

Институт Психологии Творчества

Дипломная работа

Тема:

НейроГрафика, как метод семейного сплочения

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель

Пискарев П.М.

Супервизор

Порох Т.В.

«31» 08.2024г.

Выполнила

Митина Л.

«28» 08.2024 г.

2024г.

Мой путь в нейрографике.

В наши дни слишком много людей знают
всему цену, но не понимают истинных
ценностей.

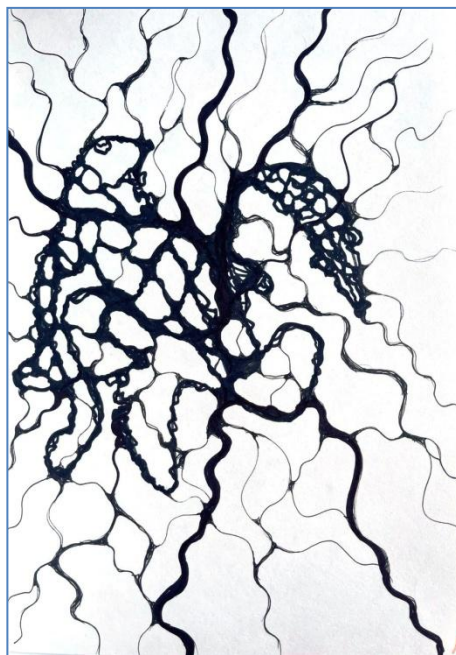
Э. Ландерс

В словах Э. Ландерс кроется простой смысл, самые главные вещи для нас - это совсем не материальные вещи. Никто не измерит ценность крепкого здоровья, беззаветной дружбы, искренней любви.

Я много лет думала, что мой профессионализм, а я товаровед промышленных товаров, будет востребован до конца моих дней. Но жизнь вносит свои коррективы - мир не однозначен. Я жила до 1998 года на Украине в городе Прилуки за 10 лет работы образовался широкий круг знакомств и контактов. Жизнь сложилась так, что переехала жить в Саратов и занимаясь любимым делом вдруг поняла, что мир вокруг рушится, наступил 1991 год (перестройка). И как сейчас говорят: - «Что-то в пошло не по плану» и в стране и в семье. Накопленный опыт не пропал даром: навыки набора ресурсов, решения различных вопросов сыграли мне добрую службу. Но я не отчаялась и пошла в бизнес. В этот период я и мой муж сумели найти нишу и зарабатывать, однако мы столкнулись с тем, что люди озлобились, потому, что столкнулись с проблемами отсутствия работы, безденежья, продуктов. Эти проблемы подтолкнули меня к изучению психологии у А. Перевезенцева. Получила сертификат и как мне казалось, стала успешным предпринимателем. Однако я продолжала свое образование и семьи, оплачивая образование детей. Что-то мне подсказывало, что надо вкладываться в образование. Пошла изучать законы работы в Блокчейнах, криптовалюты, биржи и т.д. Нейрографикой я заинтересовалась по совету моей дочери и закончила курс пользователь у А. Анисимова, получив свой первый сертификат «Пользователь НейроГрафики».

Вскоре я узнала, что есть «Институт психологии творчества П.М. Пискарева» и решила не затягивать и действовать. Позвонила и узнала, что занятия на Инструкторском курсе уже начались, но есть возможность рассмотреть вопрос о принятии меня на обучение спустя два с половиной месяца от начала обучения. Не долго думая я помчалась оплачивать и каково же было мое удивление, когда я влилась в сообщество института. Меня приятно поразила атмосфера и выстроенная система обучения, чуткое отношение к студентам, профессионализм преподавателей и супервизоров. Все работают на результат студента и особенно в тех случаях, когда у его начинают одолевает сомнения, что он(а) сможет освоить материал и пройти сложный путь до получения диплома и стать профессионалом. Как говорит, Павел Михайлович Нейрографика - это территория любви.

Первым моим опытом в институте стала работа с черным маркером, необходимо было научиться чувствовать его движение по листу. И каково же было мое удивление, и радость когда я увидела, как на листе появился белый медведь с рыбой. Пришла мысль, о чем это? Даже не могу описать свои чувства, когда ощутила в теле жар - трепетное волнение, от увиденного образа медведя, который расположился у полыньи. И в этот момент я поняла, что у меня все получится. Рыба поймала!

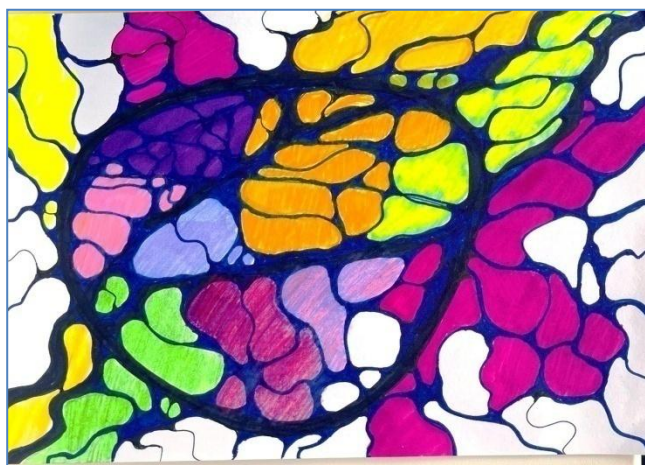


И вроде все хорошо, да только стали одолевать сомнения, смогу ли я преодолеть отставание в обучении. Внутреннее напряжение не давало покоя, несмотря на то, что домашние реагируют положительно, да еще и интересуются моими успехами. Понимала, что надо как-то справляться с нахлынувшими эмоциями. В это время я заново стала изучать алгоритм снятия ограничений, но уже на другом уровне - профессиональном.

Нейрографика, являясь простым и доступным инструментом для описания окружающего мира и саморегуляции с помощью графического языка, да еще которому можно легко обучиться и применять, не прибегая к помощи профессионалов помогающих профессий.

1. Модуль Пользователь

Я начала мало-помалу применять полученные знания и работать со своими страхами с



помощью Алгоритма снятия ограничений. Я убедилась, что нейрографика работает, на первом же рисунке на тему: «Страх» рефлексия была сильнейшая, от головной боли при выбросе до влажного лба. Было такое чувство беспокойства, что сдавливало грудь. А вот на этапе Архетипирования все стало приходить в норму и успокаиваться. Если бы мне раньше сказали, что со страхом и тревогой можно справиться с помощью рисунка и испытывать такие яркие переживания я бы не поверила!

Поэтому, получив такой опыт, я применяю АСО в ситуациях связанных с негативными переживаниями. В частности АСО-экспрес выручило в оздоровлении, я бы сказала в исцелении, мне было так плохо, так припекло, но потом после прорисовки я с удивлением вспоминала сложившуюся ситуацию. Назвать эту ситуацию удивительной -



ничего не сказать. Наблюдая за происходящим, мои домашние окончательно убедились, что я занимаюсь нужным делом и для себя и для других в будущем.

В процессе обучения в модуле «Пользователь» я запланировала проработку темы «Удача». Я старалась отдавать приоритет семье, вкладывая понятия - любовь, понимание, уверенность. Эта тема волнительна и актуальна для меня, т.к. всю жизнь «Удача» не покидала меня. А тут я понимаю, что отстаю, не успеваю догнать пропущенный материал потому, что поступила на обучение спустя 2,5 месяца от старта, меня накрывает паника. Мне кажется, что удача отвернулась от меня, уступая место обыденности и невезению.

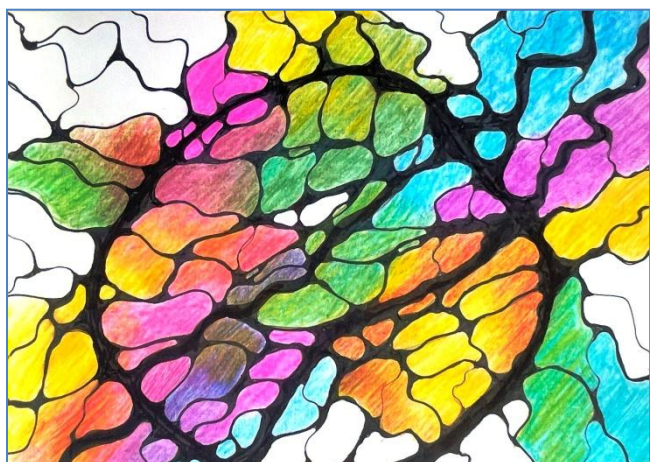
Отрисовывая эту тему с помощью АСО, у меня возник образ «Феи» из сказки «Моя надежда на удачу» и вправду, откуда ни возьмись, появились силы и желание продолжить обучение и упорным трудом сократить отставание и получить шанс идти в ногу с сокурсниками. Кроме как волшебством это не назовешь.

И уже тогда я стала думать о дипломе, да «груз» ожиданий взял свое: снова появились какие-то дела, мешающие равномерно и планомерно заниматься обучением, снова появилось отставание. Здесь я уже как профессионал применила Алгоритм снятия ограничений с темой «Груз ожидания».

Рефлексию испытывала до дрожи, но в конечном итоге удалось восстановить равновесие между обучением, бизнесом и домашними делами, которые никто не отменял.

Иногда я видела себя и на дне океана, на высокой горе, а в этом раз, во время рисования, проявился образ огромного аллигатора, и захотелось жить. После чего наладилось с ритмичностью прохождения занятий и выполнения повседневных забот и дел. И снова появилась уверенность о том, что получу диплом инструктора нейрографии.

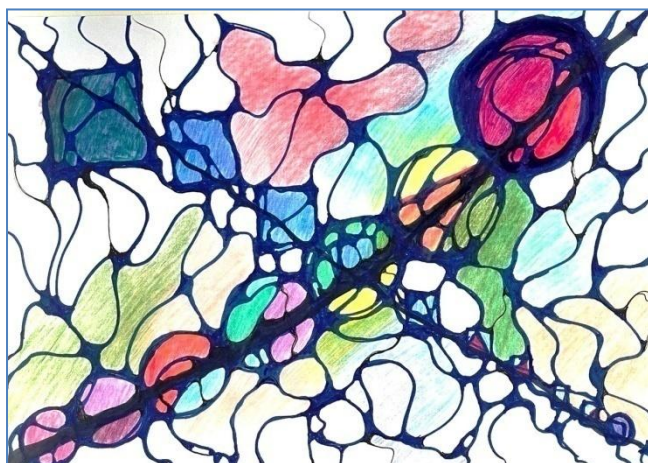
Следующая тема для проработки, естественно «Диплом». Поскольку дорога к диплому была не быстрой, но следуя поговорке: - «Дорогу осилит идущий». И



под впечатлением красоты красок и правильного исполнения Алгоритма снятия санкций, я усвоила еще один урок: - «Рисуй когда хорошо и когда плохо, а также когда есть возможность или тогда, когда ты думаешь, что ее нет». Вселенная нас любит, понимает и помогает.

2. Алгоритм НейроКомпозиция

В институте психологии творчества учат моделированию и организации содержания окружающего мира и своей жизни. Алгоритм НейроКомпозиции помог мне сформировать

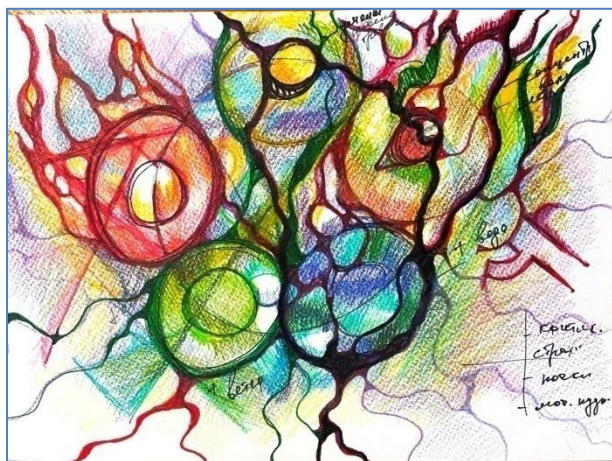


творческий подход к решению различных ситуаций и возникающих жизненных проблем как во внешнем мире, так и во внутреннем.

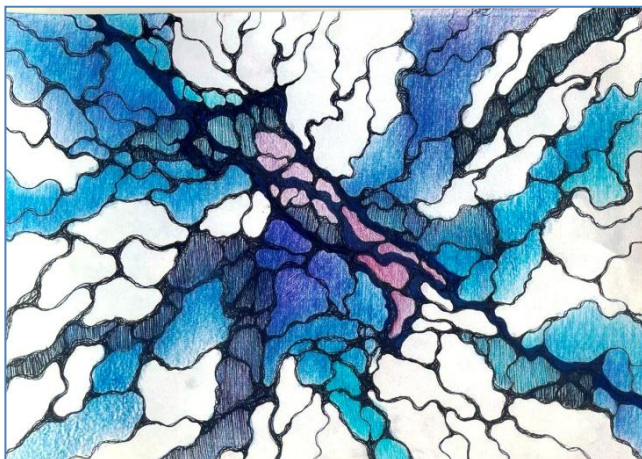
В этом рисунке я прорабатывала тему: «Страх» используя технику «Ряды и диагонали». Благодаря, выстраивания динамического ряда «Страх» по убывающей диагонали и по возрастающей «Достаток и рост коммуникаций», я чувствую себя теперь уверенно даже в сложной ситуации.

3. Алгоритм НейроКолор

Жизнь, как и все в мире, циклична. В каждом возрасте перед человеком стоят разные задачи. В системе УСИН это представлено как смена фаз природных явлений, которые ассоциируются с цветом того или иного символа. 5 жизненных фаз развития человека представлены определенными символами: дерево - зеленый цвет, огонь - красный, металл -



белый, земля - желтый и вода - черный. И это касается всех сфер жизни: развития государства, бизнеса, семейных отношений, обучения и др. Действительно, когда начинаешь работать с цветом, особенно в этой работе, без ограничений, уходишь в мир ощущений, чувствования, отрываешься от обыденного. Моя тема: «Инструктор» очень ярко раскрылась в символике 5 элементов. Появилась уверенность в гармоничном разрешении вопроса связанного с получением диплома и становления меня как успешного инструктора НейроГрафики.



4. Алгоритм нейроскетчинг.

Отдельно хочется выделить алгоритм НейроСкетчинг, очень любопытный опыт по прорисовке карт. Я рисовала карту Италии,

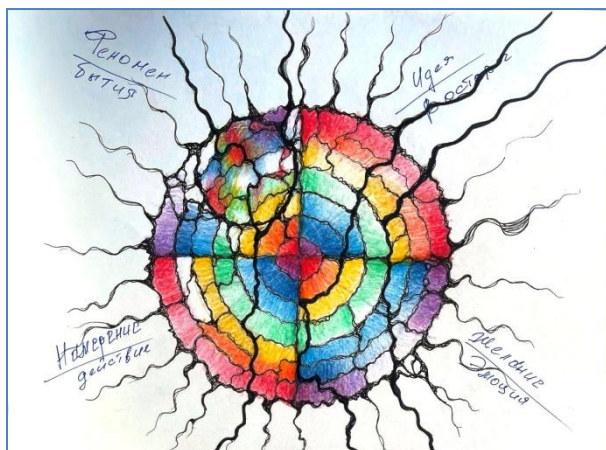
здесь получило отражение моей любви к Италии, желания проводить отпуск с семьей, знакомясь с историческими местами и красотами южной природы. Сама идея, что можно прорисовать любую местность, дом, очень мне понравилась. Это, по-моему, куда эффективнее карт желаний, где отсутствует конкретизация. Сама бы никогда не догадалась, что так можно делать. Полный восторг!



Удивительные эмоции, чувства и ощущения позволила испытать работа с автопортретом. Работа представляется мне Волшебной, так как я никогда не прикасалась к своему образу на фото ручкой или карандашом. Став взрослыми мы редко удивляемся, с каждым годом все сложнее находить что-то, что для тебя будет открытием. А здесь весь процесс происходил не с тобой - взрослым, а с тобой - ребёнком. Внутренний ребёнок будто вылез наружу и сидит, рисует себя, удивляется каждому моменту здесь и сейчас!

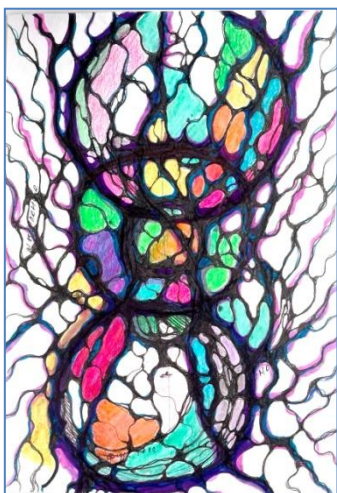
Выстроились линии в фон, каким-то особым образом, формируя жизненное пространство Вселенной. Восторг! Возникают воспоминания о поездке в Италию, утро, Рим, экскурсия - Собор Петра и Павла. Воздух Рима и сама аура Собора восхищала меня тогда, отовсюду веяло стариной, историей.

5. Алгоритм НейроМандала



Вообще нейромандала один из любопытнейших алгоритмов. Есть в ней что-то мистическое, завораживающее и манящее. Взяла тему: «Успешный Инструктор». Для меня очень важная тема. Семиуровневая мандала не случайна. Человек Семиуровневое существо. В мире существует семь нот, семь цветов, человеческий мир имеет семиуровневое пространство и т.д. В моем представлении мандала - это образ Вселенной. Семиуровневая мандалой - семь цветов отображающих наши

отношения с внешним миром. И от того как мы располагаем цвета на этих семи уровнях мы отражаем свои желания и как бы выстраиваем схему бытия. Чтобы мой проект соотносился к миру материальной стороной, требовал реализации, то я двигаюсь от центра - идет наружу - реализации. Таким образом, двигаемся от фиолетового цвета к красному. Фиолетовый - идея, а красный цвет - это материальная часть.



6. Алгоритм Нейросинтез

Человек Метамодекна - это сочетание всех ипостасей человеческого существа от телесности до духовности. То есть это одновременно персонa, личность, интерперсонa и трансперсонa. В моей теме: «Успешный инструктор» я аккумулировала все ипостаси. Этот опыт дал мне расширение сознания и видения широких перспектив в личной жизни, творчестве и бизнесе.

7. Алгоритм НейроКонтакт

Все каноны коммуникации в жизни, предполагают взаимные интересы. Алгоритм НейроКонтакт помогает решить задачу выстроить взаимодействие таким образом, чтобы



соблюсти интересы каждого из участников коммуникации. Этот алгоритм позволяет нам работать с системой взаимоотношений через моделирование конкретной ситуации. Чтобы выстроить в нашем сознании (мозгу) нейронный контур для образования представления об условиях будущей коммуникации. И здесь совершенно, неважно касается ли это взаимодействию с конкретным человеком или группой людей, либо события. Мне удалось создать модель комфортного взаимодействия с Институтом,

родными, коллегами и будущими клиентами. Я понимаю, что мое видение ситуации может не в полной мере реализоваться, но то что это будет для меня комфортно сомнений нет.

8. Алгоритм НейроЦель

Цель - это мотиватор сознания на активную деятельность. Активная деятельность в нашем сознании ассоциируется с образом треугольника, с его острыми углами. Острота создает впечатление дискомфорта, активности и действия. Алгоритм НейроЦель направлен на управление мотивацией и достижению поставленной цели. Достижение, реализация желания-цели у меня ассоциируется с образом фейервека, праздника. И в данной работе я постаралась смоделировать событие - вручение мне диплома Инструктора Нейрографики. Тема: «Диплом» казалась мне такой далекой и одновременно близкой. Яркие мечты с сильными впечатлениями являются мощным мотивирующим фактором для достижения поставленной цели. Если сравнивать с картиной, то чем больше предмет относительно других и ярче его краски, тем ближе он кажется и тем большее впечатление оставляет в нашей памяти.

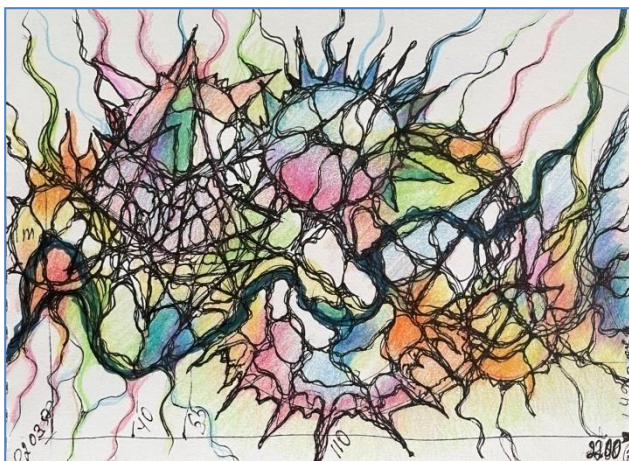


Самая остроугольная фигура ассоциируется со звездой. Героев

награждали за их достижения орденом в форме звезды. Благодаря этой работе я создала у себя впечатление достижения. И вот я уже близка к своей цели - пишу эссе.

9. Алгоритм НейроТайминг

В современном мире управление временем очень актуальная тема, существует целая научная область - управление временем (таймменеджмент). В условиях цифровой трансформации и ускорения изменений, четкое распоряжение временем помогает сохранять фокус на целях, не отклоняться от курса и в конечном итоге не стать «сбитым летчиком» на



рынке труда. Метод помогает справиться с прокрастинацией — откладыванием задач «на потом», даже если это важные или срочные дела. В нейрографике тоже не обошли вниманием эту животрепещущую проблему.

Еще в древней Греции поклонялись двум божествам - Хроносу и Кайросу. Хронос отвечал за астрономическое время, а Кайрос - за субъективное. Таким образом, один час астрономического времени, разные люди могут субъективно воспринимать по-разному, в зависимости от сложившейся ситуации. В детстве нам кажется время идет медленно, зато с возрастом впечатление складывается, что оно летит со скоростью ракеты.

Эффективность человека в жизни определяется наличием способности согласовывать личностное восприятие времени Кайрос с астрономическим Хроносом. Навык настройки психологического времени, облегчает человеку жизнь и помогает справиться со множеством поставленных перед ним задач без напряжения. Как раз с помощью алгоритма НейроТайминг можно этого достичь. С помощью рисунка мы создаем модель течения событий комфортных для себя. В своем рисунке я сделала линию времени с учетом прошлых значительных для меня событий и выстроила события будущего, таким образом моделируя их реализацию комфортно для меня. Поэтому моя тема: «Отношения» легко легли на линию времени и согласовались как на листе, так и в моем сознании. Этот алгоритм я предложу своим домашним.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подводя итоги моего пути в НейроГрафику, могу констатировать, что мой путь не был простым и легким. На пути встречались препятствия и успехи, были горькие и радостные моменты. Я о том, что у меня были устоявшиеся взгляды и определенные видения на решения любой возникающей проблемы на моем жизненном пути. Я никогда не подвергала сомнению, что только мое видение и действия решения проблем идеально. В процессе обучения, я стала замечать свою категоричность и авторитарность, а иногда и жестокость по отношению к окружающим. Я поняла, что надо что-то менять. Работая с поставленными темами и отрисовывая их, я поняла причину своего нежелания принимать критику в свой адрес. Бурно реагировала даже на рекомендации супервизоров по поводу того или иного рисунка. Шаг за шагом у меня как бы открывались глаза, и появилось

понимание того, что дело не в том, сколько тебе лет, а в том прав ты или нет. Прислушиваешься ли ты к мнению других, воспринимаешь ли ты окружающих тебя близких и далеких людей таковыми каковы они есть. Со своими слабостями и сильными сторонами, со своим мнением о вещах. Такое впечатление, что что-то «щелкнуло» внутри и показало как в большом зеркале всю мою жизнь. Изменения во мне заметили и мои близкие. Да и общение, которое всегда, как мне казалось, стало легким и приятным.

Самое главное, я научилась говорить нет и отказываться от общения с «токсичными» людьми. И самое интересное, что и эти люди мое поведение теперь воспринимают как должное. Обучение в Институте психологии творчества, изменило не только меня, но и моих близких.

Итак, в процессе 9-ти месячного обучения на курсе «Инструктор нейрографики/Эстетический коуч» я отрыла для себя новый подход к пониманию и переосмыслению многих моих жизненных установок.

Таким образом, формировался мой путь Инструктора Нейрографики: через принятие сложных решений, паники, сомнений, разочарований - к уверенности в себе, к желанию преподавать и делать свою жизнь и жизнь других людей более гармоничной и насыщенной.

Я, благодарю профессора Павла Михайловича Пискарева и всю команду Института за создание комфортной атмосферы процесса обучения и межличностного общения, за профессионализм, направляя людей в преодолении пути, ведущему к успеху и созиданию!!!

А также хочу особо отметить и поблагодарить моего куратора Татьяну Викторовну Порох.

Наше деловое знакомство началось не совсем обычно! На стадии написания реферата по модулю Пользователь, назначенный мне в помощь куратор, отказалась меня сопровождать, сославшись, что она не сможет это сделать по ряду личных причин. Даже сейчас, когда пишу, испытываю волнение. Я была в замешательстве! Просмотрев всю табличку с назначениями и не найдя «свободных» кураторов. Я обратилась к куратору малой группы Порох Татьяне Викторовне. Очень волновалась, сердце сжималось от неизвестности и ожидания очередного отказа. В голове пролетали вопросы: - «Почему отказали, что я сделала не так?». И признаться, мне искушенному человеку в жизненных ситуациях, пришлось испытать чувство неудобства и дискомфорт, словами трудно передать нахлынувшие чувства и ощущения. И вот в таком состоянии я обратилась к Татьяне Викторовне.

Надо сказать, выслушала она меня внимательно и спокойно, потом через некоторую паузу сказала, что готова меня взяться за сопровождение меня, но что она требовательна и спросила: - Готова ли я «пахать»?! Нисколько не сомневаясь, я тут же согласилась и ответила: «Да!». Если бы я только смогла рассказать простыми словами о моих чувствах в тот момент, я бы не нашлась.

А вот теперь могу: - «Татьяна Викторовна уверенный в себе человек и профессионал - в буквальном смысле слова». Спасла меня от душевных разочарований и ненужных обид, дала возможность буре моих эмоций пронестись от воспоминаний детства до этой ситуации.

Это явилось еще одним из моментов в переосмыслении моего отношения к жизни - отзеркаливание. Я тогда сразу вспомнила изречение: - «Если хочешь, чтобы к тебе относились хорошо, относись к людям также».

Процесс пошел; моя целеустремленность, и настойчивость куратора сыграли свою роль в на пути становления меня как профессионального нейрографа. Поэтому я благодарю

Татьяну Викторовну Порох за вклад, без преувеличения, в мое образование на Инструкторском курсе.

Еще хочу поблагодарить Павла Михайловича за ответственный подход к подбору кадров.

Благодарю и желаю здравствовать!