

Институт психологии творчества Павла Пискарёва

## Дипломная работа

Тема : Мои трансформации за девять месяцев  
обучения.

**Специализация: Инструктор Нейрографики**

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Галутвина Татьяна

«27» ноября 2024 г.

Выполнил Калашникова Анжела

«27» ноября 2024 г.

2024 г.

## **Эссе**

**Калашниковой Анжелы Викторовны.**

### **Специализация – инструктор НейроГрафики.**

Мои трансформации за девять месяцев обучения.

НейроГрафика вошла в мою жизнь как вихрь перемен, полностью преобразивший моё восприятие мира и себя в нём. Девять месяцев обучения стали для меня не просто освоением новой техники рисования, но и глубоким погружением в собственное подсознание, раскрытием скрытых потенциалов и обретением внутренней гармонии.

Я любила рисовать с детства, рисовала и думала, как на этом можно зарабатывать и чтобы это было полезно мне и людям. И коллега по работе спросила меня: - Анжела, ты слышала про НейроГрафику? Мне стало интересно и я посмотрела информацию в интернете.

Пробовала рисовать с кем-то из инструкторов на ютубе, помню только, что рисовала первый рисунок ручкой на тетрадном листе в клетку, только потом узнала, что так нельзя было рисовать. Но заинтересовалась этим методом. Сначала просто баловалась. Нарисовала холодильник, думала, что у меня появятся деньги, чтобы его купить, а мне его подарили.

Затем выучилась и получила сертификат пользователя НейроГрафики, потом прошла курс специалиста НейроГрафики. Поняла, что это работает. На тот момент я увеличила свой доход в 2 раза, исполнились мои желания. И я пошла дальше, поступила на инструкторский курс. И очень этому рада.

И как я поступила на инструктора Нейрографики, есть интересная история, я долго думала идти или не идти, потому что был страх и вообще нужно, это было мне или нет, получится ли выплатить рассрочку?

Помню, что стояла на остановке и об этом думала, оставалась неделя до конца месяца и на следующий месяц цена за обучение поднимется.

И ко мне подходит мужчина и говорит:

- Меня просили вам передать, чтобы вы ничего не боялись и шли дальше.

Я спросила его:

- Кто попросил передать?

Он ответил:

- Бог, он тебя любит и всегда будет с тобой, он тебе поможет, меня попросили передать слово в слово и я передал. Сел на свой автобус и уехал. И у меня прошёл страх, сразу, стоя на остановке, я оплатила курс и оформила рассрочку.

И когда надо было сделать платёж, всегда появлялись на это деньги.

И у меня всё получилось, я теперь с вами.

До начала занятий НейроГрафикой я была скована страхом публичных выступлений. Хоть и была уже специалистом НейроГрафики. Каждая презентация превращалась для меня в мучительное испытание. Я боялась осуждения, не верила в свои силы и постоянно сомневалась в своей

компетентности. НейроГрафика помогла мне по-новому взглянуть на эти страхи. Я нарисовала кейс рисунков на эту тему, получилось 30 рисунков, самым основным был алгоритм снятия ограничений, в кейс ещё вошли работы из курса "специалист". Через воображение и округления я смогла проработать корни своих страхов и трансформировать негативные эмоции в конструктивную энергию. После рисования алгоритма снятия ограничений я поняла, что страх публичных выступлений у меня с детства, я боялась в школе выходить отвечать к доске и говорила, что не готова, даже когда знала правильный ответ, но корни этого страха ещё глубже, мне он передался по роду. Постепенно, с каждым новым рисунком, я становилась увереннее в себе. Я поняла, что мой голос важен, и что я имею право быть услышанной. Рисовала кейс на тему страха публичных выступлений и уже ушёл страх выходить на сцену, но ещё сложно мне было говорить на публику, плохо доносила свои мысли, не могла сконцентрироваться, забывала, что нужно говорить, путала слова. И я решила порисовать на эту тему.

Особенно меня впечатлили два последних рисунка.

1. Алгоритм «страты качества жизни» на тему: «я говорю».

Во время рисования была сильная рефлексия, в начале рисования чувствовала волнение, учащенное сердцебиение, пульсация в шее, болело горло, начался кашель. Рисовала 4 страты - влияние (власть), финансы, образование, узнаваемость. Во время рисования началось волнение, сопротивление, паника, жажда, начался кашель, болело горло. Размышляла над каждой стратой, на сколько процентов у меня сейчас страты проявлены в каждой сферы и сколько процентов было в прошлом. Увеличивала страты, на сколько, мне нужно было увеличить их в теме. Мысли менялись в процессе рисования. Сначала я думала, что не смогу говорить, мне это сложно, сразу появлялся ком в горле и ступор. Но в процессе рисования поняла, что все страты зависят от того, насколько я научусь говорить. Красиво говорить мне нужно, чтобы влиять на людей, чтобы меня слушали, сразу увеличатся финансы. Узнавать меня будут больше, если я буду красиво говорить, доносить мысли, будут люди идти ко мне обучаться НейроГрафике. В конце рисования уже чувствовала себя спокойнее, прошла боль в горле, ушло сопротивление, появилась пульсация в пояснице, сердцебиение успокоилось, пошли выдохи. И я уже думала о том, что влияние зависит ещё от уважения, от образа жизни, как я выгляжу и что говорю. Я рада, что могу оплачивать свое образование, Чем больше узнаваемости, тем больше клиентов и больше денег. Поняла, что от умение говорить зависит качество мастер классов, а значит больше клиентов и больше узнаваемости, образование делает меня лучше.

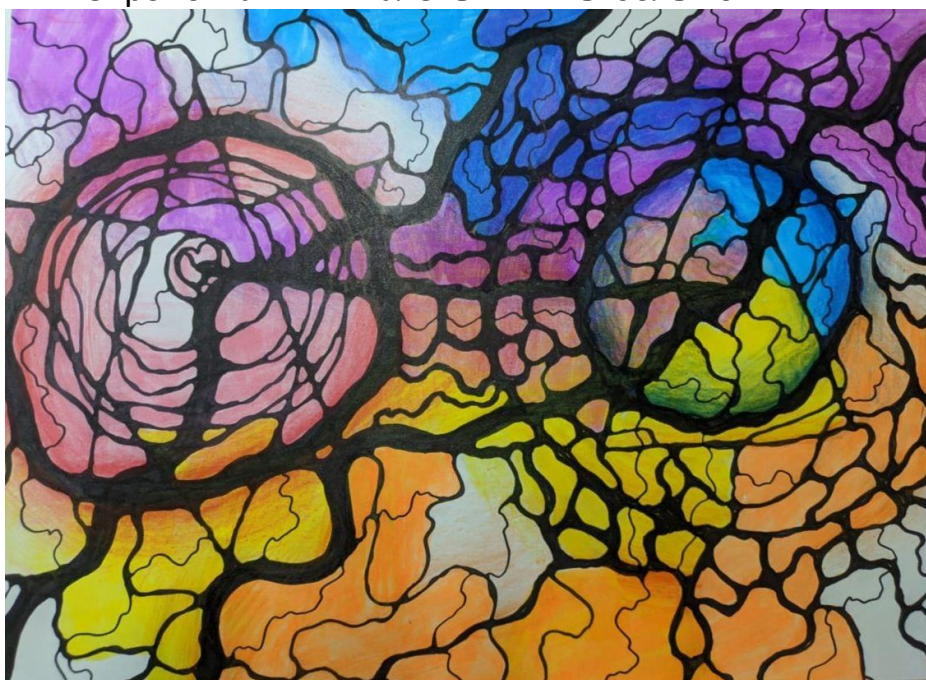
Вывод сделала о том, что надо начинать говорить, на каждый мастер класс написать план, о чём говорить и по нему начинать говорить, что это не так уж и сложно, как я думала. Во время рисования поменялся мой образ. В начале

я видела, что стою на сцене, сжато горло колючей проволокой и нет зрителей в зале. После рисования в образе увидела: полный зал людей, я говорю громко, у меня красивый голос, люди меня слушают внимательно и аплодируют мне стоя, у меня в руках огромный букет цветов и салют в мою честь.



После этого рисунка я с удовольствием провожу мастер классы по НейроГрафике и появилась уверенность. И меня пригласили выступить на радио, это было для меня новым, а всё новое волнительно, когда не ожидаешь, что будет, опять появился страх – только уже выступить на радио. И я порисовала второй рисунок на тему «радио»

2. «НейроКонтакт». Я маленький – ты большой.





В начале рисования была сильная рефлексия: началось лёгкое волнение, участилось сердцебиение, захотелось глубоко дышать, начала зевать, чувствовала сильное сопротивление, путала буквы. Мысли сначала были о том, что страшно выступать на радио, что не получится, боюсь, что осудят. В образе видела, что держу в руках микрофон, а руки трясутся.

В процессе рисования состояние моё менялось, появился жар по всему телу, появилась уверенность и ощущение своего масштаба. Мой масштаб соответствует моей теме. По ощущениям добавила энергию, движение, силу, чтобы быть ещё увереннее добавила в своей фигуре – звезду и почувствовала прилив энергии. Мысли уже появились о том, что не так уж и страшно когда понимаю, что человеку я интересна как инструктор НейроГрафики, что я всё себе сама напридумывала. У меня получится уже выступить на радио легко. Затем почувствовала уверенность и спокойствие, горели щёки. Поменялись мысли о том, что ведущая не собирается делать мне ничего плохого, она наоборот будет меня подбадривать, чтобы я чувствовала себя увереннее. Мысли уже были о том, что пройдёт всё круто. Вывод сделала о том, что на самом деле страха нет, я его придумала. Образ поменялся полностью. В начале, я видела, что держу в руках микрофон, руки трясутся, голос дрожит, после рисования увидела, что я уверенно веду себя в эфире, на меня сыпется конфетти и я счастлива.

После этого рисунка выступление на радио прошло классно, страх ушёл на самом деле всё случилось так, как я рисовала, и ведущая радио мне помогала, ей самой было интересно, что такое НейроГрафика, она написала классный пост про меня у себя в соц.сетях и ко мне ещё добавились люди, мои близкие очень были рады за меня.



НейроГрафика научила меня слушать свою интуицию и доверять своим чувствам. Я начала замечать тонкие нюансы своего внутреннего мира, которые раньше игнорировала.

Благодаря этому я обрела глубокое понимание своих ценностей и потребностей. Мои отношения с окружающими людьми также претерпели значительные изменения. Я стала более открытой, эмпатичной и способной к глубокой эмоциональной связи. НейроГрафика помогла мне создать вокруг себя пространство любви и гармонии.

Ещё я поняла, что проблемы со здоровьем из за моих обид. У меня как - то заболел живот, помогали обезболивающие таблетки на время, пока не заканчивалось их действие и я записалась к врачу, но надо было ждать две недели, и я на тот момент рисовала отпускание обид, не потому что я заболела, а были обиды на бывшего мужа и я решила их отпустить с помощью алгоритма снятия ограничений. И на моё удивление у меня прошла боль уже к вечеру полностью, я даже отменила запись к врачу. И с тех пор, когда у меня что - то болит, я рисую отпускание обид. Во время рисования вначале были ощущения боли и отчаяния, сопротивление, волнение, напряжение. Мысли были об обидах на бывшего, в образе видела черноту. После рисования мне стало спокойно, ощущение отпускания чего то тяжёлого с плеч, стало намного легче. Мысли уже были о моей счастливой жизни с моим нынешним мужем. В образе уже увидела сад из цветов, озеро и бабочки. Появилась внутренняя свобода. Поняла, что обиды очень сильно влияют на нашу жизнь и блокируют все сферы нашей жизни. Отпуская обиды открывается денежный поток, улучшается здоровье, отношения с людьми становятся лучше и жизнь приобретает яркие краски. С НейроГрафикой это сделать можно очень легко.

И во время рисования бывший муж мне перевёл деньги на карту, хотя был мне ничего не должен.

Я с радостью передаю свои знания и опыт другим людям, помогая им находить свои внутренние ресурсы и достигать своих целей. За этот год я не только прошла глубокую личную трансформацию, но и стала опытным инструктором НейроГрафики. Моя личная история трансформации стала мощным инструментом в моей работе. Я вижу, как люди меняются на моих глазах, как они обретают уверенность в себе и начинают жить полной жизнью.

Хочу рассказать историю, как мужчина улучшил своё здоровье с помощью НейроГрафики, он нарисовал 7 рисунков, у него был псориаз несколько лет и он не мог вылечиться, обращался к разным врачам, были улучшения, но ненадолго, потом становилось даже хуже. Во время рисования он понял, что у него аллергия на сладкое (он очень много ест в последнее время сладостей), и исключил сахар из рациона и за две недели полностью прошёл

псориаз. На первых рисунках не чувствовал свою рефлексию. Почувствовал только на последнем рисунке, который сработал. У него появилось сильное сопротивление, он не хотел дорисовывать свой последний рисунок, было сильное раздражение, он устал, но продолжил рисовать. Мысли сначала были о том, что это, всё, фигня какая то, что у него ничего не получится, в образе видел пустоту, но в конце рисования появилась уверенность, почувствовал себя спокойно, появилась энергия. Мысли поменялись, вывод сделал о том, что псориаз – это у него аллергия на сахар. В образе уже видел море, пляж, он загорает на солнце. У него было столько радости, когда сказал мне, что болезнь ушла, просто словами не передать, как он счастлив.

Ещё хочу рассказать, что до начала курса я чувствовала, что мы с мужем отдаемся друг от друга. Было много недосказанности и непонимания. НейроГрафика помогла мне глубже погрузиться в свои чувства и понять, что именно мешает нам быть ближе. Я рисовала наши отношения с помощью изучения цвета (алгоритмов курса "нейроколог"), где каждый цвет рисунка отражал определенную эмоцию и ситуацию. Добавляя определённый цвет элементов, я меняла наши отношения и научилась выражать свои чувства более открыто, честно. Особенно на меня произвела впечатление модель алгоритма У - син.



Мысли были о том, что всегда хочется гармоничных, страстных, любящих отношений в процессе всей своей жизни с моим мужем на любой стадии по пяти элементам.

Очень нравится этот рисунок. Большой руг - это символ нашей семьи. Изобразила 5 элементов - дерево, огонь, земля металл и вода. Это пять элементов во времени. Мы знаем, что любой проект развивается по 5 этим элементам и наша семейная жизнь не исключение. Проживала каждую стадию пяти элементов, от момента, когда мы познакомились. Вносила цвет, который соответствует каждому элементу. Вспомнила, что было отрицание, и он мне не нравился. Началась сильная рефлексия. Появилось волнение,

участилось сердцебиение. Добавляла светло синий - холод и осознанность - жёлтый цвет, чтобы сгладить эти воспоминания. Чтобы мы немного друг друга простили, и воспоминания не были такими острыми. Стало спокойнее. В стадии земли (осознанности), добавила жёлтый и охра, что соответствует стадии земли, здесь на этой стадии мы решили, что мы будем семьёй, мы выбрали друг друга и расписались, это тоже прошедший период. Была страсть в это время (добавила красный), было движение (добавила зеленый цвет), была текучесть (добавила синий цвет). Сейчас мы на стадии металла, цвет, который соответствует этому элементу коричневый и серый. Здесь мы уже определились, кто чего хочет, сюда я добавила страсти (красный цвет), осознанности (жёлтый цвет) И чтобы были друг другу интересны, роста, молодости в нашу семью (зелёный цвет). Пошла энергия, отличное настроение, начала зевать. И следующая стадия - вода, цвет, который соответствует этой стадии синий - чёрный, этой стадии соответствует безмятежность, испуги, страхи (отрицательные стороны), это темно синий цвет, чтобы это убрать в будущем добавила жёлтый цвет. Хочу добавить сюда зеленый, чтобы мягко перейти на новый уровень - стадию дерева , добавить здесь нужно роста, креативности, новых впечатлений (зелёный), внесла красный чтобы была страсть всегда на этой стадии. Добавляю коричневый (стабильность и крепкую семью). Чувствую уверенность и крепость нашей семьи, в теле пульсацию. И затем переход на новый круг, который я уже предусмотрела, здесь и страсть есть и осознанность, есть и мудрость. Мысли были о том, что добавив цвет в прошлом можно предусмотреть ошибки в новом круге отношений. Думала о нас, о нашей семье, хочется, чтобы на любой стадии из пяти элементов были гармоничные, любящие, доверительные отношения. Цветом можно повлиять на социум, который нас окружает. Мы регулярно общаемся, коллеги, друзья, родственники и эти все люди так или иначе на нас влияют. Я хочу, чтобы вокруг нас были осознанные люди (добавила жёлтый цвет в окружение), мудрые люди (синий цвет), чтобы понимали, что они делают и зачем и не вмешиваются в нашу семью.

Добавляю розовый цвет, чтобы было тепло вокруг нас, и чтобы было интересно с людьми общаться, встречаться. И добавила постоянство (коричневый цвет) чтобы вокруг были смелые и целеустремленные и мужественные люди, чтобы могли прийти всегда на помощь.

В конце рисования ощущаю любовь внутри, наполненность, жар по всему телу. Вывод сделала о том, что всё надо делать в семье из состояния любви. И что мы сами строим своё будущее и только от нас зависит, какие будут наши отношения. Образ тоже поменялся, сначала я увидела поляну, затем образ проходил все стадии по шагам базового алгоритма, преображался и в конце увидела салют – это счастливая семейная жизнь.



С помощью цвета добавила то, что нам не хватало в отношениях. Поменялась я сама и мой муж, в свою очередь, стал более внимательным к моим потребностям. Мы начали проводить больше времени вместе, разговаривать по душам и поддерживать друг друга в любых начинаниях, отношения наши стали крепче, появилось больше доверия друг к другу.

Поначалу я была очарована многообразием техник и идей в нейрографике. Я начинала множество рисунков, но были и такие случаи, когда у меня не работала НейроГрафика, не выполнялся мой запрос. Мне казалось, что новый рисунок принесёт более яркие результаты, но ничего не получалось. И как то раз после проверки работы супервизора я подправляла свой рисунок и получился очень крутой результат. Я осознала, что каждый рисунок – это отражение моего внутреннего состояния, и я просто его не доделала до конца и оставляла внутри себя незавершенные процессы. И когда я добавляла линии, цвет, делала толще фигуру фиксации или линию поля обнаружила, что это помогает мне глубже погрузиться в свои переживания и найти ответы на многие вопросы. Так у меня получилось с рисунком, который я рисовала на тему денег и используя рекомендации супервизора у меня увеличился поток клиентов, следовательно увеличился мой доход. Это рисунок «НейроКолор». Применение цвета по пирамиде. Алгоритм «Ряды и диагонали. Я здесь пронеурогрфировала фигуры и прокрасила одиночные ячейки. И теперь я стараюсь возвращаться к своему рисунку и подправлять его, если запрос не решается, прежде, чем рисовать новый рисунок.



Благодаря личному опыту трансформации я решила поделиться своими знаниями с другими людьми. Став инструктором по НейроГрафике, я помогаю людям раскрыть свой творческий потенциал, преодолеть страхи и обрести внутреннюю гармонию. В дальнейшем я планирую создать свой онлайн-проект, чтобы дать возможность каждому желающему освоить эту уникальную технику. Я верю, что НейроГрафика может изменить жизнь каждого человека, кто откроется для нее.

НейроГрафика стала для меня не просто хобби, а настоящим образом жизни. Этот метод помог мне обрести уверенность в себе, гармонию с окружающим миром и счастье. Я благодарна судьбе за эту встречу и с радостью продолжаю свой путь в мире НейроГрафики.

Я мечтаю о создании собственного проекта по обучению НейроГрафике и хочу создать пространство, где каждый человек сможет найти поддержку и вдохновение для личностного роста. Моя онлайн-школа станет местом, где люди смогут не только освоить технику НейроГрафики, но и получить глубокие психологические инструменты для работы со своими внутренними состояниями и решить любую свою проблему.

НейроГрафика – это не просто метод рисования, это ключ к раскрытию нашего потенциала и созданию счастливой и полноценной жизни. Я благодарна этому методу за всё, что он мне дал. Я уверена, что НейроГрафика станет мощным инструментом для многих людей, желающих изменить свою жизнь к лучшему.