

Институт психологии творчества Павла Пискарёва

Дипломная работа

Тема:

Улучшение сфер жизни

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Соколова Ирина

«28» ноября 2024 г.

Выполнил Шалина Юлия Евгеньевна

«28» ноября 2024 г.

2024 г.

1. Знакомство с НейроГрафикой.

Я познакомилась с методом в 2020 году. Я работала в найме, одна из моих коллег рисовала алгоритм снятия ограничений. Мне тогда было интересно все, что связано с психологией, поэтому я решила поинтересоваться что она рисует. Тогда она объяснила мне смысл этого алгоритма так: нужно нарисовать рисунок и желание исполнится, рассказала как рисовать. Мне понравилось как визуально выглядит картинка и я стала рисовать, чтобы убить время на работе. Я брала конкретные темы, в которых мне хотелось изменений - примирение с молодым человеком, возможности для увеличения дохода. У меня не было четкой картинки через что я хочу увеличить свой доход, но появлялись возможности для подработок на моей основной работе. В моих отношениях на тот момент был тяжелый период, мы постоянно ссорились с моим молодым человеком. После рисования отношения налаживались. Я все еще не понимала как это работает, просто использовала алгоритм в помощь для себя в беспокойных ситуациях.

Через полгода одна из моих коллег пригласила меня на марафон. Марафон содержал несколько симороновских практик для увеличения дохода, после марафона автор приглашала на развернутый курс, где снова я встретила с этим алгоритмом. На марафоне подача алгоритма была более развернутая, были даны темы, с которыми можно работать с помощью НейроГрафики, но все еще не было понятного объяснения за счет чего это работает. Но мне было все равно, я хотела улучшений в финансовой и любовной сфере, для меня не было тогда важно погрузиться в нюансы. Через 3 месяца после не частого рисования алгоритма я увлеклась таро, прошла обучение и начала делать расклады клиентам. Я совмещала основную работу с ведением блога. Клиентов нашла очень быстро, они стали постоянными. Увеличила доход примерно на 20 тысяч рублей. Считаю, что не последнюю роль в этом сыграла НейроГрафика. Общая сумма моего дохода составляла примерно 55000 рублей. В сфере отношений улучшений не было, единственный эффект – качели - примирение – ссора, примирение – ссора. Да и внимание я увела в основном в финансовую сферу, отношения перестали быть для меня актуальными, отпустила ситуацию и мы расстались.

Примерно год я проработала в таком режиме, совмещая основную работу и ведение блога. За год меня повысили, доход увеличился, клиентов стало больше. Я начала понимать, что больше не хочу работать в найме, хочу зарабатывать от 100 000 рублей, хочу сама распоряжаться своим графиком и я купила курс Валентины Медведевой по увеличению дохода. Она была инструктором и проходила обучение в Институте психологии творчества Павла Пискарева. Но сам курс был направлен на доход и состоял из алгоритмов, которые должны были помочь его увеличить. Это были авторские алгоритмы и они были более сложные, нежели алгоритм снятия ограничений. Такие алгоритмы содержали весь графический алфавит. Помню, что мы рисовали в каждой работе треугольники. Я все еще не знала как работает НейроГрафика, но уже мне дали понять, что этот метод как-то взаимодействует с подсознанием. Я рисовала алгоритмы курса около месяца. В результате – меня увольняют с работы, возникает ситуация, где мне нужно переехать от мамы, вследствие сильного конфликта. Я очень сильно зависела от мнения мамы, она не давала мне развиваться, давила на меня, требовала соответствия своему пониманию

что такое работа. Я очень тяжело переживала увольнение и переезд, но понимала, что в найм я больше не вернусь и для меня это возможность погрузиться в ведение блога таро. Я стала каждый день выкладывать расклады, подняла стоимость, появились новые клиенты. Стала видеть, что результаты моих трудов есть, продолжила работать и рисовать.

Через месяц я помирилась с мамой. Я набралась сил сказать, что больше не буду такой какой она хочет меня видеть и она это приняла. Еще пара рисунков и мне поступает предложение о работе в популярной школе таро на 2 вакансии – менеджер по продажам и как таролог на ютуб канале. Я была очень счастлива такой возможностью и наконец почувствовала, что делаю то, от чего получаю удовольствие, что я на своем месте. Сдалась и прошла 3 курса – пользователь, нейроколор и нейрокомпозиция. После получения сертификатов забросила курсы, больше не рисовала, ушла работать с клиентами, получать опыт работы с картами, не вспоминала о НейроГрафике более года.

2. Развитие себя как специалиста НейроГрафики.

С деньгами вопрос был решен, я увеличила доход с 30000 рублей до 250000 рублей. Конечно, у меня были вопросы, связанные с распределением денег, они позже всплывут на инструкторском курсе. Но я была очень довольна собой, я работаю на любимой работе и получаю, по моему видению, огромные деньги, меня любят клиенты, я переросла всех своих учителей в плане работы с таро. Я стала обучаться разным техникам – тета – хилинг, рпт, затем прошла переквалификацию на психолога. Я поставила себе цель стать лучшим специалистом и в последствии, по своим меркам, я им стала. В предыдущем абзаце я говорила о том, что забросила тему взаимоотношений, как оказалось зря, после взлета, я получила по голове, что заставило меня снова вернуться в эту тему. У меня перестал выстраиваться контакт с клиентами, я начала видеть, что люди сопротивляются любой информации, которую я даю, отношения стали перерастать в конфликты, люди перестали получать результат от нашей совместной работы, затем - негативные отзывы, взаимные обиды, мое непрофессиональное реагирование.

Это привело меня на курс «Специалист». Помимо работы над темой взаимоотношений, меня привлекла возможность работать с клиентами. Я подумала, что мои клиенты позитивно воспримут новый инструмент для работы над собой. Так и получилось. Я получила на курсе огромный багаж знаний по коучинговым способам работы с клиентами, проводила мастер – классы платные и бесплатные, вела личные консультации, я почувствовала себя снова востребованной, взаимодействие между нами наладилось. Основная тема курса у инструктора была – личный бренд. Я загорелась желанием работать индивидуально и разорвала рабочие отношения со школой, в которой я работала, открыла ИП и сделала себе сайт.

После ухода в самостоятельное плавание, меня ожидало множество сюрпризов. Есть я, есть огромная куча связанных и несвязанных между собой услуг, есть мой блог, на который подписано 300 человек. Возникает вопрос – что дальше? Я поняла, что мне придется выстраивать заново концепцию своего блога. Стала пробовать разные варианты, все они не приносили результата. Клиенты не реагировали на посты, а часто воспринимали с несогласием и недоверием, перестали покупать услуги. Я искала причины во всем, кроме себя

– услуги не те, клиенты не осознанные, меня никто не понимает и никому не нужно, что я делаю. Пока я пыталась самостоятельно решить эту проблему, я заработала эмоциональное выгорание, паузу в развитии на год, потерю большей части клиентов, которые не успевали за тем, как меняется настроение моего блога. В этом запутанном, уставшем от себя состоянии я пришла на инструкторский курс. Мне хотелось зацепиться за возможность преподавать НейроГрафику, так как люди ее воспринимали положительно, я предположила, что это будет продаваться и решит все мои проблемы. Как оказалось в итоге – это далеко не так.

3. Курс Инструктор НейроГрафики и Эстетический коучинг

Я записалась на инструкторский курс, дождалась начала. Мои запросы на рисование звучали так – доход, клиенты, блог. В процессе курса в моей жизни начали происходить разные ситуации, выбивающие меня от моих целей. Ссора с подругой, негативные отношения с семьей. Я чувствовала постоянное напряжение, но упрямо продолжала рисовать доход. Я видела результаты – клиентов становится больше, мой заработок вырос до 10000 рублей в день. Я ставила себе еще большие цели на доход, пока не довела себя до срыва. Я снова упала в состояние, когда ничего не хочу, мне ничего не интересно и я ненавижу эту работу. Так как по курсу необходимо сдавать работы, я продолжила рисовать, уже не так глубоко я была заинтересована темой денег, моя задача была – нарисовать и выложить работу на проверку в группу, чтобы вовремя завершить обучение. С этого момента я наконец стала видеть, что моя проблема не в доходе.

С каждым рисунком я начинала погружаться в себя и видеть, что не развиваю блог, а скачу с одной темы на другую, пытаюсь понять, что зацепит людей, не выстраиваю отношения с клиентами, а, напротив, отсекаю им возможность для контакта со мной, увидела огромное количество своих внутренних конфликтов, что я не знаю, что я делаю и для чего. Все негативные ситуации, которые со мной происходили просто пытались показать мне это. Я заиклилась на доходе и привлечении в свою деятельность каких – то идеальных людей, что сама порушила опору, на которой стояла моя деятельность.

Я увидела, что несогласие, сопротивление клиентов – это я. Я делаю тоже самое, но с умным видом говорю о том, что нужно по-другому. Глядя на себя со стороны, я бы тоже себе не доверяла и сопротивлялась. Да, информация, которую я пыталась внедрить была верной, но если я сама не делаю то, о чем я говорю, все что я пытаюсь донести – становится пустым звуком.

Я стала менять отношение, взяла осознанную паузу, стала погружаться во взаимодействие с клиентами. Это раздражало, мне казалось, я занимаюсь чем – то ненужным и бесполезным, постоянно была мысль, что я не хочу ничего объяснять, все и так должно быть понятно, людям нужно просто что – то делать со своей жизнью и не будет проблем. Я рисовала алгоритмы на гармонизацию этого состояния, получалось делать по-другому, потом опять скатывалась обратно. Было тяжело себя приучить к глубокой работе. Клиенты это отображали, я постоянно слышала от них, что глубоко идти в проблему не нужно, старалась им объяснять почему это важно и они это приняли. По ходу взаимодействия с клиентами, я объясняла это не только им, но и себе. Стала меняться и сама прислушиваться к тому, что я доношу окружению. Это

промежуточный результат, необходимо еще больше времени потратить на создание взаимоотношений, но на момент сейчас у меня появилось ощущение, что я делаю пользу для людей и формирую новый свой образ.

В процессе работы над темой денег, я поняла, что мне не нужны деньги. Я абсолютно не умею ими распоряжаться, не вижу своего будущего дальше завтрашнего дня. Все мои потребности краткосрочные, на них есть финансовые возможности. Поняла, что, если в мои руки упадет крупная сумма денег, я растеряюсь. Это будет для меня не положительный результат, а ситуация, которая усложнит мне жизнь. Я приняла решение отделиться от денежной сферы и сконцентрироваться на своих потребностях в моменте сейчас, привести в порядок свою жизнь, рабочую сферу, затем ставить финансовые цели. Намного важнее сейчас наработать навык и создать репутацию. При этом, я всегда боялась, что аудитория будет сравнивать меня с инфоцыганами, мошенниками, которых сейчас развелось очень много в интернете. И я поняла, что самое главное, что их отличает – жажда денег, отсутствие желания дать пользу людям, погружаться глубоко в потребности аудитории. Поняла, что этот страх был сформирован от того, что я делаю тоже самое. Решила уходить от такой модели поведения.

Стали появляться мысли о структуре моих услуг, я оставила востребованные методы работы - консультационные услуги, обучение таро и ведение прямых эфиров. Составила воронку, что я могу предложить клиентам в формате индивидуальной работы. Услуги стали понятными. Стали приходить осознанные клиенты, которые знают, чего они хотят. С курса эстетический коучинг, я взяла простые алгоритмы, помогающие работать с запросом, консультационные схемы как работать с клиентом. Работа упростилась. В процессе сессий появляется видение и алгоритм действий для достижения результата. Такой подход удобен для меня и для клиента. Идеальная услуга, для тех, кто понимает чего хочет, но не знает как к своей цели подойти. В процессе работы с теплыми и холодными клиентами, я получала много позитивных отзывов. У клиентов налаживалось внутреннее состояние, уходила тревога, появлялись творческие идеи как к своему результату прийти. Я стала слышать много слов благодарности. Некоторые из инсайтов клиентов брала себе. Я спустилась на уровень клиентов, наша работа стала на равных. Я больше не воспринимаю себя наставником для другого человека, эта роль очень тяжело чувствовалась на мне. Я такой же человек, как и мои клиенты. Поняв это, у меня ушел страх работать с людьми, проводить сессии, предлагать помощь в виде своих услуг.

Появился интерес преподавать курсы по НейроГрафике. Понимаю, что, собрав весь свой опыт, я создам полезный и эффективный курс, который люди смогут использовать в разных ситуациях в своей жизни. Это то, что будет актуально для них всегда.

Особое влияние на меня оказал алгоритм «Пирамида логических уровней Дилтса». Работая с этим алгоритмом, я поняла, как я вижу развитие своего блога. Составила основную концепцию, от которой дальше я буду отталкиваться. Я не хочу нудный блог о саморазвитии, я хочу, чтобы людям стало интересно погружаться в свои проблемы, в свои реакции. Чтобы это перестало быть чем – то, что вызывает сопротивление. Хочу показать свой путь в саморазвитии, как я

работаю над целями. У меня очень богатый опыт, который мог бы быть полезен другим людям. Я приняла себя как лидера.

Появились новые сферы, в которых мне интересно развиваться. Мне интересно направление музыки и блогерства. Наметила себе план как я буду в этих сферах развиваться. Приняла решение записаться на вокал и найти блогеров, которые делают интересный контент, взять кое – какие идеи.

Увидела, что во многом пытаюсь угнаться за другими людьми. Ставлю себе цели, на которые пока нет ресурса. Истожаю себя этими целями. Приняла тот уровень развития, на котором я нахожусь. Мне раньше казалось, что глубокая работа над собой – это долго. Как оказалось, это не занимает много времени. Хорошо продуманный план быстро реализуем.

Помимо работы я стала уделять внимание своему здоровью. Пока я боролась с миром и пыталась быстро решить проблему, связанную с работой и деньгами, я набрала 30 кг. Поставила себе цель от них избавиться. Рисовала алгоритмы по теме – стройность, спорт. Начала заниматься спортом, стала более активной. На данный момент я сбросила 10 кг. Продолжаю работать с этой темой. Поняла каким я хочу видеть свое тело, решила записаться в зал, нанять личного тренера. Стала более правильно питаться. Уделяю внимание отдыху, съездила в путешествие. Когда мысли заняты тревогой о будущем и деньгах, последнее, о чем хочется думать, это здоровье. Я начала проживать свои эмоции, работать с напряжением, создавать комфортную атмосферу для себя во время работы, используя свечи, предметы интерьера, ароматические масла.

По теме взаимоотношений личных пока результатов нет. Больше складывается понимание, что пора выстраивать контакт по-другому. Как по-другому я не знаю, сначала я приняла решение привести в порядок себя, затем уже погружаться в тему отношений. Моей основной проблемой было то, что я прыгаю по верхам той или иной проблемы, не погружаюсь. Поэтому, я решила, что быстрее будет спокойно и последовательно подойти к этому вопросу. Получилось отпустить обиды на окружение, злость, претензии, есть ощущение внутри, что старые модели взаимодействия завершены.

Люди очень часто жаловались мне на свои проблемы, я злилась, начинала конфликтовать, пыталась убедить человека, что его проблема легко решается. На меня давило такое взаимодействие. Я выдала множество инструкций как поступить в той или иной ситуации, люди не хотели ничего менять в своей жизни, а меня напрягало общение с ними. Я очень боялась потерять эти отношения, у меня не было ресурсов переварить завершение контакта. Я расставила границы, сказала, что на момент сейчас я не хочу участвовать в их проблемах и только они могут что – то изменить. Увидела, что взаимодействие не построить, имея хаос в своей жизни, этот хаос будет тянуть силы, создавать напряжение, а в последствии мешать развитию другого человека. Поэтому приняла решение убрать хаос из своей жизни.

Рисую алгоритм «Выход из контакта», я заложила тему выйти из контакта с людьми, с которыми у меня конфликтные взаимоотношения, со стороны этих людей были поступки, которые вредили мне, моей работе, моему взаимодействию с другими людьми. Я прорисовала себя, самих людей, их действия и растворила между нами связь. Одним из таких людей является новая жена моего отца, которая настраивает его против общения со мной. После

рисунка отец вышел на контакт. Мы очень долго не общались, я пока не загадываю, что хочу от взаимоотношений с ним, даже не совсем готова к развитию общения. Буду наблюдать и реагировать по ситуации. Однозначно буду рисовать алгоритм на то, какие отношения я хочу создать между нами. Понимаю, что в отсутствии цели, отношения могут пойти по старым сценариям и снова разрушиться. Теперь к этой теме я подхожу более осознанно.

Разобрала свои отношения с молодым человеком, с которым расстались. Поняла свои ошибки во взаимодействии с ним. Я была слишком привязана, строила отношения из тревоги и страха. Я бы хотела это изменить. Попробовать подойти по-новому к этим отношениям. Думаю, с нейрографикой я такую возможность получу.

4. Основные выводы и дальнейшая работа

Основным для меня стал вывод, что если у меня что – то не получается, виновата не цель, не внешние обстоятельства, а способ ее достижения. Я постоянно искала внешние опоры. Не получилось с одной услугой – начинаю обучаться другой. Результата при этом нет, только накапливается список неразрешенных задач. Самое интересное, что именно в этом концепция системы таро, а я упорно не замечала, что сама создаю себе проблему за проблемой. Я выписала себе этот вывод и повесила на видное место, смотрю на него каждый раз, когда хочется вернуться в старую, привычную модель поведения.

В моих планах определить основные сферы, которые я хочу скорректировать и подойти к ним, уже с более осознанным состоянием. В следующем году я продолжу работу по развитию своего блога, улучшению состояния своего тела, гармонизации взаимоотношений с людьми. Как только эти вопросы будут решены, я с радостью вернусь к обучению и пройду другие курсы Института психологии творчества Павла Пискарева.