



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Абакумова Татьяна

Супервизор:

Бойко Галина

Тема:

Путь инструктора. Моя история

Оглавление

Абакумова Татьяна	2
Путь инструктора. Моя история.....	2
Работы.....	11

«Не бойся отправляться в путь, бойся оставаться на месте».

Моя история началась в 2018 году. Тогда я впервые обратила внимание на яркие картинки на компьютере. Любопытство пересилило раздражение, решила посмотреть. И... случилась любовь с первого взгляда! С тех пор я не расстаюсь с нейрографикой.

А до этого была длинная жизнь, Север, профессия педагога, 15 лет в страховании жизни, парфюмерный бизнес и развитие в сетевых компаниях. Приличный багаж. Как свободолюбивый человек, выйдя на пенсию, решила найти профессию по душе. Конфуций говорил: «Выберите себе работу по душе. И Вам не придется работать ни одного дня в своей жизни». Именно это меня устраивало. Ведь я люблю психологию с юности. Всегда помогала людям. Поступила в «Академию заработка 50+». Так вошёл в мою жизнь коучинг. И на этом пути произошла встреча коучинга и нейрографики. Синергия этих двух наук даёт ошеломительные результаты для любого человека. А пока нужно было набираться знаний в обеих этих областях.

Путь к инструктору проявился не сразу. Полгода я самостоятельно училась рисовать нейрографику. Такими были мои самые первые рисунки.



Просмотрела всё, что было в этой теме на тот момент. Рисовала на открытых занятиях, шла на вебинары. Смотрела и наблюдала. Как правильно вести нейролинию, как аккуратно скруглять, не оставляя хвостов, как грамотно и красиво вносить цвет. Про глубокий смысл я уже понимала, но до настоящей глубины было ещё далеко. Так я освоила технику. Только после этого пошла в обучение.

Сначала это был курс «Пользователь» с Ольгой Линявской (2019 г.). Рисовала много, с удовольствием. Рассказывала и показывала родным и знакомым свои рисунки. Как понимала, объясняла про смысл нейрографики, заражая интересом и их. Росло мастерство и понимание. Рисунки стали красивее, интереснее и результативнее.



Случилось так, что попала в больницу с травмой ноги. Предстоит операция, а с наркозом проблема, давление не позволяет делать операцию. Стала рисовать молитвы. Соседки заглядывали через плечо с большим

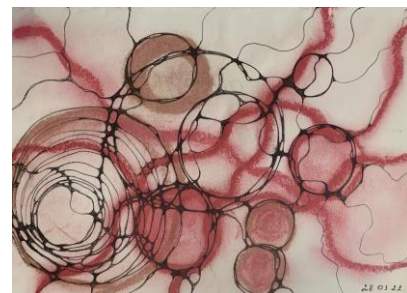
интересом. Через несколько дней всё произошло. Операция прошла успешно.

– Что за волшебные рисунки? Научи! – просили соседки.

Понимаю, что надо идти учиться дальше, чтобы иметь возможность помогать людям. Осваиваю курс «Специалист» (апрель 2021 г.) со Светланой Сафоновой и Мариной Ворошиловой. Дальше иду на курс Людмилы Коструб «Все алгоритмы нейрографики» (декабрь 2021 г.). В это же время изучаю коучинг в «Академии заработка 50+».

Как-то пришло в голову применить нейрографику на вебинаре. Вебинар был посвящен теме «Ограничивающие убеждения». Получилось интересно, необычно и результативно для всех участников. Это вдохновило меня. Стала рассматривать нейрографику более широко. Пришла мысль, может, стоит рассмотреть её как свою новую профессию?

На дворе 2021 год. Разгар пандемии коронавируса. Лежу в больнице, тяжело болею. Застопорилась вся учёба в Академии и на курсе. Но... Нейрографа не остановить! Вскоре все соседки по палате растворяли вирус в своих рисунках. А любимый доктор начинал обход с вопроса:



– Как наше искусство? С чем сегодня работаем?

Не было карандашей, в ход пошла губная помада.

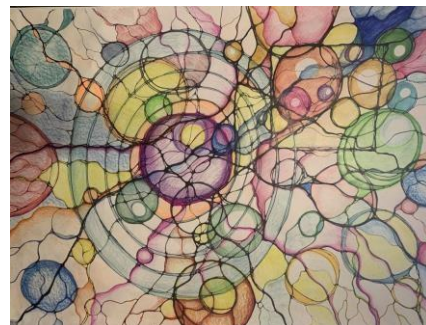
Так прошёл месяц. Болезнь отступила, а я нет. Продолжила учёбу. Успешно закончила оба курса. Стала коучем и специалистом нейрографики. Стоит сказать, что большую долю своего времени уделяла работе коучем. Знания нейрографики использовала чаще для решения своих задач и проведения групповых мастер-классов.

Одним из ярких примеров применения нейрографики в своей жизни является работа с кейсом «Дом». Шла работа по оформлению дома в собственность. Наш дом стоял после пожара 20 лет. Не было документов, не оформлена земля. Шаг за шагом, рисунок за рисунком, дело продвигалось вперёд. Наконец, я получила все необходимые документы. Счастлива была вся семья. Возможно, рисунки были не идеальны. Но они давали веру. В себя, в людей, в нейрографику.



Теперь наш дом, наше родовое гнездо, оформлен по всем правилам и ждёт момента реконструкции. Средств требуется много, но есть нейрографика, и я рисую.

Продолжаю заниматься любимым делом, проводить коуч-сессии. В предложении своих услуг стала указывать, что помогу решить жизненные ситуации, используя элементы нейрографики. Где-то в глубине души чувствовала, что нейрографика – это тоже коучинг, только через рисование. Задумывалась об инструкторском курсе.



Считала, что полученных знаний уже недостаточно. Стала рисовать, даже не особо веря. Взяла большой формат, на весь флипчарт. 21 день на нём рисовала своё обучение.

И вот однажды... Вижу рекламу института с приглашением пойти учиться на курс

«Инструктор нейрографики. Эстетический коуч». Взрыв в моей голове случился! Почему я ещё не там? И где взять деньги на оплату курса? В том, что это моё, не сомневалась ни минуты. Как здорово всё сошлось! Нейрографика и коучинг, два в одном! Стоило ради этого несколько лет учиться рисовать нейрографику. Технически я уже была готова. О продолжении обучаться коучингу только мечтала.

Генри Форд сказал: «Я этого хочу, значит, это будет!». Что делать? Начала собирать деньги всеми возможными способами. Самым удивительным в этой истории был такой случай. Вижу рекламу интенсива «Судьба инструктора». Объявлен главный приз – 50.000 нейро, которые можно использовать для оплаты обучения. Только дохожу до последнего слова, то говорю себе вслух: «Так, 50.000 у меня уже есть». 26 декабря 2022 года среди победителей первой вижу свою фамилию. Да ещё победа в одной из номинаций ещё на 4.000 нейро. Вскоре оплачиваю курс и приступаю к обучению с 14 марта 2023 года.

Путь непростой, если отнестись к курсу с полной ответственностью. Еженедельные домашние задания, рисунки, тесты, описания, рефераты, дополнительные обязательные курсы. Участие в марафонах, интенсивах, открытых уроках. Работа с клиентами и самокоучинг. Всё это требует немало физических, душевных сил, энергии. Но тем ценнее результат.

«Не говори людям о своих планах, просто удивляй их своими результатами», – сказал какой-то умный человек.

Началось моё восхождение в профессию с освоения курсов «Пользователь» и «Специалист». Это были новые знания по алгоритмам нейрографики и новый подход к их пониманию, раскрытию. Ведь по окончании инструкторского курса я буду вправе обучать людей методу. Когда выполняла работы по каждому алгоритму, старалась увидеть, понять, как я буду рассказывать о нём другим людям. Закреплять материал помогали встречи и мастер-классы, которые я проводила.

Обязательным дополнительным курсом является курс «Дневник развития. Пользователь». Суть его в том, что 21 день человек рисует в формате самокоучинга. Это уже вхождение в курс «Эстетический коуч». Очень глубокая работа с собой. Проработка тем, состояний. Самая частая тема – успешное прохождение инструкторского курса и дальнейшие перспективы в профессии. Кто-то понимает в результате, что ошибся в выборе. Ну что ж, бывает! Я же только укрепилась в своём выборе.

Этот курс меня поглотил целиком и надолго. Во время работы развивались навыки самокоучинга. Человек учится слышать и понимать себя, своё тело, замечать свои эмоции, ощущения и разбираться в смыслах и образах. Ежедневное рисование тренирует навык работы с алгоритмом, дисциплинирует человека, вырабатывается привычка доводить начатое до конца. Замечательная практика! По окончании студент получает сертификат о прохождении курса.

Ещё одним обязательным учебным материалом является прохождение курса «Нейро Рескью». Простыми словами – специальный курс Спасатель. Мы живём среди людей, случиться может всякое. Изучение курса помогает нам правильно взглянуть



на ситуацию, оказать первую помощь, оградить пострадавшего от излишней суеты и вредных действий в отношении него. По окончании курса студент получает сертификат о прохождении и пластиковую карту спасателя, которую можно предъявить при необходимости.

Интересный, во всех смыслах полезный курс. Так, шаг за шагом, проходило обучение на курсе. Всё сложнее и интереснее алгоритмы и модули. Я даже не заметила, как мы перешли в курс «Эстетический коуч». Мои знания в теме коучинга значительно расширились. Выстроилась чёткая система проведения коуч-сессии. Преподаватели института разработали

Таблицу компетенций, которая, как дорожная карта, ведёт коуча по алгоритму проведения сессии. Пришлось приложить усилия, чтобы освоить таблицу и научиться понимать и применять её. Но теперь это классный инструмент в руках коуча.

Каждое занятие, демо-сессии, распаковка материалов, домашние задания – бесценный материал для изучения. Кроме того, он остаётся в пользовании инструктора. Всегда есть возможность вернуться к материалам и повторить, просмотреть заново. Также предоставляются записи вебинаров прошлых лет по всем алгоритмам, что тоже ценно. Ведь нейрографика и коучинг не стоят на месте. Появляются новые знания, приёмы в этих областях. Работы, которые мы выполняем на курсе, проходят супервизии. Это обратная связь от профессионалов института, которая помогает студентам корректировать свои навыки, знания. Интересно наблюдать за успехами других студентов, своих коллег. В общем чате можно задать вопрос куратору или коллеге. Можно обменяться мнениями и пошутить, как всегда случается среди студентов.

Моими успехами стали гордиться дочери. Это было очень показательно для меня. Ведь не секрет, что близкие не поддерживают наши занятия, увлечения. Считают это вздором, временным интересом или, что ещё хуже, ссылаются на возраст. Дескать, «зачем тебе в таком возрасте!» Мне повезло, мои дети меня поддерживают всегда. Одна из дочерей, которой интересна психология, задала мне интересный вопрос: «Откуда ты берёшь вопросы, когда ведёшь коуч-сессию?» Я просто ответила ей: «Из ответов клиентов». И тут я поняла, что дочь учится у меня. Это меня вдохновило!

Всё больше и больше я погружалась в коучинговые модели и принципиальные алгоритмы. Интересным было открытие, что стало меняться моё окружение. Появлялись новые люди, с которыми можно было обсуждать многие философские вещи, а не только проблемы в быту или взаимоотношения. Хотя чаще всего именно эти темы приводили людей на коучинг. Если меняется окружение, значит, в первую очередь, изменилась я сама. И я с этим утверждением соглашусь.

В каждой работе о себе мы, как архитекторы, проектируем своё будущее. Или будущее клиента, когда работаем с ним. И это состояние не является плодом каких-то безумных фантазий. Это больше перспективное планирование. И только в позитивном настрое. Рисунок за рисунком мы приучаем свой мозг к тому, что лучшее – это вот так. Находим мотивацию к этому решению, результату. И в действительности сдвигается реальность. В этот миг мы уже находимся в новой реальности.

Воронка расширения сознания и изменений в действительности, так бы я охарактеризовала этот процесс. Помогают в расширении полученные в результате работы с рисунком инсайты, озарения, открытия и признания.

Я научилась правильно, грамотно, спокойно проводить коуч-сессии, подбирать коучинговые модели под определённый запрос клиента. Меня всегда вдохновляет сам процесс коучинга. От появления клиента, выяснения запроса до конечного полученного ожидаемого результата. Практически всегда люди благодарны за то, что полученный результат превосходит их ожидания. И это очень ценно для них. Они доверяют тебе и возвращаются, как клиенты, при необходимости. В случае, когда в ходе сессии человек получает инсайт, ты вместе с ним радуешься этому. Это элемент драйва в коучинге!

Хочется отдельно поделиться тем, что благодаря коучингу с клиентами я научилась брать достойную плату за свою работу. Этот запрос про неловкость брать деньги за свои услуги очень часто приходит от клиентов. Прорабатывая их ситуации, моё отношение к этому вопросу тоже менялось. Пришло осознание многих простых вещей. Деньги – это благодарность за услугу. Поднялась моя самооценка и самоценность. Я понимаю, за что клиент платит деньги. Всегда работаю на результат клиента. И получаю за это не только финансовую, но и вербальную, и моральную благодарность от души.

В качестве собственных изменений хочу сказать о том, что замечаю своё другое отношение к людям. Взгляд будто со стороны. Понимаю, что у человека есть проблемы, которые можно решить с помощью коучинга, нейрографики. Но с моей стороны уже нет прямых намёков на приглашение. Чаще просто задаю вопрос: «Помощь нужна?». Если помощь человеку нужна, и он открыто говорит об этом, то дальше продолжаем диалог, договариваясь или обсуждая предстоящую встречу. Так, наверное, формируется личный стиль работы коуча или нейрографа. В дальнейшем задумываюсь о развитии личного бренда. Есть идеи на этот счёт.

Интересное наблюдение по поводу количества разнообразных идей. Ощущение, что нейрографика будит мозг. Он начинает генерировать разные варианты развития событий. Многочисленные идеи сохраняются в «копилке идей». Иначе они не уместятся в голове. Вот только один маленький пример. Тема про здоровье. Раскрываю её. Что сейчас? Что хочу? Что надо? Что для этого есть? В результате сложился «Портрет моего здоровья». Поместила в рамку, следуя по намеченным шагам для оздоровления своего ума и тела. Включила в программу ежегодные посещения врачей,

диспансеризацию, массаж, витамины, своевременный отдых, занятия йогой, посещения культурных мест, музыку, танцы. Прекрасно себя чувствую и иду дальше по этому пути. Недавно прочла фразу, которая очень отозвалась мне. «Этот день обмену и возврату не принадлежит». Точно и ёмко по смыслу.

Время учебы приносит свои плоды. Кроме лично организованных мастер-классов, вебинаров, мне довелось принять участие в нескольких крупных мероприятиях, связанных с нейрографикой. Во-первых, это фестиваль нейрографики «Территория любви» в приморском городе Светлогорске Калининградской области. Он проходил летом 2023 года. В атмосфере тепла, добра, дружеского интереса и знакомства с новыми людьми. Я проводила мастер-класс «Дорога к цели». Получила много положительных откликов от участников. Три дня рисовали, общались, разыгрывали призы. Остались друзьями.



В сентябре 2023 года Ассоциация нейрографов Калининграда, в которой я состою, провела VIP-день для предпринимателей. Это был интересный опыт. Пришли люди, которые впервые знакомились с нейрографикой. Рисовали «Нейродрево желаний». Предприниматели знакомились друг с другом, рассказывали о своих предприятиях, продуктах и услугах. Всё можно было попробовать, со всем познакомиться, обменяться контактами. Нейрографика, как метод, была очень интересна участникам. Рисовали с удовольствием, хвалились работами.
<https://youtube.com/watch?v=2Z5rmWfD4VI&si=wkSxkdjNC4yz40T0>

В октябре 2023 года я принимала участие в совместном мероприятии Ассоциации нейрографов и Ассоциации Благородного Соборания Санкт-Петербурга. Участвовали также предприниматели нашего города. Состоялся телемост с Санкт-Петербургом, Севастополем, Калининградом. Потом участники рисовали нейрографику. Я провела мастер-класс по теме «Благодарность».



Впереди нас ждут будущие встречи и продолжение знакомства жителей нашего города с нейрографикой.

Хотелось бы поделиться своим опытом проведения коуч-сессий с клиентами в рамках подготовки к диплому. Клиенты получили желаемый результат. Я получила огромный профессиональный опыт. Замечательно, что эти обязательные сессии включены в программу обучения. У меня было некоторое стеснение в проведении коуч-сессий с мужчинами. Казалось бы, какая разница? Но это было. Мне удалось справиться с этой своей проблемой. Опыт проведения коуч-сессий с разными людьми просто растворил проблему. Я получила море благодарностей от клиентов. Это важно, особенно на этапе обучения. Люди были разные. Среди них даже те, кто обучались нейрографике, но не до конца разобрались в методе. Тем интереснее было мне показать глубину метода. Помочь им правильно использовать техники и алгоритмы. Вот некоторые работы клиентов.



Нейрографика для меня сейчас – это не просто метод, инструмент для коррекции состояний или решения задач. Это уже образ жизни. На 100% я согласна с создателем метода П. М. Пискарёвым, что любая задача имеет графическое решение.

Очень хотелось бы, чтобы каждый человек знал и умел пользоваться этим прекрасным инструментом. Как делаю это сейчас я.

Моя учёба ещё продолжается. Уже написан и сдан материал диплома на проверку, ещё есть занятия и домашние задания, супервизии и вопросы к кураторам. Но путь длиною в девять месяцев уже пройден. Что дальше? Следующий шаг к высотам мастерства. Ведь лифт к успеху не работает. Надо использовать ступеньки, шаг за шагом.

Куда пойду? Я педагог по образованию. Умею и люблю обучать. Намерена обучать людей нейрографике. В каком виде это будет, ещё предстоит решить. Школа, курсы, офлайн или онлайн – покажет время. Я знаю, что обучение будет качественным. Не в моих правилах делать что-либо не на должном уровне.

Далее, конечно же, я намерена продолжать совершенствоваться в коучинге. Меня волнует ещё



много вопросов. В Институте психологии творчества есть несколько школ, в которых каждый может найти для себя что-то важное. Мне хотелось бы стать Профессионалом МАНГО. Важно находиться в среде профессионалов, если ты намерен продвигаться дальше.

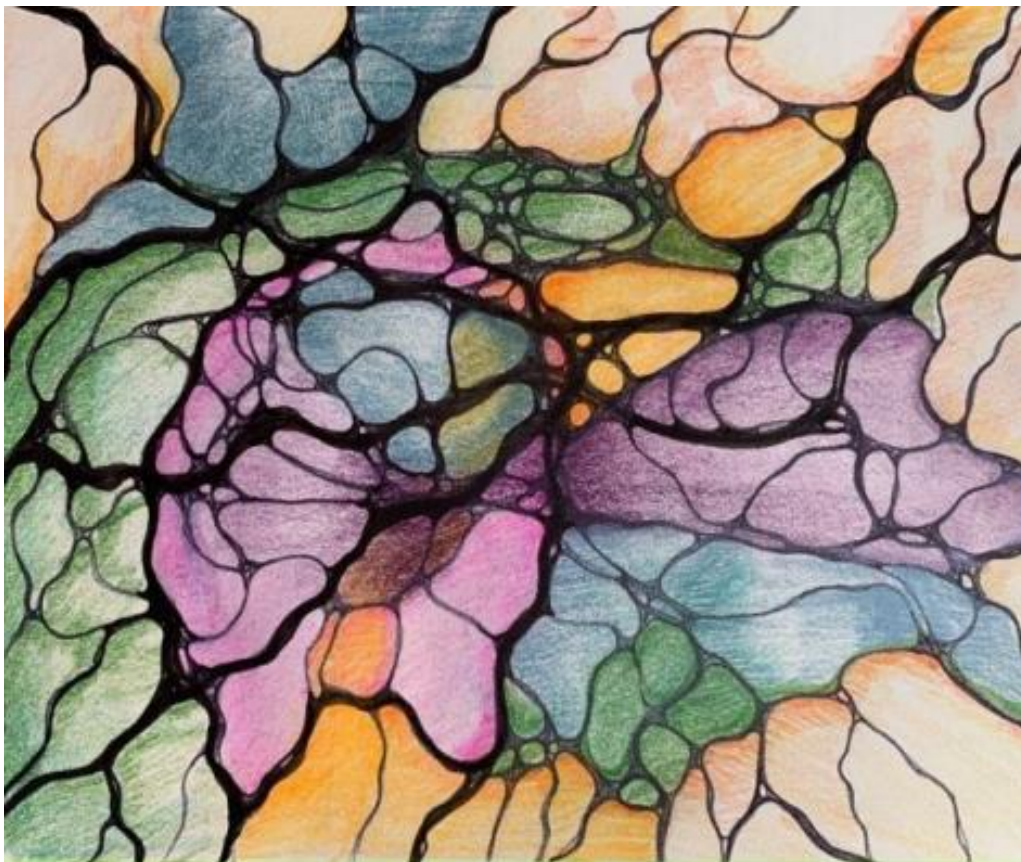
Я хочу продвигаться дальше и дальше. Стать профессионалом высокого уровня. У меня есть одно важное правило – доводить любое начатое дело до конца. В сфере профессионализма конечной точки нет. Есть очередные вехи. Сейчас мне 62 года. И я студентка Института психологии творчества П.М. Пискарёва. Обучаюсь с удовольствием, вовремя сдаю все необходимые работы, участвую в мероприятиях и занимаюсь частной практикой в коучинге. Рисую нейрографику всегда и везде. Особенно люблю делать это в перелётах. Как-то по-особенному в небе работает мышление. Это моя жизнь. Это мой путь к Инструктору. И моя история!



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

Работы

Тема: Санкции.



Тема: Растущий доход.

