

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

Нейрографика как способ сопровождения
ЖИЗНИ

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Сафонова Светлана

«28» февраля 2024 г.

Выполнил Котельникова Ксения

«16» февраля 2024 г.

2023 г.

Нейрографика как способ сопровождения ЖИЗНИ

Содержание

Выбор в пользу психологии
Лидерами рождаются или становятся?

Нейрографика как фундамент для развития лидерских качеств
Нейрографика: нейро - графика - искусство
Арт-терапия в социальной работе

Преимущества НейроГрафики
Алфавит и принципы метода
Законы композиции
Принцип "золотого сечения" в жизни

Здравствуйте, меня зовут Ксения Котельникова.

Вот уже 3 года я работаю психологом. Веду консультации в формате онлайн. Кроме этого, уже 200 человек побывали на моих мастер-классах по нейрографике. Заинтересовавшись этим методом работы с мозгом, я изучила его очень подробно и внедрила в свою психологическую практику. Мои мастер-классы проходят как в режиме онлайн, так и в виде “живой” встречи в моем родном Кирове.

Стоит рассказать, как я сделала выбор в пользу психологии.

У меня с рождения серьезный порок развития спинного мозга – Spina bifida. Из-за этого моя жизнь проходит в инвалидном кресле.

Оглядываясь назад, я понимаю, что детство было для меня самым сложным периодом в жизни. Большую его часть я провела в больницах. Не удивительно, что

упадок сил и апатия к окружающему миру стали моими спутниками на тот момент.

К счастью, я не смирилась с таким положением дел и однажды просто поняла: я НЕ ХОЧУ ТАК провести ВСЮ свою ЖИЗНЬ!

Однако, легко сказать: «Хватит терпеть!» Но что дальше, если статус “колясочник” с тобой навсегда?

Я всегда много путешествовала, за что безмерно благодарна своим близким. В путешествиях я расспрашивала своих друзей и новых знакомых об их видении мира, планах, ценностях. Мне было интересно, как другие люди – не такие, как я – заботятся о себе, реализуются в жизни, решают проблемы, поддерживают физическое и ментальное здоровье.

Помимо этого, я всегда много читала книг по психологии, была в курсе свежих научных исследований, проходила курсы экспертов-профессионалов. Интерес к разным направлениям психологии помог мне сделать свой профессиональный выбор

Я поступила на очное отделение в Московский Государственный Гуманитарно-Экономический Университет и в 2021 году получила диплом по специальности психолог.

Увы, но рассказ про обучение в московском вузе девушки-колясочницы не уместится в рамки презентации.

Возможно, справиться со всеми “приключениями” того времени мне помогло твёрдое убеждение в правильности выбора. Сомнений, зачем мне всё это, не было ни разу. Зато появилась гордость от того, что сегодня я могу влиять на ценности, которые укоренились в моей жизни, и помогать окружающим сделать то же самое.

Несмотря на свой возраст, с уверенностью могу сказать, что побывала в разных

ролях и жизненных ситуациях, потому знаю, как бывает больно и сложно. Знаю, что такое депрессия и потеря желания радоваться жизни. Знаю, как решиться на изменения даже в инвалидном кресле. Знаю, как найти мотивацию двигаться дальше по пути под названием «ЖИЗНЬ».

Моё образование помогло мне стать психологически устойчивой и выстроить ту жизнь, которую я хочу прожить. Сегодня я в силах помочь сделать это другим людям!

Для практики я выбрала интегративный подход. Он позволяет работать сразу с разными целями. Так, во время сессии вы начинаете видеть ясную картину окружающей реальности. Это может касаться вашей жизни или вашего проекта, бизнеса. Вы начинаете понимать причины возникающих сложностей. У вас появляются идеи выхода из тупиковых ситуаций. Вы видите те ресурсы, которыми обладаете, и получаете эмоциональный толчок для реализации идей в жизни.

При вашем желании мы подкрепляем всё сеансами нейрографики.

Всё это позволяет принять решение, получить ответы на вопрос, устранить проблему и выстроить шаги к достижению целей и исполнению желаний.

Именно во время курса я поняла что "Я должна стать лидером своей жизни"

Психологи современности до сих пор обсуждают вопрос относительно путей развития лидерского потенциала личности на различных этапах возрастных периодизаций личности. По этому поводу сформировано две полярные точки зрения.

Одна из теорий предполагает то, что ни воспитание, ни обучение и окружающая среда не играют никакой решающей роли в становлении человека лидером, иными словами лидером человек рождается.

Именно исходя из этой парадигмы, можно с уверенностью сказать, что необходимы соответствующие условия и ситуации, в которых человек сможет пережить такие яркие состояния и переживания, которые перманентно закрепятся в

подсознании и сформируются как постоянная черта личности. Принимая во внимание тот факт, что психическое развитие не прекращается в течение всего жизненного цикла и результатом его являются психические новообразования и особенности, характерные для каждого возрастного периода, то в зрелом возрасте как социально-психологической возрастной категории, которой характерно интенсивное развитие всей структуры личности, а так же интеллектуальных систем в которых также формируются определенные психические новообразования и психические особенности.

Учеными выявлено, что именно в зрелости наиболее полно развиваются и раскрываются организаторские способности и закладывается фундамент для развития умений и навыков присущим лидеру, которые необходимы для успешного руководства коллективом.

Так же, в деятельности лидера можно рассматривать с точки зрения ступеней или этапов в становлении лидерских способностей:

I ступень: желание развивать лидерские способности через мотивацию.

Цель данной ступени в создании благоприятных условий и поддержание мотивации, поощрение успехов и достижений в деятельности.

II ступень: овладение навыками, умениями и фундаментальными знаниями как основными положениями лидерских способностей.

Нацелена на раскрытие и развитие лидерских способностей в сфере мотивации, общественной и профессиональной деятельности, познавательной и эмоциональной.

III ступень: раскрытие лидерского потенциала в творческой деятельности.

Цель данной ступени в самореализации личности раскрытых потенциалов и способностей как лидеров в своей жизни.

Все эти три ступени имеют шанс быть реализованы только при условии активной деятельности в социальных условиях. Тогда как сама активная социально значимая деятельность развивается на собственных решениях, конкретного понимания результата процесса или действия и подразумевает активное и осознанное действие, которое направлено на достижение конкретной цели.

В социально-педагогических исследованиях выделялись следующие ключевые функции действия. К ним относятся:

- Самосознание - это важное умение своевременно расставить и понять мотивацию своих поступков, то как ты реагируешь на конкретную ситуацию. Умение распознавать свои эмоции, настроения, то как они влияют на окружающую среду.
- Системное мышление - способность видеть ситуацию в целом, а так же выделять в ней главное и второстепенное видение. В данном аспекте лидер должен мыслить глобально со способностью выходить за рамки понимания только своего сознания. Он способен разрушать старые устои, и создавать новые. Охват и понимание ситуации становится для него многоструктурным и масштабным.
- Умение видеть на перспективу и стратегические возможности. Обладание способностью предвидеть и просчитать различные модели будущего, чувствовать потенциальные и перспективные возможности с реальной оценкой рисков.
- Наличие харизмы. Неоспоримым авторитетом пользуется именно харизматическая личность, она является идеальным лидером. За ним идет коллектив, разделяют его ценности и идеи, не из чувства долга, а потому, что имеют к нему полное доверие и веру.
- Умение не следовать стереотипам. Способность понимать и уметь быть толерантным.
- Способность быстро и эффективно действовать, уметь воплощать новые способы познания и освоения мира.

Мощным фундаментом для развития лидерских качеств может стать Нейрографика, этот метод поможет раскрыть свои потенциальные способности через объекты которые мы разносим на листе таким образом, чтобы их положение приобрело гармоничное расположение, чтобы это был отпечаток, который приносит нам удовлетворение. Когда эти абстрактные фигуры приобретают между собой гармоничное значение, между ними налаживаются те или иные связи, и мы можем работать с ними дальше.

Каждая из геометрических фигур несет смысл. Согласно данному выводу очевидно, что каждый человек может раскрыть и развить до нужных ему пределов его лидерский потенциал. С возрастом способности человека растут в прогрессии относительно его богатого жизненного опыта и профессионализма. Самое основное это найти своё предназначение и определиться со сферой деятельности, где можно наиболее продуктивно развить свой потенциал. Нейрографика в современном понимании - это воплощение идей Юнга, которые были сформулированы великим психологом и стали основой теории графических образов.

Нейрографика - это творческий способ трансформировать собственную реальность, работая с подсознанием и прорабатывая внутренние ограничения, конфликты и негативные установки, меняя их на позитивные путем прорисовывая новых нейронные связи в собственном сознании

Из названия метода Нейрографика, ясно, что рисование связано с нейронами.

Нейрон - это электрически возбудимая клетка, которая обрабатывает, хранит и передает информацию с помощью электрических и химических сигналов.

В течении дня мы постоянно теряем и регенерируем нервные клетки. Посредством их регенерации образуются новые связи, в результате чего происходит процесс, называемый нейрогенез, с помощью которого на протяжении всей человеческой жизни рождаются новые нейроны.

Нейронные сети могут меняться в течение всего жизненного пути человека, и наш мозг обладает безграничным ресурсом нейропластичности до самых последних дней.

Цель нейрографики - не просто нарисовать. А важен именно процесс, важны конкретные задачи, конкретного человека, под которые подбирается модель, алгоритм. С его помощью можно изменить отношение к полученному опыту. Мозг нейропластичен, т.е. возможно ослаблять существующие нейронные связи и создавать новые.

На создание новых нейронных связей влияет количество линий.

Рисуя Нейрографику, мы вкладываем в рисунок смысл, чувствуем вдохновение, много линий, много округление, направляем свое внимание на создание нового

убеждения, тем самым создаем новые нейронные связи. Также мы должны следить за рефлексией – это обратная связь от самого себя. Это один из способов выделить из потока мыслей важные и главные мысли и образы которые позволяют сосредоточить на них свое внимание- это и есть основа "осознания и регуляции".

Так мы отслеживаем свое состояние по 4 точкам внимания: что я вижу, что я чувствую, какие реакции тела, какие эмоции, какие смыслы вносим. Это позволяет нам быть сосредоточенным на своей теме, в рисунке и глубоко проживать свои состояния, трансформировать, получать инсайты и посмотреть на тему под новым неожиданным углом. А если мы отвлеклись за какой-то мыслью, ушли из состояния «я здесь», то такая работа не будет носить глубины. Тема, будет прорабатываться, в основном, за счет действия мелкой моторики, но это будет очень долгая и не эффективная работа. Важно помнить, Нейрографика – практика сопровождения, которая помогает изменить жизнь к лучшему.

АЛФАВИТ - упорядоченная определённым образом система графических знаков, изображающих отдельные звуковые элементы языка и таким образом передающих звуковой облик слов. Каждая буква любого алфавита имеет определенное значение

ГРАФИКА - это раздел языкознания, который устанавливает состав начертаний, употребляемых при письме, изучает соотношение между буквами и звуками.

На сегодняшний день продолжает оставаться актуальным воздействие искусства с терапевтической целью. Нейрографика занимает все большее место в психологии и педагогике. Разные виды искусства для лечения души и тела использовались еще на заре человеческой цивилизации, начиная со жрецов в Древнем Египте, затем врачами, философами, педагогами и психологами. Они задумывались над тайнами влияния живописи, театра, движений, музыки, пытаясь определить их роль как в восстановлении функций организма, так в формировании духовного мира личности.

Использование разных видов искусства в целях врачевания наблюдалось в Древней Греции, Китае и Индии.

В Древней Греции театр и изобразительное искусство рассматривали как эффективное средство воздействия на человека. Виднейшие древнегреческие философы Пифагор, Аристотель, Платон, указывали на профилактическую и лечебную силу воздействия рисования. Они считали, что рисование, прежде всего его основные компоненты — изменяют настроение человека, перестраивают его эмоциональное состояние

В словаре Ефремовой мы находим следующее определение рисования - это метод лечения нервных и психических заболеваний средствами искусства и самовыражения в искусстве. В настоящее время различные виды арттерапии представлены практически во всех странах как в медицине (при нервно-психических, соматических заболеваниях), так и в психологии (общей, медицинской, специальной), поскольку при любой структуре нарушения так или иначе затрагивается аффективная сфера.

Интерес к использованию искусства в целях коррекции, к механизму его воздействия на человека в конце XX в. заметно вырос. Это связано с научно-техническим прогрессом (появлением аудиовизуальных средств, медицинской техники и пр.). В свою очередь, это позволило более глубоко изучать физиологические реакции организма в ответ на воздействие рисования. В то же время этот интерес определяется возможностью применения музыки как лечебно-коррекционного средства, обеспечивающего гармонизацию состояния человека: снятие напряжения, утомления, повышение эмоционального тонуса, развития эстетических потребностей.

Арт-терапия появляется на базе идей З. Фрейда и К.Г. Юнга, а в дальнейшем приобретает гуманистические модели развития личности К. Роджерса и А. Маслоу. В конце XIX в. в своих учебниках по психиатрии П.П. Малиновский отмечал лечебные воздействия занятий рисованием, музыкой и рукоделием. Искусство как терапевтическая техника впервые была применена Маргарет Наумбург, продолжательницей стала Эдин Крамер, работающая исключительно с детьми. Х. Я. Квятковска установила, что художественная сессия с участием всех членов семьи действует терапевтически и укрепляет семейные отношения в целом.

Шон МакНифф рассматривает «исцеляющее творчество» как процесс, включающий в себя ряд стадий создания образа и последующей рефлексии. Исследованиями в области арт-терапии занимались такие ученые как Ш. Макнифф в

статье «О расширении возможностей психологических исследований», Р. Сильвер и Д. Эллисон исследовали самоидентификации и оценки образа «я» в рисунках делинквентных подростков, Е.А. Толчинская в исследовании «Коррекция психофизиологического состояния беременных женщин средствами музыки и рисования», И.В. Борщевская и С.В. Шереметова в статье «Применение мультимодульных техник в процессе групповой арт-терапии пациентов, страдающих пограничными психическими расстройствами». Применение арт-терапевтических методик описано в работах А.И.Копытина «Основы арт-терапии», «Теория и практика арт-терапии». Таким образом, опираясь на достаточно обширную теоретическую базу, мы можем подробнее остановиться на практическом применении арт-терапии в социальной работе.

Существует 2 вида арт-терапии: активная и пассивная. При пассивной форме клиент «потребляет» художественные произведения, созданные другими людьми: рассматривает картины, читает книги, прослушивает музыкальные произведения. При активной форме арт-терапии клиент сам создает продукты творчества: рисунки, скульптуры и т.д. Занятия по арт-терапии могут быть структурированными и неструктурированными. В первом случае тема жестко задается специалистом, во втором – свободное творчество клиента.

С точки зрения К. Тисдейл, задача арт-терапевтической работы – побудить участников группы учиться посредством того опыта, который ранее не был ими осознан, «вскрывать» логику и доводы тех или иных ранее не осознаваемых поступков. Чем более понятным человек станет для себя самого, чем лучше постигнет эффекты воздействия собственной личности на окружающих, тем более он будет способен к осмыслению возможных отклонений в своем поведении. В арт-терапии диагностический и собственно терапевтический процессы протекают одновременно посредством увлекательного спонтанного творчества. В результате легче устанавливаются эмоциональные, доверительные коммуникативные контакты между сторонами, включенными в диагностический процесс. Это особенно значимо в работе. Творчество как процесс осуществляется на разных уровнях: бессознательном, подсознательном, сознательном и трансперсональном. Каждый из этих уровней имеет свои закономерности образования

Арт-терапию и метод «Нейрографика» объединяют единые нейрофизиологические механизмы, но есть основания полагать, что нейрографика как одно из новых направлений арт-терапии, обладает существенными преимуществами и может стать достаточно эффективным методом при проведении диагностики, лечения психических нарушений, в лечении соматических заболеваний и травм, сопровождающихся отклонениями психологического статуса. Этот метод более доступен для применения, так как не требует никаких особенных условий для его использования.

Буква - это графический знак, используемый для обозначения на письме звука речи. Буквы бывают большие (или прописные) и маленькие (или строчные). Строчные буквы пишутся в начале предложений и в начале имён собственных.

Алфавит- это совокупность всех букв, расположенных в определенном общепринятом порядке.

Основные фигуры нейрографического алфавита.

1. Круг - самая безопасная и гармоничная фигура. Фигура целостности. Круг — это солнце или светило, свет, гармония, целое, божественное, сакральное. Новичкам рекомендуется начинать рисовать с кругов. Это наше сознание.

2. Треугольник - динамичная фигура, содержит в себе углы, потому часто ассоциируется с конфликтами и опасностью. Это лидерский принцип и триггер изменений

Задаёт динамику и вектор движения в нашей жизни. Это очень сильная фигура, новичкам не рекомендуется её рисовать. Это фигура, которая выводит из зоны комфорта. Нужно быть осторожным и уметь этой фигурой управлять. Важно понимать, куда эта энергия лидера будет направлена и какая она. Потому что если нет понимания, куда направить энергию треугольников, то это может привести к конфликтной ситуации и беспокойством.

3. Квадрат - фигура Стабильности. Устойчивость, стабильность, постоянство. Эта фигура понижает ощущение тревоги. Квадраты вносят в работу, когда необходимо стабилизировать свое состояние. Это наше тело. Обратная сторона квадрата - состояние застойности в застрять в ситуации, отсутствие перемен. желаний изменения

4. Нейрографическая линия - это главный актив Нейрографики. Она связывает все элементы.

Линия – это проекция мышления на плоскость. В этом смысле, как только человек ведет обнаруживает свое мышление. Линия формирует живое впечатление на жизненно важные свою линию, он тут же темы у живых, реальных людей. Когда впечатление живое – оно в нас работает, оно заставляет нас переживать, выводит из состояния апатии, выгорания, фрустрации и пр. Так вот, проблема мышления в том, что человек переполнен стереотипами. Это вовсе не плохо, потому что позволяет ему выживать, быть эффективным, дает иллюзию надежности. Линия должна быть бионическая. Слово «бионика» составлено из фрагментов слов, обозначающих те науки, которые вошли в ее состав: биология и биотехника и т.д. Линия не прямая, не повторяемая, не стереотипная.

Первый базовый принцип нейрографики - образы интегрируют смыслы.

Это значит, что обращаясь к образам, мы имеем возможность собрать целый каскад смыслов в одном изображении. Здесь рисование это обращение к образному ряду через графику, что дает возможность соединить на одном листе то, что может быть, сложно сказать в одном предложении. Образы можно соединять и в этом смысле объединять разные поля смыслов.

Второй базовый принцип нейрографики - смыслы концентрируют состояния.

Это значит 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.

ЗАКОНЫ КОМПОЗИЦИИ И РАСПОЛОЖЕНИЕ ФИГУР НА ЛИСТЕ

О золотом сечении знали еще в древнем Египте и Вавилоне, в Индии и Китае. Великий Пифагор создал тайную школу, где изучалась мистическая суть «золотого сечения». Евклид применил его, создавая свою геометрию, а Фидий - свои бессмертные скульптуры. Платон рассказывал, что Вселенная устроена согласно «золотому сечению». А Аристотель нашел соответствие «золотого сечения» этическому закону.

Высшую гармонию «золотого сечения» будут проповедовать Леонардо да Винчи и Микеланджело, ведь красота и «золотое сечение» - это одно и то же. А христианские мистики будут рисовать на стенах своих монастырей пентаграммы «золотого сечения», спасаясь от Дьявола. При этом ученые - от Пачоли до Эйнштейна - будут искать, но так и не найдут его точного значения. Бесконечный ряд после запятой - 1,6180339887.

История “Золотого сечения” - это история человеческого познания мира. Понятие “Золотое сечение” прошло в своем развитии все стадии познания. Первая ступень познания открытие “золотого сечения” древними пифагорейцами. Есть предположение, что Пифагор свое знание золотого деления позаимствовал у египтян и вавилонян. И действительно, пропорции пирамиды Хеопса, храмов, предметов быта и украшений из гробницы Тутанхамона свидетельствуют, что египетские мастера пользовались соотношениями золотого деления при их создании.

В начале 20-го века в Саккаре (Египет) археологи вскрыли склеп, в котором были погребены останки древне-египетского зодчего по имени Хеси-Ра. В литературе это имя часто встречается как Хеси-Ра. Предполагается, что Хеси-Ра был современником Имхотепа, жившего в период правления фараона Джосера (27-й век до н.э.) Из склепа наряду с различными материальными ценностями были извлечены деревянные доски-панели, покрытые великолепной резьбой, которую исполнила рука безупречного мастера. Всего в склепе помещалось 11 досок; из них сохранилось только пять, а остальные панели полностью разрушены. Долгое время назначение панелей из захоронения Хеси-Ра было неясным. Вначале египтологи приняли эти панели за ложные двери.

Однако, начиная с 60-х годов 20-го века, ситуация с панелями начала проясняться. В начале 60-х годов русский архитектор И. Шевелев обратил внимание на то, что на одной из панелей жезлы, которые зодчий держит в руках, соотносятся между собой как $\sqrt{5}+1$, то есть как малая сторона и диагональ с отношением сторон 1:2 ("двухсмежный квадрат"). Именно это наблюдение стало исходной точкой для исследований русского архитектора И. Шмелева, который провел тщательный геометрический анализ "панелей Хеси-Ра" и в результате пришел к сенсационному открытию, описанному в брошюре "Феномен Древнего Египта".

Итак, прежде чем определить золотое сечение, необходимо ознакомиться с понятием пропорции. В математике пропорция (лат. proportio) - это равенство между

двумя отношениями четырех величин: $a : b = c : d$. Далее, для примера обратимся к отрезку прямой. Отрезок АВ можно разделить на две равные части (/). Это будет соотношение равных величин - $AB : AC = AB : BC$. Эту же прямую можно разделить на две неравные части в любом отношении. Эти части пропорции не образуют. Отношение малого отрезка к большому или меньшего к большому есть, а соотношения (пропорции) нет. И, наконец, прямую АВ можно разделить по золотому сечению, когда $AB : AC$, как $AC : BC$. Это и есть золотое деление или деление в крайнем и среднем отношении. Из вышеизложенного следует вывод, что золотое сечение - это такое пропорциональное гармоническое деление отрезка на неравные части, при котором весь отрезок так относится к большей части, как сама большая часть относится к меньшей; или другими словами, меньший отрезок так относится к большому, как больший ко всему, т. е. $a : b = b : c$ или $c : b = b : a$. Определение - деление в крайнем и среднем отношении - становится более понятным, если мы выразим его геометрически, а именно $a : b$ как $b : c$. Выводим золотую пропорцию. Из точки В восстанавливается перпендикуляр, равный половине АВ. Полученная точка С соединяется линией с точкой А.

На полученной линии откладывается отрезок ВС, заканчивающийся точкой D. Отрезок AD переносится на прямую АВ. Полученная при этом точка f делит отрезок АВ в соотношении золотой пропорции. Арифметически отрезки золотой пропорции выражаются бесконечной иррациональной дробью. $AE = 0,618...$, если АВ принять за единицу, $ff = 0,382...$. В практике применяется округление: 0,62 и 0,38. Если отрезок АВ принять за 100 частей, то большая часть отрезка равна 62, а меньшая - 38 частям. Спирали очень распространены в природе.

Все другие величины, если они возникли в результате нарушения формообразования по каким-либо причинам, пропорции не составляют. Пропорциональные отношения ведут к симметрии, ритму, к гармонии и красоте. Непропорциональные отношения ведут к нарушению порядка, нарушению симметрии и ритма, что воспринимается человеком как некрасивое и даже уродливое. Итак, природный закон божественной пропорции, проявляющийся в высших формах произведений искусства, обнаруживается в новой, ритмодинамической форме эстетического закона.

Закон "золотого сечения", известный со времен Древнего Египта, является

одним из самых удивительных математических законов; он был сформулирован великим Леонардо и все чаще фигурирует в стремительно нарастающем потоке естественнонаучных и гуманитарных исследований.

Этот закон не является законом принудительным, единственным или исключительным, обуславливающим художественное впечатление; тем не менее, он остается законом, непосредственно связанным с эстетическим, художественным воздействием, оказывает непосредственное влияние на впечатление цельности и красоты. Чуткий к красоте Пушкин одним только художественным инстинктом, во-первых, угадывал моменты "золотого сечения" в развитии своего повествования с поразительной по своей математической точности интуицией; во-вторых, устанавливал пропорциональные размеры частей по отношению к целому и, в-третьих, подчеркивал кульминационные пункты нарастающего по напряжению ожидания, композиционно помещая основные мысли повествования на места, столь заметные для непосредственного чувственного восприятия и принятия.

Так же и я за время обучения на курсе развила свое восприятие и принятие. Оно заключается в полном принятии человека с его темными сторонами. Умении простить и не помнить поступков по отношению к себе или к окружающим, которые характеризуют человека как «заблудившегося». Всегда даю второй шанс. Внимательная, располагающая к общению, комфортная, тактичная, большое желание помочь, отзывчивая, заинтересованная, вежливая, уважающая личные границы, высокая эмпатия, спокойная и рассудительная. Умею анализировать у меня отличная интуиция. Я прежде всего принимаю свой внутренний мир. Во мне есть такие качества как сочувствие, уважение к клиенту, и главное-уверенность, что любую проблему можно решить Сейчас, оглядываясь назад, я вижу, какой путь пройден. Мой жизненный опыт обогатился уникальным творческим методом. Я проделала огромную внутреннюю работу, заново поверила в себя и вышла на новый уровень профессионального развития.

НейроГрафика помогла мне присвоить себе все свои достижения и заявить о себе как о проводнике который мягко и бережно доведет любого человека до результата!