



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Гурченкова Наталия

Супервизор:

Васильева Татьяна

Тема:

Путь к своему предназначению через нейрографику

Оглавление

Гурченкова Наталия.....	2
Путь к своему предназначению через нейрографику	2
Путь к своему предназначению через нейрографику	2
Работы.....	11

Путь к своему предназначению через нейрографику

Я узнала о нейрографике в конце 2022 года, когда состояла в группе по поточному рисованию и пару девушек рисовали причудливые рисунки, имеющие определенное сходство. Меня они очень заинтриговали техникой выполнения работы. Чуть позже я еще раз наткнулась на рисунок с похожей техникой, выполненный моей знакомой. И тогда я заинтересовалась у нее, что это такое.

Она с доброй ухмылкой ответила, что это нейрографика, и как это я об этом не знаю. «Действительно?» – подумала, я. – «Как это я об этом не знаю, давай посмотрим в интернете, что это такое!» И я залезла на YouTube, набирая в строке поиска слово нейрографика. На экране сразу появилась милая девушка с черным маркером в руках, голос ее был спокойным, и она очень интересно погрузила меня в краткий рассказ о нейрографической линии. Потом посмотрела еще ролик и еще, и меня затянуло.

Впереди предстояло долгое путешествие на самолете, я закачала в телефон разные видео, где рассказывалось о нейрографике, и решила ознакамливаться с ними в течение всей поездки. Там-то и появился главный герой этого чуда Павел Михайлович Пискарёв. С его энергетикой и тембром голоса он мне очень напомнил одного хорошего знакомого, и эта ассоциация сподвигнула меня поизучать чуть больше о создателе нейрографики и как он сам рассказывает о методе.

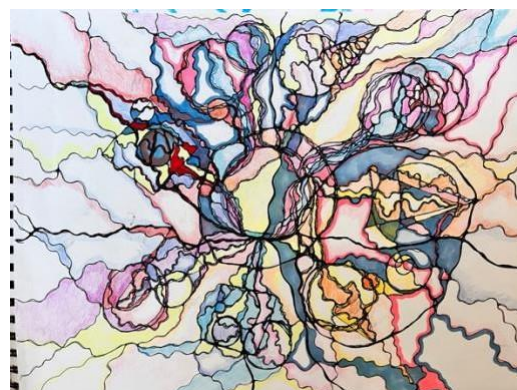
Я зашла на сайт института и нашла там запись на инструкторский курс, посмотрела требования, сроки и стоимость. Курс казался очень серьезным. В это время я заканчивала 9-месячный курс по духовной психологии, если ее можно так назвать, и там я вспомнила, что при окончании Спортивной академии мне предложили поступать в аспирантуру на кафедру психологии, и я тогда задумалась. Мне очень понравилась эта идея, но у меня были высокие спортивные цели и задачи, и я выбрала другой путь. Так психология осталась в моем сердце, для того, чтобы снова распаковаться в нужный для меня период жизни. Также на этом курсе мои коллеги утверждали, что из меня получится отличный коуч. Так уж получилось, что на курсе собралось много одаренных и видящих людей, и «видение» мне подтвердили несколько человек. На психолога учиться, пожалуй, у меня пока не было ресурса, а вот профессия коуча прельстила своей деятельностью. Так вот, мне хотелось продолжать мое обучение, да так, чтобы я могла реализовать свой потенциал, работая с людьми в сфере саморазвития. Нейрографика мне показалась

очень интересным инструментом на данном этапе. Я смотрела с позиции учителя, а не ученика.

Так как многие любят рисовать, но так, чтобы это не выглядело как хобби, а как саморазвитие, и при всем при этом получаются волшебные рисунки, такого я еще не видела.

Итак. На обучение нужны были деньги. В этом году я успешно продала свою квартиру и взяла оттуда деньги для обучения на инструкторском курсе. Я считаю, что инвестирование в свои знания, которые потом помогут мне самореализоваться, это самое лучшее инвестирование.

Курса нужно было ждать 5 месяцев, и я решила покупать курсы у другого инструктора, чтобы самой для начала освоить эту методику и посмотреть, кто в каком стиле работает. Не всегда удавалось понять смысл, но базовый алгоритм я схватила практически сразу. Также я успела порисовать несколько работ с потоком инструкторов 2022 года.



Одна из первых работ до инструкторского курса

Это были самые яркие последние вебинары про нейроцель и нейротайминг. Я с удовольствием рисовала звезды, не пройдя курс пользователь, и они мне казались прекрасными, особенно запомнился вебинар Павла Михайловича где он рассказывал про жизнь из состояния «Я звезда» и когда «Я не звезда», я до сих пор помню этот вебинар и в течении года я возвращалась к этому состоянию.



«Я звезда» с потока 2022 года

А на вебинаре Нейротайминг я нарисовала все самые свои заветные события, и они все сбылись в самом наилучшем варианте, так как я рисовала и светилась, создавая волшебное поле вокруг себя.

Также я всем своим знакомым стала рассказывать, что записалась на чудо-обучение онлайн в России, и мне бы очень хотелось бы привезти нейрографику в Испанию. Моя идея была так ясна, что я стала задумываться: «А как же я буду говорить о коучинге и нейрографике на испанском языке? Мне же не хватит терминологии! Может, найду какой-нибудь быстрый курс по коучингу в Испании, месяца на два или на три? Или закончу длинный и полноценный курс после моего обучения по Нейрографике?»

Подумала и стала искать в просторах интернета школы и курсы. Поиск занял две недели. Я отправила запрос в разные заведения.

В один прекрасный день мне позвонили из Бизнес-школы Барселоны для собеседования. Я ошеломленно думала, для чего мне собеседование в школу? Разве нельзя просто так оплатить и поступить? Оказывается, нужно было пройти собеседование, где девушка из отдела кадров целый час расспрашивала меня о моих целях и намерениях и почему именно коучинг. На следующий день мне нужно было написать мотивационное письмо, предъявить диплом о высшем образовании и заплатить большие деньги. Сама не поняла как, через два дня я была зачислена на обучение по лайф- и бизнес-коучингу на базе высшего образования. Я поняла, что мне придется сделать невыполнимое! Учиться на двух серьезных курсах, работать, воспитывать ребенка и тренироваться. На тот момент сама вселенная верила в меня, и я запечатлела это состояние до сих пор. Я закрыла глаза и представила моменты, когда мне может быть трудно, и перенесла в них мой ресурс – это вера в свои силы и воля. Я также договорилась с семьей, чтобы они поддерживали меня в трудные моменты, а не говорили: «Зачем ты на себя столько взвалила?». С этим багажом я двинулась дальше по жизни.

Я знала, что иногда будет трудно и захочется бросить, и тогда я вспомню это состояние, из которого принимала это решение.

И вот в феврале я начала обучение по коучингу, медленно, но верно. Я поняла, что это было одно из самых правильных для меня решений в моей жизни. Пока я адаптировалась два месяца к одной обучающей платформе и расписанию, пришла весна, а вместе с ней ворвалась нейрографика в мою жизнь.

До этого момента иллюзий было много, казалось, рисуй себе и вдохновляйся. Но не тут-то было. Информация нахлынула лавиной, вторники трещали по швам, когда нужно было найти время на вебинары и на работу. Чаты дымились, и новая платформа требовала времени на ее изучение. Плечо стало болеть с первой недели от такого количества рисования. Появились такие чувства, как раздражение и недовольство, внутренние саботажники (так мы называем ограничивающие убеждения на коучинге) стали петь хором, что это все не так и не то, и мои ожидания совсем не оправдались.

Я возвращалась в исходное состояние, которое упомянула ранее. Я всегда доверяю своим выборам и приняла, что нужно учиться работать в первую очередь над собой. В помощь приходил АСО, иногда даже АСО не

помогал, и я комбинировала техники медитации для того, чтобы найти мир и гармонию внутри.

Тогда я спросила себя: «Если я сама не в состоянии справиться со своим состоянием, как я собираюсь учить этому людей?» От одной этой мысли позиция жертвы откатилась на задний план. Появилось понимание, что все имеет свои циклы и именно сейчас в моей жизни просто нет зоны комфорта. Напряжение прошло через пару месяцев. Так я проработала состояние «из жертвы в творца» за первые месяцы обучения. Но потом пришло новое состояние «многозадачности» и суеты. Здорово, что у меня был шанс проработать это за мои работы, а также в сессиях по обмену с моими коллегами по курсу. Я поняла, что никто не виноват, что я делаю много для «галочки», а не для пользы. С этой идеей и чувством я даже стала переслушивать некоторые лекции и доставать оттуда что-то новое, особенно я любила это делать перед своими первыми групповыми занятиями.



АСО, когда было трудно

Конечно, состояние суеты трудно проработать даже за несколько месяцев, но у меня получилось вовремя отслеживать его и позволять себе отдыхать. Также я проработала умение говорить НЕТ. Это, наверное, мое самое большое достижение за курс. Как много в нем ресурса. Я осознала, что иногда переоцениваю свои возможности и набираю слишком много задач. Времени и сил на них хватает, а вот концентрации и внимания — нет.

Поэтому благодаря своим работам и рефлексии я качественно улучшила свою жизнь.

Но вернусь немного назад.

Вот и написан первый реферат. Как приятно было вспомнить школьные годы, я прямо очутилась в машине времени. Но это же и было первой маленькой победой, первой ступенью к вершине горы. Интервизии, супервизии, все это всполошило старые воспоминания, когда я училась в университете. И было интересно посмотреть на это не с позиции подростка, как раньше, а с позиции взрослого человека. Также заметила, что много паттернов поведения мы несем далеко из прошлого, и они как раз и являются ограничениями для плодотворного личностного роста.

Когда мы дошли до коуч-вебинаров, тут я расцвела. Я еще раз

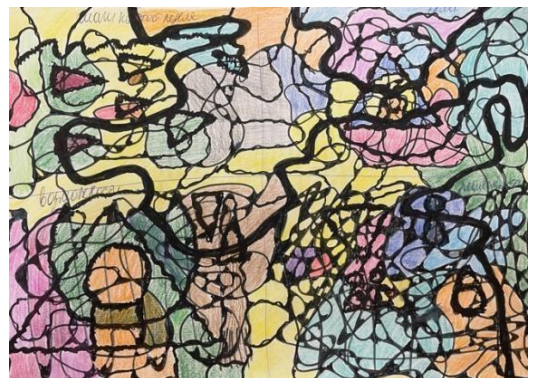
осознала, что мне именно туда, в мой любимый коучинг. В бизнес-школе мы медленно разжевываем программу, дошли до второго модуля, и я понимаю, что пока я – это первая буква из слова КОУЧ и что самое время расстаться с синдромом самозванца (вот когда закончу очередной курс, тогда начну преподавать) и начать практиковать на том, что имею в данный момент. Таблица компетенции МАНГО оказалась просто волшебным инструментом на данном этапе.

Я ознакомилась с требованиями к диплому и набрала сразу нужное количество желающих поработать в роли коучи со мной. Откликнулось много людей. Для диплома я работала бесплатно, а с остальными за донейшн. Были и те, которые не выполнили свой компромисс и не закончили свои кейсы. И это тоже было отличным опытом, так как сейчас я учусь создавать сильные альянсы на коуч-сессии или отказываюсь сама работать с людьми, если не вижу в них нужной мотивации, так как процесс коучинга не имеет тут никакого смысла. Этот опыт также дал уверенности в себе и в своих силах и осознать, что клиенты бывают разные, не все доходят до конца.

Сессии получались по-разному. Какие-то проходили плавно и созвучно, а какие-то проходили тяжело для меня. Иногда я просыпалась в 7 утра и проводила сессии с первыми лучами солнца, чтобы потом успеть на работу. Летом в Испании расписание отличается от зимнего, и мне снова приходилось адаптироваться под новый режим.

За время сессий я поняла, насколько нужно набирать опыт и силу коуча. Часто приводила сама себе примеры из спорта. Каждое соревнование не похоже на предыдущее, даже если я хорошо владею техникой, все равно придется подстраиваться под конкретные условия. Так же и в коучинге, самые лучшие сессии проходили, когда я расслаблялась и находилась в моменте здесь и сейчас. Некоторые коуч-модели заходили на ура, а с другими приходилось попрытеть. Конечно, на тот момент у меня были не все коуч-модели в моем арсенале, поэтому я выключала голос назойливого саботажника-перфекциониста, который старался выполнить превосходно каждую сессию. Это было еще одним уроком для меня, быть честной с самой собой и благодарить себя за то, что уже умеешь, вместо того, чтобы ругать за то, чего еще не знаешь.

Я помню все свои сессии с клиентами, а их было более 30. Самые любимые были с



Коуч модель GROW (холодный клиент)

холодными клиентами, когда они тебя не анализируют как коуча, ни твои вопросы, и когда действительно работаешь с людьми с чистого листа. Даже их рисунки с нейролиниями, которые напоминают больше рисунок детектора лжи, напитаны любовью и старанием, и они мне очень ценны. Я достойно переживала слезы с клиентами и делила их радость и смех, а одна клиентка даже передумала разводиться. Конечно, она была продвинутым клиентом, и поэтому только одна сессия была для нее решающей.

Одной своей клиентке я хочу уделить особое внимание. Мы с ней стали стали близкими подругами и даже планируем запустить совместный проект по саморазвитию. Нас сблизила именно нейрографика и волшебный алгоритм Нейродрево. Было удивительно рисовать его, и как инсайты клиентки передавались и мне. Мы действительно были как в одном волшебном поле. Даже если у меня возникала новая идея, я просила ее поучаствовать в моем эксперименте. Наш совместный проект мы рисовали вместе, используя коуч-модель ИКИГАЙ и сравнивали какие ценности у нас одинаковые, а какие нас различают и тем самым дополняют. Я очень благодарна, что благодаря нейрографике мы сблизились.



Мы две звезды

Также на мою просьбу побыть моим коучем откликнулась девушка из Инстаграма, которая давно являлась моей подписчицей. И мы стали работать. Ей было трудно понять, как работает нейрографика, но в этом случае нейрографика работала для меня. Мне было очень легко вести ее через сессию, видя, как и что она изображает на листе бумаги. Я получила от нее самые красивые слова: «Я так благодарна, что ты появилась в моей жизни!».

Наверное, не на каждой работе можно услышать слова такой благодарности, и это одна из моих ценностей — быть действительно полезной в этой жизни. Я даже серьезно пересматриваю, как плавно перейти от своей настоящей работы риэлтором к полноценной профессии коуча и инструктора по нейрографике.

Придерживаясь принципа постепенности.

Про мою нынешнюю работу риэлтором тоже можно подробно изложить, так как я до сих пор прохожу коуч-сессии в качестве коучи со своими коллегами по курсу. Хочется отметить, что очень полезным опытом является побыть по ту сторону экрана и посмотреть, как работают другие девушки.

Всегда черпаешь для себя что-то новое, и даже то, как мне не хотелось бы делать. Все идет в копилку знаний.

Мои коллеги по курсу оказались замечательными людьми, и я поняла, насколько они и клиенты расширяют мое мировоззрение, карту моего собственного мира. Сколько в нас похожего и как каждый человек находит выход из своей проблемы и приходит к какому-то пониманию. И даже тут я осознала, что мои клиенты и являются моими лучшими учителями. Например, одна моя клиентка спокойным голосом заявила, что она не многозадачна, а многовариантна. Это повернуло мое мышление на 180 градусов в этой теме, над которой я и сама работала.

По мимо индивидуальных сессий в процессе учебы я также провела несколько групповых занятий, правда пока по АСО, группы были небольшие из 5 человек. Я привыкла работать с большой аудиторией по спорту ранее, поэтому цифра 5 мне изначально показалась маленькой.

Я прочувствовала на себе, каких усилий стоит подготовить материалы, найти клиентов и четко дать информацию и заинтересовать их. Времени и энергии было потрачено немало.

Конечно, видя, сколько клиентов собирается в группах у уже известных нейрографов, мое эго сильно обиделось на цифру 5. Я взяла эту тему на проработку, а также фразу Павла Михайловича, что большое дерево растет медленно. И пришла к выводу, что даже один пришедший человек — это уже большая ценность.

Потом я провела групповую сессию по родовой мандале. Я получила огромное удовольствие от сессии и попросила клиентов написать мне лично обратную связь для моего будущего роста и для того, чтобы сессии были намного интереснее. Ребята с удовольствием откликнулись, и я получила очень полезные комментарии от них, которые обязательно применю в будущем. Я почувствовала себя уверенно и комфортно. Также заметила, что у меня появляется особенная энергия, когда я провожу групповые занятия, появляется поточность и сладкоречие. Такое похожее состояние у меня было, когда я проводила спортивные групповые занятия. От них никогда не устаешь.

Если вернуться к процессу обучения, то я рисовала поездку на Байкал, и моя мечта осуществилась. Поездка уже была спланирована, но я и не подозревала, что она могла пройти так удачно. Я с удовольствием нейрографировала черно-белую фотографию озера и волшебного пейзажа на

его фоне. Эту работу я загрузила в диплом как одну из своих любимых.

Время длилось к концу лета, у меня намечался отпуск, и решила снова углубиться в частные сессии, так как нужно было готовить работы к будущему диплому. Я стала активно вести свой инстаграмм и рассказывать там о пользе коучинга и нейрографики.

Я поняла, что почву нужно подготавливать сразу, не откладывая на будущее, тем более что есть большая поддержка в виде чата и кураторов.



Байкал. сбылась моя мечта

В процессе учебы я много раз прорабатывала темы «Успешный коуч» или «Успешный инструктор нейрографики» и все еще ищу свой стиль и образ. Но у меня уже сформировалась идея, как предлагать курсы по саморазвитию с использованием нейрографики, а также различные мероприятия в виде team building или бизнес-ретриты.

Особенно эти идеи были привнесены мною в жизнь благодаря коуч-моделям TRUE и GROW, где я четко научилась видеть свои ресурсы и ценности. Имея такой багаж, с ним можно смело реализовывать свои идеи и планы. Так благодаря нейрографике я проработала еще одно свое ограничивающее убеждение «я не способна».

Конечно же, я все еще собираю идеи, как паззлы, в одну большую картину своего нового проекта, но именно благодаря нейрографике я еще более детально стала подходить к планированию и постановке целей.

В процессе обучения в октябре месяце я также набралась сил заговорить о нейрографике на своем обучении по коучингу и провела свою первую групповую сессию в Испании. Коллеги очень заинтересовались предметом и попросили ссылки на испанском языке. И мне пришла мысль, что нейрографика вообще пока не известна в этой стране. Поэтому с нового года, когда получу диплом, я шаг за шагом буду заниматься развитием нейрографики в этой стране. Запущу новую страницу в инстаграм, на YouTube-канале, а также здорово провести переговоры с институтом по поводу внедрения официального перевода терминологии.

За эту групповую сессию у меня родился прекрасный новый алгоритм, который я в будущем представлю институту нейрографики, он очень простой,

Гурченкова Наталия. Путь к своему предназначению через нейрографику.

но очень эффективный. Также в моей голове пронеслась мысль, что в будущем было бы неплохо запустить нейрографику в программу коучей как дополнительный инструмент работы с людьми. Но пока это в дальновидных моих планах.

Сейчас, в преддверии Нового года, намечаю планы на ближайшие офлайн-мероприятия, а именно на декабрь и первый триместр января, запустить первую встречу и рисовать вживую. Присматриваюсь к помещениям, к способам оповестить людей, думаю над ценой. Меня очень мотивирует и интригует эта затея. Я также ее прорисовала в течение курса. Меня даже стали приглашать знакомые на мероприятия, где бы я могла представить им нейрографику. В настоящий момент мы ведем переписку и устанавливаем даты.

Вроде я уже в конце пути обучения на инструктора по нейрографике и эстетического коучинга, но я еще в самом начале пути своей новой профессии, а значит, и новой жизни.

Нейрографика работает!!!



[Ссылка на дипломную работу Гурченковой Наталии в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Я через год.



Тема: Финансовая свобода.

