



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Surogina Elena

Супервизор:

Васина Екатерина

Тема:

Мой путь к Инструктору Нейрографики

Оглавление

Surogina Elena	2
Мой путь к Инструктору Нейрографики.....	2
Мой путь к Инструктору Нейрографики.....	2
Работы.....	11

Мой путь к Инструктору Нейрографики

Свой путь к Инструктору Нейрографики я начала в ноябре 2019 года. Узнала про новый метод «работы над собой» и сказала, что нет, даже не буду смотреть, потому что столько всего уже перепробовала, что сыта этим всем. Но я же такая, что мне все интересно, и я решила узнать побольше, что это все-таки такое – Нейрографика. Сначала это было просто рисование по видео в YouTube, просто нравилось и ничего больше. Я изучала этот метод для себя, для познания и для решения своих задач.

Потом метод меня заинтересовал, и чем больше я его изучала, тем сильнее становилось желание узнать и зайти глубже. Я купила курс «Пользователь» и погрузилась в мир Нейрографики. Писала конспекты по лекциям Павла Михайловича, исписывала тетради в 96 листов. Много нового и интересного было в его словах, хотелось все зафиксировать и отложить себе в сознание. Было непросто – много научного и мудрого, но я старалась, чтобы все знания зашли глубоко, воспринимала много новой информации, делала полезную работу. Когда получила свой первый сертификат «Пользователя», прыгала «до небес» от радости.



Стала очень часто применять знания для себя, рисовала алгоритм снятия ограничений, применяла его для проработки негативных убеждений, ограничений и страхов, также много прорабатывала моментов взаимоотношений с близкими и моего к ним отношения, было огромное количество сопротивлений, и были прекрасные инсайты. Я активно применяла полученные знания для себя, рисуя алгоритмы освобождения от ограничений. Этот алгоритм помог мне проработать убеждения и негативные ограничения, а также улучшить мои отношения с близкими.

Когда по полной отработала Пользователя, досконально изучила Алгоритм снятия ограничений и Алгоритм выявления намерений, поняла, что нужны еще инструменты для себя, для дальнейшего своего развития и для других, потому что близкие и знакомые стали интересоваться, чем я таким интересным занимаюсь, и что это у меня за такие необычные картинки. Так я приобрела курс «Специалист». И началась моя дальнейшая учеба по познанию Нейрографики. Сложно мне давались модели True и Score. Никак

не укладывались в голове, я потратила много времени и усилий на их освоение, трудно было мыслить на результат, на реальные задачи и понимать, что я хочу, что мне нужно и что происходит в моей жизни.

Получить аттестацию по курсу «Специалист» долго не могла, возникли трудности – во-первых, у меня не было клиентов, с кем можно было порисовать алгоритмы, а надо было проводить коучинг, во-вторых, мне страшно рисовать с другими людьми, одно дело я сама, а другое – люди, я очень боялась, не знала, как это делать, с чего начать, было такое ощущение, что я ничего не знаю, не умею, не понимаю, как вообще это проводить, что я могу им дать и т.д. и т.п. Очень сложно было собрать работы.

Тут Алгоритм снятия ограничений пришел мне на помощь, и пошла я с подругами рисовать. Одна у меня такая волшебная, ей все интересно. В процессе работы над темой: «Собственное жилье» у нее произошли огромные позитивные изменения в жизни. Рисовали мы очень долго, по 4 часа, да ещё и по два раза. Пока поболтаем, пообщаемся, попьем чай или кофе. С тех пор у нас остался такой ритуал, когда прихожу к ней, рисуем только после того, как попьем чай с медом, и все новые алгоритмы отрабатываю с ней, у нее очень хорошая рефлексия и полезная обратная связь.

Забегая вперед, хочу сказать, что, уже обучаясь на курсе Инструктор Нейрографики, я отрисовывала коуч-модели с моей Машей. Она всегда готова со мной рисовать по любому алгоритму, всегда меня ждет, потому что знает, что после Нейрографики у нее в жизни происходят позитивные изменения. Когда рисовали первую работу, и в ее практике, и в моей коучинговой практике, по алгоритму «НейроДрево», подняли много того, чего совсем не ожидали и, казалось бы, к теме не относилось – и взаимоотношения с бывшим мужем, и с родителями, и с родом, много было эмоций, слез, чувств, осознаний. Она так глубоко пошла в это, что буквально через несколько дней после того, как нарисовали первую работу, ей поступило предложение по аренде квартиры. Радости не было предела.

По завершению трех работ подруга решила свой вопрос, касающийся собственного жилья. Она переехала от мамы и брата с детьми, пока не в собственное жилье, но в отдельную квартиру и на очень выгодных условиях. Она очень счастлива. Теперь создает свое пространство так, как она сама этого хочет, занимается духовными практиками, живет своей жизнью, воспитывает своих детей и устраивает свою личную жизнь. Четвертая работа была уже на другую тему: «Быть самой собой». После принятого решения

жить отдельно от мамы, жить своей жизнью и строить жизнь по-своему, после проработки темы подруга почувствовала, что стала глубже понимать себя, появилась уверенность, смелость в проявлении себя, и она теперь всегда выбирает себя! Очень часто, когда мы рисуем с подругой, ее дети изъявляют желание порисовать, сын учится в пятом классе, дочка во втором. У них очень красиво получается, они с таким удовольствием рисуют линии, округляют, что сами в восторге от процесса, и я заметила, что после рисования они становятся спокойнее и общение с матерью у них происходит более конструктивно.

Другая подруга до знакомства с Нейрографикой была в минусе, ей хотелось найти себя, самореализоваться, начать действовать. Она мама троих сыновей, многие годы посвящала себя семье, мужу и воспитанию детей. Дети выросли, и ей нужно чем-то заниматься, а чем – не знает. После прорисовки пяти работ и проработки кейса «Раскрытие себя» у подруги начались позитивные изменения в жизни. В вопросе с жильем: муж начал строить дом, и у нее появилось новое творческое дело – обустраивать свой новый собственный дом, сначала создавать проект, потом придумывать дизайн, покупать материалы для отделки и выбирать мебель для внутреннего обустройства дома. Во взаимоотношениях с окружающим миром. В плане эмоций – отступили страхи, они мешали развиваться и двигаться вперед. Почувствовала это через тело, через экстрим. Стала кататься на коньках, даже записалась в секцию фигурного катания, кататься на ватрушках с горок, что раньше боялась делать. Появилась уверенность в себе, стало легче проявлять себя, заявлять о своих желаниях и нежеланиях тоже, стала говорить «нет» если не хочет или ей не нравится, а соглашаться только с тем, что ей действительно нужно и хочется. Подруге очень понравилась Нейрографика, и она сказала мне, чтобы я приглашала ее на мастер-классы и что готова дальше и глубже изучать этот волшебный метод!

После того, как получила сертификат по курсу «Специалист», я окрепла, мои знания утвердились и, что самое важное для меня, мои близкие стали просить меня порисовать с ними. У дочки в девятом классе были трудности с математикой, была спорная оценка между четверкой и пятеркой по алгебре и геометрии. Я предложила порисовать Алгоритм снятия ограничений. На маленьком квадратике она сделала выброс и округлила. Посмотрела в



школьный портал, стоит оценка пять по алгебре. Прошло несколько часов, оценки по геометрии нет. Я спросила, доделала ли она картиночку, она сказала, что нет. Я порекомендовала ей доделать, ведь картинка не доделана по всем пунктам базового алгоритма. Как только все было сделано, в школьном портале стояла вторая пятерка. Она до сих не понимает, как это возможно, но убедилась, что Нейрографика работает! А я пишу эти строки, и у меня на глазах слезы. Я очень часто рассказываю этот случай, когда меня спрашивают про Нейрографику. А дочка теперь часто со мной бывает на мероприятиях Института психологии творчества.

Потом был случай с мужем, он упал на катке, был сильный вывих плечевого сустава. И он попросил меня порисовать с ним Нейрографику. И самый сильный инсайт, который он получил во время работы (мы рисовали Алгоритм снятия ограничений), что примерно в этом же возрасте его мама тоже сломала руку, и это впечатление сильно отпечаталось в его сознании, он все время боялся этого, но забыл, а вот благодаря работе вспомнил, проработал и освободился, сустав достаточно быстро восстановился и не пришлось делать операцию.

Хотела пойти на курс Инструктора Нейрографики в 2021 году, но не было финансов, чтобы оплатить обучение. Поставила себе задачу за год заработать необходимую сумму для обучения на курсе. Несмотря ни на что я всегда помнила о Нейрографике. Не поступив на курс Инструктора в 2021 году, я верила, что у меня обязательно получится в нужное время.

Продолжая свой путь в Нейрографике, я посещала онлайн-конференции, на которых с интересом рисовала и вела конспекты. Как же мне нравились все алгоритмы! Для меня они казались верхом мастерства и совершенства. Мне было ооочень интересно! Я отрисовывала все! Я прорисовывала каждый алгоритм, записывала все шаги, последовательность, нюансы и восхищалась профессионализмом, смелостью, проявленностью каждого Инструктора Нейрографики!

Потом были Детские каникулы по Нейрографике. Так как я Монтессори-педагог и педагог-психолог, я с удовольствием и для профессионального развития рисовала каждый вебинар онлайн вместе с детками. Потом в работе мне эти знания оченьгодились. В работе с детьми я часто применяла рисование на песке кружочков. Давала задание – рисовать круги, какие хотят, где хотят и разного размера. У многих детей это вызывало ступор, потому что привыкли повторять, делать то, что им говорят, а творческий подход для них непонятен. Еще я замечала, если дети приходили на занятия в возбужденном состоянии, то после прорисовки кругов и волнистых линий

они приходили в нормальное состояние, и можно было спокойно работать. Был такой интересный случай, когда девочка шести лет не хотела заниматься, мама на нее стала ругаться, я попросила маму выйти, а девочку попросила порисовать кружочки. Она очень удивилась, что можно вот так просто, как она хочет, порисовать, и из состояния протеста она пришла в адекватное состояние, и мы спокойно продолжили занятие. Я видела отличные результаты у детей, когда применяла принципы Нейрографики в работе с детками, и видела, как меняется их состояние, когда они прикасались своими детскими ручками к кругам и линиям.

К курсу Инструктора Нейрографики я шла постепенно. Проходила каждый алгоритм Нейрографики по отдельности. Так здорово было прикоснуться к Инструкторскому курсу и быть в нейрографическом пространстве. С каждым новым вебинаром я узнавала что-то новое, все работы, нарисованные Павлом Михайлович фотографировала с компьютера, потом всё распечатывала – они для меня были образцом для моих собственных работ. Все эти материалы хранятся в папках вместе с моими работами и описанием рефлексии по четырем точкам внимания. Участие в конференциях Института психологии творчества также помогло мне проработать каждый алгоритм более глубоко.



У меня был свой детский Монтессори-центр и много Монтессори-материала для работы в Монтессори-группе. После пандемии я закрыла свой детский центр и продала весь материал. Этой суммы хватило, чтобы оплатить курс Инструктора Нейрографики.

И вот я поступила на курс Инструктора Нейрографики 2022! УРА!!!

Но! Обстоятельства сложились совсем по-другому. И хотя я должна была учиться на седьмом потоке в 2022 году, обстоятельства сложились так, что я не смогла приступить к обучению, и возникла мысль забрать деньги. Однако, мне сказали, что деньги не возвращаются, и предложили единственный вариант – продолжить обучение с восьмым потоком Инструктора Нейрографики 2023. Я согласилась и не пожалела ни на секунду, ни дня, ни разу. Хотя мое обучение отложилось на год, я считаю, что это было необходимо, так, видимо, должно было быть и всему свое время. За все это время я стала более хорошим специалистом и

Мне стали очень интересны коуч-сессии, и чем больше я их провожу, тем больше опыта и навыков я приобретаю. Мне нравится наблюдать за тем, как меняется состояние человека от начала коуч-сессии до ее завершения, как он видит и чувствует свои собственные изменения, как принимает решения действовать и двигаться по направлению к решению своих задач, как в процессе раскрывается его сердце, как он становится гармоничнее и счастливее. Это классно и здорово. И это наполняет меня и вдохновляет на дальнейшую практику.

Первое задание от Павла Михайловича, которое я выполнила на Инструкторском курсе, было сделать выброс по количеству лет на формате А2. Эта работа потребовала от меня большой выносливости. Я округляла выброс четыре часа, а потом еще четыре часа работала по базовому алгоритму. Это была самая мощная, самая сильная работа за все время знакомства с Нейрографией.

46 секунд выброса, маркер сломался почти сразу на второй секунде. Выброс получился почти на весь лист. Ощущения были такие, как будто я выгрузила всю свою жизнь на лист, испытала облегчение, освобождение. Во время сопряжения сначала было спокойно, я пребывала в медитативном состоянии и все время наворачивались слезы. Вспоминалась вся жизнь, детство, родители, бабушки, дедушки, где мы жили, что делали, слезы катились из глаз. Я всех прощала, благодарила, отпускала обиды, претензии, непонимания. Больно сдавило в груди. Подышала. Вижу своих родителей молодыми и счастливыми. Когда добавляла линии в фон, я как будто всю свою жизнь соединяла с окружающим миром, с пространством, и ощущала себя частью чего-то большого и могущественного. Образ меня – это Солнце желтого цвета – сияю, проявляюсь и это Я!

Потоки цветов, движение, яркость, проявление, красота, открытость, разрешение себе быть собой – естественной, радостной, настоящей и счастливой! Линии поля рисую как волны на море, которое я обожаю. Три мало, хочу еще, добавляю, наполняюсь. Наполняю свое Солнце энергией Космоса, Вселенной, Мироздания. Чувствую поддержку, заботу, движение, и что все идет как надо, как должно быть самым наилучшим и благоприятным образом. Многие по жизни называют меня Солнцем. Вот я и решила нарисовать Солнце. Яркое, светящее, любящее, теплое и нежное. Я почувствовала его внутри, в глубине, в своей сути. Когда посмотрела на свою работу, то увидела вокруг Солнца круги, очень захотелось их обозначить. Я увидела в них ресурсы для жизни, и подумала, что в

определенные периоды жизни были моменты и ситуации, которые учили меня, а теперь они проявились кругами на моей работе, и я их сгармонизировала, и гармонично вписала в свою жизнь, и они стали для меня ресурсами в жизни – это мой опыт, знания, осознания и выборы. Теперь можно сиять, светить, созидать, сотворять, сонастраиваться, После завершения работы у меня было такое ощущение, что отремонтировала свои 46 лет, свою жизнь. Сделала капитальный ремонт, выкинула ненужное, старье, то, что уже отжило, мешало и тянуло назад, поменяла то, что сломалось, добавила новое, то, что необходимо. Погладила, наполнила, напитала энергией, сгармонизировала, полюбила, отпустила и пошла в новую жизнь Солнцем – ясной, чистой, светлой, радостной и счастливой.



Еще одна из важных и сильных работ на Инструкторском курсе для меня – это Мандала Рода. Когда рисовала Мандалу Рода, вспоминала своих близких, видела образ дерева – дерева Рода, слезы лились из глаз. По каждому уровню Мандалы восстанавливала всю родовую систему до седьмого поколения с благодарностью моему Роду за дар жизни. Во время работы присутствовала тяжесть внутри от такого огромного количества родственников, я принимала их, это же все мои предки. Внутри чувствовала расширение, от фигуры к фигуре, мощь своей родовой системы. Восстанавливая энергетическую связь с моим Родом, я передавала энергию себе. Я осознала, что мне от предков поступает энергия по всем семи уровням Мандалы, я выстраивала и выстраивала связи, много слез, ком подступал к горлу, чувствовала боль внутри, сама проживала эту боль предков, гармонизировала ее, чтобы не передать эту боль потомкам. Великие мои предки, славные родители! Я ими горжусь! У каждого поколения проявлялся свой смысл при архетипировании каждого уровня, осознавала, что он даёт много сил и энергии для восстановления родовой системы. Линиями поля продолжала восстанавливать систему, восстанавливать порядок, собирать энергии от седьмого уровня к себе, от себя и дальше в поле, наводила порядок, налаживала контакт. После фиксации всей родовой системы я чувствовала физическую силу и здоровье, наполнение всеми качествами. После такой глубокой работы я почувствовала любовь к моей родовой системе, почувствовала потоки энергии от корней до самого неба. Увидела дерево – большой дуб, с сильными, мощными корнями, на которых

глубоко и прочно стоит это могущественное дерево, с сильным, мощным стволом и с красивыми, пышными ветвями. Я люблю и принимаю весь мой род! Всех и каждого моего предка. Все, что было в моем роду, и хорошее, и плохое, все передалось мне, а я все сгармонизировала, сбалансировала, отпустила, приняла и иду дальше с благодарностью и любовью ко всем моим предкам!

Впервые на очном мероприятии Института психологии творчества, я побывала летом 2023 года на НейроФестивале в Москве. Я окунулась в невероятную атмосферу творчества и позитива, красоты и огромного количества нейролиний, пространств любви и счастья. Мы рисовали на больших форматах, это новый опыт для меня, когда работаешь в команде и твои линии пересекаются с линиями других людей, и происходит какая-то магия в переплетении этих линий. Также мы рисовали на футболках, желая друг другу то, что каждый хотел. Эту футболку я потом дорисовала дома, она получилась бомбическая! Все коуч-сессии, которые проходят онлайн, я провожу в ней и пишу диплом тоже в ней. Она наполняет меня, вдохновляет, заряжает, придает силы и уверенности, в общем, все то, что мне пожелали и нарисовали. Мы обнимались с моими любимыми инструкторами, с однокурсниками, мы общались, делились своим теплом и улыбками. Я впервые вживую увидела автора метода Нейрографика Павла Михайловича Пискарёва. Это невероятное ощущение и незабываемые эмоции.

А потом был интенсив в северной столице – в Санкт-Петербурге. Я мечтала об этом четыре года, много о нем слышала и всегда точно знала, что обязательно буду там, где бы он ни проходил. Мы целую неделю рисовали, учились, получали новые профессиональные знания. Я наполнилась позитивом, вдохновением, впечатлениями, опытом, новыми навыками, новыми инструментами, и все это я взяла в свою практику. А еще, это одна из моих побед, на интенсиве я проявилась перед большой аудиторией. Я очень люблю танцевать и занимаюсь Зумбой. Мне так захотелось со всеми потанцевать, я долго ходила и думала, сделать, не сделать, а потом взяла микрофон и всех пригласила потанцевать. И мы станцевали два танца. У



Surogina Elena. Мой путь к Инструктору Нейрографики.

меня во рту все пересохло, я вся тряслась от возбуждения и страха, но я это сделала, и я сама для себя Герой!

Прорабатывая свои кейсы на пути к Инструктору Нейрографики, я столкнулась со многими внутренними ограничениями, убеждениями, страхами, сомнениями, сопротивлениями, которые касались не только как быть Инструктором Нейрографики и иметь собственную практику, но и многих аспектов моей жизни и личностного роста.

Прошло четыре года с момента моего первого знакомства с Нейрографикой. Это было нелегкое время для меня. Некоторые цели и задачи отпали, стали неактуальны, а вот Нейрографика навсегда поселилась в моей жизни.

Я верю, что с Нейрографикой все возможно!!! И я сделаю все, что от меня зависит, чтобы быть достойным Инструктором Нейрографики!



Нейрографика – территория любви! Все будет нейро!

[Ссылка на дипломную работу Surogina Elena в авторском стиле](#)

Работы

Тема: МЯ и мои проекты.



Тема: Моя личная сила.

