

Институт психологии творчества Павла Пискарёва

Дипломная работа

Тема:

Мой путь в НейроГрафике

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Сандул Ольга

«29» ноября 2024 г.

Выполнила Пищалко Ольга

«29» ноября 2024 г.

2024 г.

Мой путь в НейроГрафике.

Мой путь в НейроГрафике был не простым и длился больше года...

Однажды, листая ленту инстаграм, я наткнулась на ролик с НейроГрафикой и сразу же им заинтересовалась, перешла в интернет и нашла школу, где Инструктор НейроГрафики преподавала курс Пользователь, и я сразу на него записалась. Проходя обучение, я поняла, что хочу больше и хочу работать со своими клиентами в этом методе. Пошла на курс Специалиста и сразу записалась на Инструкторский Курс. После окончания Специалиста, понимала, что ждать Инструкторского Курса слишком долго, а хотелось ещё и ещё НейроГрафики. И я пошла обучаться на курс НейроПедагогика.

Курс прошла с огромным удовольствием, столько нового и интересного я узнала на нем! Даже мои дети стали рисовать вместе со мной. Много думала о том, что НейроГрафика гениальна, ведь если начать работать этим методом с самого детства, можно полностью сформировать новую реальность любого человека. У ребёнка ещё не развиты те зоны мозга, которые отвечают за логику и смыслы, поэтому они рисуют легко, без критического осмысления, без погружения в проблему, как это любим делать мы, взрослые. Я заметила на своих детях такую закономерность, когда мы рисуем НейроГрафику, то они потом в саду не истерят, спокойно проживают трудности, справляются со сложными задачами и находят интересные решения в своей деятельности. Я была поражена этим результатом. Я поняла, что НейроГрафика реально влияет на их эмоциональное внутреннее состояние. И насколько это может помочь каждой маме в воспитании ребёнка. Я помню, даже провела мини мастер-класс для своих знакомых с самым простым алгоритмом «Царапки», и они сами были от него в восторге. Они сначала рисовали сами из состояния своего Внутреннего Ребенка, и потом уже дома рисовали со своими маленькими детьми. Одна знакомая потом делилась отзывом, что её дочка стала хорошо спать после рисования Царапок. Теперь они рисуют каждый день. Мне очень приятно было это узнать, и я верю, что и дальше НейроГрафика будет помогать их ребёнку развиваться и хорошо спать.

И вот долгожданное начало Инструкторского Курса! Вспоминаю те мои первые эмоции, от восторга до сильнейшего страха, ведь предстоит непростой и долгий путь, и как он будет проходить в реалиях моей жизни, не известно. Но я настраиваюсь. Пошла к своему психотерапевту, помню, с запросом: справиться с волнением от предстоящего обучения, она так удивилась, но мы хорошо поработали и справились с моим состоянием.

Сразу поняла, что объем работы предстоит большой, и нужно выделять много времени на него. Пришлось менять весь свой график и находить время для учёбы. Но это было не просто, ведь я практикующий психотерапевт, и клиенты у меня каждый день, и разные курсы и вебинары, которые я веду с регулярной периодичностью. Тогда я создала для себя особую систему, выделила определённое время только для НейроГрафики, это был четверг, так как запись нам выкладывали примерно в этот день. Так по четвергам я прослушивала в записи вебинары и делала задания. Помню, как один раз мне пришлось прослушивать вебинар прямо во время ожидания ребёнка на занятиях в театральной студии. Я села в кафе возле занятий, разложила маркеры и карандаши, достала альбом для рисования и начала рисовать алгоритм за Павлом Михайловичем. Ко мне подошла официантка и, увидев мой рисунок, сказала, что тоже рисует постоянно НейроГрафику. Мы с ней поговорили ещё про разные курсы НейроГрафики, и оказалось, что она прошла курс

Пользователь и даже собиралась на Специалиста, и спросила у меня совета, идти ей или нет на этот курс. Я посоветовала ей прислушаться к себе и порисовать кейс на эту тему вместе с Алгоритмом Снятия Ограничений и Алгоритмом Выявления Намерений. Надеюсь, что она так и поступила и теперь счастливый сертифицированный Специалист НейроГрафики!

Вообще, сказать честно, за этот год мне встречались абсолютно разные, интересные люди, которые рисуют НейроГрафику. И я заметила, что эти люди чем-то отличаются от общей серой массы людей, недовольных жизнью. Те, кто рисует НейроГрафику - люди как будто другого уровня, это люди, которые наполнены светом внутри, они излучают оптимизм, они жизнерадостны и легки, они светятся счастьем. В целом они наполнены добром и любовью. И, кстати, с ними очень легко и приятно общаться!

Не могу не поделиться процессом прохождения самого обучения. Это для меня отдельная история.

Вспоминаю, как некоторые алгоритмы вызвали огромное сопротивление и внутренний протест. Особенно НейроСкетчинг! Сначала я не поняла вообще, что происходит, потом у меня не получалось рисовать совсем, ведь в скетчинге мы рисуем конкретные картины и образы, а художник из меня, как оказалось, совсем никудышный! Я очень расстраивалась, отчаивалась и злилась, особенно смотря, как легко и красиво получается рисовать у Павла Михайловича. На этом алгоритме я много, на самом деле, проработала в себе, ведь через это сопротивление я многое увидела под другим углом, по-другому посмотрела на сам процесс и создание рисунков, ведь это тоже особое искусство - уметь быстро накидать набросок, увидеть в нем глубинную суть и проработать текущее состояние. Мне пришлось собрать всю свою волю в кулак, чтобы дорисовать эти алгоритмы! Я вообще не понимала его смысла, не видела в нем красоты и у меня не было от него никакого впечатления, но я сказала себе - надо пройти и это! И с силой воли я сдала эти работы. Далее этот алгоритм долго преследовал меня. Я везде потом видела и во всем скетчинг. Смотрю на вазу и думаю: а как бы это выглядело в скетче? Смотрю на кота и собаку и в воображении уже рисую скетч рисунка! Даже смотря фильмы и сериалы, я умудрялась взять лист и маркер и накидать набросок образа главного героя. Помню, смотрела свой любимый сериал «Однажды в сказке» и постоянно рисовала на бумажках наброски. Да, это были не полноценные работы на шикарных толстых листах, а обычные зарисовки, но для меня это было как создание шедевра, ведь, вспоминая весь негатив на этот алгоритм, можно сказать, что и на бумажках - уже хорошо. Так постепенно пришло принятие этого непростого алгоритма. И для меня это был хороший урок преодоления сопротивления и последующего принятия. Я осознала, что похожие ситуации мы проживаем и в жизни, когда сталкиваемся с тем, что нам не нравится, но нам нужно это принять. И как много людей живут в этом внутреннем сопротивлении годами! Даже не осознавая, что на самом деле они застряли в ловушке сопротивления и непринятия. Все это создаёт в душе большую массу негатива, гнева, злости и претензий к миру. Я таких людей вижу множество на своих консультациях, как психотерапевт. Сейчас, когда в моем арсенале есть НейроГрафика, естественно, я им даю алгоритмы, которые помогают справиться с этим состоянием.

Но продолжаем дальше тему алгоритмов. На алгоритме НейроСкетчинг моё сопротивление не закончилось! Пришла НейроМандала! Сначала у меня не получались круги циркулем, они постоянно разъезжались, были кривыми, косыми, хромыми, я психовала еще больше, чем на скетчинге. Алгоритм совсем не зашёл! Было много напряжения и раздражения на него. На каждый алгоритм уходило много времени. И до сих

пор, когда смотрю на эти свои работы по НейроМандале, они мне кажутся самыми некрасивыми. Хотя, по сути, в НейроГрафике субъект важнее чем объект, но все равно как-то цепляет, что не красиво. И ладно, мир не идеален и у меня могут быть неидеальные работы. Во мне нет перфекциониста, поэтому вариант «хорошо» или «достаточно хорошо» меня устраивает! Но со временем я все равно заметила, что начинаю отходить и принимать мандалу спокойно, хотя красивыми мои работы в этом алгоритме так и не стали. Но я не отчаиваюсь! Всё ещё впереди!

Я проанализировала и поняла, что больше всего у меня вызвал интерес алгоритм НейроКолор. Я впервые столкнулась с китайской системой У-Син, и она вызвала во мне особый интерес. Жалко, что времени на полное её изучения на курсе не было, но в планах у меня изучить её основательно.

Алгоритм НейроСинтез вызвал интерес, так как очень много там тем из психологии. С интересом изучала взгляд Павла Михайловича на теории личности, особенно на мой любимый Транзактный Анализ. Я много размышляла и изучала себя на протяжении этого алгоритма, раскрывала в себе разные грани своей личности и даже смотрела на других людей через призму этого алгоритма.

НейроКонтакт открыл мне интересный мир взаимоотношений. И я для себя взяла там интересные алгоритмы для работы на своём психологическом курсе по сепарации от родителей. Все-таки НейроГрафика универсальна! С любой темой можно прекрасно работать!

Эта история с алгоритмами научила меня терпению, умению принимать себя, справляться с трудностями и верить в себя. У каждого могут быть свои индивидуальные предпочтения, вкусы и особенности, каждый может любить разное и быть другим, не таким, как бы нам хотелось, чтобы он был. Мы все разные и интересные. Можем по-разному смотреть на этот мир, но НейроГрафика нас всех объединяет. Теперь я спокойно реагирую на те алгоритмы, которые сначала не понимаю, которые кажутся сложными или непосильными. Я даю им шанс, даю им возможность раскрыться со временем во что-то особенное и необычное.

Я теперь пробую создавать и свои собственные алгоритмы под каждого своего клиента или для решения общей задачи на группу. Пока алгоритмы получаются простыми, не такими крутыми как у опытных Инструкторов, но они уже получаются, и это меня очень радует и вдохновляет.

Что касается Эстетического коучинга, то хотела бы на нем остановиться поподробнее. Я в начале Инструкторского Курса набрала в коучинг 11 человек, думала, как раз для диплома мне хватит. Взяла людей в долгую работу с мая до конца ноября. В процессе этой работы я многое поняла и сделала вывод, что Эстетический коучинг - совершенно не моё! Со всеми этими людьми мы все равно уходили в терапевтический процесс и работали с детскими травмами, так как без их проработки просто нет смысла заниматься коучингом, ведь травмы не дадут прийти к нужному результату и будут саботировать процесс. Таким образом, я закрыла для себя вопрос с Эстетическим коучингом и спокойно вела людей по психотерапевтическому процессу.

Может, когда-нибудь я и вернусь к коучинговой работе, кто знает. Но сейчас это оказалось не моим. И я разрешаю себе не заниматься тем, чем мне не нравится, а развиваться там, где мне комфортно и хорошо.

Итак, подводя итог, Курс научил меня многому и продолжает учить! НейроГрафика теперь со мной всегда и везде, где бы я не находилась!!! На работе, вне работы, в отпуске, в самолёте и путешествиях. НейроГрафика — это как новый виток в моей жизни, новые горизонты и грани работы и с собой, и с моими клиентами. Для каждого моего клиента, как и для меня, НейроГрафика стала настоящим открытием и важной составляющей жизни. Нет и дня, чтобы я что-то не рисовала, не изучала.

И я хотела бы поделиться несколькими интересными историями своих клиентов.

Обратилась ко мне женщина 48 лет, живущая в Японии. Запрос был «выжить в тяжёлых условиях». Ситуация у Иры (имя изменено) была действительно безвыходная. Она 12 лет назад вышла замуж за японца, жили достаточно хорошо, дружно, но у них не получалось родить ребёнка...Через 6 лет брака, благодаря системе ЭКО получилось у Иры забеременеть долгожданным малышом, но случилось несчастье... Если помните, несколько лет назад в Японии было сильнейшее землетрясение и последующее Цунами. Так вот, семья Иры как раз оказались в эпицентре этой катастрофы. Сама Ирина, к счастью, не пострадала, а вот её муж пострадал очень сильно психологически. У него начались приступы агрессии, крика, неадекватного поведения, нервные срывы, истерики. Ира на последних месяцах беременности пережила ад - по её словам. Когда родился малыш, все это продолжалось. Муж срывался и на ребенке, и на Ире. Обстановка в семье была максимально неблагоприятная для формирования психики ребёнка, да и для самой Иры соответственно. В Японии ребенку ставили аутизм, хотя в России этот диагноз не подтверждали.

И вот, спустя 7 лет проживания в таких условиях, Ирина обратилась ко мне. Выслушав историю, я, конечно, заинтересовалась первым делом, возможно ли уехать ей и ребёнку, но оказалось, что по японским законам у ребенка может быть только одно гражданство, и без разрешения отца мать не может ни вывезти малыша из страны, ни сделать ему новое гражданство. Мало того, жена не может в Японии получить гражданство, а только вид на жительство. И этот вид на жительство - визу — должен одобрить муж! Поэтому моя Ира даже с квартиры от него не могла уехать, так как муж сразу лишит её визы, и её депортируют из страны. Ситуация безвыходная. Ире можно было только продолжать жить совместно с мужем в этом аду, иначе она осталась бы без ребенка, ведь муж бы его в Россию не отпустил. И услышав все это, мне сразу пришла мысль использовать НейроГрафику. Задача была именно работать с состоянием клиентки. Помочь ей проживать эмоции и набирать ресурс. Мы работали онлайн один раз в неделю, во время сессий Ире становилось легче, но я понимала, что до следующей сессии ей нужно как-то жить и функционировать. И тогда я нарисовала с ней первый алгоритм НейроГрафики, он, конечно, у неё не получился с первого раза, линии были кривыми и очень острыми, и очень стереотипными. Где-то около месяца мы только работали с линиями, и только потом процесс пошёл. Ира настолько погрузилась в процесс, что рисовала каждый день! Мало того, она сказала, что именно НейроГрафика помогает ей сохранять спокойствие между нашими встречами! Так она и продолжала рисовать и рисовать. Где-то я ей создавала индивидуальные алгоритмы под её ситуацию, где-то она рисовала сама уже по открытым источникам у других Инструкторов, но самое важное - НейроГрафика сохранила её спокойствие и здоровье.

Далее Ира озвучила, что хотела бы изучить НейроГрафику уже углубленно и знать больше. И я, ради неё, собрала группу обучения по курсу Пользователь, который у меня

ещё до сих пор идёт! И Ирина на нем учится старательно, ответственно и планирует идти дальше уже на курс Специалиста.

Эта история показывает, что НейроГрафика работает даже в самых, казалось бы, безвыходных ситуациях и помогает людям сохранять стабильное внутреннее психологическое состояние. Мне, как психотерапевту, этого метода очень не хватало раньше, и теперь он у меня есть. И я рада, что смогу быть эффективной и помогать людям.

Ещё один случай. Моя постоянная клиентка, которая уже третий год у меня в терапии, тоже рисовала со мной многие алгоритмы и теперь тоже решила идти на Инструкторский Курс, уже оплатила и ждёт начала!

Для меня это огромная радость, ведь люди идут развиваться в этом методе дальше!

Одна моя клиентка недавно поделилась своей историей про НейроГрафику. Она живёт одна после развода с мужем уже продолжительное время. Дочь взрослая и столкнулась год назад с серьёзной зависимостью, она пристрастилась к наркотикам и моя клиентка, назовём её Светой, отправила её в реабилитационный центр по системе 12 шагов. Целый год дочь Светы проходила лечение, и Света очень переживала за неё, расстраивалась, не могла найти себе место. Но год прошёл, доча благополучно исцелилась и сейчас уже живёт с парнем самостоятельно и благополучно. Но у самой Светы как-то личная жизнь не задалась. И я ей предложила порисовать НейроГрафику. Я-то знаю, что она творит чудеса. Мы порисовали кейс 8 работ и начали рисовать девятую, как мне пишет Света и рассказывает невероятную историю её недавнего знакомства с мужчиной. Самое интересное, он приезжал к ней в дом в соседний подъезд к своей маме гулять с собачкой после того, как его мама заболела. У Светы тоже есть собачка, и она выгуливала её по вечерам. Позже она заметила, что он периодически на неё смотрит, однажды он подошёл, и они познакомились. Сейчас уже второй месяц, как они вместе. И у дочи все хорошо, и у моей клиентки Светланы благодаря НейроГрафике тоже сейчас все хорошо!

Недавно Светлана порекомендовала меня своей знакомой, она написала мне в тот же день, и мы договорились о встрече. Рисовали кейс про отношения, Катя долго была одна и хотела встретить достойного мужчину, но он никак не появлялся в её поле. Катя была на грани отчаяния, у неё даже пропал аппетит. Она делилась со мной своей историей и рассказывала, что выросла в очень дружной семье, где мама и папа любили друг друга, хорошо относились друг к другу и любили, и уважали Катю. Для меня эта история стала ещё большей загадкой. И очень хотелось в ней разобраться! Если у Кати не было серьёзных детских травм, насилия в семье и потрясений, я выдвинула гипотезу, что скорее всего Катя живёт не свою жизнь... Что тут мы имеем дело с переплетением и, возможно, с родовыми историями. Первым делом я сделала Кате расстановку, где чётко в поле увидела переплетение с её бабушкой по отцу. После расстановки Катя повеселела, почувствовалось изменение её состояния, её глаза загорелись, и в них появилась надежда. Отлично, подумала я, с причиной мы разобрались, теперь начнём работать через НейроГрафику. Первым делом мы описали её желаемого мужчину. Каким она его видит, какими качествами он обладает, и какие между ними отношения. Мы нарисовали АСО, чтобы снять разные ограничения и установки, затем нарисовали АСС, чтоб убрать оставшийся негатив с темы отношений. Нарисовали Нейролотос женственности, и потом я создала для Кати алгоритм индивидуальный именно для неё по привлечению желаемого партнёра. В этом алгоритме она отобразить фигурами и желаемые качества партнера, и состояние, которое она хотела бы рядом с ним испытывать, и фигуру их любви. После прорисовки серии алгоритмов я отпустила Катю на 2 недели. Потом мы договорились встретиться, и уже по тому, что

чувствует Катя и какие в жизни произошли изменения, продолжить работу. Катя пришла через 2 недели и сообщила, что чудом познакомилась с молодым человеком, и он ей очень понравился. Она рассказала, что познакомились они на заправке, когда Катя заправляла машину. Мужчина случайно назвал номер колонки тот, в котором стоял пистолет Кати и заправил машину Кати вместо своей! Так они в этой ситуации и познакомились. Потом созвонились и даже встретились один раз в кафе. Катя говорит, что никогда ни с кем на улице не знакомилась, а тут как искра и голос в голове, что этому человеку можно доверять. Самое интересное, Катя отметила, что мужчина демонстрировал именно те качества, которые она рисовала в НейроГрафике. Катя осталась довольна результатом, поблагодарила меня и создателя метода за её результат. Сейчас уже 2 месяца, как Катя встречается с этим мужчиной, и говорит, что отношения у них тёплые и нежные, прямо как у её мамы с папой.

Вот такие в моем арсенале есть интересные случаи и истории, и, надеюсь, они не последние и будут дальше случаться с моими клиентами!!!

И вот учёба уже почти позади... Столько уже пройдено алгоритмов... Столько прожито эмоций и осознаний! Жизнь моя пока не поменялась кардинально, но я чувствую, что это только начало, и меня еще ждет много открытий и инсайтов! В мыслях появились планы и идеи, связанные с НейроГрафикой, уже проведён мной первый курс Пользователь, и с него у меня одна девочка уже идёт на Инструкторский Курс в 2025 году! Это для меня отдельная радость!

И вот осталось только сдать диплом и в путь, новый Путь Нейро! Я уверена, что НейроГрафика войдёт в мою жизнь надолго, и я смогу реализовать себя и в этом методе тоже! С огромной благодарностью всем причастным к этому потрясающему методу я заканчиваю этот курс.