



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Сжёнова Екатерина

Супервизор:

Солонская Софья

Тема:

**Применение эстетического коучинга для решения
различных жизненных задач**

Оглавление

Сжёнова Екатерина.....	2
Применение эстетического коучинга для решения различных жизненных задач.....	2
Применение эстетического коучинга для решения различных жизненных задач.....	2
Работы.....	12

Применение эстетического коучинга для решения различных жизненных задач

НейроГрафика долгое время не решалась войти в мою жизнь. Сначала она периодически появлялась где-то на горизонте, маня загадочными линиями. Случайно попадались на глаза ролики, рассылки, какие-то статьи. Как правило, я их удаляла, не придавая информации особого значения, как очередной спам. Но НейроГрафика не сдавалась и проявляла особую настойчивость. В лентах новостей у знакомых и друзей неожиданно стали появляться упоминания о НейроГрафике, ссылки на мероприятия и мастер - классы. Но для меня этого все ещё не было достаточно. И лишь, когда она подкралась ко мне совсем близко, в лице авторитетного для меня человека с предложением пойти поучиться, я решила попробовать. Ознакомившись на сайте с вариантами обучения, я выбрала курс Пользователь плюс Специалист, так как всегда в обучении стараюсь получить пользу не только для себя, но, и чтобы потом помочь другим.

Время пролетело незаметно. Вебинары были сверхнасыщенные информацией. Но появилось чувство, что мне этого недостаточно и хочется больше. И тут я увидела предложение о покупке всех алгоритмов Нейрографики. Это была значимая для меня сумма денег, но сильное желание углубить и расширить свои знания победило. Я произвела оплату. Все это время меня не покидала мысль, что я могу больше, и я хочу этого, несмотря на сложность в организации учебного процесса по времени, так как у меня пятеро детей и без того сверхзагрузка. Я жила с этим ощущением неделю и все-таки отважилась, и написала в Институт, чтобы узнать условия по покупке инструкторского курса. Ответ пришёл очень быстро, и, если я как-то ещё могла придумать, как уместить занятия в свою жизнь, то сумма доплаты полностью выбила меня из колеи. Это были неподъёмные для меня деньги. Мне ничего не оставалось, как просто смириться и отказаться от желания, ставшего уже мечтой. Но меня не покидало ощущение, что я не сделала все возможное, беспокойство усиливалось. Решение обратиться в Институт Психологии Творчества с просьбой о скидке было для меня как шаг в неизвестность. Сомнения проникали в мои мысли: смогу ли я убедить их? Будет ли у меня достаточно решительности? Но я решила попробовать, потому что мечта была сильнее всех сомнений.

Когда меня попросили подтвердить свою многодетность, я почувствовала внутреннее волнение. Это был момент истины. И когда мне сказали, что мне предоставляется двадцатипроцентная скидка при

Сжёнова Екатерина. Применение эстетического коучинга для решения различных жизненных задач.
единоразовой оплате, в моей груди зазвучали радостные аккорды. Я была на седьмом небе от счастья.

Но путь к этой мечте был ещё не завершён. Мне потребовалось немного времени и усилий, чтобы собрать все свои сбережения, и даже пришлось взять в долг у родителей. Но каждый шаг стоил того, и сейчас, я учусь на восьмом потоке, самом удивительном и бессмертном, мне до сих пор сложно поверить, что я скоро стану дипломированным инструктором НейроГрафики. Я безумно счастлива изучать этот удивительный метод. Каждый алгоритм — это как открытие волшебной двери в свой собственный мир, возможности, о которых я раньше только мечтала. Каждый урок приносит новые знания и возможности, и я не могу перестать поражаться тому, как мозг человека работает и как может влиять на его состояние с помощью нейролиний.

Моя страсть к этой области растёт с каждым днем, и я чувствую, что нахожусь на правильном пути. Мечта стать дипломированным инструктором НейроГрафики становится все более конкретной и реальной. Я не могла представить, что когда-то смогу заниматься таким удивительным методом, но сейчас это становится моей реальностью, и я горжусь каждым шагом, который приводит меня к этой цели.

Алгоритм: «Мой путь в НейроГрафике».

1. Тема 1.0. Я и НейроГрафика.

Актуализирую тему, отвечая себе на вопрос: «С какими запросами я пришла в НейроГрафику?». Листаю первые работы, описания к ним. Как давно это было... Обобщаю темы до кейсов. Получается несколько основных: здоровье, семья, выход из депрессии, путешествия, финансы, гармония, адаптация в Болгарии, учёба на инструкторском курсе. Анализирую, насколько я ощущаю себя в каждом из них по десятибалльной шкале:

- Здоровье – 3. Плохое состояние здоровья, постоянные панические атаки, головокружения. Невозможность найти причину и поставить диагноз, а, следовательно, и начать лечение;
- Семья – 4. Сложные отношения в семье. Частые конфликты с мужем, с детьми. Много накопилось нерешённых вопросов, отсутствие стабильности, напряжение;
- Выход из депрессии – 2. Негативное настроение. Нет желания что-либо делать, отсутствие положительных эмоций, перспектив в будущем;
- Путешествие – 5. Предстояло несколько непростых поездок с

детьми. Много волнения, страхов. Низкая степень организованности.

- Финансы – 4. Нестабильность, полная финансовая зависимость, отсутствие положительных перспектив развития и идей;
- Гармония – 3. Расшатанные нервы, отсутствие стабильности и спокойствия, уверенности в себе; постоянный внутренний диалог и неправомерности происходящего и безысходности;
- Адаптация в Болгарии – 2. Сложность с оформлением документов для долгосрочного пребывания, незнание языка, отсутствие работы, друзей и знакомых;
- Учёба на инструкторском курсе – 6. Главная сложность - в организации по времени. Нехватка сил, сопротивление.

Вспоминаю, какого результата по десятибалльной шкале мне хотелось бы достигнуть по итогу работы, и что будет его критерием:

- Здоровье – 6. Найти хорошего врача, который смог бы мне помочь разобраться с происходящим в моем теле;
- Семья – 7. Достичь взаимопонимания с мужем и детьми. Научиться решать проблемы мирным путём;
- Выход из депрессии – 6. Найти мотивацию и оттолкнуться ото дна;
- Путешествие – 8. Распланированные поездки от и до, варианты подстраховки в сложных ситуациях, спокойствие, безопасность;
- Финансы – 6. Идеи заработка, стабилизация дохода;
- Гармония – 6. Внутреннее спокойствие, остановка внутреннего диалога, уверенность в себе;
- Адаптация в Болгарии – 5. Решить все вопросы по документам. Социализация.
- Учёба на инструкторском курсе - 8. Посещение вебинаров, демо коуч - сессий и распаковки смыслов, своевременная сдача отчётных работ, качественное выполнение заданий.

2. Чувство возбуждения, в теле дрожь, образ: я и вдаль бескрайне уходящая дорога, мысли: год пролетел как 1 день.

2. Композиция.

Строю композицию, опираясь на модель семиуровневой мандалы. В центре обозначаю фигуру себя, на шести оставшихся уровнях обозначаю фигуры запросов, соответствующего им масштаба и степени важности (близости) для меня. Возникает желание в свою фигуру заложить цель обучения - стать инструктором Нейрографики. Врисовываю фигуру звезды.

Чувство расширения, распираания в теле. Ощущаю трепет. Образ: цветик - семицветик. Мысли: год обучения помог мне не только в решении накопившихся проблем, но и дал новую специальность, возможность работать удаленно без строгой привязки к определенному месту.

3. Сопряжение.

Нейрографирую фигуры. Провожу нейрографические линии от фигуры себя к фигурам запросов. Взаимодействую с ними, прикасаясь к каждой. Вспоминаю, как происходили процессы трансформации в каждой из тем. Сопрягаю пересечение. Углубилась в процесс. Тело: практически не дышу. Чувства: интерес. Образ: нейроны и построенные ими синапсы. Мысли: как интересно устроен головной мозг, что с помощью рисунка можно изменить реальность.

4. Интеграция.

4.1. Фигура и фон.

Вывожу нейрографические линии в фон. Мысленно благодарю моих родных и близких, оказавших мне поддержку в моём нелёгком пути, помогавших, сочувствующих. Благодарю Институт психологии и творчества и его сотрудников за прекрасно организованный процесс обучения, ценные супервизии и обратную связь. Благодарю будущих клиентов за оказанное мне доверие и выбор меня своим преподавателем и коучем. Благодарю Вселенную, давшую мне возможность поучаствовать в этом волшебном превращении из куколки в бабочку. Чувство благодарности. Тело: на глаза наворачиваются слезы радости. Образ: НейроГрафика нарисованная на листе формата А1. Мысли: сделаем вместе мир рисующим.

4.2. Архетипирование.

Вношу в фигуру себя цвет. Думаю о том, кто для меня является авторитетом в моей теме, на чей образ я буду опираться, выращивая себя как специалиста, качества:

- Павел Пискарев - харизма, глубина знаний, юмор, способность зажечь и держать аудиторию во внимании до последней секунды выступления. Синий.
- Ирина Рождествина - тепло, влюблённость в своё дело, умение заинтересовать, богатый опыт, позитивный настрой, улыбка, простота в общении. Зелёный.
- Катерина Сорокина - открытость к контактам, умение сложное

объяснить простым языком, разносторонние знания, желание учиться и развиваться. Жёлтый.

Чувство вдохновения. Тело: сложно усидеть на одном месте, в теле много энергии.

5. Линии поля.

Запускаю сквозь лист восходящие линии поля, символизирующий мой профессиональный рост, карьеру и развитие, дающие мне энергию. Чувствую восхищение. Тело: спина выпрямилась. Образ: НейроМандала «Путь Героя». Мысли: через тернии к звёздам.

6. Фиксация.

Фигурой фиксации делаю фигуру себя. Принимаю решение не останавливаться на достигнутом, совершенствоваться, открывать новые горизонты, накапливать опыт, быть достойным выпускником Института Психологии Творчества 2023 года. Чувство гордости. Тело: щеки горят. Образ: в моих руках диплом инструктора Нейрографики.

7. Стилизация.

Захотелось вывести цвета из своей фигуры в фон. Добавляю красный и серый для гармонизации пространства. Чувство волнения. Тело: лёгкое головокружение. Образ: множество разных людей, мои потенциальные клиенты. Мысли: быстрее наберусь опыта, если ко мне будут приходить непохожие люди с разносторонними запросами.

8. Тема 2.0. Я - инструктор НейроГрафики 2023.

Подвожу итоги работы за год. Удалось проработать следующие кейсы: здоровье, семья, выход из депрессии, путешествия, финансы, гармония, адаптация в Болгарии, учёба на инструкторском курсе. Оцениваю по десятибалльной шкале свои ощущения в каждой из них на сегодняшний день:

- Здоровье – 9. Удалось полностью избавиться от панических атак и достичь практически идеального состояния здоровья. Веду здоровый образ жизни, занимаюсь спортом, правильное питание. О старых неприятностях уже даже и не вспоминаю;
- Семья - 8. Количество ссор с мужем и детьми сильно сократилось. Мы научились слушать и слышать друг друга. Большинство

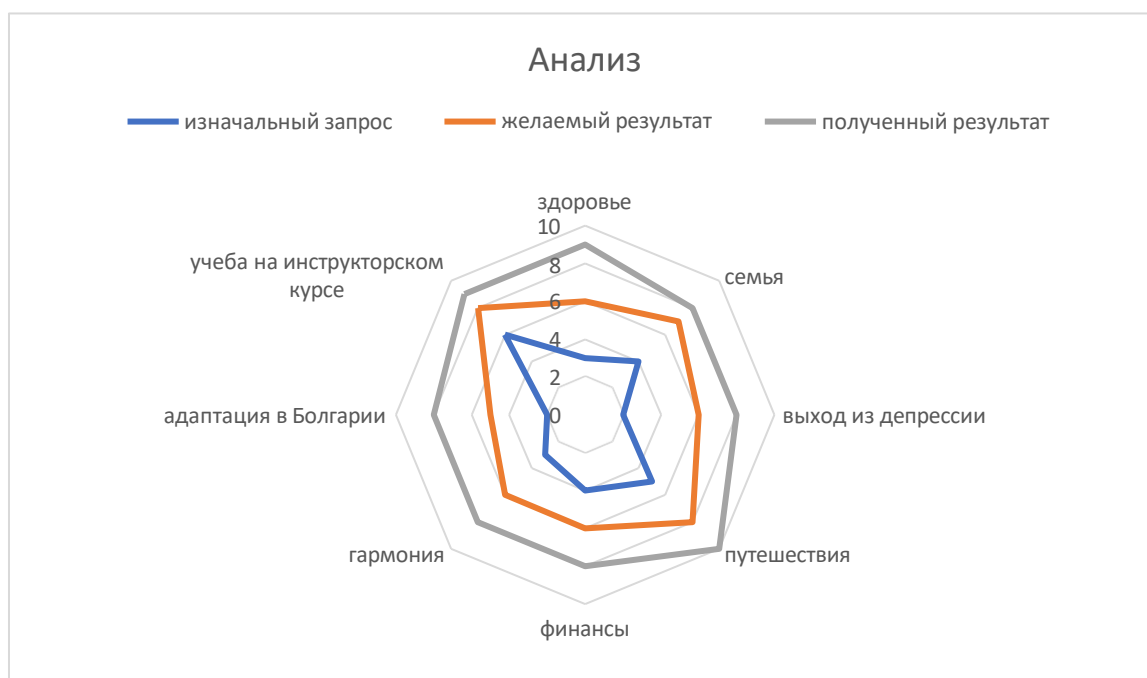
накопившихся проблем удалось решить или найти альтернативы приемлемые для всех.

- Выход из депрессии – 8. Плохое настроение бывает крайне редко; Огромное количество планов на будущее, оптимизм, в неприятных ситуациях научилась находить что - то хорошее, извлекать уроки и не унывать;
- Путешествия – 10. Все наши поездки с детьми прошли прекрасно. Посмотрели много интересного и вдохновляющего. Получили заряд позитива и сплоченность нашей семьи;
- Финансы – 8. Появилось несколько проектов, приносящих стабильный доход. Есть идеи по их развитию и привлечению новых клиентов. Достигнута частичная финансовая независимость. Открываются большие возможности в будущем;
- Гармония – 8. Глубокое погружение в себя, восстановление внутреннего и внешнего спокойствия, самооценки. Духовные практики;
- Адаптация в Болгарии – 8. С документами для долгосрочного нахождения на территории страны проблем не осталось. Язык на активной стадии изучения (все понимаю, но пока не очень хорошо говорю). Появилось много друзей и знакомых, хобби, участие в общественной жизни;
- Учёба на инструкторском курсе – 9. Итак, я на финишной прямой. Большая часть учебного материала качественно освоена. Заканчиваю написание дипломных работ, начала рисовать с клиентами. Впереди долгожданный выпускной и вручение диплома из рук учителя. Когда – то все это было мечтой. Но НейроГрафика творит чудеса. Главное, не останавливаться и идти к своей цели. Большое дерево растет медленно.

Для анализа проделанной за год работы строю 3 диаграммы:

- изначальный запрос;
- желаемый результат;
- полученный результат;

и сравниваю их между собой. Картинка полностью отражает действительность.



Для меня это был бесценный год моих личных изменений. Я искренне благодарю себя, Институт Психологии Творчества и его команду за проделанную работу. Тело: тепло в сердце. Чувствую любовь. Образ: я со сложенными, как в молитве, руками и опущенной вниз головой. Мысли: СПАСИБО!

Изменения, которые произошли в моей жизни после того, как я начала изучать НейроГрафику, не ограничиваются только внутренним миром. Они охватили и моё окружение, изменив способ, которым я воспринимала мир.



Для меня слова волшебство и чудо в самом начале звучали как что-то слишком фантастическое, слишком невероятное, чтобы быть правдой. Когда я первый раз услышала об этом методе на лекциях в институте, я улыбалась, но внутри ощущала некоторое сомнение. Эта фраза "Нейрографическое чудо", казалась мне каким-то волшебством, которое явно выходит за рамки обыденной реальности.

Затем, мой учитель - Павел Михайлович произнес фразу: "Чудо стало моей привычкой, и я перестал его замечать". На первый взгляд, это звучало как громкое преувеличение, и я не могла себе представить, что такое "чудо" может произойти каждый день. Я думала, что это слишком оптимистичное и нереалистичное утверждение.

Однако, с процессом обучения, мои взгляды начали меняться. Я заметила, что события в моей жизни стали складываться совершенно уникальным образом, что удача стала почти постоянным спутником моих дел. Я начала видеть прекрасное в самых обыденных моментах и событиях. Стало ясно, что "НейроГрафика" действительно обладает волшебной силой, которая меняет не только меня, но и весь мой мир.

Так, сейчас я осознала, что я нахожусь в мире чуда – возможно, не каждый день, но очень часто. Этот метод изменил мое миропонимание, превратив каждый день в удивительное и волшебное приключение.

Не скажу, что это слишком легко. Мне пришлось глубоко погрузиться в этот метод изнутри, провести множество часов, привыкнуть к её тонкостям и деталям описания процесса. Я должна была научиться описывать свои работы так, чтобы каждая деталь была на своем месте, чтобы донести потом и до клиента не только информацию, но и все возможности, заложенные в этом методе. Рефераты, дипломы, которые мы пишем и сдаем, это не просто обычные описания, это своеобразные книги о жизнях и судьбах людей, о каждом моменте, преображения и трансформации. Работа в эстетическом коучинге требует особого упорства знаний и внимания, ведь я вдохновляю людей с помощью живой линии Пискарева.

Сложно и иногда с большим сопротивлением, но я иду вперед и именно эти процессы дают мне глубокое понимание того, как я люблю открывать перед людьми новые миры подсознания, помогать им раскрывать свой потенциал и наблюдать, как их жизни меняются в лучшую сторону. Это невероятно волнующее и удивительное путешествие, которое приносит не только им, но и мне собственное удовлетворение.

И это только начало моих открытий. Я готова идти дальше, исследуя глубины человеческой психологии, и помогать каждому, кто ищет свою лучшую версию себя. Это увлекательное путешествие знаний и внутреннего роста, которое никогда не прекращается.

Благодаря НейроГрафике удивительные люди вошли в мою жизнь, и я уверена, что мои знакомства в пространстве НейроГрафики будут продолжаться. В процессе обучения НейроГрафике, мои линии стали живыми и уникальными. Каждый созданный мной нейрорисунок вызывает восторг и эстетическое восхищение у моих близких и родных. Это вдохновляет меня и подталкивает к созданию новых творческих работ.

Именно это стало мостом ещё более теплых отношений с моими

близкими. Вместе с детьми, мы проводим часы, наполненные радостью, смешивая цвета и создавая удивительные нейрорисунки. Это превратилось в нечто большее, чем просто хобби. Это стало способом общения, совместного творчества и создания невероятных воспоминаний, которые будут с нами всю жизнь.

Я серьезно задумываюсь о замене обычных обоев на нейрорисунки в детских комнатах. Вижу в этом огромную возможность придать детским комнатам ещё больше креативности и вдохновения. Наши стены будут заполнены яркими и креативными работами, которые придают особую энергию и атмосферу этим помещениям.

Мои дети уже обладают своей коллекцией рисунков, но с добавлением нейрорисунков они будут окружены ещё большей яркостью и красотой. Это стимулирует их творческое мышление и развивает воображение. Теперь наши дети будут проводить время в комнатах, наполненных не просто декором, но и настоящими источниками вдохновения и радости для всей семьи.

Каждый из нас в семье обладает своим арсеналом карандашей и маркеров, и это становится инструментом для наших совместных творческих проектов и вдохновения друг друга. НейроГрафика прочно вошла в нашу семейную культуру и стала неотъемлемой частью нашего творческого процесса. Когда я задаю себе вопрос "А что дальше?" после выпускного бала инструкторов НейроГрафики, билет в Москву в декабре уже куплен. Я живу ожиданиями и предвкушением этого грандиозного события. А дальше – учеба. Институт открывает еще больше возможностей для изучения дополнительных методов работы. Продолжая обучение, я буду иметь доступ к более продвинутым методикам и техникам НейроГрафики, что позволит мне ещё более расширить мой профессионализм.

Этот шаг не только поможет мне развиваться как инструктору, но и может открыть новые возможности для карьерного роста и самореализации. Я уверена, что удача ждёт меня в моем обучении и дальнейших творческих начинаниях в мире НейроГрафики!

Дорогие учителя, наставники, кураторы, супервизоры и вся огромная семья НейроГрафики, живущая на территории любви! Сложно передать словами всю благодарность и признательность, которые заполняют моё сердце. Ваша поддержка, мудрость и забота стали для меня источником вдохновения и силы в моем пути обучения и роста. Вы не только открыли для меня двери в мир НейроГрафики, но и сделали это путешествие невероятно

Сжёнова Екатерина. Применение эстетического коучинга для решения различных жизненных задач.

интересным и важным для моего развития. Спасибо, что верили в меня, что научили не только профессиональным навыкам, но и тому, как быть лучшей версией себя. С вами я поняла, что обучение может быть не только учебным процессом, но и приключением, в котором каждый день приносит новые открытия и возможности. Вы - настоящие волшебники, которые превращают обучение в искусство. Спасибо, что делитесь своими знаниями и страстью, помогая нам раскрывать свой потенциал и менять мир вокруг себя. Я чувствую себя частью этой удивительной семьи, и это дар, который я ценю выше всего.

С любовью и благодарностью, Е. Сжёнова.

[Ссылка на дипломную работу Сжёновой Екатерины в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Финансовая стабильность.



Тема: Восстановление гармоничного состояния.

