

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

НейроГрафика - трансформация жизни.

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Сафонова С.В.

«30» августа 2024 г.

Выполнил Коровина Н.В.

«30» августа 2024 г.

2024 г.

*«Искусство — совершенно особый способ
восприятия реальности, не менее
могущественный, чем наука.*

*Искусством надо заниматься для того,
чтобы стать самим собой»*

Т.В. Черниговская

НейроГрафика - трансформация жизни.

Содержание.

Личная история, размышления с ручкой и бумагой.

Знакомство с НейроГрафикой.

Обучение на Инструктора и первая практика с другими.

Клиент Л.М. - гармоничная семья.

Клиент С.Р. - как выйти из уныния.

Клиент А.К. - как перейти от депрессии к прорыву.

Клиент И.П. - путь от тревожности к радости.

Клиент К.Д. - путь к здоровому телесно и духовно качеству жизни.

Как работает НейроГрафика.

*От тактической задачи к стратегическому планированию через
НейроАрхитектуру.*

Что же такое НейроГрафика.

НейроГрафика не просто зашла, а ворвалась в мою жизнь и поселилась, я уверена, в ней навсегда. Обычно в НейроГрафику жены приводят своих мужей...В моей же ситуации все сложилось с точностью до наоборот. Будучи человеком, который никогда не умел рисовать и не держал в руках маркер и карандаш с целью создания рисунка, я всегда интуитивно, на уровне подсознания, для принятия важных решений, для выполнения каких-либо сложных задач, во время проведения важных совещаний использовала бумагу и ручку – размышляя и думая о задаче или проблеме, я рисовала ручкой какие-то фигуры, соединяла их между собой, штриховала, закрашивала, и в результате почти всегда находила решение своей проблемы. Во время такого рисунка (который я и рисунком то не считала) я становилась спокойнее и в тоже время концентрировалась в фокусе проблемы/задачи, находясь в ресурсе взвешенно принимать решения. В конце 2022-го года в компании, в которой я до этого проработала 12 лет с командой единомышленников и профессионалов, участвовала в ее становлении, как публичной, произошла определённая пертурбация- пришло новое руководство, которое старалось почистить и убрать всех сотрудников, которые занимали руководящие должности и участвовали в создании и развитии этой компании. Для меня наступил не очень простой период. Я понимала, что надо научиться как-то снимать стресс, интуитивно у меня пришла идея заняться чем-то творческим. Мне всегда нравилась каллиграфия и я попросила супруга приобрести мне рабочие материалы для изучения и изображения иероглифов. Получив желаемое, и будучи склонной к перфекционизму, мне захотелось найти преподавателя по данному направлению, и я вновь обратилась супругу с просьбой, чтобы он нашел мне преподавателя по изучению и написанию иероглифов. Он нашел, но только не преподавателя по иероглифам, а Учителя (с большой буквы не опечатка, потому что это именно Учитель с большой буквы – Пискарев Павел Михайлович) по

НейроГрафике. Ознакомившись с НейроГрафикой, супруг сказал, что это именно то, что мне сейчас нужно, а иероглифы могут подождать.

Впервые слово НейроГрафика я услышала от мужа 6 марта 2023г., в этот же день произошло и мое первое практическое знакомство с НейроГрафикой. Я посмотрела бесплатный вебинар и темой работы выбрала волнующий на тот момент вопрос моего дальнейшего пребывания в компании. Будучи человеком абсолютно безграмотным в работе с таким инструментом, как НейроГрафика, я использовала в своих рисунках не только круги, дающие баланс и гармонию, но и множество треугольников, сделав в своем рисунке множество острых углов в результате, тем самым придав суперускорение и стремительность в поставленной задаче. Это я сейчас знаю, что с треугольниками надо работать осторожно, быть чутким к своим ощущениям, понимать, куда эта энергия будет направлена, какая она. Но тогда всего этого я не знала, но очень хорошо прочувствовала результат этой работы на себе. Как итог моего первого НейроГрафического рисунка - перелом ноги на следующий же день. Я решила, что это знак и самое интересное, что несмотря на такое кардинальное решение моего вопроса, я была довольна таким решением, так как у меня появилась возможность всё обдумать, находясь на больничном листе и временно не появляться в компании. Я поверила в НейроГрафику сразу, и тут же, буквально на следующий день, приняла решение, что я должна заняться изучением НейроГрафики, а будучи по характеру максималисткой, приняла решение сразу идти на самый полный курс НейроГрафики - курс Инструктора НейроГрафики и Эстетический коуча.

Так что же такое НейроГрафика и как говорится, с чем её едят? НейроГрафика – это, как говорит автор курса П.М. Пискарев, психологический метод 21-го века, который по праву претендует на то, чтобы называться мощнейшим в мире психотехнологии инструментом для решения задач. Этот метод основан на

практике рисования актуальной задачи рисующего. Он позволяет решить задачи разного спектра и уровня: как наладить коммуникацию, как справиться с болезнью, как гармонизировать свою жизнь, как построить бизнес, как улучшить качество жизни, как расставить приоритеты и научиться все успевать, как расти материально и духовно. На все эти вопросы ответить прежде всего самому себе помогает НейроГрафика. Чем больше я погружалась в практическую НейроГрафику, тем больше понимала и наблюдала, что НейроГрафика является очень важным инструментом взаимодействия самим собой, со своим психическим состоянием, с окружающим миром. На протяжении обучения, я много раз слышала от людей, уже познавших этот метод, что НейроГрафика — это просто чудо. Не спорю, чудо, но как человек, ищущий научного обоснования, я хотела найти подтверждение этого на практике и постараться разобраться, в чем же секрет этого чуда.

И шла я к этому пониманию очень быстро - работая над собой и работая с клиентами, я почти каждый день видела результаты. Благодаря тому, что Институт психологии и творчества (ИПТ) с самого начала разрешает своим студентам практиковать, я начала набирать свою базу клиентов, наблюдать за изменениями в себе и в тех, с кем я работала, кому пыталась помочь с помощью НейроГрафики. Постепенно, шаг за шагом, алгоритм за алгоритмом, я открывала новые законы, правила, принципы НейроГрафики и все больше понимала чувствовала на себе всю прелесть и красоту этого метода. За время обучения на курсе я решила несколько своих проектов, решила проблемы со здоровьем, решила вопрос достойного ухода из компании, научилась строить свои планы и придерживаться их. Стараюсь по возможности успевать больше, чем раньше могла. Но особое удовольствие и радость мне доставляла и доставляет работа с моими клиентами. Наблюдать как решаются или наоборот не решаются, а меняются их задачи, как меняются темы, поставленные ими

изначально, как меняется внутренний мир самого клиента. И мне радостно, что эти изменения, как правило, всегда в лучшую сторону.

Мне хочется поделиться особенно ярким и сильным воздействием НейроГрафики на некоторых из моих клиентов.

Клиент Л.М.

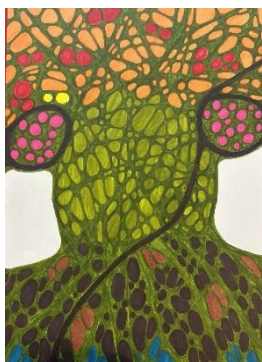


Клиентка обратилась ко мне с просьбой проработать тему создания гармоничной семьи. Клиентка незамужем, одна воспитывает дочь 14 лет. Замуж ранее выходить не планировала, но поняла, что хочет создать семью, иметь любимого мужчину и родить ещё одного ребёнка. Я спросила есть ли у клиентки кто-нибудь на примете, встречается ли она с кем-то на данный момент, на что она ответила, что просто ищет себе пару. Работая с клиентом, используя метод НейроГрафики, я начинаю с настройки на выбранную тему, разговариваю с ним, обсуждаю, провожу лёгкую медитацию, дыхательные практики. И в результате такой настройки и общения с клиенткой, выяснилось, что она хочет выйти замуж за определенного мужчину, у которого уже есть семья (он женат и у него двое детей и он не планирует разводиться). Я сказала ей, что не работаю с неэкологичными темами – это мой принцип, более того, инструмент, который я использую, а именно НейроГрафика, является очень экологичным инструментом и не работает на разрушение одного для создания другого. Клиентка согласилась, и мы поменяли не саму тему, а подход для проработки проблемы. Она пообещала мне, что будет работать просто на воображаемого мужчину, с которым она когда-то сможет создать свою будущую семью. Сделали первый рисунок АСО-1. Клиентка с радостью сделала рисунок, используя прекрасные цвета и в отличном настроении, счастливая ушла домой. Параллельно работая со мной, она обращалась к коучу, которая настраивала её противоположно, уговаривая, что, если хочешь мужчину надо его брать

неважно, женат он или нет. На следующей встрече со мной, когда мы готовили тему, клиентка сказала, что будет работать на воображаемого мужчину. Но, как выяснилось позднее, образно и мысленно она представляла того же самого женатого мужчину. После расставания и её доработки рисунка дома, она позвонила мне и сообщила, что очень плохо себя чувствует ее тошнит, болит низ живота и немножко потрясывает. Разбираясь в ситуации, я выяснила, что она рисовала свою тему на данного женатого мужчину. Я объяснила ей, что это



неправильно. И работать в таком же ключе с ней на эту тему не смогу. Клиентка через некоторое время возвращается и вновь обещает, что будет работать на воображаемого будущего мужа. Мы снова начинаем рисовать: используем алгоритмы АСО, Нейролотос, шаманский дождь и клиентка чувствует себя прекрасно тело её радуется. Но, в один момент клиентка снова обращается в мыслях, не озвучивая мне, к знакомому женатому мужчине. И после этого рисунка ей вновь становится плохо - опять боли внизу живота, тошнота, поднимается температура. Трижды моя клиентка поступала так и каждый раз после визуализации при работе с рисунком на данного женатого мужчину, её тело бурно реагировало болью. Только после того, когда я решительно отказалась работать с ней, она заверила меня что будет честной и в мыслях не будет обращаться к этому мужчине. Мы начали развивать тему



воображаемого мужчины. Прошло время и после 15-го здорового экологичного рисунка, она встретила молодого человека, с которым они сейчас встречаются. Я рада, что с помощью такого чистого и светлого психологического инструмента, как НейроГрафика смогла убедиться в экологичности данного метода и помогла человеку понять, что

она была на неправильном пути. Мы смогли исправить ее путь и всю ее напористость и решимость направить не на разрушение уже созданного и счастливого, а на созидание нового и своего.

Клиентка С.Р.



Клиентка пришла с неопределёнными темами в состоянии сильного уныния, грусти от нерешенных проблем на работе и в личной жизни. Рассказывая все темы, соединяла в один большой клубок, который не в состоянии размотать. Данной клиентке требовалась более долгая настройка. Мы делали много дыхательных упражнений, регулярно использовали телесные практики, чтобы суметь хоть немного ее раскрепостить. У клиентки была очень высокая степень тревожности и волнения. С ней мы нарисовали большое количество работ – все виды АСО,



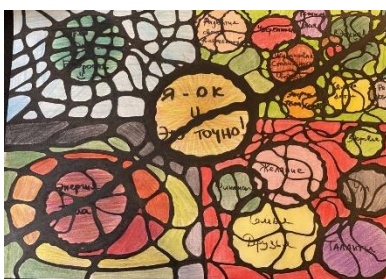
АСС, АВН, Нейродрево, Нейролотос, Шаманский дождь. В момент работы над рисунком у клиентки была очень сильная рефлексия: состояние менялось от грустного до весёлого, чесалось всё лицо и порой все тело, сбивалась дыхание, тошнило. Но каждый раз проработанный рисунок заканчивался радостными песнями. Домой она возвращалась счастливой. В результате долгой работы клиентка решила вопрос с работой – уволила сотрудницу, которая устраивала ей психологические и рабочие проблемы. Отпустила ситуацию



расставания с мужчиной, с которым прожила более 10 лет (на данный момент ушла ненависть и они дружески общаются), закончила курс Пользователь, НейроДизайн и НейроКолор в Институте психологии и творчества. Клиентка достигла состояния душевного равновесия и спокойствия, рисует НейроГрафику почти каждый день и благодарит меня за

знакомство с таким потрясающим инструментом.

Клиент А.К.

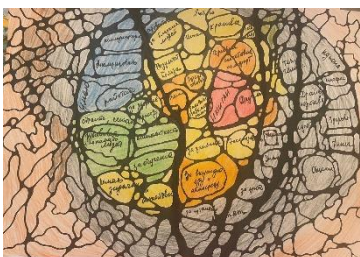


Обратился в состоянии тревожности, депрессии. Первые же слова в теме выражали грусть, боль и сплошную неуверенность в себе. Начинаем работать с АСО, постепенно снимаем стресс. Сильная рефлексия, особенно активно реагирует тело: чешется нос, рот появляется в жар во всем теле, горят уши, лицо, живот и руки. На этапе архетипирования появляется чуть больше уверенности, клиент начинает улыбаться. С клиентом были проведены работы АСО1,2,3, АВН, АСС. Но самый мощный толчок дал алгоритм эстетического коуча, после которого у клиента начался сильнейший прорыв. Слова темы изменились, появились слова радости и счастья, исчезли неуверенность и грусть. Когда рисовали алгоритм Я-ОК, в конце работы над рисунком, клиент сказал: «Я-ОК и это точка!». Это было решающим аргументом. Следующим был Икигай, с помощью которого клиенту удалось выстроить свои дальнейшие планы, понять, что он хочет и к чему стремиться. Жить с целью — это мыслить о будущем. Выбрав главный целью быть счастливым и проработав фигуру счастья, он изменил всё в своей жизни. На данный момент у клиента рост материальный и духовный, разобрался и решил все свои проблемы, влюбился в НейроГрафику и посвятил в НейроГрафику многих своих друзей.



И наконец две мои самые любимые клиентки.

Клиентка И.П.



Самая сложная и по настоящий момент из всех моих клиентов. Неразрешенных задач и проблем у нее было много. Отсутствие цели, радости, обесценивание себя как личности, непонимание

куда двигаться, чем заниматься дальше. Рутинизация дня в день. Сильно выраженная тревожность. При этом, умная, красивая, трудолюбивая женщина. Здесь было целое море, океан чувств и эмоций, но все



вытесняло тревога. Прежде чем рисовать НейроГрафику, мы проводили с ней хорошую подготовительную работу. Всегда встречались в парке, гуляли,



разговаривали, делали дыхательные упражнения, лёгкую медитацию и только потом переходили к нейрорисункам. Мы проделали вместе огромную работу, она сделала более 50 работ с использованием методики. Предложение обратить

тревожность в радость получило реализацию. Это был большой успех для нас обоих.

Клиентка К.Д.



Самая легкая, исполнительная, очень старательная. Умница с большой буквы. Быстро добилась результатов и в дальнейшем поддерживала стабильный эффект от достигнутого результата. Возраст клиента – 85 лет. Это мама моего супруга. Рисовала только

АСО, но результаты были потрясающие. Тема работ начиналась «Здоровый кишечник». Клиентка более 60 лет употребляла слабительные средства в

большой дозировке. Уже после первого рисунка мы снизили дозу. После 10 рисунков употребление слабительных средств было эпизодически и в очень



малой дозировке (1/2 таблетки). Это был колоссальный результат, так как с возрастом прогрессирует дистрофия гладкой мускулатуры пищеварительного тракта, а тут случился как раз обратный эффект. Но что самое важное и

интересное, что восстановилась моторика не только кишечника, но произошли ряд других изменений в качестве здоровья. В частности, рука от трясущейся,



стала твердой, уверенной в действии, добавилось энергии, активности. Тема рисунков переросла в «Хорошее здоровье». Рисовала много и с удовольствием. До последних своих дней пребывала в состоянии гармонии и баланса, была очень одухотворенным человеком.

Как же работает НейроГрафика?

У каждого из нас есть видение своей проблемы, задачи или ситуации. В голове у себя мы рисуем образы, символы, знаки. Рисуя с помощью карандаша или маркера, мы можем либо управлять и закреплять то желаемое, что хотим, либо изменить негативное в лучшую сторону.

Наши мысли – одна из самых тонких и динамичных энергий, способных менять мир вокруг. Это объясняет материализацию наших страхов и воплощение наших желаний. Мы сами можем создавать собственную реальность. Просто изменив свой образ мыслей, закладывая в подсознание нужные установки, мы меняем свою жизнь. Все в мире взаимосвязано, и позитивные энергии наших мыслей приводят в движении целую энергетическую сеть. В результате вся вселенная помогает нам в достижении своих целей. А НейроГрафика — это

главный инструмент для создания впечатлений, и красивых впечатлений, для развития воображения, визуализации. Ведь НейроГрафика прежде всего красота и экологичность, и главный ее посыл, чтобы творение, рисунок нравился рисующему. Визуализация это не абстрактное размышление, а часть нашей внутренней энергии, которую мы можем направить в нужное нам русло. Мы привыкли разделять наш внутренний мир – мир наших мыслей и эмоций, и внешний мир – мир событий, других людей, окружение, предметов, а НейроГрафика позволяет их соединить и делать это мягко, гармонично. Наш внутренний мир и наш сознание обладает огромнейшей силой и именно от них во многом зависит то, что происходит нашей жизни. Любая энергия, а наша мысли, по сути и являются мощным энергетическим потоком, стремятся найти свое воплощение в материальном мире. Концентрируя свое сознание на том, что нам необходимо, мы направляем с помощью визуализации инструментами НейроГрафики поток своих мыслей во вселенную, сильно увеличивая свой собственный потенциал. Визуализировать – означает мысленно представлять себя в ситуации, когда мы получаем то, к чему стремимся. От фантазии к мечте, а потом в третий квадрат плана и заканчиваем реализацией. И это всё реально, это работает.

Любую успешный бизнес или организация процесса начинается с выработки чётко определённой, прозрачной целенаправленной, приносящей пользу стратегии. Стратегия поддерживает миссию, видение, цели и задачи организации. Без такой стратегии бизнес похож на корабль, тонущий в океане. На корабль оказывают воздействие внешние силы, такие как течение, волны и ветраи внутренние – команда, размер и стоимость. Потерявший руль корабль несётся по волнам и под влиянием окружающей среды и прочих факторов он никогда не достигнет своего места назначения. Тоже самое относится к нашему мозгу. Для развития и движения нужна стратегия. Как и капитану корабля, чтобы достичь места назначения, необходимо задать курс (определить цели и

задачи, а также осуществлять мониторинг и корректировку с учётом всех внутренних и внешних сил). Задать и поддержать этот курс, позволяет стратегическое планирование и грамотное управление процессами, которые необходимы для реализации этой стратегии и управления ею. НейроГрафика, а конкретно раздел НейроАрхетиктура – потрясающий инструмент для стратегического планирования и управления своей жизнью, своими целями, задачами, мечтами.

Метод НейроГрафики использует графические приемы, заданные изначально и направленные на преобразование и изменение мыслей, репрезентацию проблемы. Потом происходит анализ и последующее преобразование с целью принятия решений, формулирование конечной репрезентации, ориентированной в будущее. В ходе работы руками, мы задействуем премоторную кору головного мозга, которая отвечает за речевой аппарат, чувственные, двигательные действия, осознание, опознание (гнозис и праксис). В НейроГрафике используются особые возможности творческого проявления, осознание процесса рисования и самоанализа: переживание чувств, эмоций, способность понимать и наполнять реальным смыслом, проживать и переживать и тем самым улучшать психическую функцию личности. Например, прохождение по АСО через внимание к себе, через самонаблюдение, обретает другое видение ситуации – здесь происходит углубление в архетип нашей психики, что в свою очередь увеличивает количество сил, присутствующих в решении задач. НейроГрафика помогает быть в состоянии, в котором мы можем быть полностью погружены в свою деятельность. Иначе говоря, быть в потоке: сосредоточенным, максимально вовлеченным и нацеленным на успех. Каждому, кто на практике применял методы НейроГрафики знакомо это состояние. Происходит рост жизненной активности, открывается доступ к ресурсам энергии и творчества. В жизни словно появляется сила, мотивация и энтузиазм. Я рисовала и чувствовала, что способна побороть свой страх.

НейроГрафика – это про осознанное рисование, которое является одним из древнейших и важнейших способов общения с самим собой. Посредством линии мы приходим в рост и развитие, ведь она идет туда, где мы не ожидаем ее увидеть. Мы выходим из зоны комфорта, осваиваем новые участки своего мозга, включается сознание.

Подводя итог, как сказал Павел Михайлович Пискарев, НейроГрафика – является особым психологическим инструментом интегративного подхода позволяющие с помощью фигур, символов зайти в самую глубину человека - прикоснуться через уникальный опыт внутренних переживаний человека к духовному, а уже через духовное – силу Самости – решать мирские вопросы.

Творчество – это один из аспектов жизни человека, способный из жизни создавать произведение искусства. НейроГрафика, как огромный творческий потенциал, дает стабильный результат, который не зависит от колебаний внешнего мира, и благодаря которому у нас меняется отношение к ситуации, к людям, к жизни, к окружающему миру. Мы воспринимаем реальность с гармонией и любовью в душе и теле.

Я благодарю Всевышнего, что реальность, посредством моего мужа, свела меня с автором метода Павлом Пискаревым, его дружной, профессиональной и человеколюбивой командой, с институтом психологии и творчества.

Я в восторге от всех инструментов и методов ИПТ.

Они хорошо работают и дополняют друг друга.