



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Вовк Анна

Супервизор:

Нечаева Любовь

Тема:

Моя новая жизнь с нейрографикой

Оглавление

Вовк Анна.....	2
Моя новая жизнь с нейрографикой	2
Почему я выбрала обучение на инструкторском курсе?	2
Мои ожидания	2
Мои результаты: личные, профессиональные.....	3
Работы.....	7

Почему я выбрала обучение на инструкторском курсе?

Я стартовала свое обучение в апреле 2023 года, как раз к моменту завершения модуля «Пользователь». Я познакомилась с нейрографикой в ноябре 2021 года. В январе 2020 года я переболела ковидом. У меня пошли сильные осложнения именно на нервную систему после болезни. Я полгода практически не работала: жуткие головные боли, либо невозможность сконцентрировать внимание, если принимаешь препараты. Благодаря марафону благодарности Алены Походневой, я смогла начать собирать свое мышление и внимание в нормальное состояние. На этом марафоне я смогла «собраться» и начать мыслить снова в том формате, который для меня привычен: не течь по течению, а формировать свое пространство и планировать будущее.

Далее нейрографика стала для меня неким личным пространством для творчества и личной трансформации. Я поняла, что этот инструмент помогает мне стабилизировать мое состояние и физически, и ментально. Получив диплом «Пользователь», я проходила отдельные мастер-классы и модули у Оксаны Авдеевой и Алены Походневой. На одном из семинаров по работе в социальных сетях я познакомилась с инструктором нейрографики. Именно тут я поняла, что это другой уровень знаний и работы с алгоритмами. Фактически это было ключевым моментом и толчком, чтобы пойти на серьезный курс обучения длиной в год.

В течение нескольких месяцев я размышляла на тему старта обучения на Инструктора. Я выбирала между вариантом купить все алгоритмы или записаться на инструкторский курс. Множество внешних факторов отвлекали меня от окончательного принятия решения. В итоге, в конце марта 2023 года я сама, не через ассистента (что показывает мою личную вовлеченность), выяснила подробности программы и учебного плана. Мой рабочий график я подстроила под план обучения, который мне объявили на старте. Нагнать упущенные занятия я решила в процессе.

Мои ожидания

Я ожидала, что погружусь в атмосферу общего потока, поддержки, развития. Получилось несколько иначе. На любые вопросы в группе или кураторам я получала «щелчки по носу». Меня это не смущало. К сожалению, поддержки и атмосферы общности в группе так и не наступило. Одна новая участница очень хорошо сказала: «Здесь как в царстве Снежной Королевы».

Ее сразу закидали колкостями. Это отражает суть той реальности, в которой мы провели этот год. В этом аспекте мои ожидания не оправдались.

Однако, то, что касается образования по существу, то я рада, что прошла именно курс обучения, а не купила отдельные модули с алгоритмами. Стать мастером можно только рядом с мастером. Я разделяю это мнение, и Павел Михайлович, Екатерина Сорокина, Ирина Рождествина – это безусловные авторитеты и мастера своего дела. Я им очень признательна. И мои ожидания сверх оправданы.

Есть еще один аспект обучения, помимо административного и обучающего процесса по существу. Это сопровождение обучения супервизорами и куратором. Хочу отметить, что ожиданий про эту часть обучения у меня не было вовсе. Я благодарю за эти практики. Очень интересно погрузиться в такие разнообразные мнения и стили обратной связи. Я четко была в позиции ученика, и мне было очень полезно услышать и увидеть мнения профессионалов, которые уже чего-то стоят. При написании диплома я еще раз повторно просматривала супервизии и получила дополнительные инсайты по развитию моего личного мастерства.

Личное знакомство с куратором я считаю подарком судьбы. Поддержка и наставничество Любви сдвинуло и повернуло в другой ракурс некоторые мои темы и кейсы.

У меня с самого начала появилась сводная таблица, где я фиксировала все значимые и существенные данные по обучению. Отмечу, что я планировала инвестировать в это образование для немедленного использования на практике свое время в объеме 6-8 часов в неделю. А по факту получилось вдвое больше. С апреля по декабрь 450 часов обучения и практики. Впереди еще диплом по эстетическому коучингу и научная статья.

Мои результаты: личные, профессиональные

У меня наметились вектора развития благодаря обучению и формированию кейсов для диплома. Я в целом человек системный и структурный. Свою жизнь с 17 лет я рассматриваю как проект и двигаюсь по своему личному бизнес-плану. Новый инструмент в виде Нейрографики показал мне ту «темную» зону для меня, связанную с внутренним состоянием людей. Как руководитель я хочу и должна получать от людей желаемый результат, принимать решения. И новый взгляд на управление проектами в ситуации полной внешней неопределенности оказался для меня своевременным. Я параллельно с обучением стала применять эти знания в

своим бизнесе. Спустя некоторое время заинтересовались и дети, и муж.

Теперь подробнее по пунктам. Лично у меня появился рабочий инструмент работы с моим психологическим состоянием. Я за этот период стала регулярно рисовать АСО. Это снижало мое напряжение и повышало уровень энергии. В сентябре я начала эту практику проводить на формате А6 с моими коллегами из коммерческого отдела. Ежедневно по рабочим дням мы проводили ровно 30 минут для занятия АСО на тему кейса «Самодисциплина». Я просила коллег вести дневники наблюдения, разработала таблицы и анкету. Данные собраны, на их основе я планирую написать научную статью. По практическим изменениям в группе: появилась большая энергия и производительность у всех без исключения. Также это сработало как командообразующий фактор. После 21 дня все работы были соединены в единый большой формат рисунка, и это дало еще один мощный толчок каждому, впечатление о самом себе, о своем могуществе и возможностях трансформации.

Вторым явным изменением в моей жизни стали алгоритмы моделирования – при подборе топ-менеджеров я сформировала четкие критерии и подобрала под них кандидатов. Это произошло более осознанно и естественно, нежели ранее.

Мое взаимодействие с кадровым агентством стало более четким и продуктивным.

Третий явный момент – это работа над моими отношениями с родом. Я смогла реализовать мой личный план по разбору вопросов с архивами и документами семьи. Собиралась я это сделать с 2019 года. Что касается моего рода – это совпало с периодом работы над нейромандалами. Мы рисовали, и это проявлялось в реальности. Очень синхронно. За этот период времени ушла из жизни очень близкая мне бабушка. Для меня это большая утрата. Я прожила этот процесс, поддерживая себя нейрографикой и курсом Нейрорескью. Я осознанно работала над своим состоянием, и мне удалось в некие разумные сроки прожить мое горе и жить полноценной жизнью

Четвертый момент – это сопровождение моих рабочих судебных процессов. Они длятся с 2019 года. С помощью нейроноутинга и АСО я стала преодолевать свое сопротивление и чувствовать большую собранность и осознанность по этим вопросам. Фактически я заболела ковидом на фоне большого стресса из-за начала споров с моими деловыми партнерами, которые после пандемии решили украсть мой бизнес. Это было предательство, подстава на большие деньги и удар по репутации. Весь 2020

год мне физически причиняло головную боль любое упоминание об этой теме. А судебные процессы шли. И без моего участия они шли очень вяло и не в нашу пользу. Когда я стала заниматься этим кейсом, то головные боли ушли, физическое состояние стабилизировалось. Я перешла от АСО к моделированию событий, результатов, последствий. Увидела ситуацию с разных ракурсов. Мне стало легче взаимодействовать с юристами, адвокатами. Тема стала для меня просто рабочей, хотя её фактическая значимость по сей день еще достаточно большая. Я продолжаю этот кейс, надеюсь, что любой поворот событий мне на пользу, я формирую свой личный коридор желаемых результатов и благодарности за эффекты от них.

Пятый момент: я изменила формат моей работы с коммерческим отделом и с правлением компании. Часть рабочих встреч мы стали проводить в формате группового коучинга. Сейчас в общении с командой топ-менеджеров я регулярно использую нейроноутинг и ситуативные алгоритмы. Я никого этим не удивляю. Ранее я всегда рисовала методом Design thinking (дизайнерское мышление).

Визионерство и стратегия – это мой конек. Нейрографика дополнила мой инструментарий работы с группой.

Также я ввела раз в неделю полуторачасовые занятия в формате коучинга с использованием нейрографики коммерческому отделу. Это позволило мобилизовать внутренний ресурс сотрудников. Новые руководители смогли органично адаптироваться в команде. В новом формате был создан двухлетний план развития и предметные практические планы действий отдела продаж и развития. Все сотрудники отмечают большую работоспособность, коммуникацию в форме понимания без обсуждения.

Зарубежные партнеры, особенно новые, сильно впечатляются, когда я подвожу итоги наших встреч в их присутствии сразу на листах формата А3 и А2. Это задает некий новый качественный уровень коммуникаций и оценки моей экспертности.

Шестой момент – это работа с моим здоровьем и энергией. Я почерпнула отчасти совершенно новые для меня знания. Я давно увлекаюсь исследованиями в области работы мозга и квантовой физики. Мое образование позволяет мне глубоко проникнуть в научные аспекты функционирования биологических систем и физических законов. Кейс «Энергия жизни» я развиваю по всем алгоритмам курса, в рамках дневника «Эстетического коуча». Параллельно я это подкрепляю новыми для меня занятиями физической активности и работе с психологами из разных

областей. Фактически я за год «прокачала» новый уровень понимания и систематизировала свои знания про устройство человека. Следующим шагом для меня сейчас является переход к этому новому стилю жизни и заботе о своем здоровье, практиках наполнения жизненными силами. Это отдельный путь, и я по нему уже иду благодаря Нейрографике.

Седьмой момент – это проектная работа как таковая. У меня ранее были отточены навыки анализа и синтеза, что помогало эффективно принимать решения. С помощью Нейрографики мне стало легче систематизировать проекты. Теперь я использую парадигмальный анализ. На основе рамок парадигмального анализа я Идеи перевожу смело в Планы. Я создаю новые бренды или провожу ребрендинг с помощью Пирамид сознания, творчества и т.д. Сократилось мое внутреннее время на переживание новых проектов. Мой кайрос изменился: он растянулся там, где это мне надо, и сжался там, где это «поедает» мое внимание и энергию. Сместились фокусы внимания, я легче отношусь к событийному ряду. Фактически я стараюсь довести теперь этот навык в такую же бессознательную компетенцию, как анализ и синтез.

В моих планах дальнейшее применение нейрографики как регулярного инструмента в работе моего бизнеса, составление личного плана развития и работы в формате самокоучинга, использование практики в семейной жизни с детьми и мужем. Обучение детей всем алгоритмам и передача им практического опыта в зоне моих основных приоритетов.

[Ссылка на дипломную работу Вовк Анны в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Мультиполярность.



Тема: Заводы.

