

Институт психологии творчества Павла Пискарева

Дипломная работа

Тема:

«Мой путь в НейроГрафике»

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарев П.М.

Супервизор Теплых Галина

«15» ноября 2024 г.

Выполнил Злобина Е.Н.

«15» ноября 2024 г.

2024 г.

Эссе «Мой путь в НейроГрафике»

С НейроГрафикой я познакомилась в 2021 году. Волшебничала сама и была подписана на канал Анастасии Анисимовой, участвовала в ее марафонах и тут вдруг что-то новое. Рисуем НейроДрево! Мы с подругой купили возможность посмотреть. Рисовать я не умела, от слова совсем. Но, мне нравилась Настя, было доверие, и она сказала, что рисовать уметь не надо. Так впервые я услышала про метод, про гений Павла Михайловича и про невероятные возможности НейроГрафики.



Это 5 рисунок из моего первого кейса про доход. Первые я уже «Округлила». Когда смотрю и читаю, что писала, мне смешно, конечно.

Я рисовала семейный доход. Не могу сказать, что он сильно увеличился тогда, но вокруг стали происходить какие-то интересные процессы.

Поэтому я купила курс «Пользователь НейроГрафики» у Анастасии и прошла для себя, без сертификации. Прорабатывала свои страхи и ограничения.

Немного отступления. Или история прихода в НейроГрафику.

Я очень разная была и есть.

С одной стороны очень логическая, а с другой романтик. Двойственность мне присуща по знаку зодиака Весы. Мне всегда хотелось свободы, и я часто нарушала (и нарушаю) правила. В то же время я всегда сдерживала и ограничивала себя. Комплекс "хорошей девочки" формировался на благодатной почве. Папа (любимый и непререкаемый авторитет) был начальником колонии на небольшой станции, где мы жили, был царь и бог для всех. И мне было важно – не подвести его. Ответственность, дисциплина, организованность, активность, правдолюбие, честь, достоинство, помощь другим — это все формировалось тогда. Плюс мама – учитель химии. И я тоже, конечно, учитель химии. Долго я считала себе логиком, любила математику и точные науки и конечно литературу и музыку.

Но потом что-то пошло не так.

Когда в 32 года я решила резко поменять свое движение и пошла учиться на психолога (ТОГИРРО), меня начали тестировать, я поняла, много напридумывала про себя. Что очень много во мне построено на воле и чувстве долга. Оказывается, я совсем не логик, а еще меланхолик во мне много и тип нервной системы слабый (я-то думала, что я сильная и смелая и мне все по плечу).

Потом я это приняла. Для психолога в целом такой профиль хорошо. Начав работать психологом, поняла, насколько мне хорошо и это приносит удовольствие и радость. Что я заряжаюсь от хорошо проделанной работы, проводя консультации и тренинги.

А потом меня стали выдвигать на руководящую работу. Я пыталась с нее уйти, но она приходила снова, и я решила, что видно мне стоит пройти эти уроки. Зачем-то это мне надо. В процессе снова начали активизироваться навыки первой половины жизни - ответственность (гиперответственность я бы сказала), организованность, активность, целеустремленность и т.д.

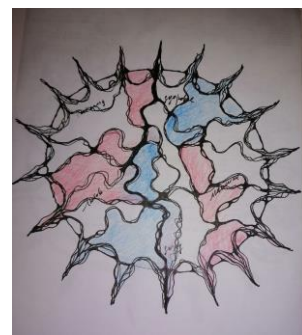
В какой-то момент я поняла, что у меня просто нет сил. Я не хочу! Я делаю через не могу. К этому добавились проблемы в семье - гибель отца, болезнь мамы и в какой-то момент я осознала, что совсем себе не принадлежу и делаю не то, что хочу, а то, что надо, должна. Мощное выгорание ударило по здоровью. В какой-то момент я поняла, что не хочу вообще ничего, а делать могу только то, что на автомате.

Именно в этот момент появилась в моей жизни НейроГрафике. Я рисовала и мне вроде как становилось лучше. Очень долго я не могла рефлексировать - настолько зажато все было, что никаких ощущений не было. Первые описания, ещё на курсе пользователь - все нормально. Состояние удовлетворения. Больше я не знала, что писать и что я чувствую, мыслей тоже никаких не было.

Что изменилось - потихоньку стали появляться желания, я стала вкладывать в себя (это касалось и лечения, и покупок просто вещей для себя и массажа - всего, что было необходимо, а я себе не позволяла, были другие важные вещи - сейчас даже не знаю, какие)

Я начала покупать разные курсы у Анастасии. Мне нравится ее структурированность и методичность. Несмотря на отсутствие педагогического образования – она очень грамотно и понятно доносила материал, как минимум до меня.

Таким образом, я стартовала из глубокого эмоционального минуса и к концу 2022 меня хватило на то, чтобы решиться и поехать в Москву на шоу Анастасии. У меня было ощущение, что я вырвалась из клетки. Из-за болезни мамы я долго была «невыездная». И там, я узнала, что Анастасия будет проводить курс Специалист и поняла, что мне туда ооочень надо! А еще, я рисовала с Павлом Михайловичем! Как я понимаю сейчас – это фигура результата. Но тогда меня просто затопили эмоции, я была в эйфории.



Я – Специалист НейроГрафики.

На воодушевлении от поездки и встречи с Мастером, я купила курс «Специалист Нейрографики» и поняла, что мне надо срочно, до начала курса получить сертификацию курса «Пользователь НейроГрафики» и еще я решила, что мне надо

купить Нейро Композицию и НейроКолор. Я рисовала много и вокруг меня стали разворачиваться самые неожиданные события. Из затворницы я стала снова завоевывать мир. На этом «угаре» я пошла в проект «Стань моделью за 20 дней». Стала снова заявлять о себе как личности в первую очередь и как специалисте, профессионале, хотя активно не практиковала почти 10 лет. Я снизила вес, хотя мне не удавалось это сделать последние 10 лет! Мы стали путешествовать. Это самый главный мой драйвер! Но с 2017 года мы практически перестали это делать, надо было быть с мамой. Я нашла сиделку и смогла заняться собой, а не только мамой. И все это благодаря НейроГрафике.

Расширение и выбор.

Я начала практиковать, как специалист, но уже к концу лета 2023 года поняла, что мне катастрофически не хватает знаний и инструментов. Я уже заработала на оплату курсов, которые я прошла, но стоимость Инструкторского курса меня останавливала. До конца августа, когда я приняла решение и внесла первую часть.

Еще до начала курса я погрузилась в обучение и возможности, которые были доступны. Прошла ДЭК Пользователь, НейроРескью и получила сертификат Чистой Школы, участвовала в ряде конференций.

И тут меня настиг «самозванец» у меня постоянно возникало ощущение, что я не понимаю, не успеваю, зачем мне это в 60 лет? В моей жизни по-прежнему зашкаливало количество разных событий, и я стала уставать, мне казалось, что я снова выгораю. Я занималась самоедством и обесцениваем, но продолжала работать с клиентами, были хорошие результаты у девочек и после мастер-классов, и после эстетического коучинга. При этом у меня было ощущение, что результаты есть у всех, с кем я работаю, кроме 1 человека – меня самой.

Наступает ноябрь и течение полтора месяцев сначала уходит близкая подруга, а потом, обе мамы, в один день. Резко стало все равно. Меня спасло в тот момент, что во время ухода подруги я рисовала ДЭК Пользователь, а потом курс НейроРескью.

Понимая, что весь год я вряд ли куда буду ездить, я нарисовала себе Байкал в марте – моя давнишняя мечта. Я понимала, что отовсюду идет информация, но у нас вроде как не складывается и по времени, и по деньгам. После того, как нарисовала – все случилось наилучшим образом. Мы прекрасно отдохнули, и я целиком настроилась на обучение. К тому времени я уже научилась рисовать события, которые происходили. Они были не очень масштабными, но крайне приятными: погода, клиенты, доход неожиданный, заказ, хорошую дорогу. Но это пока не стало закономерностью, и я возлагала большие надежды на Инструкторский курс.

Обучение.

Самое начало давалось легко. Ведь была уже база и Пользователя и Специалиста. И я все быстро и вовремя сдавала. Забуксовала я на НейроСкетчинге. Мощное сопротивление было. Еще большее догнало на НейроСинтезе. Моя творческая часть что-то делала, а вот логика буксовала и требовала конкретного ответа. Поэтому часть времени ушло на борьбу через гнев, отрицание, торг, пока не случилось принятие. Но в тот момент я сильно затормозила. Оглядываясь назад, я понимаю, что это была точка испытания по мандале пути Героя. Точка смерти у меня наступила позже. В той точке я еще болталась, преодолевала препятствия и откладывала на потом, потому что были

«важные и срочные» дела. А когда я вдруг поняла, что у меня цейтнот и я похоже ничего не успеваю, у меня и сил то уже не было. Как будто. И именно тогда я наконец собралась нарисовать «Путь Героя». Так совпало, что это уже был «выход из ада» и анализ помог мне собраться и начать делать активные действия по написанию диплома. Я стала пересматривать какие-то алгоритмы, состыковывать кейсы и активно работать с клиентами. Оказалось, что у меня много работ, которые не идут в кейсы. Я составила план работы, что есть, чего не хватает, что сдано на супервизию, что надо сделать и сдать. Малоприятное открытие – в Эстетическом коучинге много кейсов со смешанными работами: из Специалиста, Инструкторского и Эстетического коучинга. В итоге – нужны новые клиенты и срочно. Есть клиенты с недорисованными кейсами, с которыми никак не можем встретиться. И я преодолела себя и обратилась за помощью к коллегам (специалистам и своим сокурсникам), чтобы быстро и без проволочек отработать кейсы. Благодарю за это себя – за свою смелость и их за поддержку. Кейсы в результате получились огненные. Мы работали по-настоящему и результаты клиенты получили реальные. Я очень довольна этими кейсами и результатами.

Мои результаты.

С какими темами я вообще заходила на Инструкторский курс? Для проработки на курсе у меня было выбрано сразу несколько тем, которые волновали и волнуют меня.

1. Здоровье (долголетие)
2. Инструктор НейроГрафики (роли, понимание, клиенты, курсы)
3. Успешность и проявленность (самореализация)
4. Доход (финансы, APX10)
5. Путешествия

В целом я могу сказать, что кейсы достаточно успешные. Я стала четко понимать (четче, скорее) какие роли есть у инструктора НейроГрафики, что позволит мне проявляться и стать успешной и как это отразится на доходе.

Пока мне не удалось выполнить задачу, которую ставил Павел Михайлович в начале курса про миллион чистыми к выпускному и увеличение дохода в 10 раз. Как показывает линия времени – главное определить цель, результат и эффекты и двигаться в том направлении без потери оптимизма.

На сегодня провела 3 курса «Пользователь Нейрографики» пока на курс приходит немного людей и не все становятся сертифицированными пользователями, но главное, что у людей есть интерес и знания первичные. Я тоже сертифицировалась только через год. Из тех, кто прошел курс уже есть те, кто уже оплатил курс НейроКолор и курс НейроКомпозиция. А это конечно помогает справляться с моим самозванцем и перфекционистом.

Особенно приятно, что меня пригласили провести мастер-класс по НейроГрафике для методического объединения психологов. 22 года назад я была руководителем методического объединения психологов города. Много воды утекло и люди поменялись и приглашение пришло от практически незнакомого человека. Это значит, что мои действия по проявлению себя как профессионала не проходят даром.

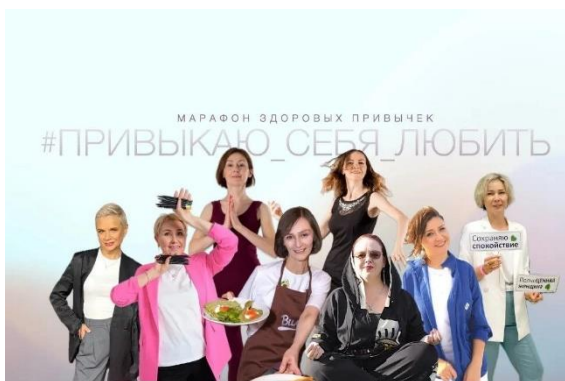
У меня есть группа в контакте, есть канал в телеграмм, личные страницы в контакте и инстаграм (запрещенная соц. сеть на территории РФ). Я научилась снимать рилсы и выкладываю посты про НейроГрафику. Прошла у Проворова Андрея курс про «Профессиональный блог коуча». Понемногу внедряю полученный материал. Я легко и свободно могу проводить мастер-классы и коучинг онлайн, хотя год назад это было для

меня очень большим страхом и ограничением. Я научилась записывать видеоуроки. Перед запуском курса «Пользователь НейроГрафики» у меня была форменная истерика, так как я не понимала, как мне это сделать. Я боялась техники и мне казалось, что я это никогда не освою. Смогла сама, нашла, сделала. За это очень себя хвалю.



В плане здоровья тоже очень интересные эффекты. Этот кейс я рисую уже 2 года, с разными вариациями. Один из фокусов – снижение веса. В 2022-2023 годах это был успешный кейс, мне все удалось, но после смерти мамы я почти вернулась на исходные позиции. Поэтому вновь начала работать над кейсом по снижению веса.

В июне 2024 г. я рисовала Алгоритм Выявления Намерений на своем первом курсе «Пользователь НейроГрафики». Возможно, это ответственность перед студентами позволила мне качественнее рефлексировать, но я поняла, что мне хочется делать это не одной, а с командой. Рисуя дальше, начала думать – где же взять команду? В результате я нарисовала себе идею Марафона здоровых привычек. «Если у тебя нет команды – создай ее и организуй не только для себя, но и для других людей».



Таким образом этот рисунок инициировал Марафон, который я организовала и провела в августе с командой экспертов и партнеров.

21 день мы говорили о здоровом питании, занятиях йогой, танцах, уходе за собой и стиле и конечно рисовали и здоровые привычки и снижение веса на закрытом канале в телеграмм. На сегодня марафон трансформировался в клуб, который планирует дальнейшую работу и

продвижение. Можно посмотреть и присоединиться по ссылке:
<https://vk.com/club226308354>

Я продолжаю работу над кейсом и верю в результат. Тем более на курсе в разделе НейроКонтакт я почерпнула для себя кладезь инструментов.

Тема Путешествия так же раскрывается очень интересно. Несмотря на то, что я вроде приняла, что никуда не еду, у меня за год состоялось огромное количество коротких, 3-5 дней вылазок. Я дважды сплавлялась, ходила в горы, узнавала достопримечательности края – маршрут выходного дня. Несколько раз – Москва, Пермь, Каменный город. И конечно Санкт-Петербург в октябре, где я встретила свое 60-летие. А в январе уже запланирована Шри-Ланка и даже куплены билеты.

Таким образом как Инструктор НейроГрафики я иду к своей цели. Не так быстро, как хотелось бы, но и не совсем по черепашьи.

Результаты клиентов

Конечно, одной из причин, почему я пошла на Инструкторский курс – это Эстетический коучинг и Ирина Рождествина. Я влюбилась с первой встречи на специалисте и в инструменты, и в Мастера своего дела.

Начав заниматься коучингом и самокоучингом еще на специализисте, я увидела огромный потенциал как самого метода, так и своей реализации в этом методе. Как я уже отмечала выше, сферой моих интересов как психолога было консультирование и тренинг. Основы коучинга были получены, когда я училась на супервизора, специалиста по социальной работе в ВГПУ (3 диплом).

Практически с первых кейсов пошел результат у клиентов. Снижение веса, реализация, рост доходов.



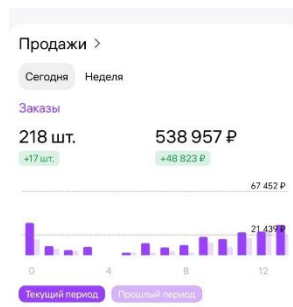
Не могу сказать, что все очень гладко. Достаточно тяжело было на первых порах регулировать время встречи, далеко не сразу смогла разбивать встречи на 2, если не укладывались или клиент был ограничен часом. Не сразу встроилась таблица компетенций МАНГО. На первых порах она скорее мешала, т.к. надо было описывать много. Ясность понимания пришла после октябрьского Интенсива ПРОФИ в Санкт-Петербурге. Это конечно был взрыв мозга! Наконец живые люди, к которым можно прикоснуться, обняться. Фантастическая поддержка Анны Большаковой и ее команды. Там же пришло понимание, что я хочу продолжать образование. Как минимум – в следующем году вступить в МАНГО, пойти на супервизора и выучиться на фасилитатора, а дальше посмотрим.

После интенсива тайминг как будто встроился и несколько встреч уже провела совсем по-новому. У меня пока нет опыта договариваться на долгий коучинг и это для меня сфера развития. В основном все удается решить за 1-2-3 встречи. Но есть несколько кейсов, которыми я горжусь. Работа в долгую дает стабильные результаты и развитие клиента в понимании себя и той пользы, которую он получает.

Один из первых, удивительных для меня результатов был результат девочки подростка, которая хотела снизить вес и была крайне недовольна собой. Было сразу понятно, что она будет есть неправильную еду и дальше и вряд ли займется гимнастикой. Во многом вопрос был в принятии себя и своего тела, то, как она выглядит на фоне других. Уже после первой встречи, где мы рисовали принятие себя, у нее изменился эмоциональный фон и к следующей встрече снизился вес. Почувствовав результат ей хватило еще 2 встречи, и она снизила за месяц 8 кг, приняла себя и полностью довольна результатом. Т.к. были использованы алгоритмы АСО, благодарность, шаманский дождь – этот кейс не вошел в дипломную работу.

Мой самый любимый кейс в смысле продуктивности – это кейс с Ольгой С. Мы знакомы очень давно, когда я еще работала психологом-тренером, а она приходила ко мне на обучение и консультации. Потом мы вместе изучали курс «Пользователь НейроГрафики» и рисовали НейроДрево когда-то и у нее было доверие ко мне как к

профессионалу, и как к человеку. Мы начали рисовать на специалисте и прорисовали все возможные алгоритмы по ее теме, пока она могла рисовать. Это клиент уровня зрелости «Мудрец» на сегодня. Хотя мы прошли вместе все стадии. По степени заинтересованности она сразу была на уровне «покупатель», а заканчивали на уровне «возможник».



Результаты меня вдохновляют. Все что было озвучено – достигнуто. Она развила свой бизнес даже больше, чем те, казавшиеся нереальными цифры, которые озвучивались на первых сессиях. Мы начали с запроса: «Ежедневные заказы на ВБ более чем на 100000 рублей» и это казалось нереально. На сегодня взятая планка превышает в 5 раз. Она купила машину, о которой мечтала 5 лет после 1 сессии и конечно – путешествия, много и часто, от небольших до масштабных.

Если подводить итог.

Уже сейчас я могу смело говорить о себе как о профессионале, как Инструктор Нейрографики и Эстетический коуч. Я на себе проработала огромное количество ограничений и могу говорить об этом. Был момент, до НейроГрафики, когда я настолько загнала внутрь свою личность, что, по сути, ходила в маске «Все Хорошо». При этом болела, выгорела, не было сил жить, но я не могла открыто это признать. Сегодня я могу говорить о том, что у меня пока не все получается, но я в процессе. И мне не стыдно, я это принимаю. Я стала более цельной личностью, разобралась со своими сублимностями и смело смотрю в будущее.

После курса НейротТайминг у меня появился не просто интерес к будущему, а твердая уверенность, что я буду жить долго и хорошо. Ведь я могу планировать и организовывать события своей жизни в будущем, а не только корректировать прошлой или работать с настоящим. Моя последняя работа по НейроТаймингу была про переживание маминой смерти. Теперь я знаю, как менять впечатления от негативных событий.

Я понимаю, что нет предела совершенству и я буду продолжать свой путь. Ведь жить я собираюсь 120 лет, у меня уже запланированы там мероприятия, и я всего прожила половину жизни! Состояние молодости и полета. У меня теперь не стоит вопрос – зачем тебе 4 диплом в 60 лет? Ведь у меня еще так много всего впереди чтобы стать лучшим Инструктором Нейрографики и лучшим Эстетическим коучем.

