



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Shemyakina Larisa

Супервизор:

Трускова Ольга

Тема:

Нейрографика в моей жизни

Оглавление

Shemyakina Larisa	2
Нейрографика в моей жизни	2
Работы.....	11

Человек, который делает все, что ведет к счастью, зависящим от себя, а не от других людей, принял по-настоящему лучший план для счастливой жизни. Это человек умеренный, мужественный, мудрый.

Платон.

В первых строках эссе хочу выразить благодарность автору популярного психологического метода интегративного подхода психологии «Нейрографика» — Пискарёву Павлу Михайловичу.

Нейрографика является инструментом, который обладая высокой эффективностью, несет в себе достаточно большой потенциал развития и обладает преимуществами, такими как: доступность всем и каждому, отсутствие противопоказаний, возможность через созданные образы легче выразить переживания, обнаружить истинную причину тревоги и посмотреть на ситуацию по-другому. Вызывает только положительные эмоции, мобилизует творческий потенциал, внутренние механизмы саморегуляции, вызывает созидательные чувства, приводит к высвобождению эмоциональных импульсов. В процессе творчества происходит такое интеллектуальное явление, как инсайт.

Я благодарна всей команде Института психологии и творчества за бережное сопровождение в процессе обучения.

Благодарность куратору Трусковой Ольге за поддержку и помощь на протяжении всего курса обучения.

Благодарность супервизорам, за профессионализм и корректное отношение в период созревания при наработке навыков владения методом.

Хочу выразить признательность техподдержке за оперативное решение вопросов.

Благодарность вселенной за возможность прикоснуться и стать частью созидательного процесса творчества.



Нейрографика – психологический метод XXI века, который по праву претендует на то, чтобы называться мощнейшей в мире психотехнологией решения задач.

П.М. Пискарёв. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)

Хочу попробовать провести эссе-исследование процесса обучения опираясь на схему 8 пунктов базового алгоритма.

Перед началом глубоко и спокойно подышала.

1. Тема 1.0. Эссе к диплому Инструктор Нейрографики и эстетический коуч. Активация запроса, пишу за 2 минуты 20 слов:

Нейрографика, Пискарёв, алгоритмы, творчество, композиция, радость, диплом, почетно, автор, творец, удовольствие, интеграция, линия поля, поддержка Абсолюта, фигура фиксации, образ, стилизация, эстетика, красота, смыслы. Образ диплома, чувствую интерес, в голове гул, мысли о том, как все начиналось... Получив сертификат Пользователь, позвонила в институт узнать подробнее, что там дальше, было очень любопытно продолжение. Через неделю уже проходила курс Специалист и размышляла, где взять деньги на курс Инструктора. Позвонила еще раз и очень обрадовалась, что можно еще в этом году присоединиться, оформив внутреннюю рассрочку на два месяца. Был конец апреля, обучение стартовало в феврале. Слушала вебинары по два раза и наверстывала время. Все первые темы: «Погружение в Нейрографику», «Я и Нейрографика», «Я инструктор нейрографики». Только позже отследила, что тема «Я успешный и востребованный инструктор Нейрографики» появилась не сразу.

Смысл: развитие происходит в процессе движения.

2. Композиция. Итак, композиция – это размышления, сценарий моих переживаний.

Первой фигурой обозначаю круг – переживания что не успею сдать два реферата до каникул. Столкнулась с трудностью технического оформления и описания. Два треугольника – это оформление рефератов и описание супервизий. Квадрат – поддержка чата, куратора, супервизоров, вебинары по распаковке смыслов, демо-сессии, фестиваль в Москве. Следующие события обозначаю треугольником – это коуч алгоритмы, более сложные в понимании и описании. Далее круг – работа с холодными и теплыми клиентами, их откровения и инсайты подтверждали, что направление задано верно. Следующее событие – круг – приглашение провести мастер-классы на

семидневном выездном мероприятии группы в 18 человек, наблюдала, как люди увлечены процессом переживаний и откровений, записывались на индивидуальные сессии и до сих пор проводим встречи онлайн, продолжая рисовать кейсы на новые темы. Далее – продолжение процесса прохождения и обучения алгоритмов, увеличение потребности узнавать и впитывать больше информации через записи прошлых лет. Просыпаться в 6 часов утра, слушать вебинары и рисовать – стало частью моей жизни.

Изменились названия кейсов: «Я – магнит для vip-клиентов», «Мой финансовый рост», «Здоровье», «Моя счастливая жизнь», «Мои прошлые воплощения», «Движение по линии времени в будущее». Следующие за этим действия обозначу двумя треугольниками, это подбор и оформление диплома «Инструктор Нейрографики» и диплома «Эстетический коуч». Отметила, что нет четкой структуры хранения материала проделанных работ, что усложнило и замедлило процесс оформления.

Между тем обнаружила легкость отслеживания рефлексии по четырем точкам внимания и описание работ в необходимом кратком и в то же время содержательном формате. Образ открытой книги, чувствую интерес, напряжение в шее, мысли о проделанной глубокой работе. Смысл: движение привело к трансформации.

Одно из золотых правил НейроГрафики: сопряжение необходимо довести до конца в этот же день. Это важно!

Пискарёв П.М. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)

3. Сопряжение. 3.1. Округление. 3.2. Нейрографирование.

Процесс округления – это когда мы идем и вносим по росту выброса линий Нейролинию, более прямые линии принимают природные изгибы. Затем приступаем к уголкам, ведь любые две линии при пересечении образуют четыре угла, задача – сделать сопряжение, чтобы округлить их все. При этом важно прислушиваться к своим ощущениям, какие мысли, какие эмоции переживаются. Создается гармоничная, прочная связь между всеми элементами. Превращаем своими руками колючую картинку в гладкую. Для мозга это означает, что приложенные усилия произвели работу по изменению ситуации.

Все события моей жизни переплетались, иногда накладывались между собой, на этот случай АСО на формате А5. Были сопротивления, не нравились рисунки и вообще все это... Основная деятельность ушла на

второй план, вызывало удивление и уважение к участникам группы инструкторов, которые первыми молниеносно выполняли задания – глубокие, красивые. Хотелось тоже двигаться быстро, это стимулировало в продвижении на пути познания и выполнения.

Отметила, как стала кайфовать от своих работ, линии более бионичные, цвет подобран с глубоким смыслом, иногда несколько слоев и оттенков. Осознала, что финансовый рост происходит, события гармонично вплетаются в мою жизнь, не конфликтуют между собой. Жизнь сама регулировала своевременность и необходимость происходящего. Я на линиях поля плыву и слегка выравниваю нужное мне направление.

Больше стало сессий с клиентами онлайн, давая возможность использовать время, затрачиваемое на дорогу, направлять на обучение. Образ лодки на воде, зрение нечеткое, тепло в голове, мысли о красоте происходящих событий. Смысл: возможность регулирования процесса движения.

Есть некий контекст, в котором разворачивается тема – все то, что прямо или косвенно может оказать влияние на ожидаемый результат. Если мы противопоставляем себя окружению, то отсоединяемся от силы, которая нас окружает, и более того, еще много сил тратим на поддержание своей отчужденности. В Нейрографике фон – это внешний мир, а наш выброс – это мы сами. Наша задача – вписать себя в мир, растворить себя в нем. Для этого нужно дорисовать дополнительные линии так, чтобы наша фигура (выброс) растворилась, слилась с фоном. Это первая форма объединения.

Пискарёв П.М. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)

4. Интеграция. 4.1. Фигура и фон. 4.2. Архетипирование.

На этом этапе задача – вписать себя в мир, через линии поля проявляются новые люди, идеи взаимодействия. Сформировывалась новая нейронная связь выстраивания отношений и действий. Ускорение процесса проведения коуч-сессий на два часа и возможность проведения двух и более сессий в один день. При работе с клиентом увидела важность понимания, кто задаёт вопрос и ищет результат.

Опираясь на это, подбирать алгоритм, от простого к сложному по мере взросления. Это форма объединения в единую сеть моей жизни. Соппротивление, которое появлялось на этом этапе, выражалось в том, что я сознательно вела линию туда, где трудно, где чувствовала напряжение и

дискомфорт. В результате проявлялись необычные пути решения проблем и задач, которые казались трудными и невозможными.

Как пример, одна из клиенток предложила оплатить 50% моего обучения в обмен на коуч-сессии по всем алгоритмам. Конечно же, восторг и волшебство! Вношу цвета и объединяю события по оттенкам и направлениям. Новые встречи, форма коммуникации. Организовался новый график проживания жизни. Образ: несусь на катере на большой скорости. Жар по телу. Чувствую азарт и радость. Мысли о высоких оборотах жизни. Смысл: возможность быть одновременно на высоком и глубоком уровне.

Мы создаем новые, гармонично организованные нейронные связи относительно нашей темы и можем дорисовать сколько угодно фигур, имея возможность связать их в единую сеть. Это второй шаг, вторая форма объединения.

Пискарёв П.М. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)

Цвет объединяет пространство внутри фигуры, проходя поверх существующих линий. Так в процессе работы объединяются поля смыслов, нейронные сети, соединяются энергетические силы психической энергии. Следовательно, появляется потенциал для будущих решений. В архетипировании самое важное взаимодействие того, что разделено.

Пискарёв П.М. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)

5. Линия поля.

Линии поля – это сквозные линии проходящие через весь этап обучения. Линия поля моей жизни подхватило мою тему и усилило мое решение в пространстве. Здесь произошел переход на уровень духовной энергии, высших сил.

В это время рисую кейс «Мои финансы». Пример: я начала обучение в направлении криптовалюты, купила курс, прошла, понимая, как это сложно и непросто. В этот момент получаю предложение обмена знаниями, я провожу коуч-сессии, а меня сопровождает наставник по инвестициям в криптовалюту. Чтоб вы понимали, наставник оплатил за свое обучение 1000000 рублей, соответственно, глубочайший уровень знаний и понимания. Вот она, синхроничность: я подумала, и это произошло. Образ разряда молнии, чувство восторга и радости, в теле жар и четкое зрение. Мысли о волшебстве реальности. Смысл: создавать реальность возможно.

Линии поля – безусловные усилители. Самое сложное – рассказать о них. Это как рассказать о том, для описания чего нет слов. Если посмотреть на карту земли, то реки – это линии поля. Они такие большие, могучие.

Есть такой эффект – синхронизация, когда события начинают происходить словно сами собой. Линии поля, если их освоить, приводят ваше графическое решение к некоему мистическому эффекту, когда явления синхронизируются с реальностью и начинают работать самостоятельно.

Пискарёв П.М. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)

Многие люди не хотят фиксировать реальность. Потому что, когда появляется решение, кажется, что все другие версии жизни отпадают. Поэтому фиксацию нужно делать твердо и настойчиво – сделать так, чтобы решение (выбранная геометрическая форма) обязательно была.

Пискарёв П.М. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)

6. Фиксация.

Фиксация – это выделение самой значимой фигуры, это постановка точки в конце предложения, это принятие решения. Моей фигурой фиксации является круг, символизирует гармонию протекающих внутренних и внешних процессов. Пишу эссе по курсу Инструктор Нейрографики и сейчас для меня это важное событие, все внимание в этот момент. Образ диплома в руках. Чувство гордости и удовлетворения. Тепло в груди, мысли о глубине и важности проделанного пути. Смысл: переход на новый уровень, проживая жизнь с маркером в руках.

Стилизация – это новый пункт, который переводит метод от решения задач к искусству. Время остановиться, успокоить страсти, дать возможность результатам рисования догнать себя рефлексией. Стилизация – это способ завершить графическую часть. Почувствовать жизнь как искусство!

Пискарёв П.М. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)

7. Стилизация.

Стилизация – это завершение работы под свой эстетический принцип.

Как я могу вывести это понятие до абсолютной красоты? Как довести свою картину мира до состояния ВАУ? Делаю свой круг полыхающим солнцем, освещающим мой путь. Ответ есть. Поездка на Фестиваль

профессионалов в Ташкент. Даты обозначены, билеты куплены. Предвкушение праздника, встреча с родными по духу людьми, с которыми даже пока не знакома лично, ну и, конечно, с главным героем истории Павлом Михайловичем. Образ детского праздника, чувство благодарности и любви. Тепло в груди, мысли о благодарности жизни и всему происходящему в ней.

Смысл: реализация происходит.

Переосмысление темы. Подводим итоги работы. Вспомните звучание темы вначале. Что изменилось? Какие ощущения от задачи теперь? Обязательно зафиксируйте письменно свои осознания, все то, что всколыхнулось внутри, дайте выход словам и состоянию на лист. Можете отметить новые шаги, запланировать действия, которые вы совершите, или просто созерцайте свое детище, исследуйте и наслаждайтесь рождением чего-то нового.

Пискарёв П.М. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)

8. Тема 2.0. Завершение оформления диплома Эстетический коуч.

Что я думаю о своей задаче теперь? Думаю, что справилась с ней и могу переходить к следующей. За 2 минуты 20 слов: коуч, профессия, алгоритмы, движение, созидание, творчество, успех, продвижение, узнаваемость, благодарность, партнерство, дружба, курс Пользователь, красота, удовлетворение, возможность, путешествия, искренность, любовь, реализация.

В перспективах на будущее – организовать курс Пользователь и провести офлайн и онлайн. Обсудить с коллегами формы проведения мастер-классов по Нейрографике и Нейрозавтраков. Изучать и впитывать знания, навыки, опыт. Изучать продвижение в соцсетях и осуществлять его самой или делегировать полномочия единомышленникам. Создать свой уникальный продукт подачи в семинарах и мероприятиях.

Изучить возможность участия в дальнейших проектах Института психологии и творчества. Изучать предыдущие потоки, слушать, читать, смотреть новую информацию по теме Нейрографика. Наслаждаться жизнью, созидать, путешествовать, организовывать.

(Материалы из научной статьи Симонова П.А. «Применение Нейрографики как метода интегративной психологии в антикризисной работе»)

Новация подхода к решению задач, стоящих перед личностью, через активизацию творческого потенциала, несмотря на новизну и «молодость» метода, уже стала предметом ряда исследований, которые показали, что метод Нейрографика и, в частности, его составная часть – «алгоритм снятия ограничений (АСО) – является ресурсным инструментом для развития психического здоровья, позволяющим оптимизировать психические функции личности за счет развития творческого мышления, увеличения жизнестойкости и психологической уравновешенности.

Процессуальность метода «Нейрографика» через творческое проявление аспектов осознания позволяет рассматривать сознание в целостности как активное, открытое, саморазвивающееся неструктурированное пространство, способное наполнять реальность смыслом, отношением и переживанием и тем самым улучшать психические функции личности» [Пискарев, 2020, с.4].

Актуальность применения метода в различных областях помогающих практик, направленных на проработку личных (индивидуальных) задач их решение, в том числе и в антикризисной работе, объясняется необходимостью поиска новых решений с опорой на осознанные в процессе творческого взаимодействия ресурсные переживания личности. В этом ключе, упомянутые исследования показали, что применение метода нейрографики «приводит рисующих в состояние удовлетворения, вызывает чувство удовольствия собой, когда эмоции и ценности гармонизируются, когда эмоциональный ряд соответствует ценностным ожиданиям. Прохождение по АСО, через внимание к себе, через самонаблюдение, обретается другое видение ситуации – здесь происходит углубление в архетипы нашей психики, закладывающей мощную энергию выживания коллективного бессознательного.

Соприкосновение со своими архетипами, увеличивает количество сил, присутствующих в решении задачи. [Пискарев, 2020, с.4].

Подводя итог вышесказанному, мы можем смело предположить, что, являясь новым, совершенно обособленным методом, Нейрографика становится одним из популярных психологических инструментов интегративного подхода, позволяющим с помощью фигур, символов зайти в самую глубину человека – прикоснуться через уникальный опыт внутренних переживаний человека к духовному, и уже через духовное – силу Самости – решать мирские вопросы [Пискарев, 2020, с. 5].

Собирайте энергию, вкладывайте ее в композиции, округляйте, делайте

Shemyakina Larisa. Нейрографика в моей жизни.

так, чтобы силы, которые вы прикладываете к исполнению своей мечты, своих желаний и планов, приводили вас к желаемым результатам. Пусть эти желаемые результаты превосходят ваши ожидания. Во имя вас, ваших детей, ваших семей и всего нашего будущего!

Пискарёв П.М. (из книги «Алгоритм Снятия Ограничений»)



Благодарю за внимание! Все будет Нейро!

[Ссылка на дипломную работу Shemyakina Larisa в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Финансовый рост.



Тема: Я – успешный и востребованный инструктор Нейрографики.

