

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

Жизненный путь вместе с нейрографикой

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Горанская А.В.

«31» августа 2024 г.

Выполнил Борисова Н.А.

«31» августа 2024 г.

2024 г.

Жизненный путь вместе с нейрографикой

Прежде чем приступить писать эссе, я как обычно начала диалог с собой, находясь в текущей точке «Б» завершая обучение на инструктора нейрографики. И на первый взгляд ничего выдающегося в моей жизни не произошло. Только сразу вспомнила свое практически депрессивное состояние, которое длилось более полугода. Так устроена психика. И да, я по-прежнему сначала все обесцениваю, а потом начинаю детально анализировать. Так происходит и при анализе учебного процесса.

Эта мысль меня расстраивает, но я продолжаю свой внутренний диалог с собой. Неужели ничего хорошего не произошло, неужели тебе ни разу не помогла нейрографика?! Ведь зачем-то я пошла учиться, зачем-то продолжала рисовать, и делала дипломную работу.

При детальном рассмотрении моей жизни, начинаю вспоминать свою точку «А» и многие результаты своего пути к сегодняшнему дню достигнуты в большинстве случаев, благодаря методу нейрографика. Я часто прибегала к решению сложных ситуаций и задач на работе при помощи метода нейрографики (находила подрядчиков, улаживала конфликты), свои житейские и бытовые вопросы (взаимоотношения, жилищные условия).

Начнем по порядку, зачем я вообще пошла учиться в Институт Психологии Творчества П.М. Пискарева. Еще при освоении алгоритмов курса «Пользователь» (я сначала пошла обучаться отдельно на курс «Пользователь»), я получила первые результаты этого метода. И даже не окончив курс «Пользователь» подала документы на инструкторский курс. Мне хотелось максимально глубоко изучить этот метод.

Начало обучения для меня было легким, несмотря на то, что я работаю в найме полную неделю и разница во времени с Москвой +4 часа. Мне удавалось присутствовать на занятиях онлайн. Но этот период продлился около двух месяцев, после чего онлайн для меня стал редким счастьем. Нагрузки я не выдерживала.

Одной из причин так же стала моя «жадность» в применении метода – я бралась за глобальные темы, например желание научиться водить автомобиль и получить права. отдельно отмечу, что 10 лет я панически боялась даже сесть просто за руль незаведенной машины, не говоря чтобы даже подумать пойти учиться в автошколу. А с помощью алгоритмов нейрографики, в частности всех вариантов Алгоритма снятия ограничений, я растворила свой страх и даже записалась в автошколу, и начала ездить сама (инструктор конечно сидел рядом) по городу. Прекрасно помню первое занятие, когда сразу сказали садиться за руль и ехать. Я думала у меня сердце выскочит из груди, но страшно было первые пять минут, поскольку я просто не понимала, что делать. Не скажу, что занятия по вождению давались мне легко, но страха совсем не было.

Параллельно я начала рисовать на темы по увеличению дохода, и мне начали поступать предложения о смене работы, либо подработке. Работу менять я не стала, а на подработку согласилась. Для этой темы использовала алгоритмы АСО.



Рисунки по алгоритму снятия ограничений

Теперь, оглядываясь назад, я понимаю, что создала себе такую нагрузку, что конечно, сил на учебу в Институте в режиме онлайн у меня не оставалось. Тем самым я сама довела себя до изнеможения. И сил на полноценное обучение не осталось.

Хотя, одной из целей при поступлении на инструкторский курс было уйти из найма во фриланс, я за период обучения делала все, чтобы наоборот укорениться в найме. Если до обучения вела одно предприятие, то через пару месяцев у меня их было три. Конечно, пропорционально нагрузке в работе и доход мой в найме вырос.

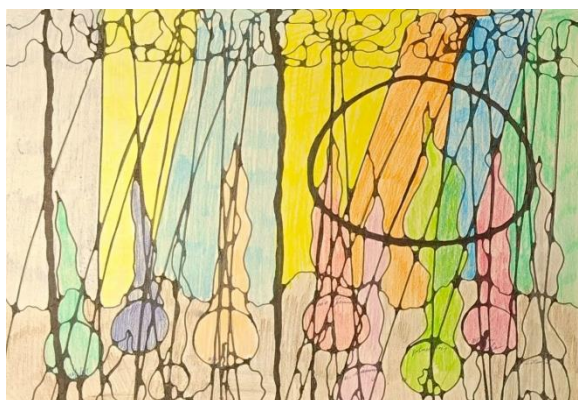
В один из периодов, на работе сменилось руководство, и я долго не могла найти точки соприкосновения, но согласно расписанию обучения в Институте начали изучать принципиальный алгоритм №7 Нейроконтакт, и первую работу, конечно же я нарисовала на взаимоотношения с руководством. Как сейчас помню, на следующий же день у меня с руководителем состоялся диалог, хотя, до этого я слова внятного не могла произнести, уж очень сильная негативная энергетика у человека. И каждый раз перед дверью начальника меня сковывал ужас. Хотя я и знаю, какие могут быть результаты от рисования, но этот алгоритм и эффект от него меня больше всего впечатлил и поразил за период обучения. Кстати, до сих пор с руководителем спокойно взаимодействуем. И не только двери кабинета, но и самого начальника я уже не боюсь. И энергетику его я уже не чувствую. Я свою энергетику усилила.



Рисунок по алгоритму «Нейроконтакт»

Это тот самый рисунок, еще без доработки по рекомендациям супервизора. Но именно этот рисунок помог наладить рабочую атмосферу с руководством. Позже для закрепления результата были сделаны еще несколько работ на эту тему.

Еще одним значимым результатом от Нейроконтакта стало то, что меня пригласили провести корпоративное мероприятие на моей работе (у меня есть диплом коуча). Хотя на предприятии никогда не проводилось ничего подобного, и даже слово коучинг для них было сложно запомнить. Это дало мне понять, что клиентами у меня могут быть даже ничего не знающие о коучинге люди, не занимающиеся саморазвитием, и не знающие про нейрографику тем более. При том, что я свои услуги на работе никому не предлагала, а меня пригласили. Приятное осознание. В этот период жизни я рисовала природные алгоритмы из курса Специалист.



Алгоритм «Шаманский дождь»



Алгоритм «Добрый снег»

Еще одна особенность, которую я отследила, что моя субличность перфекциониста отошла на задний план. И чем легче я отношусь к поставленной задаче, тем быстрее она решается. Например, я провожу женские встречи в городе (девичники). И раньше я долго к этому готовилась, публиковала рекламу и рассылки. А сейчас мне нужно делать гораздо меньше усилий, чтобы создать такое мероприятие. И я даже отказалась от рекламы. Минимальная группа всегда собирается.

В продолжении темы дохода, хочу отметить, что моя усталость и загруженность отбила у меня желание чего-либо хотеть. Деньги и возможности идут на четко сформулированную цель. А я после периода (назовем его преддепрессивным, депрессии мне удалось избежать), разучилась что-либо хотеть. Сейчас я восстанавливаю этот навык. Но даже в таком апатичном состоянии у меня получилось закрыть досрочно два кредита и одну кредитку, на общую сумму 298 000 рублей. Для меня это ощутимые деньги. Хотя, я не планировала и не рассчитывала вообще досрочно погашать ни один из них.

Долго я не обращала внимание на свое состояние. Моя задача была выполнить все взятые на себя обязательства перед работодателями. И эти обязанности забирали у меня 90% моего времени. На остальное просто не хватало времени, семья заброшена, учеба тоже отложена в дальний ящик. Я не обращала на это внимание – привыкла, и родные мне не предъявляли претензии. Но вот, мой организм просто кричал и просил о помощи. Я не могла ничего кроме работы делать. Я раньше удивлялась и возмущалась, как так люди уходят в депрессию (хотя сама коуч и основы психологии знаю), думала, что они просто не могут взять на себя ответственность или они просто ленивые по жизни. Пока сама не попала в это состояние. Приходила домой и ничего не делала, а частенько продолжала и дома работать. И так длилось более полугода. Я даже вспомнить сейчас не могу, когда это началось. Но это довольно

неприятное состояние. И самое страшное, что этого не замечаешь. Ведь работала я в прежнюю силу, только вот жить перестала.

Сейчас не вспомню, что вывело меня из этого состояния. Но за этот период из моей жизни ушли единомышленники – кто-то переехал в другой город, у других были сложные обстоятельства и стало некогда общаться. И я осталась одна. На звонки по телефону не было сил, поэтому привычное окружение меня не вытягивало, а новое искать не было ни сил, ни времени.

Так вот, однажды (как ранее писала, не помню, когда это произошло), я осознала, что я не только работодателю должна, но еще и себе – свое обучение любимой нейрографики было отложено на довольно на долгий срок. И я стала себя заставлять возвращаться к занятиям. И решила возобновить занятие с курса «НейроРескью». Вот именно с него и началось мое возвращение в нормальную жизнь, прекращение жизни на износ.

Постепенно я стала переходить и к основному учебному материалу. И алгоритмы со звездами вернули меня к жизни. Зажгли во мне искру. И я начала расставлять приоритеты. Я рисовала звезды каждый день. Часто рисовала их на обеденном перерыве на работе, на малых форматах, так как времени сделать большой рисунок у меня не хватало, а желание двигаться дальше росло.



Рисунки по принципиальному алгоритму «Нейроцель»

И я приняла решение и написала заявление на увольнение в двух организациях, оставшись на одном месте. И как ни странно, этого дохода вполне хватает. Теперь хочу научиться зарабатывать больше не загоняя себя. Возвращения в прошлый этап жизни я не хочу.

Именно после этого момента мне стало легче жить, когда я услышала себя, и выбрала себя. И после этого момента, в мою жизнь вошли путешествия. До обучения в Институте у меня была одна поездка в год. А сейчас за тот же период у меня их было пять. За что спасибо алгоритму Нейроскетчинг. Раньше поездку приходилось планировать минимум за полгода, а сейчас я могу спонтанно в течении недели принять решение и спокойно отправиться в путешествие. Да, пока не на месяц, но если так явно и быстро срабатывают мои первые рисунки по нейрографированию местности, то нужно обязательно продолжать совершенствоваться. Чем я и продолжаю заниматься.

Кстати, путешествовать я теперь могу не только семьей, но еще и в одиночку. Раньше я боялась потеряться, считала, что мир опасен. Сейчас мне такие поездки в радость. Они расширяют не только кругозор, но и мои коммуникативные навыки, навыки справляться с любыми ситуациями.

Еще одним неожиданным результатом от нейрографики стало то, что я приняла участие в конкурсе красоты. Рисовала на проявленность. Запрос исполнился неожиданным образом, жизнь развернулась туда, где я не ожидала. Так идет нейролиния – туда, где мы не ожидаем ее

увидеть!. Такой эффект вначале очень удивил. Только спустя время сопоставила факты. И мое проявление реализовалось через участие в конкурсе. Конкурс был областной, шел не один месяц. Для меня это был новый опыт: дефиле, сцена, съемки, фотосессии. А я совсем не леди, мне это не свойственно. Причем, я ни ростом, ни фигурой не подхожу для участия в конкурсе красоты. Теперь у меня есть титул и корона. и сейчас моя любимая фраза – «корона не жмет». Первое место я не заняла, да и цели такой не было, более того, даже участвовать цели не было.



Рисунок по принципиальному алгоритму «Нейросинтез»

Еще один эффект от нейрографики, после моего возвращения к активной жизни, я стала замечать, что мне судьба, жизнь или как это назвать я не знаю, начала сводить с новыми, ранее не знакомыми мне людьми, которые близки мне по духу. А так же возвращать старых единомышленников.

Пока это все события, которые я вспомнила, которые произошли за время обучения. И даже если убрать апатичную часть жизни, то моя жизнь с нейрографикой гораздо более насыщена, чем была без нее.

Да, много из задуманного пока еще не свершилось. Например, я так и не сдала экзамен в ГАИ, отложила эту задачу на год. Зато я теперь не боюсь автомобиля, и я знаю, как он работает.

Пусть нет желаемого дохода – но я продолжаю решать эту задачу. И нахожу более легкие пути для заработка. С получением диплома инструктора, верю, мне будет еще легче, ведь я смогу еще приобретенные знания передавать и зарабатывать на этом.

Самый главный навык, который я приобрела с нейрографикой – не забывать слышать себя в пути достижения какой бы то не было цели. Есть другие пути, и они откроются с помощью маркера и нейролинии. Не стоит об этом забывать.

В планах прорисовать кейс из 40 работ на тему снижения веса. Единичные рисунки не оказали значительного действия, и я понимаю почему. Мое подсознание оберегает меня, потому что избавиться сразу от большого количества лишних килограммов опасно для здоровья. Хочу к этому вопросу подойти основательно, здесь нужен комплексный подход: питание, спорт, режим сна, гормоны и т.д. Если с первой попытки не сработало, значит нужно более детально подготовиться. И мне не интересен разовый эффект, нужно постоянство и дисциплина – для моего же блага. Пишу про спорт и вспомнила еще про одно событие, которое произошло со мной. И возможно благодаря рисунку на снижение веса. Событие было такое – я сдавала

нормы ГТО. Причем спорта, в моей жизни нет ни какого, вообще. Я даже зарядку лет пять назад перестала делать. Но нормы сдала на бронзовый разряд. Сама была удивлена.

В продолжении темы спорта, недавно с коллективом играли в пейнтбол. На что бы я тоже ранее не решилась бы. Я просто поехала за компанию, в сторонке постоять. Но в итоге, из четырех игр, я в трех оставалась последняя в выживших, и именно я принесла все три победы команде. И вот опять моя проявленность в другой интерпретации. Да, я упоминала, что спорта в моей жизни нет совсем. Но предрасположенность к спорту у меня есть. Теперь буду формировать это на уровне привычки и дисциплины, если по-другому не получается. И формировать новые нейронные связи буду с помощью алгоритмов нейрографики.

Еще одна задача, которую я буду решать с помощью нейрографики - это поддержание своего эмоционального состояния. Ведь теперь для меня очень важно не возвращаться в состояние апатии. Больше не хочу такого допустить в своей жизни, и жизни своих близких.

Вспомнив все события своей жизни, произошедшие за период знакомства с нейрографкой я решила перелистать все свои нарисованные работы. Они у меня бережно хранятся в шкафу и занимают уже две полки. Я храню старые рисунки, и раз в полгода пересматриваю, отмечаю какие результаты получаю, намечаю новые кейсы. Вот и сейчас они мне пригодились и напомнили некоторые события. Хочу отметить значимые из них.

Одним из первых алгоритмов который мне попался на просторах интернета, был алгоритм «Нейродрево». Было сложно понять, как рисовать «волнистое» дерево. Но мне понравилось, ведь рисовать я вообще не умею, а творчество люблю. Именно этим меня и влюбила в себя нейрографика. Ведь теперь я могла заниматься творчеством не имея особых талантов.



Первые рисунки по алгоритму «Нейродрево»

Было очень сложно перестроить мозг, понять как рисовать нейролинию, услышать, что говорит мое тело. Меня увлекало не желание получить результат в виде денег или клиентов (сейчас я про коучинг), а то, как менялось мое эмоциональное состояние после рисования.

Теперь уже я и не вспомню, какой первый материальный осязаемый результат я получила от нейрографики, но я поняла, что это тот метод, который я хочу изучать и тратить на него свое свободное время.

Далее рисунки буду приводить не в хронологическом порядке.

В продолжении затронутой мною темы эмоционального состояния, мне помогает алгоритм «Нейролотос». Я много работ нарисовала на взаимоотношения со своей мамой. Я прекрасно

понимаю, что выстроить раз и навсегда гармонию в наших отношениях не получится, но поддерживать и снимать напряженность – это как ежегодный медицинский осмотр для человека. Хочется отметить, что с появлением нейрографики в моей жизни, с мамой мы поддерживаем довольно теплые отношения, взаимные претензии и скандалы ушли из нашей жизни. Но я продолжаю рисовать на гармонию в таком для меня важном вопросе, как отношения не только с мамой, но и с отцом.



Рисунок по алгоритму «Нейролотос»

Еще один важный для меня рисунок – это карта целей, по авторскому алгоритму инструктора нейрографики. Все желания из этого рисунка я не помню, помню только одно – это встретить новый год в Казахстане с друзьями. Предпосылок для реализации не было, да и рисовать его я стала ровно за месяц до нового года. Но именно это желание реализовалось, как говорят наилучшим образом. В поездке я не раз рисовала алгоритмы АСО и АСС для решения непредвиденных ситуаций.



Рисунок по авторской технике инструктора по алгоритму «Нейрокомпозиция»

Среди своих работ хочу выделить рисунок нейрографирование объекта. Рисовала его на тему покупки своей квартиры. Пока данная цель не реализована, однако я переехала в другую съемную квартиру в новый дом и с хорошим ремонтом. Считаю это тоже шаг в направлении к основной цели.



Рисунок по алгоритму «Нейроскетчинг»

Кроме своих полученных результатов от нейрографики, хочется отметить и результаты тех, кто одними из первых со мной начали рисовать нейрографики. Например, моей подруге стало интересно, чем я занимаюсь и где учусь, и мы вместе нарисовали Алгоритм выявления намерений. Она тогда очень удивилась, что обозначила фигуру «дети». Именно во множественном числе. Хотя они с мужем детей не планировали. Но спустя несколько месяцев, она сообщила мне, что беременна. Мы до сих пор вспоминаем этот случай и формулировку «дети». Сейчас у них растет прекрасная дочь, и она снова беременна.



Рисунок по алгоритму выявления намерений

В период моего угнетенного состояния, был такой период, что один из моих работодателей задержал на 3 месяца оплату моих услуг. Хотя я знала, что нейрографика может помочь, но у меня не было сил даже на нее. Но на этапе восстановления после апатии, я решила нарисовать авторский алгоритм одного из инструкторов нейрографики. Была суббота, скоро вечер и я начала рисовать. На этапе фиксации фигуры, я получила сообщение от банка о зачислении денежных средств. Задолженность была погашена в полном объеме. Конечно, можно обосновать тем, что платеж был направлен в пятницу (так как расчеты с сотрудниками происходят в будние дни) и нейрографика не причем. Но я уверена, что намерение рисующего может повлиять на ход событий и в прошлом, чтобы получить результат в будущем.

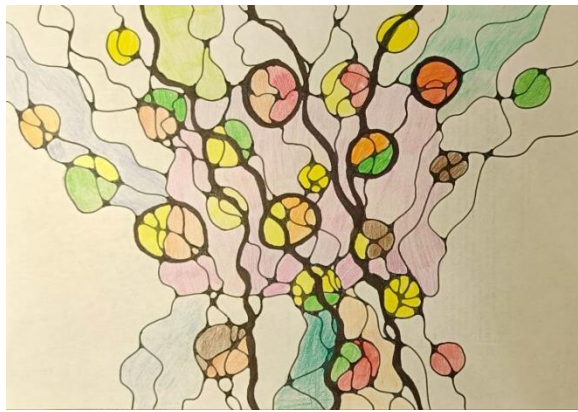


Рисунок по авторской технике инструктора по алгоритму «Нейрокошелек»

И сейчас, на этапе завершения инструкторского курса, я по-прежнему интересуюсь различными интерпретациями алгоритмов Института у инструкторов нейрографики. Мне интересно, как можно подать тот или иной алгоритм. Я продолжаю свое погружение в метод. Ведь только в позиции ученика есть рост и развитие. Без этого начинается деградация. Когда я с уверенностью на какое либо знание или науку начинаю говорить «да я это знаю», у меня уже срабатывает стратегия «СТОП, отключаем гордыню и возвращаемся в позицию ученика».

Сейчас мне интересно общаться среди коллег (специалистов нейрографики), обсуждать разные алгоритмы и смыслы. Так же очень интересно самой нести в свет информацию о нейрографике. Когда я познакомилась с нейрографикой, мое окружение не знало, что это такое, кстати, коучинг в свое окружение так же принесла я.

С одной стороны это приятно, быть среди первых. Но в тоже время и очень ответственно. Не перевернуть, недосказать, не пояснить, или что-то упустить – это все влияет на репутацию самого метода. И это ответственность и перед Институтом, и перед автором. Возможно, этой ответственности я тоже боюсь. Вот даже написание этого эссе выводит на размышления, анализ и перспективу дальнейшего развития. Вот и еще один кейс на проработку с помощью алгоритмов нейрографики. Как все правильно устроено в Институте психологии творчества. Еще одно осознание по завершению курса.