

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

Мой путь в НейроГрафике

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Кудряшова С.М.

«12» ноября 2024 г.

Выполнил Дубинина Л.Г.

«11» ноября 2024 г.

2024 г.

Мой путь в НейроГрафике.

Первое знакомство с НейроГрафикой.

Солнечные лучи, пробиваясь сквозь занавески, рисовали на моей стене причудливые узоры, и я, как всегда, проснулась в предвкушении нового дня 2017 года. День был обычный, но... в тот день, листая ленту в соцсетях, я наткнулась на удивительный рисунок. Он был для меня непонятным, но ярким, живым, притягивающим внимание. Это был нейрографический рисунок, и я была заворожена.

Странные, но приятные ощущения охватили меня. Я сразу поняла, что эта техника не просто рисование, а возможность творить и создавать, погружаясь в мир своих эмоций и желаний. В тот момент я почувствовала, что внутри меня проснулось что-то новое, то, что давно ждало своего часа. И я, конечно, подписалась на рассылку писем по электронной почте.

Прошел день, второй, третий. Работа тогда забирала все мое время. Государственная служба, совещания, документы, задержка после работы. Я тонула в рутине. Приходившие письма на почту так и оставались неоткрытыми, и мои воспоминания о НейроГрафике постепенно угасали.

В 2018 году я уволилась с госслужбы. Сидеть сложа руки я никогда не любила, меня всегда интересовало что-то новое. И начались эксперименты.

Я купила франшизу и открыла школу ментальной арифметики. Обучилась сама, обучила преподавателей. Все шло замечательно. И тут неожиданно для всех началась пандемия. Школу пришлось закрыть. Попробовала себя в сетевом бизнесе, инвестициях. Сетевой бизнес не пошел совсем, я точно поняла, что это не мое. А с инвестициями вообще случился провал.

Но я человек неунывающий, ищущий, поэтому поиски того, чем бы заняться по душе, не прекращались.

В один из апрельских вечеров 2022 года моя подруга решила поделиться со мной новостью. Она узнала о НейроГрафике и была в полном восторге от этого метода. Ее глаза горели. И я вспомнила о том удивительном рисунке, который когда-то привлек мое внимание. Поделилась с ней своими мыслями о том давнем рисунке, о том, что уже слышала о методе и даже хотела попробовать себя в этой практике. Она улыбнулась и сказала: "Не откладывай, наверное это знак, это то, что тебе нужно". Кстати: "Рисовать уметь не нужно!" - эта фраза меня подкупила. Если бы не она, я бы, скорее всего, еще подумала, ведь я совсем не художник.

Мой первый опыт.

Открытый вебинар онлайн. Я беру лист бумаги, маркеры, слушаю методику, как рисовать линии, и началось... Сначала было непонятно, но интересно.

Каждому из участников предложили выбрать тему, которая его беспокоила на данный момент. Я выбрала тему финансы. Подумала о том, почему бы не улучшить финансовое положение. Нам дали две минуты на то, чтобы написать слова-ассоциации, связанные с нашей темой. Объяснили, что это нужно для актуализации нейронных связей и эффективности рисования.

Затем мы стали рисовать линии, потом скруглять все пересечения. Это заняло около двух часов, показалось сложным и долгим. Потом мы добавляли цвет и выполняли другие задания по алгоритму.

Мне в тот момент казалось, что мы занимаемся обычным рисованием, ничего особенного не происходит. Но в итоге, в конце рисования в чате каждый отметил, что что-то в его теме изменилось. Я тоже отметила, что в конце у меня улучшилось настроение и появился какой-то азарт.

На следующий день я купила маркеры, карандаши, бумагу. И, словно по волшебству, НейроГрафика вернулась в мою жизнь.

Я проводила вечера за рисованием, погружаясь в мир абстрактных форм и цветов. И радовалась, как ребенок: «ура, у меня появилось хобби».

Да, вначале это было увлечением. Как же я полюбила магазины канцтоваров. Манящее место, где я с любовью выбирала маркеры, карандаши, текстовыделители, с нетерпением ожидая момента, когда смогу воплотить свои идеи на бумаге. Но все случилось не сразу. Вначале НейроГрафика меня увлекла, как возможность побыть с собой наедине, в тишине, покое. Когда все бытовые вопросы уходили на задний план. И оставалась только я сама с собой.

А еще мне было интересно попробовать себя в роли художника. Я с детства не умела рисовать и всегда завидовала тем, кто легко мог изобразить даже элементарные наброски. У меня кроме домика и солнышка ничего не получалось. А тут целая картина и я ее автор. Восторгу не было предела.

Начало профессионального пути.

Я рисовала по открытым вебинарам в интернете. И на каждом вебинаре ведущие обращали внимание на то, что НейроГрафика это не простое рисование. С помощью НейроГрафики можно решить любой запрос, проблему, снять напряжение. “Что же я хочу решить с помощью НейроГрафики?” - задавала я себе вопрос. У меня, итак, казалось, в жизни все нормально. Я сделала карьеру. У меня есть семья, две прекрасные дочери, уютный дом, иногда мы путешествуем. Что еще мне нужно? И только спустя несколько месяцев рисования я вдруг осознала, что у меня все хорошо, но каждый день похож один на другой. И пришло понимание - желания, у меня нет желаний, нет мечты. Я просто обомлела от этого открытия.

И я начала рисовать уже совсем по-другому. Я начала размышлять. Размышлять над процессом, над тем, как же работает НейроГрафика. Мне

хотелось узнать больше, и я решила пройти обучение “Пользователь НейроГрафики”. Именно с этого момента начался мой профессиональный путь в НейроГрафике.

Первые рисунки АСО вызывали у меня раздражение, потому что не получалось растворить выброс, скругления были с заусенцами. Острота меня пугала. Я нервничала, но продолжала рисовать. Рисовала на темы: “Страхи”, “Обиды”, “Финансы”, “Рефлексия”. На последнюю тему рисовала много, потому что вообще не чувствовала своего тела, не могла определить эмоции. Но постепенно, с каждым новым рисунком я начала понимать свои чувства, ощущения. Рисунки стали нравиться. Я начала понимать, что внутри меня живет огромная сила, которую я раньше не замечала. НейроГрафика стала не просто моим хобби, как в самом начале, когда я просто рисовала для удовольствия. Она стала моим проводником в собственный внутренний мир, помогающим раскрыть свой потенциал.

Одним из первых вопросов, над которым я решила работать, был вопрос финансового благополучия. Чтобы понять, что не так и как улучшить свой доход, я начала рисовать АВН (Алгоритм выявления намерений) и поняла, что мои финансовые проблемы, возможно, связаны с глубоко укоренившимися негативными установками, которые мне мешали. И тогда я нарисовала на эту тему свой первый рисунок АСО (Алгоритм снятия ограничений). На следующий день меня посетило ясное осознание – я увидела, какие именно негативные установки мешали мне, и, что еще важнее, поняла, как от них избавиться. Один из способов я видела в интернете и решила последовать ему. Создала таблицу в Ворде, разделенную на две колонки. Левая колонка была обозначена знаком минус, правая - плюсом. В левой колонке я перечислила все негативные установки, которые обнаружила. А в правой - написала позитивные утверждения, прямо противоположные им. Чтобы подчеркнуть разницу, я изменила цвет шрифта в левой колонке на светло-серый и зачеркнула его. В правой колонке цвет шрифта стал ярко-красным и жирным.



Рис. 1. Мои первые рисунки АСО

Именно АСО и таблица стали моими инструментами для работы с ограничивающими убеждениями. Они помогли мне в дальнейшем увидеть все

блоки и ограничения, которые мешали расти и развиваться. Я смогла проработать страхи и блоки денежного характера, улучшила свое здоровье, перестала злиться, обижаться по пустякам. Этими инструментами я пользуюсь и сейчас. И в своей жизни, и в работе с первыми клиентами.

Дальше-больше.

Окончив курс «Пользователь» и получив сертификат, я успокоилась. Но, как оказалось, успокоилась ненадолго. Меня не покидало любопытство: «А что же там дальше? Что можно узнать и чему научиться на курсе Специалист? Как придумать свой алгоритм? На что может влиять цвет в рисунках?»

За несколько месяцев я изучила курсы Специалист, НейроКомпозиция, НейроКолор. Алгоритмы за алгоритмами: НейроДрево, НейроЛотос, Икигай. Композиции с треугольниками, квадратами. Каждый новый алгоритм, рисунок все больше погружал меня в мир чувств, эмоций, ощущений, форм, моих желаний и целей. Я все больше расширяла свой мир и появились первые маленькие росточки желания делиться этим с другими. А освоить НейроКомпозицию для меня было равным постичь магию Нейрографики. Дальше-больше. Я хотела еще глубже погрузиться в этот удивительный метод, познать его секреты. Узнать о нем от самого автора метода Павла Михайловича Пискарева.

Обучение в институте. Новый этап в моей жизни.

Почти год я лелеяла мечту поступить в Институт Психологии Творчества и продолжала рисовать. Не имея нужной суммы денег, начала рисовать на тему: я инструктор НейроГрафики. Я даже оформила и выдала себе диплом на формате А5, написала фамилию и имя, поставила печать, количество пройденных часов и т.д. И положила его перед собой. Я не знаю как, но внутренне я чувствовала, что непременно пойду учиться. Так и произошло.

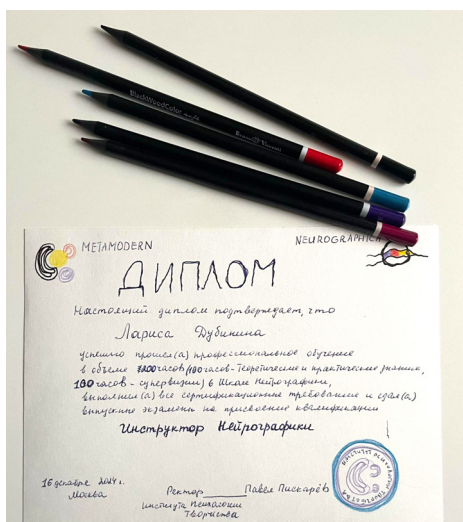


Рис 2. Нарисованный мною Диплом мечты

И вот я студентка Института Психологии Творчества. Новый этап в моей жизни, где я открыла для себя целый мир. Мир, где желания воплощаются в реальность, где каждый рисунок несет в себе глубокий смысл, где я могу творить не просто картины, а создавать свою собственную реальность.

Помню, как выполняла одно из первых домашних заданий курса - АСО по количеству лет. А мне-то уже лет немало. Сколько было слез, раздражения, воспоминаний прошлых поступков и ошибок. Рисовала я, наверное, часов 6, в конце просто рухнула без сил в кровать. Но, прожив все эти состояния, все мои обиды на себя растворились и пришло спокойствие.

Еще одно из ярких впечатлений я получила от работ по алгоритмам НейроСинтез, Пирамида логических уровней, Пирамида Дилтса. На учебном занятии П.М. Пискарев дал задание с помощью этого Алгоритма проработать тему "Я инструктор НейроГрафики". Это очень наглядная модель, помогающая разобраться с тем, что происходит в жизни человека, какие особенности поведения, а также какие его убеждения и ценности влияют на достижение целей. Что помогает, а что является препятствием, и куда необходимо сместить фокус внимания. Алгоритм рисовала несколько дней. Благодаря этому алгоритму я разобралась в своей роли в настоящем дне, и миссии, которую хочу нести людям.



Рис. 3. Пирамида логических уровней

Алгоритм "НейроЦель" показался мне настоящей ракетой, которая запускает тебя к твоим мечтам! Когда работаешь с этим алгоритмом, будто видишь россыпи звёзд и солнца. Это даёт невероятную уверенность, что достичь своих целей легко и просто. Как будто Вселенная сама тебе помогает!

А вот модуль НейроКолор вначале вызвал у меня тревогу. В нем я получила важную информацию совместимости по системе У-Син в моей семье. Сначала было грустно, что моя дочка по этой системе угнетает мой элемент. Но одновременно это стало важным осознанием для меня, что позволило воспринимать наши споры с пониманием и благодарностью.

Алгоритм "НейроСкетчинг" стал для меня настоящим испытанием. Я столкнулась с сопротивлением, которое является сигналом о важности работы. Но страх был настолько силен, что я отложила работу на 2 недели, не могла себя заставить начать нейрографирование собственной фотографии. Как только брала в руки заготовку, сразу появлялись "срочные" дела, и я искала поводы отложить этот важный шаг.

Но я все-таки преодолела себя! Я назначила себе конкретный день для рисования, собрала всю свою волю и решительность и начала работу. К моему удивлению, нейрографирование собственной фотографии мне очень понравилось! Я ощутила прилив энергии и получила неожиданный инсайт - в виде места для желаемого отдыха. Эту работу добавила в мой диплом - "Путешествие на Самуи".

Это была еще одна победа над страхом, а НейроГрафика помогла мне открыть новые возможности и приблизиться к своей мечте.

Отмечу, что я чаще в своих нейрографических работах стала создавать композиции на темы, которые были не материального характера. Например, "Инструктор Нейрографики", "Эстетический коуч", "Ораторское мастерство", "Уверенность", "Онлайн Бизнес". Я все больше понимала, что хочу развиваться профессионально и выбирала темы, связанные с саморазвитием.

Росточки желания делиться знаниями превратились во время учебы в твердое решение сделать НейроГрафику своей профессией. Так я встала на путь профессионального развития.

Интересно, что после создания композиции на тему "Ораторское мастерство", я стала получать приглашения на различные мероприятия. Меня попросили выступить на городском мероприятии "Игры разума", где я участвовала в нетворкинге в качестве спикера и проводила мастер-класс.



Рис. 4. Рисуем с группой на "Играх разума"

С радостью отметила, что НейроГрафика не только помогла мне визуализировать свои цели, но и буквально "притянула" новые возможности в мою жизнь!

Изучив алгоритмы Инструкторского курса, применяя их под свои задачи, невозможно передать насколько ценен каждый из них. Каждый из девяти алгоритмов дал мне очень много информации, научил более активно идти к своей цели, и показал, насколько широким может быть применение НейроГрафики в жизни.

НейроГрафика стала для меня настоящим волшебным инструментом! Она помогла мне разобраться в себе, увидеть свои цели, мечты и желания, и найти пути к их реализации.

С помощью НейроГрафики я научилась:

- * переосмысливать прошлое без болезненных воспоминаний.
- * избавляться от устаревших установок, которые мешают жить счастливо.
- * создавать яркое и позитивное будущее, которое я сама могу спроектировать.

Я поняла, что НейроГрафика - это не просто рисование, а мощный метод трансформации сознания. Благодаря ей я научилась управлять своими мыслями, чувствами и действиями.

Сейчас уже написан Диплом Инструктора НейроГрафики-символ моей победы над страхом, над рутинной. Это Диплом, который откроет мне двери в новую жизнь, наполненную творчеством, самовыражением и, главное, счастьем.

И теперь, каждый раз, глядя на свои рисунки, я вспоминаю этот путь – путь к себе, к своим мечтам, к НейроГрафике, которая стала не просто хобби, а частью моей жизни, наполненной силой, уверенностью и любовью к себе.



Рис. 5. Мои работы

Первый опыт с клиентом.

Мой профессиональный путь в НейроГрафике начался с индивидуальных практик. Периодически я стала проводить мастер-классы с небольшими группами.

Такой опыт для инструктора очень важен, он позволяет лучше понять какие темы интересны для учеников, клиентов, позволяет почувствовать всю глубину работы нейрографа. И на основе таких встреч формировать темы для обучающих мероприятий. Практика - это один из важных этапов для профессионального становления.

Приведу пример одной из первых встреч с клиентом в индивидуальной работе.

Ко мне на встречу пришла клиентка. Она долго не могла определиться на какую тему рисовать.

"Доход интересует, стройность" - перечисляла она чисто механически. Но я чувствовала, что в ее душе скрывается что-то гораздо более глубокое.

"Какой ты хочешь доход? Сколько ты хочешь зарабатывать?" А что ты будешь делать, когда у тебя будет много денег и ты будешь в отличной форме?" - продолжала я.

И тут ее глаза заблестели, а голос дрогнул.

«Я хочу дом... Дом, где безопасно, где собирается моя семья, дети»-прошептала она.

И в этот момент будто прорвалась плотина, ее мысли хлынули наружу.

Мы начали рисовать. Рисовать мечты о доме, где живет ее семья, где бегают собаки. Нет, собаки!

Где пахнет травой и счастьем.

И вдруг: "Я буду разводить собак!" - воскликнула она. И я увидела, как ее глаза засияли от радости. "Хочу дом, в котором не просто прийти поспать и пожарить мясо. Нет, дом, где я чувствую себя безопасно, мой дом, моё место силы..." - шептала она.

И снова слезы наворачивались на ее глаза, но на этот раз это были слезы радости.

И слова благодарности: «Спасибо. Раньше я просто рисовала, у меня не было мечты. А теперь у меня есть цель, есть мечта, и пусть она пока только в мыслях и на бумаге, но она уже точно есть."

Это была вдохновляющая встреча и для клиента, и для меня. Я, как нейрограф, человек помогающей профессии, поняла, что могу быть проводником в волшебный мир НейроГрафики, в мир глубокого самопознания и внутренней гармонии. А первый опыт так важен, именно он является той первой "ниточкой" в нейронной сети, где закладывается моя новая профессия. Позже, я насажу на эту "ниточку" много бусин - сессий, обучающих мероприятий, мастер-классов, Но первое впечатление стало моей основой, фундаментом "я могу, я умею, я хочу".

Мастер-классы, группа в Телеграм стали естественным продолжением вдохновляющего опыта. Каждая встреча наполнена благодарностью себе, миру, людям, хранится в моем опыте и является "кирпичиком" в строительстве меня новой.



Рис. 6. Мастер-класс на тему “Мое будущее”

Каким я вижу будущее?

Так совпало, что я недавно наткнулась в одном из каналов в интернете на одно интересное предложение. Предложение от основателя Нумерологического Центра. Раньше я никогда не обращалась к нумерологам, как-то не было интереса.

Привожу цитату: “Добрый день, Лариса ●. Это основатель Нумерологического Центра для поддержки Предпринимателей и Профессионалов. Вы оставили свою дату рождения в нашем чате. С радостью поделюсь сейчас с инсайтом по одному из Ваших денежных блоков, который скрыт в Вашей дате рождения, а именно в Вашем Денежном Треугольнике.

Смотрите, Лариса, в вашей сфере денег скрыта программа, связанная с обучением, самообразованием.

По этой программе вам очень полезно постоянно черпать знания, обучаться. Вам очень важно не только по жизни постоянно заниматься самообразованием, но и потом монетизировать эти знания, передавать свой опыт, не копить их в себе 🙋.

И у Вас точно есть талант к наставничеству, к коучингу. Вы можете сложные вещи объяснять понятным, лёгким языком. Этот дар вам обязательно нужно раскрывать, если вы этого ещё не сделали».

От этого разбора я под впечатлением ходила неделю. Особенно от слов: «И у Вас точно есть талант к наставничеству, к обучению других людей, к коучингу. Вы можете сложные вещи объяснять понятным, лёгким языком. Этот дар вам обязательно нужно раскрывать, если вы этого ещё не сделали».

Вдохновленная словами нумеролога, результатами НейроГрафики, я ощущаю огромный потенциал этого метода и верю, что он может стать моей профессией. Перечислять все изменения, которые произошли со мной, займет много времени. Скажу о том, чему научила меня НейроГрафика:

- красиво рисовать
- выходить за рамки комфорта
- быть гибче
- красиво планировать свою жизнь
- жить здесь и сейчас
- смело мечтать
- проявлять себя
- взаимодействовать с окружающим миром
- находить счастье в мелочах
- что всё можно изменить
- что я могу управлять своей жизнью
- любую задачу можно решить

А еще, у меня появилось много новых друзей в среде нейрографов.

Рисование приносит мне настоящее удовольствие, а сама НейроГрафика открывает безграничные возможности для развития. Я вижу множество направлений, в которых могу использовать этот метод, и это захватывает.

Я не вижу никаких преград на пути к тому, чтобы сделать НейроГрафику своей профессией. И уверена, что она может принести пользу многим людям, а я рада возможности стать частью этого процесса.

Это и есть мое будущее!