

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

Мой путь в НейроГрафике

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Жучкова А.С.

«29» ноября 2024 г.

Выполнил Калашникова М.О.

«29» ноября 2024 г.

2024 г.

«Мой Путь в Нейрографике»

Ещё с детства я люблю рисовать солнце лучами вверх, в точности как Павел Михайлович рисует фигуру результата. Я часто сидела на уроках, слушая преподавателей, рисовала эти лучи, эти линии. Даже не подразумевая, что через десять лет откроют метод НейроГрафики. Интересно, мои тетради школьные были разрисованы этими лучами. Возможно, уже тогда интуитивно создавала свое будущее, которое приведёт меня в институт психологии творчества. Путь мой, как художника, начался еще в самом детстве, я любила рисовать мультики. У меня была большая энциклопедия здоровья с иллюстрациями из мультиков, я все эти картинки срисовывала и потом создавала сценарии для комиксов. Родилась в маленьком городке. Мама обладает даром кулинарии, а отец в молодости любил рисовать. Воспитывала меня бабушка с дедушкой, они рожденные в военное время и к профессии художника относились скептически, говорили мне всегда, что художники бедные люди. Только они не ведали будущего и не понимали, что в 21 веке, профессия художника, будет самая востребованная. Сейчас мир иллюстраций, мир рекламы и цвета. Мне пришлось оставить свое творчество в детстве, так как основной упор я делала на школьное образование, что тоже не плохо мне давалось. В школе я проявляла творческий интерес, все стен газеты и оформление праздников было на мне. Конечно, уроки изобразительного искусства меня привлекали сильнее. У нас еще в школе был хороший преподаватель изобразительного искусства, она открыла мне мир техники рисования на ткани. В свободное время, я всегда была у нее в мастерской, уютными вечерами мы готовились к очередному конкурсу. В юном возрасте, вообще не до творчества было, важно было зарабатывать деньги, чтобы оплачивать жилье и колледж... Для меня это время было самым трудным. В 21 год я прошла программу о выявление своего предназначения, мне сказали, что педагогика, наставничество, мой путь. Я хороший оратор и даже в эти годы проводила внутри компании мотивационные тренинги... Мне все это нравилось очень, но всегда ощущала, нехватку красоты, творчества. Вновь вернулась к творчеству, когда вышла замуж. В детстве я пообещала себе, что выйду замуж, за богатого мужчину и мне не придётся работать, я смогу легко заниматься творчеством. Так и получилось, как только я вышла замуж, моя комната наполнялась холстами, кистями, разными видами красок, я прошла десятки курсов рисунка. Буквально через год меня пригласили в детский центр вести занятия с детьми, мне пришлось

обучаться самостоятельно академическому рисунку и выстраивать для меня новую преподавательскую деятельность, на фото мои первые ученики.



Я прошла много курсов как педагогических, так и художественных, чтобы мои ученики всегда могли вдохновляться моим творчеством. Мы выходил в парки, рисовали в студиях города, я старалась показать, какой удивительно прекрасным мир глазами художника. Моя популярность в городе, как педагога росла, и все чаще задумывалась о высшем образовании. Параллельно я продолжала и личную практику. Больше всего в рисовании меня привлекал скетчинг, быстрые зарисовки основных, главных моментов, именно поэтому модуль НейроСкетчинг меня больше всего влюбил. Мои родные были удивлены, они даже и не знали, что я умею хорошо срисовывать. Долгие годы я жила не своей жизнью, занималась деятельностью, которую пропагандировала бабушка, я ее не виню, она хотела как лучше. В ее время было все по-другому и ее опыт говорил о том, что художники не могут жить в достатке. Но меня все время притягивало к творчеству, к художникам. Творчество давало мне хороший выход и трансформацию негативных эмоций, тот момент я совсем не умела управлять эмоциями, они буквально меня топили, и творчество помогало мне найти внутреннее спокойствие. Рисуя каждый день, я понимала, как изменяюсь, особенно меня привлекала графика. Мне всегда трудно давалось погружение, терпение, усердие, могу делать одновременно много вещей, но есть обратная сторона этого, часто бросаю не доделав до конца дело. НейроГрафика помогла и в этом приуспеть, ни одну работу за 5 лет я не бросила, все довела до конца алгоритма.

Вспомню, у меня был период, когда я рисовала только линии, без цвета. С цветом до сих пор трудно договариваться. В какой-то момент я захотела связать жизнь полностью с творческой деятельностью. Параллельно изучала психологию и искала методы объединения. Я была на своем опыте уверена, что творчество буквально гармонизирует личность. В 2019-м году я рисовала абстрактные изображения, и в процессе мне очень захотелось найти методику, которая могла бы соединить рисование и психологическое развитие. В один прекрасный день мы отдыхали в кафе с подругой, я открыла свой блокнот, и она увидела мои изображения. Я ей показывала свои рисунки, на что она сказала, очень похоже на НейроГрафику, я в тот момент даже не слышала такого слова никогда. Я поспешила ознакомиться с этой методикой в интернете. Интернет пестрил этими картинками людей, круги, цвет, я просто влюбилась. Помню первый свой рисунок, линии были невратичные, не ощущала потока, все время контролировала движение. От напряжения не ощущала удовлетворения после работы. На первых работах много сравнивала, трудно было отпустить перфекционизм. Сейчас отслеживая свою жизнь, понимаю, что



у меня так во всем, нужно сразу и прекрасно. Но ведь так в жизни не бывает, даже по пути героя, мастерство не на первом уровне стоит. Мне приходилось бороться с собственной тенью, с другой стороны, это мотивировало меня ежедневно практиковаться. В этот период я получала образование йогатерапевта, было очень тяжело с лекциями анатомии, и НейроГрафика мне вновь помогала. По три часа шли лекции, я в этот момент рисовала линии, круги и делала округление, уже позже узнала, что таким образом лучше усваивается информация.

Первый мой инструктор в мир НейроГрафики была Оксана Авдеева, по ее урокам я ознакомилась с азбукой НейроГрафики. Больше всего меня удивило, что я могу несколько часов находиться в одном процессе деятельности. Долгое пребывание в ментальном поле темы, училась смотреть на ситуации с разных сторон. Конечно, с непривычки тело неугомонно куда-то бежало, хотелось одновременно делать несколько дел,

но спустя годы я поняла, что метод мне подошел, потому что на каждом этапе алгоритма я делаю разные действия, и тем самым могу находиться долго в процессе. Один процесс общий, но постоянная смена деятельности, это мою энергию и направляло в осознанное проживание темы. В какой-то момент заметила, как попала в поле НейроГрафов и видела НейроГрафику везде, захотела связать свою жизнь с профессиональной стороны. В скором будущем я уже имела квалификацию пользователей, этот период моей жизни был потрясающим. Я рисовала Алгоритм Снятия Ограничения везде и всегда, так полностью выравнивала свое психическое состояние. С помощью Алгоритма Снятия Ограничения я для себя открыла удивительный способ проживать недовольства и гнев. Помню, каждый раз, когда я злилась на супруга, я бежала в кабинет рисовать Алгоритм Снятия Ограничения и буквально изучать свое состояние, свои переживания.



Рефлексия помогала слышать свое тело и мысли, помогала находить экологичный выход из ссоры. Я могла спокойно говорить о своих страхах мужу. Число моих работ уже тогда перешел за тысячу и более. Единственное, что меня волновал вопрос, а как же художественное образование, как связать желание рисовать мир с НейроГрафикой, в тот момент я еще не знала НейроСкетчинге. Сейчас я больше всего люблю гулять по парку и делать зарисовки, включая НейроГрафику,

каждая моя работа обретает личный сакральный смысл. Интересно, наблюдая, как рисунок отображает мое внутреннее отношение к сюжету, что рисую. Я больше времени начала любить гулять одна с блокнотом и линером. В моем окружении появились люди, которые тоже рисовали в методе НейроГрафика, я обретала с каждым месяцем рисования, новых знакомых. Я ощущала, как становлюсь здоровее и мне хотелось делиться

этим счастьем. Следующим этапом была квалификация специалиста. Своими изменениями я как-то вдохновляла окружающих и достаточно быстро набирала группы на коуч сессии. Помню свою первую группу, это было летом, в кафе моей знакомой я накрыла чайный стол, пригласила знакомых, среди которых были девушки, которые ни разу не рисовали НейроГрафику. Для меня этот момент был очень волнительным, вспоминаю, как готовила конспект встречи, писала даже фразы, мы рисовали НейроДрево. Все прошло лучше, чем я ожидала. Девочки оставили отзывы, которых я тоже не ожидала. Поразил эффект одной моей знакомой с того мастер класса. Она рисовала открытие своей творческой студии в Астрахани и на тот момент работала медицинским работником в страховой компании. У не было художественного образования и было много страхов и убеждений, что открыть свою мастерскую студию нереально. Я ей предложила прорисовать эту тему, в процессе мы много говорили и выявляли все ограничивающие убеждения. Она была приятно удивлена, что многие страхи не ее, а совсем посторонних ей людям. Приехав в Астрахань, она решилась открыть студию и до сих пор процветает в этой деятельности. Возможно, на ее событие не только НейроГрафика повлияла, но точно помогла посмотреть на ситуацию с другой стороны. Тот период моей жизни был очень счастливым, я будто проснулась от кошмара, и даже не до конца понимала, что, все это происходит со мной. Каждый раз, когда я рисовала, я думала о том, что хотела бы стать инструктором этого метода. Я перерисовала все доступные уроки на ютубе с инструкторами НейроГрафики. Я купила почти все продукты Авдеевой и не упускала мысль о том, что хочу пойти на инструкторский курс. Было ощущение что пределов нет, что можно всю жизнь учиться у Павла Михалыча и инструкторов Нейро графики. Интересно, что именно на сайт института и уроки я ни когда не смотрела, изучала НейроГрафику от учеников автора, возможно это связано с тем, что они женщины. Институт и метод набирал силы все эти годы, а я укреплялась в линиях. Алгоритм снятия ограничений помог мне решить трудности в семье, во взаимоотношениях, а самое главное я стала спокойнее как линии поля. Вспоминаю свое эмоциональное тело пять лет назад и сейчас, будто бы два разных человека. Самое главное мое достижение на сегодняшний день в этой методике, я научилась управлять эмоциями и мыслями. Научилась не спешить принимать решения. Научилась заботиться о себе паузой. Научилась не реагировать на внешние раздражители. В процессе изучения метода, я приходила к пониманию все больше, к тому, что хочу получить высшее

психологическое образование. Так же я очень хотела получить художественное образование, возможно даже архитектурный, но в нашем городе была кафедра только «преподаватель изобразительно искусства». Я думала даже переехать на время обучения в Питер, возможно сейчас я так и сделаю, только в магистратуру уже поступать. Моя жизнь, как нейролиния соединяла гармонично все аспекты моих желаний, этот процесс очень бережно происходит с НейроГрафикой, иногда эго конечно говорит, а когда, а почему, но я понимаю, что всему свое время, могучее дерево растет медленно. Первое осознанное материальное волшебство появилось как раз в момент поступления в университет психологического факультета. Я подала заявку и нужно было оплатить семестр буквально в течении недели, на тот момент у меня таких денег не было, просить в долг я была не готова, тогда я себе сказала, буду рисовать, и если мне нужно быть там, значит и деньги придут. Я рисовала цель каждый день. Помню на кануне вечером, я говорю супругу: -Ну ни чего страшного, поступлю в следующем году... Муж отвечает: - Нет, зачем тратить год, давая одолжим деньги, я заработаю и отдам. Но я была почему-то уверена, в том, что если это важно для меня и это именно мой путь, то деньги придут. Утром дня оплаты обучения у меня было на карте 900 рублей, к вечеру этого же дня пришли на карту 40000 рублей. Именно в этот день мне оплатили работу, о которой я уже и забыла, пришли деньги от людей, с которыми только планировалась работа. Я поняла, это знак. Совпадение? не думаю. С НейроГрафикой я сдавала экзамены и вела конспекты. Все обложки тетрадей с лекциями, были зарисованы линиями. В институте я познакомилась людьми, которые так же, как и я изучали этот метод, с каждым днем я все больше хотела пойти на инструкторский курс, но что-то мне не давало в это поверить, почему-то мне казалось, что только какие-то избранные люди могут стать инструктором НейроГрафики. Мой преподаватель и декан кафедры психологии тоже изучала НейроГрафику и даже купила инструкторский курс, помню свое восхищение, и вновь подтвердилось убеждение, что я еще не доросла до этого статуса. Вот такое убеждение у меня было, и я просто продолжала рисовать. Так же было какое-то сопротивление на обучение именно у Павла Михайловича, много слышала разных отзывов, сама при этом ни одного вебинара не слушала, мне как-то после Сатьи Даса совсем не хотелось учиться у мужчины. Еще одно убеждение, которое препятствовало на пути к инструктору. Я просто продолжала рисовать. Наступил в моей деятельности этап по пути героя, встреча с демоном, его я проживала очень трудно, осознанно удалилась из соц сетей, сейчас понимаю уже, что

все сделала верно, сама отказалась от той популярности, которую создала. Мне казалось, что это все наносное, не искреннее, я сильно сомневалась в своих знаниях и компетенциях. Ушла в психотерапию и занялась своим внутренним миром. Интуитивно все делала, сейчас изучив путь героя, понимаю, как удивительно иду по жизни, будто меня кто-то ведет и все уже давно знает. За время работы в групповой психотерапии я узнаю о новых методах и приходя домой продолжаю интегрировать их с НейроГрафикой. В тот период я не наблюдала ни за каким развитием метода и Инструкторов. Интересно, что в тишине НейроГрафика для меня особенно раскрывалась. В феврале я купила курс у Авдеевой Оксаны «Нейрокомпозиции» и в процессе прохождения, ощущала невероятные переживания, меня в ней раздражала буквально все, я все время задавала себе вопрос, что со мной происходит. Понимала, что мой потенциал не реализуется в полном объеме и мне уже самой пора быть преподавателем. Да и вообще я замечаю, что меня слишком много там, где не нужно и где нужно меня почти нет. Проходя курс «НейроКомпозиция» я удивлялась, как многому можно еще научиться в НейроГрафике. Этот момент возможно и был пуском зайти на сайт и посмотреть инструкторский курс. Зайдя на сайт и изучив все возможности института, приняла решение, что мне пора, оставалось только найти деньги. Весной 2024 года я поступила на инструктора НейроГрафики, восторг, я рисовала в 2020 году последний раз это желание, знала, что дорогой курс и даже в мыслях не помещалось то, что я могу поступить. На кануне поступления, я выкладываю в ютуб видео с моей работой в НейроГрафике и в комментариях пишет мне сам Павел, я была удивлена, он спросил о моей квалификации в методе. И в этот момент появилось стойкое желание повысить свои возможности. На утро я договариваюсь с супругом, и он так легко соглашается, я была очень удивлена, он тогда сказал: - Посмотри, ты зарисовала весь дом и не прекращаешь это делать уже 5 год, наверно тебе стоит продолжить обучение. Стоимость обучения для нашей семьи большая, я сомневаюсь и продолжаю рисовать. Помню, как говорю ему обо всех трудностях, лишь бы он отговорил, а нет, он, наоборот, говорил: - Справимся! Интересно, как работает пространство, даже самых скептических людей изменяет. Удивительно, я никогда не думала, что мой супруг может оплатить такое обучение. Приступив к курсу, мое удивление не закончилось, я в восторге от Павла Михайловича, с какой легкостью для меня он передает знания. Еще больше привлекало и вызывает доверие его общение с женщинами, с разными женщинами, он терпеливо и иногда в шуточной форме может, не оскорбляя женщину дать понять о каких-то границах, для меня это очень

важно. Я сейчас вижу, как легко могут мужчины оскорблять и унижать женщин, очень неприятно это видеть, возможно этого больше всего боялась, что Павел Михайлович может себя вести не достойно с женщинами, ведь порой мы такие неугомонные, но на то и мужчины, сильные эмоционально и достойные. После каждого вебинара, я будто обновлялась вновь и вновь, и казалось, куда еще больше, а он все удивлял и удивлял. Я удивляюсь от количества энергии Павла, хочется и после курса продолжать у него учиться. С каждым эфиром поток информации непрерывно расширялся, порой не успевала прожить, переложить на свою жизнь знания, планирую пересмотреть и прорисовать все эфиры за все годы. Ведь каждый год разный, наполненность информации разная, это очень удивляет. За время обучения я лучше стала слышать и понимать себя. В отношениях в семье, особенно в разговорах с супругом, я перестала близко к сердцу воспринимать его критику, порой кажется, что его мнение стало менее важно чем мое, ведь раньше я всю ответственность перекладывала на него, даже за свое настроение. Было сильное слияние, зависимость, сейчас я чувствую себя отдельной личностью. Конечно, на него эти изменения тоже повлияли, но не без этого. Раньше мои мысли поступки были похожи на качели, так много категоричности и крайности, сейчас я все чаще нахожусь в состоянии наблюдателя, игрока, будто внутренняя сила толчка обрела разум и не бьет по чему попала, а осознанно направляет мою энергию. Конечно, есть еще над чем работать, возможно всю жизнь, тем мне интереснее идти вперед. После знакомства с разделом курса НейроТайминг, линией времени, во мне вообще перевернулось состояние опознавания времени, есть ощущение, что я вечная и что все есть и будет так как хочу. Во время рисования алгоритмов НейроТайминг каждый раз ловила себя на мысли, что будто все, что со мной происходит, заранее заложенный мной же сценарий, интересно, что еще я себе приготовила на эту жизнь. С НейроГрафикой в каждом дне я становлюсь счастливее, вопросы, которые меня с детства интересовали, я нахожу ответы у себя де во время рисования, получается НейрофГрафика для меня — это ключ к самой себе, в которой уже есть все для полного счастья, фейерверка. Сейчас я понимаю, что этот курс лучший из всех, которые я проходила. Я планирую не останавливаться на достигнутом, а продолжать обучение в институте. НейроГрафика помогает мне по жизни, я с ней и в самолете хорошо время провожу. Вспоминаю, как летела в Санкт Петербург, на обучение в институт «Иматон», так переживала, обо всем, и пока летела прорисовала свои переживания, задалась целями на поездку. Каждый месяц я планирую в методе

НейроГрафика, так интересно наблюдать, когда, казалось бы, трудные события проходят легко и даже позитивно. Я благодарна всем причастным к моему знакомству с методом.

