

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

Мой путь в мир НейроГрафики

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Красильникова В.О.

«30» ноября 2024 г.

Выполнил Шадринцева А.В.

«30» ноября 2024 г.

2024 г.

Эссе

Содержание:

1. Мое знакомство с НейроГрафикой
2. Эффекты, полученные на первых этапах знакомства с НейроГрафикой
3. Используемые алгоритмы и коуч-модели
4. Эффекты от работы над темой
5. Итог работы с темой «Я успешный предприниматель и инструктор нейрографики» методом НейроГрафики за 9 месяцев.

1. Мое знакомство с НейроГрафикой

Мое знакомство с миром НейроГрафики было, на мой взгляд, наверное довольно необычным. После коронавируса и «провала» в бизнесе в несколько миллионов, я искала способы как выйти из состояния депрессии, как найти мотивацию двигаться дальше, какие новые ниши найти и расширить свой кругозор. Моральное состояние было жуткое, и материальное соответственно. И в августе 2021 года я увидела на просторах интернета красивые причудливые картинки и линии и посты с броскими заголовками об изменении мышления. Рисовать я не умела, и карандаши последний раз держала в руках еще в школе. Я не раздумывая купила урок с алгоритмом Шаманский дождь. Первые несколько рисунков было сопротивление, одолевали мысли о том, что занимаюсь какими то глупостями и как рисование мне может помочь. Постепенно я вовлекалась в процесс, и не заметно для себя купила курс с алгоритмом Нейродрево и начали происходить первые «чудеса». У того же инструктора в октябре 2021 года я приобрела курс Пользователя на котором она объясняла, что НейроГрафика - это метод работы с мышлением, формированием нейронных связей. Принципы НейроГрафики и про Пирамиду сознания. Мне было интересно, но пока не очень понятно. Я общалась со многими людьми, которым интересен личностный и профессиональный рост, но никто даже и не слышал в тот момент о НейроГрафике. Общаясь с нумерологами, психологами и коучами по личностному росту я везде слышала фразу, что мне нужно прокачивать эмоциональный интеллект. Эта фраза буквально преследовала меня. И в этот момент меня осеняет: «Та вот, что такое НейроГрафика для меня!». В своем городе, я нашла единомышленников увлекающихся НейроГрафикой и в общем чате мы обменивались своими рисунками, эмоциями и результатами. И общение с ними очень мотивировало меня, даже когда опускались руки. После курса Пользователь, я покупаю Курс Нейрокомпозиция и Нейроколор хочу изучить этот метод глубже.

Таким образом, я завершаю обучение на курсе Пользователь Нейрографики, Нейрокомпозиция и Нейроколор, параллельно прохожу и другие алгоритмы у этого же Инструктора. В феврале 2023 года узнаю, что у этого Инструктора появилось право обучать Пользователей на Специалистов НейроГрафика, и дальше меня уже было не остановить – я принимаю решение обучаться на курсе Инструктора НейроГрафики с марта 2023 года, и не завершая обучение на курсе Специалист, я поступаю в Институт Психологии Творчества. Но, начиная свое знакомство с НейроГрафикой я и предположить не могла, что нейрографическая линия заведет меня туда, где я даже не ожидаю себя увидеть.

2. Эффекты, полученные на первых этапах знакомства с НейроГрафикой

Я помню, как с жадностью впитывала информацию, выводила нейролинии, они выходили толстые и нелепые, помню с каким азартом работала с цветом, узнав, про элементы и систему Усин. Сколько раздражения и сопротивления поднималось на этапе сопряжения, но потом приходило состояние спокойствия, равновесия. Сколько энергии открывалось для меня на этапе Архетипирования! Одновременно рос и интерес к методу, я вдохновлялась работами коллег – студентов и мне самой хотелось развиваться, улучшать свое мастерство. Слушая лекции по распаковке смыслов и примеры коуч сессий метод раскрывался мне как бутон прекрасного невиданного цветка. В самом начале знакомства я не совсем понимала, как работает метод, можно, сказать, я не чувствовала телесных реакций, не понимала, что рекомендуют супервизоры говоря о 4-х точках внимания. Вернее, я не осознавала, что со мною происходит. Но постепенно шаг за шагом я погружалась в НейроГрафику и те эффекты, которые мне давал этот метод. Я была воодушевлена идеей владеть инструментом самопомощи, причем совсем доступным и это было одно из самых удивительных для меня открытий.

Можно сколько угодно долго прорабатывать свои задачи с психологами и коучами личностного роста (я так и делала, когда было необходимо), но я не могла раскрыться на 100%. И столкнулась с тем, что после вебинара или сеанса с психологом выходишь на подъеме, окрыленный, но через некоторое время снова эмоционально сдуваешься. Поэтому владеть инструментом, который может тебя привести в ресурс без посторонней помощи – для меня стало вдохновляющим открытием. Мысль о том, что я сама могу себе помочь стабилизировать, гармонизировать свое состояние и,

более того, моделировать свою реальность, меня окрыляла настолько, что я дарила своим подругам и родным мастер мастер классы (обучение) у уже действующих инструкторов. Младший сын, 7 лет также с интересом рисует НейроГрафику. По-своему, по детски, но с увлечением. Супруг вначале скептически относился к моему хобби, но видя результат иногда просит порисовать за него. И это очень для меня ценно. Ведь я меняюсь сама, и окружающие меня люди меняются вместе со мной, и отношением ко мне.

3. Используемые алгоритмы и коуч-модели

Самым любимым и часто практикуемым Алгоритмом для меня стал Алгоритм Снятия Ограничений, с его помощью я прорабатывала свои страхи, что не получится распрощаться со своими установками, свою неуверенность в себе, непринятие себя и иные ограничения. В итоге я чувствую себя увереннее и спокойнее.

НейроКомпозиция помогла мне осознанно производить изменения в себе с помощью композиции треугольников, структурировать, организовывать процессы при помощи метрических рядов. НейроКолор – Алгоритм, позволяющий мне осознанно управлять энергией цвета, приносить необходимые качества в события и свои состояния и часто использую знания цвета при работе с другими алгоритмами.

НейроСкетчинг – принять себя, полюбить себя, признать себя, а также прикоснуться с эгрегору успешных людей, напитаться его энергией. И тогда действительно ощущаешь, что тебе по силам каждый шаг, если кто-то стал успешным, то ты можешь повторить этот опыт. Хотя первые рисунки нейрографирования себя давались с сопротивлением.

НейроМандала – этот алгоритм дал ощущение внутреннего баланса и удивительно, что я могу по-разному раскрываться в окружающем мире в зависимости от моих задач – либо мудрой стороной, либо активной. И в своих работах я как раз прорабатывала свое активное проявление как предпринимателя во внешней среде. Очень интересно раскрывалась мандала личных качеств, необходимых и в профессиональной сфере в том числе. Проживала состояния от интереса, до раздражения и возмущения, то работа выглядит несерьезно. В итоге пришла к мысли, что, может, снизить градус серьезности, и относиться к некоторым процессам и событиям с большей легкостью.

НейроСинтез. Алгоритм, позволивший мне как личности сбалансировать свои энергии, а также построить необходимые роли, глубже осознать, что для меня открывается за той или иной ролью. Появилось больше осознания, что чем занимается каждая роль, а также как они между собой могут взаимодействовать.

С помощью алгоритма НейроКоммуникация мне удалось графически изобразить желаемую коммуникацию с потенциальными партнерами и клиентами. С интересом отметила для себя, что некоторые работы вызвали сопротивление. Вероятно, потому что этот опыт коммуникаций для меня новый, и я, честно говоря, не знаю, как выстраивать взаимоотношения корректно, при этом сохранив себя как значимый субъект коммуникации.

НейроЦель. Работы этого алгоритма позволили мне сфокусироваться на целях, осознать, чего же я хочу на самом деле, а также испытать чувство радости от этих целей. Для меня, это своего рода проверка, что цель действительно вдохновляет, а также приятный опыт переживания позитивных чувств.

НейроТайминг. Просто невероятные возможности планирования своей профессиональной жизни, личной, своих проектов, раскрытия ресурсов. И, действительно, чувствуешь себя гораздо спокойнее и увереннее относительно своего будущего.

Я-ОК. Неоднократно возвращалась к работе в этой модели сама и с клиентами.

Это здорово почувствовать себя в состоянии ОК, и понимать, что и ресурсы-то у тебя есть, не надо ждать чего-то глобального. Действуй с теми ресурсами, что у тебя уже есть. Этого достаточно. Многозадачность. Вместить в себя все, что нужно, что хочется, что интересно. И чувствовать себя при этом спокойно и гармонично. У меня отступало состояние суеты и тревожности не успеть, не справиться с задачами.

Прорабатывая свою тему предпринимательства в коуч-модели GROW я больше фокусировалась на цели, больше конкретизировала ее, анализировала в какой точке сейчас нахожусь, какие ресурсы у меня есть для достижения цели, прописывала план действий. У меня понижалась степень тревожности, становилось более ясным видение проекта и его реализации. Больше собранности и спокойствия внутри.

С помощью модели Матрицы Грофа, неоднократно проживала этапы развития своего проекта и каждый раз по-разному: то просто «проскакивала» этап наполнения энергией, то очень трепетно проживала процесс начала деятельности, то застревала на этапе активной деятельности. Было и тревожно, и страшно, но, прожив этот опыт несколько раз, я чувствую себя спокойнее и увереннее, словно это реалии моей жизни.

Интересен был также Алгоритм Голубой Океан, приятно было осознать, что места много и для всех хватит, и для меня тоже хватит, что ресурсов в мире хватит на всех.

Коллайдер Развития – проживала модель от осознания того, что есть на данный момент, как вероятно могут развиваться события, и самый невероятный эффект от проживания этапа невероятности. Все находилась в состоянии неверия, забавы, и честно говоря, именно на этом этапе получила заряд бодрости и позитива.

Мультиролевая личность. Сложная модель, но так интересно было структурировать свою роль предпринимателя, выделить еще несколько составляющих ее подролей, проанализировать их, построить связи их взаимодействия. Оказывается, все роли ценны и имеют значение.

Модель Икигай – особая любовь. Очень приятно и ценно было проанализировать те занятия, которые люблю делать, умею, которые нужны людям и востребованы и осознать, что я могу реализовать свой потенциал и улучшать свое благосостояние. Это очень вдохновило.

4. Эффекты от работы над темой

У меня был страх, смогу ли я быть инструктором НейроГрафики, ведь это такая ответственность, чтоб передавать метод в рамках Чистой школы, без своих интерпретаций и своей призмы восприятия. Интересна ли я буду людям. Прежде всего хочу сказать, что ранее у меня даже мысли не возникало, что я могу быть предпринимателем не в традиционном его понимании. А переквалифицироваться в другое направление. Мастер классы, и встречи с клиентами на коуч сессии и другие варианты взаимодействия с людьми были непривычными, странными. Не было понимания, как и куда двигаться, как выстраивать деятельность, какими качествами обладает инструктор. Было слабое чувство опоры в себе. И, самое главное, не было столько энергии. Также у меня был страх, что я не смогу стать успешным инструктором. И было ощущение, что я отстаю. Сейчас каждый раз вспоминаю слова Павла Михайловича Пискарева, о том, что большое дерево растет медленно и эти слова вселяют мне уверенности. В процессе проработки темы «Я успешный инструктор НейроГрафики» мне удалось снять эти ограничения и страхи. И я вообще допустила мысль, что могу реализовываться как-то по-другому, не только в сфере маркетплейсов и продажи товаров офлайн, а открыть для себя новые направления и возможности. Я смогла системно для себя посмотреть на идею развития себя как инструктора и построение своей инструкторской карьеры. Я анализирую свои способности, свои услуги, их уникальность и ценность для других, я изучаю способы и каналы их продвижения, я осознаю необходимость коммуникации с потенциальными партнерами, клиентами. Я понимаю, что для успешной реализации мне нужна еще и команда специалистов. Я

задумалась о том, какими качествами, на мой взгляд, должен обладать инструктор, сопоставила эти качества с собой, определила наиболее важные для меня и теперь понимаю, над чем мне работать, каковы мои зоны роста.

Я понимаю, что мне необходимы такие качества, как уверенность, смелость, решимость, креатив, эмпатия, осознанность, принятие людей такими как они есть. Я осознанно прорабатываю эти качества через Алгоритм НейроКомпозиция, я осознанно рисую треугольники внутрь себя – изменения в себе. И я помню свои первый опыт рисования треугольников – мне было очень некомфортно, треугольники были какие-то робкие, неустойчивые и даже рисовались вяло. Сейчас это уже уверенные треугольники, резкие, и, если вдруг резкости не хватает, я с удовольствием и азартом добавляю. И я чувствую, как эти качества смелости и решимости усиливаются и во мне. И я радуюсь этому, я ощущаю свою трансформацию. Я понимаю, что мне хочется подключиться к эгрегору успешных предпринимателей, инвесторов, таких как Илон Маск, Уорен Баффет, Роберт Кийосаки, Марк Цукерберг и других. Поэтому я осознанно использую Алгоритм НейроСкетчинга – НейроПортрет – проработать уникальные качества, которые помогли стать успешными указанным людям, возможно, эти качества помогут и мне. Я с удовольствием могу проектировать свою профессиональную реализацию, моделировать события на линиях времени, моделировать коммуникацию с клиентами и партнерами. Моделировать именно ту реальность, которая интересна мне. И я точно знаю, проработав подобные вопросы с помощью алгоритмов НейроГрафики и коуч-моделей, я уже погрузилась в ощущение реальности задуманного, я уже прожила позитивный опыт. Самое главное, я поверила, что могу жить по-другому, что у меня есть энергия, есть способности, есть ресурс. Я прочувствовала, что такой сценарий возможен для меня! И я непременно продолжу работать над этой темой и дальше. И самое главное, заезженные фразы про миссию и предназначение откликаются для меня теперь с другим смыслом.

5. Итог работы с темой «Я успешный инструктор НейроГрафики » методом НейроГрафики за 9 месяцев.

На первых занятиях, Павел Михайлович говорил, что курс неспроста длится 9 месяце. И мы выйдем из него с новыми качествами. В итоге, за 9 месяцев обучения в Институте Психологии Творчества на курсе Инструктор НейроГрафики я приобрела и усилила те личные качества, которые необходимые мне для дальнейшего развития и реализации в инструкторской деятельности. Со мной произошла глубокая трансформация, появилось ощущение, что я проснулась.

Происходила глубинная работа со своим внутренним ребенком. Оказывается, это такой ценный, мудрый и талантливый человек! И этот человек – я. Он во мне. Только я задвигала его как можно дальше и не слышала. А в нем такой большой ресурс! В ходе работы над собой с использованием метода Нейрографики я стала системно мыслить вообще о дальнейших путях своего развития, пробудилось желание что-то менять в своей жизни, прочувствовать свои силы, признать таланты, обрести самооценку. Я обрела давно забытое состояние - радоваться жизни, наслаждаться ею и благодарить мир за каждый прожитый день. И это меня радует. За время учебы я успела открыть и закрыть магазин косметики. Потому что я поняла просто процесс купи - продай не приносит мне удовольствия. Как специфика бизнеса - продавец на маркетплейсах я оставила и развиваю, но стала делегировать, оставляя себе время на учебу и на проведение мастер классов. Общение с людьми меня вдохновляет. И я осознаю ценность знаний, которые уже имею благодаря Институту Психологии Творчества и доношу до людей. Моя семья видя мою увлеченность НейроГрафикой, мое стремление к развитию, мой потенциал поддерживают меня. Меняется мой круг общения. Мне интересны люди занимающиеся практиками саморазвития. Меня все чаще привлекают люди, которые что-то создали сами и развивают свое дело. Мне интересно наблюдать за другими инструкторами НейроГрафики. И я понимаю, что это такие же люди, как и я. И я, значит, тоже могу развиваться в Нейробизнесе и быть успешной в этом. Подмечаю их качества, примеряю на себя их опыт, размышляю о том, а как я могу применить это к себе. Посещаю бизнес завтраки и бизнес сообщества, задумываюсь о возможном сотрудничестве с людьми с которыми на них встречаюсь, о том, чем я могу быть полезна для них.

На данный момент, подходит к завершению обучение на курсе Инструктор НейроГрафики. Планирую вступить в Манго, так же интересны курсы Инструктор НейроДизайн, курсах НейроСказки, НейроХиллинг и НейроДэнс в Институте Психологии Творчества. Сколько всего интересного и неизведанного мне еще предстоит познавать и познавать. И я в предвкушении, мне интересно жить. Планирую свою дальнейшую деятельность связанную с НейроГрафикой, провожу консультации с использованием алгоритмов Нейрографики и коуч-моделей, начала проводить мастер-классы. По году рождения я Металл и сейчас живу в периоде Металла и это для меня как добрый знак чтобы творить, создавать проекты, монетизировать их, опираясь на свои знания, опыт, структурность и другие ресурсы. Нашла специалистов, которые

помогут мне вести социальные сети, чтоб реализоваться в профессиональной деятельности Инструктора НейроГрафики. Раньше, я не стремилась проявляться в соц сетях, а сейчас я преодолеваю свое стеснение начинаю снимать видео и верю, что у меня все получится. С опорой на маркер я смогу проживать свою жизнь интересно, наполнено и успешно реализовать свой потенциал в профессиональной сфере.