

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

Мой путь к профессионалу НейроГрафики

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель Пискарев П.М.

Супервизор Жуланова Е.Л.

«20» ноября 2024 г.

Выполнил Марина Будак

«20» ноября 2024 г.

2024 г.

ЭССЕ:

Мой путь к дипломированному инструктору НейроГрафики.

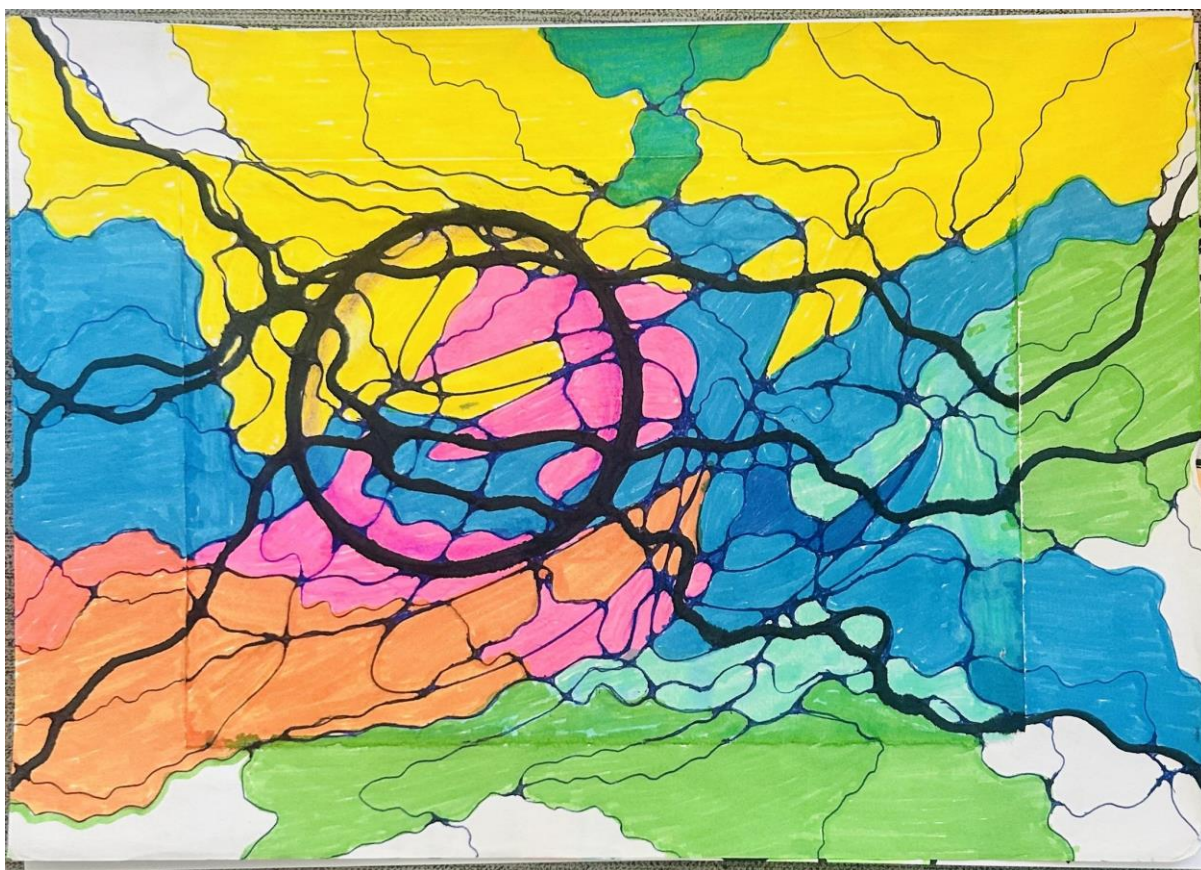
Введение: Пандемия как начало пути.

Я с детства любила рисовать и мечтала быть дизайнером, но мои родители об этом не мечтали, поэтому я стала технологом. По профессии не работала, подрабатывала продавцом, там лучше платили. И только в 30 лет, в первом декрете, я решила осуществить свою детскую мечту и пошла учиться на модельера-конструктора. Стоит ли говорить, как я была счастлива, занимаясь делом мечты! Через четыре года, во втором декрете я увлеклась кондитерским делом. Пекла много тортов, неожиданно хорошо зарабатывала, получила сертификат кондитера, и вроде бы всё хорошо, но я не ликую. Тогда я ещё не знала про рефлексия, не знала про копания в себе, поэтому не понимала, что не так.

Ещё через пять лет я выхожу в третий декрет.

Моё знакомство с НейроГрафикой началось в сложный для всех период — во время пандемии. Как многодетная мама, я искала способ сохранять эмоциональный баланс, справляться с тревогами и поддерживать себя и семью в это непростое время. Я увлекалась искусством, писала картины, листая ленту с рисунками, мне часто попадались рисунки НейроГрафики. Я не знала, что это, но хотела попробовать. Однажды я наткнулась на вебинар о НейроГрафике, где рассказывали, как с помощью этого метода можно трансформировать мысли, работать с подсознанием, достигать цели, и приглашали нарисовать первый алгоритм.

Меня сразу же заинтересовал этот подход. Сочетание искусства, психологии и самопознания казалось мне чем-то невероятным. Уже с первого рисунка я ощутила, как линии и фигуры помогают успокоить внутренний хаос и выстроить ясность. Я поняла: это то, что мне нужно.



Это мой первый рисунок.

Первые шаги в обучении

Моё обучение началось с базового курса. Этот этап стал для меня отправной точкой в мир осознанности и творческого самовыражения. Я получила сертификат Пользователя, который дал мне базовые навыки, и поняла, что хочу больше. Мне не терпелось делиться этим методом с другими людьми, помогать им находить решения и вдохновение.

Для этого нужен был следующий уровень — сертификат Специалиста.

Самое интересное в тот период, что я рисовала НейроГрафику со многими инструкторами онлайн, но ни разу не рисовала с Павлом Пискарёвым, хотя уже знала, что он автор. Тогда он был в моём сознании просто легендой, я, почему-то, даже мысли не допускала у него обучаться. Но НейроГрафика расширяет мышление и человек начинает интересоваться и желать немислимые, якобы, вещи. Я стала смотреть вебинары Павла Михайловича. Сначала, честно, было сложно привыкнуть к его подаче (повторюсь, я женщина в третьем декрете, немного погрязшая в быту), но обучение у автора метода меня мотивировало больше. Я регистрируюсь на курс и не перестаю удивляться масштабу информации, моё сознание трансформируется так, что я физически начинаю чувствовать шевеление мозга)) А работа с другими людьми во время практики, подтвердила: это действительно моё призвание: учить людей и помогать им решать задачи таким красивым, гармоничным методом приносило мне невероятное удовольствие.

В процессе работы я заметила изменения и в своей жизни. Нейрографические рисунки на тему благополучия дали неожиданные результаты: доход мужа вырос в несколько раз, наша семья стала чувствовать себя увереннее и стабильнее.



Но с этими изменениями пришли и новые вызовы. Меня стали атаковать идеи собственных алгоритмов. Я буквально видела их во сне и спешила зарисовать, чтобы не потерять. Желание делиться ими с другими росло с каждым днём, но я понимала, что не могу этого делать без диплома инструктора.

Решение стать инструктором.

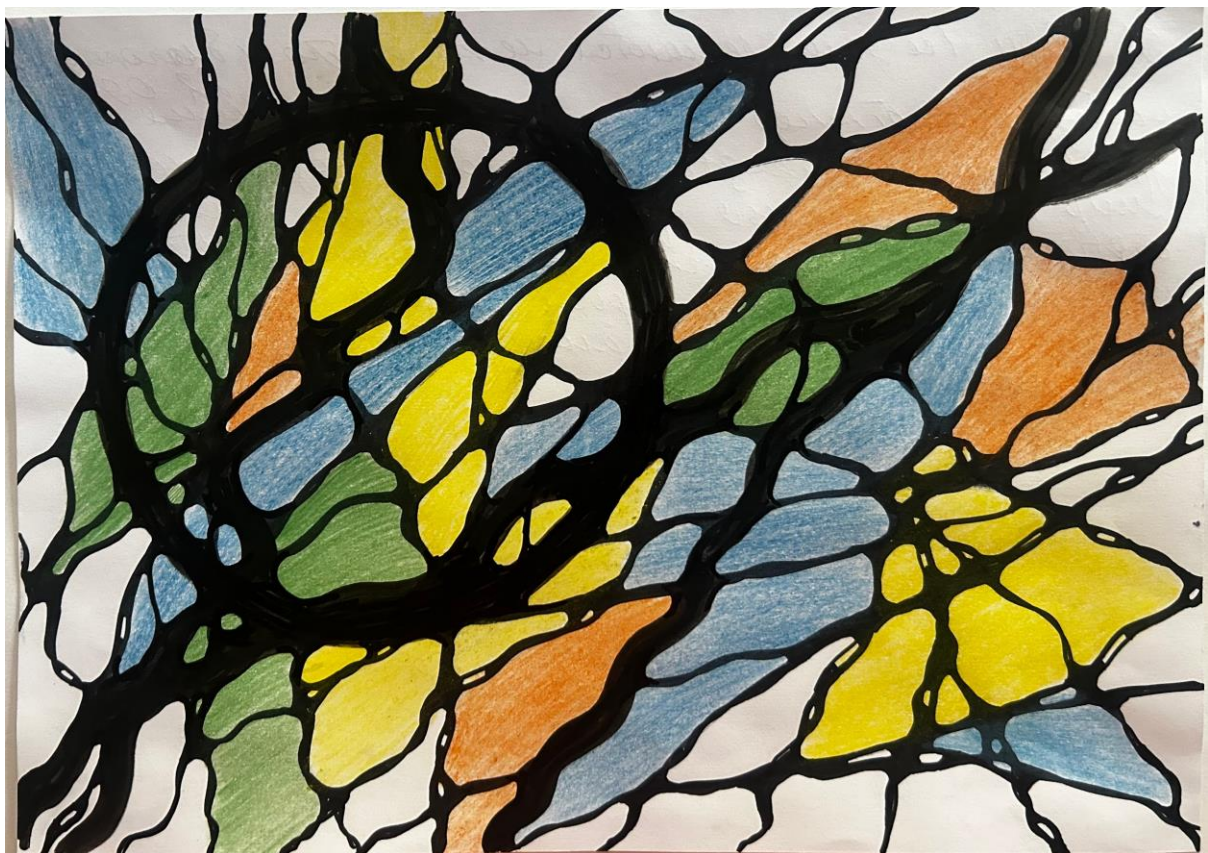
Идея получить диплом инструктора поселилась в моей голове почти сразу после получения сертификата Специалиста, но финансовая сторона вопроса казалась огромным препятствием. Я решила нарисовать алгоритм снятия ограничений. Один рисунок придал мне уверенности, и я решилась поговорить с мужем. Я просто хотела посеять идею, но его реакция удивила меня.

“Если тебе это нужно, если это делает тебя счастливой — иди,” — сказал он.

Поддержка мужа вдохновила меня, и я поступила на курс инструктора, который будет длиться 9 месяцев.

Если бы мне тогда сказали, как будет сложно, сколько будет сопротивления, что я несколько раз от этого заболею, что придётся много в себе копать, иногда до слез, возможно, я не решилась бы поступить. Но хорошо, что рядом не было человека с таким опытом. Я научилась себя слушать благодаря регулярной, иногда сложной и бесячей, но обязательной рефлексии. Да, бывало, что для работы приходилось её высасывать из пальца, но даже тогда я слышала в себе другие, очень интересные вещи.

Ещё хочу рассказать про кейс из дневника эстетического коуча «Пользователь». Моя тема была названа «Я достойна». Я настолько верила НейроГрафике, что решила прорисовать одну из самых важных тем для меня. Я не знала, не понимала, откуда у меня эта неуверенность, и самозванец, который не даёт развиваться. Начинала кейс с алгоритма снятия санкций, потом было несколько АСО, и другие алгоритмы, где много кругов и квадратов. Уже не помню на каком из них я поняла, откуда у меня это установка, якобы я, чего-то не достойна. Я вспомнила, как мама часто говорила мне, что все надо заслужить. Если я хотела чего-то, она в первую очередь спрашивала «а ты заслужила?». Когда я это вспомнила и осознала, мне, словно, горло передавили, я была в большом шоке. Как легко, оказывается, даже не осознавая, а я уверена, что мама не хотела вкладывать в меня такую установку, но как всё-таки легко сломать установки человека всего одной фразой. К концу кейса у меня уже не оставалось вопросов, почему и для чего? Я поняла откуда это, поняла что это было случайностью, что ничего не делалось, чтобы навредить. Поэтому переустановить стало просто. Я стал рисовать алгоритмы с треугольниками, где я достойна, и где я все заслужила. А сейчас ко мне приходят люди с таким же запросам, хотят уверенности и избавление от «самозванца». Я, конечно, не терапевт, но слыша такой запрос, я рассказываю свою историю, людей это обнадеживает.



Личные кейсы: нейрографика в действии

Во время обучения я столкнулась с разными сложностями, но также увидела потрясающие результаты как в своей жизни, так и в жизни клиентов.

Моим самым ярким личным кейсом стал детский садик для ребёнка. Это было место, о котором мы мечтали, но шансов туда попасть практически не было. Условия

поступления включали социальный статус родителей, который не соответствовал нашим реалиям.

Однажды мы стояли перед этим садиком и загадывали желание. Я решила использовать НейроГрафику и нарисовала около восьми рисунков на эту тему. Спустя время, мне позвонили из садика и сообщили, что появилось одно место, и нас пригласили безо всякой лотереи! Это казалось невероятным. Мы быстро собрали документы и начали новую главу в жизни нашего ребёнка.

Ещё один важный кейс связан с моими путешествиями. Раньше я лишь мечтала о поездке в Европу, но постоянные сомнения и страхи не давали сделать первый шаг. Работа с техниками НейроГрафики помогла мне преодолеть внутренние ограничения, и я осуществила свою мечту.



Кейсы клиентов.

Работа с клиентами подарила мне множество вдохновляющих историй. Например, одна женщина, работая со мной, нарисовала рисунок на тему путешествий. У неё не было финансовой возможности полететь на родину, но спустя несколько дней ей позвонили из банка, сказали, что нужно срочно приехать для решения вопроса с заблокированными счетами. Она купила билет, немного расстроенная тем, что летит по вынужденной причине.

Перед самым вылетом банк сообщил, что проблема решена, и прилетать уже не нужно. Но она всё равно решила воспользоваться купленным билетом.

В итоге её поездка стала отдыхом, а не стрессом, и всё благодаря НейроГрафике.

Другие клиенты рассказывали, как после работы с целями начинали получать неожиданные премии, повышения и приглашения в поездки. Эти истории вдохновляют меня.

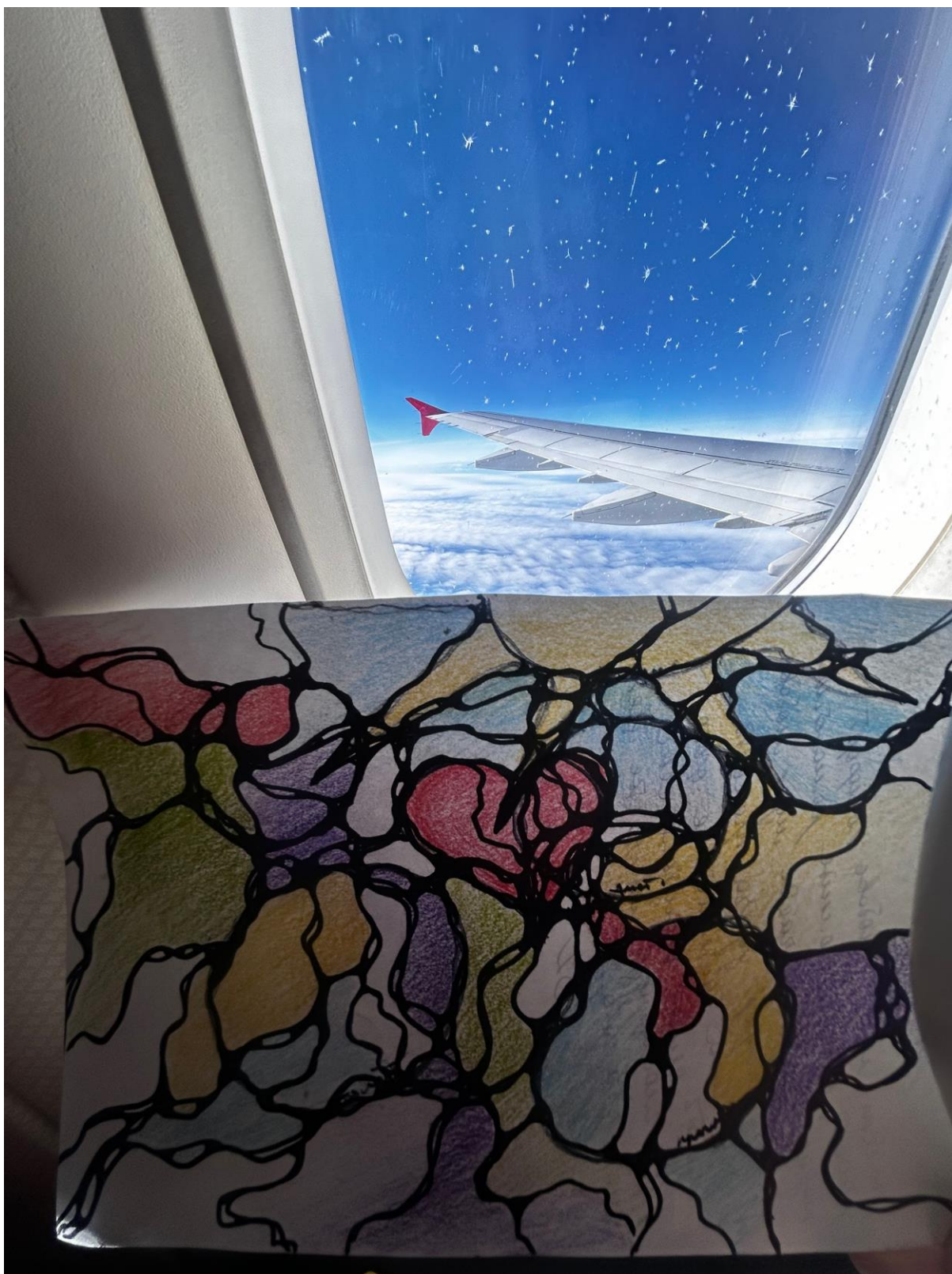
Планы на будущее.

Сейчас, завершив обучение, я чувствую, что готова к новым свершениям. В моих планах — создание авторских алгоритмов, которые будут помогать людям решать их задачи и достигать целей. Я хочу сделать НейроГрафику доступной и понятной для всех. Ещё я мечтаю распространить метод в Турции. Нас тут немного инструкторов, но у нас одна цель.

Мы часто рисуем в общественных местах, люди к нам подходят, интересуются, что мы делаем. Таким образом, ко мне на сессию пришли 2 клиентки турчанки. Теперь они ждут курс «Пользователь» на турецком языке. Пользуясь случаем, хочу поведать наши переживания по поводу обучения НейроГрафике в Турции. Меня спрашивают, смогут ли они собирать рисовать в своих группах, когда получают сертификат? Я говорю, нет, для этого нужен сертификат Специалиста. Они спрашивают, как его получить? Я говорю, ждать, когда я получу право его преподавать, примерно через 1.5-2 года. Турчанки негодуют, конечно, а мы ничего не можем сделать. И вопрос: как в других странах происходит обучение специалистов на местном языке? Я планирую задать этот вопрос Павлу Михайловичу на выпускном, но и тут спрошу))

Немного отошла от темы и структуры ЭССЕ.

Хочется ещё рассказать про путешествие в Голландию, которое я тоже рисовала. Амстердам был прекрасен, мы были вдвоём с мужем, как медовый месяц в сказке. Город для взрослых, дети и всё, что с ними связано, осталось дома, у меня всегда с собой альбом А5 и фломастеры. Рисую в самолёте, в отеле, во время прогулки по каналу.... Как знак почтения и благодарности НейроГрафике за это путешествие.

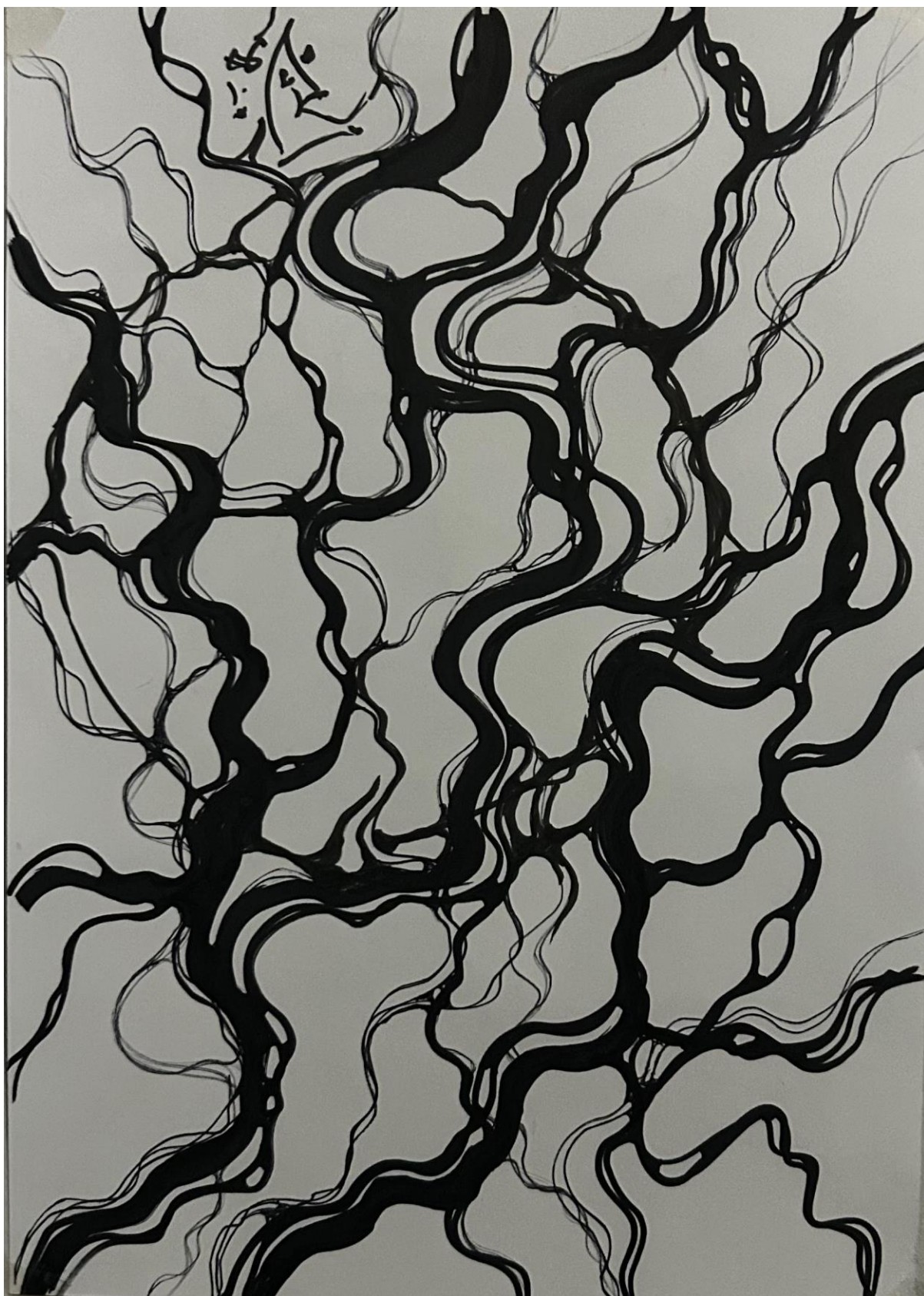


По пути в Амстердам.

А самый интересный момент моего обучения , это, как я планировала посещение интенсива в Санкт-Петербурге. Я всё никак не привыкну, что уже можно желать крупные поездки в другие страны, что надо просто нарисовать и сказать. И я

нарисовала всего один рисунок про интенсив, и это снова был алгоритм снятия ограничений, второго рисунка не понадобилось.

Во-первых, муж меня снова поддержал и сразу оплатил поездку. Вспоминаю, как скептически он относился к НейроГрафике вначале моего пути, с подтекстом «чем бы дитя не тешилось, лишь бы не вешалось», и как, без лишних вопросов, поддерживает сейчас. Во-вторых, я туда полетела одна, без мужа и троих детей. Такое одиночество в последний раз я переживала 15 лет назад. Сначала было хорошо, через три дня стало непривычно и некомфортно, а вот в последние два дня мне уезжать не хотелось. Я представляла, как из этого творческого Рая вернусь домой, где меня поглотит бытовуха и стресс от обучения, и мне становилось грустно. Я познакомилась с прекрасными людьми, атмосфера поддержки и вдохновения была с нами ежеминутно. И такой атмосферы больше нет нигде, её не может быть, потому что для этого нужно идеальное пространство, нужен лучший проводник и только единомышленники. Я поняла, почему люди летают на интенсив по второму и по третьему разу. Одного раза точно недостаточно. И сейчас у меня новое желание, посещать офлайн мероприятия с Павлом Михайловича как можно чаще, и это не только интенсив в Санкт-Петербурге.



Мой самый дорогой рисунок, подписанный Павлом Михайловичем на интенсиве.

Сейчас, по окончании курса, у меня освободится время для реализации моих планов по созданию авторских курсов, в том числе и на турецком языке, и больше времени

для творчества. Я соскучилась по пошиву одежды, хочу что-то создать. Даже одинаковые пижамы детям, это уже создание, творчество и реализация, в этом особый кайф.

Ну, и конечно, хочу поделить стихом, который мне приснился, я вставала, чтобы его записать. Причём, я никогда не писала стихи, это первый.

Это было интересно,
Словно, гонка с тенью.
Пару раз я заболела,
Это было сопротивление.

Дома где-то муж, дети,
А я целый год ученица.
Рассказала им про Грофа
И 9 месяцев, для переродиться.

Мои осознания:

Мечты не исчезают, их можно реализовать в любом возрасте. Даже если мечта кажется забытой или недостижимой, её можно оживить. Возвращение к искусству через обучение в первом декрете показало, что никогда не поздно начать заниматься тем, что по-настоящему вдохновляет.

Внешний успех не гарантирует внутренней гармонии. Занимаясь кондитерским делом и достигая хороших результатов, я осознала, что финансовое благополучие и признание не заменяют истинного удовлетворения. Важно искать деятельность, которая резонирует с душой.

Кризис может стать точкой роста. Пандемия, с её сложностями и стрессами, подтолкнула меня к поиску новых инструментов для поддержания баланса. Именно в трудные времена я открыла для себя НейроГрафику, которая стала поворотной точкой в моей жизни.

Творчество — мощный инструмент трансформации. Через линии и формы НейроГрафики я не только справлялась с внутренними тревогами, но и нашла способ менять установки, раскрывать потенциал и достигать целей. Искусство может быть больше, чем выражением себя, оно способно быть инструментом осознанных изменений.

Поддержка близких вдохновляет на большие шаги. Слова мужа, позволившие мне почувствовать уверенность в своём выборе, стали важным толчком. Иногда вера в нас со стороны близких сильнее, чем наша собственная уверенность.

Рефлексия помогает понять корень проблем. Анализируя внутренние ограничения, я пришла к осознанию их истоков. Например, убеждение «нужно заслужить» мешало мне чувствовать уверенность. Рефлексия и осознание сделали возможным переустановку этих барьеров.

Преодоление страха позволяет достигать нового уровня мышления. Изначально обучение у автора метода казалось недостижимым, но расширение сознания через НейроГрафику привело меня к решению попробовать. Это стало примером того, как преодоление внутренних ограничений открывает новые горизонты.

НейроГрафика работает не только внутри, но и вовне. Результаты в виде изменений в финансовом положении, осуществления мечт и вдохновляющих историй клиентов стали подтверждением силы метода.

Творчество и вдохновение требуют пространства и среды. Работа в кругу единомышленников на интенсиве показала, как важно окружение. Поддержка и энергия группы способствуют личностному росту и укрепляют веру в свои силы.

Самопознание через трудности делает нас сильнее. Сопротивление, страхи, болезни, возникающие на пути, не являются препятствием, а наоборот, сигналом о необходимости изменений. Переживая эти моменты, я становилась более осознанной и уверенной в себе.

Путь к НейроГрафике стал для меня не только освоением нового метода, но и путешествием к внутренней свободе. Я научилась видеть возможности в сложностях, находить гармонию через творчество, принимать поддержку близких и делиться своими осознаниями с другими. Этот опыт подтвердил: рост всегда начинается с внутреннего осознания, а его результаты проявляются в реальном мире.

Благодарность:

На пути к освоению НейроГрафики я испытала множество эмоций — от вдохновения до сомнений, от радости до преодоления внутренних барьеров. Этот путь был бы невозможен без людей, которые поддерживали меня на каждом этапе. Сегодня я хочу выразить свою глубокую благодарность всем, кто стал частью моего путешествия.

Благодарность автору метода — Павлу Михайловичу Пискарёву.

Павел Михайлович, вы создали не просто метод, а уникальный инструмент, который помогает людям раскрывать себя, трансформировать свою жизнь и достигать гармонии. Спасибо за ваш масштабный труд, за глубину ваших знаний и за то, что вы щедро делитесь ими с миром. Ваши вебинары, курсы и интенсивы — это не просто обучение, это пространство роста, где каждый может почувствовать себя частью чего-то большего.

Вы помогли мне поверить, что я могу преодолеть внутренние ограничения и выйти на новый уровень мышления. Ваша подача и харизма вдохновляют на действия, даже если путь кажется сложным. Я благодарна за возможность учиться у вас, за то, что вы открыли мне мир, где искусство и самопознание становятся единым целым.

Благодарность учителям и супервизорам.

Каждый учитель, который сопровождал меня на пути, стал важной частью моего становления. Вы помогали мне глубже понять метод, направляли, когда я терялась, и поддерживали, когда возникали сомнения.

Особенно я благодарна своим супервизорам за терпение и внимательность. Вы не только помогли мне разобраться в тонкостях Нейрографики, но и вдохновили своим примером. Благодаря вашим рекомендациям, обратной связи и поддержке, я смогла раскрыть свои сильные стороны и найти уникальный подход в работе с собой и клиентами.

Благодарность коллегам.

Мои дорогие коллеги, ваша поддержка и энергия были бесценны. Каждое совместное рисование, обсуждение, обмен опытом — это моменты, которые наполняли меня уверенностью и вдохновением. Я чувствую себя частью огромного сообщества людей, которые не только развиваются сами, но и стремятся сделать мир лучше.

Вы стали для меня не только профессиональными единомышленниками, но и настоящими друзьями. Благодаря вам я поняла, как важно окружение. Ваша вера в меня и искренние отзывы о моей работе давали силы двигаться вперёд даже в моменты, когда казалось, что всё слишком сложно.

Благодарность семье.

Моя любимая семья, вы — мой главный источник вдохновения и поддержки. Без вашей веры в меня этот путь был бы невозможен.

Мой муж, ты стал для меня опорой. Когда я сомневалась, ты говорил: «Если это делает тебя счастливой, иди!» Эти слова дали мне крылья. Спасибо за то, что верил в меня даже тогда, когда я сама не до конца понимала, к чему ведёт этот путь. Спасибо за заботу о детях, за то, что позволял мне уделять время учёбе и работе над собой. Моим детям спасибо за терпение и любовь. Ваши улыбки, ваши вопросы о том, что я рисую, ваш интерес к моему делу делали меня ещё сильнее. Вы научили меня тому, как важно быть примером для своих детей, показывая, что даже мама может учиться, расти и воплощать мечты.

Этот путь был непростым, но я благодарна за каждую пройденную ступень. Спасибо всем, кто был рядом, кто вдохновлял, кто поддерживал. Каждый из вас — это часть моей истории, и я надеюсь, что смогу передать эту энергию благодарности и вдохновения другим. Вместе мы создаём что-то большее, чем просто искусство — мы создаём пространство для изменений, для роста, для жизни, наполненной смыслом и гармонией.