



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Полякова Ирина

Супервизор:

Босак Юлия

Тема:

Нейрографика как метод мотивации

Оглавление

Полякова Ирина	2
Нейрографика как метод мотивации	2
Аннотация	2
Ключевые слова	2
Abstract	2
Keywords	2
Литература	6
Работы	7

Аннотация

в данной статье автор раскрывает нейрографику (нейрографическое рисование), как метод внутренней мотивации для достижения поставленных целей и задач в любых сферах жизни.

Ключевые слова

нейрографика, мотивация, метод мотивации, внутренняя мотивация

Abstract

in this article, the author reveals neurography (neurographic drawing) as a method of internal motivation to achieve goals and objectives in any spheres of life.

Keywords

neurography, motivation, motivation method, internal motivation

Мотивация — понятие, широко используемое в современной культуре и гуманитарных науках, близкое к значению таких слов, как «готовность», «намерение», «план», «толчок», «побуждение». Эта концепция впервые была рассмотрена немецким философом иррационального добровольчества А. Шопенгауэром как одна из четырех основ, достаточных для его философской работы. «Moveo» — это латинское слово, означающее «двигаться, действовать», поэтому мотивация буквально означает «двигаться, действовать». Но в современной культуре он используется в основном в многомерном, расширенном, преобразованном смысле, а не в буквальном смысле [1].

Проблема изучения мотивации — одна из важнейших в современной психологии, она сложна и многомерна, что определяет множественность понимания ее сущности, природы и структуры. Существует много литературы, и при изучении мотивации в психологии был разработан ряд подходов. Хотя единого и общепринятого определения понятия Мотивация еще не существует, и различные авторы описывают мотивацию с учетом специфики научного направления, в котором они работают, несомненно, что мотивация является основной движущей силой в поведении и действиях

Мотивация понимается как совокупность мотивационных факторов, определяющих деятельность человека, в которую входят мотивы, потребности, стимулы, определяющие деятельность человека [2].

Основные направления психологии мотивации сформировались в первой половине XX века в работах таких известных авторов, как З. Фрейд, К. Левин, И. П. Павлов, В. Макдугалл, В. Джеймс, Э. Торндайк и др., что было определяющим фактором в действиях любого живого существа. Таким образом, они заложили основу для научного изучения причин человеческой деятельности и их выявления [3].

Важный этап изучения мотивации начался в XIX веке. О бессознательном и человеческой привлекательности благодаря появлению учения З. Фрейда. С точки зрения автора теории психоанализа решающую роль в поведении играет бессознательное ядро психической жизни, образованное сильными половыми или агрессивными влечениями, требующими удовлетворения. В отличие от функционалиста У. Джеймса, который считал, что Мотивация в основном связана с принятием сознательных решений, З. Фрейд и его последователи считали, что решающая роль принадлежит бессознательному [4].

В 20-е годы XX века в западной психологии появились первые теории мотивации таких авторов, как К. Левин, Г. Олпорт и др., в которых биологические, вторичные или психогенные потребности возникают в процессе обучения и воспитания (Мюррей). В XX веке, как и прежде, понятие «Мотивация» тесно связано с понятием «необходимость». В 1954 году А. Маслоу предложил широкую классификацию потребностей. Согласно его теории, человек не может чувствовать потребности более высокого уровня, не удовлетворяя основные потребности. А. Маслоу ставит физиологические потребности на дно пирамиды, а потребность в самоактуализации — на самый высокий уровень [5].

В контексте работ ряда зарубежных авторов новых направлений говорится о том, что необходимо ориентироваться, в каких областях деятельности можно успешно применять свои способности, основанные на индивидуальных психофизиологических особенностях, чтобы быть счастливее при тех способностях, которыми наградила его Бог и природа. Например, по данной проблеме автор книги «Новая позитивная психология» М. Селигман пишет: «Я пришёл к выводу, что если маршрут наш лежит не через солнечные моря, вряд ли мы сумеем что-то изменить, пытаюсь стать

счастливее. Более, что мы можем предпринять, – и именно так поступаю я – это примириться с холодным климатом и твердо держать курс на позитивную эффективность, ибо она способна подарить нам множество удивительных ощущений». Следовательно, необходимо работать над своими мотивами и рационально управлять собственным отношением к диспозициям (интересы, стимулы, внешние факторы и т.д.), которые находятся в основе становления этих мотивов. Нужно быть уверенным в себе по жизни – уверенно принимать решения соизмеримо со своими способностями и возможностями, направляясь к созиданию. И если эти усилия не вызывают у личности перенапряжения или дискомфорта, а результаты становятся полезными для окружающих, то индивид как правило получает радость и удовлетворение от своей деятельности [6]

Позитивный взгляд на мир можно сформировать, если, пересказывая мнение М. Селигмана, научиться менять своё отношение к происходящему и в соответствии с этим мобилизовать себя к переменам, ведь позитивные чувства – это не эпифеномены (показатели) с точки зрения бихевиоризма, а напротив, двигатели деятельности на пути к успеху. Веря в свой личностный потенциал, у индивида, как правило, повышается работоспособность. И это приносит пользу ему и окружающим. Ведь в современной действительности очень важен не только IQ, но и эмоциональный интеллект (EQ), который также является базовой компетенцией решения жизненных задач.

Подводя итог из всех вышеперечисленных учений, в целом можно сказать, что мотивация – это система внутренних и внешних мотивов, которые заставляют человека действовать определенным образом, и зависит она от наших интересов и потребностей.

Мотивация влияет на все сферы жизни: обучение, самооценку, достижения результатов и внутреннее счастье. Страх начать что-то и слабая мотивация влияют на ваше выживание и удовлетворенность жизнью, а также на силу что-то изменить.

Возникает вопрос: как повысить внутреннюю мотивацию? Существуют определённые методы, которые оказывают положительное воздействие на большинство людей, такие как аффирмации, самовнушение, биографии успешных личностей, развитие силы воли, визуализации.

Более подробно мне хотелось бы остановиться на инновационном методе, основанном в 2014 году, известном как метод Нейрографика, автором которого является российский психолог, профессор, доктор психологических наук Павел Михайлович Пискарёв, нейрографика позволяет

работать с бессознательным, основной принцип которой заключается в том, чтобы связать разъединённую психику человека с помощью нейрографических линий и геометрических фигур, это метод, который помогает сопровождать личные проекты развития во всех сферах жизни.

Рисование нейрографики, которую осуществляет человек, может направляться мотивом изменения ситуации или мотивом поиска новых способов решения, или мотивом общения с собой в семье, бизнесе или работе, или мотивом самосовершенствования и т. д. В реальности каждой деятельности обычно соответствуют несколько мотивов. Осуществляя какую-либо деятельность, личности удается выйти за рамки, ограничивающие ее сознание, создать как духовные, так и материальные ценности, что, соответственно, способствует историческому развитию, прогрессу. Она обладает продуктивным характером. Так, прибегая к ней, человек создает все новые и новые способы, помогающие удовлетворить его потребности.[7] А значит, побуждает внутреннюю мотивацию.

Из вышеизложенного можно предположить, что нейрографика — это действенный метод внутренней мотивации человека в любой сфере жизни.

Данное высказывание было подтверждено путем проведения наблюдений с помощью пяти мастер-классов в течении месяца, в общей сложности участие приняли 48 человек. В ходе исследования было выявлено, что в процессе рисования алгоритма нейрографики, а именно АСО (алгоритм снятия ограничений), более 25 человек, а это более 50%, сказали, что чувствуют внутренний подъем и готовы сделать первый шаг, при этом до рисования алгоритма нейрографики наблюдали страх и бессилие что-либо менять. Более того, спустя две недели получилось собрать обратную связь в виде отзывов от 14 человек, принимавших участие в эксперименте, где 11 человек написали, что произошли благоприятные изменения в сфере финансов после того, как смогли снизить уровень страха и повысить мотивацию в сторону действия, которое не получалось сделать до рисования алгоритма нейрографики. От 3 человек получила ответ, что мотивация сохранилась и они продолжают действовать, но пока явных изменений не произошло.

Из проведенного эксперимента следует допустить действенность метода нейрографика как метода для внутренней мотивации. Из проявленных плюсов можно выделить, что метод нейрографика является простым и доступным в применении, а также может использоваться в дальнейшем каждым в самостоятельном режиме, при условии прохождения обучения статуса «Пользователь», для побуждения мотивации уже в других

Литература

1. McClelland (1985), Human motivation, Glenview, IL: Scott, Foresman, pp.183
2. Волкова Е. Л. Современные подходы к мотивации персонала / Е. Л. Волкова // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2007. № 2 (Т.8). С. 29–33.
3. Ильин, Е. П. Мотивация и Мотивы — СПб.: Питер, 2011., 512 с.
Леонтьев, А.Н. Потребности, Мотивы и эмоции. / А. Н. Леонтьев. М.: МГУ, 1971. 40 с.
4. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев. М.: МГУ, 1981. 584 с.
5. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. СПб.: Питер, 2011. 352 с.
6. Селигман Мартин Э.П. Новая позитивная психология: научный взгляд на счастье и смысл жизни: пер. с англ. М., 2006, 96 с.
7. Савельева О.А., Психологические основы нейрографики// Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук//, Ярославль, 218, 37 с.

[Ссылка на дипломную работу Поляковой Ирины в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Моя смелость.



Тема: Моя Духовность.

