическими статусами органов и систем тонкого энергетического уровня. А так же произошло улучшение по множеству показателей исследуемых меридианов, органов и систем. Следовательно предполагая взаимосвязь тонкого энергетического и физического аспектов человека, можно ожидать положительные изменения на физическом плане, при условии регулярного рисования НейроГрафики.

Таким образом с помощью проведенного исследования, мною было доказано наличие положительных нейрофизиологических изменений состояния человека, к которым ведет процесс рисования НейроГрафики. Можно сказать, что это является основанием для продолжения исследований в этом направлении.

¹ Гаврилова Н.А. врач-рефлексотерапевт высшей категории , канд. мед. наук Коновалов С.В., Резаев К.А., Гаврилов А.П., Фадеев А.А., канд. мед. наук Дубова М.Н., доктор мед. наук Мейзеров Е.Е. Электropунктурная диагностика по методу И. Накатани, Методические рекомендации № 2002/34. -Москва. Министерство Здравоохранения Российской Федерации Научно-Практический Центр Традиционной Медицины и Гомеопатии, 2002. -32с.

² Павел Пискарев. «Метамодерн. Счастье в квадрате»/ Павел Пискарев. - Москва: Эксмо, 2020.-147с.

³ Пискарев П. «Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений»/ Пискарев П. - Москва: Эксмо, 2020,106с.

⁴ Все материалы используются с разрешения клиентки.



Список литературы:

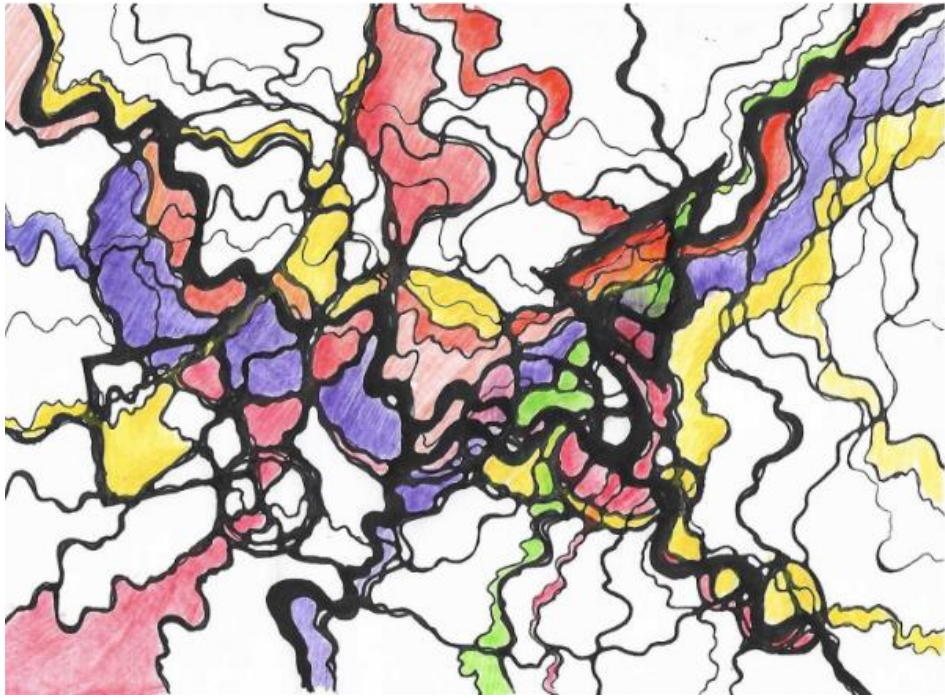
1. Гаврилова Н.А. врач-рефлексотерапевт высшей категории , канд. мед. наук Коновалов С.В., Резаев К.А., Гаврилов А.П., Фадеев А.А., канд. мед. наук Дубова М.Н., доктор мед. наук Мейзеров Е.Е. «Электропунктурная диагностика по методу И. Накатани»/ Методические рекомендации № 2002/34. - Москва: Министерство Здравоохранения Российской Федерации Научно-Практический Центр Традиционной Медицины и Гомеопатии, 2002. -32с.
2. Пискарев П. «Метамодерн. Счастье в квадрате»/ Пискарев П. - Москва: Эксмо, 2020.- 147с.
3. Пискарев П. «Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений»/ Пискарев П. - Москва: Эксмо, 2020, 106с.

[Ссылка на дипломную работу Зиди Валерии в авторском стиле](#)



Работы

Тема: отношения с мужем.



Тема: наброски с натуры.





Автор:
Зубко Аксинья.
Супервизор:
Valeriia Onyshchenko-Marée

Тема:
**НейроГрафика в психологическом консультировании и
личной терапии.**



*На самом деле мне нравилась только ты, Мой
идеал и моё мерило.
Во всех моих женщинах были твои черты,
И это с ними меня мирило.*

*Пока ты там, покорна своим страстям,
Порхаешь между Орсе и Прадо,
Я, можно сказать, собрал тебя по частям
– Звучит ужасно, но это правда.*

*Одна курноса, другая с родинкой на спине,
Третья умеет всё принимать как данность.
Одна не чаёт души в себе, другая во мне
– Вместе больше не попадалось.*

*Одна как ты, с лица отдувает прядь,
Другая вечно ключи теряет.
А что, я ни разу не мог в одно это всё собрать?
Так Бог ошибок не повторяет.*

*И даже твоя душа, до которой ты
Допустила меня раза три через все препоны,
Осталась тут, воплотясь во все живые цветы
И все неисправные телефоны.*

*А ты боялась, что я тут буду скучать,
Подмены сам себе предлагая.
А ливни, а цены, а эти шахиды, а Роспечать?
Бог с тобой, ты со мной, моя дорогая.*

(с) Дмитрий Быков



НейроГрафика научила меня:

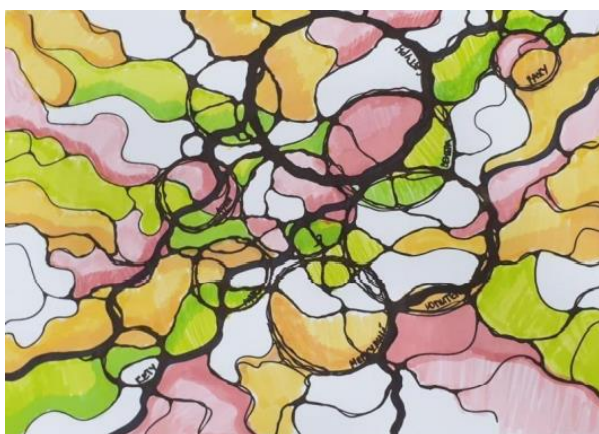
- красиво рисовать
- не бояться выходить за рамки
- быть гармоничнее
- быть гибче
- раскрашивать свою жизнь в яркие цвета
- красиво планировать
- быть здесь и сейчас
- смело мечтать
- эффективнее коммуницировать
- проявлять себя
- грамотно взаимодействовать с окружающим миром
- задавать правильные вопросы
- находить ответы в деталях
- важности нюансов
- что всё можно изменить
- что я могу управлять своей жизнью
- мир полон интересных людей
- синтез и интеграция
- путь в будущее
- любую задачу можно нарисовать
- можно ВСЁ! [кроме золотого маркера]





Сегодня слово «НейроГрафика» можно часто встретить на просторах интернета, и особенно в инстаграме, где так удобно делиться красивыми картинками. Но, как оказалось для меня, и, думаю, для многих других людей, оказавшихся в схожей ситуации, НейроГрафика оказалась гораздо большим, чем просто красивые картинки.

О НейроГрафике я узнала случайно, во время прохождения собственной терапии. Меня она заинтересовала в первую очередь как вспомогательный метод, который можно использовать в работе с клиентами, в моей собственной психологической практике. Это было более полутора лет назад. Я без особого энтузиазма искала в интернете информацию об этом сравнительно новом, малоизвестном методе, пока не нашла один бесплатный вебинар, ведущая которого мне импонировала. Вебинар длился больше трех часов, но время я выделила. Из материалов у меня были только тонкая офисная бумага, черная гелевая ручка и пара фломастеров. Кто бы мог тогда предположить, что сейчас, полтора года спустя, у меня будет два огромных ящика, наполненных текстовыделителями, маркерами, линерами и бумагой всех сортов и форматов. Удивительно, но мой невероятный прогресс в личной терапии начался с этого самого бесплатного вебинара. Спустя примерно час от начала, ведущая сообщила, что сейчас мы начнем рисовать, и нужно подготовиться, так как нежелательно бросать этот рисунок на полпути (как потом окажется, это был алгоритм снятия ограничений), и задала прекрасный вопрос: «Ну что, вы готовы идти в процесс?». И не успев осознать свой ответ, я остановила видео и закрыла ноутбук. Да, я была не готова. Это был мой первый, но огромный, шаг на пути к осознанности.



Несколько недель или месяцев спустя, когда «готовность» появилась, я конечно же досмотрела вебинар и держала в руках свой первый алгоритм снятия ограничений. При этом меня не отпускало ощущение, что происходит что-то важное, но мне об этом не рассказывают. Одно я поняла точно – я хочу обучиться методу.

Где же это лучше всего делать? У этой женщины? У других инструкторов (хоть я тогда и не совсем понимала, что значит это слово в контексте НейроГрафики)? В каком-то учебном заведении? Пришлось изучать вопрос, и, о чудо, буквально через пару минут поиска я нашла информацию о создателе этого метода – Павле Пискареве.



Вопрос о том, где учиться, больше не стоял – учиться нужно «в оригинале».

Надо также отметить, что именно в это время не стало замечательного Михаила Романовича Гинзбурга, моего преподавателя по Эриксоновскому гипнозу. Это был великий человек, который действительно владел своим подходом и умел учить, передавать его. Это конечно сильно на меня повлияло, что я не успела перенять у него всё, что он мог дать, я буквально побежала записываться на НейроГрафику к Автору.

Уже на этом этапе произошло еще одно необычное событие, знак Вселенной. Инструкторский курс стоил приличных денег, для меня это была очень внушительная сумма, хоть я тогда еще работала в найме и имела стабильную зарплату. Но, делать нечего, деньги нашла, курс оплатила. А затем, на протяжении примерно месяца, рассказывала абсолютно всем, с кем виделась, какая сумма мне нужна, чтобы покрыть эти расходы.

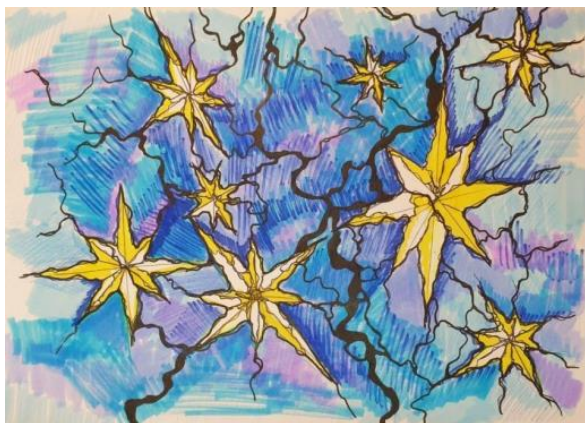
- Сколько тебе перевести [за кофе]?
- 164 000 рублей!
- Что тебе подарить на день рождения?
- 164 000 рублей!

И всё в таком духе.

На работе должны были дать премию, но задерживали ее уже на пару месяцев. И вот, в конце декабря она приходит. 164 800 рублей. Я смеялась. И радовалась.

Что ж, НейроГрафика, скоро познакомимся. Время до марта пролетело быстро, и вот, куплены первые маркеры, первая приличная пачка бумаги, ноутбук наготове. Наш ковчег официально отправился.

Каждый рисунок, как оказалось, невероятным образом помогает развить в себе осознанность – это модное нынче, и такое важное на самом деле, слово. И то самое слово, которое мешало моему прогрессу в личной терапии. Одно дело обсуждать осознанность, и совершенно другое – тренировать ее. По четыре часа раз в неделю, и еще много-много часов между этим. Как себя сейчас чувствует мое тело? Как отзываются во мне линии, которые я провожу? А цвета? Какие эмоции я сейчас испытываю? Какие мысли ко мне приходят? Про Что я сейчас рисую? И многие другие вопросы, которые я научилась задавать себе в процессе.



Прогресс мой терапевт начал замечать уже через месяц. Неважно, на какие темы я рисовала, происходили мощные процессы позитивных внутренних изменений. А затем я сделала невероятное – записалась на «дневник развития эстетического коуча». Для меня согласиться на такой марафон был абсолютно новым шагом.

Каждое утро я начинала с рисунка. Сначала рисунок, а потом все остальные дела. День за днем. И в какой-то момент я заметила, что «перебрала». Начинается отвращение к рисованию, мне слишком много. И, как это ни парадоксально, именно моя натренированность НейроГрафикой помогла мне вовремя остановиться. Я научилась понимать и замечать, когда мне достаточно, научилась слушать себя. Не корить себя за то, что недо прошла, не сделала идеально, а благодарить за то, что прислушалась, что услышала и поняла. Так, сквозь противоречия между тем, чему меня хотели научить и тем, чему я научилась, я сделала еще один большой шаг в своем личном развитии.

Стоит отметить, что без личной терапии, которую я проходила параллельно, такого уровня эффекта достигнуть бы не удалось. Темы, которые мы обсуждали на сессиях, я прорисовывала, и это помогало гораздо быстрее и легче их интегрировать, разрешить. Рисунки, которые я рисовала сама, я регулярно приносила своему терапевту. И нам было уже гораздо проще обсуждать мои Темы – они уже были отчасти проработаны через рисунок, уже была готова аналитика, ощущения, и самое главное, важные вопросы.

Если я рисовала Тему и появлялись ощущения, эмоции, реакции, вопросы, которые требовали внимания, я относила их своему терапевту, и наши встречи становились всё глубже по содержанию и лучше по качеству. Терапевту уже не нужно было тратить время на диагностику, обнаружение темы, триггерных точек – это всё уже было проделано и готово, можно было сразу погружаться в работу.



Этот эффект также проявил себя на моих сессиях по эстетическому коучингу. Снова и снова мне попадались клиенты, которым нужна была терапия, но они еще не осознавали это. С каждым рисунком, несмотря на то что я использовала исключительно коучинговый подход, они всё глубже погружались в себя и понимали, что в их запросах, есть второе, а то и третье дно.



Благодаря НейроГрафике это происходило совершенно естественным путем, как будто само собой, а значит, максимально безопасно для клиента. Одна клиентка в завершении нашей работы, после четырех сессий эстетического коучинга, призналась, что каждая наша встреча и работа помогали ей понять, что её вопросы гораздо глубже, чем ей казалось, и к концу четвертой встречи ей стало очевидно, что стоит обратиться именно за психотерапией. При этом она была благодарна за то, что уже сейчас у нее есть такой удивительный инструмент, как НейроГрафика, который помогает ей справляться на ежедневной основе.

В рамках своей личной практики, когда мне попадает клиент, живущий исключительно в своей голове, оторванный от тела и эмоций, меня очень выручает НейроГрафика. Когда такие клиенты занимают руки не просто рисованием, но следованием алгоритму, они гораздо быстрее обучаются прислушиваться к себе, к своему телу, и находить с ним контакт.

Одна такая клиентка, очень вовлеченная в работу, настроенная на результат, и очень умная сама по себе, на каждой сессии так мощно продвигалась с запуском своего бизнеса, что после третьей встречи начала забывать, что мы договаривались встретиться, а потом совсем пропала. Позже от общих знакомых я узнала, что у нее настолько хорошо и быстро пошли дела, что у нее действительно просто нет времени вспоминать о коучинге и НейроГрафике. Такие, истинно коучинговые и нацеленные на результат, клиенты, большая редкость для меня, но тем приятнее их встречать. С ними хорошо выстраивать долгосрочные отношения, так как у них регулярно появляются запросы по новым задачам и проектам. (Ниже ее работы).



Еще одной причиной, по которой НейроГрафика стала важным инструментом в моей практике, является то, как легко и быстро она помогает погрузить человека в трансное состояние. Ведь рисование по алгоритму, и особенно сопряжение – чуть состояние активной медитации. И сразу же становится гораздо проще достучаться до бессознательного клиента, вести более осознанную и глубокую работу. Многие техники эриксоновского гипноза великолепно встраиваются в процесс рисования, не привлекая и не отвлекая внимания, и позволяя добиться больших положительных результатов.

Постепенно, шаг за шагом погружаясь глубже, по пирамиде сознания, использование НейроГрафики в консультирование позволяет использовать множество техник и инструментов для помощи клиенту. Коучинг, юнгианский анализ, эриксоновский гипноз, работа с образами и символами, нейролингвистическое программирование – и это только малая толика тех подходов, которые великолепно сочетаются с НейроГрафикой и усиливаются ею. В эриксоновской терапии великолепно работает алгоритм снятия ограничений как домашние задания (безусловно после того, как этот алгоритм изучен и отработан совместно на консультации).



Отдельно хочется отметить универсальность НейроГрафики по темам – нет такой темы, которую нельзя было бы прорисовать в рамках существующих алгоритмов. Не говоря уже о том, что знание Базового Алгоритма, позволяет создавать новые версии под конкретные задачи или запросы. НейроГрафика – это удивительный многофункциональный, метаморфичекий инструмент. Инструмент МетаМорфоз эпохи МетаМодерна. И я бесконечно благодарна Павлу Пискареву, и всем сотрудникам и кураторам Института Психологии Творчества за возможность обучиться методу НейроГрафики и невероятно грамотно выстроенный учебный процесс. В конце года особенно заметно, почему модули были расположены именно таким образом, в таком порядке. Теперь очевиден Алгоритм обучения. И по традиции Института, по таблице компетенций МАНГО, я благодарю всех, кто помог мне оказаться здесь и сейчас. А я, в свою очередь, буду нести знания о НейроГрафике и ее чистом настоящем виде дальше, в Мир.

P.S. В завершении я хочу рассказать историю про иронию судьбы. Выше я много писала, как НейроГрафика развивает осознанность, которая, в свою очередь, является залогом счастливой жизни. Тем забавнее было обнаружить себя в ситуации, когда я совершенно пропустила, что вообще со мной происходит.

В один прекрасный жаркий летний день моя коллега попросила меня провести совместный прямой эфир в инстаграме для их группы для людей с расстройствами пищевого поведения. Недолго думая, я согласилась, потому что знакомить мир с НейроГрафикой – для меня своего рода миссия. Как будто бы сам собой очень быстро пришёл алгоритм, который казался эффективным для такой темы. А так как мой девиз – «сделай приятное полезным» - я совершенно искренне и с полной вовлеченностью рисовала алгоритм во время эфира, уделяя особое внимание смыслам фигур и рассказывая о своей любимой НейроГрафике и какие чудеса она творит(не забывая упомянуть, что в сторону чудес нужно хотя бы сидеть, а лучше двигаться, а не просто лежать на диване).

Для меня самой тема расстройства пищевого поведения скорее знакома, нежели нет, но тем не менее никогда не была острой или особо актуальной. Я никогда не относилась к худышкам или просто стройным красавицам, но и к сладким пышечкам отнести себя тоже не могу. Такая я, средняя булочка, может даже большая печенюшка. В общем, рисовала я больше для людей, которые нас смотрели, погружаясь в их задачи. И вот, эфир проведен, рисунок нарисован, галочка поставлена, всё забыто, жизнь продолжается.



Прошло сложных полтора месяца. Было всякое – личное, рабочее, бытовое, сейчас уже и не вспомнить. Я много где за это время была. Кроме своего тела. В своем теле я себя обнаружила только придя в первый раз за много лет в бассейн и встав на весы. Я просто не смогла удержаться – дома у меня весов нет, так как я считаю их чудовищным издевательством над самим собой, особенно для женщин.

Если у вас есть весы – вы на них встанете. Они как магнит, невозможно этого не делать. А если вы на них встанете, вы обратите внимание на цифры. Ну и дальше по известной схеме, и редко она приводит к чему-то позитивному или приятному. Но у меня дома весов нет, поэтому удержаться оттого, чтобы узнать, сколько же я вешу, шансов не было от слова совсем. Выяснилось, что в купальнике, шапочке и двух белых шлепанцах я вешу на пять килограммов меньше, чем было при моей последней встрече с весами (в гостях, около года назад), и это самый низкий вес, который был у меня за последние лет шесть. Сказать, что я бы шокирована – ничего не сказать. Когда и как это успело произойти?

Погрузив свое новое облегченное тело в бассейн, я начала размышлять. Сознательно я не делала ничего для того, чтобы получить такой результат. Абсолютно ничего. Но что вообще происходило, как я к этому пришла? Есть ли изменения в одежде? Конечно! Я заметила какое-то время назад, что все джинсы стали сидеть гораздо свободнее. Но я списывала это на то, что они растянулись.

Почему-то сразу все. Были ли изменения в образе жизни? Если подумать, то я стала делать две свои разминки/растяжки в день, не только утром, но и вечером. Но это только потому, что у меня физически была такая потребность. Изменилось ли что-то в моем питании? Да. Я вообще перестала есть в макдональдсе, даже картошку не хочется уже. И всё время хотелось какой-то более-менее приличной еды – белка, овощей. Сладкого перестало хотеться почти совсем. Но как?! Как всё это произошло??

Ответ пришел на десятом круге неспешного плавания, именно на десятом, потому что я перешла на плавание на спине, а смотреть в потолок довольно скучно, поэтому активность размышлений значительно возросла. «Я РИСОВАЛА НЕЙРОГРАФИКУ», - я прокричала у себя в голове. Все эти изменения начались после того, как я нарисовала своего рода «нейростройность»!



Зубко Аксинья. НейроГрафика в психологическом консультировании и личной терапии.

И произошли они практически без моего участия, сами по себе – настолько тема казалась мне неактуальной. Вот так просто, ратуя за осознанность, «слона-то я и не заметил». А НейроГрафика в очередной раз доказала свою эффективность. #НейроГрафикаРаботает

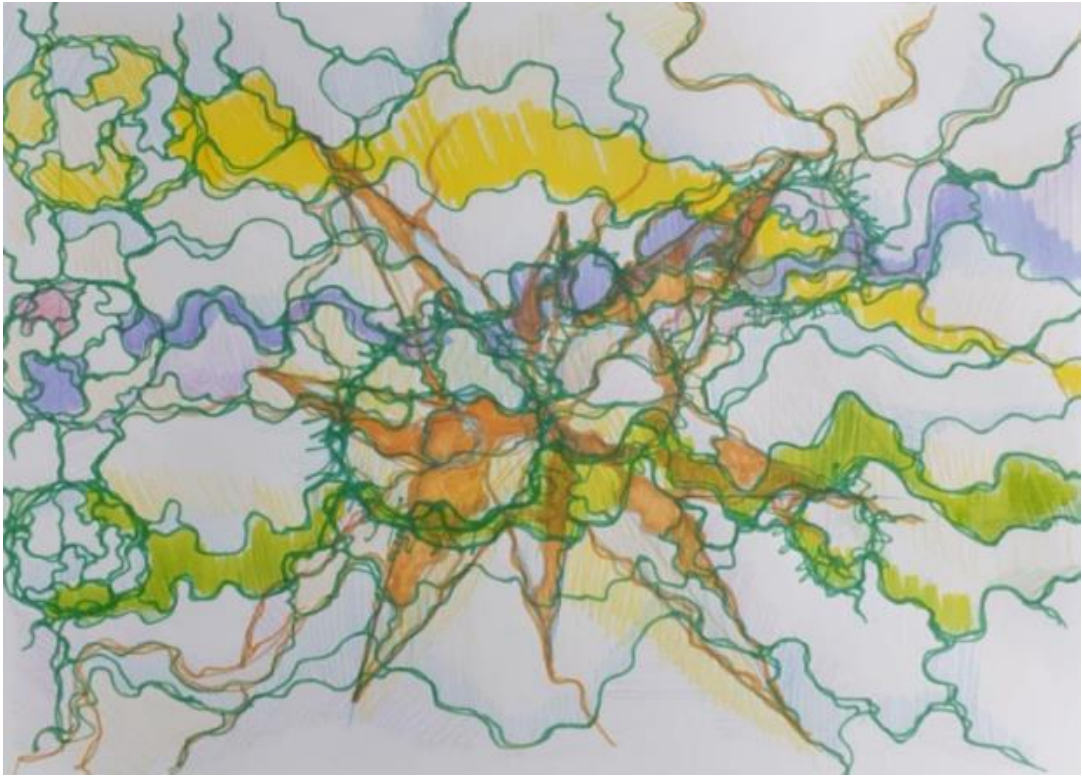


[Ссылка на дипломную работу Зубко Аксиньи в авторском стиле](#)

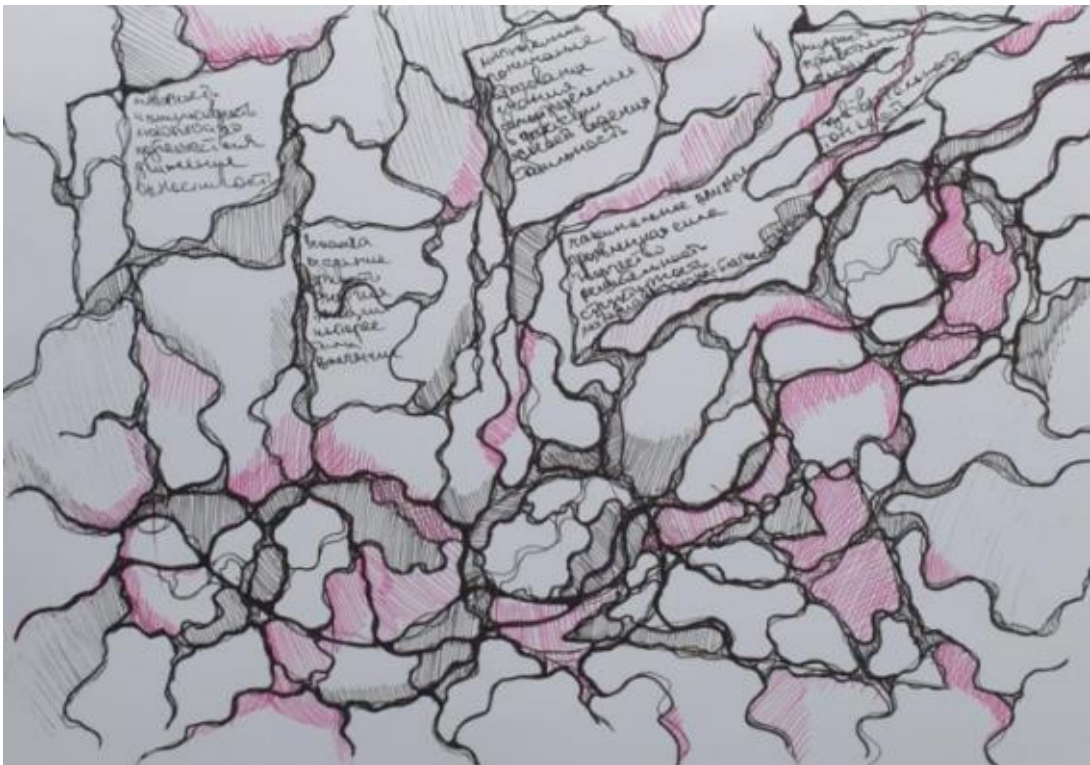


Работы

Тема: 8 платящих клиентов за неделю.



Тема: моё будущее.





Автор:
Иванова Анастасия
Супервизор:
Сенчищева Маргарита

Тема:
НейроГрафика, как энергопрактика
для работы с энерго телами человека и чакрами

С НейроГрафикой я познакомилась около трех лет назад. Тогда в моей жизни был разваливающийся бизнес, поездки к энерготерапевту, которая вещала что-то про чакры, энергии, душу. И все это касалось моего ментального и физического здоровья. Больше всего тогда мне хотелось не здоровья, а бабла. Я употребляю это жаргонное слово не спроста, именно таким было мое отношение к деньгам тогда, три безнейрографических года назад.

Когда мне говорили, что наша жизнь и мы в ней – это энергия, я смеялась в голос, ведь какая там может быть энергия, я же вот она, самая что ни на есть материальная. Но видят Высшие силы, я ошибалась. И это впервые почувствовалось на курсе «Изобилие с Нейрографикой». За месяц очумелого рисования алгоритмов начали происходить настоящие чудеса. Кроме мелких приходов денег, ко мне поступила сумма в два миллиона рублей. Это в конец укоренило мое сознание в том, что хочу иметь эту практику в свое пользование. Пройдя курс Пользователь, сразу же пошла на Специалиста. Мои желания расширились, деньги приходили из разных источников дохода, все, что хотелось, вдруг сбывалось, каждый алгоритм работал.

Конечно, мои движения были активными, но без маркера я уже не выходила из дома. Три месяца проработок, и мы с семьей летим на Бали. Застреваем там в пандемическом плену, который, как сказали старейшины острова, на самом деле, является пленом самого Бали. Мощнейший вортекс решил, что эти бездуховные, опустошённые тельца и умы, обязаны учиться и постегать новое в своей бесцельной, серой жизни.

Что делать на острове, с дипломом психолога, тремя тысячами часов личных консультаций, сертификатом Специалиста и толпами людей,



желающих потратить свои деньги на развитие? Правильно, открывать практику. Аккаунт в инстаграм создан, к чатам подключилась и начала принимать клиентов.

Одновременно с этим несмело, словно ребенок учащийся ходить, изучала работу энергетической составляющей человеческого существа. Штудировала информацию о подсознании, осознанных снах, изменённых состояниях сознания. И постепенно начала понимать, что НейроГрафика может работать сразу с огромным количеством структур, главное знать, куда направить линию, в прямом и переносном смысле.

На Бали познакомилась с уникальными людьми, которые водят в Хроники Акаши, проводят шаманские церемонии, открывающие нашу истинную сущность. Научилась стоять на гвоздях и пропускать через себя потоки энергии из Абсолюта. После шаманской церемонии остров отпустил. И к тому времени было принято решение идти на инструкторский курс.

Это были самые легкие сто тридцать восемь рублей в моей жизни, отданные за образование. А теперь представьте мой скепсис после всего выше озвученного. Мне понятно кто я, у меня практика, консультации расписаны на месяц вперед, чему меня можно научить, чем меня можно удивить?

Глупая, маленькая, высокомерная девчонка пришла на курс Инструктор НейроГрафики. Мне до сих пор откликаются слова, сказанные в самом начале: даже если вы знаете много, забудьте, здесь вы учитесь заново. Возможно, я переврала фразу, но смысл остался верным.

Блок Пользователь начался у меня с кислым лицом и мыслью: я все это знаю, зачем я должна тратить время на известную мне информацию? По окончании блока вдруг появилось осмысление. Поняла, что надо было сразу идти на инструкторский курс.

Заряд энергии, полученный на курсе Пользователь запустил какой-то дремлющий механизм. Взяла все, что изучила за последние несколько лет. Все книги, все практики и начала создавать свои НейроАрты.

Человек – это целостная структура, которая состоит из физического, энергетического и ментального тела (про остальные тела писать здесь не буду, не лекция на тему «Истинное строение человека»). Работать надо с каждой структурой, разговаривая с ней, объединяя с остальными.



Необходимо давать возможность энергии течь через все структуры легко, без блоков и застоев. Что поможет делать это течение мягким, экологичным, приятным и понятным основной, и самой упрямой структуре, головному мозгу? Верно, нейрографическая линия.

Первый НейроАрт сделала на тему: объединение всех главных чакр и Ауральной оболочки. Проводила этот Арт в прямом эфире в инстаграм. Идея рисования была в том, чтобы не только объединить энергетические центры, наполнить их энергией, дать силы в ауру, но обратить внимание участников, что они больше, чем материальная оболочка. Эффект потряс даже меня. Таких откликов не ждала. Многие из участников почувствовали себя лучше, кто-то выздоровел, а кто умудрился задать прямой запрос, те получили эффект и в запросе.

Конечно же я была вдохновлена. А каждый новый вебинар в институте давал мне идеи для дальнейшей работы с аудиторией и клиентами. Ни одна сессия уже не обходилась без разговоров про энергии. Моя самопрезентация стала такой: Меня зовут Анастасия. Я психолог, энергопрактик, коуч. В сессии мы работаем с психикой, подсознанием и энергиями. А основным инструментом, помогающим быстро и экологично работать, является НейроГрафика.

Мой чек по оплате вырос в четыре раза с момента начала работы на Бали. И вдруг ко мне пришли долларовые миллионеры, иностранцы, крупные коучи, психотерапевты. О таком некогда я могла только мечтать. Вернусь немного назад в своем повествовании. Одним из кейсов, который я прорабатывала с начала обучения на инструкторском курсе, был: Страх богатых клиентов. Он был отрисован под разными запросами, раз двадцать. Такие интересные шли трансформации в этом кейсе. Там пошли в ход страх больших денег, синдром самозванца, нелюбовь к себе и еще много скелетов, которые выскакивали, как чертики из табакерки.

Откуда этот букет взялся мне понятно. Огромное количество родительский и собственных установок. Генетические страхи, возможно, что-то пришло из прошлой жизни. И, как уже становится понятно, все прорабатывается совместно с энергиями.

Каждая чакра в теле человека имеет особое назначение. И каждая установка «принадлежит» не только подсознанию, но и энергетическому центру, а значит органу и системе в организме человека. Прорабатывая целенаправленно определенную установку, запрос, желание, через



направление внимания к чакрам, можно не только быстро получить желаемое, но и наполниться энергией, излечить блок в теле и изменить свою реальность.

О, с реальностью и воздействием энергиями, вообще отдельное эссе надо писать. После блоков Нейрокомпозиция и НейроКонтакт, с их возможностями работы с реальностью, моему восторгу не было передела. Это что ж получается? Берем окружающую действительность, заводим в нее все, что хотим, добавляем энергию, прорабатываем себя под изменяющийся сценарий и поехали! А что так можно было? Почему мне никто раньше не сказал, что все, что вокруг меня находится – это пустота, которую я наполняю всем, чем хочу?

Тут меня бахнула легкая депрессия. Были мысли про зря прожитые годы, упущенные возможности, чужую жизнь, которую я какого-то рожна имею. В тот момент я жила с семьей в Сербии, спасало солнце, путешествия, куча мыслей и желание действовать. А еще, на фоне огромного количества новых знаний и алгоритмов, появились клиенты, которые ходили снова и снова. Им хотелось работать уже не только с Алгоритмом снятия ограничений и Нейродревом, они хотели новой реальности.

Ко мне пришла женщина долларовый миллионер. Чек на ее работу за месяц я поставила пятьдесят тысяч рублей. Сумма была оплачена вперед, и мы начали коуч-сессии. Да, верно, уже не просто сессии с психологом, а длительный контрактинг. Запрос был: улучшить состояние в нескольких бизнесах. Каждая сессия у меня — это всегда многосторонняя работа, я не беру просто запрос, я ищу проблематику, чтобы убрать, и дело с концом. А теперь представьте, женщина миллионер с установкой «Я не достойна» и синдромом самозванца. В первой же сессии она осознала все, что ей надо менять.

К следующей встрече у нее был готов новый концепт работы в бизнесе. А к концу четвертой сессии, полная коллекция, приглашение на крупнейший турнир по гольфу во Франции в роли фотографа, предложение разместиться в профильном журнале со статьёй на два разворота, и использованием ее фотографий. Надо ли говорить, что со словами благодарности мы закончили работу, т.к. она не смогла уделять больше времени работе в сессиях.

Но именно во время работы с этой коучи я прочувствовала силу алгоритма Нейроколор. Этот алгоритм с энергиями первобытных элементов помог клиентке зажечься новыми идеями, а мне осознать, что я могу и это



использовать. Я создала цветовую диагностику для всех желающих и провела ее в своем блоге. В обмен просила несколько важных для меня, как для ученого моментов. Меня интересовала проблематика, которая волнует людей, подписанных на меня. Зачем мне нужны чужие проблемы? Я же помогающий практик, а как можно помочь людям, если ты их не знаешь? Мой директ был завален, такого потока энергии, такого обмена я не чувствовала еще никогда. Люди делились, благодарили и давали мне все больше интересных идей для проработки.

Одной из них стал НейроАрт на тему: объединение Сознания, Подсознания и Сверхсознания. Я проводила людей в них самих, рассказывала о том, что кроме их физических действий, важны и другие силы воздействия. Точнее не силы, а доверие воздействия. Доверие, в первую очередь себе. Мной был испытан интересный эффект работы подсознания и воздействия на реальность. Когда-то три безнейрографичных года назад мое единственное убеждение было таким: чем сильнее я тружусь, чем больше делаю действий, даже через силу и против течения, тем больший эффект получу.

Я уже говорила про глупую и высокомерную? Да, говорила. Этому же учу людей в своем блоге и на своих артах: нельзя воздействовать на реальность грубой силой физики, здесь нужно только мягкое и нежное соприкосновение подсознания, и доверие к внешней реальности, к ее зеркалу. Так вот эффект, который я испытала в пору назвать «перемещение в пространстве». Мой родной город Санкт-Петербург, город красивый, дождливый и загруженный пробками.

И вот стою в одной из таких пробок, буквально опаздываю на прямой эфир, ехать до дома две минуты, но летать машины пока не научились, и пробраться через пробку не представляется возможным. Стою, злюсь, расстраиваюсь. И тут мне словно кто-то дает подзатыльник (уравновешенная, ага), понимаю, что не могу воздействовать на реальность из такого состояния, чем больше буду напрягаться, тем плотнее буду стоять в этой пробке. Расслабляюсь, смотрю на себя и на пробку со стороны, и осознаю, что пробка исчезает. Нет, не буквально, растворяясь в пространстве, я ж не ку-ку, она начинает разъезжаться, быстро, будто и не было красного светофора. И за те самые две минуты оказываюсь дома.

Этот случай мне еще сильнее доказал, что физическое тело – это всего лишь сосуд для хранения более важных составляющих, таких как энергии, душа, подсознание. Кстати, на счет подсознания у меня есть своя теория. Что



такое подсознание никто и никогда не объяснял в математически понятной форме, т.е. опять про материю. Моя теория звучит так: Подсознание – это абсолютно бесконечная субстанция, схожая с Вселенной, в которой вместо галактик хранятся наши знания, воспоминания, установки и еще много разных, интересных диковинок. Именно поэтому так часто мы говорим о коллективном бессознательном, ведь оно одно на всех, только мы не видим этого за своим Эго и проблемами маленьких, капризных детишек.

Про капризных детишек. Весь год меня дико раздражало то, что все делаю не так, ведь я самая умная. И весь год Павел доказывал мне, что на самом деле не такая уж умная. Мне казалось, что его пять. Как может человек столько успевать? Но в какой-то момент стало очевидно, что его уровень прокачки энергиями такой высокий, что он вообще существует в другой реальности. Для него нет всех тех мелких заботушек вроде: интернет не работает, куда-то не успеваю, у меня не получается. В его реальности отсутствует слово «нет», если он осознанно этого не хочет. И я поставила перед собой новую планку, хочу научиться видеть реальность без слова «нет».

Каждый день ко мне приходят люди «нет». Для них нет жизни, нет любви, нет денег. И каждый день доказываю им через них же, что они ошибаются. Открываю им истинную энергию их тел. Кто-то уходит в ужасе от собственных возможностей, и возвращается только тогда, когда информация уляжется, а кто-то, как одна из клиенток, за полгода из депрессивной, боящейся смерти девушки, превратилась в мастера, который сейчас повела людей за собой.

Эта клиентка пришла со словами: я не могу избавиться от навязчивых мыслей о смерти, помогите. Через две сессии хотелось отказаться от нее. Она ходила по кругу, отказывалась рисовать, постоянно курила, ругалась матом, и было ощущение, что не планирует менять ситуацию. Но она продолжала записываться на сессии, и я поняла, что ее готовность работать гораздо выше, чем ее страх умереть, и вторичные выгоды. Полгода разбора, прорисовок, внедрения моих собственных алгоритмов, и мы получили результат, потрясший не нас с ней, а ее родителей. Когда мне написала ее мама, что она видит другого человека, любящего себя, свою жизнь, реализующего проекты, и желающего жить. Это стало самой большой похвалой.



За год в инструкторском курсе я создала несколько собственных алгоритмов, в том числе Алгоритм: Парад планет. Почти все алгоритмы направлены на восстановление энергетических потоков, восстановление связи всех чакр между собой и с физическим телом. Алгоритм восстановления связи всех фантомов человека. НейроГрафика сильнейший инструмент, возможности которого безграничны. С открытым сердцем и желанием принимать изменения в себе и вокруг себя, можно создать жизнь мечты, остановить может только страх.

А со страхами мы все знаем, что надо делать. Кстати, именно страхи кого-то толкают в работу с собой, а кого-то тормозят. Меня привел в НейроГрафику именно страх. Как многие мои клиенты я боялась остаться без денег, точнее, буквально умереть с голоду. Мне было страшно, что нечем кормить ребенка. Тогда этот инструмент казался чем-то вроде колдовства. Сейчас нарисую и мне упадут деньги. Именно так думают многие люди, рисующие на бесплатных вебинарах и марафонах. Часто слышу, что НейроГрафика не работает, и уже не переубеждаю людей, это их реальность, хотят, пусть живут в ней.

Сейчас понимаю, что это практика изменения сознания, реальности, подсознания, течения энергий и даже физического тела. К ней, как и к информации о ней, надо быть готовым. Если бы три года назад сказали, что такое НейроГрафика в том понимании, что есть у меня сейчас, я бы покрутила у виска.

Новый уровень бытия – это про то состояние, которое есть у меня сейчас спустя год. Не могу сказать, что я уработалась в рисовании алгоритмов. Знаю, что если бы мои проработки были менее самокопательными, и более прицельными, то и результат был бы больше. Но, видимо, именно такой результат мне нужен сейчас. Именно его я могу переварить сейчас.

А что же курсы? Конечно же создала несколько курсов с Нейрографикой. Курс Пользователь Нейрографики запущен давно, и сейчас на нем учится уже четвертый поток. Я отметила, что даже заплатив деньги, люди не всегда готовы учиться до конца. Что такое Пользователь? Восемь часов обучения и несколько рисунков с последующей супервизией. Так что останавливает людей стать счастливее? Лень, мнимая зона комфорта, из которой так не хочется выбираться. И как-то нет желания тащить бегемота из болота. Уверена, что если человек захочет, то свернет горы.



Другие мои курсы направлены на раскрытие внутреннего потенциала и ресурсов. Кроме энергий и их прокачки есть у меня убеждение, что без Любви к себе мало что может получиться. Поэтому учу людей любить себя. Учу через алгоритмы нейрографики, через практики, которые создала сама, и которым меня научили. Пока вижу, что людям, как и мне когда-то, больше интересны финансовые потоки, но вода камень точит.

Работать с финансами – это как резать масло острым ножом, легко, неинтересно и быстро надоедает. Эту тему муссируют из каждого утюга. Но у меня есть мнение: пока ты пустой внутри, пока твоя энергия на уровне пола, загруженность проблемами и негативом напротив, бьет из всех пор, никакие финансы не придут. Так и будешь перебиваться с воды на хлеб, от кредита до долга у близких друзей, у которых, скорее всего, тоже не так много денег, ведь мы – это, в том числе, наше окружение.

Сейчас на фоне прочтенной книги Людмилы Пучко «Многомерная медицина» я разрабатываю энергоинтеграл с Нейрографикой. В него хочу включить все свои наработки, добавив многолетние знания китайской медицины, практики Нейрографики, алгоритмы и диагностики.

Этот год стал трансформационным для меня и для всей моей семьи. Из моего окружения полностью ушли токсичные личности, это заметно даже по блогу. Раньше мне приходилось видеть сообщения с посылом: помогите мне бесплатно, ах не поможете, ну и идите вы своим блогом и своей НейроГрафикой. А я что, я и иду. Но не со своей, что, кстати, тоже сложно объяснять людям. Кто-то считает, что это самоделка какого-то выдумщика. И воспринимается, как несерьезное знание. Однако совсем скоро об этой науке уже нельзя будет молчать, и нельзя будет не слышать.

Множество людей прикладывают свои силы, чтобы знания вошли в мир, научили людей пользоваться своими истинными ресурсами на полную мощь. Очень интересно быть частью этого. Раскрывать реальность в новом формате. Есть такой фильм «Доктор Стрендж».

Не произведение великих классиков, но с глубоким смыслом, который можно разглядеть только с позиции человека, в котором эти знания уже есть. Я была удивлена, посмотрев этот фильм во второй раз, но с имеющимся опытом. Раскрытие темы воздействия на реальность, владение реальностью, формирование желаемого окружения, мне напомнило НейроГрафику. Именно так я вижу ее возможности, а инструкторов некими мастерами высшего знания. На этой пафосной ноте закончу свое повествование.



Иванова Анастасия. НейроГрафика, как энергопрактика для работы с энерго телами человека и чакрами.

Мне многое предстоит, и, возможно, я стану Великой. Но не сейчас.
Пока я всего лишь глупая, высокомерная девчонка

[Ссылка на дипломную работу Ивановой Анастасии в авторском стиле](#)



Работы

Тема: страх успеха.



Тема: я и баланс всех сфер жизни.





Автор:
Игнатъева Евгения
Супервизор:
Погорелова- Кудоу Жанна

Тема:
Личный опыт применения метода НейроГрафики в жизни.

Введение.

Люди во все времена и в любом возрасте ищут на свою голову приключения, создают себе проблемы, раздувают из мухи слона, ограничивают свои потенциальные возможности. Чувство страха: потери, тревоги, бедности, болезни, несовершенства, сковывают и останавливают развитие. Кто-то смело справляется с любыми невзгодами и эмоционально устойчив, кто-то делает попытки и откатывается назад, не справляясь со стрессовыми ситуациями, кто-то просто впадает в ступор и увязает в болото ежедневных рутинных задач, не приносящих никакого удовлетворения.

Но человек рожден для того, чтобы получать удовольствие от жизни, быть свободным от навязанных социумом рамок и шаблонов. Творческий метод Нейрографика, созданный П.М. Пискаревым 29 апреля 2014 года, помогает прийти к состоянию вдохновения и трансформировать свое сознание. Универсальный метод сопровождения проектов, решения жизненных задач разного уровня сложности, моделирования благополучных ситуаций, снятия ограничений и достижения гармоничного состояния, создания новых нейронных сетей, нового образа мышления – огромный ресурс для создания счастливой жизни. А для этого необходимо всего лишь наличие чистого белого листа любого формата, черного маркера, набора цветных карандашей, знание базового алгоритма нейрографики, некоторых правил безопасного рисования и желания меняться. Согласитесь, не так уж много, чтобы начать качественно менять свою жизнь.

Нейрографика.

Новые знания, новое мое образование - естественное стремление углубиться в содержание, приложив старания. Нейролинии, нейросплетения по телу дрожь в одно мгновение. То жар, то холод еще то испытание, на кончике маркера души откровенное признание. К бессознательному прикосновение - интригующее приключение.



На листе образуется не без сопротивления, вдохновляющее впечатление, На пути творчества и созидания обновляется мышление. Проработав отрицательные убеждения, обнаружили новые решения. Сняли все ограничения, успокоили частоту сердцебиения. Накопив силу и энергию намерения, моделируется система управления. В головном мозге ощущение шевеления, Поиск смыслов, будто от глубокого сна пробуждение. Множественные повторения ведут в закономерные изменения. Красота собственного творения - неизбежное эстетическое наслаждение. Нейрографика - процесс проектов сопровождение. С вашего позволения, благодарность автору метода и безудержное восхищение!

Знакомство с НейроГрафикой.

В январе 2021 года я посещала онлайн сессии у мастера по тетахилингу, так как находилась в поиске своего предназначения, а также в твердом убеждении, что не реализую в полной мере собственный потенциал. Была угнетена, часто раздражалась, не нравилась себе, отсюда разлад во взаимоотношениях с мужем, низкая самооценка, постоянное напряжение в теле и состояние поиска смысла жизни. В ходе совместной работы с практиком проявилась моя способность чувствовать цвет и его энергию, и она мне предложила посетить в феврале групповое мероприятие порисовать нейрографику. На что я без сопротивления согласилась, даже показалось, что слово нейрографика мне знакомо (хотя до этого момента я не слышала его нигде). На встрече было озвучено, что задача рисования будет выявление намерения. В итоге рисунок был лишь отдаленно

похож на алгоритм выявления намерений (как потом я узнала на курсе «Пользователь») и вызвал во мне чувство непонимания и сомнения: нейрографика ли это? Поднялась куча вопросов, появилось огромное желание сразу же узнать о методе глубже. Вернувшись с мероприятия в абсолютном недоумении, что же со мной произошло, в тот же день полезла в интернет с вопросом: Что такое нейрографика? Наткнулась на сайт института психологии творчества и соответственно на автора метода.

Первое попавшееся на глаза было объявление о наборе курса инструкторов на март месяц, мысль промелькнула: было бы круто отучиться. Посмотрела несколько роликов Павла Михайловича о методе, про себя отметив его харизму и сильное энергетическое поле. Далее нашла в Instagram Оксану Авдееву, выпускницу инструкторского курса 2020 года, которая как раз набирала группу на бесплатный трехдневный онлайн интенсив. На нем рисовали АСО и пару авторских алгоритмов. После трех рисунков принимаю решение идти к ней на курс «Пользователь», где



полноценно знакомлюсь с алгоритмом снятия ограничений, с алгоритмом выявления намерений, с правилами безопасности рисования, получаю сертификат. Уже на пользователе работаю через АСО с запросом про мое дальнейшее обучение в институте. Принимаю решение поступать на полный инструкторский, подаю заявку, «попала в плен» нейролиний и округления.

Некоторое время назад практиковала рисование маслом, пастелью, акварелью, покупала разные онлайн уроки рисования, ходила на живые мастер классы. Но моя фантазия ограничивалась лишь копированием понравившихся картинок. Хотя это получалось неплохо, даже дарила картины своим близким. В какой-то момент я бросила этим заниматься, идей нет, желания нет, вдохновение пропало. Но тут я снова увлечена и захвачена рисованием, появилось любопытство: а что же получится в этот раз. Появилась смелость, потому что, следуя всем пунктам алгоритма, так или иначе доводишь рисунок до состояния вдохновения, в такие моменты чувствуешь себя художником. Есть желание идти в глубину, я вижу возможность самореализации в творчестве и освоении новой профессии. За два-три дня до старта обучения в институте прошу поддержки у мужа. Ура, мой запрос им одобрен почти без раздумий, курс оплачен. Я на борту!

Я на курсе

Моей радости и благодарности мужу нет предела, я возбуждена и воодушевлена. Все мое внимание направлено на обучение. Быстрый легкий старт, глаза горят, я все понимаю и закрепляю материалы модуля «Пользователь». АСО помогает мне справляться с обидами, с раздражением, с недомоганием, с волнением. Часто используемый мной алгоритм и сейчас. Поражает, что при одинаковой композиции – выбросе, получаются разные рисунки, разные решения, разные цветовые сочетания, разные впечатления. Что и ведет к более гармоничному состоянию. Алгоритм выявления намерения понравился своей потоковостью и интересными идеями в ходе рисования.

На модуле специалист сталкиваюсь с сильным сопротивлением. Мне кажется, я не усваиваю материал, не понимаю, что рисую. Страшно! Тут больше неизвестной мне информации, много психологических терминов, чувствую растерянность особенно на алгоритмах TRUE и SCORE. Ведь до этого момента мне не доводилось углубляться, анализировать и как-то структурировать свои запросы. А еще нужен навык стратегического мышления. Не всегда запрос – то можешь оформить в слова, так еще и контейнировать смыслы необходимо. Все было для меня в новинку и процесс рефлексии давался с трудом. Некоторые работы забывала описывать,



увлекаясь процессом рисования. Нейродрево – позволил осознать ресурсы рода, силу характера, пощупать наметившиеся плоды-результаты, шаманский дождь и нейролотос принесли эстетическое наслаждение.

Дальше-больше. Информация множилась с геометрической прогрессией. Очень понравился модуль Нейрокомпозиция. Он мне понятен. Все принципы: и золотое сечение, и числа Миллера, и освоение пространства листа 20/80, и контраст-нюанс, и концепция трехмерности, и метрический-ритмический ряды, и диагонали, и от общего к частному – дополнили и обогатили мою копилку знаний и об искусстве в том числе. Работа с острыми фигурами, будто сдвинула с мертвой точки мое освоение материала на курсе. Треугольники меня заряжали и появлялась уверенность, что все ОК и я справляюсь с учебой.

Модуль Нейроколор - погружение в красоту и энергию цвета, наслаждение многогранностью оттенков, еще больше чувства вдохновения. Рисунки становятся менее «прозрачные», не боюсь насыщать рисунки цветом и смотреть в темное. Именно на контрасте происходят большие изменения, без него сложно получить решение. Знакомство с системой У-СИН, системой 5 элементов и как можно управлять их энергиями, помогли мне более осознанно вносить цвета в мои работы, понять, что все происходит циклично и любой жизненный процесс проходит пять фаз. Мы их обозначаем элементами: дерево, огонь, земля, вода, металл, каждый из которых обладает своим набором характеристик. Именно благодаря цвету, мы можем управлять впечатлением.

Нейроскетчинг – быстрое рисование, способ невозможное сделать простым. Первый вебинар, на котором нужно было быстро рисовать, а главное не копировать увиденное, а фиксировать самую суть, внося индивидуальность, давался мне с сопротивлением. Но на каком-то из рисунков я отпустила контроль и за временем, и за рисованием, перестала себя ограничивать невозможностью и справилась с задачей быстрой зарисовки. Работа с портретами личными и третьих лиц позволила признать свою уникальность и принять свое несовершенство, заново прикоснуться к персоне, личности, сущности мужа, посмотреть на него другими глазами.

Модуль Нейроманда – прикосновение к чему-то священному, создание собственного идеального, гармоничного, энергетически заряженного символа, наполненного содержанием нашего сознания. Создание нейрографической 7-миуровневой модели, согласно 7 чакрам человека, приводит к гармонизации самого человека, а также к более гармоничному взаимодействию его с окружающим миром. Мандала личной



силы дает возможность собрать цельность характера суммой качеств, которыми мы будем заряжать ее. Мандала Путь Героя - маршрут реализации проекта, который проходит через 12 этапов. Был у меня интересный эмоциональный опыт работы с Мандалой рода – с благодарностью напиталась силой женского рода, слезы текли сами собой, освобождая меня от обид.

Нейросинтез –модуль после летних каникул. Соскучилась по рисованию. Время понеслось стремительно, мозги после отдыха не собираются в кучу, но скоро окончание обучения, а значит надо мобилизовать все свои силы на написание дипломных работ. Рассматривали человека метамодерна, как сочетание 4 тел: физического, эмоционального, интеллектуального, духовного. Использовала модель нейросинтеза для кейса «Мой дипломный проект». В ходе работы с этим алгоритмом вырисовывается структура данного ЭССЕ. Я взялась за дело! Очень любопытная модель мультиролевая личность, с помощью нее можем раскрыть энергетический потенциал своей сущности и организовать проявление персоны максимально эффективно.

Модуль Нейроконтакт – модуль про выстраивание комфортной взаимной коммуникации, понравился многовариантностью применения. С его помощью можно масштабировать (увеличивать или уменьшать) коммуникативный потенциал, устанавливая или прерывая связи, создавать систему контактов (матрицу). Благодаря линиям настраиваем наше внимание и направляем энергию на объект коммуникации, внося элементы подобию фигур, настраиваем максимально гармоничную связь. С помощью этого алгоритма налаживала семейную коммуникацию, отделяла объект, настраивала социальные контакты. Красивая и многогранная работа получилась с использованием модели мультиролевой личности.

Нейроцель- волшебный, яркий и энергетически заряженный модуль. Цель – объект, который находится внутри нас и создает мотивацию для достижения желаемого результата. Фигура цели – звезда, состоящая из треугольников- стимулов, позволяет нам создать «управляемое возбуждение жить». Мы «посмотрели» в небо и организовали жажду жить. Потом создавали графики достижений – проводили стратегические линии. И после их освоения получили возможность издалека увидеть идеальный образ своего результата – фейерверк счастья. Модуль, который начался с освоения звезд, а закончился фейерверком привел меня в такой восторг, который заряжает надолго. Бдыщ-бдыщ!



Нейротайминг – модуль, в котором мы учимся согласовывать время Кайрос (личностное) и Хронос (общественное) для своей эффективности, для того, чтобы жизнь сделать максимально приятной. Оказался не простым алгоритмом в освоении и прорисовке, потребовалась ювелирная точность. Трудно заглядывать так далеко в будущее, но эта возможность планирования обеспечивает нашу жизнь чувством красоты, а значит чувством безопасности, появляется мотив для реализации целей.

9 месяцев увлекательного обучения и погружения в бесконечно глубокий и красивый метод нейрографики, благодаря которому появляется мотивация для реализации, какаято новая философия, вдохновение творить и созидать, желание управлять своей жизнью и наполнять каждый день счастливыми вибрациями.

Летний интенсив.

Решение обязательно присутствовать на интенсиве в Подмоскowie я приняла сразу, предварительно согласовав с мужем. Ждала его с особенным трепетом, потому что такого рода мероприятия никогда еще не посещала. Концентрация разных энергий на небольшом периметре зашкаливала. Собственно, эту активную энергию и рисовала в одной из своих нейромандал на тему «Интенсив».

Неделя намеревалась быть очень насыщенной. Утренняя нейропластика, рабочие семинары, совместное групповое рисование, новые знакомства, вечерние мастер классы, нейродэнс – все это было новым для меня. Дополняло мои впечатления красивое место, солнечная погода, семья рядом.

В первый день интенсива я столкнулась с огромным сопротивлением и желанием сбежать, я не справилась с огромным количеством новой для меня энергии. Столько профессиональных людей вокруг, с разным опытом, с разными намерениями, а кто я. Почувствовала свою несостоятельность. Мне удалось справиться с этим состоянием, благодаря поддержке двух замечательных девушек-коллег Кате и Яне. И я приняла решение брать от мероприятия ровно столько, сколько могу «унести». Было приятно встретить и познакомиться с коллегами, с которыми установилось более близкое и доверительное общение.

Интересный опыт масштабного рисования треугольников: сначала напряжение от того, что лезут на твою территорию с маркерами. Потом смирение, спокойствие и цель довести до состояния удовлетворения во что



бы то ни стало. И сумасшедший поток энергии, состояние драйва, радость от совместного творчества, еще и пританцовывая. Из нового рисовали мандалу рода до 4-го поколения, срез дерева, нейросад.

Были и встречи по коучинговой части курса. И здесь тоже были пройдены сопротивления. Спокойствие и равновесие Ирины Рождествовой тонко настраивало на работу. Проведение взаимных коуч-сессий было стрессовым моментом. Но все складывалось почти само собой. Поле вело туда, где и с кем мне необходимо было оказаться.

Вообще, удивительным образом сочетались размеренность и насыщенность данного интенсива. Было и ощущение заземленности и потоковой энергии. Мое утро было только моим – недолгие пешие прогулки наедине с собой и одухотворенное созерцание природной красоты – это то, что восстанавливало мои силы. Я старалась впитывать всю новую информацию из уст Павла Михайловича. Отдельное им восхищение, как он ловко владеет огромной аудиторией, 99% которой женщины, сочетая кнут и пряник, серьезность (где-то даже строгость) и чувство юмора.

Что я увезла с этого интенсива? Опыт нейропластики и нейродэнс, преодоление себя (страха большого скопления людей), новые теоретические и практические знания, коучинговая практика, знакомство с потрясающими людьми, принятие и проживание любого сопротивления, красивую нейрографическую футболку (ни у кого такой нет). А еще благодарность ко всем людям, участвующим в этом процессе. Благодарность месту, принимающему нас. Благодарность мужу, который был рядом, стойко справлялся с детьми и не отвлекал меня от учебы.

Личные кейсы.

В этой части своей работы хотелось бы поделиться своими рабочими рисунками и кейсами. Трансформация есть и продолжается. Вряд ли могу похвастаться масштабными изменениями. Но они так или иначе есть. Нейрографика работает

Первый рисунок, о котором хотела бы рассказать, был выполнен еще на модуле «Пользователь» на тему «Голос» по алгоритму снятия ограничений. Взясась за проработку этой темы, потому что пошла учиться вокалу, практически одновременно с обучением на курсе. На первых занятиях по вокалу много плакала, требовала от себя невозможного, очень старалась и все контролировала, поэтому удовольствия от пения я не получала. Да и звук извлекала из себя без чувства стеснения с трудом.



Услышала себя в микрофон и жутко стрессанула. Но петь-то я люблю, музыка живет в моем сердце. Решила снять свои ограничения, с помощью нейрографики.

И каково чудо! На следующем занятии после прорисовки АСО, я почувствовала себя уверенней, разрешила себе ошибаться, отпустила контроль и перестала быть хорошей ученицей. Я запела свободней! Я готова была петь в микрофон! Я буду выступать на отчетном концерте. Благодаря алгоритму нейроколор, я справилась со своим первым в жизни вокальным выступлением на сцене. Оно было супер-волнительное и уверенное одновременно.



Безоценочная поддержка всех участников, в том числе профессиональных вокалистов и педагога, была потрясающая. Именно это я рисовала. Я почувствовала себя артисткой! Поймала чувство драйва. Планов громадье – исполнение вокальных композиций разных музыкальных стилей, опыт пения в дуэте и группе, съемка клипа.

Кейс на тему взаимоотношений с мужем, состоял из работ: АСО – прорабатывала обиду, нейроколор- вносила в нашу жизнь огонь, нейроскетчинг – нейрографировала его портрет, дотронулась до его сущности, я принимаю его таким, какой он есть, нейрокомпозиция из треугольников – позволила защитить свои границы и принять его в совместном диалоге. Нашла потерянное месяц назад кольцо им подаренное, будто знак, что все обязательно наладится. На одном из АСО- экспресс рисунков замечаю некоторые изменения со стороны мужа: стал теплее, прикасается ко мне, говорит о любви, делает комплименты и подарил цветы. То, что мы снова стали друг к другу притягиваться и продолжаем с ним идти в этом направлении, для меня показатель того, что нейрографика работает.





Есть еще кейс личной трансформации, где темами были: самооценność, я гармоничная женщина, здоровье, личная сила, что хочу изменить в себе, самореализация. Алгоритмы разные: АСО, нейрокомпозиция треугольнички, освоение пространства листа, нейроколор, нейроманда. Все работы постепенно приводили к повышению самооценности. Я стала спокойнее, энергичнее, по-женски уверенной в своей привлекательности для своего мужа, мне нравится мое тело, принимаю ответственность на себя. Есть внутреннее чувство перемен. И они продолжаются, я не останавливаюсь на достигнутом, много над чем еще предстоит поработать.

Практика.

Работа с клиентами вызывала у меня огромное чувство сопротивления, страха и сомнений. Первая в жизни коуч-сессия состоялась офлайн с моей однокурсницей, рисовали модель «Я- ОК». Было жутко волнительно, но общение сразу сложилось доверительное, и работа была очень энергичная. Заряд уверенности, бодрости я получила колоссальный, за что огромная благодарность моей коллеге Алене. На интенсиве был первый опыт в качестве клиента. Коуч Анна просто сшибала своим напором, чего я испугалась, и даже было желание прервать сессию. Но мысли о необходимости получения такого совместного опыта меня остановили. Я дошла до конца сессии, была замотивирована на проведение своей сессии в качестве коуча, которую провела успешно и уверенно. Я в состоянии справиться со своими страхами!

С началом практики для диплома я подзатянула конечно, но как мне показалось, потому что набирала тот самый мотив к действию. Да и первый клиент как-то вырисовался сам в самом прямом смысле этого слова. Я рисовала кейс на тему «Организация практики с клиентами». В один день и алгоритм многозадачность и score. Во время рисования написала знакомая с вопросом о том, что хочет узнать про нейрографику поподробнее. Я сразу же назначила встречу. После чего смело договорилась о встрече еще с двумя девушками, потом еще с тремя. Таким образом составив расписание встреч на месяц...И понеслась.

Первые встречи были ознакомительные, рисовали АСО или АВН. Потом шли в освоение коучинговых моделей. У всех абсолютно разное восприятие. К каждому клиенту подбираю свой подход. Кто-то осваивает быстрее, рисует легче. Кто-то идет через скептический настрой. Кто-то абсолютно доверяет мне. Но всем им без исключения я благодарна за откровенность и смелость. Они говорят о наблевшем, о своих слабостях, о своих страхах, о своих желаниях. Им трудно сделать запрос и мысли оформлять в слова, определять



и озвучивать собственные эмоции, чувствовать реакции тела, разрешать себе хотеть большего и понимать, что это им под силу. Результаты совместной работы абсолютно разные. Кто-то прошел через сопротивление в виде физического недомогания (именно в это время они позволили себе отдохнуть). Кто-то уходил озадаченный, кто-то ликовал, кто-то становился более спокойным, кто-то наконец-то структурировал свою мечту, для дальнейшей ее реализации.

Я наблюдала, как поле синхронизируется вокруг них, вокруг меня, вокруг нас и это удивительно.

Заключение.

Я очень люблю наблюдать за окружающим миром. Постоянный процесс роста, развития, движения в любой сфере увлекает. Нейрографическая линия бионична, отсюда природная эстетика в каждом рисунке. Что такое Нейрографика лично для меня? Это процесс погружения в свой многогранный мир. Это наполнение. Это только мое время. И пусть весь мир подождет, если я хочу рисовать! Как мне кажется, у моих работ появляется мой почерк. Они тонкие, легкие и деликатные. Есть огромное желание делиться с людьми этой эстетикой нейрографики, дарить чувство вдохновения, развивать их воображение, вносить новые смыслы и впечатления в их серые будни, мотивировать на свершения.

Я точно знаю, что жизнь любого, кого заинтересует нейрографика, уже не будет прежней. И если человек не испугается той глубины разговора с самим собой, которая происходит во время прохождения всех этапов базового алгоритма, то изменения в лучшую сторону не заставят себя ждать. А главное человек будет чувствовать себя творцом своей жизни.

Благодарность.

Хочу выразить огромную благодарность Павлу Михайловичу Пискареву за возможность у него учиться, за возможность быть счастливой и ставить амбициозные цели, за трансформацию, за энергию, за новую реальность. Благодарю Ирину Рождествину за коучинговый процесс, за демо-сессии и возможность наблюдать за работой профессионала, за открытую улыбку, за состояние безмятежности, за открытую дверь в мир новой профессии. Благодарю моего куратора Погорелову- Кудоу Жанну за то, что всегда ненавязчиво и вовремя напоминала о сроках сдачи рефератов и дипломных проектов, за человеческую поддержку и веру в меня, за время, уделенное мне, за понимание.



Игнатъева Евгения. Личный опыт применения метода НейроГрафики в жизни.

Благодарю весь преподавательский состав института, супервизоров и весь состав инструкторов, которые помогли в организации учебного процесса. С вами все было понятно.

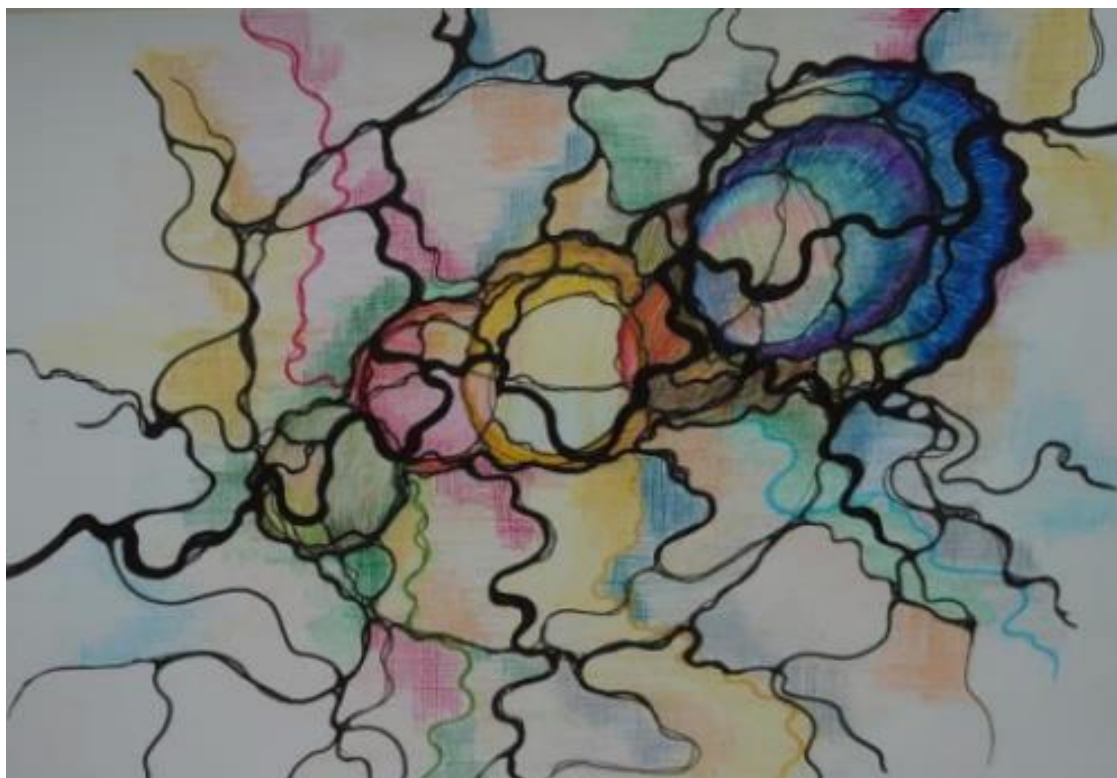
Благодарю всех моих клиентов за такой ценный и разнообразный опыт работы с вами. Благодарю семью за то, что позволили мне учиться и уделять меньше им времени. Благодарю себя за развитие, за этот нелегкий насыщенный путь длиной в 9 месяцев, за преодоления, за достигнутые цели, за трансформацию, за свое осознанное будущее.

[Ссылка на дипломную работу Игнатъевой Евгении в авторском стиле](#)



Работы

Тема: подготовка к первому отчетному концерту.



Тема: неразрывная связь.





Автор:

Иллюкович Елена

Супервизор:

Щербакова Галина

Тема:

Внутренний ребёнок

как обрести себя с помощью НейроГрафики

Люди по-разному существуют в этом мире, но мало людей, которые по-настоящему обрели себя и являются целостными и счастливыми. Почему у многих из нас есть внутренняя неудовлетворенность своей жизнью? Почему мы много страдаем и мало радуемся? Почему нам трудно найти себя, понимать свои истинные желания, призвание и смыслы? Мы все хотим хороших отношений с другими людьми, но больше всего испытываем боль именно от них, почему так происходит? Откуда берутся все наши страхи и неуверенность в себе, почему мы не умеем выражать чувства, принимать и понимать себя? Как преобразовать свою жизнь?

Мы не задавали себе таких вопросов, когда были детьми. Но ответы на эти вопросы находятся именно в нашем детстве, ведь в нас, ныне взрослых, говорит именно он — наш Внутренний Ребенок, который хочет по-настоящему жить и быть счастливым. Именно Внутренний Ребёнок и выражает, в нас нынешних, надежду на преобразование настоящего и создание счастливого будущего, которое заключено в нас самих в творческом проявлении и обретении себя.

Тема Внутреннего Ребёнка для меня очень актуальна, так как в возрасте 6 лет у меня умерла мама. Как я позже выяснила с помощью нейрографики, «повзрослела» я еще раньше – в возрасте трёх лет, когда меня привели в садик и сказали: ну всё, теперь ты взрослая. В ходе работы психологом, я стала замечать, что у большинства людей травмирован и подавлен Внутренний Ребенок, который выживает и существует в мире психологических защит, постоянно находится в тревоге и страхе, многое себе запрещает, и у него отсутствует развитая способность доверять. Такие люди живут обидами и прошлым, они всегда недовольны, у них нет веры в себя и удовлетворения от жизни.



В данном эссе хочу предоставить описание мини-курса «Внутренний Ребёнок: как обрести себя с помощью нейрографики», который я первоначально проработала сама, а далее в мини-группе из 5 человек.

В курсе использовала свои психологические знания и объединила их с алгоритмами нейрографики. Работу индивидуально я проводила долго, как в дополнение своей работы с психологом. Нарисовала на эту тему 12 работ и после осознала, какие именно алгоритмы больше подходят для работы с клиентами именно для моего мини-курса.

Начинали мы знакомство с Внутренним Ребёнком с помощью медитации, которую хочу предложить и здесь... «Мы с вами сейчас сделаем медитацию, которая поможет вам вспомнить, а, возможно, даже заново познакомиться со своей внутренней девочкой. Со своим ребёнком, который придает вам силу, силу вашим движениям. То, что позволяет идти вперед и чувствовать себя радостной. Чувствовать полноту всей своей жизни.

Закройте глаза, примите удобное положение. Я рекомендую не ложиться. Когда мы лежим, слишком высокие шансы уснуть. Вы можете сесть на стул, можно на что-то облокотиться. Важно, чтоб ничего вас не отвлекало. Сколько вам сейчас лет? Ответьте. Ответьте сами себе. И мы начинаем потихонечку возвращаться, возвращаться к вашему источнику желаний и силы. Посмотрите на себя, когда вам 15. Какие вы? Сколько сил в той девочке? Вам 10, как здесь? Что чувствуете? Что вас окружает? Кто вас окружает?

Сейчас обратите внимание ещё на свое тело, действительно ли вам удобно? Не отвлекают ли вас от внутренней работы неудобства. Смягчите голову, шею, подбородок опустите чуть ниже. Разрешите голове быть мягкой. И так вы становитесь к своей девочке ещё ближе. Внимание в теле. Вам 10, вы же помните? Как тело чувствует, когда вам 10? Вам 7. Чувствуйте. Вам пять, вам три, вам два года. Прекрасное время, когда все девочки танцуют, болтают. Здесь нет осуждения, здесь вам всё можно. Никто ещё не сказал вам, что вы что-то сделали не так, никто вас не наругал за то, что вы не сделали уроки или оделись неподобающе хорошо воспитанной девочке. Когда вам два года, о чем вы мечтаете? Пожалуйста, отключите свой анализ.

Не нужно думать, что может быть у ребёнка двухлетнего в голове. Там есть большая сила и наша задача сейчас с вами открыть, открыть тот самый кран, источник этой силы и энергии. Когда мне было два года, я очень хотела танцевать, и, как говорят мои старшие родственники, я все время это делала: вставала на стульчик, чтоб меня было лучше видно. А что делает



ваша девочка, посмотрите внимательно. И в этот момент ваша взрослая часть может подойти к вам, к этой двухлетней вашей детской части. Присесь на колени, чтобы ваши глаза смотрели прямо. Взгляните друг другу в душу. И вы взрослая, сильная спросите: чего ты хочешь, девочка.

Услышьте, услышьте ответ и пообещайте. Теперь я взрослая, я знаю и могу. Я могу помочь исполнить тебе любое твоё желание. Ты хочешь танцевать, и я это сделаю! Ты хочешь петь, и это я тоже сделаю. Ты все еще хочешь то платье? И это я тоже сделаю, потому что я могу! Я взрослая и я умею. Я слышу тебя, я слышу твои желания. Я вижу, вижу этот поток, который помогает мне двигаться, помогает мне жить. Поговорите с ней. Возможно, вам захочется поговорить не только со своей двухлетней девочкой, а поподробней расспросить о желаниях себя и в 5-и летнем возрасте, в возрасте 7 лет. Возраст не важен. Разные желания в разный период. Просто услышьте их. Услышьте и пообещайте себе, я исполню, я умею, я большая. У меня достаточно сил. Чувствуйте себя, чувствуйте свое тело и просто сейчас побудьте сама с собой. Когда вы почувствовали, что вы собрали достаточно силы для своих желаний, что вы познакомилась с ними поближе, когда вы готовы вернуться. Просто вспомните свой возраст здесь и сейчас. Проговорите его. Почувствуйте своё тело, границы своего тела и скажите себе, я здесь и сейчас. Я настоящая. Мой источник желаний со мной. Я хочу! Я могу! Я делаю»

Данная медитация занимает минут 10, но прелесть работы с группой оффлайн, что моментально можно увидеть телесный отклик и помочь участницам, с помощью дыхательных практик, прожить этот опыт.

Далее, сделав небольшую паузу и обговорив впечатления, мы погружались в рисование. Я заранее попросила участниц распечатать их детскую фотографию для скетчинга. Все участницы уже ранее были знакомы с нейрографикой, как так мы ранее рисовали Нейродрево, а кто-то приходил на частную консультацию, но, тем не менее, перед началом рисования, я еще раз прошла по основам рисования нейролиний и правильному скруглению.

После актуализации темы, мы идем в рисование Внутреннего Ребенка с помощью НейроСкетчинга. Подход к образу ребенка начинается издалека, постепенно подбираясь к чертам лица, при этом постоянно присутствует рефлексия. В работе с маленькой группой, есть возможность получить обратную связь от каждого участника. Хотя я заметила, что некоторые участницы предпочитали молчать на первых этапах рисования, постепенно раскрываясь и делясь с группой своими переживаниями.



Для меня лично первое впечатление от НейроСкетчинга было довольно болезненным. Хотя я и считала себя «прокаченной» в какой-то мере в этой теме, но каждый раз, работа именно с внутренним ребенком давалась тяжело. На этапе набора композиции и скругления, меня обычно тошнило, разрывало от боли в груди, были ощущения заболевания, мысли о себя жаления и травматические воспоминания из детства. Те переживания, которые сопровождали меня во время выполнения техники НейроСкетчинг ассоциируются у меня с чем-то священным, словно «прикасаешься» к частичке души. Это волнительно и вызывает трепет, который словно через кончики пальцев воспринимается сердцем.

У участниц тоже были разные реакции в момент набора композиции - девушки много плакали, тяжело вздыхали и даже злились, одну участницу стошнило. В процессе рисования предлагаю визуализировать своего внутреннего ребенка, почувствовать его тепло, детский запах, такой карамельный, почувствовать мягкие волосы, при этом набираем нейролиний и оставляем узнаваемость портрета как себя. Момент очень деликатный, поэтому у нас первое погружение и набор композиции занял больше запланированного времени.

Также я заметила, что с введением цвета участницы начали шутить, смеяться, кто-то песенки напевать и моё внутреннее состояние, как в индивидуальной, так и в групповой работе на этапе архитипирования значительно улучшилось. Появилась игривость, я вела внутренний диалог с ребенком, расспрашивая о нуждах и желаниях.

По окончании НейроСкетча девушки ушли воодушевленные, вели много разговоров, смеялись и каждая делилась планами на день. Как домашнее задание и до следующей нашей встречи, я предложила девушкам в течении каждого дня общаться со своим внутренним ребенком. Задавать ему/ей вопрос «чего тебе хочется больше всего» и слушать ответ.

Лично я стала замечать, что с воссоединением с внутренним ребенком, я поменяла гардероб и из серо-синих тонов перешла на светлые, сочные оттенки. В играх с дочкой звала свою внутреннюю девочку и тогда игры мне не казались скучными, как результат, улучшилось взаимопонимание с ребенком.

При нашей второй встрече, участницы делились, что они стали менее эмоциональны, в том смысле, что понимали, чьи потребности нужно было удовлетворить. Одна из участниц открыла мастерскую по пошиву одежды. Она долго сомневалась, но, по ее словам, это была еще мечта детства, она



всем куклам шила платья. Другая радовалась, что ушёл страх собак. Всплыла ситуация из детства, когда ее неожиданно укусила собака за ногу, и её напугали уколами от бешенства в живот. Вспомнив эту ситуацию, она вернулась в тот момент и поговорила с той собой в 7 лет. Стала замечать, что перестала переходить улицу, если на встречу шли с собакой.

Перед началом второго рисунка даю немного теории на тему, что у каждого из нас есть внутренний ребенок, внутренний родитель и внутренний взрослый. Далее объясняю про психологические роли каждой субличности, откуда они вообще берутся и какие у них функции.

Цель второй встречи – с помощью алгоритма НейроКонтакт дать возможность проявиться внутреннему ребенку, как бы достать недостающую энергию внутреннего ребенка. Предлагаю подумать над темой, в контексте работы с внутренним ребенком. Темы участниц – Наладить контакт с внутренним ребенком, Активация энергии внутреннего ребенка, Активация жизненной силы, Рост непосредственности и креативности, Доступ к своим резервам, Отпустить родителя и радоваться как ребенок.

Традиционную актуализацию мы не проводили, так как мы хорошо проговорили нами темы с тремя психологическими ролями в нас. Эти связи уже активировались и поэтому мы пошли сразу в рисование.

Предлагаю просканировать лист и разместить/обозначить фигуру внутреннего ребёнка. Вот такой, какая она сейчас. Не такой, какой хочется, а таким размером как сейчас на данный момент есть. Дальше на листе надо расположить ещё две роли. Мы от них не можем отказаться. Это внутренний родитель, позволяя руке просто проявить, сколько в вас внутреннего родителя и взрослый. Где-то на листе обозначить взрослого, где-то, где он просится.

По моим впечатлениям мой внутренний родитель и внутренний взрослый прям очень большие. А внутренний ребёнок, видимо, с детства привык быть очень осознанным и, по моим внутренним ощущениям, в моменте было прям тошно от этой осознанности. У других участников-ребёнок, как звездочка колючий, взрослый самый большой. Спрашиваю, насколько это соотносится с тем, как вы себя сами воспринимаете. Так и есть, так вы себя чувствуете? Или вас это удивило?

Ребёнок внутри взрослого, спрашивают «нормально ли это?» Возвращаю вопрос спрашивая, а про что вам это? Может быть, ребёнок боится, и он спрятался в фигуре взрослого, может быть, он сам себя считает



слишком взрослым. Может быть, вас в детстве воспитывали: ты взрослая девочка, так нельзя поступать. Или возможно было страшно и хотелось за папу с мамой спрятаться. Спросите себя, про что вам это?

Напоминаю, что наша сегодняшняя цель - проявить внутреннего ребёнка. Предлагаю каждому задать себе вопрос: а с какой целью, какие качества, характеристики ребёнка вы хотите сейчас в себе увеличить. Я задаю себе вопрос: что я хочу. Я лично, с расширением фигуры внутреннего ребёнка, понимаю, что я хочу креативность, непосредственность, проявлять свои эмоции легко и без смущения. Быть лёгкой и вот это чувство, что все возможно. И я расширяю внутреннего ребёнка на листе до состояния достаточно.

Сразу начинаем отслеживать, что вы чувствуете. Для гармонизации, скругляем. Спрашиваем себя: что я чувствую, какие эмоции приходят, что в теле с нами происходит (оцениваем телесность). Где-то что-то сжалось, где-то потеплело, похолоднело. Спазм мышечный, Расширение, зевота, дыхание. Ноги скрутило и т.д. У клиентов - уверенность в себе, интерес к жизни, жизнерадостность, вера в чудеса, холод по телу.

Предлагаю поокруглять и замечать свои ощущения от взаимодействия с другими фигурами. Можно задавать себе вопросы: как мой внутренний родитель может подавлять ребёнка, может быть, ему надо его больше защищать. Отследите, каково для вас связывание с фигурой родителя, с фигурой взрослого. Я понимаю, в процессе рисования, что моему внутреннему родителю надо чаще говорить своему внутреннему ребёнку о любви, о заботе. И не только говорить, но и делом показывать. Я знаю, что мой внутренний ребёнок любит быть взрослым, потому что в детстве говорили, ты же большая. И мне нравилось, когда мне говорили, ты взрослая. Спрашиваю, может быть, кто-то ещё в детстве был вынужден быть слишком взрослым.

Далее-запускаем нейролинию. От фигуры большого расширенного внутреннего ребёнка можем с помощью нейрографической линии позапустить энергию. Можно в каждую линию вносить смысл - непосредственность, лёгкость, креативность, радость. Скругляем и снова рефлекслируем. Если не приходит никакой телесный отклик, то можно просто рисовать со словами любви к своему внутреннему ребёнку. Можно задавать ему вопрос, при каждом округлении: а чего бы ты хотел или хотела?

Для того, чтобы до конца подключить энергию внутреннего ребёнка, предлагаю вспомнить, что каждому из нас в детстве доставляло радость в



детстве. Вот такую искреннюю, настоящую радость. Что радовало вас? Какие действия? Ну, например, шлепать по лужам, прыгать на кровати, пускать мыльные пузыри. Что это было?

Идеи участниц - рисовать, валяться в снегу, на санках с мамой кататься, кружиться, когда тебя кружат, полежать рядом с мамой, наряжать елку, примерять бабушкины украшения. Наша задача: не только вспомнить эти действия, а вспомнить именно состояния, какая эмоция была в тот момент, какое чувство накатывало.

Далее 5-7 таких значимых воспоминаний мы обозначаем где-то на границах с внутренним ребёнком кругами. И, врисовывая, мы вспоминаем и само действие, и что испытывали. Пропуская через себя ту энергию, ощущая ощущения. Позволяя себе любые чувства, напитывая своего внутреннего ребенка.

В какой-то момент можно спросить себя, вот я ощущаю какую-то эмоцию, а где в жизни сейчас, в каких ситуациях, где было бы классно, чтобы была эта энергия? Какую бы ситуацию эта энергия трансформировала?

Если сложно найти ресурсные действия, то можно со стороны внутреннего родителя нарисовать круг (какой чувствуете величины) безусловной Любви и проговариваем себе как ребёнку: «Я тебя люблю! Я о тебе забочусь! Ты у меня самый лучший!» и скруглять, повторяя эти слова, желательно вслух.

Напоминаю про дыхание, так как замечаю, что многих пробило на слёзы. У участниц вылезло много негатива, но возвращаю их внимание и фокус не на то, что не додали, а на то, что мы сейчас сами можем себе добавить. Предлагаю вспомнить случай, от которого вы хохотали или было состояние восторга. Для меня это мыльные пузыри. Для архитипирования предлагаю взять те цвета, которые самые красивые, то, что очень хочется.

Обращаю внимание, что работа с внутренним ребёнком настраивает нас на волну нашего собственного подсознания. Поэтому можно обратиться к внутреннему ребёнку, как к части себя, как к подсознательному. Возможно, придёт какой-то ответ на какой-то важный жизненный вопрос. Фиксацией предлагаю выделить расширенную фигуру внутреннего ребёнка (не настаиваю, конечно), тем самым показать, что он для вас значим и важен. После второго занятия участницы были переполнены благодарностью, за эту возможность, прикоснуться к своему внутреннему ребёнку. И после я получила следующие отзывы и их работы:



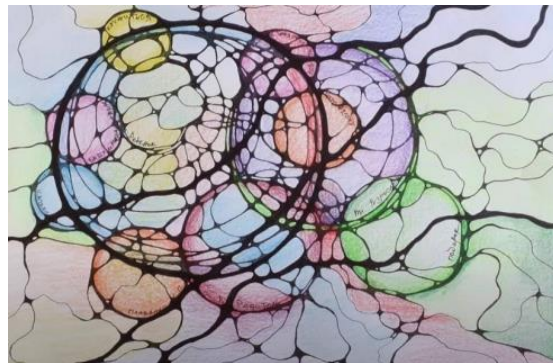
1. Спасибо огромное Лене за возможность возвращения в детство, работая над рисунком, пережила все счастливые моменты моего детства: радость и непосредственность выражения положительных эмоций от встреч с друзьями во дворе, веселые игры, веселые концерты, беседы по душам давали всем нам заряд энергии. Вновь пережила эмоции от поездок с мамой в отпуск, вспомнилась и дорога, по которой мы шли из школы, вдыхая ароматы весеннего цветения деревьев и цветов, а зимой катание на портфелях с горки, счастливые в валенках и снегом за шиворотом, с румяными щечками мы шли домой!



Спасибо за все пережитые эмоции и возможность с помощью незатейливых, на первый взгляд линий, осуществлять большие желания! (Ирина 27 лет, не замужем, детей нет).

2. Чувствую себя Внутренним Взрослым, и иногда трудно включить ребёнка. Ура, теперь я знаю как! В процессе рисования внутренний ребёнок затих в удивлении и с интересом наблюдал, ожидая, какой будет результат. В конце маленькая девочка хохотала, кружась и танцуя! Ещё раз благодарю за пережитые эмоции и воспоминания! Так здорово вернуться в детство! (Ирина 32 года, замужем, трое детей).

3. Елена, большое спасибо за такой ресурсный урок и за возможность вспомнить себя в детстве! Это как в машине времени в детство слетать! Я стала лучше понимать, откуда 'ноги растут' у моих проблем. А самое главное - понимать и принимать свои желания и потребности и не стыдиться того, что это Я хочу!



Мой внутренний ребёнок оказался совсем не капризным, и я думаю, мы с ним подружались. Главное, научиться и вспомнить, что ты тоже был ребёнком, и мир вокруг был таким добрым и прекрасным! (Галина 36 лет, замужем, 2 детей).



4. Рисовала на тему: Контакт со своим внутренним ребенком. Изначально самым большим получился круг внутренний взрослый. Увеличила круг ребенок, он получился на весь лист, и это вначале вызвало дискомфорт. Когда вела линии, ловила себя на мысли: хочется легкости и праздника. На некоторых ресурсах улыбалась, например, воспоминание о 3х колёсном велосипеде "Гномик". Мне нравилось кататься, по дорожке с узкими плитками, ощущение, будто по рельсам едешь).

Я представила себя сейчас и на этом детском велосипеде, меня это так развеселило. Очень интересно, что ресурс подарок захватил два наиболее приятных воспоминания из детства. Когда рисовала ресурс любви и говорила: Я тебя люблю, я о тебе забочусь - слезы навернулись и мурашки, такие сильные, по телу. Когда раскрашивала розовым круг Внутренний ребенок - очень виски сдавило, понимаю, что мало дарила любви себе. Очень любопытный образ был.

Сначала пустота; затем ребенок в квадратной песочнице играет так обособленно, игнорируя меня; дальше последовал такой образ: ребенок играет с песком на море, веселее стал, т.е. уже простор вокруг появился. И в завершении - ребенок носится по пляжу с воздушным змеем.

Я сегодня была в магазине, ощущение такого праздника охватило, прям уже хочется готовиться к новому году и наряжать ёлку. Спасибо большое, Елена, за этот курс! Вас очень приятно слушать и легко идти за Вашим голосом. (Екатерина 28 лет, замужем, есть дочь).



5. Спасибо за сегодняшнее занятие! Мой внутренний ребёнок ликовал с цветом! Из маленького круга превратился в огромное солнце, захватывающее своей энергией родителя и взрослого.



В итоге получился своеобразный паззл-собрала по частичкам и выпустила на свободу своего ребёнка внутри. (Светлана 31 год, замужем, есть дочь). Также через две недели я попросила обратную связь на возможный результат Было-Стало.



И в кратце получила вот такой отзыв:

1. Ирина (27 лет), было - желание посмотреть в свой внутренний мир и найти ответ на вопрос «А что же или кто мне препятствует идти к своей мечте?». После прохождения курса открыла свою мастерскую по пошиву одежды и начала новые отношения с мужчиной, как она пишет «по-взрослому», а не из позиции ребенка.

2. Ирина (32 года), было – агрессия, крик, раздражение к детям, неуверенность в себе. Смотрела на всё с детской позиции: все должны меня любить и всё делать. Раздражалась, если шло не так, как хотела. После курса - работы еще много, но теперь я знаю, какими практиками и медитациями себе помогать. Начала заботиться о себе, исполнять свои хотелки. Стала более терпимой к детям и даже начала получать удовольствие от игр с ними.

3. Галина (36 лет), было – войдя во взрослую жизнь, родив сыновей, перестала понимать себя, детей. Муж был тяжелым кирпичом на плечах. Неуверенность, страх, жизнь под чужим мнением. Благодаря курсу узнала, почему вредничала. Это плакал мой внутренний ребенок. Поняла, почему была недовольна собой и домочадцами – высокие требования моих родителей. Приобрела спокойствие и принятие себя.

4. Екатерина (28 лет), было – внутренний ребенок нуждался в помощи: были ужасные перепады настроения. Разваливалась наша семья с мужем. Были плохие отношения с мамой. Благодаря курсу научилась поддерживать себя. Своего внутреннего ребёнка. Вся та боль, которая сидела во мне столько лет, наконец-то покидает меня! Сегодня впервые смогла понять свою маму и подойти сама обнять её. Я получила уверенность в себе и своих силах. Мне через месяц 29 и я только сейчас начинаю жить СВОЮ ЖИЗНЬ!

5. Светлана (31 год), пришла на курс с отсутствием энергии, цели в жизни, с полной апатией к семье, быту. Хотела уволиться с работы, всё, на что хватало сил после – лежать

Жизнь была в тягость. На курсе научилась слышать себя, чувствовать свои ощущения и понимать, что ЖИТЬ НУЖНО ДЛЯ СЕБЯ. Первый урок я долго плакала, была невыносимая боль в груди. Сейчас я чувствую в себе силы, желание жить, работать, творить, отдыхать, ПРОСТО НАСЛАЖДАТЬСЯ ЖИЗНЬЮ! Я стала спокойной и уравновешенной, научилась отстаивать свои границы.



Иллюкович Елена. Внутренний ребёнок: как обрести себя с помощью НейроГрафики.

Вот такие чудесные трансформации ощутили на себе участницы моего мини-курса «Внутренний Ребёнок: как обрести себя с помощью нейрографики». Из личного опыта, восстановленный контакт с Внутренним ребенком дал мне мощнейший прилив энергии (которая ранее была зажата), избавление от ограничений, которые тянулись из детства. Появилось ощущение восторга от жизни, легкость, любопытство и непосредственность. И самое главное желание Творить! Творить свою жизнь!

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

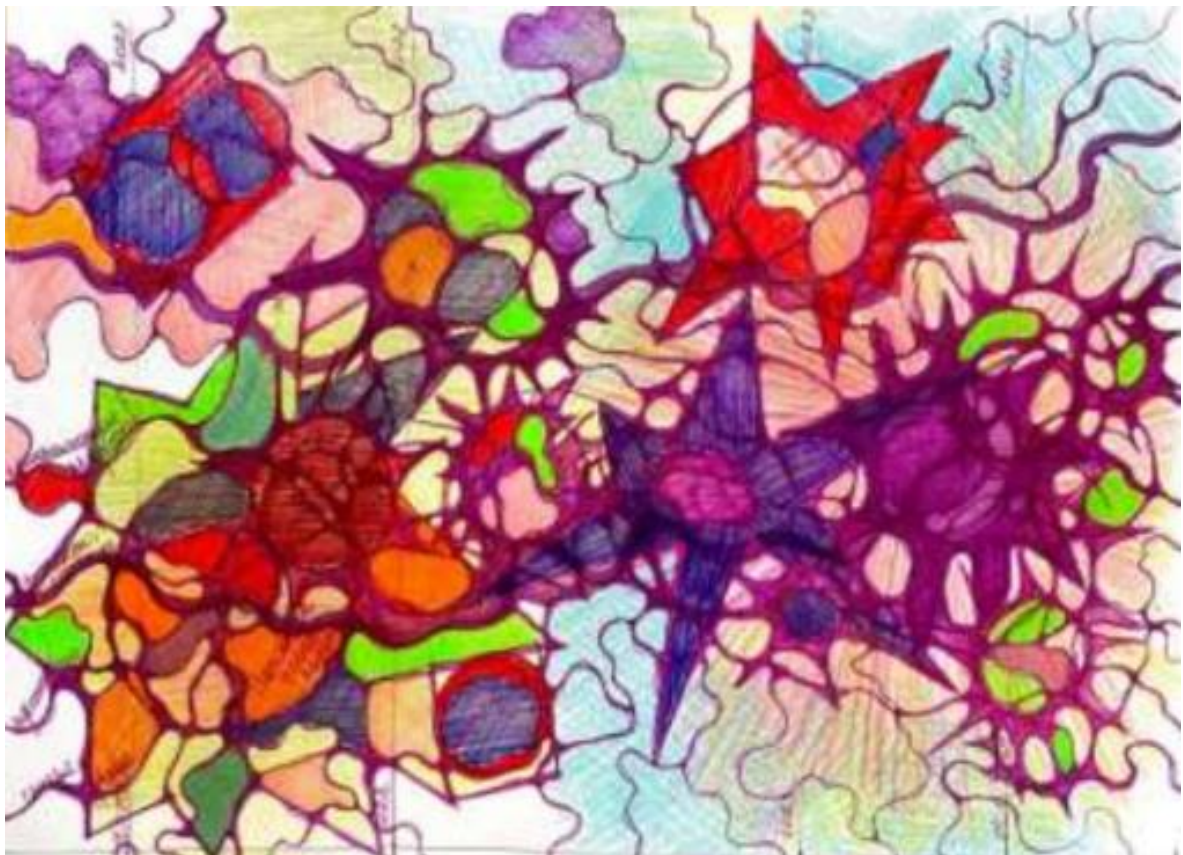


Работы

Тема: работа с клиентом.



Тема: моя жизнь в Европе.





Автор:
Карпова Юлия
Супервизор:
Габбасова Гузалия

Тема:
Сопротивление в НейроГрафике

Предисловие.

Я всегда мечтала рисовать. Но учителя рисования в школе приложили максимум усилий, чтобы я поверила, что у меня на это нет способностей. На 50-ти летний юбилей мне подарили холст и краски. «Картина по номерам» привела меня в рисование. А рисование привело меня в нейрографику.

Однажды, я случайно увидела в интернете курс по нейрографике Анны Бойчак. К тому моменту в моей копилке скопилось достаточное количество техник рисунка. И я решила попробовать еще одну. Техника показалась легкой, и даже примитивной. В тот момент я понятия не имела, какой это мощный метод трансформации сознания. И вообще я ничего не знала про нейрографику. Мне просто хотелось рисовать.

Метод увлек и со временем поглотил все мое свободное время. Я даже забросила почти все остальное рисование. И хотя холст и акрил, гуашь, акварель, по – прежнему манят меня своим очарованием, когда я хочу рисовать, первым делом в руках оказывается маркер.

Нейрографика стала для меня больше, чем рисование. Больше, чем хобби. Больше, чем творчество. Она стала частью моей жизни. И теперь я просто не мыслю, как я раньше могла без этого жить. Поскольку я хочу, чтобы нейрографика стала моей профессией, я захотела разобраться в таком явлении как сопротивление.

Вводная часть. Чтобы проанализировать, как проявляет себя сопротивление в нейрографике, необходимо выяснить, что говорят об этом психологи и психоаналитики. Общепринятые понятия психологии содержат следующие определения.

«Сопротивление - психический механизм, препятствующий психоаналитическому проникновению в бессознательное и мешающий



возвращению вытесненного. Как говорит Фрейд, «сила, которая поддерживает болезненное состояние», и не позволяющая ему придерживаться основного правила психоанализа: говорить всё, что приходит в голову.

В широком смысле, всё, что препятствует психоаналитической работе и используется анализантом для прекращения анализа.» (1)

«Сопротивление - согласно З. Фрейду - сила и процесс, производящие вытеснение и поддерживающие его посредством противодействия переходу представлений и симптомов из бессознательного в сознание. сопротивление - верный признак конфликта и исходит из тех же высших слоев и систем психики, кои в свое время произвели вытеснение. И сопротивление может быть только выражением Я, кое в свое время произвело вытеснение, а теперь хочет его сохранить. Нередко сопротивление изменениям происходит от того, что людям требуется отказываться от старых привычек и учиться действовать по-новому. Для этого им необходимы иные нормы и ценности. Эти перемены приводят к извечному конфликту между человеческим стремлением к постоянству и поисками нового. сопротивление — это первая реакция на изменения, так как людям требуется время, чтобы оценить издержки и выгоды перемен для себя». (3)

« Сопротивление - это все силы в психике человека (клиента), которые противодействуют неприятной ситуации или психологической помощи, потому что она связана с неизбежностью болезненных ощущений (психологической боли)». (3)

Иными словами, сопротивление – это действия и реакции, которые клиент совершает и переживает для того, чтобы защитить себя от каких-либо болезненных или неприятных эмоций и ощущений.

Росс Элленхорн, психотерапевт, социолог, социальный работник в своей книге «Как мы меняемся» приводит «10 причин сопротивления:

1. Сопротивление изменениям позволяет не думать о том, «что дальше».
2. Сопротивление изменениям защищает от неизвестности.
3. Сопротивление изменениям защищает от собственных ожиданий.
4. Сопротивление изменениям защищает от ожиданий других.
5. Сопротивление изменениям защищает от осознания своего места в жизни.
6. Сопротивление изменениям защищает от осознания, как далеко вы



- от цели.
7. Сопротивление изменениям защищает ваши воспоминания о перенесенной боли.
 8. Сопротивление изменениям защищает от изменения взаимоотношенийс окружающими.
 9. Сопротивление изменениям защищает от изменения взаимоотношенийс собой».(2)

По мнению некоторых психологов, сопротивление защищает личность человека от того, к чему он не готов, либо не может сейчас принять, без того, чтобы не воспринять это как угрозу, реальную или воображаемую. сопротивление защищает, однако и удерживает личность от роста и развития, приостанавливая диалог личности и мира.

Автор метода Нейрографика, Павел Пискарёв, в своей книге «Нейрографика: алгоритм снятия ограничений» отмечает и разъясняет, что люди любят говорить об изменениях, но меняться никто не любит, потому что это тяжелая, кропотливая работа, связанная с преодолением личных неприятностей, многие из которых еще нужно как-то обнаружить. Он также считает, что «сопротивление чувствуют все, кто правильно произвел графический выброс. Оно не ощущается, только если в выбросе не было напряжения или если вас не волнует тема. опротивление — это нормальная реакция. Вы попали в зону дискомфорта, и, соответственно, в зону развития». (5)

Из анализа всего перечисленного следует вывод, что сопротивление неизбежно при любой работе с собой и проявляется всегда.

Основная часть.

Осознав, что сопротивление неизбежно, и более того, является частью работы над собой, необходимо проанализировать, как именно оно проявляется в нейрографике, его особенности и характерные признаки, присущие именно этому методу.

Частой реакцией начинающих пользователей нейрографики бывает неожиданное нежелание рисовать, вплоть до полного отказа, отторжения, проявляются неприятные эмоции и ощущения. Что стоит за этими реакциями и почему так происходит, лучше всего поясняет сам автор метода Павел Пискарёв. Он приходит к выводу, что реакции сопротивления тесно связаны с самой сутью метода. И процессы протекающие при этом гораздо глубже и важнее, чем кажется на первый взгляд.



«Чтобы понять, что представляет собой сопротивление в нейрографике, необходимо осознать, что нейрографика – это практика сопровождения проектов и творческий метод трансформации мышления. Нейрографика – это не просто рисование, это трансформация сознания. А такие процессы не могут происходить легко незаметно.

Когда люди практикуют нейрографику, они меняют свою жизнь, свои шаблоны и стереотипы, перестраивают свое мышление. Наш мозг отчаянно этому сопротивляется, для него любые изменения представляют опасность, нарушение привычного, а значит безопасного. Нейрографика будит в человеке спящие страхи и неотработанные переживания, что и сопровождается реакцией сопротивления. стереотипный ум не видит выхода. Он продолжает ходить кругами по одним и тем же маршрутам, оставаясь в тупике.»(5)

Эмпирически установлено, что особенностью нейрографики является то, что сопротивление проявляется на нескольких уровнях: телесном, эмоциональном, интеллектуальном.

Рассмотрим возможные проявления каждого из них.

1. Телесное сопротивление, уровень тела. Это самое внятное, явное, яркое проявление сопротивления. Многих клиентов телесное сопротивление пугает и отталкивает, они не понимают, что с этим делать, проявляют неготовность преодолевать сопротивление.

Наблюдаются следующие проявления телесных изменений в процессе нейрографики: головная боль или любая другая боль, затрудненное или учащенное дыхание, ощущение тяжести в груди, особенно в области сердца, чувство сдавленности в какой-либо области тела. Достаточно часто проявляются: кашель, насморк, внезапный приступ голода или же тошноты, ком в горле, усталость, апатия и желание спать. Может также иметь место: дрожь в теле, ощущение холода или жара, приступы потливости или сердцебиения и многое другое. Реакции у каждого человека индивидуальны и отличаются по яркости и степени проявления. Некоторые клиенты чувствуют телесные проявления сильно и ярко, у других реакции едва различимы. В практике применения нейрографики необходимо развивать саморефлексию, практику наблюдения над своими реакциями, т.к. реакции тела являются сигнальной системой при работе над собой.

Надо также отметить, что некоторые люди не испытывают таких ощущений, указывают на полное отсутствие телесных реакций, что чаще



всего говорит о наличие каких-либо блоков и проходит при дальнейшей практике нейрографики. Наблюдения подтверждают, что чем больше человек рисует и нейрографирует, тем ярче и сильнее у него проявляется саморефлексия, в том числе на телесном уровне.

Вот как описывает подобные реакции сопротивления автор метода нейрографика Павел Пискарев. «Что происходит с человеком? То там кольнет, то там стрельнет. Вдруг неожиданно захочется в туалет, хотя сходил туда минут десять назад. Голова начинает несусветно болеть, глаза слезиться. Так мы учимся слышать себя, свое тело, свой мозг. Так происходит встреча с сопротивлением. Каждый человек переживает его по-разному, но общим остается одно. Мы перестраиваемся, и этот процесс не может быть обязательно комфортным. Все зависит от глубины и сложности поставленного запроса и от того, насколько человек умеет слушать и слышать свое тело». (5)

О чем свидетельствуют данные реакции? Чаще всего, это говорит о том, что человек нашел болевую точку и попал в самую суть проблемы, мешающей реализовать его цели и задачи. О неблагополучии в данной области, наличии блоков и проблем.

Любые изменения поведения не нравятся нашему мозгу, и он защищается всеми возможными способами. Переживание таких реакций неприятно, но не опасно, т.к. такие реакции кратковременны, и обычно исчезают сразу после прекращения практики нейрографики или в ее процессе. Все эти реакции естественны и являются прямым проявлением нашей психосоматики.

2. Эмоциональное сопротивление.

Обычно проявляется негативными эмоциями: раздражением, нетерпением, злостью. Вызывают раздражение материалы для нейрографики, поведение окружающих и реакции самого рисующего. Часто проявляется недовольство собой, неверие в свои способности, самоуничижение, обесценивание своих результатов и усилий. Может активизироваться обвинительная позиция или наоборот позиция жертвы. Также могут проявляться: злость, гнев, тревога, страх, грусть, тоска, слезы или чувство безысходности, беспомощности. Чаще всего эти эмоции не имеют явной причины, и клиент не может объяснить, с чем они связаны. Распространенной реакцией во время рисования является нежелание рисовать дальше, вплоть до полного отторжения, недовольство результатом рисования и разочарование в своих способностях. При отсутствии опыта и



понимания, что представляет собой процесс сопротивления, клиенты могут в этот момент бросить рисовать, посчитать, что нейрографика им не подходит.

3. Интеллектуальное сопротивление. симптомами интеллектуального сопротивления могут быть:

- обесценивание своих усилий;
- разочарование в методе нейрографики;
- неверие в результат;
- откладывание решения, прокрастинация;
- сравнение нейрографики с колдовством, эзотерикой, магией и т.д.
- сожаления о потраченном времени и потраченных средствах;
- невозможность сосредоточиться на работе, нежелание вникнуть в основы метода;
- раздражение и неприятие своей работы, критичность к результату рисования;
- откладывание важного дела «на потом», опоздания, изменения решения, обесценивание и т.п.

4. По наблюдениям, в рисунке сопротивление часто проявляется, как нежелание скруглять, игнорирование слов коуча или инструктора нейрографики, настаивание на своем видении рисунка, раздражении, быстрых, резких движениях руки, желании порвать и выбросить лист. В раздражении и недовольстве клиенты ломают и сминают маркеры, карандаши, роняют предметы. Наблюдаются затруднения при выборе цвета, непонимание, как рисовать нейролинию, отказ объединять цветом участки в большие формы. Любые замечания и предложения в этот момент могут вызывать проявление агрессии, либо уныние, депрессию и самоуничижение.

Все эти явления в большей или меньшей степени переживают все, кто взялся работать с нейрографикой. Проявление сопротивления ослабевает при наборе опыта и большом количестве выполненных работ, однако не исчезает полностью, и может вновь обостряться, при выборе значимой для рисующего темы.

Примеры проявления сопротивления у клиентов представлены в таблице 1.

Проявление сопротивления: Волнение, нетерпение, напряжение в руке. Клиентке рисунок не нравится, страх, раздражение. ильно давит на маркер, рвет бумагу. Демонстрирует нервозность: дрожит голос, на грани слез, злость на мужа, обида. Ощущение напряжения, сдавливания в груди.



Тяжесть, чувство вины и обвинения мужа. В рисунке – резкость, нервность, не везде хочет скруглять, некоторые участки зажаты, изолированы в цвете. Жалобы, что не может исправить (сопротивление предложению коуча). К концу сессии расслабление, принятие ситуации, обсуждение, что делать дальше.

Проявление сопротивления: Головная боль, негативные мысли, грусть. В рисунке много изолированных областей. Отказывается объединять, хотя на словах соглашается. Много участков, изолированных цветом, отказывается их видеть и исправлять. Общее впечатление от сессии – довольна, улыбается. После сессии.



Проявление сопротивления: Возбуждение, повышенная разговорчивость. Пытается навязать, как надо проводить сессию, недовольство, негативные эмоции. Чувство страха, даже иногда ужаса (так формулирует). Обвинительная позиция, позиция воинствующей жертвы. В теле: головная боль, тяжело дышать, бросает в жар и дрожь.

Раздражение по поводу рисунка, что текут фломастеры. При объяснении про сопротивление – раздражение, агрессия. Отсутствуют линии фона, замкнута в своей проблеме. Общее впечатление после сессии положительное, однако, на следующий день перезванивает и отказывается рисовать.

Проявление сопротивления: Не может рисовать нейролинии, выбрасывает несколько листов. начала черкает, потом начинает рисовать по листу круги, не может выйти из замкнутого круга проблемы. Напряжение в лице и руке. Актуализация слов меньше





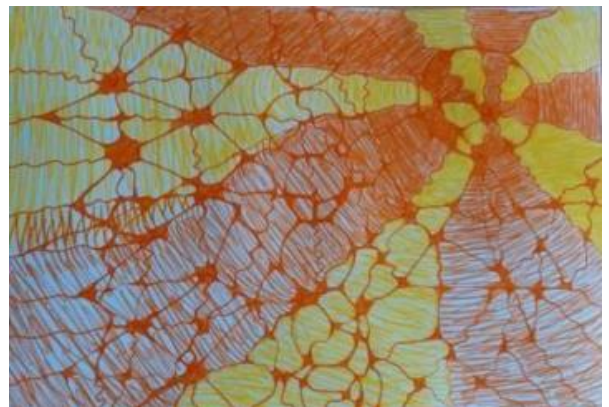
20. Не понимание, как скруглять. Негативные мысли. Неверие в свои силы, не видит выхода из ситуации. Внесение цвета замкнутыми областями. В теле: тяжело дышать, слезы, давление в висках. После окончания сессии расслабление, благодарность.

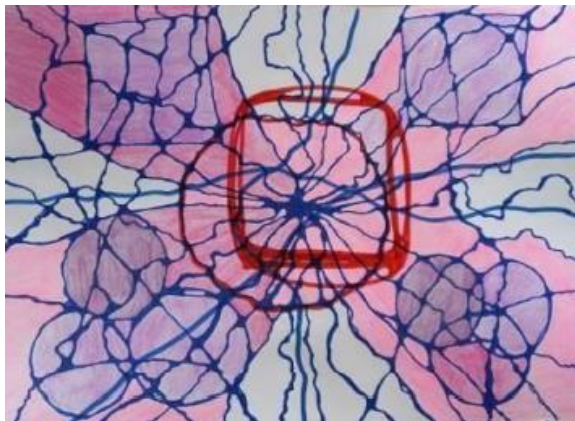


Проявление сопротивления: ильное затруднение при выборе темы. Несколько раз меняет, при актуализации слов меньше 20. Одна из задач вызывает сильную эмоциональную и телесную реакцию. Формулирует эмоцию как ужас. При скруглении: злость, раздражение, нетерпение. Отказывается выполнять базовый алгоритм. Проявление

критичности. Игнорирование предложений и рекомендация коуча. К концу сессии расслабляется. опротивление уменьшается, приходит расслабление.

Проявление сопротивления: сопротивление при выборе темы. Количество слов при актуализации меньше 20, самоуничужение, самобичевание, неверие в свои силы. Негативные мысли и воспоминания, чувство вины. Отказывается рисовать нейролинии. Вместо линий рисует зигзаги. Вместо скруглений прорисовывает темные квадратики. В теле: головная боль, жалуется на повышение давления. На определенном этапе слезы и жалобы, позиция жертвы. К концу сессии все это проходит, становится легче, начинает улыбаться.





Проявление сопротивления: При актуализации слов меньше 20. Жалуется, что болят виски, затылок. Тяжесть, тошнота. Чувство вины, тяжело дышать. корбное выражение лица, грусть, тоска, жалость к себе. В рисунке: нежелание скруглять. При выборе линий поля и фиксации резкие, грубые линии, отсутствие их сопряжения со всем рисунком.

Жалуется на жизнь, позиция жертвы. Рисунок не нравится. К концу сессии расслабляется, начинает улыбаться. Успокаивается.

Проявление сопротивления: При актуализации слов меньше 20. При выбросе рисует по кругу, грубые, быстрые движения. Первый лист не пригоден для работы, представляет сплошное черное пятно. Жалобы, позиция жертвы, слезы, ностальгия. Воспоминания о старых обидах. Напряжение в висках, тяжесть в груди.



Отказывается делать линии поля, фиксацию, игнорирует. К концу сессии расслабление, улыбается. Подъем настроения.



Проявление сопротивления: При актуализация слов меньше 20. Не усваивает информацию о нейролинии, отвлекается. Не может сосредоточиться. Напряжение в лице и теле, жажда. На рисунке напряженность линий, зигзаги, множество несвязанных фигур, символы. кругляет большими треугольниками. Линии поля не интегрирует.

В теле: головная боль, туман в голове. После сессии много образов из прошлого, воспоминания, грусть.



Проявление сопротивления: Нервозность, дрожь в руке, напряжение в теле. Эмоции обиды и горечи. Раздражение, что не получается. Первый лист не пригоден к работе, сплошная темная область. кругляет жирными областями, нервничает, непонимание. Нет линий поля и фиксации, игнорирует рекомендации коуча. трах испортить рисунок, неверие в свои силы и благополучное решение ситуации. К концу сессии успокаивается, напряжение уходит, довольна.



Проявление сопротивления: Затруднение при выборе и формулировке темы. При актуализации слов меньше 20. Не усваивает информацию о нейролинии, даже после нескольких упражнений. Рисует волны, игнорирует объяснения. Напряженные и прямые линии. В теле: головная боль, трудно дышать. Отвлекается, уходит от темы, путает время для сессии. Замешательство, не может выразить, что чувствует, пытается в словах. Затруднения с выбором цвета. Не везде скругляет. Возмущение и негодование, что надо много скруглять. Нежелание доводить рисунок до конца. По окончании сессии расслабление, довольна.

Проявление сопротивление по шагам базового алгоритма Нейрографики.

1. Тема и ее актуализация. Клиенты часто демонстрируют трудности в формулировании темы, невозможность и нежелание сосредоточиться. Отсутствие мотивации. Нежелание обсуждать, что волнует, попытка рисовать без темы. При актуализации темы: маленькое количество слов, не понимание, отказ выполнять. Уход от темы на отвлеченные разговоры. Перенос времени сессии. Отвлекают окружающие люди и явления. лучайные события выбираются поводом для того, чтобы не выполнять необходимые действия.

2. Композиция/выброс. Часто проявляются резкие движения, сильное давление на маркер, разрыв листа, сломанный маркер. Отказ выбирать толстые маркеры, упорное рисование неподходящими материалами.



Невозможность сосредоточиться, нежелание обозначать и конкретизировать какие-то моменты. Невозможность и нежелание усвоить информацию о нейролинии, нежелание делать выброс, нервозность, раздражение, слезы. Недовольство своими способностями, инструментами. амоуничжение, неверие в свои силы. Круги на листе, резкие небрежные движения. Недовольство выбранным алгоритмом. пор и возражения.

3. Округление. Распространены такие проявления сопротивления, как нежелание продолжать, раздражение, злость, нервозность, ощущение, что не получается.

Сосредоточение на насущных потребностях (есть, спать, пить). Отсутствие сосредоточения и раздражение. Нежелание округлять, возражение и возмущение объемом задачи на округление. Недоверие себе и коучу, обстоятельствам. Неверие в свои силы, жалобы на жизнь. Негативные ощущения в теле: холод, жар, дрожь, тяжесть в груди и висках, насморк, кашель, зуд, онемение частей тела. Игнорирование необходимости выполнять базовый алгоритм, отказ видеть острые участки, которые есть на рисунке. Жирное и грубое закрашивание.

4. Фигура/ фон. Наиболее часто отказ рисовать линии фона, концентрация на своей проблеме, своем состоянии, игнорирование этого этапа. ложности во взаимодействии с социумом. Концентрация на фигуре в середине листа. Нежелание растягивать выброс по листу, растворять. Проявление критичности.

4. Интеграция. Затруднения в выборе цвета, материалов, различные телесные реакции: жар, холод, потливость, чувство духоты и нехватки воздуха. Нежелание в объединении участков, изолированность цвета, грубая штриховка, чирканье. Нежелание вносить цвет или наоборот выбор одного цвета. Страх испортить рисунок, недовольство собой и рисунком, раздражение. Сомнения в своих способностях, уничтожение себя, недовольство собой и другими.

5. Линии поля. Невозможность усвоения информации и понимания о линиях поля. Формальное выполнение, либо отказ рисовать, страх испортить рисунок, недоверие своим способностям. Часто встречается грубое, поверхностное нанесение линий, отсутствие интеграции их в общий рисунок. Также встречается упорное рисование пересеченных линий поля.

6. Фиксация. Выражено проявляется ментальное сопротивление: критичность, восприятие фиксации как ухудшения, порчи рисунка.



Затруднения в выборе фигуры фиксации, нежелание на чем – то останавливаться. Выбор нескольких фигур фиксации. лишком бледные тонкие линии при фиксации, либо наоборот, грубые, жирные, отсутствие интеграции в общий рисунок. опротивление фиксации нового паттерна поведения, решения проблемы, попытка остановиться на старом, безопасном, привычном.

7. Выводы. Тема 2.0. Игнорирование и непонимание значимости этапа. Демонстрация нежелания писать актуализацию слов заново. Желание скорее закончить. Невозможность сосредоточиться, усталость, утомляемость, расслабление, проявление желания спать.

Заключение.

Методы преодоления сопротивления.

« сопротивление всегда вызывает неприятные ощущения. Но мы не можем создать новый мир, не пройдя через это, не преодолев этого сопротивления. Мы не можем абсолютно безболезненно создавать нового себя. Неприятные ощущения будут, но в определенный момент они проходят - могут пройти быстро, а могут через несколько часов после того, как вы взялись за работу. Это связано с тем, насколько искренне и глубоко вы сейчас переживаете негатив в отношении выбранной вами темы.»(5)

В практике нейрографики необходимо научиться наблюдать за собой, замечать проявления собственного сопротивления, знать его формы, уметь услышать то, что пытается донести нам внутренний голос, наше подсознание. Задача нейрографа - увидеть сопротивление, признать, проанализировать посыл и сделать выводы. Важно распознавать в работе над собой все варианты проявления сопротивления, отмечать их у себя и осознавать, что это именно сопротивление, т.е. часть нейрографической работы.

Прежде всего, надо осознать, что именно происходит. Что это именно проявление сопротивления, временные и неизбежные реакции нашего мозга и тела. В этом случае стратегически важно не бросать рисовать.

Наиболее распространенными и эффективными методами облегчить состояние при проявлении сопротивления являются: Кратковременный перерыв, глубокое дыхание, упражнения на расслабление, встряхивание тела, смена положения тела, кратковременный массаж той части тела, в которой проявились неприятные ощущения. Хорошо снимает напряжение такой простой способ, как попить воды.



При эмоциональном сопротивлении важно не сдерживаться. Позволить себе пережить эмоции, поплакать и позлиться, порвать бумагу, высказать свои обиды, но при этом осознавать кратковременность эмоции, вызванной именно практикой нейрографики. Важно анализировать, что происходит. Для этого могут помочь коучинговые вопросы, такие как: что это для меня значит, о чем это говорит. Таким образом, можно обратить негативную эмоцию в пользу для себя, и извлечь урок из этого переживания. Эмоции - это разговор с внутренним Я, которое сигнализирует нам о процессах в нашем подсознании. К ним надо прислушаться, найти причину и изменить к этому отношение.

интеллектуальным сопротивлением, своим внутренним критиком, можно договориться, а можно просто выслушать и работать дальше. Интеллектуальное сопротивление – это попытка нашего мозга избежать изменений, которые, по его мнению, могут представлять опасность для нас. Важно понимать, что это просто мысли, они пройдут при дальнейшей работе.

Стоит также отметить, что самым главным и распространенным способом преодоления сопротивления в нейрографике является сопряжение (округление). Этот прием позволяет справиться с сопротивлением наиболее быстрым и экологичным способом. Для мозга это будет означать, что проведена работа по исправлению ситуации. Чаще всего после округления реакции сопротивления исчезают или существенно ослабевают.

При проявлении сопротивления, важно продолжать рисовать, применяя способы нейрографики. Если сопротивление сильное, значит тема важная и болезненная, сопротивление – это своеобразная лакмусовая бумажка для оценки темы и ее влияния на нас.

Исследование проявлений сопротивления в нейрографике имеет важное значение в работе эстетических коучей и инструкторов нейрографики, т.к. помогает понять, как действовать в случае проявления сопротивления и подготовить клиентов, объяснив им действие такого явления, как сопротивление.



Литература:

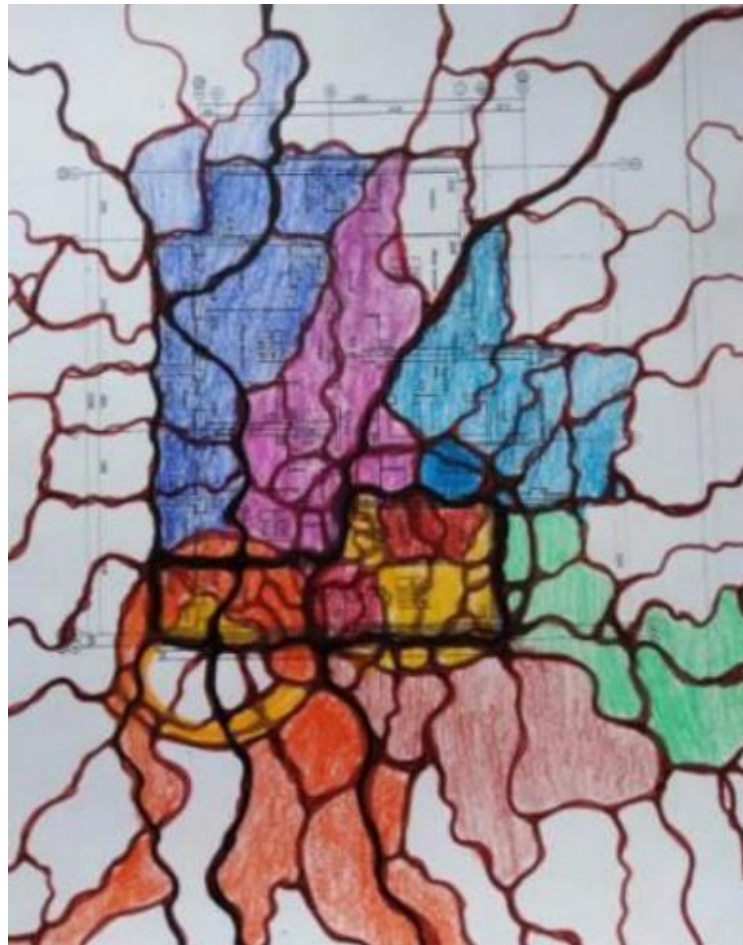
1. Википедия
[https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5_\(%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5_(%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7))
2. Росс Элленхорн, «Как мы меняемся»/Миф. Личное развитие. Москва: Манн, Иванов и Фарбер – 2021 г.- 384.
3. «Словарь практического психолога / ост. .Ю. Головин.»: Харвест; Минск; 1998 ISBN 985-433-167-9 -
4. Татьяна Панова. Ваш личный психолог.
<https://psihologpanova.ru/blog/psihologicheskoe-soprotivlenie/>
5. Пискарёв, Павел Михайлович. Нейрографика : алгоритм снятия ограничений /Павел Пискарёв. — Москва : Эксмо, 2020. — 224 с. : ил. — (Драйверы счастья).
6. Бассин Ф.В. О силе Я и психологической защите // Вопросы философии. - 1969. - № 2. - .118-126.
7. Сатир В. Вы и ваша семья./ овременная психология. Теория и практика./ Институт общегуманитарных исследований, 2016 – 288.
8. Лапланш Ж., Понталис Ж.-Б. опротивление // ловарь Психоанализа. — Москва: Высшая школа, 1996. — 623 с. — 50 000 экз. — ISBN 5-06- 002974-3.
9. Ксения неговая. Нейрографика для каждого,
<https://zen.yandex.ru/id/5f76cbf130dd6b548cf334ed>

[Ссылка на дипломную работу Карповой Юлии в авторском стиле](#)



Работы

Тема: нейрографирование плана квартиры.



Тема: улучшение здоровья.





Автор:
Катина Ирина
Супервизор:
Новикова Елена

Тема:
Творческий поворот судьбы

Сейчас ноябрь 2021 года. С НейроГрафикой я познакомилась чуть больше года назад, а точнее, летом 2020 года. В то время, мир перевернулся. Пандемия. Закрыты кафе, рестораны, торговые центры, крупные магазины, школы, поликлиники. Людей охватывает паника и неопределенность. Все задаются вопросом: Что будет? Как жить дальше? Казалось то, что происходило, возможно только в кино фэнтези. Но, к сожалению, весь ужас был реальностью. Сроки самоизоляции всё продлевали и продлевали...

Я занималась делом своей жизни. У меня был частный детский сад и детский центр развития, команда специалистов. И я, как и все остальные люди, не понимала, как выжить в этом кошмаре. И, главное, когда всё это кончится. Родителей моих подопечных отправляли домой на неопределенный срок. Они остались без заработной платы и со страхом за себя, детей и финансовое положение семьи. Один за другим они стали расторгать договора на посещение детского сада. Ведь, это и понятно. Я была на грани нервного срыва. Дело всей моей жизни было под угрозой. Как оплачивать арендованные помещения? Каким образом сохранить педагогов? Ведь, несмотря на проблемы, кушать хочется каждый день.

Вот тогда, моя коллега, психолог, предложила мне порисовать с ней. Мне не хотелось никому изливать душу и рассказывать о своих страхах. Зато идея порисовать – мне понравилась. Тут, на просторах Интернета, я и встретила своего первого инструктора Нейрографики Марину Раймонд. Я порисовала с ней пару раз и почувствовала, как моя тревога стала трансформироваться. Я увлеклась Нейрографикой. Прошла курс Пользователь. И продолжала рисовать: сама, на мастерклассах с Мариной. И потихоньку от мыслей: чего я не хочу (а изменить не могу), перешла в режим «хочу». И могу.

Поняла, что я хочу жить у моря, а не приезжать к нему раз в год. И это казалось невероятным.



Выставили на продажу свою дачу. Несколько раз приезжали люди, смотрели, и ехали думать. Помню, было воскресенье. Я рисовала утром на кухне нейрографический рисунок на продажу дачи. Это был Алгоритм снятия ограничения. И когда я закончила, мы поехали с семьей провести выходной там, на природе. Когда мы ехали на дачу, позвонил человек, и сказал, что желает посмотреть участок с домиком. Мы договорились о встрече. Я помню свои ощущения! Я ехала на встречу с ним, с полной уверенностью, что это и есть будущий владелец дачи. Так и случилось! Уже вечером этого же дня, мне перевели задаток. Чудо!? Нейрографика работает!

В общем, я стояла перед выбором, куда отдавать ребенка в 1 класс. В холодной Тюмени или солнечном Сочи? Решение было принято благодаря мастер-классу по Нейрографике «Нарисуй свою мечту». Сейчас, я даже не помню, какой алгоритм там был заложен. Зато, я помню то количество энергии, которым я наполнилась. И... в сентябре мы с сыном живем в Адлере и я веду его в первый класс сочинской школы! ВАУ!

Главное, я вышла из депрессии. Переехала к морю и солнцу. Да, мне пришлось закрыть детский сад. Но, меня уже это так сильно не тревожило. У меня начиналась новая жизнь! В которую прочно входила Нейрографика.

И тут, мне пришла в голову мысль, что я могу быть полезной людям. Если Нейрографика так помогла мне, значит, может помочь и другим в решении их проблем или задач. Значит, мне нужно заняться этим профессионально! Раньше я приносила пользу детям. Сейчас хочу попробовать работать с родителями, т.е. со взрослыми. Тем более, подобный опыт у меня есть.

Эта мысль прочно засела в моей голове. И хочется выразить благодарность мужу и семье, за поддержку и веру в меня. И на новый 2021 год муж делает мне подарок, оплатив Инструкторский курс! Я рада! И, одновременно, меня терзают сомнения. Смогу ли я? Получится ли? Да! Забыла сказать, что денег в тот момент не было. И я подумывала о кредите или займе у знакомых. И рисовала! Рисовала я «Увеличение доходов и уменьшение долгов». Сейчас уже знаю, что это были динамические ряды. И вот, неожиданно, нам отдают долг, который не отдавали 2 или 3 года. Боже! Мы уже и не рассчитывали на эти деньги.



Муж со словами: «Иди, учись рисовать Нейрографику, тебе же это нравится!» – оплатил мне обучение.

Три месяца ожидания Инструкторского курса казалось вечным. Огромная благодарность Институту за щедрость. Нам были предложены уроки прошлых лет. И была возможность заниматься в своем темпе. Я изучала незнакомые мне Алгоритмы, нежилась в лучах южного солнца, а чудеса продолжали происходить.

Одним из таких чудес стала для меня продажа дома.

Хочу поделиться с вами моей удивительной историей! Я рисовала кейс на тему: «Продажа дома». Нейрографика действительно работает!!! Но, всё по порядку. Когда я выставила дом на продажу, сразу «налетели» риэлторы, которые хотели снизить цену и поставить свою с лихвой. Но, даже на их условиях они всего пару раз приводили клиентов и безуспешно. Тогда я стала рисовать и думать о людях: зачем им переплачивать за то, что они могут приобрести за меньшие деньги напрямую от меня как собственника. Я рисовала АСО, древо "Мой рост, как продажника недвижимости". Я стала думать, какие у меня есть ресурсы для самостоятельной реализации. Клиенты стали звонить! Кого-то не устраивала сразу цена, кто-то цеплялся к мелочам. Тогда я подумала, а почему только клиент может выбирать себе дом? Неужели я должна отдать его первому встречному, который занижает стоимость, как будто тем самым, делает мне одолжение, что вообще его купит, по низкой цене. Я тоже имею право выбирать покупателя!!! Почему нет? И тогда я стала рисовать Своего Идеального Покупателя. Я люблю этот дом! Мы сами строили его с большой любовью! Задача была построить не лишь бы что, а красивый, качественный и комфортный дом.

И я хотела, чтобы новый хозяин оценил всё ЭТО. Я стала прописывать и прорисовывать, что получу я (кроме финансов): благодарность, признание, возможность двигаться вперед, веру в себя, воссоединение семьи и много чего еще... А что получит покупатель? Качественное и уютное жильё, позитивные эмоции, место силы, гордость за своё владение, красивую и вдохновляющую панораму вокруг... Не буду всё перечислять! По 25 пунктов, что получит покупатель, и что получу я, как продавец. Мне казалось, как же трудно найти того единственного клиента.

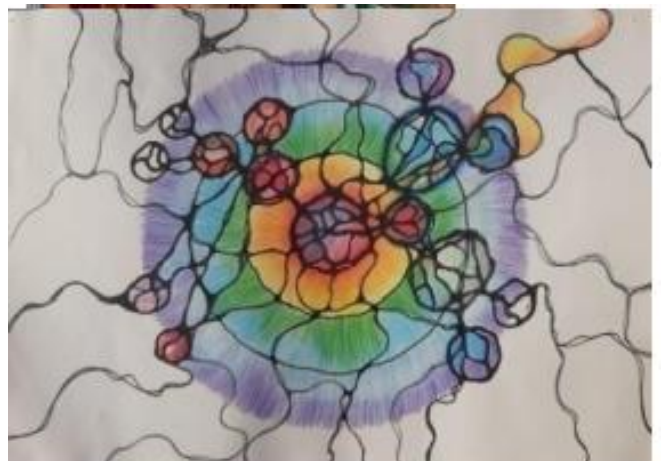




Я рисовала снова АСО, чтобы снять это ограничение, уже нарисовав кучу рисунков из кейса. И через 2 дня после этого АСО мне позвонили люди, сказали, что стоят у дома и хотели бы посмотреть. Поехала на показ. Как только они зашли, их восторгу не было предела. Женщина сразу сказала, что они берут!!! Они отметили все те нюансы и тонкости, которые придавали ценность этому дому. Мне даже не пришлось рассказывать о них - они сами всё увидели и рассказали мне!!! Представляете??? Я была в шоке!!! На следующий день они внесли залог. А вечером эта прекрасная семья написала мне письмо благодарности за этот дом, за этот сад, за этот двор и озеленение. И тут у меня потекли слёзы! Вот то, чего я так хотела!!! И то, чего я так ждала!!! И знаете, еще, когда мы разговаривали о цене, я прямо чувствовала, что даже если я скажу, что цена окончательная - они всё равно его купят! Я сделала им скидку - с любовью и благодарностью, а не потому, что тебе "выкручивают руки". Это дорогого стоит!

Счастья, радости и гармонии Вам на новом месте, замечательная семья!!! Даже сейчас, когда я пишу и снова проживаю этот момент, меня потрясывает и текут слёзы.

Инструкторский курс... Это такая история, по мотивам которой можно написать роман. Главное, как и было заявлено, что за время пути, человек сам проходит колоссальную трансформацию. И это правда, на все 100%! У меня наладились отношения с дочерью-подростком. Я стала лучше понимать и быть терпимее к мужу и близким. Слова моих родных, что я сильно изменилась. В их видении – в лучшую сторону. В ходе обучения, для меня стало открытием, что моя мама – не только мать, а еще женщина, жена, дочь, чья-то коллега. Раньше я видела только одну ее грань. Я смогла по-другому взглянуть на наши «неидеальные» отношения. И дистанция между нами резко сократилась. Я стала на многие вещи смотреть с разных сторон. Научилась наблюдать, размышлять и философски относиться к жизни.





К середине курса, летом, я поехала на интенсив, где собирались инструкторы разных годов выпуска и конечно, Павел Михайлович Пискарев. Сколько же открытий меня там ждало! Инструкторы щедро делились своими алгоритмами, мастер-классами, которые продолжали переворачивать моё сознание. Понравился приём инструктора 2020 года Ксении Сафаровой с применением техники аппликации в Нейрографике. Интересный подход Люции Усмановой при работе со страхом. И бизнес-модель Вероники Леоновой, через которую я впоследствии прорабатывала своё направление. Мощную энергию во мне подняла Мандала Рода, которую давал Павел Михайлович на интенсиве. Не знаю, откуда, но именно после этого рисунка, во мне появилась энергия, которая наполнила моё сердце любовью, нежностью. Слёзы текли сами собой. Мой род – это моя опора и моя сила! Интересно, что раньше я никогда об этом не думала. И вдруг такой инсайт!

Эта сила двигала меня выходить к людям. Да, мне и самой хотелось, но было страшно. Я не знала как, кому предложить, с чего начать, что рисовать. Много было вопросов, сомнений, страхов. И вот тут, снова возможность от Института психологии и творчества – участие в «Дневнике Пользователь». Я не могла упустить такую возможность! Кроме того, что я работала над собой, как над личностью на протяжении 9 месяцев, я еще пошла на Дневник, проработать конкретную цель «Я – практикующий инструктор Нейрографики». Рисовать было необходимо 21 день эту тему. Сказать, что это было не просто – совсем ничего не сказать. Было очень сложно! Заходя в проект «Дневник Пользователь», я отдавала себе отчет в том, что придется рисовать каждый день работу на заданную тему и наблюдать за собой, каким образом понимание и отношение к теме постепенно меняются.

На пятый или шестой день на меня напало такое сопротивление, что я не могла даже взять маркер в руки. Большое счастье, что рядом есть коллеги и опытные учителя, которые чувствуют твоё настроение, делятся своим опытом и вселяют веру, что у меня все получится. Огромная благодарность Ирине Рождествой за этот курс, за разбор ситуаций и эмоционального состояния участников. В итоге, преодолев сопротивление, я начала двигаться дальше с новой силой. Помню тот рисунок АСО. Он был на мое нежелание работать с этой темой.





Я закончила его словами: «Я сделаю первый шаг прямо сегодня!». И я сделала его! Поговорив с руководителем йога-центра о проведении у них, в качестве подарка на день рождения клубу, мастер-класса: «Нейродрево». Да! Это был мой первый алгоритм, который я рисовала с аудиторией. Мы сидели на полу, как настоящие йоги. Я получила опыт, массу приятных отзывов и потенциальных клиентов, желающих рисовать со мной в будущем, решая при этом свои задачи. Я проработала на этом курсе свои страхи, нерешительность, разбила свои действия на шаги к достижению цели. И сделала это! Сделала даже раньше, чем закончила рисовать Дневник. Я стала практиковать Нейрографику.

После этого дебюта у меня появилась первая клиентка на индивидуальную работу. Она приехала из Санкт-Петербурга. Рассказала, что после 10 лет совместной жизни с мужем, они развелись. И она просто села в машину и приехала в Сочи с одной сумкой. Насовсем. У нее была психологическая травма. И Мы начали с «Алгоритма снятия ограничения». Я впервые увидела, как при выбросе из человека вышла такой силы энергия, что слезы брызнули из ее глаз. Я испугалась, т.к. я не имела опыта работы в подобных ситуациях. Мы стали просто дышать. Дышать глубоко. И скруглять, скруглять и скруглять. Потихоньку она успокоилась. И к завершению рисунка мне показалось, что это был другой человек. Как она потом сказала, из нее просто «полезли» стихотворения. Она стала их писать. И даже поделилась со мной одним из них. Потом был «Алгоритм выявления намерений». И после него она устроилась на работу в школу. Еще мы рисовали с ней коуч-модель «Я – ОК» и несколько других. С ее слов, я и Нейрографика просто спасли ее, как спасательный круг в открытом море. Теперь мы с ней общаемся. И, иногда, она просит порисовать. Теперь это несколько иные работы, так как их рисует уже другой человек. Не напуганный, брошенный и потерянный, а ищущий, ставящий себе цели и просто любящий жить! Счастья тебе, дорогая Олечка!



Еще одной площадкой для начинающих нейрографов города Сочи, стало кафе Бодхи. Это было удивительное время! Когда каждую субботу мы, 4 инструктора Нейрографики (Елена Сайдазимова, Ольга Рындина, Людмила Смирнова и я), собирались в этом месте, чтобы проявить себя в новой профессии. Мы поддерживали друг друга на мастер-классах. А потом, когда расходились клиенты, мы давали друг другу обратную связь: что было хорошо, а что можно сделать еще лучше. Это время останется в моей



памяти навсегда! Сколько там было пережито эмоций! Безгранично благодарна коллегам за поддержку и прожитый опыт. Лене Сайдазимовой – отдельное спасибо за организацию нашего сообщества Метамодерн Сочи.

Дальше – больше! Я осмелела и проводила групповые занятия и участвовала в фестивалях. Это – еще больше людей, еще больше энергии и драйва! В начале лета мы с моей коллегой и сокурсницей Людмилой участвовали в йога-фестивале, где представляли Нейрографику. Рядом были столы с метафорическими картами, ароматерапия и прочее. Каково было мое удивление и радость, что люди шли и шли к нам! У нас была запись на 2 мастер-класса вперед. Мы не могли охватить всех желающих. Тогда мы с Людмилой приняли решение разделить и проводить параллельно, недалеко друг от друга. Это тоже был интересный и необычный опыт для меня. Жарко, много народа. Хотелось дать пользу людям, чтобы они получили свой опыт, может быть, даже инсайты. И, судя по обратной связи, у меня это получилось. Некоторые взяли мой телефон, желая связаться со мной позже, чтобы еще порисовать. Кстати, завершающим сюрпризом этим чудесным днем, точнее вечером, были резвящиеся неподалеку от нас дельфины в море. Мы, уставшие и довольные, сели с Людмилой попить лимонад на берегу. И тут они – красавцы-дельфины! Совсем недалеко от нас. Мы решили, что это знак. И мы на правильном пути!

А в конце лета, проходил международный фестиваль NeuroStreet Art, в котором принимали участие все желающие. А желающие организовать уличное пространство и наполнить его нейрографическими линиями, были инструктора Нейрографики. И, конечно, наше сочинское сообщество не смогло остаться в стороне. К сожалению или к счастью, город Сочи растянут вдоль побережья Черного моря на 145 км. Поэтому, мы приняли решение основать целых 2 локации: в Центральном Сочи и в Адлере. В тот день мы рисовали мелом на асфальте Мандалу. Подходили желающие: кто-то смотрел, кто-то участвовал. Дети с огромной радостью подрисовывали свои линии. Было здорово! Как оказалось, одна из гостей была Специалист Нейрографики. Другая – профессиональный художник. В тот день я поняла, как здорово, что нас всех объединяет Нейрографика





Девочки-коллеги рисовали НейроФлаг города Сочи, который по квадранту Метамодекна включал в себя Город, Горы, Солнце, Море. А вечером, мы все объединились, чтобы дорисовать всем вместе Флаг и водрузить его на смотровую башню на горе Ахун.

Это был великолепный праздник! Да, и у меня даже есть награды, связанные с организацией и проведением фестивалей! Это Сертификат участника NeuroStreet Art от Института психологии творчества Павла Пискарёва и благодарственное письмо от Администрации города Сочи.



Потихоньку стали обращаться знакомые за тем, чтобы поработать над своими вопросами методом Нейрографика. Моя любимая и глубокоуважаемая мною врач-педиатр моих детей тоже обратилась ко мне с запросом. Как же мне было страшно рисовать с ней. Всегда, когда ты знаешь компетенцию специалиста в своей сфере, знаешь и уважаешь его как личность и профессионала, ты сам себе кажешься маленьким и серым на его фоне. Но, раз человек обратился, значит, он почувствовал в тебе какую-то силу, которая может помочь ему.

Благодарю, Анна Юрьевна, за Ваше доверие стать проводником и познакомить с этим чудесным методом. Кейс – был плодотворной работой. На Вашем примере я увидела, как с разной скоростью могут мыслить люди, получать свои инсайты. Это было здорово! Побочным эффектом от проработки темы стало то, что мой Коучи стал спать по ночам. Это дорого стоит! Врач. Без таблеток и микстур! Нейрографика работает!

На курсе «Эстетический Коуч», Ирина Рождествина говорила, что если к вам обращаются ваши близкие, то вы – настоящий профессионал. Настал тот день, когда меня попросил муж порисовать с ним его задачи. Если честно, я пока не чувствую себя профессионалом. Но, ведь, если люди обращаются за помощью, то, наверное, они видят в этом возможность. И я очень рада этому! А профессионализм – наработаю! Лишь бы глаза горели! А они – горят, как только речь заходит о Нейрографике.

Ещё одним важным моментом является то, что с появлением в моей жизни Нейрографика, в ней появились коллеги-друзья. Настоящие. Готовые помочь в сложный момент и с удовольствием разделяющие радость. Откликающиеся на мои предложения, а я – на их. Поддерживающие,



внимательные и отзывчивые. Мы встречаемся при любом поводе и даже без него. Мы общаемся, танцуем, философствуем, путешествуем, делимся своими эмоциями друг с другом и почти всегда рисуем. У меня и раньше были коллеги. Зато теперь я встретила друзей, людей, близких мне по духу. И это очень ценно для меня! Благодарю вас, мои хорошие, и Вселенную за то, что мы вместе!

Сейчас прошел 1 год и 4 или 5 месяцев, как я познакомилась с Нейрографикой. Неожиданно... Так мало времени и так много событий. Целая жизнь пролетела – яркая, вкусная, сочная и полная красок, запахов и ощущений. Просто калейдоскоп эмоций! И я понимаю, что это только начало.

В декабре меня ждёт защита Дипломов по Эстетическому Коучингу и Инструктора Нейрографики. И тут снова Вселенная приготовила для меня приятный сюрприз. Я встретила замечательного куратора Леночку Новикову, под чутким наставничеством которой, я обязательно достигну результата. Благодарю тебя, Лена, за твою большую Душу, за готовность делиться тем, что у тебя есть, за желание помочь, за мотивацию и принятие!

Также хочу выполнить и сдать дополнительные материалы для получения Диплома государственного образца. И... Что совсем от себя не ожидала – вступить в Творческий Союз Профессиональных Художников (ТСПХ). Да! Кроме психолога во мне проснулся художник. Вот такой творческий поворот судьбы!

Хочу поделиться фразой, смысл которой я поняла, наверное, только недавно:

И даже то, что быть не может,

Однажды тоже может быть



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

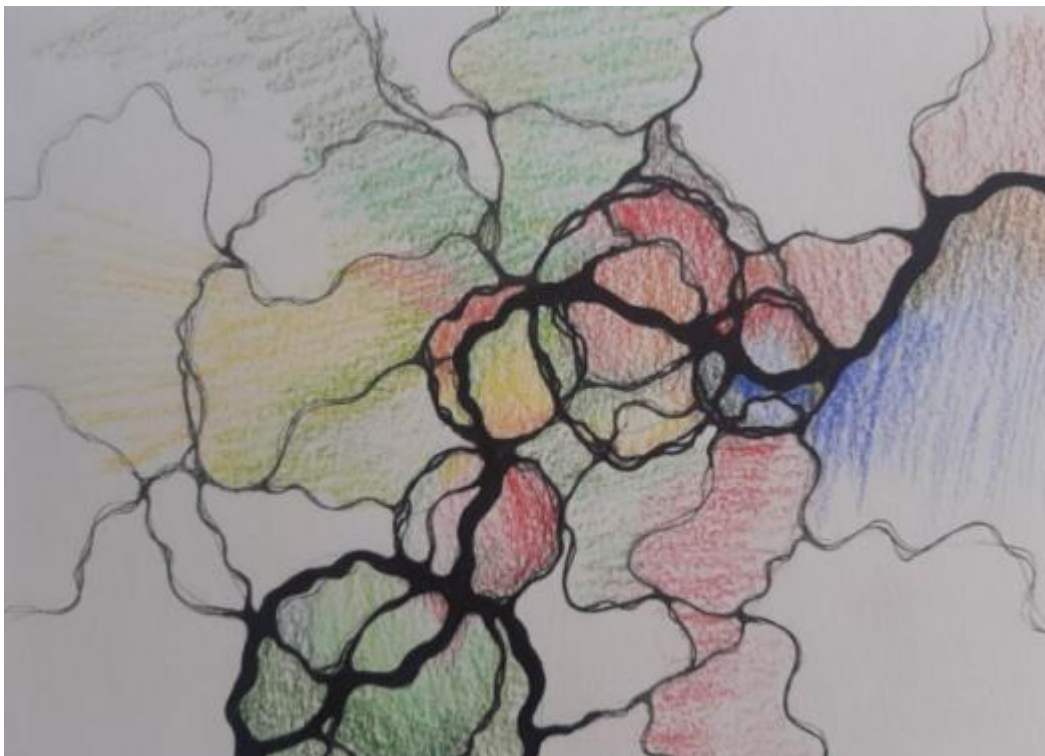


Работы

Тема: моя пассивность.



Тема: элементы, как этапы проекта.





Автор:
Кашек Екатерина
Супервизор:
Леонова Вероника

Тема:
НейроГрафика как практика
сопровождения смены профессиональной деятельности в моей
жизни

1. Мое знакомство с НейроГрафикой

Мое знакомство с методом НейроГрафика было, на мой взгляд, довольно необычным. В августе 2017 г я вышла из отпуска по уходу за ребенком на работу. Состояние было жуткое. Мало того, что за три года я отвыкла от рабочего режима, упустила изменения в законодательстве, т.е. просто выпала из профессиональной среды, еще и сменился директор компании. Мое возвращение на работу было абсолютно демотивирующим. Постепенно я вовлекалась в процесс, посещала различные тренинги, семинары. И однажды, организатор одного из обучающих мероприятий предложила мне остаться на мастер-класс по НейроГрафике. Я уточнила, что такое НейроГрафика, потому как слово не понятное, но интересное. Мне объяснили, что НейроГрафика - это метод работы с мышлением, формированием нейронных сетей. Конечно, интересно, но и не понятно. На мастер-классе в тот раз присутствовать не смогла, к сожалению, но слово в мыслях крутилось.

Через два года моя подруга, которая очень заинтересована в личностном росте, осваивает профессию коуча в Университете Эриксона и я вижу в ее Инстаграмм причудливые картинки и слышу слово «НейроГрафика». В этот момент меня осеняет: «Та вот, что я упустила два года назад!». Я обращаюсь к подруге с просьбой обучиться этому методу, и она знакомит меня с Инструктором НейроГрафики Татьяной Алешиной. После одного занятия я точно понимаю, что хочу изучить этот метод глубже. Таким образом, я завершаю обучение на курсе Пользователь Нейрографики, узнаю про Институт Психологии Творчества, завершаю обучение на курсе Специалист....и дальше меня уже было не остановить – я принимаю решение обучаться на курсе Инструктора НейроГрафики с марта 2021 года. Однако до начала обучения на инструкторском курсе я самостоятельно изучала



некоторые алгоритмы НейроГрафики, завершила обучение на курсе НейроСтруктурирование...и с нетерпением ждала начала обучения на инструкторском курсе.

2. Эффекты, полученные на первых этапах знакомства с НейроГрафикой

Я помню, как с жадностью впитывала информацию, выводила чудесные нейролинии, помню с каким азартом работала с цветом. Я помню, сколько раздражения и сопротивления поднималось на этапе сопряжения, но потом приходило состояние спокойствия, равновесия. Сколько энергии открывалось для меня на этапе Архетипирования! Одновременно рос и интерес к методу, я вдохновлялась работами коллег и мне самой хотелось развиваться, улучшать свое мастерство.

На первых порах я не совсем понимала, как работает метод, можно, сказать, я не чувствовала телесных реакций, вернее, не осознавала, что со мною происходит. Но постепенно шаг за шагом я погружалась в нейрографику и те эффекты, которые мне давал этот метод.

Самое удивительное для меня было то, что я была воодушевлена идеей владеть инструментом самопомощи, причем совсем доступным. Можно сколько угодно долго прорабатывать свои задачи с психологами и психотерапевтами (я так и делала, когда было необходимо). Но я столкнулась с тем, что после сеанса с психологом выходишь на подъеме, окрыленный, но через некоторое время снова эмоционально сдуваешься. Поэтому владеть инструментом, который может тебя привести в ресурс без посторонней помощи – для меня стало вдохновляющим открытием. Мысль о том, что я сама могу себе помочь стабилизировать, гармонизировать свое состояние и, более того, моделировать свою реальность, меня окрыляла настолько, что я вдохновила своих мужа, сына и маму непременно обучиться НейроГрафике как минимум курсу Пользователь. Более того, сын также прошел обучение на программах НейроЛидер и НейроМедиа.

Дочка 7 лет также с интересом рисует НейроГрафику. По-своему, но с увлечением.

И я особо впечатлена, что моя мама прониклась этим методом и приняла его, и практикует



3. Используемые алгоритмы и коуч-модели

С помощью Алгоритма Снятия Ограничений я прорабатывала свои страхи, что не получится, страх уйти со стабильного и достойного места работы, свою неуверенность в себе, непринятие себя и иные ограничения. В итоге я чувствую себя увереннее и спокойнее.

НейрКомпозиция помогла мне осознанно производить изменения в себе с помощью композиции треугольников, структурировать, организовывать процессы при помощи метрических рядов.

НейроКолор – Алгоритм, позволяющий мне осознанно управлять энергией цвета, привносить необходимые качества в события и свои состояния.

НейроСкетчинг – принять себя, полюбить себя, признать себя, а также прикоснуться с эгрегору успешных людей, напитаться его энергией. И тогда действительно ощущаешь, что тебе по силам каждый шаг, если кто-то стал успешным, то ты можешь повторить этот опыт

НейроМандала – этот алгоритм дал ощущение внутреннего баланса и удивительно, что я могу по-разному раскрываться в окружающем мире в зависимости от моих задач – либо мудрой стороной, либо активной. И в своих работах я как раз прорабатывала свое активное проявление как предпринимателя во внешней среде. Очень интересно раскрывалась мандала личных качеств, необходимых и в профессиональной сфере в том числе. Проживала состояния от интереса, до раздражения и возмущения, то работа выглядит несерьезно. В итоге пришла к мысли, что, может, снизить градус серьезности, и относиться к некоторым процессам и событиям с большей легкостью.

НейроСинтез. Алгоритм, позволивший мне как личности сбалансировать свои энергии, а также построить необходимые роли, глубже осознать, что для меня открывается за той или иной ролью. Появилось больше осознания, что чем занимается каждая роль, а также как они между собой могут взаимодействовать. С помощью алгоритма НейроКоммуникация мне удалось графически изобразить желаемую коммуникацию с потенциальными партнерами и клиентами. С интересом отметила для себя, что некоторые работы вызвали сопротивление. Вероятно, потому что этот опыт коммуникаций для меня новый, и я, честно говоря, не знаю, как выстраивать взаимоотношения корректно, при этом сохранив себя как значимый субъект коммуникации



НейроЦель. Работы этого алгоритма позволили мне сфокусироваться на целях, осознать, чего же я хочу на самом деле, а также испытать чувство радости от этих целей. Для меня, это своего рода проверка, что цель действительно вдохновляет, а также приятный опыт переживания позитивных чувств.

НейроТайминг. Просто невероятные возможности планирования своей профессиональной жизни, личной, своих проектов, раскрытия ресурсов. И, действительно, чувствуешь себя гораздо спокойнее и увереннее относительно своего будущего

Я-ОК. Неоднократно возвращалась к работе в этой модели сама и с клиентами. Это здорово почувствовать себя в состоянии ОК, и понимать, что и ресурсы-то у тебя есть, не надо ждать чего-то глобального. Действуй с теми ресурсами, что у тебя уже есть. Этого достаточно.

Многозадачность. Вместить в себя все, что нужно, что хочется, что интересно. И чувствовать себя при этом спокойно и гармонично. У меня отступало состояние суевы и тревожности не успеть, не справиться с задачами.

Прорабатывая свою тему предпринимательства в коуч-модели GROW я больше фокусировалась на цели, больше конкретизировала ее, анализировала в какой точке сейчас нахожусь, какие ресурсы у меня есть для достижения цели, прописывала план действий. У меня понижалась степень тревожности, становилось более ясным видение проекта и его реализации. Больше собранности и спокойствия внутри.

С помощью модели Матрицы Грофа, неоднократно проживала этапы развития своего проекта и каждый раз по-разному: то просто «проскакивала» этап наполнения энергией, то очень трепетно проживала процесс начала деятельности, то застревала на этапе активной деятельности. Было и тревожно, и страшно, но, прожив этот опыт несколько раз, я чувствую себя спокойнее и увереннее, словно это реалии моей жизни.

Не так много откровений нашла для себя в модели Голубой Океан, но приятно было осознать, что места много и для всех хватит, и для меня тоже хватит.

Коллайдер Развития – проживала модель от осознания того, что есть на данный момент, как вероятно могут развиваться события, и самый



невероятный эффект от проживания этапа невероятности. Все находилась в состоянии неверия, забавы, и честно говоря, именно на этом этапе получила заряд бодрости и позитива

Мультиролевая личность. Сложная модель, но так интересно было структурировать свою роль предпринимателя, выделить еще несколько составляющих ее подролей, проанализировать их, построить связи их взаимодействия. Оказывается, все роли ценны и имеют значение.

Модель Икигай – особая любовь. Очень приятно и ценно было проанализировать те занятия, которые люблю делать, умею, которые нужны людям и востребованы и осознать, что я могу реализовать свой потенциал и улучшать свое благосостояние. Это очень вдохновило

4. Эффекты от работы над темой

Прежде всего хочу сказать, что ранее у меня даже мысли не возникало, что я могу быть предпринимателем или фрилансером – в моей семье таких примеров не было, и я, как послушный ребенок, следовала привычным семейным сценариям. Просто потому, что так было принято. Так развивались все члены нашей семьи. Другие варианты были непривычными, странными, и, вероятно, даже опасными.

Также у меня был страх, что я не смогу быть успешным предпринимателем. Не было понимания, как и куда двигаться, как выстраивать деятельность, какими качествами обладает предприниматель. Не было опоры в себе. И, самое главное, не было энергии.

В процессе проработки темы «Я успешный предприниматель» мне удалось снять ограничение, что предпринимательство – это вообще не про меня. То есть я вообще допустила мысль, что могу реализовываться как-то по-другому, не только в работе по найму, открыть для себя новые направления и возможности. Я смогла системно для себя посмотреть на идею развития себя как предпринимателя: я анализирую свой продукт – услугу, его уникальность и ценность для других, я изучаю способы и каналы его продвижения, я осознаю необходимость коммуникации с потенциальными партнерами, клиентами.

Я задумалась о том, какими качествами, на мой взгляд, должен обладать предприниматель, сопоставила эти качества с собой, определила наиболее приемлемые для меня и теперь понимаю, над чем мне работать, каковы мои зоны роста.



Я понимаю, что мне необходимы такие качества, как уверенность, смелость, решимость, креатив. Я осознанно прорабатываю эти качества через Алгоритм НейроКомпозиция, я осознанно рисую треугольники – изменения в себе. И я помню свой первый опыт рисования треугольников – мне было очень некомфортно, треугольники были какие-то робкие, неустойчивые и даже рисовались вяло. Сейчас это уже уверенные треугольники, резкие, и, если вдруг резкости не хватает, я с удовольствием и азартом добавляю. И я чувствую, как эти качества смелости и решимости усиливаются и во мне. И я радуюсь этому, я ощущаю свою трансформацию. Я понимаю, что мне хочется подключиться к эгрегору успешных предпринимателей, инвесторов, таких как Илон Маск, Уорен Баффет, Роберт Кийосаки, Марк Цукерберг и других. Поэтому я осознанно использую Алгоритм НейроСкетчинга – НейроПортрет – проработать уникальные качества, которые помогли стать успешными указанным людям, возможно, эти качества помогут и мне.

Я с удовольствием могу проектировать свою профессиональную реализацию, моделировать события на линиях времени, моделировать коммуникацию с клиентами и партнерами. Моделировать именно ту реальность, которая интересна мне. И я точно знаю, проработав подобные вопросы с помощью алгоритмов НейроГрафики и коучмоделей, я уже погрузилась в ощущение реальности задуманного, я уже прожила позитивный опыт. Самое главное, я поверила, что могу жить по-другому, что у меня есть энергия, есть способности, есть ресурс. Я прочувствовала, что такой сценарий возможен для меня! И я непременно продолжу работать над этой темой и дальше.

5. Итог работы с темой «Я предприниматель» методом НейроГрафики за 9 месяцев

В итоге, за 9 месяцев обучения в Институте Психологии Творчества на курсе Инструктор НейроГрафики я приобрела либо усилила личные качества, необходимые, на мой взгляд, для дальнейшего развития и реализации в предпринимательской деятельности. Со мной произошла глубокая трансформация, затронувшая также и детские психотравмы, которые, вероятно, и послужили причиной моего состояния, а также неспособностью действительно влиять на свою жизнь. Происходила глубинная работа со своим внутренним ребенком. Оказывается, это такой ценный, мудрый и талантливый человек!



И этот человек – я. Он во мне. Только однажды я задвинула его как можно дальше и не слышала. А в нем такой большой ресурс!

В ходе работы над собой с использованием метода Нейрографики мне удалось системно мыслить вообще о дальнейших путях своего развития, пробудить желание что-то менять в своей жизни, прочувствовать свои силы, признать таланты, вернуть себе свою ценность. Более того, я пришла к такому состоянию, что теперь могу радоваться жизни, наслаждаться ею. Да, еще не в той мере, в какой хотелось бы, но развитие уже есть. И это меня радует.

Обстоятельства сложились так, что я приняла осознанное решение уйти с работы по найму – у меня хватило на это сил, хотя, честно признаюсь, было страшно. И работа у меня была вполне достойная, со стабильным доходом, и вообще, со стабильными условиями труда, в сфере развития нефтегазовых проектов. Мой муж ранее не поддерживал моего решения уволиться, однако он перешел на другую более перспективную работу, именно на ту, которая ему очень нравится, и где есть дальнейший потенциал развития. Видя мою увлеченность НейроГрафикой, мое стремление к развитию, мой потенциал, а также то, что на текущей работе я просто чахну от застоя, он поддержал меня. Что, конечно, дало мне весомую опору.

Меняется мой круг общения. Меня все чаще привлекают люди, которые что-то создали сами и развивают свое дело. И я понимаю, что это такие же люди, как и я. И я, значит, тоже могу развивать свое дело и быть успешной в этом. Раньше мне было странно и непривычно общаться с такими людьми, сейчас же – это особый интерес. Подмечать их качества, перенимать опыт, размышлять о том, а как я могу применить это к себе, размышлять о возможном сотрудничестве, о том, чем я могу быть полезна для них.

На данный момент, я завершаю обучение на курсе Инструктор НейроГрафики, параллельно обучаюсь на курсе Инструктор НейроДизайн, курсах НейроСказ, НейроХиллинг и НейроДэнс в Институте Психологии Творчества. Понимаю, что столько всего интересного неизведанного, что еще познавать и познавать. И я в предвкушении, мне интересно жить. Планирую свою дальнейшую деятельность во фрилансе, провожу консультации с использованием алгоритмов Нейрографики и коуч-моделей, запланировано проведение мастер-классов. Уже сейчас у меня есть видение, как реализоваться в профессиональной деятельности Инструктора НейроГрафики. И, хотя у меня нет опыта ведения бизнеса, я верю, что у меня все получится. С опорой на теорию маленьких шагов, в также с опорой на



Кашек Екатерина. НейроГрафика как практика сопровождения смены профессиональной деятельности в моей жизни.

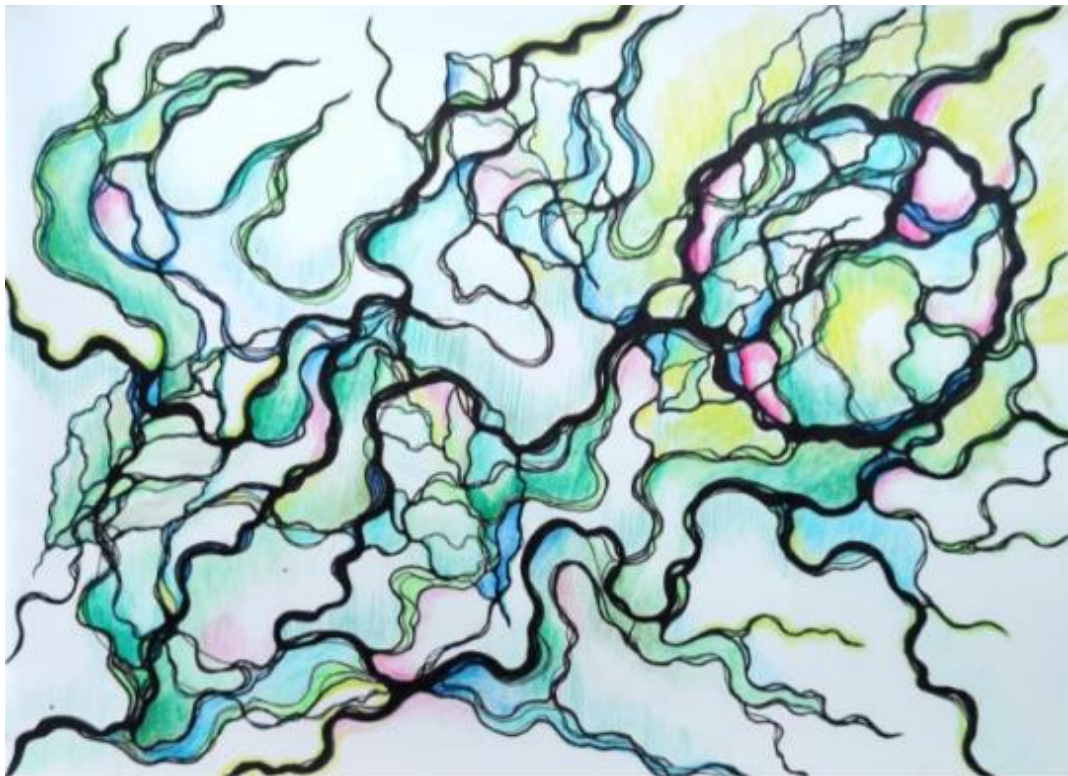
маркер я смогу проживать свою жизнь интересно, наполнено и успешно реализовать свой потенциал в профессиональной сфере. Тем более, что я по году рождения Metall и сейчас живу в периоде Metall. Принимаю этот факт как добрый знак чтобы творить, создавать проекты, монетизировать их, опираясь на свои знания, опыт, структурность и другие ресурсы.

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



Работы

Тема: я – успешный предприниматель.



Тема: я – успешный предприниматель.





Автор:
Киктева Дарья
Супервизор:
Дюмина Алёна

Тема:
НейроГрафика и моя личная трансформация.

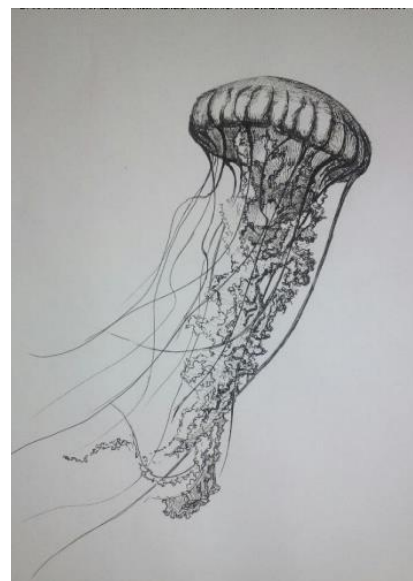
1. Вступление

1.1 Мой путь к нейрографике.

Моё творческое развитие и первые шаги к изменениям начались задолго до знакомства с нейрографикой, но без этих подготовительных шагов я бы не оказалась в своей точке «сейчас». Я работала в офисе, мои будни были похожи друг на друга. В какой-то момент (надо сказать достаточно сложный период в моей жизни) я осознала, что хочу творчества, разнообразия, хочу сама управлять своей жизнью, финансовыми потоками, деятельностью. Я хочу сама делать выбор и нести за него ответственность. Я задумалась о своей самореализации. Моим первым решительным шагом в сторону творчества стало образование дизайнера интерьера. В этот период я впервые за много лет снова начала рисовать. Я почувствовала невероятное вдохновение и прилив энергии, словно внутри меня открылась шкатулка творчества, которую я сама же когда-то закрыла. Из этого обучения я вынесла два важных убеждения.



Первое - творчество меня вдохновляет и наполняет. Второе - свою реальность можно проектировать по собственному желанию. Тогда под реальностью я подразумевала то, что меня окружает – интерьер, эргономика, среда.





Я удивлялась, почему люди живут в неудобных условиях, ведь всё так легко изменить!

Следующим шагом стала проверка моей нервной системы. Случилась пандемия и мы все оказались заперты по домам. Дистанционное обучение моего первоклассника стало для меня настоящим испытанием. Я теряла терпение, энергию, настроение. У меня больше не оставалось ресурса быть терпеливой и уравновешенной мамой. В какой-то момент, от безысходности, я закрылась в комнате, взяла бумагу и ручку и начала рисовать. Я не знала, что я рисую. Я чувствовала энергию, которую мне необходимо было выпустить через руки на лист. Я рисовала без всякого замысла, просто какие-то линии штрихи...

Затем у этих линий появлялась форма. На рисунке проявлялись какие-то деревья, кусты, поля. И я заметила важную для себя особенность. Когда я начинаю рисовать не с мысли (что изобразить), а с действия (свободное движение руки по листу) - моё состояние меняется, напряжение уходит, появляется расслабление и даже вдохновение. Рисование спасло меня и мою семью от ссор. Мы благополучно жили в этот период, учились, любили и радовали друг друга. После этого опыта включилось моё тело. Когда я проходила мимо художественного салона, у меня появлялось жжение в ладонях. Мне очень хотелось взять в руки художественные материалы. Я начала изучать разные техники рисования, перепробовала всевозможные материалы, но никак не могла найти то самое. Я искала материал и технику рисования, которая начинается со свободного движения руки по листу, с контакта с поверхностью, с погружения в некоторое глубокое и осмысленное состояние.

Мне хотелось рисовать свой внутренний мир, чтобы самой его увидеть, посмотреть на него со стороны, вынести из глубины бессознательного. Однажды на просторах интернета я увидела рекламу с фотографией загадочного рисунка. Внутри меня что-то закричало - «Хочу!». Это были какие-то невероятные линии, цветные пятна. От рисунка чувствовалась энергия, свобода и позволение себе быть. Я оказалась на марафоне по нейрографике. Когда я взяла в руки маркер и провела свои первые нейролинии, мои руки сказали – «Это оно!». Я нашла тот самый материал, ту самую технику рисования, а главное всё это наполнено глубоким смыслом. Такой долгий путь мне пришлось пройти, чтобы выбрать свой материал, стиль и смысл рисования.



2. Основная часть

2.1 Обучение НейроГрафике.

После моего знакомства с нейрографикой у меня сложилось убеждение, что учиться в институте психологии творчества может только профессиональный психолог. Поэтому я с удовольствием рисовала на различных открытых уроках и даже не думала учиться. Вероятно, так бы дальше продолжалось если бы не одно но! Я нарисовала АСО с очень сложной и болезненной для меня темой. После рисования я заметила, что со мной что-то не так. Моё тело странно реагировало, эмоции сильно изменились. Но я не понимала в чём дело. Как, многого я тогда еще не знала! Через месяц все эти состояния привели к серьёзному заболеванию. После постановки диагноза я поняла в чём дело. Я проанализировала своё состояние поняла какую сильную тему я подняла и оставила без внимания и проработки. Это был мой первый серьёзный результат того что #нейрографикаработает. Я не разочаровалась в методе, поняла, что допустила ошибки, но не понимала какие и как всё исправить. После этого печального опыта я стала искать информацию по обучению.

В один прекрасный день на новогодних каникулах я снова рисовала на открытом вебинаре. Рисовала свою самореализацию. Настроение было приподнятым, много энергии и вдохновения. После завершения рисунка я совершенно случайно впервые попала на сайт Института Психологии Творчества. Каково же было мое удивление и восхищение! Абсолютно любой человек может стать инструктором нейрографики! Я долго и с упоением изучала материалы сайта, с каждой минутой утверждаясь в намерении идти именно на инструкторский курс. Одновременно с этим у меня родилась моя первая миссия – стать инструктором и предупредить новичков об опасностях, которые можно допустить по неведению и неосторожности. Уже через неделю я была зачислена на инструкторский курс, и с этого момента началось моё погружение в невероятный мир нейрографики.

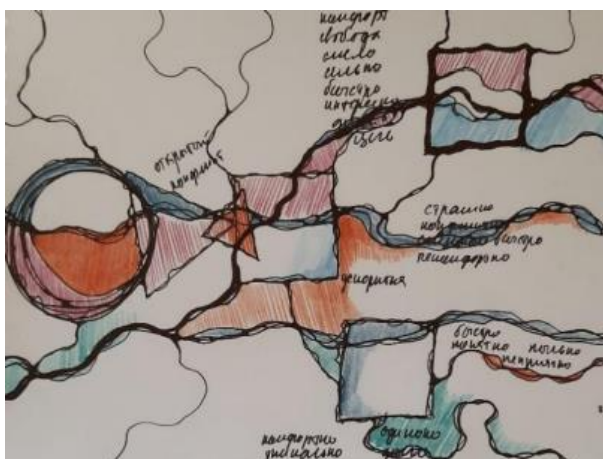
2.2 Позволить себе.

Первым делом я конечно же разобралась с теми ошибками, которые допустила ранее в рисовании. Их было много. Рисуя я поправила своё здоровье, наладила отношения в семье и взялась за тему финансов. На тот момент финансовая тема для меня была неотъемлемо связана с самореализацией. Я начинала рисовать, наивно полагая, что сейчас на меня буквально посыпятся деньги. Но вместо этого у меня возникало море сопротивления.



Я рисовала много, используя разные алгоритмы. И первым моим прорывом стало признание своего желания реализовать себя как эстетический коуч. Надо сказать, что раньше я никогда не работала с людьми в таком ключе. Я изучала программу эстетического коучинга, но воспринимала её как дополнительное развитие. Я не могла поверить, что когда-нибудь смогу назвать себя коучем. И однажды я позволила себе признаться в том, что я хочу и имею право быть эстетическим коучем. В этот момент моё сопротивление исчезло, появилось вдохновение и желание двигаться вперёд.

2.3 Поиск своего пути.



Вторым важным шагом стал поиск своего уникального пути. Мой кейс финансов и самореализации продолжался. И каждый раз у меня возникал один и тот же образ: «Я стою на дороге, меня подталкивают сзади, торопят, а я не хочу двигаться вперед, хотя мне очень хочется оказаться там куда ведёт эта дорога». Я много рисовала, пытаюсь проработать это сопротивление.

Меня отпускало на время, но потом образ и телесное состояние возвращались. Однажды я решила графически поразмышлять, используя приём Нейрокомпозиции, и нарисовала эту картину с помощью графического алфавита. Я искала выход, пыталась понять свои желания, рисовала разные пути и возможности. Я проводила линию и у меня возникали образы, чувства, телесные реакции. Передо мной разворачивался целый фильм моего альтернативного пути. Один путь открывал мне комфорт, уникальность, но одиночество. К этому я была ещё не готова. Другой – унижение, чувство отстранённости, но короткую, понятную дорогу. Третий сопряжён со страхами, дискомфортом и противоречием самой себе. Я никак не находила тот путь, который бы меня полностью удовлетворял. И вдруг я увидела часть листа, которая была совсем не задействована. Я вывела свою фигуру в эту часть листа.

В этот момент внутри меня взорвались фейерверки. Я почувствовала состояние полета, почувствовала, как у меня за спиной вырастают крылья. Это был тот самый путь, в нужном направлении, но мой, уникальный, с ощущением свободы. Я могу двигаться в нём сама, со своей скоростью, со своими желаниями и при этом быть в близости с теми, кто выбрал движение по общей дороге. Я чувствую себя примером, путеводной звездой для многих



растерянных, ищущих своё место. Я не осознала в чём именно заключается уникальность моего пути, но моё тело запомнило это состояние. И теперь, когда я делаю тот или иной выбор, это состояние для меня становится компасом. Когда я его вновь ощущаю, я понимаю, что делаю верный выбор и двигаюсь по выбранному пути.

Осознав, как много значит найти нужное состояние, я стала применять эту технику в работе с клиентами.

В этом примере клиентка ощущала себя запертой, не видела выхода, не осознавала своих ресурсов. Мы с ней всё это прорисовали, провели нейролиниями пути выхода, нашли ресурсы. Важную роль в этой работе сыграла чувствительность клиентки к своему состоянию. Проводя каждую нейролинию, она прислушивалась к себе и говорила, как меняется её состояние двигаясь в ту или иную сторону. Мы добавляли в рисунок смысловые фигуры, исследовали их взаимодействие, выбирали нужные направления. Состояние клиентки менялось на глазах, появилось много энергии, осознание своих желаний, намерение действовать.



Такие примеры меня вдохновляли. Я стала чувствовать себя смелее, увереннее. Смело стала использовать эту технику на ряду с коуч моделями и другими алгоритмами нейрографики.

2.4 Летний интенсив.

Очень важным переломным моментом в моём нейрографическом развитии оказалось участие в летнем интенсиве инструкторов нейрографики. Это был незабываемый опыт. Синергия разума, души и тела. Потрясающие практики наполняли меня с каждым днём. Я в полной мере поняла фразу Павла Михайловича о том, что художник должен быть голодным. Действительно, я энергетически так напивалась, что другой пищи практически не хотелось. Я всем телом чувствовала наше общее энергетическое поле. Как оно реагирует на любой запрос, мысль. Я чувствовала себя в контакте со вселенной. В этот период открывались мои новые грани. Из замкнутого интроверта я превратилась в открытого человека, который легко и с удовольствием общается с коллегами, комфортно чувствует себя в любой ситуации. Я впервые снимала сторис для своего инстаграмм, легко и с удовольствием рассказывала о себе, своих чувствах и состояниях.



Получала ответный отклик и удивлялась, почему я не делала этого раньше.

Этот опыт и новые для меня состояния я тщательно упаковала в своём теле. И это состояние стало для меня ещё одним маркером того, как я двигаюсь по жизни. Раньше, как и многие, я жила в своей скорлупе, мне было страшно раскрыться. Но теперь у меня есть этот опыт. И когда меня вновь одолевают сомнения и неуверенность, моё тело воспроизводит эти состояния лёгкости, доверия, принятия, драйва, открытости, удовольствия, наполненности и многие другие. Я вновь всё это ощущаю и вспоминаю, как приятно находиться в состоянии открытости и доверия вселенной. Теперь это мой ресурс.

2.5 Важность внутреннего состояния.

У меня есть убеждение, что движение к своим целям, мечтам возможно только из внутреннего состояния, гармонизирующего с состоянием этой цели. А точнее с моим внутренним состоянием в том моменте, когда я уже достигла цели. Например, если моё внутреннее состояние на сегодня гармония и безмятежность, а я хочу попасть на спортивное мероприятие где царит активность и драйв, то маловероятно что я там окажусь. Мне там будет некомфортно, и бессознательно я буду стремиться к тому, чтобы ничто не нарушило мою гармонию.

Но если я буду копить фантазию не только в мыслях, но и телесно, стараясь ощутить желаемую для меня энергию драйва, представлять это мероприятие, ощущая его всем телом, меняя своё внутреннее состояние, наполняясь эмоциями, телесными ощущениями, то моё тело будет стремиться к этому. Потому, что такая фантазия записывается в наши нейронные связи и мышечную память. Тело стремится к реализации этой фантазии, стремится снова повторить это состояние удовольствия. У меня уже не будет препятствий для того, чтобы попасть на желаемое мероприятие. Поэтому рисуя нейрографику важно понимать, какую энергию я вкладываю в свой рисунок.

Исходя из какого состояния я рисую и к какому состоянию хочу прийти. Если сразу не удаётся ощутить желаемое состояние результата, присутствует страх, ограничивающие убеждения, неуверенность, то на помощь придёт потрясающий Алгоритм Снятия Ограничений. Он как ключик к нашему бессознательному. С его помощью мы убираем всё лишнее, меняем ограничения на возможности, выравниваем свой психологический ландшафт перед строительством желаемой реальности.



В работе со своими состояниями и моделированием реальности отлично помогают фигуры графического алфавита. Каждая обладает присущей ей энергией, но важно ещё и почувствовать «свою» фигуру. Фигуру своего внутреннего состояния, той энергии, которая является моей сутью. Однажды я заметила, что в некоторых нейрографических рисунках я использую только круги. В таких алгоритмах было бы неплохо использовать и другие фигуры. Я стала размышлять об этом и поняла, что я и есть круг. Энергия моей сущности гармония.

Когда я прочувствовала это, я поняла почему я не стремлюсь взаимодействовать с теми событиями и людьми, с которыми нужна, например, активность треугольника или стабильность квадрата. Но я всячески стремлюсь туда, где могу проявить свою «круглую» энергию. Если правильно осознать свою фигуру, то любые взаимодействия выстраиваются наиболее комфортно и эффективно. В рисовании нейрографики важно прочувствовать фигуры или пропорции сочетания фигур, которые создают необходимое внутреннее состояние.

Работая с клиентами на коуч сессиях я стараюсь работать именно с состояниями. Когда человек в контакте со своим внутренним состоянием, осознаёт характер своей энергии, чувствует баланс и умеет находить свою точку опоры, он неизбежно будет двигаться вперёд в своём развитии. Мы часто стремимся к новым местам, людям, возможностям, думая, что это изменит нашу жизнь. Но на самом деле всё уже есть в нас самих. Нужно только найти к себе ключик, принять себя, позволить себе проявляться. Тогда нам будет хорошо везде где мы есть, а новые возможности сами будут стремиться к нам.

2.6 Творческий подход.

Ещё одним интересным для меня приёмом оказалось совмещение алгоритмов нейроскетчинга и многозадачности. Однажды я зашла в детскую комнату и увидела горы разбросанных игрушек. Меня одолел ужас, мне совершенно не хотелось браться за уборку, энергии не было. У меня в мыслях сразу начали рисоваться нейролинии, соединяя предметы между собой. Мне пришла идея сфотографировать комнату и прорисовать прямо на фотографии алгоритм многозадачности. Я так и сделала. После рисования порядок был наведён за пару минут. При этом я почувствовала лёгкость, много энергии и даже удовольствие от процесса.



3. Заключение

Нейрографика открыла для меня новый мир. Мир, в котором возможно всё. Меня впечатлила и увлекла трансформация себя и окружающего мира через творчество. Способность быть внимательной к своим состояниям и проявлять себя во внешнем мире. Знаменитая фраза Павла Михайловича Пискарёва «Высота – это глубина, вывернутая на изнанку», на протяжении всего обучения, была моим девизом. Глубина моего внутреннего мира теперь способна проявиться моей высотой.

Моя интровертность, с присущей ей замкнутостью теперь способна находить точки соприкосновения с внешним миром и свободно коммуницировать. Теперь я могу реализоваться, вынося в мир накопленный опыт, разнообразие знаний, яркость своих состояний. У меня исчез страх и появилось желание делиться с людьми этим состоянием. Состоянием счастья, уверенности в себе и убеждением, что в этом мире возможно всё и для всех. У меня есть мечта создать центр творчества, где люди смогут менять свою жизнь к лучшему. Через соприкосновение с творчеством смогут осознавать свою уникальность, принимать и любить себя, раскрашивать свою жизнь в яркие цвета и запускать нейролинии в свою реальность. Путь к этой цели начался достаточно давно и неосознанно.

Я следовала за своей интуицией. Одним из самых первых нейрографических рисунков был рисунок на тему моей самореализации. Тогда мне пришла мысль о синергии пяти элементов. Это пять элементов моего жизненного опыта - конструирование/ проектирование, психология/ коучинг, танцы, рисование/ дизайн, нейрографика. В этих навыках я вижу следующие составляющие: форма, душа, тело, красота, смыслы. Когда эти элементы смешиваются между собой, как краски на палитре, то появляются оттенки новых состояний. Например, когда соединяются форма и смысл появляется движение, мотив к действию. Когда соединяются душа и красота рождается любовь. Эти элементы, соединяясь в разных пропорциях, дают разную тональность эмоций и состояний. Как основные цвета в палитре красок они способны смешиваться и раскрашивать нашу жизнь в разные оттенки.

Это мои жизненные ценности. Именно эти ценности я транслирую в мир, своим клиентам. Я хочу научить людей смотреть на себя сквозь свою многослойность, убрать всё лишнее и осознать свои собственные ценности, ту уникальную сущность, которая является основой каждого из нас. Осознав основу своей сущности, энергии, психики можно создавать комфортную для себя среду в гармонии с собой. Когда человек находится в гармонии с собой,



Киктева Дарья. НейроГрафика и моя личная трансформация.

гармоничным становится его окружение. Человек интуитивно выбирает одежду, гармонирующую с его внутренним состоянием, интерьер, гармонирующий с состоянием эмоциональным, душевным, телесным, эстетическим. Выбирает своё окружение, с которым выстраиваются гармоничные отношения.

Эти размышления рождаются исходя из моего собственного состояния, из моего личного опыта, из моей трансформации в период обучения нейрографике. Я меняюсь сама и помогаю меняться другим. Моё намерение стать творцом своего жизненного пути. Это возможно, когда разум, душа и тело соединяются в гармонии между собой, в едином желании. Тогда сама вселенная начинает помогать в реализации и обстоятельства выстраиваются таким образом, что я легко и с удовольствием иду к своему желанию с маркером в руках.

[Ссылка на дипломную работу Киктевой Дарьи в авторском стиле](#)

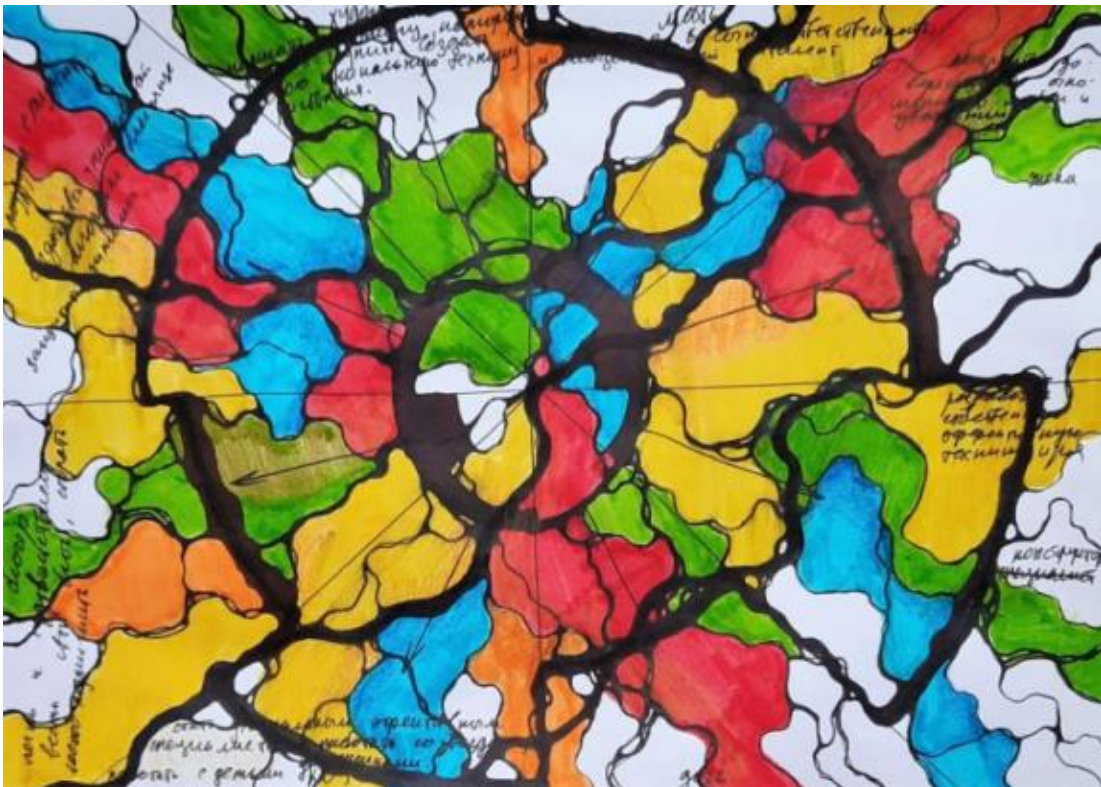


Работы

Тема: изменить в себе - лень.



Тема: моя самореализация.





Автор:
Кириленко Светлана
Супервизор:
Колесникова Елизавета

Тема:
Новая Я и мои роли, с которыми иду по жизни

Меня зовут Светлана Кириленко. Я – студентка инструкторского курса по нейрографике 2021 года. В этом эссе я хочу поделиться тем, как нейрографично привела меня жизнь в нейротворчество. Это был настоящий Путь Героя. Я достойно проходила жизненные испытания, пополняя свой багаж новыми ролями и проживая силу стихий, которые развивали и наполняли меня. Обо всём по порядку.

Вступление



Нейрографика в мою жизнь влетела неожиданно, как ракета! Разделила её на жизнь до и жизнь после знакомства с методом Павла Михайловича Пискарёва. Полтора года назад, я вообще не знала такого слова, как Нейрографика. А сегодня я на пороге получения Диплома Инструктора!

Познакомившись с этим методом, я поняла, что моя жизнь наполнилась ещё большим смыслом и стала ярче, счастливее и красивее в миллионы раз. Сейчас я не могу себя представить, что бы я делала, и как жила без рисования. Я поддерживаю стремление Павла Михайловича, «сделать планету рисующей» и буду стараться помогать это делать.

Изменения во мне произошли на пороге нового периода жизни. Со дня на день, мне должно было исполниться 57 лет, и дочь спросила у меня, слышала ли я о таком методе как Нейрографика. Я ответила, что слышу это слово впервые. Она мне сбросила ссылку вебинара Люции Усмановой «Основы Нейрографики». Я ехала в трамвае, открыла его и закрыла. Через



пару недель, дочь спросила, понравился ли мне вебинар. Я сказала, что он длится более трёх часов и я его ещё не смотрела. Вопрос дочери, у тебя что нет времени, подтолкнул меня к действиям. На тот момент времени свободного у меня было много. Я посмотрела вебинар с начала и до конца, и поняла, что я влюбилась!!! Это то-что мне было нужно.

Раньше я думала, что проживаю обычную судьбу. Как большинство, кто родился в СССР. Но когда я познакомилась с Мультиролевой личностью и стихиями У-син, я вижу, как раскрывалась моя личность и как достойно я проживала каждый период своей жизни

У меня появилось столько сил и энергии двигаться дальше и верить, что моя жизнь только начинается и будущее, которое меня ждёт будет светлым и счастливым!!!

Если делить свою жизнь на пять циклов, каждый по двенадцать лет, то я подхожу к концу пятого. Через два года повторится первый цикл, который я уже проживала и с которого начну говорить о себе.

Стихия «Дерево» 0-12 лет

Начну с детства, это возрождение природы, это зелёные деревья, ветер, гуляющий в листве. Интерес и любопытство ребёнка, познающего мир. Для меня детство – это самый яркий период в моей жизни! Одно событие сменяло другое, а сколько интересных ролей мне довелось испытать и примерить – не сосчитать!



Воспоминаний до шестилетнего возраста мало. Обрывки фраз, кадры в памяти, в основном рассказы родителей. Я всегда любила и уважала своих родителей. Я единственная дочь в семье, старшая сестра умерла, когда мне было полгода. Жили мы в СССР, как все. Папа был шахтёр, а когда переехал с моей мамой на свою родину, то пошёл работать комбайнёром. Помню, когда папа приходил с работы, то всегда мне приносил, гостинцы от зайчика. И я с большим удовольствием, это уплетала...

В роли дочери мне было очень хорошо, меня любили, той любовью на которую были способны. Баловать никогда не баловали.

А в роли подруги мне было ещё интереснее. Помню, я со своим лучшим другом Сашкой, месили смолу в ведре, она такая чёрная, тёплая, тягучая,



просто класс! Когда нас увидели взрослые они были в ужасе. Не помню, как нас моя мама отмывала, наверное, это было забавно.

Вот так и проходили мои первые годы жизни. Я подрастала, и мы с родителями стали готовиться к переезду. В селе, в котором мы жили была школа с первого по третий классы. А с четвёртого класса все учились в другом населённом пункте. Детей туда привозили в понедельник утром и забирали в пятницу после занятий. И жили все в интернате. Мои родители этого не хотели и поэтому планировался переезд. Папа нашёл такое место, это большая станица в трёх километрах от города. Вот туда мы и переехали.

Мне было почти шесть лет, когда у меня появилось много новых друзей и подруг, я в роли подруги. Мне понравилось наше новое место жительства, там было классно. Много детей, нам было весело играли в прятки, в казаков-разбойников, в футбол гоняли, в нашем арсенале было много игр. На улице перед домом было большое тутовое дерево, вот только тутовника на нём не было, оно было дикое. А форма у него была очень удобная для наших игр, мы прятались в его листве, а ещё повесили качели. Мы летали на них в облака... Счастье быть ребёнком и играть роль организатора. А ещё рядом с деревом была колонка, соседи и мы набирали в ней воду. А мы целой гурьбой собирались плескались и брызгались. Смех, счастье, радость... Счастливое детство!

Я с родителями иногда ездила в деревню туда, где мы раньше жили, в гости к бабушке и папиному брату, у них я была в роли гостьи. Там у меня остался мой лучший друг и защитник, Сашка. Я скучала за ним.

Год пролетел, мне исполнилось семь лет, я пошла в школу. Теперь у меня ещё одна роль, я ученица, послушная, ответственная, дисциплинированная. Когда я просыпалась, дома никого не было, и я была хозяйкой, это ещё одна моя роль. Я собиралась сама в школу, по пути заходила к маме на работу, и она мне заплетала косы. У меня не получалось заплетаться самой. Я красивая и счастливая шла в школу, в роли ученицы и октябрёнка, меня приняли в октябрята.

Школа была старая, она состояла из нескольких зданий, в одном из них, был наш класс и еще три. В школе мне нравилась роль дежурной по классу. Нужно было протереть доску, приготовить мел. Моя первая учительница, нас часто водила на прогулки, не далеко от школы был лес, и новая роль первопроходца очень бодрила. А ещё рядом с нашим классом, в соседнем здании, был спортивный зал. Как там было интересно, много спортивных снарядов, спортивные маты, на которых мы кувыркались, и я



представляла себя в роли спортсмена. После школы делала домашние задания и выполняла другие роли по дому, садовода, огородника, поливальщика. А потом к друзьям на улицу гулять!!! И роль подруги, мне тоже нравилась.

Родители сказали, что у нас скоро будет новый дом. Они построили небольшой домик, в котором мы жили, разобрали старый и поставили фундамент для нового большого дома. Как интересно, я помощница и помогала родителям строить новый дом, в котором у меня будет своя, отдельная комната и я в ней буду полноправной хозяйкой. Эта роль хозяйки мне очень нравилась, даже мечтать о ней было приятно.

Мне десять лет, наконец то дом построен, и мы в него вселяемся. У меня своя большая комната, и я в ней хозяйка!!! Как здорово иметь свой письменный стол с четырьмя выдвижными ящиками, а ещё свой собственный шкаф и книжные полки. А теперь я ещё и хозяйка собаки, которую мне принёс папа. Это большая ответственность, её нужно кормить, поить и гулять с ней. Со двора она не убежит, так что гуляем с удовольствием, гоняемся друг за другом.

Скоро новый год, папа купил большую сосну, установил её в зале и сказал, что теперь я могу её украшать. У меня новая роль, я организатор праздника. Какие красивые стеклянные игрушки мы с мамой купили в Детском мире, они все переливаются и сверкают. Я была в роли покупателя, и сама выбирала игрушки. Праздник удался, было красиво и весело.

Ура, я иду в пятый класс в новую школу! Мы первоиспытатели, для нас построили школу. Она большая и светлая в виде буквы Н, там ещё пахнет побелкой и краской. У нас свой собственный кабинет биологии, наша классный руководитель преподаёт биологию. И у меня новая роль, я староста нашего класса. Все организационные вопросы лежат на мне, я организатор разных мероприятий. А ещё я пионер. Первый двенадцатилетний цикл закончился



Стихия «Огонь». 12-24 года



Наступил второй этап моей жизни. И если брать систему У-син, то это огонь, тепло и мой любимый красный цвет. Я вырасту, появятся новые, яркие краски. Жизнь становится всё интереснее. Больше стремлений, амбиций и движения!

Меня приняли в комсомол, я теперь важный человек, комсомолка. Моя значимость увеличивается, комсомольские собрания, написания стен газет с одноклассниками, подготовка мероприятий к праздникам. У меня в школе было два любимых учителя, это учитель математики, Гедвига Григорьевна, и учитель «домоводства» Евдокия Дмитриевна. Я любила математику и представляла себя в роли учителя математики, когда вырасту. А Евдокия Дмитриевна нас учила быть хозяйками, я у неё научилась вязать, шить, вышивать и готовить. Сколько новых ролей у меня появилось. Хотя я и у мамы училась вышивать и готовить. А любовь к шитью привила мне учительница. Я ей очень благодарна за это.

В пятнадцать лет я захотела попробовать роль фотографа, и родители мне купили всё необходимое. Я научилась снимать на плёнку, проявлять её, фиксировать, научилась печатать фото. А гляцевала их на оконном стекле, меня научил двоюродный брат. Это было моим хобби на протяжении семи лет.

Когда мне исполнилось шестнадцать лет у меня появилась новая роль, я решила, что буду Дизайнером лёгкого женского платья. Писала письма в Ленинградский институт лёгкой промышленности и мне присылали задания, которые я выполняла и отправляла обратно, на проверку. Я с таким нетерпением ждала обратную связь, на каждое моё письмо. В семидесятые годы, сложно было купить журнал мод, сейчас это даже смешно, но так было. Мне помогала с выкройками, моя учительница по «домоводству», Евдокия Дмитриевна. Я училась в десятом, выпускном классе, и строила планы на будущее. Но этим планам, не суждено было сбыться. Роль послушной и любящей дочери оказалась сильнее роли дизайнера. Родители сказали, что Ленинград, это очень далеко и они меня одну боятся отпускать. Мне только исполнилось семнадцать лет, и я ещё не совершеннолетняя. Я уехала к бабушке на Украину, поступила в училище по специализации «Портная женского лёгкого платья и детской одежды».



Больше всего мне нравился предмет моделирование. Мастером была элегантная, красивая, стильная женщина. На тот момент, она была моим эталоном красоты. Роль ученицы, меня воодушевляла, я создавала для себя модели, которых ни у кого не было. Из роли ученицы, я перешла в роли модельера, конструктора, закройщика, швеи, ведь я создавала платья с образов, который себе представляла в начале, и до конечного результата, готовой вещи. Когда приезжала на каникулы домой, моим знакомым девчонкам хотелось поносить мои платья. Я им шила вещи, но свои никогда не давала. Я считала, что если моё платье, кто то поносит, то я никогда его не смогу надеть. Это моя и только моя энергетика. Я так считаю до сих пор. Один год моего обучения прошёл быстро, у меня появилась хорошая подруга и много приятельниц. И это мои новые роли.

Я вернулась домой, мне летом исполнилось восемнадцать лет, но уехать в Ленинград, у меня не получилось. Роль послушной дочери, опять оказалась сильнее роли дизайнера. Как сейчас говорят у меня был запасной вариант. И я осознанно пошла в роль ученицы-продавца. Я пошла учиться в школу-магазин. В начале восьмидесятых были такие обучающие магазины, где я училась и проходила практику в разных отделах: парфюмерии, галантереи, одежды, обуви, тканей. После обучения, я с подругой была направлена в магазин «Ткани». Это оказалась моя стихия, ткани и шитьё. У меня новая роль, продавец в магазине. Мне этого было мало, и я поступила на заочное отделение Техникума Советской Торговли. И опять роль ученицы.

У меня ещё была и другая роль параллельно этим, я была невестой. Я встречалась с молодым человеком, который в последствие стал моим мужем. И опять новая роль, я жена, но не хозяйка. Мы стали жить с моими родителями. Я единственная дочь и как говорили родители, что этот дом мы строили для тебя. Сейчас я понимаю, что именно в тот момент мне нужно было сказать «нет», я хочу жить своей семьёй, и быть хозяйкой. Но этого я не сказала, слово родителей, закон. Эти установки из моего детства, которые прививались годами. Вы зависите от нас, вам будет трудно одним, а что скажут родственники, что скажут соседи, кто вам поможет, когда родится ребёнок... И новая, самая ценная роль, роль мамы. Ура я родила дочь!!! Роль мамы мне очень нравится, я счастлива, у меня растёт красавица дочь.

Дочери две недели, а я выпускница, у меня выпускные экзамены в техникуме. И с этой ролью, я справилась на отлично, экзамены сданы, диплом получен. Теперь всё своё время я посвящаю семье. Я мама, жена, домохозяйка, повар, официант, уборщик и ещё много вытекающих ролей. Роль послушной дочери следует за мной по пятам. Мы так и продолжаем



жить с родителями. Жить по их правилам, в доме, который строили для меня. Если бы мы с мужем, оба захотели жить отдельно от родителей, так бы это и было, но этого не случилось. Я благодарна своим родителям, за помощь, которую я получала всегда. Так подошёл к концу второй этап моей жизни. Двенадцатилетний цикл, был ярким, насыщенным разными интересными событиями в моей жизни. И у меня появилось очень много новых ролей.

Стихия «Земля» 24-36 лет

Наступает очередной третий этап, это в Усин земля, это уже жёлтый цвет осени, влажность... Для меня, это стабильность, уверенность, приобретённый жизненный опыт.

Дочери исполнилось полтора года, я вышла на работу в магазин. Мой папа оказался в роли няньки, эта роль ему удалась, он был хорошей нянькой. Моя дочь очень любила своего дедулю, так она его всегда называла. Эта любовь была взаимной, он её всегда баловал, что не разрешалось мне в детстве, то внучке всегда и всё было можно.



Жизнь шла своим чередом, мы молодые, счастливые у нас растёт умница дочка. Много всего интересного происходит. Ездим в горы, на море, много гуляем на природе. В роли организатора мне интересно. Встречаемся с друзьями, много общаемся, по выходным гуляем с детьми в парке.

А потом наступили, как сейчас говорят «лихие девяностые». Муж и мама работали, папа был на группе по здоровью, а я в роли домохозяйки. Дочь пошла в первый класс, а через три месяца не стало папы. И моя роль домохозяйки растянулась на долгие годы. На тот момент, мне исполнилось тридцать лет. Наступили сложные времена, работа есть, только зарплаты задерживают, на не определённый срок. А смысл в такой работе? Смысла нет. И только благодаря моей маме, мы не в чём не нуждались. Я очень благодарна ей за ту заботу, которую она нам давала. И как заботливая дочь, может оставить маму, после всего, что вместе пережили?

А моя дочь росла другой, я ей всегда доверяла и не требовала от неё отчётов, где, когда и с кем она бывает. Она всегда и всем со мной делилась, мы были с ней подружками. И здесь у меня роль мамы-подружки, для моей дочери. Я ценю, то доверие, с которым относится ко мне моя дочь. И ещё



роль доверенного лица, она мне льстит. Я не могла, так общаться с моей мамой, это было табу. Если войти в роль аналитика, я прекрасно её понимаю. Ребёнок войны, отец погиб, мать сама поднимала и растила двух девчонок. Им нужно было выжить, любой ценой. Перенесли голод, холод, одиночество. О любви они не говорили и материнской ласки не видели. Поэтому и сами не могли дать, того-чего не знали.

Подошёл к концу третий этап моего Двенадцатилетнего цикла. Начинаясь он легко и радостно. Молодость, планы, перспективы, только многое из них не сбылось. Период был сложный, но очень интересный. Я была счастлива, у меня семья, которую я очень люблю.

В этот период произошло самое главное, я научилась понимать и выбирать друзей, я «повзрослела». Роль друга, кардинально отличается от роли приятельницы. Так заканчивался третий двенадцатилетний цикл, моей счастливой жизни. Мне тридцать шесть лет, у меня есть семья, муж, дочь, мама. Я счастливая жена, мать, дочь. Что ещё нужно, жизнь полная чаша, счастье, любовь, доверие.

Стихия «Металл» 36-48 года



По системе У-син наступает четвёртый цикл, это «металл», это сухость и поздняя осень, потому что в моей жизни появились коричневые цвета, и я стала действительно сухой и холодной. На верное излишнее доверие, меня подвело. Этот период подготовил для меня массу испытаний, но я справилась и смогла найти своё внутреннее золото!

Моя дочь закончила Лицей, у неё уже есть специальность, но это только первая ступень в её жизни, она идёт учиться дальше. Я теперь в роли спонсора, оплачиваю обучение в Университет. Очень рада, что могу это себе позволить. Я в роли хозяйки торговой точки, оформила ИП и с подругой стали работать. Два года очень тяжёлой работы и физически, и морально. Это мои жизненные уроки, которые я прошла в своей жизни и сдала экзамен. Экзамен честности семье, веры в себя и в свои силы. В это время, жизнь меня проверяла на прочность. Муж мне «доверил» новую роль, и это роль должника. Для меня это был сильный удар, но я смогла его вынести. Я подала на развод, и попрощалась со своим прошлым. Всегда говорила, что не делается, всё к лучшему. Так оно и есть.



Мне сорок два года и не знаю, как назвать свою новую роль. Может быть роль свободного человека или свободной женщины, свободной от обязательств к бывшему мужу, но ещё не совсем свободной от долгов. И тут подарок судьбы, в лице одного, из торговых представителей с которым мне посчастливилось работать. Он давно и настойчиво, мне и моей подруге предлагал идти работать в «Магнит», с начало продавцом, потом товароведом, а потом директором. Я в тот момент подумала, где я и где директор. Только его слова оказались для меня пророческими. Торговая точка дохода не приносила, работали в ноль, и мы приняли решение её закрыть. Пришла домой поделилась новостью с мамой и дочкой, они этому были только рады. Роль «закрывателя» оказалась очень нужной, только пришлось побегать, по налоговым и пенсионным организациям. ИП закрыто, гора с плеч.

Новая жизнь с чистого листа. Теперь роль «открывателя» новой жизни. Прошла собеседование и меня оформили на работу. Роль продавца в магазине мне знакома, только пришлось ещё учиться роли-кассира. Сразу это пугало, а потом очень пригодилось в дальнейшей карьере. Через три месяца работы, я уже в роли старшего-продавца, а ещё через полгода, моя роль стала совершенно другой. У меня получилось так, что невозможное стало возможно!!!

Я вхожу в роль руководителя, директор супермаркета. Пока я себя чувствую некомфортно, вчера была старшим-продавцом, а сегодня директор, принимаю свой первый магазин в этой роли. Коллектив сложный, не управляемый, каждый сам за себя, делают так как нравится им. Пришлось менять сотрудников, штат был обновлён почти на девяносто процентов. И с этой ролью управляющего я справилась. Сотрудников, которых я собеседовала и принимала на работу, попали в свою стихию. Семьдесят пять процентов из них, были молодые ребята и с ними очень легко было работать. Поставила задачу, проверила как она выполняется, скорректировала работу при этом получила хороший результат. Обратная связь и похвала всегда были в моём арсенале.

Мультиролевая личность принесла хорошие результаты. Я тоже оказалась в своей стихии. У меня любимая работа, отличный коллектив, я получаю удовольствие от работы. Мне легко и радостно жить. Мама с дочерью всегда за меня. Единственное чего я лишилась, это доверия к людям. С начало так рано из жизни ушёл мой отец, для меня это было первое предательство со стороны любящего мужчины.



Потом предал муж, а это ещё большее предательство, так как оставил мне свои долги, которые я выплачивала два года после развода. Жизнь шла своим чередом, я работала в компании шесть лет. И очередное предательство со стороны мужчин, меня просто выбило из колеи. Хорошо это были не родные люди, всего на всего мои руководители. И тут мне была уготовлена роль, затравленного зверя. Но того феерического результата, который они хотели получить, не получили. Я не по своей воле оказалась в роли борца за право жить так как хочется мне. И эта моя роль оказалась выполнимой и привела меня в новую жизнь.

Когда у меня на работе сложилась такая ситуация, мы встретились с дочерью, я ей всё рассказала. И дочь мне дала очень ценный совет. Собирайся и уезжай в другой город, а если тебе нравится твоя работа, переводись. Благо в этом городе, директором филиала работал, бывший мой руководитель очень честный и ответственный человек. Пока мы гуляли с дочерью, я узнала его новый номер телефона и позвонила, рассказала о сложившейся ситуации. На что получила ответ, приезжай к такому-то числу и принимай магазин. Для меня это было полной неожиданностью. На такой интересной ноте, закончился четвёртый этап моей жизни. Мне исполнилось сорок восемь лет, и я поняла, что нужно начинать свою Новую жизнь. И из роль послушной дочери, я вошла в роль защитницы своих интересов. В этой роли я встретила свой сорок восьмой день рождения. Закончился четвёртый цикл моей жизни, это был, металл и я перешла в свою стихию воды.

Стихия «Вода» 42-60 лет

По систему У-син, вода это холод, это синий цвет, этот цвет мне не подходит, я стараюсь выбирать себе яркие цвета везде и во всём. Наверное, потому что у меня очень сильная карта воды, да ещё металл в ресурсе я и решилась на этот шаг. Он мне дался не легко. Я это сделала, с болью в сердце и с надеждой на светлое будущее. Я считаю, что это роль должна называться, хозяйка своей жизни, во всяком случае для меня она так звучит.



Первый год «самостоятельной» жизни был сложный как для меня, так и для мамы. Я ездила к маме один раз в месяц на выходные. И с того момента у меня появилась ещё одна роль, это «путешественница». Дочь жила отдельно, со своим любимым мужчиной. А мама осталась жить сама. Ей было тяжело, но



я ей постоянно повторяла, каждый должен жить свою жизнь. Она после смерти мужа замуж не вышла, это её выбор. А наш выбор будет за нами. Спустя годы, она это поняла и приняла.

И я вошла в свой новый цикл воды, в роли счастливой и уверенной. Я благодарна своей дочери, за то-что только она могла меня отправить в это интересное приключение, под названием «Моя новая жизнь». Я переехала, стала работать директором супермаркета, а потом и директором-наставником, помогала новичкам адаптироваться. В роли исследователя изучила город лучше, чем некоторые местные жители. Два года поездок по городу, меня стали напрягать, и я вернулась на свою прежнюю должность директора

Дочь вышла замуж и со своим мужем, тоже переехали в это город, где живу я. Они мне приготовили еще одну роль и эта роль счастливой бабушки! Я так рада выполнять эту роль, счастье быть бабушкой! После рождения внучки я стала относиться к жизни иначе, ко мне вернулось доверие в людей, и доверие к мужчинам. И когда я это поняла моя жизнь изменилась.

У меня появилась новая роль невесты, а потом и жены. Счастье и любовь есть всегда, в любом возрасте, важно только то, готов ли ты это принять. Сейчас у нас с мужем две внучки и один внук! В роли бабушки я очень счастлива!!!

И опять жизнь проводит свои коррективы. 2020 год начался с жёстких правил. Я работала директором супермаркета, всех заставляли носить маски, в продаже их не было. А условия компания выдвигала ужасные, маски обязательно, где хотите там и берите, по любой цене. Персонал в шоке, мы что на маски должны работать, такие вопросы задавали мне. И я оказалась в роли ответчика и в роли обвиняемого. Все что-то требуют и всем что-то должна. А потом оказалась в роли пациента скорой помощи, два раза в течении десяти дней. И тут я решила, что я никому ничего не должна и уволилась с работы.

Я должна быть здоровой, женой, дочерью, мамой, бабушкой, хозяйкой... За два года до увольнения, у меня еще появилась одна роль, это роль пенсионера. Скажу, что это не самая радостная роль, хотя за эту роль ещё и платят. Я не могу сидеть ничего не делая, я решила искать ту роль, которой у меня ещё не было, но я хотела бы её иметь в своём арсенале. И тут как обычно, моя умница дочка, присылает мне ссылку с вопросом о Нейрографике.



Нейрографика в моей жизни

С Нейрографикой меняюсь я, меняется моя жизнь, она стала яркой, интересной, эмоциональной!!! Знакомства с интересными людьми. Яркие образы, которые меня сопровождают.



Во время обучения, я познакомилась с интересными алгоритмами и техниками, которые помогли мне разобраться со своим внутренним миром, понять себя и пойти в правильном направлении. А теперь я помогаю другим людям в решении их вопросов и зарабатываю деньги, улучшаю Качество своей жизни.

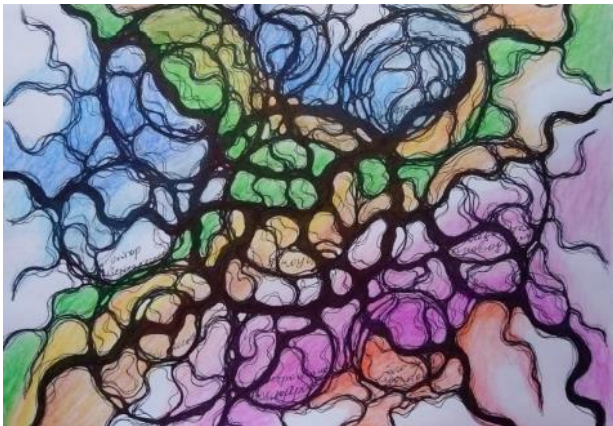
Жизнь с Нейрографикой очень интересна. Каждый день новый рисунок, иногда несколько. Коуч сессии, как Эстетического коуча, это моя мечта. До знакомства с Нейрографикой, я не могла предположить, сколько ресурсов во мне заложено, которыми я раньше не пользовалась. Во время обучения на Инструкторском курсе, я прошла обучение на Пользователя Дневника Развития Эстетического Коуча и от училась и получила Сертификат «Специалиста» ДР ЭК.

Я в восторге от моих новых профессий. Они меня вдохновляют, стимулируют, мотивируют идти дальше и не останавливаться на достигнутом. Мне нравятся все алгоритмы, некоторые немного больше, другие меньше, но это только начало. Когда я их использую в работе, они открываются с разных сторон, и я понимаю, что каждый Алгоритм уникален.

Когда я рисовала «Путь героя», то долго не могла уловить суть, но когда я всё поняла, то мой путь, появился сам. В тот момент я находилась в точке «смерти». Приехав на Интенсив и прожив в том поле энергии, страстей, эмоций, у меня открылось второе дыхание. И после прохождения точки «смерти», и борьбы с «демонами», я получила подарки судьбы. Ко мне пришла сила, уверенность, энергия, энтузиазм... Жизнь моей персоны приобрела ещё более яркие краски, интерес стал проявляться ещё сильнее. Я поняла, что значит жить свою жизнь, во всех её красках и проявлениях. Прожив все эти моменты, я возвращаюсь в свою новую жизнь. Во мне произошла трансформация и осознание того, что я меняюсь. Новая Я в своей стихии, в новых ролях. Я сейчас иду именно так как сама нарисовала свой «Путь героя».



Заключение



С Нейрографикой ко мне пришли новые роли, это Инструктор НГ, Эстетический коуч, Герой, Звезда, Ведущая, Маркетолог, Организатор, Планировщик, Вдохновитель, Мотиватор, Счастливая женщина и много других ролей, которые я буду открывать для себя...

Через два года пятый цикл заканчивается и меня ждёт ещё большее счастье. Новая Я и мои новые роли, которые ждут меня. Счастье найти свой «Путь героя» и идти по нему, легко и радостно, глядя в светлое будущее. У меня для этого есть стимул, это Нейрографика. Сейчас я испытываю счастье, радость, любовь, удовольствие, восхищение!!!

Я каждый день Благодарю Павла Михайловича, за его метод. Если Нейрографика помогла мне, то она поможет ещё миллионам людей, изменить свою жизнь

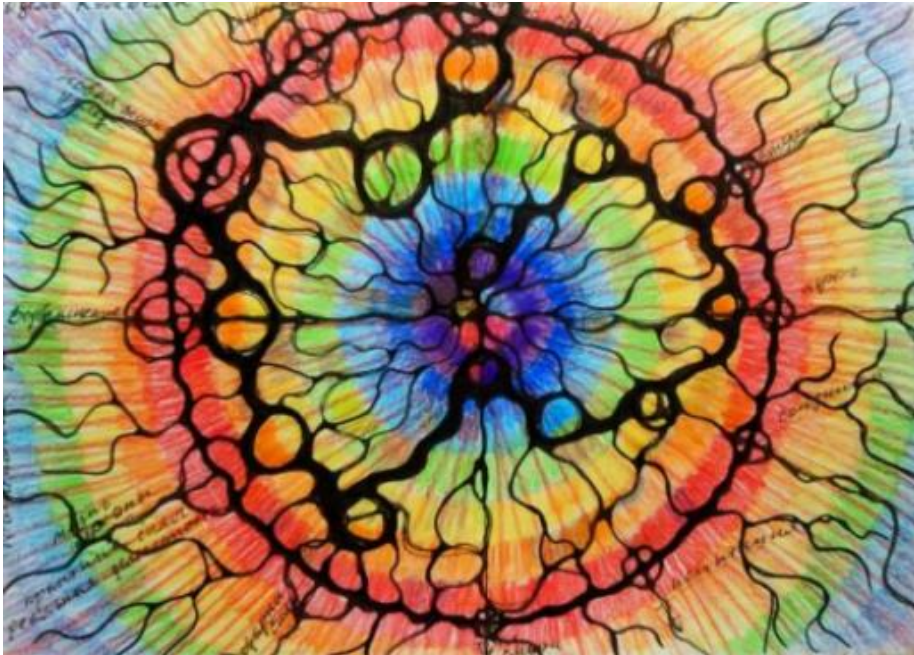
[Ссылка на дипломную работу Кириленко Светланы в авторском стиле](#)



Кириленко Светлана. Новая Я и мои роли, с которыми иду по жизни.

Работы

Тема: участие в интенсиве 2021.



Тема: создание продающего сайта.





Автор:
Кириллова Александра
Супервизор:
Сафонова Светлана

Тема:
НейроГрафика как эффективный метод
в педагогической практике преподавателя

1. Теоретическая часть.

1.1. Нейронауки — междисциплинарная область знаний, занимающаяся изучением нейронных процессов. Традиционно, изучением нервной системы занималась нейробиология, однако сейчас нейронауки включают в себя целый ряд областей, таких как когнитивная наука, химия, информатика, инженерия, лингвистика, медицина, физика, философия и психология. Развитие нейронаук повлекло за собой создание новых дисциплин, в частности, в 2014 родился новый метод, охватывающий междисциплинарную область таких наук как графика, психология и философия. Нейрографика представлена автором как инструмент решения психологических задач графическим способом.

В нейрографике есть устойчивые алгоритмы, которые связаны с решением стратегических задач, с решением структур коммуникации, с решением моделирования личности, с решением целей, с решением целей достижения результатов, с решением снятия ограничений и выравнивания психологического ландшафта и другие. Появление данного метода было очень важно для специалистов многих направлений гуманитарного учения. Лингвистическую сферу этот феномен не мог обойти стороной, поскольку в образовательном пространстве обучения иностранному языку реалии таковы, что с появлением новых достижений нейронаук гипотеза соотнесения процесса овладения иностранным языком с психотерапией, целью которой является осознание человеком самого себя и возможных путей своего саморазвития, становится актуальной.

1.2. Безусловно, преподаватели иностранных языков находятся в постоянном поиске современных и прикладных методов и подходов в обучении языкам всех возрастных категорий населения. В связи с этим возникла мысль углубленно остановиться на исследовании лингвистических,



психофизиологических особенностей овладения иностранным языком. Более того, одним из известных препятствий для учащихся является проблема так называемого «языкового барьера».

Важно обозначить тот факт, что в психолого-педагогической литературе нет ни однозначного толкования термина «языковой барьер», ни единой классификации языковых барьеров. Отечественные ученые изучают проблему языковых барьеров через призму межкультурного взаимодействия (С. Г. ТерМинасова), в рамках деятельностного подхода, компетентностного и контекстного подхода (Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, И.А. Зимняя, А.А. Вербицкий и др.). В зарубежных исследованиях данная проблема рассматривается в рамках психоаналитических теорий развития личности (З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер, Э. Берн, К. Левин), когнитивной психологии (Дж. Келли), гуманистической психологии (К. Роджерс).

Сопоставительный анализ научно-исследовательского материала в вопросе о языковом барьере позволяет выделить теорию о существовании следующих видов барьеров при изучении иностранного языка: лингвистические, психофизиологические, социокультурные, коммуникативные, эмоциональные, личностные, волевые, ценностно-смысловые, мотивационные, связанные с саморегуляцией, когнитивные, интеллектуальные, предметно-практические, информационные, микросоциальные, макросоциальные, технологические и др. В целом, обобщая полученную информацию, можно обозначить два основных вида языковых барьеров: — лингвистические препятствия, основанные на неудовлетворительном восприятии и понимании иностранной речи в силу отсутствия различных практических условий для этого (знаний, навыков); — психологические препятствия.

Одна из выдвигаемых гипотез заключается в целесообразности обозначения языковых барьеров единым комплексным понятием «психолого-лингвистический барьер», поскольку в большинстве случаев они взаимосвязаны. Нейролингвист, доктор филологических и биологических наук, профессор СПбГУ, Татьяна Черниговская утверждает, что самое сложное после нашей Вселенной — это человеческие мозг и язык.

Они имеют сложную организацию. У нас в мозгу есть часы, знаки и зеркала. Наличие зеркальных систем позволяет нам понимать то, что делают другие существа, в том числе люди, все чувствовать и входить в психологический контакт. Наличие зеркальных систем в мозгу — это наше эволюционное приобретение. Согласно исследованиям, наш мозг фиксирует



все, что с ним происходило, он ничего не «теряет», все, что в него попало, становится очевидным, поэтому страх неудачи в процессе изучения иностранного языка так устойчиво проявляется у обучающихся. В данном случае, очень важно понимать, что страх является блокирующим звеном в процессе создания мотивации к изучению дисциплины.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что появились реальные предпосылки апробировать авторский метод Павла Пискарева, ректора института интегративной психологии, адаптации и реализации человека, для исследования насколько эффективно может Нейрографика работать с «языковым барьером» и, собственно, вообще, в любой учебной стрессовой ситуации. Согласно профессору П.М. Пискареву: «Нейро» — это нейросистема / нейроконтур человека, то, из чего состоит его мышление, взаимодействие нейронных сетей.

Это квантовый ум. Нейроны и их соединение определяют уровень и качество жизни, мотивацию, стиль поведения, критерии выборов. Все то, что мы привыкли вербализовать в сложные интеллектуальные системы, в нашей голове существует в виде нейронного контура /связей. Второе слово — «Графика» — это рисование тех нейронных связей и контуров, которые определяют те или иные темы нашего бытия. То есть, с помощью нейрографики мы можем рисовать, перерисовывать и изменять все грани жизни». Кроме того, в основе нейрографики лежат такие психологические подходы, как гештальт-терапия и теория поля Курта Левина. Есть границы личности и границы ее обитания, а все остальное находится в поле неизвестности. Нейрографика работает с полем личности, средой и неизведанным. Таким образом, Нейрографика позволяет моделировать реальность.

На базе ДонВОКУ (высшее общевоинское командное училище) стартовал экспериментальный проект с использованием метода Нейрографики. Контрольную группу составляли те курсанты, которые вошли в наибольший процент неуспешности при изучении предмета вследствие страха и неуверенности в своих знаниях. Целью этой работы было выявление особенностей применения метода в практическом использовании на данной категории учащихся. Первый этап рассчитан на снятие психологического барьера, а также снятия стрессового отношения к дисциплине (алгоритм «Снятие ограничений»), второй этап — на моделирование путем осмысленного рисования своих достижений в иностранном языке. Метод нейрографики так же эффективно сочетается с упражнениями из ноосферного образования для включения в работу обоих полушарий.



Преподавание иностранного языка в военном вузе сопряжено с множеством особенностей профессионального характера. Это касается не только лексическо-фразеологического аспекта, как внутреннего фактора, но также и самой системы обучения курсантов, что является внешней стороной вопроса. Отсутствие достаточного времени на изучение дисциплины является одной из важнейших проблем военного образования, поскольку необходимость выполнять воинские обязательства зачастую доминируют. В следствии указанной проблематики очевидно, что необходимо исследовать и внедрить в процесс обучения иностранному языку именно те методы и приемы, которые позволили бы в режиме одного и того же временного отрезка (учебного занятия / количества часов, выделяемых на дисциплину) повысить эффективность приобретения навыков употребления иностранного языка в военном вузе.



1.3. Практическая работа с применением метода Нейрографика была проведена следующим образом. Сначала курсанты наблюдали как преподаватель изображает нейролинии на доске и привели примеры, на что это похоже. Некоторые называли слова на английском языке, например, дорога — road или речка — river, а также попытались поводить маркером по чистому листу бумаги правой и левой рукой, осваивая пространство линиями, которые пытались сделать нейрографичными. Затем преподаватель попросил выписать все негативные установки относительно их отношения к дисциплине «Английский язык» в одну колонку, а в другую записать их отношение к изучению языков вообще. После этого учащиеся определяли,



что есть общего в этих установках, как они хотели бы перефразировать их с позитивным смыслом.

Следующий шаг в этой работе был направлен опять на визуальное восприятие и демонстрацию преподавателем как курсантам предстоит произвести «выброс» и затем поработать над скруглением. В процессе работы можно отметить, что многие учащиеся определили что степень раздражения и негатива, который они подняли, благодаря воспоминаниям о своих неудачах в обучении, особенно было много сказано о взаимоотношении с преподавателями иностранного языка в их школьном прошлом, слишком велик и один « выброс» не давал должного «выдоха». Поэтому преподаватель предложила делать несколько версий выброса на заданную тему, но начать сопряжение только тот, на котором уже понятно, что заряд негатива весь выплеснулся.

Были отмечены случаи повышения давления, «температуры» в теле и даже вспышки агрессии. Регулировали состояние питьем воды. В целом, процесс сопряжения принес состояние равновесия и успокоения. Внесения цвета сработало наиболее позитивно, шло оживление в работе, и все отмечали повышение эмоционального состояния и настроения. Нанесение линий поля и фиксация не были восприняты и возникли вопросы о том, насколько критично, если мы не будем это привносить в свои работы. Некоторые так и оставили свои работы без фиксации.

2. Практическая часть (рисунки, описания техники проведения занятий).

Из 15 человек, принимавших участие в эксперименте, у одного курсанта отмечалось после сопряжения сохранения нервозности и повышения раздражения. Он видел в рисунке картину, которая его злила еще больше, ведь интенсивный выброс превратился в достаточно густой рисунок из скруглений на пересечениях множественных линий, он считал это «грязью» и «бессмыслицей». После занятия обсудили с ним как это можно соотнести с его занятием по иностранному языку. В процессе рассуждений пришел к выводу, что ему проще делать шаблонные задания и не включать критическое мышление.

Когда его нейронный контур начал активироваться через необычное для этого ученика занятие, привычка делать всегда знакомое и предельное понятное действие взяла вверх и возникла высокая реакция сопротивления оправдать которую мозг пытался через то, что это все ненужно («бессмыслица») и желанием скорее избавиться от процесса рисования («это



— грязь»). До этого момента ученик демонстрировал достаточно положительные результаты по предмету. Есть основание полагать, что в основном задания, которые он вызывался делать и успешно осваивал — в основном те, которые не требуют критического мышления, где можно выучить наизусть и работать по образцу. В целом, группа курсантов была довольна проработкой своих ограничений и несмотря на то, что всего было проведено

3 экспериментальных занятия, мотивация к изучению и сессионная результативность показала итоги по языковой подготовке намного выше своей 2-й половины взвода, которая не принимала участие в эксперименте.

2.2. Кроме приведенной выше работы, применение метода Нейрографика было осуществлено как в частной практике, так и языковой школе «Lingua Line» (г. Донецк).



В частной языковой школе частый контроль знаний — привычная и важная часть работы как учителей, так и учеников. В конце каждого месяца ученики пишут тест, а в конце года сдают заключительные контрольные работы для определения своего прогресса, а именно-уровня языка. Как правило, дети, несмотря на достойный уровень подготовки, всегда переживают и формируют выученную стрессовую реакцию на экзамен, а также другие формы контроля. Было решено проводить перед каждым контрольным занятием в качестве разминки рисование кругов разного цвета (2-3 минуты), а также делать «выброс» на маленьких листках писчей бумаги, чтобы округление углов занимало как можно меньше времени.

Из 22 учеников, принимавших участие в подобной работе, стабильно половина (10-12 человек) отмечала улучшение состояния. Первично было видно, что дети сразу возвращали себе улыбчивое настроение и даже могли настроиться на «шумное» поведение, как будто это обычный урок, а не контрольная. Преподаватели тоже практиковали АСО после трудного



рабочего дня на малых форматах и отмечали облегчение, но скорее в физическом аспекте, тело выдавало реакцию похожую на расслабление и отдых, что так же приносило моральное удовлетворение.

Во время внеклассной беседы с учениками были выявлены темы, где бы они хотели применять метод, а именно при ссорах с друзьями, родителями и школьных неудачах (получение негативной оценки).

3. Вывод.

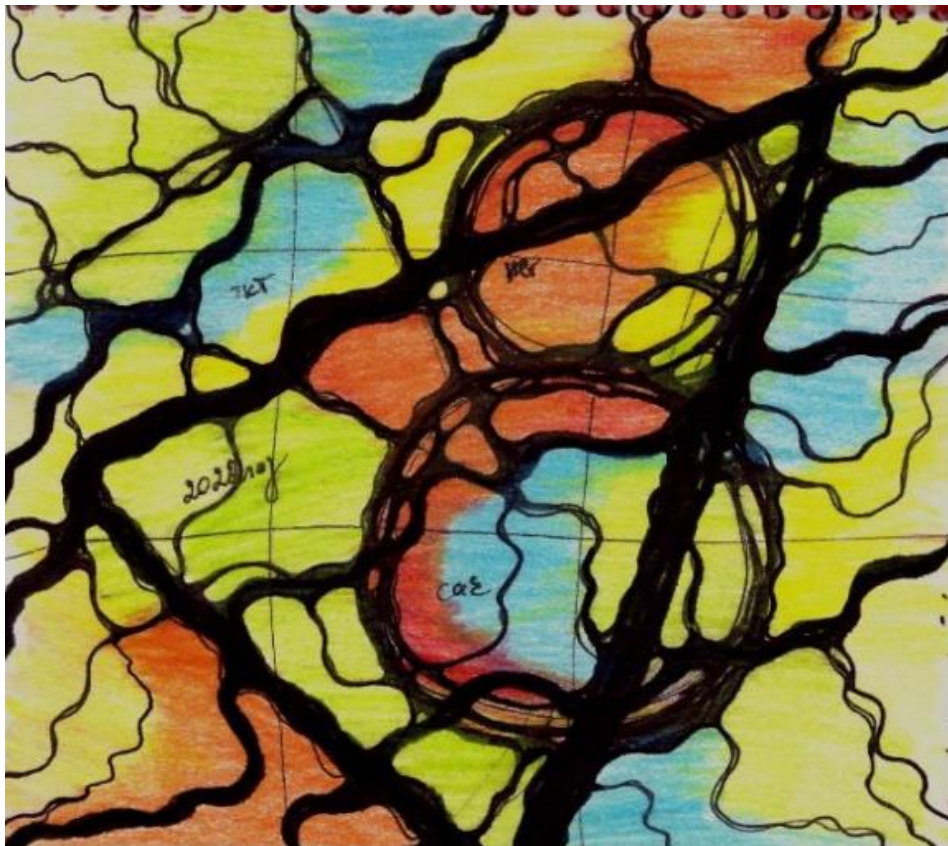
Ссылаясь на мнение Т. В. Черниговской, следует отметить, что высокоразвитый мозг отличается не весом или объемом, а организацией нейронных сетей. Нейрографика — это именно тот метод, который направлен на эту организацию. Любой учебный процесс увеличивает и улучшает качество нейронов. Изучение иностранных языков включает в себя так называемое «переключение кодов», что значительно повышает эффективность работы мозга, ее нагрузку, а значит, способствует развитию нейронных связей. Совмещая работу по языкам и Нейрографику можно увидеть положительный эффект, как в учебных целях, так и морально-психологических аспектах, которые всегда сопутствуют в образовании. Следовательно, регулярное применение АСО может показать положительную динамику в работе с таким явлением как «языковой барьер», а также смягчить стрессовые состояния перед экзаменами или при повышенной усталости как преподавателей, так и учеников.

[Ссылка на дипломную работу Кирилловой Александры в авторском стиле](#)



Работы

Тема: профессиональные компетенции.



Тема: написание диссертационного исследования.





Автор:
Кириллова Юлия
Супервизор:
Миколенко Елена

Тема:
Нейрографика - универсальный метод помощи
изучающим иностранные языки

2021 год

Знакомство с нейрографикой произошло совершенно неожиданно для меня. Но, как позже подтвердилось, ничего неожиданного не бывает, платформа для развития событий была подготовлена. С детства я любила рисовать и увлекалась книгами по психологии, позже занялась телесными практиками. Рисованию в молодости отдавала много времени и энергии, но потом жизненные события вытеснили его на дальний план, хотя желание рисовать и создание картин в воображении шли непрерывно. Так что на предложение моей коллеги по телесным практикам: «А хочешь порисовать в группе?» согласилась, не раздумывая, с восторгом и мыслями «ну наконец-то». Началось все в 2018 году и с тех пор процесс идет, и, надеюсь, не прервётся: «коготок увяз».

В группе под руководством инструктора нейрографики шло интенсивное рисование, слово нейрографика упоминалось, но принципы не расшифровались, алгоритмы, как таковые, не проходились. Радость и вдохновение от необычного рисования была, но чувствовалось, что за этим стоит что-то большее. Чтобы понять это большее, стала искать в интернете информацию про нейрографику, и вышла на сертификационные курсы. Прошла Пользовательский курс и получила сертификат. Как теперь понимаю, это был авторский курс, и на нем давалась дополнительная информация, так как мы рисовали и спирали. Именно на этом этапе начались чудеса: давние мечты начали сбываться, синхроничность зашкаливать, и меня, по ощущениям, просто «вынесло» из России. В восемнадцатом и девятнадцатом году я пожила в трех желанных странах. Хотя никаких четких планов и отложенных сбережений для таких материально затратных проектов у меня изначально не было. Случилось очень много вдохновляющих знакомств и событий, которые заставили поверить, что в жизни ещё много интересного может произойти.



Я отнесла чудеса к эффектам от занятий нейрографикой. Уже сознательно, немного понимая, что такое нейрографика, записалась на курс Специалист в институте. Получила массу впечатлений и заряд энергии и вдохновения. После курса Специалист уже не могла остановиться и пошла учиться на Эстетического коуча.

Обучение шло легко и с восторгом. Помог прежний опыт в Сакральном Арт-коучинге, который, в свою очередь подкрепился новыми техниками и структурированными знаниями в области метамодерна и многими другими, которыми так щедро делятся в институте. Именно на курсе Эстетического коучинга пришло осознание: все мои обучения и старания в различных областях педагогики, психологии, рисования, соматики были не зря, все пригодилось в работе с людьми. Если раньше у меня было недовольство собой и ощущение, что я «разбрасываюсь», что надо сконцентрироваться на чем-то одном, то тут, познакомившись с алгоритмами многозадачность и мультиролевая личность, я получила «индულгенцию» и радость, от того что у меня есть много знаний и я способна применять их на благо миру. Затем прошла курс Структурографика, который заставил посмотреть с иной стороны на мои знания по Сакральной геометрии.

По моим ощущениям, именно работы курса Структурографика в сочетании с коучинговыми кейсами привели меня к тому, что сейчас я живу в стране моей мечты, говорю на любимом языке, и наслаждаюсь морем и солнцем. Впереди еще незаконченный курс по Богобану. Богобан приехал со мной из Москвы и терпеливо ждет меня. Примусь за него сразу, как будет закончен инструкторский курс. За время обучения в группах познакомилась и поработала с людьми из разных стран, приобрела новых друзей и единомышленников, чего никогда не случилось бы без обучения в институте. Во время парных работ узнаешь человека так, как не узнал бы в жизни, при обычном общении.

В этом огромный стимул для дальнейшего обучения, физическое ощущение принадлежности к мощному эгрегору, в котором каждый член – замечательная личность. Хочется соответствовать и расти, для этого надо учиться дальше. Инструкторский курс собрал воедино все знания, полученные на прежних этапах, прояснил все вопросы, научил мыслить по моделям, одарил желанием расти интеллектуально и расширять свой кругозор. Каждый вебинар - событие. Павел Михайлович делится с нами своими идеями, знакомит с научными теориями и объясняет, как применять их на практике. Думаю, что обучение в институте - единственный мой шанс прикоснуться к идеям такого масштаба.



Ощущение, что жизнь выходит на новый более мудрый уровень. Изменился мой взгляд на повседневные события и отношения с людьми. Я стала спокойнее реагировать на ситуации и поступки людей и даже свои. Каждый новый алгоритм инструкторского курса «перевертывает» сознание, ставит убеждения мешающие достичь счастья «с головы на ноги», дарит инсайты и чувство, что я прозреваю и начинаю понимать суть вещей.

Теперь всегда помню пять правил Милтона Эриксона, которым нас научили на курсе Эстетический коучинг. Все близкие отмечают, что я изменилась и, как они считают, в лучшую сторону. Я тоже ощущаю перемены, и знаю, что причина – «тайны» инструкторского курса. Учиться в институте можно бесконечно, составлена программа на 250 лет вперед и есть попутчики. Знаю, что мое обучение в институте – теперь постоянная реалья моей жизни, я ей очень рада. Помимо обучения, есть и работа. Работаю онлайн с 2008 года, что дает свободу передвижения по миру. Основной профессией считаю преподавание иностранных языков. Много лет слышу от взрослых учеников, что в результате наших занятий меняется их судьба, взгляды, происходит раскрепощение, появляется свобода, сбываются мечты. Ученики рекомендуют мои занятия знакомым не только с целью обучения языкам, но и для личностных изменений и позитивных перемен в жизни.

Попав на коучинговый курс в институте, я поняла, что они имели в виду. Они правы: на уроках присутствуют элементы коучинга, а теперь и эстетического коучинга и инструкторских знаний. В данном эссе хочу рассказать, как я сочетаю нейрографику и преподавание в обучении студентов английскому языку. Некоторым людям языки даются легко, они изначально настроены на успех и получают удовольствие от процесса набора знаний, таких людей достаточно обеспечить информацией. Но чаще я встречаю людей, у которых много негативных убеждений относительно своих способностей к иностранным языкам.

Причины появления убеждений совершенно разные: от внешних до внутренних. Так как студенты приходят ко мне за результатом – надо искать способ его достижения. Я никогда не приношу физическое и ментальное здоровье студента на алтарь цели, поэтому подготавливаю его к процессу обучения, используя нейрографику. В результате студенты отмечают «восстановление целостности, сбалансированности и наполненности: освобождается голова, становится легко на душе, спадает напряжение в животе», что является идеальным условием для успешного обучения.



Как было упомянуто выше, причины напряжения и неуверенности у студентов могут быть разные от негативных убеждений относительно своих когнитивных, физических способностей, финансовых возможностей до жестких дедлайнов и завышенной значимости результата. Часто людей блокирует в изучении иностранных языков то, что они слишком сосредоточены на ожидаемом результате и не могут делать короткие шаги. У них появляется ощущение «сколько не занимайся, все равно не заговоришь легко».

Почти всегда их психика перегружена большим объёмом информации, у них нет ёмкости для усвоения новых знаний. Они хватаются за любую новую идею, привлекающую внимание и тратят время на несущественное, вместо того чтобы идти к цели. Людям трудно выбрать источники знаний и преподавателя, они «перепробовали уже кучу вариантов», а результата нет, появляется видение языка, как чего-то недостижимого. Учащимся трудно составить оптимальный график и определить объем усвоения нового, хочется все и сразу.

Студент берется учить списки слов, делает кучу скучных упражнений или смотрит сериалы, не понимая ни одного слова. В результате выдыхается и разочаровывается в своих возможностях, а часто и в себе как личности, получает комплексы и негативные убеждения, награждая себя «самореализующимися пророчествами»: «я никогда не выучу язык, я неспособный, это не для меня, только для «особо одаренных». В результате человек себя ограничивает. Начинаются переживания: «вот если бы я знал язык, у меня была бы лучшая работа, доход, свобода передвижения» и еще другие сожаления, на которые уходит много энергии. Ощущение провала и неполноценности по сравнению с теми, кто язык освоил, отражается и на телесном уровне.

Иногда, причиной отказа от изучения языка является несогласованность субличностей внутри человека. Например, язык нужен на работе – это возможность продвижения и командировок, повышения оклада. Одна субличность «профессионал/карьерист» этого очень хочет, но другие субличности, например: «мать» или «хозяйка» сопротивляются, ведь для этого придется отнять часть времени от их деятельности и, к тому же, поставится под сомнение их важность и незаменимость. Встречалась у моей студентки субличность - «владелец кошки», спорившая с субличностью «путешественник». Иногда человек, который неплохо владеет иностранным языком на занятиях, совершенно теряется в ситуации реального общения с иностранцами, не может преодолеть «языковой барьер», есть блок на



порождение речи. Такой человек не понимает, что происходит и считает, что у него плохой уровень языка и надо учиться бесконечно. С этими и многими другими трудностями у моих студентов я сталкивалась в моей практике часто и, честно говоря, не могла им сильно помочь, пока не познакомилась с нейрографикой и ее методами. Нейрографика явилась тем самым волшебным инструментом, о котором все мечтали. Нейрографика удивительный метод, интегрирующий в себе знания и техники из многих областей.

По моему мнению, каждый креативный специалист, который хочет удовлетворения от своей работы и творчества, сможет найти применение нейрографике и совместить ее практику со своими задачами. По мере обучения в институте, изучения алгоритмов все больше вижу связанность всех областей знаний, фрактальное устройство мира, ощущается и проявляется синхроничность, меняется мышление.

Приходят нужные люди в нужное время и приносят идеи и подсказки, появляются нужные книги, такие как книги создателя метода Нейрографика профессора П.М. Пискарева. В них и открытых видео от Института психологии творчества содержится множество идей и полезной для всех информации. Нейрографика опирается на теорию Метамодекна, с которой надо ознакомиться всем современным людям, желающим изменений к лучшему в своей жизни. Подробно о теории можно узнать в книгах профессора П.М. Пискарева «Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений», «Нейрографика 2. Композиция судьбы», «Метамодекн. Счастье в квадрате», и в его общедоступных роликах на Youtube.

Из них мы узнаем, что нейрографические практики «приводят к выработке взрослого, зрелого, обновленного внутреннего состояния, в котором возможно тонкое, дифференцированное, творческое отношение к жизни. Способствуют выращиванию нового человека на основе расформирования стихийного и формирования осознанного реагирования на события в жизни», помогают нам не только фокусироваться на теме, но и видеть весь фон, весь событийный ряд, приводящий к цели, что особенно ценят мои взрослые студенты, так как это важно не только при изучении языков.

В нейрографике новое состояние приходит во время беседы с инструктором/коучем — клиент напрямую описывает свои ощущения в ходе рисования. Нейрографика так же дает возможность самонаблюдения за четырьмя пунктами внимания: телесные ощущение, эмоции/чувства, мыслеобразы и смыслы, которые мы извлекаем из них, и фиксируем в описании работы.



Фиксацию ощущений может выполнять инструктор/коуч, что повышает уровень концентрации рисующего и приводит к лучшим результатам. Однако, при определенном уровне тренировки и понимании процесса в нейрографике и эстетическом коучинге возможна самостоятельная работа. Нейрографика дает возможность получать яркие образы, присоединять внимание к процессам, идущим в пространстве сознания – это не только интересный инструмент исследования, но и доступ к регуляции вегетативного уровня психики.

Еще Карл Ясперс положительно высказывался о возможностях самоисследования, он назвал эту область знания соматопсихологией. Нейрографика – это глубочайшее самоисследование. Уникальность нейрографики – в ощущениях рисующего, многие описывают ощущения «пробуждения», «прояснения сознания». Нейрографическое осознанное, включающее размышления, серьёзные раздумья рисование активизирует мыслительные процессы и ощущения, обостряет рефлексию. Рисующий «просыпается», получает инсайты и энергию для действия.

В нейрографике огромные возможности: работая по базовому алгоритму, мы последовательно проходим по всем уровням сознания: актуальное, оперативное, подсознательное, бессознательное, эгрегоры, архетипы, элементы-абсолют. На всех уровнях отслеживаем реакции в теле, получаем инсайты, черпаем энергию и вдохновение. Иногда новички говорят: «Я ничего не чувствую в теле при рисовании, что со мной не так?». Я уверена, что все люди чувствуют, но не осознают своих чувств и ощущений. Если с «нечувствующим» человеком поговорить на волнующую его тему, то в своей речи он обязательно употребит метафоры, для выражения своих мыслей, телесных ощущений, эмоций, чувств и образов, возникающих на внутреннем экране, не осознавая, что это и есть рефлексия. Напрашивается известный пример: учитель ставит точку на большом листе бумаги и спрашивает учеников, что они видят.

Ученики отвечают: «точку». Парадокс: большой лист бумаги, не фиксируется как «видимое», маленькая точка – единственный пункт внимания учеников. Нейрографика учит видеть не только саму проблему, но и ее фон и работать с ними. В книгах и видеороликах П. М. Пискарева приводятся примеры и кейсы, рефлексии клиентов в ответ на вопросы об ощущениях в теле. Последнее особенно важно для начинающих нейрографов, у которых нет опыта работы с телесными ощущениями, так как в примерах они увидят свои ощущения и научатся идентифицировать и описывать их.



Соответственно, надо просто научить людей, отслеживать собственную рефлексию. К сожалению, в нашей культуре не принято относиться внимательно к своей рефлексии, так как мы научены, что главное - дело, результат, а какой ценой не важно. Отсюда уже с детства у всех зажимы и боли в теле, ведущие к проблемам на более тонких уровнях, постоянное напряжение и перенапряжение, бум панических атак, выгорание и даже потеря смысла и желания жить. Как следствие из сказанного, девиз «нейрографика спасет мир», вполне оправдан – так как мы учим постоянной рефлексии на всех этапах базового алгоритма.

Нейрографика дает методику избавления от негативных ощущений, съедающих энергию, и учит наполнять себя позитивом, ведет к нужному всем в любой практике и деятельности эффекту – вдохновению, энергии, счастью. Именно ради этого эффекта я применяю нейрографику с моими клиентами и учениками. Я преподаватель иностранных языков и нейрограф, эстетический коуч. Идея совмещения знаний из различных областей для развития и обучения людей меня очень вдохновляет. В моей практике я стараюсь применять любую информацию и техники, подходящие для быстрого вывода приобретаемых знаний на стадию умений и навыков. Я занимаюсь в основном со взрослыми.

У таких людей обычно много «деструктивных» представлений и страхов относительно изучения иностранного языка, которые сформированы прошлым, неудачным опытом. В своей методике для преодоления трудностей в обучении я применяю алгоритмы и техники нейрографики в зависимости от вида трудностей, возникающих у студента. Если студент предъявляет к себе завышенные требования и очень перенапрягается, мы справляемся с лишним рвением при помощи АСО.

Учащийся ставит тему, делает выброс - выбрасывает свои завышенные требования, и после выброса понимает, что лучше длинную дорогу пройти маленькими шагами, чем сделать один большой шаг, потерять силы и в результате остаться на месте. Подходит здесь и Нейроконтакт, где в рисунке мы либо уменьшаем, либо отделяем фигуру завышенных требований от своей и формируем новые впечатления, снимаем напряжение и страх не справиться с воображаемыми требованиями.

Если вы инструктор, то конечно сможете растворить и присоединить все что нужно в любом алгоритме. Нейрографика предоставляет широкие возможности для творчества. В том случае, если у студента сформировался образ идеального ученика, которому он старается изо всех сил соответствовать и зря теряет энергию, применяем алгоритм АВН. Так можно



выявить настоящие намерения: хочу ли я быть идеальным «изучающим язык» или понять, зачем я учусь, для чего мне нужен язык и в каком объеме.

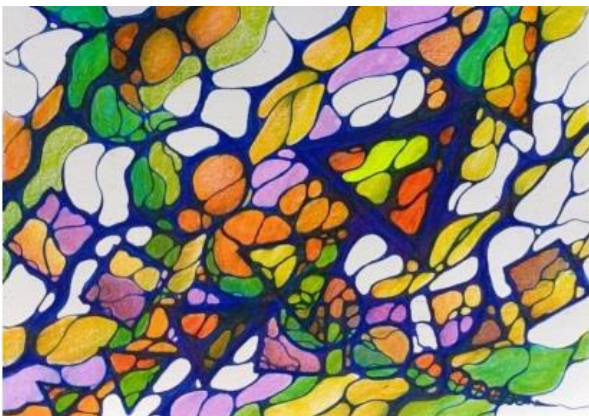


Приведу отрывок из сессии по АВН, где такой студент рассуждает вслух. «Тема1. «Я - идеальный ученик». Веду нейролинию и думаю, веду вторую, появилось первое пересечение, рисую круг - мурашки в теле. Что это может быть? – хочу научиться говорить на уровне заказа еды в ресторане. Где идеальный ученик, и где практическая

вещь - заказ еды. Удивление. Второе пересечение – хочу посмотреть фильмы, читать стихи, книги. Еще пересечение – самоуважение – круг небольшой, но главный. Обвожу много раз, не могу остановиться. Смысл: в результате освоения языка придет самоуважение.

Еще линии и круг - свобода передвижения по миру, путешествий. Еще большой круг – пришло физическое удовольствие от изучения языка. Ой, уже хочу учить язык! Тема 2. «Я с удовольствием выпиваю и использую знания». Как видим, состояние и намерение ученика поменялись на более продуктивные всего за одну работу. Причем все выводы и изменения ученик сделал сам. Чтобы отработать внутренние напряжения и травмы, полученные в начальный период обучения, применяем АСО.

Для снятия школьной травматизации выбрасываем на лист все негативные воспоминания, страхи и обиды. Полностью растворяем негатив, набираем энергии на каждом этапе базового алгоритма, получаем позитивные смыслы и вдохновение, фиксируем новое ресурсное состояние и желание учить язык.



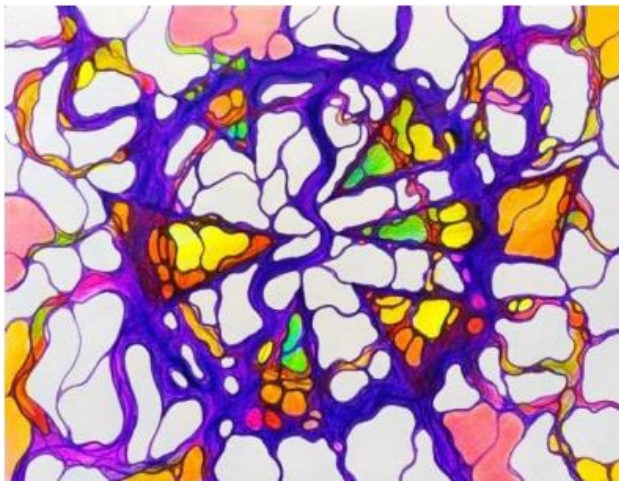
Если травма связана с тем, что человек ранее не справился с большим объемом заданий и боится снова не осилить глыбу языка, применяем Нейромоделирование. Прорисовываем план событий метрическими и ритмическими рядами, обозначая постепенность и последовательность набора дозированных знаний. Человек

на схеме видит, что в течение поставленного срока, можно преодолеть путь без особого напряжения, выполняя небольшие задания регулярно.



В результате приходит ощущение, что работа по плечу и цель – реальна

Если студент, уже не раз брался за обучение, и вроде все идет хорошо, но потом «пропадает интерес, а язык нужен» применяем алгоритмы Нейрокомпозиция, SCORE, Нейротайминг, Нейроцель, которые помогают установить мощную связь с целью.



Для людей, перегруженных проблемами и информацией, характерно ощущение, что у них «уже нет места для новых знаний». Тут хорошо работает Нейрокомпозиция, техника «Внутренняя динамика». В итоге работы студенты отмечают, что их внутреннее пространство – практически безгранично, и его можно заполнить нужными знаниями.

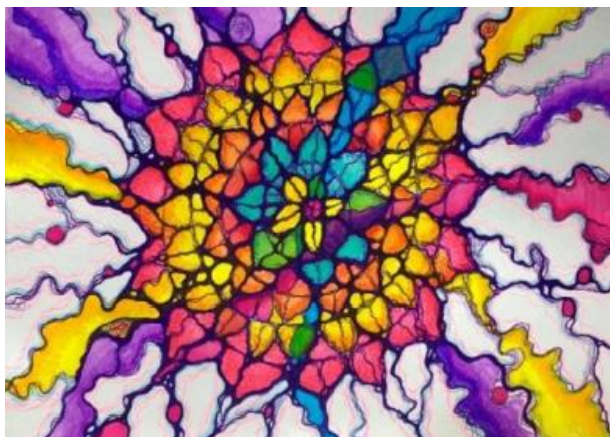
Многие студенты мечтают, чтобы знания усваивались легче, как бы сами, жалуются на то, что устают от напряжения. Тут очень хорошо работает SCORE и Нейромандала. При помощи алгоритма SCORE обнаруживаем ресурсы, из которых можно брать знания с удовольствием.



Например, так была найдена идея релаксационного видео, эффект такой: «слова и выражения повторяются и сами запоминаются, я уже скоро смогу свой кулинарный блог вести на английском». Нейромандалой настраиваем активное или пассивное участие в наборе знаний, гармонизируем эмоции по поводу обучения, получаем ресурсы из фона.



С теми, кто считает «язык – это не для меня», не хотят учить слова и разбираться в грамматике, не могут представить себя говорящими на иностранном языке, для «вращения внутреннего лингвиста» хорошо работают алгоритмы Шаманский дождь, Нейролотос. Нейрокоммуникация.



Приведу пример работы и рассуждений таких учеников. Алгоритм Нейролотос: «Сажу заостренное семя - мой иностранный язык. Округляю его, гармонизирую. Превращаю в гармоничный круг, стало спокойнее. Всегда для меня иностранный язык был колючий, а сейчас безопасный круглый. Начинаю рисовать лепестки - каждый лепесток - новый день знакомства и общения с языком. Первый круг - понимаю, что начинаю принимать язык на внутреннем плане. Второй круг - первые попытки заговорить, расширяется владение языком, могу уже что-то кому-то сказать. Проходит стеснение. Следующий круг - я уже могу читать книги и интересные статьи в интернете, находить нужную информацию, которой нет на русском. Следующий круг - я могу путешествовать во все страны мира и общаться на языке. Приходит ощущение, что язык уже друг и помощник и т.д.» Таким образом, студент от мыслей, что «не хочет учить слова» приходит к идеям и ощущениям «свободы путешествий». Конечно, мотивация растет, а после интеграции в фон и нахождения в нем ресурсов, уже хочет начать изучать язык немедленно.

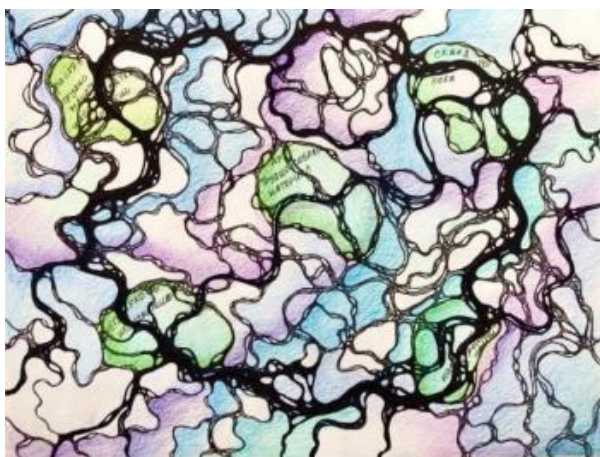
Второй пример, алгоритм Нейрокоммуникация: «Тема 1. «Я и моя мечта – Нью-Йорк». Клиент рисует свою фигуру и фигуру Нью-Йорка. «Как мне туда попасть и узнать этот город?» Начинает запускать нейролинии от себя в фигуру Нью-Йорка и следить за картинками на внутреннем экране. «Я уже там, вижу его изнутри, говорю с местными жителями, проникаю в тайны, которые не узнать, если просто смотреть». Нейролиний связывающих две фигуры все больше, каждая линия – мысль. «Общаюсь с людьми и уже ощущаю, что появилась прочная связь с городом моей мечты». После архетипирования: «Моя цель стала мне намного ближе по ощущениям, стала родной. Уже нет страха, я уже хочу говорить с местными на одном языке». Как видите, для результата и изменения впечатлений часто достаточно одной нейрографической работы: студент замотивирован и готов к обучению. Нейрографика- запланированное чудо!



Если ученик знает, что информация и возможности существуют, но не знает, «как к ним подойти», как их «впитать», можно предложить алгоритм Нейромандала. Отрывок из рассуждений: «Я повернусь к миру своей активной - красной стороной и разыщу новые знания и умения; места, откуда знания ко мне придут, а потом развернусь пассивной - фиолетовой стороной, и пусть меня эти знания напитывают.



Я стану фиолетовая, а знания красные и пусть проникают в меня». После такой работы студентка ощущает прилив положительных эмоций, уверенность, что нужные знания придут из активной фигуры мандалы Знаний, которая «хочет поделиться ими со всеми учащимися» и из фона. Самой студентке надо лишь проявить небольшую активность. Если ученик боится говорить, или боится громко говорить, от неуверенности, то предлагаю порисовать на голубом фоне или голубым маркером алгоритм «Голубой океан». Голубой – цвет горловой чакры. Выявляем страхи через активизацию доминанты, выносим их на бумагу в виде островов, затем все страхи растворяем в фоне потоками, идущими снизу вверх, как потоки воздуха из легких, через горло в мир. Обычно на этой стадии рисующие отмечают тепло в горле, легкость дыхания, желание высказываться легко, четко, громко. Закрепляем новые ощущения фиксацией – новая желанная реальность.



Тем студентам, у которых субличности не могут договориться о том, стоит ли тратить время на язык, когда и «других забот полно»: разрывают на части работа, семья, стройка, поездки, финансы, хорошо предложить алгоритм Мультиролевая личность.



В результате работы обычно удается уладить спор между субличностями и прийти к консенсусу. Приоритеты расставляются, и получается уговорить других субличностей отдать немного энергии, а иногда и помочь «студенту» учить язык, так как результат будет полезен всем. После такой работы приходит уверенность в правильности решения, тают преграды, казавшиеся непреодолимыми, появляется желание приступить к делу



При беспокойном состоянии, противоречиях между телом, эмоциями и мыслями и смыслами, которые возникают у студента по поводу обучения применяю алгоритм Нейросинтез – то, что мы условно называем «Снеговик» для гармонизации соотношения нашего физического, эмоционального, интеллектуального и духовного тел относительно данного контекста. Прорисовывая размеры тел, студенты часто обнаруживают неожиданные причины своих беспокойств. Инсайты бывают удивительные. После гармонизации всех тел, изменения их размеров до таких, которые устраивают относительно темы, к учащемуся приходит уверенность, что теперь он контролирует

ситуацию.

Беспокойство уходит. После нейрографирования и прохождения всего базового алгоритма, студент получает вдохновение и более легкое отношение к учебе. Тема 2 часто звучит так «Я уже наполненная, знающая иностранный язык». Как следует из примеров, инструктор/коуч может подобрать эффективный алгоритм к любой волнующей учащегося ситуации. По отзывам студентов, им очень помогает применение нейрографики для фасилитации процессов обучения. Сочетание нейрографики и обучающих процессов интересно, неожиданно для студента, позволяет ему узнать себя и поверить в свои возможности, получить вдохновение и желание двигаться дальше. Во время рисования появляется четкое видение цели, осознаются собственные силы и наличие внешних ресурсов. Возникает ощущение связи с социумом и поддержки от него.



Кириллова Юлия. НейроГрафика - универсальный метод помощи изучающим иностранные языки.

В результате понимания масштабности и достижимости собственных проектов растет самооценка.

Сочетание обучения языкам с нейрографикой – залог успеха. Считаю, что методика применения нейрографики для снятия трудностей при обучении будет полезна всем преподавателям в любой области знаний.



[Ссылка на дипломную работу Кириллова Юлии в авторском стиле](#)



Работы

Тема: вдохновение для изучения нового языка.



Тема: продвижение в делах.



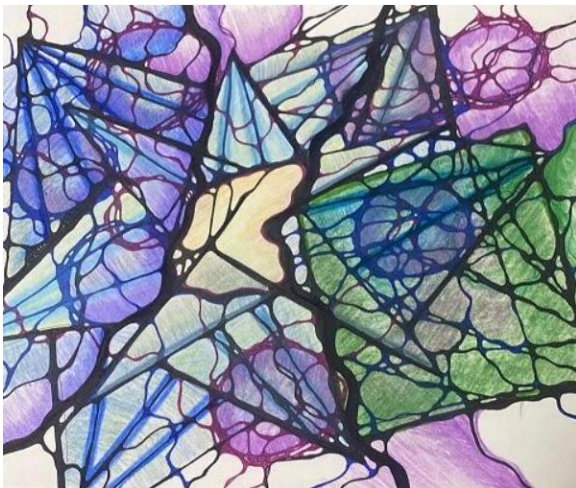


Автор:
Киселева Юлия
Супервизор:
Хассан Илона

Тема:
Пробуждение с помощью НейроГрафики.

Предисловие

Я не устану петь дефирамбы нейрографике, хотя бы потому, что я несколько дней не знала с чего начать написание Эссе. И, нарисовав, вот эту работу, утром следующего дня, я проснулась с четким и ясным ощущением и знанием, с чего начинать Эссе.



Расскажу сегодня сказку, а может это и притча, а может вообще это быль... кто знает... Каждый увидит в ней то, что хочет увидеть...Итак...

Когда-то давным давно, когда во Вселенной еще ничего не было, когда пространство было открытым, прозрачным и чистым, небо ночью было ярко-фиолетовым, а звезды светились своим нежно-оранжевым светом, гуляли по берегу моря Бог и Мудрая Душа. Они наслаждались свежим тягучим воздухом, который пах нежностью, любовью и ароматом пионов.

Восхищались красотой переливов небесной глади, ее оттенками. Они также любовались нежными звездами и искали красивые созвездия. Присев на старую деревянную скамейку на берегу моря, и вдоволь налюбовавшись волнами, которые, набегали своей пучиной дальше, чем обычно (был прилив).

Они заговорили, хотя и слова им были не нужны. Иногда и слова бывают лишними, но это был не тот случай.

- Ты отправишься очень скоро на планету Земля, сказал Бог Мудрой Душе.



- Я же там была уже столько раз, я получила все необходимые опыты, уже все попробовала, вкусила, не раз прожила взлеты и падения, научилась очаровываться и разочаровываться, даже научилась наслаждаться этим и получать удовольствие. В моей копилке даже есть нейтральное, спокойное, уравновешенное отношение ко всему происходящему. Зачем я пойду в этот раз, спросила Мудрая Душа.

- Вот это самый важный вопрос, - сказал Бог, и задумался, подняв голову к Небу, и размышляя как простыми словами объяснить сложные вещи, которые творятся на планете Земля в 20 веке.

Ты пойдешь туда, где снова забудешь о том, кто Ты Есть на самом деле. Туда где Люди играют в игры достигаторства, не слушая себя, и все больше делая акцент на внешнем мире. Они настолько далеко уйдут от Себя, что их надо будет Будить и возвращать к Себе.

Вон, видишь то созвездие, и указал рукой немного вправо, смотри там 10 звезд, и вот эта самая большая звезда, она выше чуть правее. Вот когда ты нарисуешь это созвездие, запомни вот тогда ты близка к цели.



Но будет момент проверки насколько ты готова, ты пройдешь определенные испытания. И эта большая звезда будет вести тебя, она будет с этого момента твоей путеводной звездой. Она не даст тебе свернуть не туда, она будет освещать твой путь в самые непонятные моменты. Она даст тебе внутреннюю уверенность, что ты идешь правильным путем, она включит в тебе доверие себе на всю мощь. И когда ты выйдешь в свою правду, свою истину, знание того, что это твое воплощение для служения людям, вот тогда начнут происходить чудеса и волшебство.



И видишь, еще чуть правее другое созвездие, в нем 9 звезд, вот когда ты его сотворишь, знай ты его активируешь нарисовав на листе бумаги, вот тогда все силы Вселенной, Космоса, Неба, Земли, Звезд, Стихий... все внутренние и внешние силы, какие только можно будут помогать тебе в этой задаче. Ты полностью



Пробудишься сама и будешь Будить людей, они будут сами к тебе идти. Мир уже не будет прежним, он будет просыпаться. И знай, что с этого момента никто не сможет подключаться к тебе и использовать силу и энергию данную тебе. Все старые, сознательные, подсознательные и бессознательные контракты, в том числе в других Галактиках, и на других планетах, других Вселенных. Все, где ты кому-то давала свою энергию и силу, или ее просто брали, подключаясь к тебе, в этот момент перестанут действовать, они обнулятся. Силы прошлых жизней к тебе вернуться. Только Ты можешь пользоваться этой силой. И только ты будешь знать слова, которые включают поток. Отныне Ты это Сила, а Сила это Ты.

- Я иду чтобы служить людям? – уточнила Мудрая Душа.

- Ты найдешь баланс между служением людям и собственному удовольствию, - с нежностью сказал Бог, улыбнувшись. Здесь важным моментом будет творчество. Ты будешь творческой личностью, и всегда, запомни всегда, будешь находить творческие способы решения всех задач.

Бог и Мудрая Душа так долго общались, что не заметили, как Небо стало светлеть, и сине-фиолетовые цвета бледнея перешли в ласково-пурпурные и местами розоватые. Рассветало. Звезды постепенно таяли в нежном сияющем Небе. Мудрая Душа еще раз посмотрела на оба созвездия, чтобы запомнить их лучше, пока они не исчезли, и отправилась в Путь, помня все наставления Бога....

А тем временем, в замечательном, тихом Подмосковном городке, родилась я (Юля). И все что написано в этом эссе касается лично меня (Юли).

Нейрографика в моей жизни

Я познакомилась с нейрографикой в январе 2019 года, сразу безумно ее полюбила. Я всегда была творческой личностью, и к этому моменту уже часто рисовала, в том числе на тетрадках и в блокнотах на переговорах. Мне не хватало нейрографике, потому что метод настолько прост, что его можно применять везде имея обычный лист бумаги и карандаш.

Как только познакомилась с методом начала сразу активно его практиковать. Я рисовала на всевозможные темы и задачи. Начиная от того, что ребенок ничего не ест, заканчивая реализованными сделками по недвижимости, я рисовала свое эмоциональное состояние, и оно менялось. Видя реальные результаты я все больше восхищалась методом и это мотивировало меня рисовать нейрографику все чаще.



Помню как сейчас, как проходила пользователя... сразу загорелась пойти на инструкторский курс, но тогда это не сложилось. И я всегда знала, что я его пройду.

В январе 2021 года время пришло, и я пошла учиться в Институт психологии и творчества, на инструкторский курс. Очень интересное было время. Состояние, в котором я заходила на курс оставляло желать лучшего. Я жила в нелюбимой стране, с нелюбимым мужчиной, я тогда только вышла из одного из бизнесов и не знала чем заняться. Я рисовала почти круглосуточно, я погрузилась в нейрографику целиком. Мне было больше ничего не интересно. Мое состояние менялось с каждым рисунком в лучшую сторону, мне становилось все легче и комфортней. Отношения с мужем налаживались, жизнь вокруг становилась ярче и насыщенной. И я все больше искала ответы на свои вопросы. У меня было гораздо больше ресурса. Чувствительность и чувственность зашкаливали. Я ее все больше прокачивала. Я начала чувствовать тело все лучше. Все больше я сталкивалась лицом к лицу с правдой о себе, она была некомфортной и даже местами жестокой.

Внешние события развивались все стремительней, я потихоньку начала выходить во внешний мир. Обзавелась друзьями по интересам. Я вошла в более глубокое созвучие со Вселенной, с Космосом. Я наблюдала эти изменения с каждым рисунком, я их отмечала все чаще.

У мужа появлялись дополнительные источники дохода. И что самое удивительное, мы переехали к океану, за абсолютно нереальные деньги.

В июле 2021 года я пошла на один из важных для меня курсов по генным ключам. С которого собственно и начались самые глубокие мои трансформации, потому что нейрографика сыграла в этом одну из «первых скрипок». Я от всего сердца благодарна Павлу Михайловичу Пискареву, Нейрографике за то, что происходило, происходит и будет происходить в моей жизни.

Нейрографика творит чудеса. Она возвращает к себе, к своему телу, своим чувствам, она позволяет реализовывать свои мои мечты, цели и желания. Она позволяет глубже соединиться со своими ощущениями. Хоть и пишут много где, что нейрографика это не волшебная таблетка, но я чуть уточню это выражение.

По моим ощущениям, это волшебная пилюля, но на пути к себе, к своей правде, к своей истине. Она включает внутри такие механизмы



чувствительности, что происходит более глубокое доверие себе, чувство себя, соединение с собой настоящей. Но для этого надо знать, что рисовать.

И я, благодаря, нейрографике в том числе, научилась более внимательно слушать себя, заходить в свою эмоциональную ясность, и из нее принимать какие либо для себя решения. Я научилась брать паузу в несдержанности, и приходить в спокойствие и расслабление, дожидаться эмоциональной ясности. Нейрографика мне помогла еще глубже прочувствовать, что нет правды в моменте. И я знаю, чувствую, ощущая и вижу свою правду, истину.

Я столько лет пыталась себя изменить, слушая многих учителей, виня себя внутри за определенные новые вещи, которые о себе узнавала, которые высвечивались в сознание, поднимаясь из бессознательного. Я поняла, и убеждена в одном - не надо себя менять, надо себя узнать, осознать свои механизмы работы, принять себя, для этого идеально подходит нейрографика, как инструмент, позволяющий проходить по этому прекрасному пути пробуждения более мягко и комфортно.

И я не устану ей «петь эти песни», потому что она действительно мне помогла, помогает и я знаю и уверена, что будет помогать в этом вопросе. Потому что тот квантовый переход, о котором все вокруг говорят, это то время когда люди «просыпаются» все активней и больше, они хотят узнать себя, свою истинную природу, какие они есть на самом деле. Я считаю, что самое большое достижение в жизни, это познакомиться с самой собой, настоящей.

Я знаю довольно большое количество людей, которые стремятся заработать как можно больше денег, выйти в новые бизнесы, вдохновиться достижениями других людей. Некоторые люди раскачивают себя в фантазиях и мечтах на все большие свершения, а внутри одиноки. И это такая игра. Своеобразный бег изнутри во внешнюю созданную иллюзию. Я счастлива, что нейрографика это потрясающий инструмент, который лично я, для себя и своей практике в работе с другими людьми буду использовать именно в этом концепте.

По-моим ощущениям, нейрографика это живое творчество, в самом прямом смысле этого слова. Она помогает не только творить внешнюю реальность, но и внутреннюю. Она является уникальным инструментом для Пробуждения. Она включила во мне еще больше потоковое мышление, оно всегда было, но нейрографика расширила этот поток, она сделала его



глубже, изящней, грациозней и она соединила меня с Космосом. С ритмами Вселенной. И я с удовольствием беру себе в работу этот инструмент.

Нейрографика помогла мне увидеть не настоящее, она включила во мне интуицию на большую мощность. Чувствование и ощущение в какой опыт мне не надо идти. Она помогла «снять лапшу с ушей» и в важных для меня вопросах двигаться туда, куда я хочу, и куда мне надо. И я очень благодарна за этот инструмент.

Это Эссе я хочу посвятить именно этой теме.

Нейрографика это потрясающий творческий инструмент для Пробуждения людей.

Танец Генных ключей и Нейрографики

Каждый человек рождается гением. Высшая цель в жизни состоит в том, чтобы разделить свою гениальность с миром. Не обязательно быть интеллектуалом, чтобы быть гением.

Гениальность - это проживание жизни без остатка, целиком, тотально, трансформируя собственные страхи. Понимая и чувствуя то, что хочешь истинно. Чтобы быть гением, нужно иметь мужество жить с открытым сердцем, проживая жизнь как глубочайший романс, принимая все свои теневые паттерны и трансформируя их в Дары. Я давно уже задумывалась над вопросом – а как я смотрю на Мир? И в разные моменты времени видела ответы. Зачастую люди смотрят на мир через других людей. Благодаря Нейрографике я начала смотреть на мир своими глазами. Генные ключи помогают «снять» обусловленность с другими людьми, с родителями, Родом и теми, кто оказывал влияние до этого.

Генные ключи - это процесс созревания, которое путем роста, зная, что семя уже внутри и оно ожидает всего этого процесса, проведет самый кратчайшим путем. И это очень красивая внутренняя трансформация, особенно если ее использовать с помощью классного работающего инструмента, такого как Нейрографика.

Генные ключи - это архетипы, которые находятся в бессознательном. Это живое энергетическое поле, которое существует внутри каждого человека, но не только человека, но и всей Планеты. Это дикая природная мудрость, она иногда сложна для обычного ума, и к ней надо быть готовым. И, что крайне важно, не существует техники использования ключей, ее необходимо придумать самой.



Мне она открылась только спустя несколько месяцев, я поняла как лучше и эффективней использовать эти знания.

Я всегда знала, что для того, чтобы научиться плавать хорошо, мастерски, «сначала надо утонуть и оттолкнуться от дна, только потом можно уверенно поплыть». Благодаря Нейрографике я нашла свой Путь, как наиболее удобно и комфортно сделать это путешествие красивым, уникальным и более мягким, не ныряя глубоко в Тени, хотя и это иногда надо. По мере моего погружения в Нейродизайн и Богобан, я увидела еще более интересные вещи.

И попрактиковав на себе и нескольких подругах я поняла, что эти 2 направления Института Психологии и Творчества я соединю в своей практике.

ДНК – это червоточина в Пространстве. Она содержит скрытый код, который при активации открывает сердцевину голографической Вселенной.

Страхи, которые имеет человек это наследие предков, передающееся в ДНК через родословные. Генные ключи четко и конкретно подсвечивают самые важные моменты, с которыми человек сюда пришел, и зная определенные нюансы, можно идти красивым Путем пробуждения. ДНК каждого человека ждет новых программ, новых реальностей.

На протяжении нескольких месяцев я рисовала генные ключи. Я нарисовала их в таком количестве, что они во мне включились так мощно, как я сама того не ожидала.

У каждого генного ключа есть свой спектр и он разделен на 3 диапазона частот. Тень, Дар и Сидхи. Это одна волна, на нижнем крае находится Тень, на верхнем Сидхи. Это как орел и решка. Люди, которые находятся уже какое-то время в «поиске себя» уже частично прожили Тени, они их видят и легко с помощью Нейрографики, и правильно подобранного алгоритма, эта трансформация происходит самым мягким, красивым способом.

Я проверила это на себе и нескольких людях. Благодаря Нейрографике я научилась читать карты генных ключей других людей. И по любой ситуации человека в жизни на текущий момент, я понимаю, про что конкретно идет речь, и открывая личный хологенетический профиль человека, я не только вижу через что и как он смотрит на мир, но и почему возникла текущая ситуация.



Нейрографика помогает проводить людей через эти ситуации быстрым путем.

Как показала моя практика, просто давая информацию человеку о причине данной ситуации, работает не так эффективно и проживание более растянуто во времени. Человек, если у него мало внутреннего ресурса, может «утонуть» в новой информации, и выбить на какое-то время из колеи.

Нейрографика помогает принять и трансформировать эту информацию, пройти через внутренние сопротивления.

Иногда те люди, кто идут путем «поиска себя» просто покупают курсы, тренинги всех подряд. Они не знают свои «больные места». Они ищут то, что им поможет.

И когда такой человек слышит «свои паттерны», и привычные манеры поведения, он «включается».

Приведу несколько примеров, одна моя подруга, постоянно психовала, ее очень легко вывести из себя, особенно когда что-то новое приходит в ее Поле. Я уже давно знала ее этот паттерн, и уже привыкла к нему, принимая ее такой, какая она есть. Предложив ей в один из моментов очередного психоза пойти в эту тему и исследовать ее, она согласилась.

Я знала где в ее карте этот ключ, я знала о чем он и куда ведет. В ее карте он был в эмоциональном интеллекте. Дав ей всю необходимую информацию о том, как это и когда формировалось, она начала психовать еще больше, но уже в Теле. Она чувствовала это и знала, что «мы поймали этого зверя за хвост». Мы сразу пошли рисовать Нейрографику, сделав АСО и пройдя по всем шагам алгоритма, она прожила полный спектр эмоций и чувств. К завершению рисования она получила удовольствие и была удивлена почему я не сделала с ней этого раньше. На этом в этот день, в данной теме мы расстались.

Общаясь в течение недели она благодарила за то, что когда «включается» психоз она его чувствует и видит, и уже может им управлять. Она уже вдохновилась этой темой, она кайфует от того, что это ее уже не пугает и не разоружает. Оно уже не забирает ее энергию. Она начала играть с этим, и четко отслеживать «психоз» в своей жизни. Я предложила ей глубже пойти в этот вопрос. После второго рисунка, она восхитилась еще больше, тем что произошло и происходит, а, кстати, Вдохновение является Даром этого Генного ключа, она попросила посмотреть еще одну «закрытую»



для нее тему. Там в Тени было Высокомерие, мы его конечно, тоже проработали.

Я уверена на 100% что Нейрографика шикарно выводит людей из разного рода тупиков, и я увидела как люди иногда не понимают и не могут конкретный тупик понять. Они не могут определить то, что они чувствуют, а давая им информацию о том, что это, почему это так, что с этим и как делать, это выводит людей на поверхность из внутреннего хаоса.

64 частоты Тени это состояние сознания, которые многие люди считают нормой, и они не могут его определить, они просто в нем живут. Диапазон Дара красиво можно раскрыть творческим путем.

В своей работе я используя знания не только по генным ключам. Еще есть несколько методик, которые мне помогают. Нейрографика является тем связующим звеном, которое помогает все эти личные трансформации пройти экологично, быстро, мягко и красиво.

Про себя могу сказать, что я нарисовала и погрузилась в большую часть ключей, проживая глубокие внутренние изменения. Но и имела опыт прохождения в группе нескольких последовательностей. Проживания, осознания и результаты восхищали не только меня. Я периодически получала в личных сообщениях вопросы о том, что я делаю дополнительно помимо проживаний от других участников групп.

Это классная парочка Генные ключи и Нейрографика, которые вместе работают просто потрясающе.

На протяжении Инструкторского курса я проживала все, что приходило. Я умирала и возрождалась вновь. Я перерождалась, осмысливала себя и пробовала на других людях как это работает. Я честно себе признавалась что и кто мне интересен, а в какую сторону мне даже не хочется смотреть. Благодаря Нейрографике я жива. Она мне помогла в один из самых сложных часов жизни. И я не побоюсь этого слова, я выжила благодаря ей. Она стала моим ресурсом, в те моменты когда мне не хотелось ничего. В те моменты, когда я не видела выхода, но я знала всегда, что он есть, просто я его тогда не видела.

И я благодарна всем силам Вселенной за этот уникальный инструмент, и в первую очередь Павла Пискарева. Я благодарна за этот уникальный 2021 год, который разделил мою жизнь на до и после. И теперь я точно знаю, что я Творческая Личность, и нарисовать можно все, что угодно.



Киселева Юлия. Пробуждение с помощью НейроГрафики.

И Нейрографика это уникальный инструмент будущего он позволяет гармонизировать жизнь и развивать личность, особенно когда знаешь о себе определенные, нужные и важные вещи. Она позволяет проходить путь личных трансформаций мягче, быстрее. Она делает жизнь внутри и вокруг красивой.

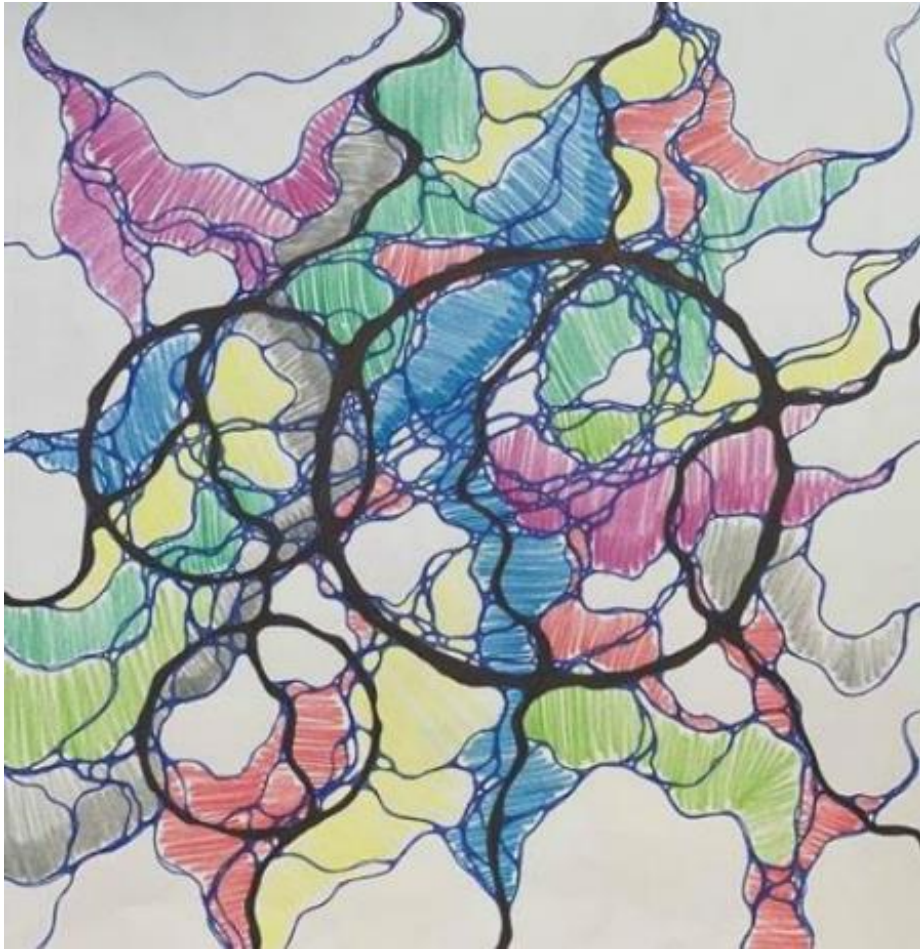
И я могу, хочу делиться знаниями, которые у меня есть. Я готова учить людей рисовать Нейрографику. И пробуждать людей, с помощью этого чудесного творческого метода, используя его как инструмент.

[Ссылка на дипломную работу Киселевой Юлии в авторском стиле.](#)

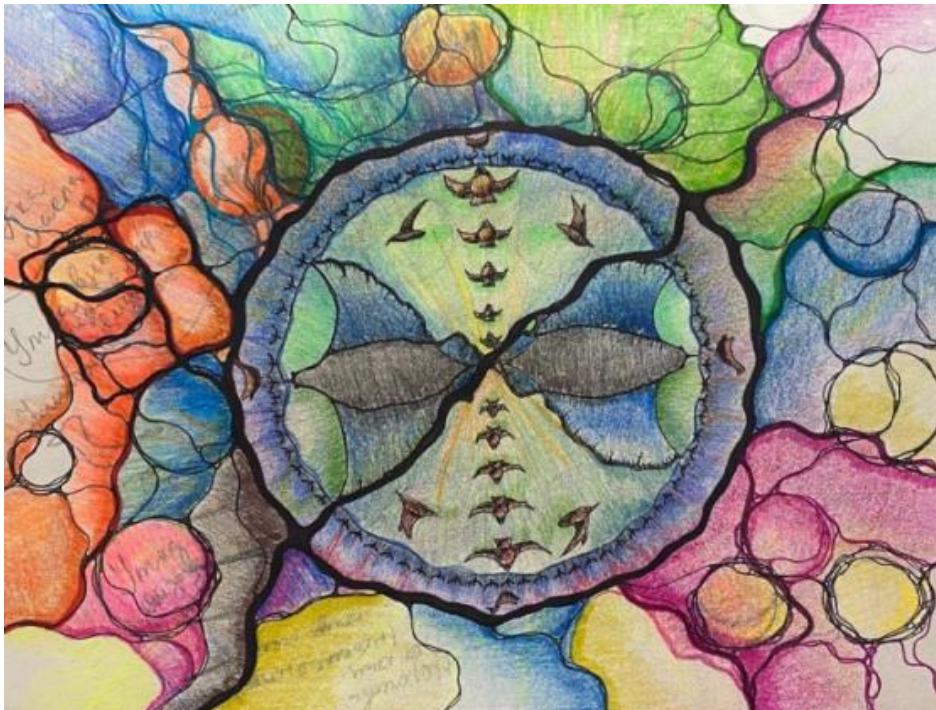


Работы

Тема: моя злость.



Тема: мандала пробуждения.





Автор:
Климкина Екатерина
Супервизор:
Романенко Анна

Тема:
Личный опыт развития в НейроГрафике.

Мой путь в Нейрографику начался два года назад. Тогда, я была в отчаяние. Работая со своим внутренним состоянием не один год с психологом и самостоятельно, на очередной консультации, я узнала, о тогда еще мифическом методе Нейрографика, и о его создателе Павле Пискареве. С тех пор моя жизнь перестала быть прежней.

Если честно, не сразу поняла и приняла этот метод. Но по необъяснимой для меня причине продолжала рисовать. Как будто невидимая сила звала меня за собой, и манила за новыми знаниями и тайнами в «волшебный» мир Нейрографики.

Как я уже упоминала, мое знакомство с Нейрографикой произошло в очень напряженном психологическом состоянии. Чтобы было понятнее, опишу события, предшествующие этому состоянию.

За год до знакомства с Нейрографикой мне исполнилось 39 лет, начинался классический кризис сорока лет. Я стала задумываться о смысле жизни, о том, как я бездарно прожила ее, о пользе которую я могла принести, но не принесла людям. В общем, классика жанра. Нельзя сказать, что я в жизни ничего не добилась, для справки, я действующий главный экономист, одного небезызвестного министерства, (в декрете), но все эти регалии не приносили мне удовлетворения. И в тот момент, когда я была на распутье, как мне прожить следующую половину своей жизни, Господь Бог преподнес мне бесценный подарок, я узнала, что беременна третьим ребенком. Ко мне пришло понимание, это мой шанс повернуть жизнь в другое русло, попробовать найти дело своей жизни, которое принесет удовлетворение.

Я поступила в университет на факультет «специальная психология» (дефектология), и погрузилась в мир изучения человеческой души. Конечно же, подспудно я стала работать со своим психологическим состоянием, и



вскрыла давно забытые душевные раны. В то время находилась, в статусе кормящей мамы новорожденного ребенка, в общем, была на грани нервного срыва.

Но как я уже писала выше, мой психолог посоветовал попробовать новый инструмент в психологии Нейрографика, и так как я доверяю своему специалисту безоговорочно, после консультации, не изучая о чем метод, и как он работает, поступила на курс пользователь. Не поняла его, но чувствовала какую-то невероятную тягу рисовать (рис. 1). И решив для себя, что хуже не будет, просто рисовала каждый день.



Рис.1 Мой самый первый рисунок АСО. Курс «Пользователь».

По мере рисования, я начала замечать, незначительные изменения своего состояния. С каждым рисунком психологическое состояние улучшалось, невроз постепенно отступал, до полного исцеления, еще было далеко, но ослабление внутреннего напряжения, дало мне сил понять, что мне необходимо научиться этому методу профессионально.

Я даже не подозревала, как изменится моя жизнь, в тот момент, когда поступала на курс инструктора Нейрографики. До того, как я приступила к обучению в «Институте психологии и творчества», вера в то, что я когда – то смогу заявить социуму о своем новом статусе психолога, была равна нулю.

Но изучая алгоритм за алгоритмом, рисуя рисунок за рисунком, моя вера в себя начинала расти. И уже в серьез я стала задумываться, о том, как заявить о себе. Я начала рисовать кейсы на темы: «Я успешный инструктор Нейрографики», « Я успешный психолог - дефектолог», «Мое стремительное развитие в профессии психолога-дефектолога, инструктора Нейрографики и эстетического коуча». В процессе рисования вышеперечисленных кейсов, вскрывались новые ограничивающие установки, мешающие моему развитию и движению вперед. В каждом кейсе, рисовала не менее пяти рисунков. Но самая большая и болезненная проблема заключалась в страхе говорить публично и так называемом синдроме самозванца. Не смотря на руководящую должность в прошлой профессии, и опыт публичных выступлений, это были выступления по заранее заготовленному тексту, который зачитывался по



бумаге. Я понимала, чтобы заявить о себе, как об инструкторе Нейрографики, мне необходимо уметь четко и грамотно говорить, доносить свою мысль до людей, объяснять и обучать алгоритмам, но у меня нет этого опыта, а есть дикий, вселенский страх, который сковывал все тело, когда мне необходимо было обо всем этом вещать «миру». С этим состоянием я работала с помощью АСО (алгоритма снятия ограничений) в течение двадцати одного дня (рис 2).



Рис. 2 Работа через АСО в 21 день

Подспудно проявились еще более глубокие переживания, пришло понимание, откуда корни этой проблемы. Каждый новый рисунок в этом двадцати однодневном марафоне, начинался с осознания, или инсайта предшествующей темы. И по окончании этого кейса, я заявила о себе, как об инструкторе Нейрографики, как о психологе. Провела свой первый мастер класс, начала активно вести социальные сети, появились первые клиенты. Я поверила в себя, поверила, что все возможно, что Нейрографика работает бережно, безопасно и очень быстро.

Несмотря на тот факт, что я практически достигла эмоционального равновесия, я продолжала рисовать Нейрографические алгоритмы на



волнующие меня темы. Со временем, начала проводить индивидуальные консультации. Появились первые результаты у моих клиентов. У меня же, начала появляться еще большая уверенность в своих силах, и в том, что Нейрографика работает.

Хочется поделиться некоторыми результатами из индивидуальной практики.

За консультацией обратилась молодая женщина, мама близнецов пяти лет, один из которых страдает расстройством аутистического спектра.

Женщина пришла в подавленном настроении, с просьбой помочь восстановить ресурсное состояние, так как уже на протяжении длительного времени не удается уснуть, в виду того, что ее «особый» ребенок страдает бессонницей. Обратившаяся молодая женщина отметила, что была у разных специалистов в городе сама и с ребенком, и никто ей помочь не смог. И по рекомендации своего психолога пришла ко мне за консультацией, с абсолютным убеждением в то, что рисование не может наладить сон ее ребенка, и вернуть ей радость жизни. Понимая всю серьезность ситуации, и ощущая полное недоверие клиента, я всё-таки решила попробовать поработать с состоянием женщины.

Первая встреча нашей консультации началась с работы над состоянием клиентки через алгоритм снятия ограничений.

1.0. Тема, с которой мы начали работу, звучала так: «Я наполняюсь жизненными силами и всеми необходимыми ресурсами восстановления жизненного тонуса». После определения темы, делаем упражнение на актуализацию нейронного контура, двадцать слов за две минуты.

Упражнение дается с трудом. Женщина испытывает сильное сопротивление, непонимание для чего это нужно, ступор в написание слов, сложно расслабиться и поточно написать слова, не может отпустить контроль. В итоге, семнадцать слов за три минуты. Слова мрачные, вызывающие тревогу, страх, раздражение.

2. Композиция. Продолжаем нашу сессию. Прошу клиентку закрыть глаза и направить внимание на негативные эмоции, отследить локацию этих эмоций и попытаться сконцентрировать их в единый энергетический сгусток.

Силой воображения поднять этот энергетический ком в район груди и через руку «выбросить» его на лист. Получив все инструкции, клиентка



долго концентрировалась и выполнила «выброс», сопровождая процесс очень сильным выдохом. Выброс получился размашистый, с множественным пересечением линий. Что касается рефлексии клиентки: поток слез, испытывает чувство страха, злости, усталости, тошноты. Уточняю, какие мысли приходят в голову? Ответ: «В голове хаос, четкой структуры мыслей нет».

3. Сопряжение. Начинаем третий этап алгоритма. Женщина округляет неохотно, пытается избежать округлений, выказывает свое раздражение, и желание порвать рисунок и уйти. Аккуратно, возвращаю ее в работу.

Продолжаем отслеживать внутренние состояния.

4. Интеграция.

4.1 Фигура и фон. Растворяет выброс в фоне при помощи нейрографических линий. Телесной рефлексии не чувствует. Что касается эмоций, испытывает раздражение и злость. Тошнота не проходит. Мысли остаются в хаотичном состоянии. Округляет. Постепенно начинает успокаиваться, проходит тошнота, раздражение и злость исчезают, на смену деструктивным эмоциям и чувствам появляются слезы. Клиентка не в состоянии их сдержать, хотя и сопротивляется им. Предлагаю не сдерживать слезы, а отпустить с их помощью, все накопившиеся негативные чувства и эмоции.

4.2. Архетипирование. Цвета берет интуитивно, преимущественно глубокие, насыщенные, яркие. Испытывает чувство удовлетворения, успокоения, расслабленности. Мысль: «Для обретения состояния равновесия, необходим сон. Очень нужен сон». Предлагаю нарисовать в качестве ресурса, здоровый сон сына и ее собственный сон. Рисует с доверием и трепетностью при помощи фигуры – круга. Сопрягает. Ощущает необъяснимое чувство наполненности.

5. Линии поля. Рисует три линии. Испытывает чувства благодарности и принятия ситуации. Недоверие сменяется сомнением. Еще нет полной уверенности, что метод работает, но и тотальное неверие уже отпустила.

6. Фигура фиксации. Круг – ресурс сон. Испытывает желание, чтобы время было потрачено, не зря, и все что она нарисовала, каким-то образом сработало, (рис. 3).



7. Тема 2.0. Делится своими ощущениями от проделанной работы: «В самом начале приходили в голову мысли, что это какая-то глупость. Как это может работать? В процессе ощущала раздражение, злость и глубокое недоверие. Но к концу рисования ощутила спокойствие и умиротворение.

Пришло осознание того, что с помощью рисунка я могу влиять на свое внутреннее состояние, могу гармонизировать свои эмоциональные импульсы. Не знаю, как сработают нарисованные ресурсы, но очень бы хотелось, чтобы все получилось. Очень необычные ощущения». На вопрос, придет ли еще раз на консультацию? Отвечает утвердительно.



Рис. 1 Алгоритм снятия ограничений.
Тема: «Я наполняюсь жизненными силами и всеми необходимыми ресурсами восстановления жизненного тонуса».

После проведенной сессии, уже в этот же вечер, примерно в двадцать два часа, женщина мне прислала голосовое сообщение в один из мессенджеров. Содержание примерно такое: «Я не знаю, как Вы это сделали, но мой сын, который уже на протяжении нескольких лет спит ночами лишь один – два часа, либо вовсе не спит, сейчас взял свое одеяло и лег сам спать!». Я попросила ее написать, как пройдет в целом ночь. Утром я получила трогательное сообщение о том, что ребенок проспал всю ночь, и женщина-мать, в свою очередь получила тот самый ресурс, который рисовала накануне, в своем рисунке.

Я посоветовала своей клиентке рисовать АСО каждый день, в течение некоторого времени. Она согласилась. В последующем, до сегодняшнего дня мы с ней провели еще множество индивидуальных и групповых встреч, работая с разными темами. На вопрос, как сон ее ребенка, она всегда отвечает: «Благодаря Нейрографике и Вам, он спит».

За четыре месяца работы, с вышеуказанной клиенткой, в ее жизни произошли колоссальные изменения: наладились отношения с мужем, появилось взаимопонимание с мамой, улучшилось ее общее состояние здоровья, получила повышение на работе, мужа так же, пригласили на вышестоящую должность, состояние их особого ребенка немного улучшилось (конечно, о полном выздоровлении никто не говорит, но изменения были отмечены нейропсихологом, дефектологом, и даже неврологом). И как вишенка на торте, из последних событий, женщина выиграла во всероссийской лотерее поездку в кругосветное путешествие!



Кстати, ее она тоже закладывала как ресурс на первой нашей консультации, рисуя алгоритм снятия ограничений.

На сегодняшний день, мое развитие в области психологии стремительно развивается. За шесть месяцев от начала своей практической деятельности с применением метода Нейрографика, я провела более 90 индивидуальных консультаций, 10 тематических групповых мастер классов.

Около трех месяцев назад, я организовала группу на постоянной основе, в которой мы работаем над внутренним состоянием женщин, в том числе при помощи метода Нейрографика.

Изначально в группе было семь человек. Встречи проходят один раз в неделю. Сегодня, уже три группы по пятнадцать человек. Программа работы с клиентами рассчитана на длительный период, таким образом, чтобы была возможность отследить изменения, происходящие с женщинами.

Еще важное событие, произошедшее в моей жизни за последнее время, это выигрыш в тендере на право аренды помещения на льготных условиях для малых и средних предпринимателей. Как известно, начинающему предпринимателю не просто арендовать собственное помещение, в виду еще не стабильного и невысокого дохода. В нашем регионе существует программа поддержки таких предпринимателей, и периодически разыгрываются тендеры на аренду помещений по льготной стоимости. В успех победы верилось с трудом, но обстоятельства сложились удивительным образом. На конкурс было подано более двадцати пяти заявок на каждый кабинет, в том числе, моя заявка. По опыту прошлой работы, знаю, что выиграть самозанятому проблематично, предпочтения отдаются организациям и индивидуальным предпринимателям. И какого же было мое удивление, когда на электронную почту пришло письмо, о том, что на один из кабинетов кроме меня, не подал заявку никто! Меня обуяли сомнения, решила встретиться с руководителем, возможно именно с этим кабинетом что-то не так. На встрече, управляющий помещения также выразил удивление, от сложившейся ситуации. И порекомендовал незамедлительно подписывать договор. Кабинет оказался идеальным для проведения моих встреч с клиентами. Бонусом к кабинету прилагается офисная мебель, компьютер, и все современные коммуникации, за очень приемлемую цену.

Отныне мои групповые и индивидуальные консультации проходят в прекрасном, уютном, современном помещении в центре города. Вот так, в очередной раз, с помощью Нейрографики я нарисовала для себя, желаемое событие, победу в конкурсе, отдельный кабинет (рис. 4)



Рис. 4 Моделирование ситуации на благополучный исход событий



Вижу, что доверие клиентов ко мне растет, они приводят и рекомендуют меня знакомым, родным, друзьям. В ближайшее время планирую осваивать интернет пространство и выходить на более широкую аудиторию. В планах повышать уровень компетенции и квалификацию в области психологии. Я поняла, дело всей моей жизни - работа с людьми, с применением помогающих практик, когда я это окончательно поняла и осознала, пришла информация о возможности поступить в аспирантуру в институте психологии и творчества. Я пошла на этот очень смелый для меня шаг. Четко осознаю всю ответственность принятого решения, понимаю, что будет не просто, совместить семью, маленького ребенка, подростка, развитие бизнеса и параллельное обучение в ВУЗе, но окунувшись в мир науки, по всей видимости, меня уже ничего не остановит.

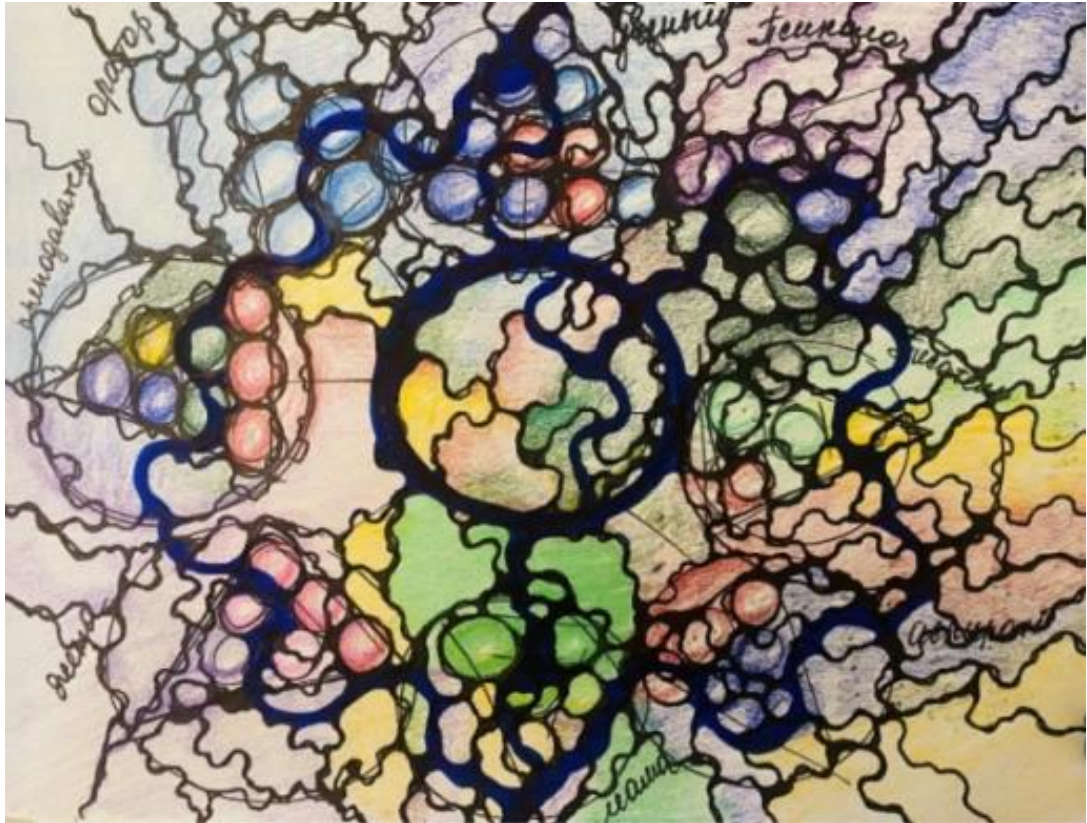
Вот так, всего за девять месяцев при помощи нейрографической линии, я пришла туда, где не ожидала себя увидеть, прошла путь от сомневающейся, неуверенной в себе женщины, до практикующего психолога, инструктора Нейрографики, эстетического коуча, и все это увенчалось поступлением в аспирантуру. Нейрографика - чудо преображения человека, при помощи листка бумаги и обычного маркера.

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



Работы

Тема: я – ученый.



Тема: определение своего внутреннего состояния.

