



2023 год

Автор:

Евган Светлана

Супервизор:

Жучков Сергей

Тема:

**Сопротивление при работе в коучинге с использованием
метода Нейрографика**

Оглавление

Евган Светлана	2
Сопротивление при работе в коучинге с использованием метода Нейрографика	2
Сопротивление при работе в коучинге с использованием метода Нейрографика	2
Resistance when working in coaching using the Neurographic method	2
Аннотация	2
Annotation	2
Ключевые слова	2
Keywords	2
Список литературы	8
Работы	11

Сопротивление при работе в коучинге с использованием метода Нейрографика

Resistance when working in coaching using the Neurographic method

Аннотация

В этой статье мы рассмотрим принципы создания новых нейронных связей, причины возникновения сопротивления при работе в коучинге с использованием метода Нейрографика. Обсудим значение сопротивления для самого метода. В практической части приведём описание исследования сопротивления в фокус-группе, а также наши выводы по нему.

Annotation

In this article we will look at the principles of creating new neural connections, the reasons for resistance when working in coaching using the Neurographics method. Let's discuss the meaning of resistance for the method itself. In the practical part we will describe the study of resistance in the focus group, as well as our conclusions on it.

Ключевые слова

Нейрографика, нейронные связи, сопротивление, коучинг, базовый алгоритм нейрографики.

Keywords

Neurographics, neural connections, resistance, coaching, basic neurography algorithm.

На наш взгляд, тема сопротивления при работе в коучинге [2] с использованием метода Нейрографика [4] актуальна, как для людей, рисующих нейрографические работы, так и для понимания принципов действия метода Нейрографика в целом. Метод Нейрографика создан в 2014 году Павлом Михайловичем Пискарёвым, доктором психологических наук, профессором, топософом, архитектором, основателем Института психологии

Данный метод с момента его создания обрёл довольно обширную географию распространения. За первые 9 лет метод «Нейрографика» стали применять в 38 странах на 5 языках более 3000000 человек [5].

Метод Нейрографика признан научным сообществом. Научное исследование метода Нейрографика ведётся под руководством проф. Владимира Васильевича Козлова, являющегося президентом Международной академии психологических наук, академиком МАПН, доктором психологических наук, профессором, заведующим кафедрой социальной и политической психологии ЯрГУ им. П. Г. Демидова.

По определению П. М. Пискарёва, метод Нейрографика – инструмент управления эмоциональным интеллектом при решении рациональных задач [5].

Её областями применения являются: самокоучинг, коучинг, социальные и адаптивные программы, профилактика дегенеративных заболеваний нервной системы, программы реабилитации и т. п.

Что же такое сопротивление при рисовании нейрографических работ? Для того, чтобы ответить на этот вопрос, надо обратиться к принципам формирования новых нейронных связей в головном мозге и рассмотреть принципы метода Нейрографика.

Мозг является самым энергозатратным внутренним органом человеческого тела. В процессе своего непрерывного функционирования мозг расходует до 20% энергии, потребляемой всем организмом [11]. Что составляет примерно 50% всей глюкозы, ежедневно поступающей из печени в кровь, что соответствует примерно 100 граммам глюкозы [8].

Тогда как масса самого мозга составляет всего около 2% от массы всего организма. Таким образом, ткани мозга расходуют энергию, поступающую из питательных веществ, в 10 раз интенсивнее, чем это в среднем делают остальные ткани организма [11]. Такая высокая энергозатратность объясняется сложным составным процессом передачи информации между нейронами, включающим в себя как электрические импульсы, так и химические реакции синтеза и распада ионов калия, натрия, кальция и хлора [9]. Но и метод Нейрографика основан на возникновении новых нейронных связей в головном мозге при прохождении человеком, создающим нейрографический рисунок, Базового алгоритма Нейрографики [6].

Сопоставление этих процессов и исследование людей, рисующих нейрографические работы, могло бы стать, как нам кажется, интересной темой для дальнейших аппаратных исследований.

Каковы же основные принципы метода Нейрографика, приводящие к активации нейронов?

Автор метода Нейрографика в своей публикации «Технологии мышления Метамодекна в методе Нейрографика» пишет следующее: «Нейрографика — это творческий метод трансформации мира, формирование и трансформация бессознательного, изменение впечатлений под заданный контекст [7, с. 56]. Когда мы рисуем нейрографику, мы обеспечиваем взаимосвязь интеллектуального процесса с тем, чтобы проблема — «белое пятно» разума, превратилась в некое нейронное облако, которое обеспечивает энергией необходимые нам смыслы и ведет нас в сторону гармонии [7, с. 68].

Нейрографика – это организация и переорганизация нейронных связей [7, с.58].

Не всякая линия организует нейронную связь. «Линия Пискарёва» или «нейрографическая линия» – это специальный инструмент, который позволяет изображение сделать ощущением, перевести схему в рисунок, индивидуализировать любое изображение. Она работает на формирование наших впечатлений, создает ощущения в теле [7, с.77].

Как мы выяснили выше, создание новых нейронных связей — процесс крайне энергозатратный для всего организма. В то же время, при рисовании нейрографических работ наблюдается так называемый феномен сопротивления. У нас есть гипотеза, что частично он связан с энергозатратностью мозга, что могли бы подтвердить либо опровергнуть аппаратные исследования. Но для сопротивления есть и множество других предпосылок. Каких именно — мы опишем в практической части нашей статьи.

Сопротивление, казалось бы, довольно неприятный аспект при работе в самокоучинге и коучинге с использованием метода Нейрографика, но так ли это на самом деле?

По мнению автора метода П.М. Пискарёва, если человек, создающий нейрографический рисунок, не столкнулся с тем или иным проявлением сопротивления в процессе работы, то он либо взял неактуальную для себя тему, либо не дошёл в этой теме до нужной для её трансформации глубины.

Следовательно, мы можем сделать вывод, что сопротивление и его преодоление являются неотъемлемой частью метода Нейрографика, приводящей к трансформации сознания, а именно в этом и есть цель использования метода.

Лишь пройдя путь преодоления сопротивления при создании нейрографических рисунков, в нашем мозге выстраиваются новые нейронные связи, ведущие наше мышление по новому пути, что, в свою очередь, приводит к новым принципам действий, а из новых действий рождаются новые результаты, ради которых и применяется метод Нейрографика.

Что же вызывает сопротивление и как именно оно проявляется?

Для выявления наиболее распространённых реакций мы провели тестирование среди людей, находившихся у нас в коучинге с использованием метода Нейрографика. Целью тестирования был не только сбор информации от коучи относительно испытываемого ими сопротивления, но и сопоставление их восприятия сопротивления с тем, как его видел коуч, с которым они работали.

У нас была фокус-группа из 6 коучинговых клиентов, отрисовавших 7 кейсов на самостоятельно выбранные ими темы.

Мы рассмотрели сопротивление по соотношению двух факторов:

- личной субъективной оценки коучи, выявленной в ходе тестирования;
- объективной оценки коуча, исходящего из метапозиции по отношению к коучи.

Результаты тестирования показали нам следующее:

Коучи 1. У коучи сопротивление было проявлено в виде ухода от постановки актуальной темы, избыточной сонливостью во время коуч-сессии и саботажем действий в реальности для закрепления результатов работы. Коучи связывает причины сопротивления как с личными психологическими аспектами, так и с сопротивлением поля (под полем следует понимать информационное поле Земли [10]). Проявление сопротивления коучи оценивает в 20% максимум. По работе с коучи коуч оценил уровень его сопротивления в 80–100%. Несмотря на крайне простые шаги в реальности, которые коучи сам для себя определял, и высокую замотивированность в достижении поставленной цели, коучи долгое время ничего не

Коучи 2. Второй кейс того же клиента на другую тему. Принцип личной оценки коучи почти тот же. Коучи активно уходил от физических аспектов проявления темы в духовные, хотя тема непосредственно касалась материального мира и могла раскрыться только через взаимодействие с ним.

Мы отметили, что сопротивление и в этой теме коучи списывает не только на себя, но и на поле. Т.е. пытается частично переложить ответственность на препятствование информационного поля в решении личных задач. Также в работе коучи регулярно проявлял желание переложить часть ответственности за решение своих задач на коуча, что тоже являлось следствием сопротивления.

Коучи 3. Оценки коучи и коуча относительно видов, причин и силы сопротивления во многом совпали. Коучи в ходе работы испытывал разноплановое и сильно выраженное сопротивление, но успешно с ним справлялся. Сопротивление проявлялось: в резком ухудшении самочувствия во время рисования нейрографических работ, в скоростных перепадах настроения, в неосознаваемых попытках зафиксироваться на негативе. По мнению коучи, максимума сопротивление достигало на этапе изначальной постановки темы. Коучи полагает, что причины сопротивления носили и личный характер, и были следствием сопротивления поля. В этом случае коуч полностью согласен с коучи, сессии неоднократно переносились по самым разным причинам, как коучи, так и коучем.

Коучи 4. Оценка сопротивления коучи и коучем совпали почти полностью. За исключением того, что коуч отметил устойчивое сопротивление коучи при переходе от рисования к действиям, что сильно тормозило процесс закрепления новых нейронных связей, а коучи посчитал этот вид сопротивления незначительным. Что, в свою очередь, тоже является проявлением сопротивления — не замечать проблему. Коучи в конце каждой сессии составлял план действий для осуществления задач, которые он прорабатывал с помощью метода Нейрографика. И упорно не выполнял свой план, хоть он и не требовал от коучи значительных временных либо физических затрат.

Коучи 5. Оценки сопротивления коучи и коуча совпали. Коучи отметил сопротивление при рисовании этапа связей с социумом, что полностью отражало и сам запрос коучи на налаживание гармоничного взаимодействия с внешним миром. Само сопротивление не имело ярко

выраженного проявления, носило характер коротких всплесков лёгкого недомогания в процессе рисования. Коуч полагает, что успешность преодоления коучи сопротивления, как раз во многом связана с его незначительными проявлениями.

Коучи 6. При тестировании коучи указал отсутствие сопротивления. Коуч подтвердил это. Коучи был скептически настроен к методу Нейрографика. Вследствие чего он глубоко не погружался в психологические аспекты своей темы, что и не вызывало у него никакого сопротивления на всех этапах рисования. Но стоит отметить, что уровень осознанности и заинтересованности в распаковке своей темы был настолько высок, что клиент создал новую нейронную сеть, обеспечивающую ему мотивацию и действия в реальности, необходимые для реализации запроса. Интересным моментом является и то, что коучи в начале работы, будучи скептически настроенным в отношении метода, не связывал полученные результаты с самим методом.

Коучи 7. Коучи отмечает максимальное сопротивление на этапе рисования, связанном с коммуникативными навыками и умением выражать свои эмоции, с чем согласен и коуч. Но при этом коуч отметил, что ещё большее сопротивление у коучи вызывал этап принятия решения в теме и последующих действий в реальности, вызванное страхом ошибки. Само сопротивление выражалось в повышенной эмоциональности коучи на упомянутых этапах рисования, во всплесках раздражительности, нежелании следовать всем пунктам Базового алгоритма Нейрографики. Сопротивление коучи преодолевал после разъяснения коучем значимости и необходимости каждого этапа.

Подводя итог данного исследования, мы пришли к выводу, что сопротивление у коучи проявлялось как на физическом уровне, в виде разного рода недомоганий, которые, впрочем, быстро проходили, так и на психологическом: уход от постановки актуальной темы; попытки фиксации на негативном, но привычном результате; нежелание переходить к действиям в реальности.

При этом в тех аспектах связи этапов рисования с процессами мышления, где коучи признавал наличие проблемы, он отмечал сопротивление объективно. А там, где коучи не видел проблематики, он мог и вовсе не замечать даже сильно проявленного сопротивления, которое регистрировал не включённый в его проблему коуч.

В то же время, успешность преодоления сопротивления не была связана

только с признанием проблемы, либо мотивацией коучи коучем, хотя это и способствовало положительной динамике. Она носила преимущественно личный характер, зависящий от волевых качеств коучи, наличия либо отсутствия у него положительного опыта преодоления жизненных трудностей, психологической готовности к переменам, а не только заявленного желания их достичь, общего физического и психического тонуса на момент работы в коучинге. Также было бы крайне полезно и информативно в будущем провести аппаратное исследование мозга во время рисования нейрографических работ и посмотреть, как сопротивление проявляется на этом уровне.

В заключение мы можем сделать следующие выводы:

- Наличие сопротивления и его преодоление является частью процесса трансформации сознания при работе в коучинге с помощью метода Нейрографика.
- Обобщая данные по тестированию фокус-группы коучи, можно отметить, что наибольшее сопротивление вызывают этапы начальной постановки темы, выстраивание связей с внешним миром и действия в реальном мире для закрепления результата работы.
- Возникновение сопротивления возможно на всех этапах прохождения по Базовому алгоритму Нейрографики.
- Возможность преодоления сопротивления лежит, как в плоскости ответственности коучи, так и работающего с ним коуча.
- Успешность преодоления сопротивления в большей части обусловлена личными качествами и нюансами психологического состояния самого коучи, что не снимает с коуча необходимости максимально подключить все свои силы (согласно таблице компетенций МАНГо [1]) для помощи коучи в этом преодолении.

Список литературы

1. Дьяченко (Новоселова) Е. Модель психологического сопровождения личности. - 2021. - [Электронный документ]. - Режим доступа: <https://www.b17.ru/article/330157/>

2. Маилян А. Психологические науки. Тренинг и коучинг как способы стимулирования профессионального развития, карьерного и личностного роста. Научный журнал "GLOBUS" Том 7 #4(69), 2022. - С. 1-3. - [Электронный документ]. - Режим доступа:

<https://cyberleninka.ru/article/n/trening-i-kouching-kak-sposoby-stimulirovaniya-professionalnogo-razvitiya-kariernogo-i-lichnostnogo-rosta/viewer>

3. Метамодерн. Институт Психологии Творчества Павла Пискарёва. Официальный сайт института в России. - [Электронный документ]. - Режим доступа: <https://metamodern.ru/>

4. НейроГрафика. Институт Психологии Творчества Павла Пискарёва. Официальный сайт автора метода. - [Электронный документ]. - Режим доступа: <https://neurographica.metamodern.ru/>

5. НейроГрафика. Институт Психологии Творчества Павла Пискарёва. Официальный сайт автора метода. - [Электронный документ]. - Режим доступа: <https://neurographica.metamodern.ru/metod/history/>

6. Пискарёв П.М. Метамодерн и интегративная методология гуманитарного знания. - Докторская диссертация по психологии Специальность 19.00.01 — Общая психология. - Ярославль, 2016. - 461 с. - [Электронный документ]. - Режим доступа: [https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://theory.metamodern.ru.xsp.h.ru/lo cal/templates/theory/pdf/DissertationDrPiskarev.pdf](https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://theory.metamodern.ru.xsp.h.ru/lo%20cal/templates/theory/pdf/DissertationDrPiskarev.pdf)

7. Пискарёв П.М. Технологии мышления Метамодерна в методе Нейрографика. - [Электронный документ]. - Режим доступа: [https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://theory.metamodern.ru.xsp.h.ru/lo cal/templates/theory/pdf/quadrantmethod.pdf](https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://theory.metamodern.ru.xsp.h.ru/lo%20cal/templates/theory/pdf/quadrantmethod.pdf)

8. Самохина Е. Прожорливый мозг. - Победитель научно-популярного конкурса "Био/Мол/Текст"-2016, 2016. - Режим доступа: <https://biomolecula.ru/articles/prozhorlivyi-mozg#source-2>

9. Синий Ю.Е. О вероятностных принципах реализации генотипа в фенотипе и переработки информации в мозге. - Международный научный журнал "Инновационная наука" №10, 2016. - С. 1-11. - [Электронный документ]. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-veroyatnostnyh-printsipah-realizatsii-genotipa-v-fenotipe-i-pererabotki-informatsii-v-mozge/viewer>

10. Шумаев В.А. Управление мирозданием, солнечной системой и человеком. - Международный научный журнал «Символ науки» №10/2015 ISSN 2410-700X. С. 1-7. - [Электронный документ]. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/upravlenie-mirozdaniem-solnechnoy-sistemoy-i-chelovekom>

11. Шумилов В.Н. Принципы функционирования мозга. – 2-е изд., перераб. и доп. Ш 96 / отв. ред. В.И. Соломонов. – Томск: Изд-во Том. ун-та, 2015. – 188 с. [Электронный документ]. – Режим доступа: <https://core.ac.uk/download/pdf/287487629.pdf>

[Ссылка на дипломную работу Евган Светланы в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Внутренняя опора.



Тема: Гармонизация работы и отдыха.

