

Институт Психологии Творчества

Дипломная работа

Тема:

Знакомство с НейроГрафикой.

Жизнь до и после

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель

Пискарев П.М.

Супервизор

Азбукина Елена

«22» февраля 2024 г.

Выполнил

Артюхова Нина

«22» февраля 2024 г.



Новое происходит тогда,
когда больше не намерен
терпеть старое. Когда пора
сделать переход.

М. Го

Глава первая – печальная. Жизнь до

Шёл одиннадцатый месяц года 2022 от рождества Христова.

В тридевятиом царстве, в тридесятом государстве, на земле Дальневосточной приморской, далеко-далеко от града столичного, белокаменного – Москва, жила-была тётя. И было у той тётки две доченьки красавицы, умницы и муж Кощей. В 2016 году доченька старшая школу закончила и выпорхнула из родительского гнезда, поехала в славный город Санкт-Петербург - учиться и осталась там после. А через три года в 2019 году и младшая доченька пошла той же дорогой. Умчалась она на обучение, да в столицу Дальневосточного федерального округа. И что-то так пусто тёте стало дома, она не жила, она существовала, она просто была. Смысл жизни потерялся: заботиться стало не о ком, будить в школу некого, варить трёхлитровую кастрюли борща не для чего, ждать вечерами с прогулок некого. Стирка, да и та раз в неделю, а то и реже случалась. Всё стало серым, унылым и неинтересным. От одной только мысли о детях, о настоящем - слёзы лились с её глаз. Да, именно лились - не капали, не наворачивались на глазах, а лились ручьями. И было так месяца три подряд, и ничего не помогало, и ничего не спасало, ничего не интересовало. Поэтому лежала тётя на диване в унынии, в полной апатии. Конечно же, со временем острота переживаний и страданий понемногу сгладилась, но до конца так и не прошла. Не помогали даже слова дочери младшенькой: «Мама, у тебя началась жизнь для себя». Потому как не убеждала на себя, но глубоко-глубоко в сердце была обида: казалось ей, что её бросили и она не нужная. Естественно это было не так и головой она это понимала - сердцем принять не могла. Всю свою жизнь для детей старалась: деньги зарабатывала, быт обустривала, уют наводила. И всё в один момент исчезло и потерялась она.

Ну, конечно же, тётя ещё ходила на работу. Работала она в администрации муниципального района, в управлении имущественных изменений. А люди туда приходили недовольные, злющие на власть несправедливую. В 2020 году случилась повышение у тётки: назначили на должность её хорошую, там и попыталась она найти свою реализацию. Окунулась с головой работу интересную, потому как в новинку ей было - всё диковинное. Приходилось читать много, в новом разбираться и это наполняло её существование, активности прибавляло, задора. Но тут случилось хвороба лютая. Пробралась она в Россию-матушку из земель заграничных и имя ей COVID-19. Вакцинация тотальная в стране родной началась, прививки стали вакциной русской людям делать. А тётке, это вразрез с принципами и убеждениями было. Здоровья славным отличалась, заболевания простудные

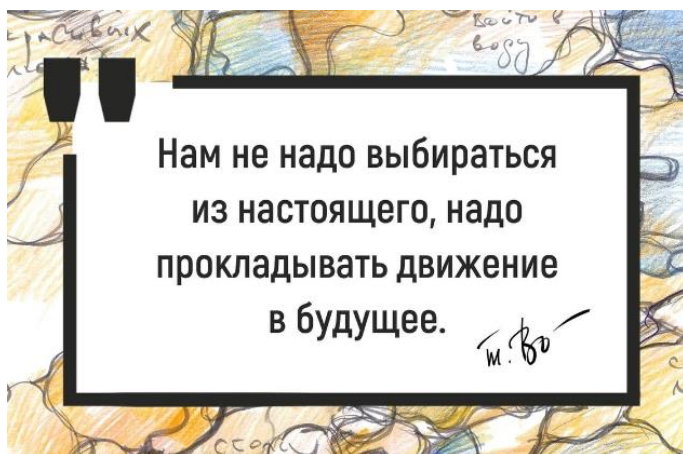
одолевали редко. Сама вакцин не делала: ни от гриппа простого, ни от свиного, ни от птичьего и детей прививать не давала в школе – считала, что вирусы окают быстро, а вакцины отечественные да импортные апробируются медленно, поэтому смысла она в них не видела. Так вот, а вакцинация масштабная была, обязательная, с коронавирусом боролись повсеместно, а не подчинившимся, особенно слугам государевым и слугам народным муниципальным - увольнением грозили. «Если существует реальная вероятность увольнения из-за того, что я прививку делать отказываюсь - тогда в чём моя ценность, как работника для работодателя», - подумала она. «Все мои знания, все мои умения, все мои старания без прививки - пшик? – размышляла тётя. - Получается, что пассивные и инертные работники, порой глупые и ленивые, сделав прививку, для работодателя нужнее меня?» Стаж её больше семнадцати лет будет: путь её начался с простого специалиста и сейчас она - заместитель начальника. «Это не в счёт? Я ничто без прививки? Ну, пусть будет так, - решила она, - Пусть увольняют, а прививку делать не буду - дело принципа!»

И стало это началом выгорания: выгорания профессионального или по-другому эмоционального. И на лицо все признаки и симптомы проявлены: жалость к себе, озлобленность, апатия, пессимизм, равнодушие, нетерпимость, чувство безнадежности и отсутствие смысла.

"Выгорания" модель идеальная, многофакторная, исследователями Кристиной Маслач и Сьюзан Джексон описанная. Ведь в модели той выгорание впервые рассматривается как синдром доселе невиданный, проявляется он в трех симптомах базовых: эмоциональном истощении, деперсонализации и редукции достижений личных. Под эмоциональным истощением понимается комплекс проявлений «эмоциональной усталости» или «выпотрошенности» от постоянно переживаемого напряжения и стрессовых реакций в процессе работы с людьми. Деперсонализация выражается прежде всего в тенденции видеть преимущественно «плохие» стороны в характере и поведении других людей. Редукция личных достижений отмечается, если человек утрачивает чувство собственной значимости в профессиональном плане, не видит перспектив своего дальнейшего развития.

Вот в таком состоянии она пребывала, лёжа на диване, ничего не делая, ничем не занимаясь, ничем не интересуясь. И проходило так день за днём, неделя за неделей. А в голове у тётки птичкой маленькой, птичкой назойливой, мысль билась, что неправильно так, не должно так, не она это лежит на диване - это масса бесформенная. И первое желание, которое возникло у тётки - желание присущее всем женщинам. «Что это я всё лежу да лежу, - подумала она, - забросила всё и себя в том числе?» Телефон достала, да в социальные сети заглянула.

И случилось так, что в социальных сетях нежданно и нагадано: наткнулась она в них на рекламу Анастасии А про НейроГрафику. «О, а почему бы не посмотреть?» - решила она и перешла по ссылке на канал.



Глава вторая-радостная. Жизнь после

Анастасия А в своих каналах соглашения пользовательского придерживалась: соглашение школы чистой. Миссии следовала своей: жизнь созидала энергией творчества. Принцип проактивности соблюдала, поэтому презентации проводила, да занятия бесплатные. Так вот, тётя занятия и посмотрела, потому как бесплатные они были. Заинтересовалась она, да так, что сильно, что желание рисовать появилось. Рисовать тётя начала вместе с Анастасией А. Рисовать-то она любила, хоть и не могла профессионально. А Анастасия А вдобавок принцип прозрачности школы чистой тоже соблюдала: чистоту источников сохраняла, ссылки прямые размещала на автора НейроГрафики. Так тётя и узнала про Пискарёва Павла Михайловича, про метод его сказочный, про Институт психологии творчества, им созданный. И стала тётя пуще прежнего интересно, и подписалась она на каналы институтские - посты и анонсы читать стала.

Долго ли, коротко ли продолжалась знакомство это с НейроГрафикой невиданной, и случился тут набор у Анастасии А на курс пользователя. Записывается тётя на курс тот заманчивый, интересом пылает несказанным, сумму оплачивает умеренную. Ожиданием томится - начала ждёт. А тут на счастье увидела тётя рекламу институтскую, а в рекламе той набор на курс инструкторский, на курс бессмертный. А тётя перфекционистка жуткая и думает она: «Учиться-то лучше у автора, у родителя метода, знания черпать в первоисточнике. Однако цена больно кусается, да и Анастасии А деньги уже заплачены.» Анастасия А в своём посте по курсам, которые вела, говорила, что инструктора она единственный, возвращает деньги который. Тут тётя решила - деньги, уплаченные вернуть, за курс инструкторский заплатить и на своих желаниях не экономить. Слова-то дочери в памяти всплывали: «... время жизни для себя». «Да и ладно, - подумала тётя. - Деньги ведь - не главное в жизни!» Взяла кредит банковский и оплатила курс инструкторский.

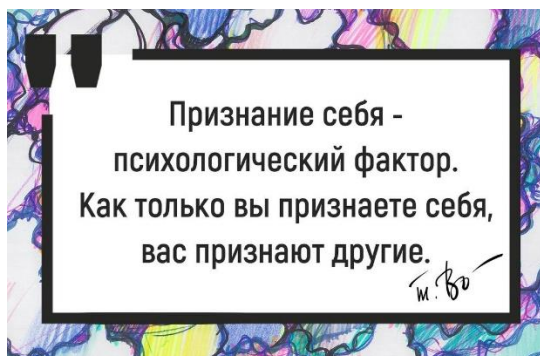
Вот так она и томила в ожидании числа четырнадцатого месяца марта года 2023.

И начался курс долгожданный Вулканом низвергающим. «Наконец-то занятия нашла душевное, и станет всё теперь по-новому, по интересному!» - подумала тётя. Убеждение поселилось в ней, что пора наступает волшебная.

И пустилась в жизни доселе неизвестную, по волнам знаний невиданных, затянула ее пучина бурная информации диковинной.

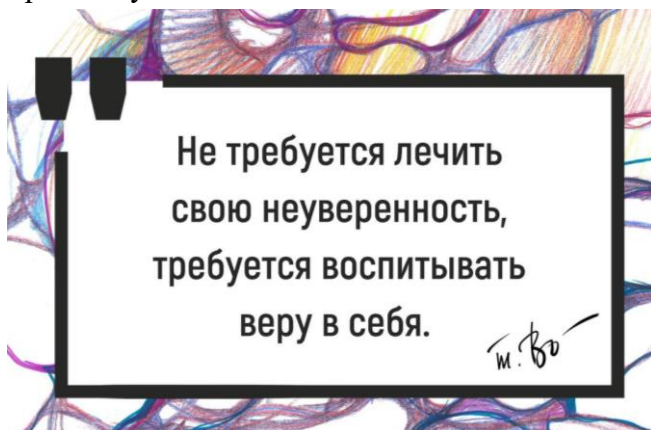
Верно тут указать то высказывание, из статьи для продвинутых, на официальном сайте автора метода размещенной под названием: «Познание себя. Многослойность человеческого сознания», что развитие человека всегда идет через любопытство. И только креативное, творческое отношение к жизни и целеустремленность могут помочь осознанно освободиться от невротических и эмоциональных зависимостей.»

Вечерами с упоением рисовала и слушала вебинары курса инструкторского, Пискарьевым П.М. проводимые - автором метода НейроГрафики чудесной. А ещё вебинары поддерживающие, с Катериной Сорокиной в записи. Да на тех вебинарах ведущая, смыслы метода распаковывала, не давая студентам восторженным улететь в волшебство неволшебное. Ведь сей метод трансформации, основанный исключительно лишь на переживании собственном, на рефлексии, отслеживаемой по четырем точкам внимания, для создания такой реальности, чтобы помогло развитию личному.



Рисовала тётя на тему уверенности АСО количеством достаточное, АВН рисовала в надежде, что проявятся истинные намерения. Для проверки работы выкладывала с описанием всех точек внимания, супервизий на них ожидала с превеликим нетерпением. Примечательным было явление - тело как её реагировало. А реакция была постоянная: боль головная нежданная, иногда голова была просто тяжёлая или небольшое головокружение. Пискарьевым Павлом Михайловичем объяснялись такие явления изменением смысла темы первоначальной в сознании, а ещё изменением конфигурации связей нейронных. В рефлексии у тётки телесной жар нередко присутствовал. И была она в твёрдой уверенности в позитивном признаке оного: силы жизненные возвращались к ней.

А рисунки на тему уверенности возымели своё значение, курс специалиста ведь пройден уж был.



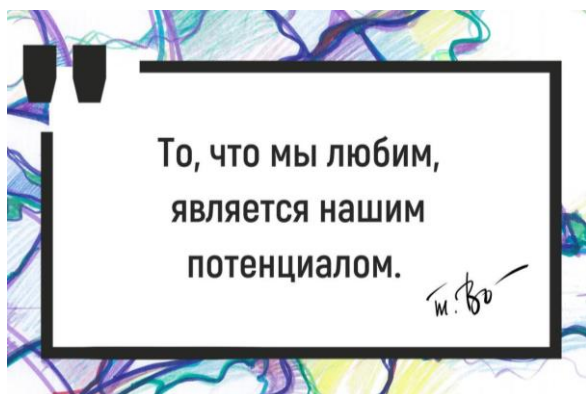
Результатом немалым считается инициатива личная, тёткой проявленная: стать председателем комиссии избирательной, участковой она захотела, и возможность в то время имела. И, конечно же, окружающие от неё такого не ожидали. «Как же так? Что случилось с ней? Ведь была всегда исполнителем, исполнителем молчаливым ответственным» - читалось в их глазах изумлённых, которые в память тётину врезались надолго. А желание её точно исполнилось! И назначили ей должность новую. Языки говорили злобные: «Из-за денег все эти намерения.» Но финансовый статус для тётки никогда первопричиной-то это не был. Подчиняться готова, но по зову душевному, если

поручение те, находили в ней отзыв внутренний и созвучными были ценностям, устоявшимся в собственном её убеждении.

Муж Кощей как-то раз неожиданно проявил свою любознательность - чем же тётя всегда занимается, что же смотрит она ежедневно. Посмотрел, поглядел и решительно заявил, что занятия — это чушь для него непонятная и пустая трата времени. Все слова Павлом Михайловичем сказанные, вскользь услышанные, до сознания его не дошедшие, так остались ему не понятые. Посчитал муж Кощей тётю глупую, сектой странный увлечённую. После этого не единожды комментировал он увлечение новое тётину, комментарии были ехидные, злобные, а порой немного ядовитые, обидные. Тётя – женщина рассудительная, споры глупые не поддерживала. «Пусть себе остается невеждою, раз не вырос в годы свои не юные.»

Только доченьки тётю поддерживали, говорили, что это так здорово, что сейчас НейроГрафика - это популярное и крутое занятие. И поддержка такая для тётки была очень бесценна, нужная, вдохновляла она бесконечно, равно, как атмосфера всех чатов, групп студентов, поддержка кураторов.

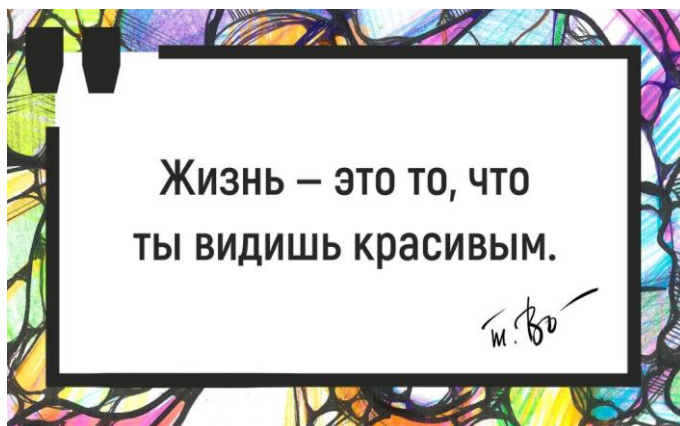
Обучение шло постепенно: и занятия, и задания, рисование, описания, супервизии - было всё замечательно. Тётке нравились несказанно, удовольствий было немерено.



Озарения были внезапные в изучении алгоритмов предложенных.

В НейроКомпозиции пришли знания всех законов и принципов построения красивой работы. В НейроКолоре - осознание состояния, тётей испытываемого перед курсом инструкторским, получается по У-Сину, рождена она деревом Инь и поэтому любопытство её креативность, ну, и творчество же конечно, всё заложено в ней от рождения, как и признаки негативные, обуяли её которые, объяснялись этими знаниями, как отсутствие самовыражения и устремлений жизненных. В НейроСетчинге обострились убеждения идеальности и стремление в достижении результата совершенного. Вот, она, на этих занятиях с ними-то и боролась. В НейроМандале проявилась благодарность к предкам умершим, в том числе за здоровье отличное, тётей от рода своего унаследованное. «Путь героя» принёс понимание: как последовательно наше развитие, и все люди всегда разные и зависит от их эволюции. В НейроСинтезе – осознание, что взрастить не мешало б персону. Ту, которую тётя забыла, пребывая в депрессии жуткой: проявить себя в жизни общественной и участвовать в мероприятиях, от которых тётя в своё время отказалась практически полностью. На одной из работ НейроКонтакта появилась фигура нежданная: дверь, она приглашением в новое состояние стало. Поработав с НейроЦелями, появилась желание внезапное, чтобы сделать занятия с подростками, чтобы их обучать прекрасному. И работа её подходящая, чтобы всё разузнать необходимое в неформальной беседе с людьми знающими, к этому делу, отношение имеющими. Дочь младшая идею подкинула,

что и в школе с учениками внеклассные занятия тоже можно организовать, да к тому же тётя и директора школы знает, и отношения у них приятельские, а в школе учителем работает подружка доченьки, подружка закадычная.



НероТайминг - девятая тема, уловив её концепцию, тётя задумалась по серьёзному, философией стала наполнена: о душе нашей бессмертной, о перерождениях множественных и о том, что след прожитого о себе оставлять обязательно надобно. Следом тем будут все дела наши добрые, для людей в бытие привнесенные.

NeuroRescue – особая история. Ведь, рисуя темы тревожные, да, по всем алгоритмам изученным, появилась обида из детства, до конца не прожитая, таившаяся долгие годы. А сначала казалась забытая, пережитая в возрасте взрослом. «Детство – не приговор!» - было сказано Екатериной Сорокиной. Стало то выражение, как девиз для тётки, врезалось оно ей в память навсегда. А занятия с Петром Симоновым!?! Ведь, не даром он курса куратор! Практика трех писем: письмо-обвинение, письмо-прощение, письмо-благодарность, им рассказанная, отозвалась слезами у тётки, когда выполняла она то задание.

И пройдя обучение тётя поняла, что ещё ничего не закончено, хоть душа её жизнью наполнилась и активность опять появилась в ней. Есть над чем ещё много работать, много тем прорисовывать надобно и процесс этот нескончаемый, но тётю всё устраивает. Проживания, осознания, озарения, полученные смыслы и выводы во время обучения, у тётки были такие, что ни в сказки сказать, ни пером описать. Интерес в ней сейчас развивается – конца не видно, и рисунка первого - Вулкана эйфория возвращается, но сейчас тот Вулкан осознанный: есть и цели, и пути достижения, и конечно же вдохновение.

Глава третья. Заключительная.

Изложенный рассказ, это моя история. Излагать от третьего лица гораздо проще, по крайней мере для меня. Тётя – это я.

Подводя итог моего обучения на инструктора курсе -могу сказать следующее.

Во-первых, я получила много инсайтов, у меня произошло некое просветление.

Во-вторых, у меня появилась возможность помогать другим людям, которые находятся в ситуации подобной моей при помощи НейроГрафики.

В-третьих, я нашла интересный путь своей жизни и определилась.

Конечно не всё проработано, остаются нерешёнными некоторые темы, но в целом я знаю, что я буду делать и как.

Результаты, которые у меня есть сейчас:

- купила подписку годовую подписку школы рисования Нейро-Арт.
 - в декабре 2023 года была участником закрытого клуба НейроКафе, где дополнила свои знания о целеполагании.
 - начинаю проявлять себя в социальных сетях, выкладывая свои работы с открытых рисований и Арт-интенсивов.
 - имею Сертификат участника Арт-интенсива 2024 года Нейроангел.
 - оплатила курс «Мастерская Творческих Экспериментов» Александры Зуевой (ИНГ, ЭК)
- Задачи, которые предстоит решить:
- расстаться с той ролью матери, в которой я жила больше 25 лет.
 - проявлять себя в качестве коуча.
 - закончить курс обучения и получить диплом эстетического коуча.
 - стать членом творческого союза профессиональных художников России (ТСПХ).
 - научиться рисовать лучше.
 - работать над темой проявления в социуме, воспитывать веру в себя.

Планы:

- в октябре 2024 года пройти курс по Нейропедагогике.
- в сентябре 2024 года вести кружок в технике Нейро-Арт в доме детского творчества.
- развивать социальные сети, создать свой канал.

Конечно, есть мечты, но позвольте, их не озвучивать.

Понимание, что предо мной открытый океан интересного, откликающегося, познавательного, в который мне хочется нырнуть с головой – главная ценность, которую я вынесла, обучаясь на курсе ИНГ. Всё только начинается...

Огромная благодарность:

- всем людям, которые так или иначе были связаны со мной в течении обучения - очно либо заочно.
- всему коллективу Института психологии творчества в целом и каждому по отдельности: кураторам, супервизорам, однокурсникам и одноклассникам.
- всем, кто помогал взглянуть на мир по-другому.
- моим детям, близким, коллегам, знакомым и незнакомым.
- Миру.

PS.

«...вы поймете, чтобы жить полноценной жизнью, необходимо научиться разбираться в своем внутреннем мире, который содержит все ответы на любые наши вопросы.»
(Познание себя. Многослойность человеческого сознания)