



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:
Немченко Виктория
Супервизор:
Проскурякова Ольга
Тема:
Моя нейрогруппа

Оглавление

Немченко Виктория	2
Моя нейрогруппа	2
Введение	2
Нейрогруппа 1 поток	3
Второй поток нейрогруппы	11
Заключение	13
Работы	14

Введение

Лето 2022

Я в продолжительном поиске своего дела. У меня семья и много свободного времени. Не имея понятия, что такое нейрографика, я пошла на мастер-класс. Любви с первого взгляда не случилось, поэтому я выбросила непонятный рисунок. Но, видимо, Вселенная подсказывала мне, что я должна смотреть в сторону нейрографики, и я согласилась на предложение своей подруги пойти на мастер-класс к другому специалисту. Мы рисовали нейродрево финансов. Но я понятия не имела, откуда они могут ко мне прийти. Весь мой доход в тот период был от мужа. «Финансы приходят к тем, кто может создать что-то стоящее», — думала я. Во время рисования мысли мои были не о деньгах, а о том, как я могу проводить подобные мастер-классы. Поток идей кружил в моей голове, что я решила поискать в интернете, что же такое нейрографика. И нашла автора метода Пискарева Павла Михайловича, который приглашал на курс пользователя. Не раздумывая, я покупаю курс.

Обучение

На первом же занятии я понимаю, что мне нужен курс «Специалист». Задача — проводить мастер-классы, организовывать встречи. Пока я учусь, рисую для себя, собираю свой кейс и рассказываю в социальных сетях о своих результатах, тем самым вызывая интерес у своей аудитории. Я пересматриваю вебинары по 2 раза, записываю каждое слово учителя, чтобы нести в массы чистую школу. Когда почувствовала, что готова, пригласила всех своих на мой первый мастер-класс. Потом был второй, третий. Кто-то из самых первых участников рисует со мной по сей день.

Во время обучения необходимо было провести индивидуальные сессии с клиентами. Со мной в работу согласились пойти трое. Я получила колоссальный опыт с потрясающими результатами! С гордостью смотрела на сертификат Специалиста нейрографики, но понимала, что мне этого мало.

Хочу на инструктора идти! Но здесь большое препятствие — стоимость курса. Я не могла его себе позволить.

С момента моего первого нейродрева прошло пару месяцев, финансы начали приходить откуда я не ожидала! Клиенты платили мне деньги как специалисту нейрографики. Я понимала, что могу больше, но не знала как.

Все мысли были о том, что мне нужно отучиться на инструктора. До начала курса 3 месяца, я могла бы накопить сумму на первый взнос, но решила пойти другим путем. И занялась поиском наставника.

Наставничество.

«Ты сделаешь дорогой продукт!» — сказала мне наставник. Эта фраза вызывала только сомнения и неверие в эту возможность. Но постепенно мое сознание стало расширяться, и я стала с гордостью заявлять о себе как о психологе (никогда раньше об этом не говорила, так как не работала по специальности). Психолог, который работает в сфере нейрографики, смог создать свои нейроинтенсивы и начать думать о личном сопровождении клиента! Это был очень трансформационный период для меня! При этом я стала самостоятельно зарабатывать на любимом деле! Именно в наставничестве пришла идея о нейрогруппе. Нужно было только одно — дальнейшее обучение.

Муж, наблюдая за тем, как я развиваюсь, решил поддержать и подарил мне инструкторский курс! Бесконечная благодарность ему за это! И я, как инструктор, понимала, что готова к созданию дорогого продукта.

Нейрогруппа 1 поток

Весна 2023

Я стала рисовать свою нейрогруппу, фантазируя над тем, как ее упаковать. Я еще не понимала, чем я ее наполню, какие практики дам, сколько человек приглашу. Кроме рисования, я больше ничего не предпринимала. На этапе архетипирования мне поступил звонок от будущей участницы нейрогруппы. Для меня это была неслучайная случайность! Татьяна рассказала свою историю и согласилась пойти в двухмесячное сопровождение. Но где же мне найти еще желающих? Искать не пришлось: они сами меня нашли!

Первый поток нейрогруппы завершился летом 2023. Невероятные отзывы, положительные результаты и счастливая Я!

Подруга, которая когда-то пригласила меня на мастер-класс, наблюдала мой рост и каждый раз удивлялась, насколько я погрузилась в нейрографику. Она периодически со мной рисует и поддерживает во всех начинаниях. Когда я ей сказала, что хочу создать нейрогруппу, она произнесла: «Вот это ты замахнулась! И у тебя получится!»

Программа нейрогруппы

Я планировала программу на двухмесячное сопровождение: 8 недель + 1 завершающая.

Одна неделя – это 2 занятия для каждой участницы:

Индивидуальная сессия (1 час).

Занятие в группе (2-2,5 часа).

На 4 и 8 неделе планирую 2 групповых занятия. Первые две недели я понимала, как провести, а дальше планировала ориентироваться по ходу развития тем участниц. Ниже представлена программа, по которой шла работа. После второй недели я записывала названия алгоритмов, которые, на мой взгляд, лучше всего подходили по очередности.

Нейрогруппа стартовала в апреле 2022 года. Я еще не знала ни одного алгоритма из инструкторского курса, поэтому акцент был на алгоритмы из курса «Пользователь и специалист». Однако, пройдя многозадачность, я не могла не внедрить ее в программу нейрогруппы, к тому же этот алгоритм как нельзя кстати подходил на 5-й неделе. Об этом расскажу ниже.

1 неделя — знакомство и намерения

- Знакомство, описание текущей ситуации, ожидания от работы, желаемый результат.
- Алгоритм качества жизни — Страта на 2 месяца (домашнее задание: нарисовать еще 1-2 страты). На 9 неделе анализ этих работ.

2 неделя — страхи, блоки

- Анализ рисунка, а также выявление моментов, которые тормозят, мешают в проявлении запроса. Обсуждение темы 2.0.
- Медитация, рисование АСО.

3 неделя — ресурсы

- Анализ работ по АСО, обсуждение темы 2.0. и текущего состояния.
- Дыхательная техника. TRUE.

4 неделя

- Обсуждение итогов первого месяца. Работа с убеждениями,

дыхательная техника.

- Трансформационная игра.

5 неделя

- Анализ изменений, рисунка TRUE, закрепление нового убеждения.
- Многозадачность.

6 неделя

- Анализ рисунка многозадачности.
- Медитация. Нейродрево.

7 неделя — намерения

- Анализ рисунка нейродрево, обсуждение изменений.
- SCORE.

8 неделя — закрепление

- Итоги 2 месяца (общий созвон).
- Шаманский дождь.

9 НЕДЕЛЯ — ПОДДЕРЖКА и ЗАВЕРШЕНИЕ

Общий созвон с напутственным словом.

Трое девушек 34, 36 и 37 лет стали первыми участницами нейрогруппы. Тогда я еще не знала, что это будет первый поток. Я просто брала и делала то, что мне нравится. Две Татьяны и Патимат к концу работы станут мне родными.

Первое, с чего я начала, добавила девушек в закрытый чат и рассказала об организационных моментах. Мы выбрали удобный для всех день, который будет посвящен групповому занятию, где мы будем рисовать нейрографику или играть в трансформационную игру. На этом этапе я уже знала о ситуации каждой участницы. Это выяснялось еще на предварительной консультации.

Перед тем как провести первое занятие в группе, я провела индивидуальную сессию с каждой, где мы обсуждали их волнующую тему. Для этого у меня был заготовлен ряд вопросов.

Вопросы:

Что привело вас ко мне?

Здесь я раскрывала для себя несколько моментов:

- откуда человек узнал обо мне;
- чем я привлекла;
- знакомы ли они с нейрографикой (если нет, то мне необходимо было дать свой видеоурок про нейролинии и сопряжение, который я заранее подготовила).

Две Татьяны ни разу не рисовали нейрографику, только слышали об этом методе. Патимат рисовала со мной до этого. Поэтому я рекомендовала им посмотреть 10-минутный урок перед групповым занятием.

Обращались ли вы к психологу с этой проблемой? Чем закончилось?

Отвечая на этот вопрос, я понимала, какие моменты уже проработаны, а на какие стоит обратить свое внимание.

Одна из девушек начала работу с психологом и решила участвовать в нейрогруппе. Но психолог, узнав об этом, высказала резко негативное мнение по поводу нейрографики, и они прекратили работу. Остальные к психологам не обращались.

Что пробовали делать для решения этой проблемы?

Здесь я выявляла самостоятельные попытки девушек решить свои задачи, что им помогло или, наоборот, не помогло.

Как эта проблема влияет на другие сферы жизни?

Мне важно было задать как можно больше открытых вопросов, чтобы человек мог подробнее рассказать о своей теме, а я — найти ключевые моменты, на которые стоило бы обратить внимание в дальнейшей работе.

Чего ждете от нейрогруппы? Каким видите результат нашей работы?

Тогда я не знала, что этот вопрос буду задавать на каждой сессии с клиентом, но обучение на инструкторском курсе дало очень много для моей практики.

Итак, после этой беседы я выявила три точки А:

Татьяна С. — мастер маникюра и педикюра — сильная тревожность за

свои отношения с мужем, постоянные скандалы, ругань до рукоприкладства, недоверие. Этот эмоциональный фон выносится на работу со своими клиентами. Хочет успокоиться и держать фокус внимания на себе. Именно этого и ожидает от нейрогруппы.

Татьяна М. — логопед — вышла из зависимых отношений, во время которых набрала 20 кг лишнего веса, неприятию себя и потере личных границ. Переезд к маме не дал того результата, который она ждала — найти своего внутреннего ребенка и стать счастливой. С этим и будем работать в нейрогруппе.

Патимат — домохозяйка — живет с нелюбимым мужем и пятью детьми, которые ежедневно видят пьянство со стороны отца и ругань родителей. Пытается заработать в сетевом бизнесе, но пока безуспешно. Долги и желание самой обеспечивать себя и детей, чтобы уехать от мужа. Запрос на нейрогруппу — финансовая свобода.

Первый месяц работы

Оптимальным вариантом было, по моему мнению, рисовать страту. Этот алгоритм наиболее точно подходил для начального этапа. Страта качества жизни — это социологическая постоянная, которой измеряется уровень качества жизни. В коучинговой практике я использую этот алгоритм для проработки запросов, направленных на будущее. Участницы нейрогруппы могли наглядно увидеть период на 2 месяца вперед в соответствии со своими темами: любовь к себе, спокойствие, финансы.

Определив точку «здесь и сейчас», мы проанализировали уровень удовлетворенности этого состояния с помощью шкалы, которую нам часто дает на вебинарах эстетического коучинга Ирина Рождествина. Девушки определили уровень спокойствия, любви к себе и финансов. Уже на этом этапе стала проявляться рефлексия.

Но уже после рисования девушки поделились своими впечатлениями, и мы обсудили их темы на следующее занятие: гиперконтроль, неуверенность, страхи. АСО как нельзя кстати подходил под эти запросы. Ситуации, в которых эмоции участниц не дают увидеть лучший путь решения, требовали снимать подсознательные установки. АСО помогает снять ограничения в мышлении и открыть глаза на возможные пути решения ситуации, которые девушки пока что не видят.

После этого алгоритма снова произошла динамика:

У Татьяны М. четко вылезла наружу разбалансировка концепции состояний личности Ребенок — Взрослый — Родитель. Она вдруг остро осознала, что своего внутреннего ребенка подавила много лет назад, но теперь хочет его разбудить.

Татьяна С. поняла, что причина ее постоянных нервов в низкой самооценке. Она думает, что если будет наращивать слишком пышные ресницы, делать слишком яркие ногти, то ее самооценка возрастет, но внутренне это не ощущает.

С Патимат мне было сложнее всего: я понимала, что для начала ей бы поработать над своим отношением к себе, разобраться с отношениями с мужем, а потом приступать к финансовой теме. Но она уперлась в эту тему: «Хочу денег, и всё». При этом большие сомнения, а куда она поедет с пятью детьми. Выход она видит только в этом — уехать.

Наши индивидуальные сессии были направлены на вытекающие темы после рисования алгоритмов. Мне было важным показать девушкам, что у них есть ресурсы для выхода из сложившихся ситуаций. Я была уверена, что Татьяна М. с ее спокойствием, осознанностью и рационализмом «доберется до своего внутреннего ребенка». А Татьяна С., энергичная и целеустремленная, сможет перевести внимание от мужа, из-за которого всегда нервничает, на себя. Взаимодействие с Патимат оказалось для меня самым сложным.

Сложности, с которыми я столкнулась

Она боялась мужа и многое от него скрывала, в том числе и наши занятия. Он мог вернуться домой во время консультации, и она резко обрывала связь, прерывая наш диалог. В итоге одна консультация могла прерываться по несколько раз. Или вообще отменяться по инициативе Патимат. Я хоть и начинающий специалист, но цену своему времени знаю, поэтому в таком формате работать не могла и не хотела. Порой мне казалось, что разобраться в ее вопросе важнее мне, чем ей. Те рекомендации, которые она получала от меня, выполнялись не каждый раз и не полностью. По правде сказать, я вообще не понимала, как себя вести. Со мной такое впервые. Я решила выполнить свои обязательства и по-прежнему назначала время на индивидуальные созвоны. Но из-за того, что групповые занятия Патимат часто пропускала, рисунки мы не анализировали. Поэтому изменений по финансовой части я не наблюдала.

С одной стороны, мне было жалко свое время и потраченную энергию

впустую. Но с другой, моя совесть перед человеком чиста. Я не могу заставить делать то, что она не хочет. А менять что-то в своей жизни она не хотела. Но и такой опыт у меня тоже должен быть.

Вторая сложность, с которой я столкнулась, это обращение к девушкам. Так как я не знала ни одну из Татьян, и опыта в коучинге у меня особо не было, то совершила ошибку в самом начале, не спросив, как к ним лучше обращаться. К каждой обращалась на «вы». Если с Татьяной М. это было комфортно, то с Татьяной С. ближе к середине работы чувствовалось, что можно перейти на «ты». Но я почему-то держала дистанцию. Мне казалось, что обращение на «ты» переведет наши отношения в ранг дружеских. Она не предлагала, и я тоже, поэтому до конца нашей работы я контролировала свою речь.

Этот момент я учла во втором потоке и записала себе в план первой встречи новый вопрос: «Как я могу к вам обращаться? Удобно ли будет, если мы перейдем на «ты»?»

Трансформационная игра

Игра, которую я внедрила в программу нейрогруппы, придумана не мной. Ее разработала психолог Наталья Приданникова и назвала ее «Остров СебяЛюбви». В ходе игры подсвечивались вопросы с личными границами, сложившимися стереотипами, страхами и тревогами. Это помогло участницам нейрогруппы либо подтвердить те смыслы, которые были найдены в процессе нейрографирования, либо увидеть новые.

В конце первого и второго месяца, на 4-й неделе и 8-й, в программе нейрогруппы мною была предложена данная игра. Я ее проводила ранее, поэтому считала, что она будет дополнительным элементом, который будет не лишним, а, наоборот, важным для раскрытия насущных тем.

Работа с убеждениями

В самом начале я упоминала период, когда пошла заниматься с наставницей, которая обучалась НЛП-методу у Френка Пьюселика — бизнес-тренера, который занимается коучингом руководителей высшего звена. Мне понравилась эта техника, я увидела результат на себе, поэтому решила внедрить ее в свою программу.

На первом месяце мы работали с убеждениями, которые уже видела я и обращали внимание девушки, а в дальнейшей работе я каждый раз акцентировала внимание на их новых убеждениях, чтобы к завершению они

могли отследить разницу. Забегая вперед, скажу, что старые убеждения действительно теряли свой приоритет, а новые становились неотъемлемой частью мышления.

Неделя за неделей шла трансформационная работа. Татьяна С. постепенно переводила внимание на себя и свои цели, а не на мужа, из-за которого постоянно нервничала. Татьяна М. все больше ощущала свою внутреннюю девочку. Патимат, к сожалению, находила всяческие причины не являться на занятия.

На 8-й неделе я предложила девушкам выбор: т-игра или еще один алгоритм. Выбор пал на «Шаманский дождь». Мне было очень приятно, что они выбрали рисование, поэтому в завершение нашей работы девушки сеяли семена и поливали их нейродождём.

Завершение

На заключительной встрече я снова подготовила список вопросов, который подразумевал увидеть разницу между началом нашей работы и завершением:

- Давайте вспомним, какие вы пришли в нейрогруппу, какой вопрос вас волновал.
- Что понравилось, запомнилось больше всего? Что оказалось самым ценным?
- Что поменялось? Что стало по-другому? Не зря ли мы работали?

Ниже приведу комментарии девушек.

Татьяна С.: «Я стала спокойнее относиться ко многим вещам, у меня улучшился сон, и я не просыпаюсь каждые 2 часа, чтобы проверить, а не пришел ли муж. У меня изменилось мышление, появилось много идей, есть к чему стремиться. Я почувствовала, что негативных мыслей стало намного меньше! Даже мои знакомые видят разницу!»

Татьяна М.: «Ура, мне хочется быть слабой! И я научилась этому в некоторых моментах. Я стала более спокойной, перестала бояться быть неудобной. Я могу свободно говорить о своих чувствах и показывать эмоции. Теперь я ставлю свои интересы на первое место, слушаю себя. И самое главное, я поняла, что мой любимый мужчина – вовсе не любимый».

Патимат: «Да, я понимаю, что мне нужно наверстывать упущенные занятия. Мне нужно найти опору в себе, полюбить себя. И еще я поняла, что

нужно наладить отношения с мужем и детьми. После первых занятий они стали меня слышать и даже предлагать свою помощь. Я стала полчаса в день уделять себе. Но доход остался на прежнем уровне. Я понимаю, что вся ответственность на мне, поэтому буду рисовать в записи».

Мои выводы

Первое, что я поняла, — второму потоку быть! Да, я хочу усовершенствовать свой продукт.

Я почувствовала больше уверенности в себе, особенно после отзывов и благодарностей от девушек.

Я повышу стоимость. Пришло такое осознание, что я не такой уже начинающий специалист. Моей энергии уходит в разы больше, чем я думала в начале.

Учту моменты с обращением на «ты» или на «вы».

В личных сессиях сделаю больше работы с МАК картами.

Добавлю новые алгоритмы.

Выпишу для себя ряд коучинговых вопросов.

Второй поток нейрогруппы

Первое, с чем я столкнулась, — это неуверенность и сомнение, что ко мне придут. Казалось, что на первый поток ко мне пришли по счастливой случайности, а во второй должно что-то такое волшебное произойти, чтобы группа собралась. Но где взять это волшебство, я не понимала. С этой темой я пошла на демо-сессию к Ирине Рождествиной. Мы рисовали коуч-модель GROW. После сессии я вышла с четким пониманием, что буду писать посты о результатах участниц предыдущего потока и попрошу своих знакомых сделать репосты. Второе осознание, которое оставляло меня в спокойствии и уверенности, — группа может не набраться. И что тогда? И ничего. Моя жизнь не кончится из-за этого, это во-первых. А во-вторых, если не соберу группу в июле, значит, в августе. В любом случае я ее соберу.

И я писала посты и рисовала нейрографику на эту тему. Я хотела 2-3 человека.

Было много отказов, но я не отчаивалась. Людей не устраивала

стоимость. «Хорошо, — думала я. — Значит, это не мои клиенты. Понижать цену я не буду. Моя программа стоит дороже, чем я предлагаю. Я ее так оценила!» Я продолжала делать то, что поспособствует поиску моих клиентов. И это сработало!

Первая, кто сразу согласилась принять участие, была Любовь, которую я абсолютно не знала. Второй стала Ирина, с которой мы уже рисовали. Я уже была готова начать работать с ними двумя. Но третьей участницей стала Елизавета, жена моего брата. Интересный опыт мне предстоял – работать с родственницей.

Итак, второй поток нейрогруппы стартовал 17 июля.

Программу я не меняла. Все оставалось прежним – одна личная сессия и одна групповая.

Зафиксировать точки А было самым важным на первой встрече.

Елизавета пришла с запросом на достаток и востребованность себя как тренера.

- Нет ресурса, так как постоянно с маленьким ребенком.
- Не хватает знаний для экспертности.
- Не может распределить свое время.
- На тренировке 1-3 человека.
- Ирина захотела проработать свою узнаваемость как профессионала.
- Ощущение, что меня не слышат.
- Страхи.
- Постоянно подтверждаю, что я недостаточно хороша.
- Нет внутренней свободы.

Любовь была настроена на то, чтоб наконец расслабиться и успокоиться

- Постоянная тревога за здоровье сына.
- Тотальный контроль.
- Ответственность за всех на себе.

За 2 месяца работы мы рисовали 6 алгоритмов нейрографики, играли в 2 трансформационные игры, работали с убеждениями, делали дыхательные практики, медитировали, на личных сессиях уходили в глубину. И благодаря такому набору разных техник дошли до точки Б:

Елизавета:

- На тренировке аншлаг, свободных мест нет.
- Появилось много идей и времени для их воплощения.
- Энергия чувствуется во всем теле.
- Уверенность, открытость и смелость.

Ирина:

- Делаю то, что хочу, без оглядки на мнение окружающих.
- Открыла новый аккаунт и вышла в сторис!
- Смелость заявлять о себе.
- Постоянный спрос на услуги.

Любовь:

- Смогла поменять отношение к родственникам мужа.
- Стала меньше тревожиться.
- Отпустила сына гулять самостоятельно.
- Готова отдать ребенка в сад.

Девушки получили то, что хотели, и выразили свою благодарность мне за проделанную работу.

В этом потоке я не испытывала сложностей, как в предыдущем. Только пришла идея делать тестирование перед началом работы и в конце, чтобы видеть на цифрах динамику.

Любовь собирается идти в третий поток, который стартует после того, как я сдам диплом, но это уже другая история.

Заключение

Осень 2023

Отматывая время на год назад, мне не верится, что я шагнула в новую жизнь! Год назад я и не мечтала об этом! А теперь я не только создала свой продукт, но и купила инструкторский курс!

Моя нейрогруппа! Мечта стала реальностью! Теперь я точно убеждена, что нет невыполнимых задач, есть только нехватка нейронных связей. Как говорит мой учитель Пискарёв Павел Михайлович: «Когда количество нейронных связей превысит энергию сложности задачи, тогда ваша тема исполнится». Так и есть!

[Ссылка на дипломную работу Немченко Виктории в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Мои продажи.



Тема: Уверенность в себе.

