



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Мошкина Ольга

Супервизор:

Корельская Кристина

Тема:

НейроГрафика в моей жизни

Оглавление

Мошкина Ольга	2
НейроГрафика в моей жизни.....	2
НейроГрафика в моей жизни.....	2
Работы.....	11

НейроГрафика в моей жизни

«С НейроГрафикой я знакома около года, понравилось сразу, и рисую с удовольствием. В школьные годы любила рисовать и увлекалась творчеством. Видимо, поэтому влюбилась в НейроГрафику сразу, хотя и не сразу всё получалось. Потом прошла курс «Пользователь НейроГрафики», хотелось применять правильно этот метод. Про Инструкторский курс и не думала, рисовала для себя, в свое удовольствие. И были результаты. После получения сертификата появилось желание пройти Инструкторский курс, но не ожидала, что это произойдет так быстро. Я смотрела онлайн-конференцию «Инструктор НейроГрафики: быть или не быть» и одновременно рисовала алгоритмы... И вот... через неделю после этого я оплатила курс «Инструктор НейроГрафики»! Для меня ответ был очевиден: БЫТЬ! Я Инструктор НейроГрафики 2023! И НейроГрафика работает!» — это строки из моего сочинения, которое я писала при поступлении на Инструкторский курс в начале апреля.

Тогда я даже не представляла, насколько это будет для меня важно, и насколько мощные изменения я получу! Результаты превзошли все мои ожидания!

Сейчас, спустя год обучения, я хочу подробнее раскрыть, как НейроГрафика изменила мою жизнь.

Я оплатила курс «Инструктор НейроГрафики», когда курс уже шел, поэтому пришлось догонять. Было сложно, но очень интересно! На тот момент у меня был пройден курс «Пользователь», и это уже была хорошая основа. Основа, от чего я отталкивалась и что послужило дополнительной мотивацией для приобретения инструкторского курса.

Первые плоды, после чего, кстати, я и поняла, что НейроГрафика работает, принесли мне рисунки на тему моей работы. Я тогда только узнала про НейроГрафику и начала рисовать, даже особо не веря, что она сработает! Я начинала рисовать по бесплатным вебинарам черной гелевой ручкой и карандашами, даже не зная, что существуют маркеры и именно ими рисуют НейроГрафику; толком не умея сопрягать и, конечно, делая ошибки. Но это я понимаю сейчас, когда уже знаю все «правила безопасности в НейроГрафике», а тогда я этого не знала и не понимала всю глубину метода. Мне просто нравилось рисовать, поэтому я рисовала.

Но!!! Даже этого хватило, чтобы ситуация поменялась кардинально!!!

Примерно через полгода я нашла такую работу, которую себе рисовала! И я даже сначала не поняла, что это все я создала сама!!! С помощью НейроГрафики! Глубину которой не понимала, рисуя нерегулярно, по бесплатным вебинарам!

Хотела возможность работать удаленно (в пандемийный период): галочка! Хотела, чтобы был более свободный график: галочка!

Хотела, чтобы с начальством хорошие отношения были: галочка!

Хотела, чтобы с коллегами хорошие отношения были: галочка! Хотела, чтобы работа мне нравилась: галочка!

Хотела зарплату не менее определенной суммы: галочка!

Я вообще не понимала, как это работает, но четко знала, что теперь не расстанусь с этим методом никогда!

Очередным большим моим результатом стало приобретение инструкторского курса. Я решила нарисовать себе дополнительное обучение — захотелось что-то поменять в жизни, но какое направление выбрать — я тогда не знала, так как за все время работы было получено много знаний и разного опыта, и я думала: углубить какое-либо направление или выбрать новое. Новое меня никогда не пугало, — наоборот, мне всегда интересно узнавать что-то новое и применять это в жизни, и я рисовала на тему обучения.

И тут я замечаю информацию про онлайн-конференцию «Инструктор НейроГрафики: быть или не быть». И решаю рисовать на тему «Я Инструктор НейроГрафики» вместе с тогда еще незнакомыми мне спикерами. Из всех заявленных спикеров я знала только Павла Михайловича). Я точно помню даты — 25 и 26 марта, это были выходные, и на них приходился семейный праздник. Тогда у меня стоял первый выбор между семьей и НейроГрафикой. Я решила совместить. И, по большей части, в эти выходные я рисовала, но и к семье успевала присоединяться в перерывах.

Но какое у меня было удивление, когда я узнаю на этой конференции, что набор на инструкторский курс в 2023 году еще открыт! Но! Остался еще вопрос по оплате. Суммы такой у меня на тот момент не было, а оплатить нужно было до конца марта.

Тогда я, уже влюбленная в НейроГрафику, решила не откладывать, и пошла на курс «Специалист» НейроГрафики, а инструкторский курс купить

на следующий год.

Но рисование в течение двух дней конференции на тему «Я инструктор НейроГрафики» не заставили меня ждать так долго!) И 31 марта я «случайно» натыкаюсь на информацию, что можно зачестить стоимость купленных курсов по НейроГрафике! И тогда оказалось, что я удивительным образом прохожу по оплате! За счет ранее оплаченных курсов у меня получилась сумма, которую нужно было внести за инструкторский курс! Как такое может быть?! Можно сказать только одно: НейроГрафика работает!

И вот я на инструкторском курсе, догоняю группу! Интересно всё: весь материал, подача материала, ведущие курса... И, конечно, много новой интересной теории и много нового опыта. Опыт работы с клиентами в коучинге, опыт самокоучинга, опыт рисования в таком объеме, сами алгоритмы, проведение сессий, поиск клиентов для сессий... Всё это для меня было впервые на этом курсе, и много с чем еще я столкнулась впервые здесь.

Например, я научилась отслеживать свою рефлексия, хотя не всегда еще ее могу расшифровать, но это для меня уже результат. В первых работах, до курса «Пользователь», я совсем не понимала, зачем это делать. Мне нравилось просто рисовать, и я рисовала.) Сейчас понимаю, насколько рефлексия важная и неотъемлемая часть процесса!

А еще получила огромное количество знаний, которые применяю даже в повседневной жизни! За весь инструкторский курс мной было получено огромное количество инсайтов, проделана большая работа, и я не планирую останавливаться на этом! Хочу пройти курс и прорисовать еще пройденные алгоритмы в более спокойном темпе). Потому что точно знаю: НейроГрафика работает! И это очень трансформационно!

И вот курс уже близится к завершению, я сижу над дипломной работой, и состояние ощущается примерно так: с дипломами сидишь с утра до поздней ночи или совсем не спишь, хотя и очень хочешь) Да, иногда я еще не сразу ощущаю и замечаю изменения по четырем точкам внимания, порой сложно рефлексировать, зато спустя какое-то время получаю крутые инсайты! И думаю: «Вот оно, озарение!!!»

Иногда инсайты приходят во время сессии при общении с клиентами или возникают, когда приходит новая информация. У меня такая ситуация была: когда на курсе прошли Мандалы, и мы рисовали Путь Героя, я составляла свой путь — меня словно озарило от одного инсайта! Я поняла,

что я прошла свою точку смерти на этом пути. И даже стало ясно, когда это произошло! Была ситуация, когда я еще догоняла свой поток по инструкторскому курсу и все время была занята обучением, я получала упреки от близких. Моя семья говорила мне: «Лучше бы делом занялась, а не этой ерундой» (имея в виду НейроГрафику). Я не рассчитывала на какую-то помощь с их стороны, т. к. не все восприняли информацию о моем обучении радостно). Но на понимание и поддержку надеялась. После этого случая у меня «руки не поднимались» вообще что-то делать, и я говорю не только про НейроГрафику... Было ощущение, что не только не поддерживают и не понимают, но еще и обесценивают!

Тогда я ничего не хотела делать вообще, и ничего не радовало, я была в состоянии полной апатии. И я даже подумывала забросить обучение...

Тогда много размышляла, как лучше поступить. Передо мной опять стоял такой же выбор: семья и обучение. Тогда решила, что надо хоть что-то делать: или уделять время семье и бросить обучение, или выбрать себя и продолжить обучение, в которое вложила и свое время, усилия, деньги... Но, по-прежнему, не могла решиться на что-то, да и не было сил и желания.

Я понимала, что делать что-то все-таки нужно. Вспомнила, что я сама могу себе помочь! И у меня для этого есть все необходимые знания курса НейроРескью и знание нужных на тот момент алгоритмов НейроГрафики и главного в моем случае алгоритма снятия ограничений! (Помню, что хорошо еще работает АВН при апатии. Его планировала сделать на четвертый день. Но уже не понадобилось.) Я через усилия и сопротивление заставила себя нарисовать три рисунка на тему своей апатии, обесценивания и мотивации; каждый день по одному рисунку. После первого рисунка уже стало легче, после второго я поняла, что нужно продолжить обучение, но сил еще не было, а после третьего рисунка появилась та самая сила, с помощью которой я смогла приступить к написанию реферата. И на четвертый день я села дописывать реферат!

Я прорабатывала параллельно отношения с семьей и поняла, что даже несмотря на эту ситуацию, по-прежнему люблю их и принимаю их такими, какие они есть, принимаю их выбор, при этом разрешая себе сделать свой.

И когда я разрешила себе это, то сразу и моя семья осознала, что для меня важно это обучение и мне это интересно. И мои близкие изменили свое отношение к этому, и ситуация разрешилась благоприятно!

Спасибо курсу «НейроРескью», Павлу Михайловичу, Катерине

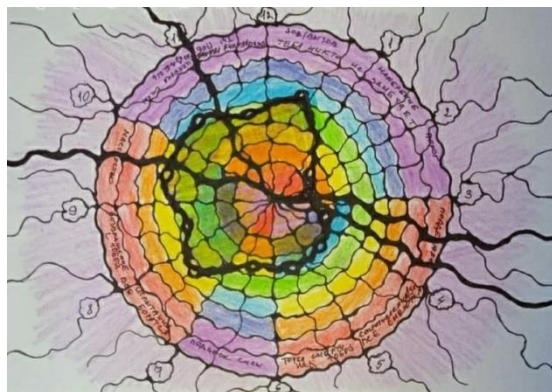
Сорокиной, Петру Симонову! Как здорово, что к тому времени, когда я столкнулась с этими сложностями в своей жизни, я уже завершила этот курс и знала, что сама смогу помочь себе в этой ситуации, и уже знала, как могу поддержать себя сама и справиться с этим самостоятельно! Как говорится в одном известном произведении: ☺ «Спасение утопающих — дело рук самих утопающих».

Благодаря этим знаниям, я сама себя «вытащила себя за волосы из воды» как барон Мюнхаузен. :) Важный, нужный НейроРесью. Очень ценно — все 100! И правило я применяю часто. Осознай, остановись, подумай, действуй.

Когда мы на инструкторском курсе рисовали «Путь героя», я вспомнила эту ситуацию, поблагодарила себя, что справилась с ней, и поняла, что это была моя «точка смерти»! Всего-то! Если бы я знала это раньше, думаю, всё прошло бы гораздо мягче и легче! Потому что помню, что «к себе — бережно».)

Я поняла, что прошла уже большую часть пути в своей теме и в становлении себя как Инструктора НейроГрафики. А-А-А-А-А-А-А-А-А-А! (крик радости). Я смогла! И что это всё сделала не зря! НейроГрафика работает!

И я стала анализировать свой путь, вспоминая свои достижения и результаты в нем. На тот момент у меня уже было несколько больших финансовых результатов, которых я смогла достичь с помощью НейроГрафики, которые видели все окружающие, а также были большие внутренние трансформации, про которые знала только я.



Когда все получается, и сходятся все пазлы, то чувствуешь себя Героем, прошедшим путь апатии и сарказма...

Тут же включился «анализ всей жизни», я стала вспоминать различные ситуации. Например, помню, что в школе по пройденным за каникулы произведениям писала сочинение в стихах по произведению Александра Трифоновича Твардовского «Василий Тёркин», вдохновясь этим произведением автора.

Я любила писать стихи, но моя учительница по русскому языку и литературе не оценила это, сказав мне, что я не вписываюсь в рамки, т.к. все писали сочинения в прозе и если сравнивать объем, то у меня в стихах получилось меньше текста. В итоге поставила мне оценку за само сочинение 4. И я поняла, что это тоже своего рода обесценивание! И оно тянется из детства... Какой инсайт!!! Как интересно получается, что то, что мне нравилось когда-то, мои увлечения, хобби – это обесценивалось другими людьми, чье мнение, помощь, поддержка для меня были важными. Ух! Сколько же еще уроков предстоит пройти! Как интересно теперь смотреть на это, когда воспринимаешь не как преграду, а как игру, часть Пути...

*Помню, что в детстве еще стихи сочиняла)
и всем на праздники, как поздравленья читала).
Но все прошло, забылось, и стерлось в быту взрослого времени,
А как бы хотелось Кайросом продлить это мгновенье (впечатление).*

И еще два момента по поводу рамок сейчас осознала! Первый — что это рамки... мои рамки... Уже думаю о том, чтобы прорисовать АСО на эту ситуацию с обесцениванием из детства и АСО на слово «рамки». Вот так НейроГрафика становится образом жизни! А ведь меня триггерило при слове «рамки», и сейчас я осознала это! И второй момент — это рамки парадигмального анализа... Удивительно, что это тоже «рамки»...

*И рамки все сошлись
В анализе парадигмальном...
И думаешь: АСО порисовал лишь)...
Но нет, все гораздо глубже! Гениально!*

Сколько инсайтов приходит даже во время написания этого эссе! Сначала у меня было сопротивление садиться и писать его, ведь я не писала сочинений со времен школы и института. А сейчас вдохновение пришло, и столько инсайтов! И чувство огромной благодарности автору метода НейроГрафики Павлу Михайловичу Пискареву! Ведь даже при написании эссе приходят очень крутые осознания и чувство благодарности, что есть такое задание и такая возможность – написать эссе, поразмышлять наедине с самой собой! Отрефлексировать свой жизненный путь! Когда бы я еще сама села и начала бы вдумчиво анализировать прошедший год-два, и только сейчас понимаешь, как это ценно! Это невероятно!

Готовность к новой информации и глубокой трансформации

Понимаю, что в НейроГрафику я пришла не просто так, а когда была

уже готова, как личность, профессионал, как человек и поняла, что готова к новой информации и глубокой трансформации. Многие люди получают информацию, но не все реагируют на нее... И когда я была готова — мне пришли возможности, и вот я здесь! В нужное время в нужном месте!

И как говорит Павел Михайлович: «Желание всегда исполняется, когда задействовано необходимое количество нейронов!» И я понимаю, что сформировала их себе с помощью НейроГрафики!

Конечно, далеко не все готовы погружаться так глубоко, потому что «не очень приятно» возвращаться в разные моменты жизни, когда было неприятно, некомфортно и т.д. И мне тоже пришлось пройти через это, погружаясь в неприятные ситуации вновь, чтобы преодолеть определенные психологические моменты и открыть новый взгляд на отношения со стороны близких людей, уже через проработанную ситуацию и много еще всего...

И я тогда задавалась вопросами: правда ли для меня это важно? Правда ли мне это нужно? С мыслями бросить обучение, НейроГрафику... И тем не менее я прошла этот Путь Героя. И понимаю, что это была проверка на мою серьезность намерения и интерес, на мой профессионализм.

И в процессе обучения проявлялись свои триггерные точки, которые удалось проработать! Пришло понимание многих моментов, ситуаций под другим углом и ракурсом. И главное, есть мечта, план, мотивация и намерения действовать.

Этот курс — это невероятный опыт сказать самому себе: Я МОГУ!!! И со мной все ОК!!!



Рождаются инсайты и новые идеи,

И делаешь шаги, чтобы достигнуть цели.

И теперь я знаю точно, что НейроГрафика работает!!! Я это много раз испытала на себе, и сейчас хоть я еще нахожусь в процессе трансформации, но уже вижу результат! Я сама поменяла свое отношение на многие моменты в жизни с помощью этого удивительного метода.

И как у меня сказала одна из моих клиенток, что в психологии все хорошо, но это долго! Долго! (Она имеет в виду, что если обращаться к

психологу, записываться на приемы и уходить в чистую психологию) Хорошо, но долго! А с НейроГрафикой сделать это гораздо быстрее и эффективнее.

Для меня многое впервые было на этом курсе, и абсолютно новым также был опыт самокоучинга, опыт рисования в таком объеме, проведение сессий, поиск клиентов для сессий, сами алгоритмы. Я много с чем столкнулась впервые здесь. И, конечно, что касается клиентов, то это тоже для меня новый опыт, именно опыт работы с клиентами в коучинге и в НейроГрафике.

В моей практике были и такие люди, которым я предлагала проработку/порисовать НейроГрафику, но по каким-то причинам (внутренним причинам) они отказывались. Возможно, они не готовы, и им по каким-то причинам выгодна эта ситуация, на которую они с одной стороны жалуются, а с другой стороны решать этот вопрос-проблему не хотят. То есть они не предпринимают ничего, чтобы хоть как-то проработать или изменить эту ситуацию.

Сразу вспоминается треугольник Карпмана и выгода каждого из участников этого треугольника.



Была интересная ситуация: я предлагала одной знакомой проработать через Нейрографику один из волнующих ее тогда вопросов, и однажды она согласилась, и ее вопрос решился.

В очередной раз, когда она мне позвонила, чтобы рассказать, что с ней произошло, и что она не знает, как поступить, я снова предложила встретиться и порисовать. На что она отвечает, что это долго и у нее нет времени рисовать) И предлагает мне вместо этого сходить куда-нибудь вместе развлечься!.. И я поняла после этого, что человек не хочет ничего менять. И осознала, что звонки от нее поступали только тогда, когда, по ее словам, у нее было все плохо...

После последнего ее звонка с очередным рассказом про «ее плохо» снова предложила порисовать НейроГрафику и проработать этот момент, она отказалась. Она жаловалась на свою работу и говорила, что хочет поменять ее. У меня как раз другие знакомые искали человека на работу с ее функционалом.

И я подумала: хорошо, не все любят рисовать. Расскажу ей про этот

вариант, при этом условия ей подошли: и по зарплате, рядом с домом и т.д., и она меня даже поблагодарила за этот вариант и после этого долго не звонила мне. Я решила, что она занята новой работой и всё хорошо. Но когда она позвонила мне в очередной раз и я спросила у нее, как дела на новой работе. Она ответила, что всё плохо. Я спросила, а что на новой работе плохо? И она ответила, что решила не переходить на новую работу, так как на тот момент всё снова стало хорошо на ее прежней работе... А сейчас снова...

Я убедилась в своем предположении: есть люди, которые «хотят хотеть», а не делать и решать. И я поняла, что это не те люди, с которыми я хочу продолжать общение.

С того момента прошло уже много времени, и она за это время не звонила мне. И я понимаю, что из моей жизни, по-видимому, начинают уходить люди, которые находятся в состоянии «жертвы» и при этом не хотят ничего менять в своей жизни. И я думаю, что с НейроГрафикой еще и мое окружение начинает меняться.

Потому что НейроГрафика — для тех, кто готов действовать и менять свою ситуацию, погружаться в себя, проходя глубокую трансформацию и получая инсайты, кому это важно и нужно!

И я очень признательна и благодарна за этот удивительный трансформационный курс! Благодарна в первую очередь Павлу Михайловичу, всем преподавателям, всему большому коллективу и всей команде Института психологии творчества, моему куратору по рефератам, моему куратору по дипломам, всем супервизорам и нашему восьмому бессметному! Благодарю!

[Ссылка на дипломную работу Мошкиной Ольги в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Рост дохода.



Тема: Инструкторский курс.

