



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

Дипломные работы Инструкторов Нейрографики

2018 год

Авторы: В-Д

Оглавление

Предисловие от автора метода Павла Пискарёва	Ошибка! Закладка не определена.
Вайспапер Елена	7
Нейрографика – это творческий метод решений жизненных задач	7
Выпустили птицу в полет	7
SCORE на Линии времени	11
Техника «НейроДрево» как метафора личностного роста и развития.	20
Валерре Кристина	21
Влияние Нейрографики на энергетическое тело человека	21
Введение	21
1.Актуальность исследования влияния Нейрографики как эффективного метода трансформации реальности на энергетическое тело человека	22
2.Используемые методы диагностики.....	22
3. Описание исследования влияния рисования с применением Нейрографических алгоритмов на энергетическое состояние человека (на примере группы из 15 человек)	27
4. Результаты исследования	32
5. Выводы.	40
Величкина Катерина	42
Коучинговая Техника Closing The Gap с применением Нейрографики	42
(Визуализация Состояния Клиента на Момент Исполнения Желаний и План Действий по их Достижению)	42
1. Исследование Настоящей Причины Желания и Постановка Цели	43
2. Коучинговая Техника Closing the Gap с применением Нейрографики.....	45
Вывод:	51
Личный Опыт за год обучения на Инструкторском Курсе Нейрографики 2018.....	52
Работы Величкиной Катерины.....	53
Верчелли Светлана	54
Роль Нейрографики в вспомогательной терапии психосоматических расстройств у детей младшего и дошкольного возраста.	54
Введение.....	54
Современная психосоматика является междисциплинарным научным направлением, оно охватывает несколько отраслей знаний:.....	55
Вводные моменты про детскую психосматику:.....	56
Описание сессий и кейсов.	59
Рекомендации родителям:	60
Что дает нейрографика при работе с детьми?.....	66

Работы Верчелли Светланы	68
Вещева Елена	69
Нейрографика – эффективная помогающая практика в условиях постоянно меняющегося мира	69
Работы Вещевой Елены.....	78
Волкова Елена	79
Десять основных принципов нейрографики и философии сада.....	79
1. «Образ интегрирует смысл»	80
2. «Смыслы контейнируют состояния».....	84
3. «Проблема порождается разумом»	85
4. «Решение обладает качеством бионики»	86
5. «Гармония ведет к удовлетворению»	88
6. «Вселенная уменьшается на острие маркера мастера»	89
7. ««Любая задача имеет графическое решение»	91
8. «Плоскость листа не имеет границ»	92
9. «Мир состоит из фигур и линий»	92
10. «Рисовать просто»	93
Гинсбург Олеся.....	95
Нейрографика как Средство Личной Трансформации на Пути к Творческой Жизни.....	95
Годок Ася	107
Линия моей жизни. Чудеса нейрографики.....	107
Введение.....	107
1. Первое чудо нейрографики	107
2. Чудо второе. Курс «Инструктор нейрографики».....	108
3. Курс пользователя	109
4. Техника «Защита биополя человека».....	111
5. Чудо третье. Радуюсь здоровью своего мужа и совместному отдыху.	116
6. Чудо четвертое. Презентация Нейрографики.	118
7. Техника «Рог изобилия».....	119
8. Чудо очередное. День рождения студии Нейрографики.....	119
Гребенников Алексей.....	121
Эстетический коучинг. Эффективный инструмент личной трансформации.....	121
Пролог.....	121
Ветер перемен	122
Краткие выводы	129
Личные итоги.....	130
Данилевская Дина	132
Нейрографика — инструмент сопровождения бизнесмена в эпоху Метамодекна.....	132

1.Список терминов и определений.....	132
2. Вступление.....	133
3. Выбор темы.	133
4. Нейрографика. Принцип работы метода.....	134
5. Характеристики эпохи ММ и человека ММ. Нейрографика как инструмент адаптации личности эпохе.	135
5.1. Эпоха ММ.	135
5.2. Человек ММ	136
5.3. Метамодернистская психология	137
5.4. Гипотеза.....	137
5.5 Задача ММ психологии. Сопоставление с эффектами НГ.....	141
5.6 Нейрографика как метод работы с посттравмирующими факторами.....	147
5.7. Подведем итоги.	148
6. Выводы и рекомендации	149
6.1. Рекомендации.....	149
6.2. Выводы	152
7. Литература и ссылки.....	153
Приложение 1	153
Промежуточные результаты.....	161
Результаты изменений (по бизнес-направлениям, находящимся под руководством клиента):.....	162
Отношение клиента к инструменту.....	163
Работы Данилевской Дины.....	164
Данильчук Юлия	165
Нейрографика, как эффективный инструмент для коррекции фигуры и веса. Разработка программы	165
1. Нейрографика, как эффективный инструмент для коррекции фигуры и веса. Разработка программы	165
2. Цель.....	165
3. Обоснование	165
4. План программы по коррекции веса	169
5. Описание инструментов в использования программы по коррекции веса.....	170
5.1 При помощи алгоритма "НейроПортрет"	170
5.2 Через алгоритм снятия ограничений	170
5.3 Через алгоритм Линии времени.....	176
5.4 Нейромассаж, коррекция фигуры.	177
6. Заключение дипломной работы.....	179
Работы Данильчук Юлии.....	180
Дольд Юлия.....	181

Проект "Юлия Дольд - Коуч - Инструктор Нейрографики и Фен Шуй. Когда душа поёт и танцует"	181
1. Вступление	181
2. Коротко о базисе проекта - И Цзин, Фен Шуй и музыке „Магия Внутреннего Умиротворения“ . .	182
2.1. И-Цзин.....	182
2.3. Коротко о Фен Шуй.....	184
3. Алгоритмы нейрографики и музыка	188
3.1-1. Шаг первый. АСО. "Укрощение внутренних демонов"	188
3.1-2. Магия Духа - Гроза.....	189
3.1-3. Алгоритм "Нейроманда".....	190
3.2. Шаг второй - "Магия Души - Вода"	191
3.2-1. Как я пришла на ИНГ.	193
3.2-2. О чём тоскует Душа?	194
3.3. Шаг третий - как откликается моё тело?	195
3.3-1. Проработка темы через АСО.	196
3.4. Шаг четвёртый - Ветер.....	197
3.4-1. Магия Интуиции(Ощущения, Бессознательное, Энергия неба).	197
3.4-2. Алгоритм АСО и Моделирование	198
3.5. Шаг пятый - Магия Разума(Логика, Мышление).	200
3.5-1. Что я думаю по поводу моего Проекта?.....	201
3.6. Шаг шестой - Магия безусловной Любви(Желания, Хотения, Принятия,Открытости).....	202
3.6-1. Проработка бывших отношений. АСО.	203
3.7. Шаг седьмой - проработка энергии, отвечающую за радость, лёгкость и характер.	204
3.7-1. Удары судьбы и их принятие.....	205
3.8. Шаг восьмой - Магия Осознания, Творчества, Творения.....	205
3.8-1. Алгоритм Выявление Намерения.	207
3.8-2. Алгоритм "Цель – Достижение – Результат"	207
4. Вывод: На все вопросы найдены ответы и все задания на начало курса выполнены.	208
Дюмина Елена.....	209
Применение психософии в практике инструктора нейрографики.....	209
1.Психософия. Функции структуры личности в психософии	209
2. Порядок функций в психософии. Особенности свойств функций в зависимости от их положения в структуре личности	210
2.1 Особенности положения Воли.	213
3. Матрица отношений, мандала функций.	214
4. Самотипирование	215
5. Примеры применения психософии в практике инструктора нейрографики	216
6. Выводы	217

7. Приложение. Модели взаимодействий в психософии.	218
7.1 «Эрос»	218
7.2 «Филия»	219
7.3 «Псевдофилия» (квазиэрос)	219
7.4 «Агапэ».....	220
Работы Дюминой Елены	221

Автор:
Вайспапер Елена
Супервизор:
Левина Елена

Тема:
Нейрографика – это творческий метод решений
жизненных задач

Выпустили птицу в полет



Нейрографика - это творческий метод решений жизненных задач.

"Нейрографика" - это творческий метод трансформации себя и своего мира. Рисуя на заданную тему по определенному алгоритму, человек меняет свое восприятие темы на листе, и тем самым, создает новые нейронные связи в мозге. Нейрографика - это, в первую очередь, эстетическое удовольствие, раскрытие воображения.

День рождения метода 29 апреля 2014 года.

Расскажу о себе и о том, что меня привело меня в Нейрографику.

В последние два года, и особенно осенью 2017, я почувствовала резкий спад в настроениях и желаниях. Мир потерял краски, пропал интерес и уже не удовлетворял привычный уклад жизни. У меня пропала чувствительность, потух взгляд, ничто не вдохновляло. Все стало тусклым и бесцветным. Многолетняя работа с детьми (35 лет учительского стажа) уже не доставляла радости и не подпитывала энергией. Я почувствовала, что выгораю на работе.

Этому состоянию можно было найти много причин, но копаться и

залипать в прошлом, перспектива неутешительная. Пыталась заниматься другими видами деятельности, но изменения в эмоциональном состоянии не происходило и удовлетворение не приносило.

Случайно, в один из зимних вечеров, посмотрела вебинар Татьяны Лобановой, про Нейрографику, ее автора П. Пискарева, и вместе с Татьяной первый раз порисовала про Удачу в этой новой для меня технике. Спасибо Татьяне Лобановой - именно на ее выступлениях, на вебинарах по рисованию, я познакомилась с этой завораживающей техникой, и так плавно и неспешно влилась в нейрографический поток. Работа увлекла и внутри, как будто стало что-то оживать, побежали свежие росточки интереса к происходящему на листе действу. Погуляв по просторам интернета, познакомилась и с другими инструкторами, их работами, но особое внимание привлек конечно же сам автор метода Нейрографики Павел Пискарев. Принимала участие во всех открытых вебинарах и конференциях в феврале и марте.

Рисовала для себя, и постепенно мое состояние стало улучшаться, стал просыпаться интерес к жизни, и я поняла, что как тот утопающий, хочу ухватиться за эту соломинку. Совершенно спонтанно, полагаясь на интуицию, приняла решение: для начала пройти курс Пользователь, познакомиться с Алгоритмом снятия ограничений. Уже стала проявляться Трансформация мышления.

Хотелось проверить все на себе (так как поначалу были сомнения, что это работает) и осмыслить, происходящие в душе и в теле изменения. Испытывала страх, что не смогу сосредоточиться в течении четырех часов и рисовать вечером (устаывая после рабочего дня).

Поэтому решила пройти курс в другом ритме: по два часа за четыре встречи- у Ирины Некрасовой (это был ее первый курс в Израиле. Хотелось послушать как это звучит на иврите - тоже понятно, красиво и притягательно). Благодарю Ирину за интересную, эмоциональную подачу материала, за подробные объяснения каждого из пунктов Алгоритма. За урок успевали и поупражняться, и ознакомиться с терминологией на иврите, отследить ощущения и эмоции, и не спеша закончить работу. Меня очень впечатлил Алгоритм снятия ограничений, сделала много выбросов, постепенно погружаясь все глубже и глубже в подсознание. Стала получать удовольствие от погружения в потоковое состояние энергий, придавая смысл каждой нарисованной фигуре и зафиксированной линии.



Это моя одна из первых работ по АСО, понравилось сглаживать острые углы выбросов и проводить линии поля, наслаждалась каждой минутой рисования и происходящей трансформацией. Описания оформляла на иврите, и этот опыт выражения мыслей и чувств на неродном языке, привнес

дополнительный эффект воздействия на нейроны и способствовал образованию новых нейронных связей. Стала учиться трансформировать мысли в образы. Стал нравиться сам процесс нейрографирования и погружения в эти энергетические потоки. Стали происходить первые трансформации в сознании, проявляться ассоциативные связи.

Когда рисовали работу на выявление намерения, то моей темой прозвучало желание пойти учиться дальше на курс Специалист.

Итак, в конце Марта 2018 года, я еще окончательно не давала себе отчет (а судьба, видимо уже все решила за меня), что очарована методом, его автором Павлом Пискаревым, завораживающим процессом рисования и первыми полученными результатами. У меня снова появился блеск в глазах, захотелось просыпаться утром и желание ехать на работу, чтобы увидеть любопытствующие взгляды на лицах моих учеников.

Эта работа выполнена на вебинаре Елены Циммерман по планированию на Апрель: Пасха, весна, пробуждение, и конечно же, планирование. Считаю, что это самое значимое, осознанное и увлекательное планирование месяца, да и всего года 2018 года, за последние десять лет моей жизни.

Эту работу публикую впервые, так как отнесла ее к Дг1у и просто постеснялась, что снова увидела не совсем архетипические символы, но для меня она имеет огромное значение: там в коричневом круге среди розовой цепочки кругов вписано ручкой число 20 Апреля и оно таки сбылось.



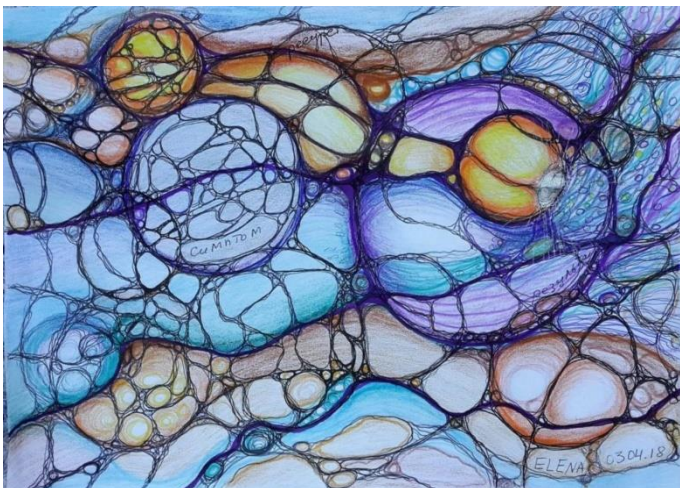
С этого дня я считаюсь официальным Инструктором Нейрографики, а работа сделана 2 Апреля! Это одно из многих чудес, произошедших со мной за последний год.

Курс Специалист Нейрографики, для меня, как учителя, оказался сущей находкой. Техника Нейро Древо

потрясла своей многогранностью, глубиной проникновения в прошлое (исследовала свои ресурсы). Одновременно на листе дала оценку своему настоящему состоянию и отпустила свою волю в фантазии, размышляя о будущем. Увидела свою жизнь более успешной и гармоничной, насыщенной новыми красками и оттенками. Я и сама неоднократно возвращалась к этой технике, каждый раз исследуя новую тему, так и работала на коуч сессиях. Примеры есть в Презентациях.

Конечно, потребуется еще не мало времени, чтобы с достаточной уверенностью пользоваться в совершенстве всеми техниками, которые изучила на курсе. Первоначальная моя задумка была закончить этот курс и применять его в повседневной практике в школе и рисовать для себя. Но аппетит приходит во время еды. Я даже представить себе не могла, как страстно, захочу продолжить обучение на инструкторском курсе.

Заключительная работа в технике SCORE послужила началом Кейса работ по самокоучингу. Мне даже хочется разместить эту работу с тем описанием именно в этой части своей дипломной работы, чтобы



прочувствовать насколько искреннее было мое желание учиться дальше.

**Нейрографика
Инструкторский курс - 2018
Elena
Vaispapir**

● 16 апреля

SCORE на Линии времени.

Тема: События в моей жизни за последние 3 месяца и перспективы на будущий год.

Рисую вовремя вебинара, я еще не осознавала, как именно будет звучать моя тема, были только какие-то намеки. На следующий день я прислушивалась к внутреннему голосу и появилось ощущение, что слышу аудио запись с четко сформулированными фразами, тогда цветное решение пришло интуитивно. Скорее всего, за ночь мозг построил логическую цепь из уже существующих обрывков. Видимо права пословица: "Утро вечера мудренее ". Работа шла легко и с энтузиазмом.

Пришло осознание, что медленному течению моей жизни пришел конец.... На рисунке - это тихий, спокойный голубой поток с левой стороны, обрамленный в живописные берега: муж, семья, работа, друзья и привычный образ моего существования.

И тут началось увеличение скорости. Через 2 дня после окончания Курса Пользователь, я уже на курсе Специалист, а на рисунке появляется стремительность и мощь в потоке, увеличивается интенсивность и нажим сиреневого и разнообразие синих оттенков. Шар огромного размера - это мое страстное желание получить сертификат Специалиста и еще успеть присоединиться к курсу Инструкторов 2018. И на рисунке видно, как растворился и ушел под воду симптом, и как плавное течение, проходя сквозь узкую воронку времени, превращается в бурлящий и искрящий на солнце брызгами поток, который вливается в безграничный океан возможностей. И все мое тело ощущает жар и тепло, я вижу этот яркий свет маяка на краю мыса, и слышу голос Мастера: **"Держай, и у тебя все получится!!! "**

Хочется поблагодарить Марию Байрамову и De Schouwer Olga, которые проявили заботу и активное участие, и понимание той ситуации, которая сложилась с переводом денег за учебу из-за границы.

Итак, мое желание осуществилось и начались интересные и насыщенные новыми знаниями занятия, процесс познания себя. Сложно давались Коуч - Вебинары, приходилось по два, а то и три раза прослушивать незнакомый мне материал и привыкать к новой терминологии. Сразу начала применять на практике полученные знания. Провела несколько коуч-сессий с разными людьми. Особенно запомнилось с учителем биологии,



улучшились взаимоотношения в классе.

Потрясающе глубокие знания получила на изучении Алгоритма Моделирования. Ощущения в теле были очень сильные, до дрожи в ногах и



когда прорабатывали совместное планирование этапов и максимального использования ресурсов в участии учеников седьмого класса в конкурсе по изготовлению моделей.

Стала чувствовать себя более значимой, уверенной, заинтересованной. Появилось стремление, потребность и желание, увлечь других людей и рассказать им о пользе этого волшебного метода. Вот подборка фотографий школьниц, они рисовали свои первые линии, им очень понравились ощущения потока энергий, спокойствия и гармонии,

боли в суставах. Особенно яркие инсайты пришли во время работы с 8 треугольниками и квадратами. Более осознанные и глубинные процессы в подсознании происходят во сне, и на следующий день, прочувствовала, как это отразилось в работе с квадратами.



Вдруг на маленьком листе А4 разместились 28 лет моей жизни в Израиле. Ощущения были настолько реальными и насыщенными по цвету, что казалось произошли только вчера, вспомнились перипетии первых лет, время учебы и переквалификации из инженера в учителя, поиски работы. На рисунке это вся нижняя часть работы. Какое счастье увидеть на горизонте, словно через распахнутую балконную дверь, солнечные лучи.

Захотелось углубить знания по Нейрографическому моделированию и прошла обучение у Анны Казариновой на курсе: Основы Композиции. Этот курс расширил и систематизировал знания, полученные в разные годы. Благодарна Анне и судьбе за то, что окунулась в чудесный поток творчества и познания себя, раскрытия своих графических способностей, дремавших и не востребуемых в последние годы.



В презентации разместила несколько работ с этого курса.

В мае и июне, уже чувствовала себя превосходно. Изменилось мое отношение ко всему происходящему вокруг, стало больше позитивных эмоций, появилось много новых друзей. Через мое тело начал проходить качественный и расширяющийся поток энергии любви и принятия себя. Прожитые годы стала воспринимать как мощный ресурс для дальнейшего улучшения качества жизни. Появилась ясное видение цели, непреклонное желание двигаться вперед. Сильно удивили рисунки по

Алгоритму многозадачности, ощутила в себе силу и способность одновременно выполнять несколько разноплановых задач. Творчество и креативность начали активно проявляться в моих работах. Появилось желание рисовать большие работы и использовать различные материалы. Заметила за собой, что на вебинарах рисую конкретную тему на формате А4, а затем разворачиваю в кейс и прорисовываю еще 2 или 3 большие работы в разных техниках. Особенный эмоциональный всплеск и восторг получила во время быстрых зарисовок. Впечатления зашкаливали и ощутила детский восторг.



Настало лето, начались каникулы и долгожданный Интенсив. Много надежд, волнений и ожиданий. Как приятно было в живую познакомиться со всеми участницами подгруппы НейроЮг. Молодые, красивые, талантливые и уникальные. Приятно было находиться и творить в этом

заряженном поле. Утренние упражнения цигун с Павлом Пискаревым, обнимашки и пожелания доброго дня, плавание в Финском заливе, заряжали меня энергией на целый день.

Благодарна Павлу, всем организаторам, супервизорам и коллегам - инструкторам за прекрасную атмосферу творчества, мастер-классы и коуч-сессии. Какие образованные, многогранные, интересные, с радостью готовые делиться своими знаниями, люди составляют наше Нейрографическое сообщество. Более полное представление сложилось о работе коуча. Я захотела продолжить обучение на курсе Аналитического коучинга в Израиле на иврите, пройти все необходимые аттестации и получить дипломы с правом работы в Израиле.

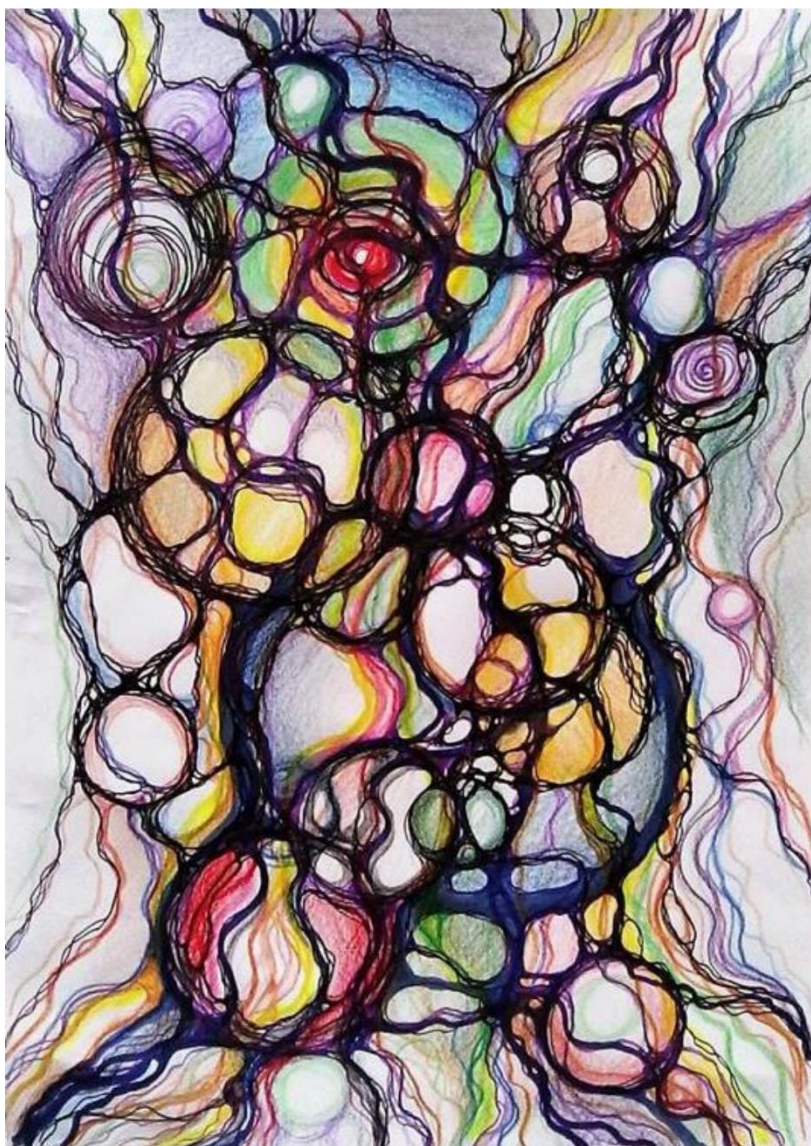
Хочу работать в качестве Эстетического коуча. С октября уже учусь на таком курсе. На практических занятиях в группе, уже успела провести несколько встреч и многие были удивлены неординарностью и креативностью моих сессий. Получила очень положительные отзывы.

Почувствовала, что мое тело стало реагировать на изменения гораздо легче. Какие-то мощные внешние силы привели в движение маховик, и это привело всю мою сущность в сумасшедшее движение, и я испытала новые трансформации и возможности восприятия огромного количества информации.

Моя психика закалилась настолько, что с легкостью стала адаптироваться к любой стрессовой ситуации, выровнялся уровень эмоционального реагирования на конфликтные случаи, перестала раздражаться по пустякам.

Сейчас работаю **над** программой под рабочим названием: **Нейрографика, как эффективный метод профилактики профессионального выгорания педагогов.**

Так спланировала и увидела на листе в графическом выражении, свою концепцию разработки.



Свою разработку программы хочу посвятить Охране и восстановлению профессионального здоровья педагогов

Цель программы - повысить уровень эмоциональной устойчивости педагогов к воздействию различного рода стрессовых факторов, тем самым предотвратить раннее развитие синдрома эмоционального «выгорания», сохранить здоровье, оптимистический настрой и профессиональную активность.

Краеугольным камнем моей программы станет

формирование позитивного отношения к себе и к жизни.

На программе мы изучим способы саморегуляции и снятия психоэмоционального напряжения, а также создание условия для активизации личностной рефлексии, стимуляции интереса к самопознанию и самосовершенствованию.

На своей программе хочу познакомить участников с различными вариантами разрешения жизненных ситуаций, чтобы каждый участник тренинга смог самостоятельно определить, каким из них воспользоваться и тогда, эта практика окажет наиболее эффективное воздействие при дальнейшем самостоятельном рисовании.

Всю программу сначала думаю разбить на отдельные тренинги, которые проведу в своем учительском коллективе. Буду фотографировать во время тренинга, чтобы было документальное подтверждение. Проведу опрос, сделаю необходимые корректировки каждого отдельного блока. А только потом оформлю в виде методички на иврите, соответствующую всем требованиям Министерства образования Израиля.

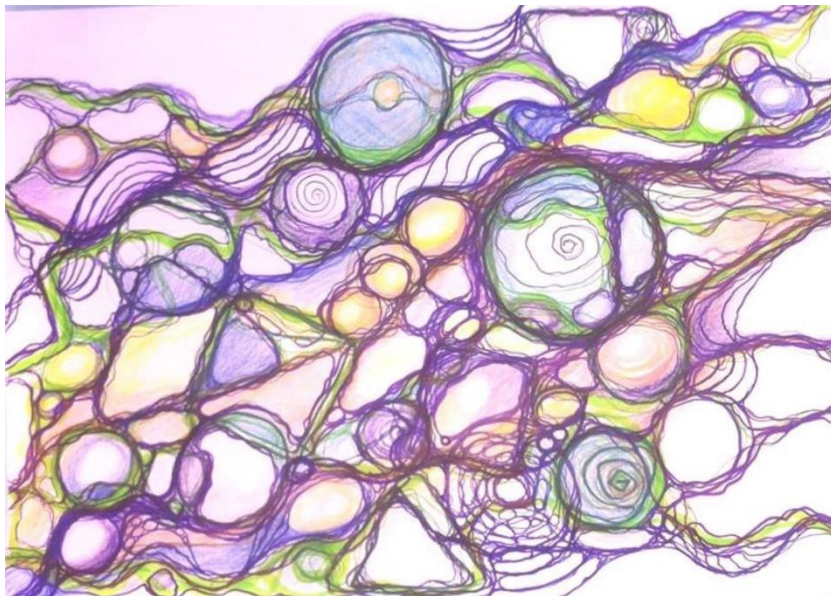
На первом тренинге: мы проработаем как бороться со стрессом, с помощью Алгоритма снятия ограничений.

Выплеснем свою негативную эмоцию на лист в виде активного выброса и трансформируем ее в гармонию, счастье, радость или другую любую положительную эмоцию, через скругление и сопряжение линий и фигур.



Через поиск крупных форм и архитипирование, научимся фиксировать свое новое трансформированное состояние. На каждом этапе рисования будем отслеживать свое эмоциональное состояние и фиксировать рефлексию. Рисунок может выглядеть примерно так:

На втором тренинге: мы поработаем по Алгоритму Выявление намерения. Нанесем сначала несколько линий поля и постараемся



почувствовать, где же среди них скрывается, смутно уловимое пока желание. Как с помощью Нейрографических приемов развить его и трансформировать в осознанное намерение.

Предполагаю, что рисунок может выглядеть примерно так:

На третьем тренинге: мы поработаем по **Алгоритму Коммуникации**

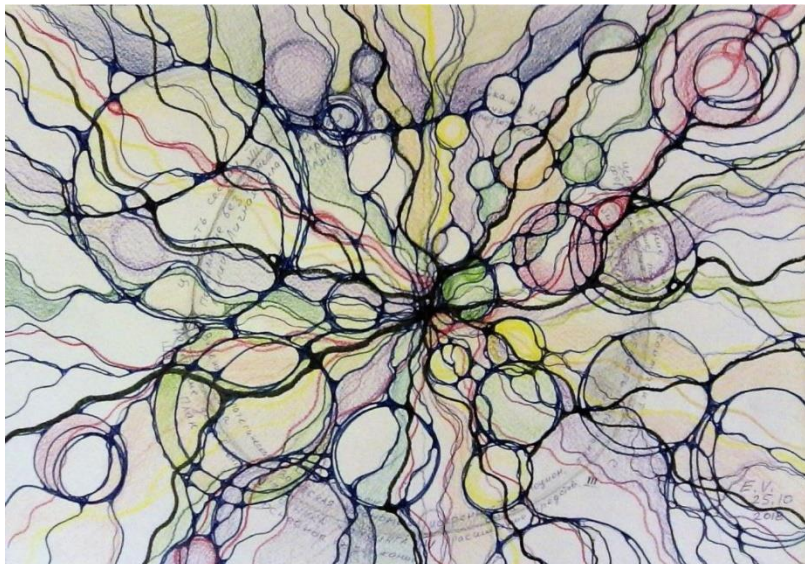


Проанализируем в каких ситуациях целесообразно воспользоваться именно этим алгоритмом НГ.

На четвертом тренинге: мы поработаем с таким понятием, как мои компетенции. Каждый создаст свою личную карту компетенции (6 или

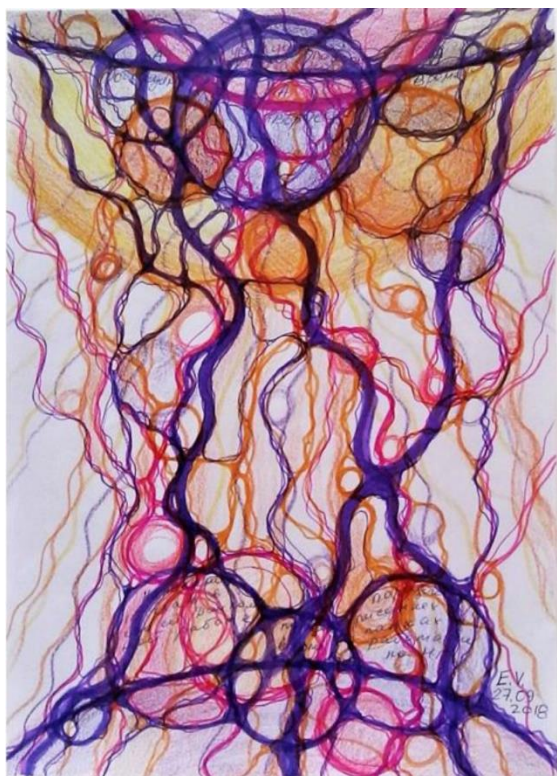
8 составляющих). Проведем диагностику своих компетенции по 10 бальной системе, в круге баланса. С помощью метода Нейрографики трансформируем свои мысли в графические образы, с помощью линий попытаемся определить направление потоков энергий, и попробуем гармонизировать общее восприятие и принятия себя.

Для этого тренинга подойдут коучинговые открытые вопросы, и в итоге, я предполагаю, что каждый участник группы сможет создать приблизительно похожую карту, как на рисунке. Выбрать, одну или две - три области, в которых были бы отмечены наиболее низкие показатели, над которой захочет поработать более подробно на следующем тренинге.



На пятом тренинге: продолжим работу с компетенциями, которые выбрали на предыдущем тренинге, чтобы проанализировать ресурсы и пути повышения самооценки, самореализации, для достижения более значимых для себя показателей

качества данной компетенции. Предполагаю, что рисунок может выглядеть как этапы вертикального роста.

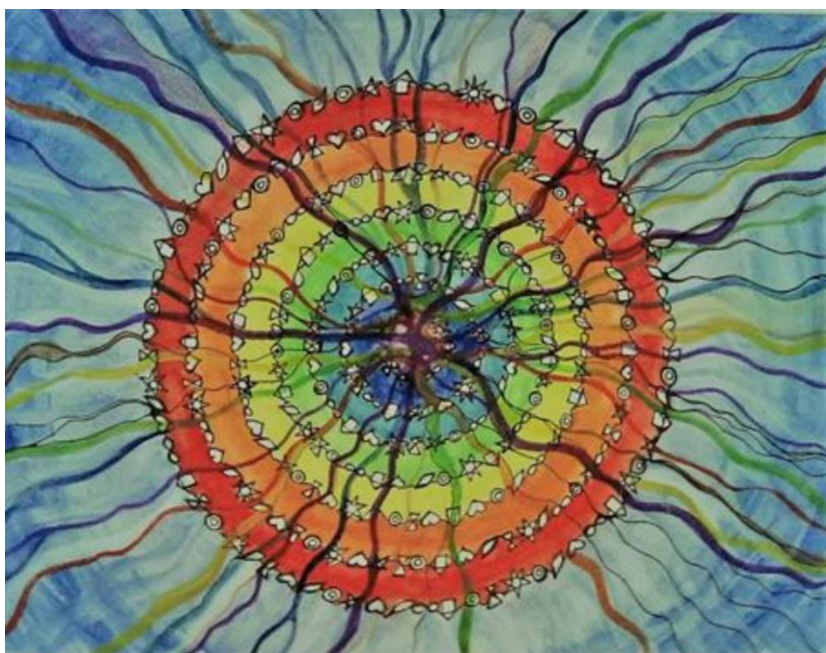


Шестой и седьмой тренинги хочу посвятить более углубленному изучению Алгоритма семи уровневой Нейромандалы.

Объясню, что Нейромандала - это индивидуальный рисунок, обладающий личным смыслом. Поговорим о значении цвета и энергетических потоках, которые могут изменить нашу реальность.

Сравним, в чем отличие от изображений в круге, которые уже стали привычными для нашего восприятия? Суть обычной мандалы - это схема-чертеж симметричных знаков. Каково влияние образов Нейро Мандалы на наше сознание

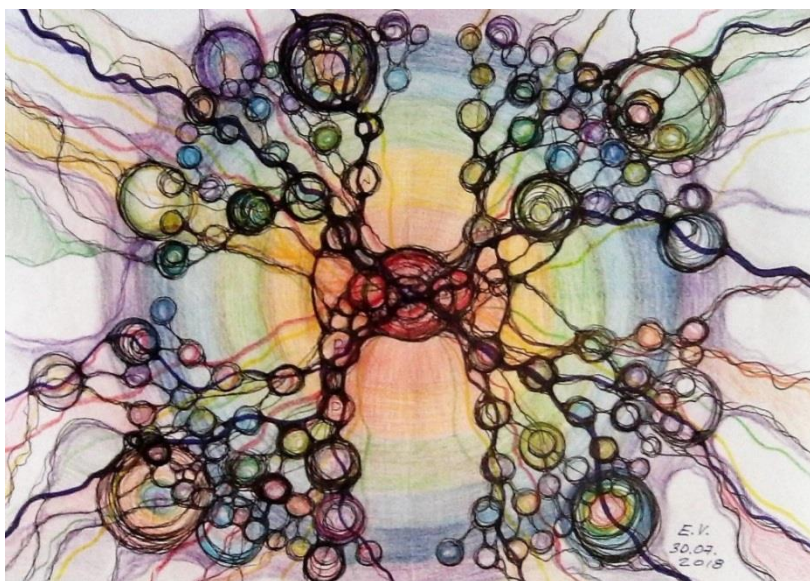
и подсознание?



от процесса рисования и его результата.

На седьмом занятии порисуем индивидуальную **Нейромандалу Рода**. Углубимся в воспоминания о близких родственниках и их влияние на наше становление.

Будем рисовать, и при этом, познавать себя и свои корни, связь с которыми, возможно прервалась. С помощью Нейрографических трансформаций мы сможем, в своей мандале, найти место для каждого из родственников вплоть до седьмого колена, и возможно, на энергетическом уровне сможем понять, какое влияние они оказывают на наше сегодняшнее состояние. Откроем новые возможности и ресурсы в своей жизни, создавая новые нейронные связи.



На восьмом занятии: поговорим о Целях и достижении желаемого результата. Каждый из участников, нарисует свою путеводную звезду, интуитивно добавив желаемые оттенки цвета. Если кто-то почувствует необходимость, то сможет разместить ее в окружающем пространстве, с помощью

Нейрографических линий. Для ощущения торжественности момента, я могу

предложить участникам группы, объединить все рисунки в общий коллаж на большом листе синего цвета: разместить свои звезды на общем небосклоне и



все работы объединить общими линиями поля и продолжить свои индивидуальные линии и скруглить все участки пересечений, чтобы получить эстетически привлекательную для всех работу.

На девятом тренинге: Пришло время нарисовать наш Нейро Сад, состоящих из индивидуальных Рисунков. Нейрографика поможет нам осознать ресурсы саморазвития:

Техника «НейроДрево» как метафора личного роста и развития.

По завершению тренингов, на итоговом занятии, я проведу супервизию представленных работ. Попрошу участников описать, что они испытывали по ходу занятий, с чем уходят с него, впечатления и пожелания. Могу предложить использовать анкету «Обратная связь».



В заключение, я хочу выразить глубокую благодарность Павлу Пискареву, создателю уникального и удивительного метода Нейрографика, короткий за короткий срок произвел во мне огромную трансформацию от состояния профессионального выгорания и первых симптомов депрессии, до ощущения полноценной и счастливой жизни, наполненной радостью, от занятия любимым делом.

Так же хочу поблагодарить своего куратора, Алену Левину, за неустанную заботу, профессионализм, отзывчивость, деликатность. Большое спасибо администратору курса Ирине Зеленской, всем супервизорам и коллегам-инструкторам за организацию и незабываемый процесс обучения.

[Ссылка на дипломную работу Вайспапер Елены в авторском стиле](#)

Автор:
Валере Кристина
Супервизор:
Левина Алевтина

Тема:
Влияние Нейрографики на энергетическое тело
человека

Введение



Я больше 20 лет работаю с людьми, с начало как парикмахер, потом как астропсихолог, травница, звука терапевт, провожу целебные банные обряды и процедуры, живу в латышской традиции на хуторе в красивом и сильном месте Латвии , в своей работе использую разные методики и терапии: цветотерапию, ароматерапию, вирбо-акустические практики, шаманизм и т.д. Нейрографика пришла ко мне в момент, когда я пыталась освободится от вегетативной дистонии. Я уже перепробовала все свои методы и искала что-то еще. И нашла Нейрографику. И если на себе испробовано и помогло, это даёт уверенность и стимул двигаться вперёд и предлагать узнать об этой методике людям в своим окружении. Я за этот год провела много курсов "Пользователь", мастер-классов и сотворила некоторые личные техники. НГ

очень быстро раскрыла мой творческий мир еще шире, поэтому было трудно выбрать тему, потому что хотелось и про астрологию, и про то, как хорошо рисование НГ соединится с баннным ритуалом, как снимать порчи и другие воздействия на людей, которые они к себе притянули, и делать это с помощью рисования, но я все-таки выбрала делать эксперимент. В связи с тем, что я работаю со старинными латышскими традициями, целительством и цветотерапией, я провела исследовательскую работу о том, как Нейрографика влияет на энергетическое тело человека, чтобы увидеть, как рисование влияет на невидимые глазом тела человека.

1.Актуальность исследования влияния Нейрографики как эффективного метода трансформации реальности на энергетическое тело человека

Если НГ влияет на внутренний мир человека, может изменить информативный уровень подсознания и сознания и работает на очень глубоком уровне нейронов, и как мы знаем: что внутри, то и снаружи. Как говорит заголовок официального сайта: "НЕЙРОГРАФИКА - творческий метод трансформации мира. Нарисовать можно всё. Линии действия, узоры жизненных обстоятельств, траектории движения во времени, графические решения сложных задач коммуникации... Нарисовать и перерисовать, снимая внутренние ограничения, накопленные за годы жизни. Создать собственный рисунок, гармонизируя его таким образом, что Вселенная примет его как инструкцию к применению". Как же мы трансформируем этот мир? И не уходя далеко от тела, у человека есть чакры и аура, это уже принадлежит к энергетическому телу человека. Таким образом мы светимся в этом мире и в обществе. И если в одном доме или в одном помещении собирается несколько людей, то получается что мы находимся друг у друга в энергетическом поле и в прямом виде влияем друг на друга своим состоянием души и тела. И у кого сильнее или агрессивнее эти вибрации, тот поглощает других и, конечно, наоборот, кто приходит с большой любовью и принятием, он может и других гармонизировать. Что и я хочу доказать этим экспериментом, что с рисованием НГ можно влиять на своё свечение в мире и так мы улучшаем мир вокруг себя. Из Вселенной нас узнают по этому свечению. Так получается, что посылаем информацию и туда, это несёт улучшение и во внутреннем мире.

2.Используемые методы диагностики

Я в эксперименте использовала аппарат Аура-камера MbGA.

2.1 Аура-камера MbGA.

Общеизвестно, что изменения физического или психоэмоционального состояния человека сопровождаются изменением ряда его физиологических характеристик, в том числе электро-кожной активности и температуры. Кроме того, каждому человеку присущи определенные средние значения этих параметров. Именно эти биоданные и фиксирует сенсор аура-камеры MbGA.

В ходе длительных исследований каждый диапазон значений биоданных приведен в соответствие с определенным цветом. Таким образом, на фото, выполненном ауракамерой MbGA, изображено биополе человека, практически это визуализированные результаты измерений физиологических параметров, считанных биосенсором с ладони левой руки. Человек кладет ладонь левой руки на специальную панель, снабженную множеством датчиков, фиксирующих его биоданные. Специальная программа, созданная на основе многолетних исследований, анализирует полученную информацию и выдает результат в форме изображений ауры и чакр, диаграмм и графиков, а также формирует текстовый отчет.

В ходе эксперимента я обращала внимание не только на то, что чувствует участник в процессе рисования, но и как рисование отражается на его тонких телах и чакрах, измеряя их до и после рисования.

2.2 Энергетическое тело и Аура человека

О наличии ауры догадывались давно — недаром все святые угодники на иконах изображались в некоем ореоле божественного свечения.

На латинском языке аура означает «дуновение», что очень точно передаёт характер этой невидимой, но могучей составляющей нашего бытия.

Увидеть ауру человека сложно — она не имеет запаха, размера и веса, то есть действительно подобна дуновению ветра, которое, тем не менее, всегда расположено в непосредственной близости от физического тела человека.

Аура является производной психофизической энергии человека, что превращает это энергетическое поле в полноценную составляющую нашего существования.

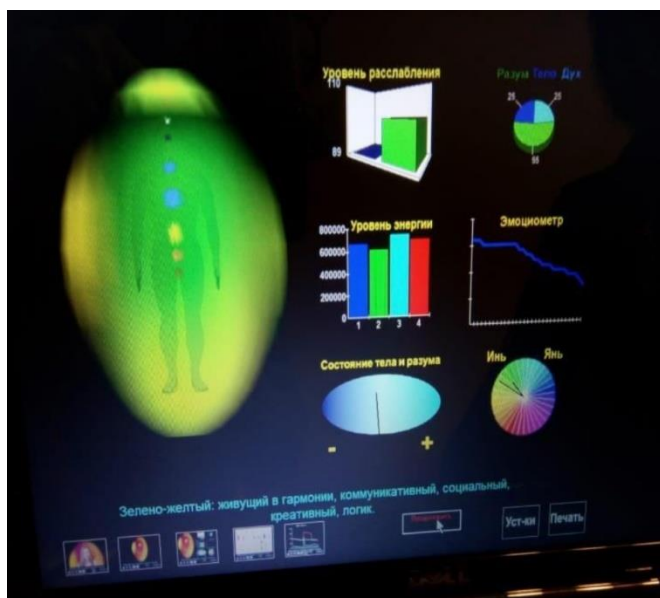
На ауре отражаются все события, переживания и чаяния каждого

человека. Эта важнейшая составляющая чётко фиксирует все прошлые и настоящие заболевания души и тела. Аура каждого человека имеет чётко определённую цветовую палитру, уникальность которой подобна отпечатку пальцев.

Люди с развитой сенсорикой видят ауру довольно ярко и четко. Парапсихологи же основываются на экспериментах ученых, доказательствах, а также детях, у которых чаще всего проявлено это видение. Сейчас уже существуют практики и методики раскрывающие возможность для любого человека научиться видеть ауру.

Специалисты предоставляют вполне конкретную информацию, включая размер, форму, цвет, запах. Например, диаметр ауры нормального здорового человека - около 3-х метров, но на практике часто встречается гораздо меньше. Занимаясь духовными практиками человек повышает чистоту своего тела, светимость его ауры увеличивается. Так у просветленных учителей аура может тянуться на несколько километров, а концентрация светимости настолько яркая, что даже обычный смертный мог видеть свечение (ореол) над головой мастера.

Если говорить про цвета ауры, то они совершенно разные. Мы можем встретить ауры наполненные одним густым цветом, а можем встретить ауры смешанные из множества красок. Цвет ауры не является стабильным и постоянно меняется исходя от состояний, которые переживает человек. Т.е. аура является отражателем внутреннего мира человека, его мыслей и переживаний.



человеку, в каком направлении он мыслит, как воспринимает мир. Основной цвет, наполняющий пространство ауры, называют «цветотипом». Такой цвет может очень долго присутствовать в ауре, у некоторых людей даже всю жизнь.

В 20 веке появились приборы, способные зафиксировать ауру. Над этим трудились известные ученые такие как Тесла, Кирлиан, Золотов и Коротков. Каждый подбирал свои уникальные методы проявления этой субстанции в материальный мир.

2.3 Цвета Ауры человека

По цвету ауры можно определить какие личностные черты присущи человеку, в каком направлении он мыслит, как воспринимает мир. Основной цвет, наполняющий пространство ауры, называют «цветотипом». Такой цвет может очень долго присутствовать в ауре, у некоторых людей даже всю жизнь.

Краткая расшифровка основных цветотипов.

Красный проявление активности, заземленности, властность, спортивность и сексуальность, достижения конкретного результата.

Оранжевый эмоциональный, творческий, любящий развлечения, веселый.

Желтый яркий и активный, упористый, целеустремленный, любопытный, интеллект.

Зеленый связь с природой, естественность, социальность, склонность к обучению и целительным способностям.

Голубой отзывчивый, миролюбивый, помогает людям, деликатный.

Индиго высокая интуиция, ощущение истины, раскрытия «третьего глаза» (ясновидение).

Фиолетовый мистический, высокая чувствительность, экстрасенсорика, космическое творчество.

Белый одухотворенный, мудрый, живущий в своих мирах и гармонии с Высшим миром

2.4 Описание чакровой системы человека

У нас в Латвийской традиции чакры называют солнцами и используют 9 солнц. Семь из них находится в теле, как и в Восточной философии и восьмое располагается под ногами +/- 30 см и девятое над головой на расстоянии поднятой руки. Я в этом эксперименте использовала систему Девяти Солнц.

Краткое описание чакр (солнц)

Название: **Основная чакра** Цвет: Красный

Гармонические качества: Физическая сила, живучесть, сексуальность, деятельность, стабильность

Дисгармонические качества: Выживание, сексуальные проблемы, беспокойство, высокое кровяное давление

Название: Пупковая чакра Цвет: Оранжевый

Гармонические качества чакры: Чистые эмоции и чувства, удовлетворение, сексуальность, чувствительность

Дисгармонические качества чакры: Эмоциональный стресс, ревность, одиночество, проблемы с кровообращением, почками, мочевым пузырём

Название: **Чакра солнечного сплетения** Цвет: Желтый

Гармонические качества чакры: Личная власть, независимость, чувство собственного достоинства, активный интеллект, счастье



Дисгармонические качества чакры:
Высокомерие, зависимость, беспокойство,
проблемы с кожей и глазами,
расстройство желудка, печени,
умственное напряжение

Название: **Сердечная чакра** Цвет:
Зеленый

Гармонические качества чакры:
Великодушие, любовь,
самоотверженность, преданность,
целительский дар, забота

Дисгармонические качества чакры:
Нерешительность, беспокойство,
проблемы с легкими и сердцем, астма,
аллергии

Название: **Горловая чакра** Цвет:
Голубой

Гармонические качества чакры:
Творческий потенциал, хорошая

коммуникация и выражение, вдохновение

Дисгармонические качества чакры: Зажатость, плохая коммуникация,
бронхиальные проблемы, инфекции, холодные руки и ноги

Название: **Третий глаз** Цвет: Синий

Гармонические качества чакры: Провидение, интуиция, творческий
потенциал, ясность мыслей и эмоций, высокая этика

Дисгармонические качества чакры: Зависимость, нервозность,
навязчивая идея, управляемая, неустойчивость, слабые зоны - глаза и лицо

Название: **Коронная чакра** Цвет: Фиолетовый

Гармонические качества чакры: Светлая энергия, духовность, «полная»
жизнь, высокое сознание Дисгармонические качества чакры: Отрыв от
земли, бессознательность, отсутствие контакта с физическим телом,
смущение

Название: **Родовая чакра** Цвет: Коричневый

Гармонические качества чакры: полное доверие Высшему, законам
Вселенной, принятие и желание делиться с другими. Дисгармонические
качества чакры: непринятие родителей, субординация, принципы превыше
всего.

Название: **Божественная чакра** Цвет: Белый

Гармонические качества чакры: радость за все, что происходит, умение искренне радоваться, смех. Дисгармонические качества чакры: все время попадет в несчастные события, отрицание Бога, неверие никому.

3. Описание исследования влияния рисования с применением Нейрографических алгоритмов на энергетическое состояние человека (на примере группы из 15 человек)

Я собрала группу 15 человек. Все участники прошли курс "пользователь", то есть знакомы с Нейрографикой и их нейроны узнают эту технику и знают, что делать, когда человек начинает рисовать. Перед рисованием все участники заполнили маленькую анкету и у всех, том числе и у меня, измерили ауру и уровень энергии в чакрах, используя специальный аппарат. Потом 3 часа, в достаточно динамичном ритме, рисовали 3 техники Нейрографики. После рисования, ответили на пару вопросов и еще раз измеряли ауру и чакры.

3.1. Анкета

Чтобы узнать, как люди себя оценивает, какое у них настроение, самочувствие и узнать насколько они могут определить себя с помощью цвета. Перед рисованием они ответили на такие вопросы:

Вопросы анкеты:

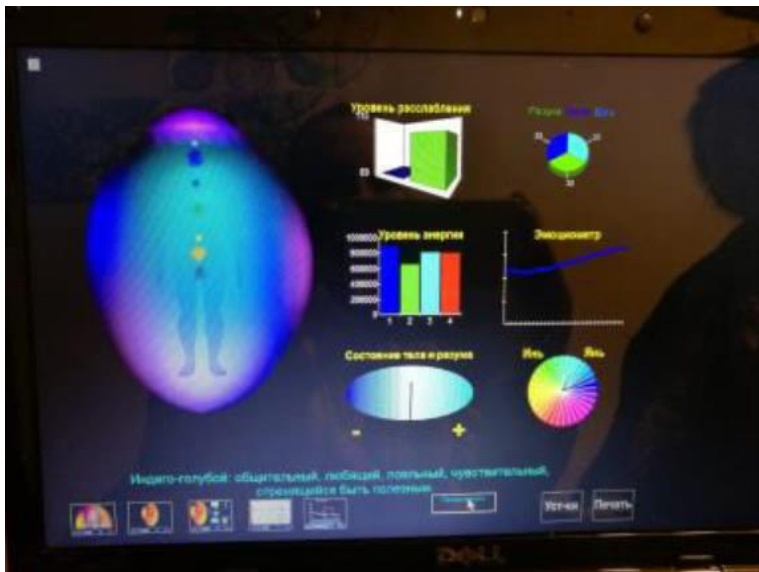
1. Как вы себя чувствуете физическом уровне? (0-10)
2. Как вы себя чувствуете на эмоциональном уровне(0-10)
3. Как вы себя чувствуете на ментальном уровне(0-10)
4. Каким цветом вы могли бы себя охарактеризовать?
5. Чувствуете ли вы в себе какие-то негативные эмоции из таких, как
Страх, ненависть, гнев, печаль
6. Где в теле по вашему мнению эта эмоция находится?
7. Какого она цвета?
8. Чувствуете ли в себе какие-то позитивные эмоции из
этих(отметить 1)
Радость любовь принятие гармония
9. Где в теле по вашему мнению эта эмоция находится ?
10. Какого она цвета?

Я задала такие вопросы, чтобы, во-первых, их приблизить телесному

разговору с собой, чтобы проверить как человек сам себя чувствует и что потом покажет измерение аппаратом.

После рисования я задала только 4 вопроса из этих:

1. Как вы себя чувствуете физическом уровне? (0-10)
2. Как бы себя чувствуете эмоциональном уровне(0-10)
3. Как вы себя чувствуете на ментальном уровне(0-10)
4. Каким цветом вы себя могли бы характеризовать?



Чтобы сравнить, что поменялось после рисование Нейрографики, как улучшилось и ухудшилось самочувствие и как это можно оценить цветом.

(На этих фото видно, как точно человек чувствует цвет своей ауры. Фото до рисования)

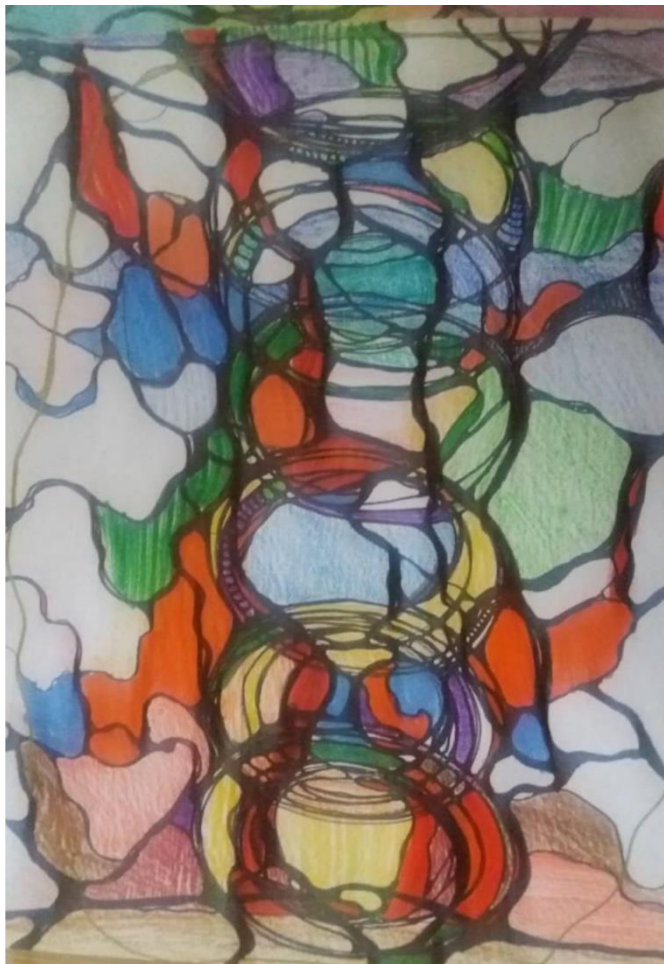
3.2 Использование техники НГ.

3.2.1. Базовый алгоритм „Снятие ограничений“ с намерением снять ограничение в работе с собой, со своим энергетическим телом.

3.2.2 Техника "9 солнц"



Как я уже писала, в латышской традиции используют систему 9 чакр, которые мы называем солнцами. Вся народная мудрость у латышей передаётся из поколения в поколение в маленьких стихах по 4 строчки. Их записано более 300 000 таких стихов и их можно складывать друг с другом и тогда получаются песни. И, припевая эти песни, мы получаем информацию о



том, что спрятано между строк. Много закодировано под синонимами. И одна из таких песен про то, как я стоял с мечом, ночью у берега огненной реки(поток жизненной энергии) и ждала Мать дьявола(негативные эмоции), я её порубил на 9 частей и испачкала своё коричневое пальто (ауру) дьявольской кровью. Спросила у Лаймы (латышская богиня): как помыть пальто? Найди озеро с 9 речками(первоначальный поток энергии). Где посушить? Найди дуб с 9 вершинами(подключение к Божественной силе). Где спрятать это пальто? Найди такой сундук с девятью ключами (тело с 9 чакрами). Когда я его буду носить? Когда 9 солнц будут светить!(когда 9 чакр светятся, тогда и аура сияет). Я

эту песню использую в бане, когда очищаю тело клиента солью с травами и думаю что, это можно использовать и, тобы отчистить все свои солнца и укрепить ауру.

Описание техники.

Тема. Активизировать свечение своих солнышек.

Композиция. На этом этапе определяем как на этот момент чувствуем, как выглядят наши 9 солнц. В самом низу рисуем восьмое родовое солнце, которое находится примерно 30 см под ногами и этот круг символизирует корни. С одного края листа до второго (принимая, что мы-это маленький краешек своего родового солнца) и на самом верху рисуем девятое солнце (символически - мы тоже маленький краешек Вселенной). Как дерево, дальше строим свое энергетические тела, начиная снизу. Делаем набросок первого солнца, перед этим проговариваем, за что отвечает этот центр, как

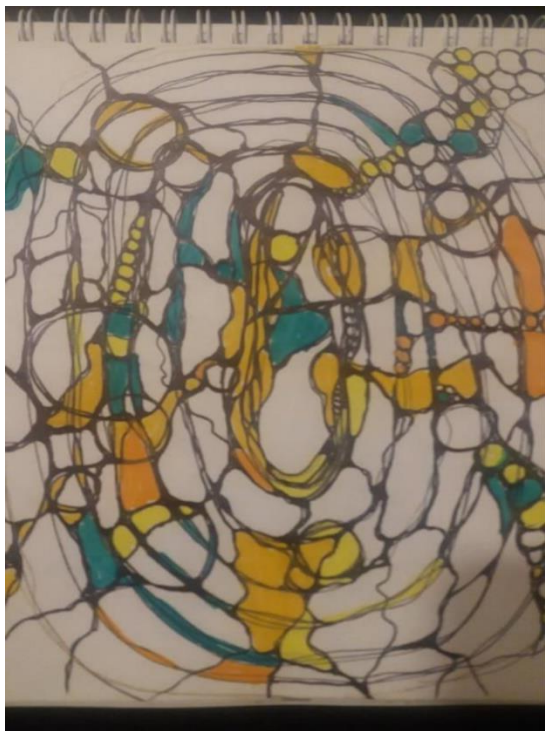
мы его блокируем страхами и т.д. И так друг за другом все 7 центров, которые находятся в физическом теле. После этого смотрим и анализируем, как эти фигуры выглядят, соприкасаются ли друг с другом, как по ощущениям.

Начиная с первого солнца, подправляем эту фигуру и закручиваем по часовой, пока этот круг нам не начнет нравиться по величине и форме и сразу подключаем к полю. И так все 7 солнц. И всё друг с другом округляем. Подключаем цвет. Здесь можно раскрашивать по цветам солнц, но это не обязательно. Потому что все цвета вместе всё равно творят все цвета радуги. Линии поля, в этой технике, рисуем снизу вверх и сверху вниз, чтобы подпитывать энергетические центры из земли и Вселенной.

Фиксация, как по базовому алгоритму, только в конце рисуем круг, настолько широко, как позволяет рука, таким образом, сотворится новая аура, наполнена новой силой внутренних солнц.

В результате мы получили исцеление, или улучшение, и гармонию личной солнечной системы, и укрепление ауры как защитного слоя нашего тела на уровне нейронов.

3.2.3..Техника «Нейромандала-ауры»

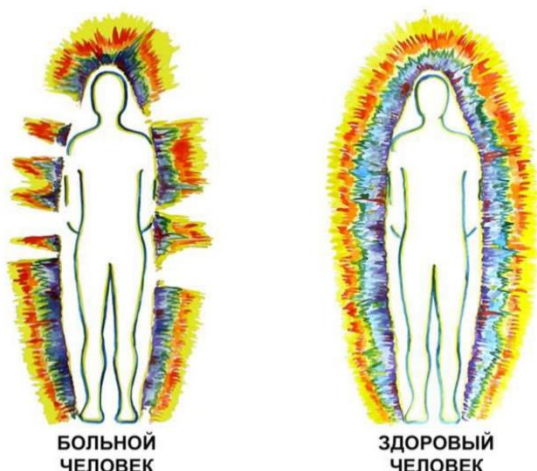


Понятие ауры - светящейся энергетической оболочки человека - ввели древнеиндийские мудрецы. Они верили, что аура может рассказать о плотских или духовных мыслях человека и поведать о состоянии его здоровья, а все мысли отпечатываются на ее оболочке. То есть, ауру представляли как некое энергоинформационное поле, которое есть у каждого из нас и через которое происходит связь с внешним миром.

"Что такое аура? Это поток электромагнитных волн, которые излучаются в окружающее пространство.

Мы все знаем о том, что есть биотоки мозга и они исследуются с помощью электроэнцефалографии, биотоки сердца, данные о состоянии которых нам дает электрокардиограмма, биотоки мышц исследуются с помощью электромиограммы.

Здоровье человека и его аура неразрывно связаны между собой» Болезнь поражает физическое тело (за исключением механических повреждений), только в случае нездоровья или слабости окружающих и пронизывающих его тонких тел - оболочек, и главное значение тут имеет сохранность, целостность эфирного тела. Эфирное тело - это тонкое тело, и в то же время оно самое грубое из невидимых тел. Но оно бывает видимо, как иногда бывают видимы вибрации вокруг очень горячего предмета. Все связи с внешним миром физическое тело имеет через эту среду и, чтобы воздействовать на физическое тело, нужно повредить прежде всего эту оболочку, эфирное тело. Если эта оболочка совершенно прочная и неповрежденная, вы можете бывать в местах, зараженных самыми тяжелыми болезнями, даже чумой и холерой, и остаться совершенно здоровым. Субстанция этой оболочки укрепляется прежде всего вибрациями наших положительных психологических состояний, таких как равновесие, уверенность, вера в здоровье, нерушимый покой и бодрость, светлая радость; они и дают ему силу.



Излучение человека (по методу Кирлианов)

Существует еще и такое понятие, как «заградительная сеть» - что же это такое? Можно сказать, что это - внешняя

граница ауры человека, которая служит преградой для доступа в человеческую сущность отрицательных воздействий извне, в том числе и разных низших обитателей астрального мира. Излучения нашего духа создают эту заградительную сеть; чем более высоки, чисты и крепки духовные качества человека, тем крепче его аура и надежнее защита. Отсутствие разрывов заградительной сети ауры человека говорит о его физическом и духовном здоровье. «Заградительная сеть у большинства людей находится в беспорядочном и плачевном состоянии. Никто не заботится о ней и тем открывает доступ к болезням, одержанию и всякой психической заразе. Одно только напряжение сознания и мысли о поддержании заградительной сети уже приводит ее в состояние известной готовности. А так как она мгновенно подчиняется мысли, то и управление ею зависит всецело от воли человека... Можно представить себе ауру полного равновесия, излучающую свет и окруженную мощной и напряженной

заградительной сетью, и изломанную, мятущуюся линию ее, прободаемую беспорядочными вспышками астрала, заражающими и отменяющими все, что вокруг. Велика зараза от такой мятущейся и неуравновешенной ауры и велик вред. Не свое личное, никого не касающиеся, но общечеловеческое дело делает тот, кто вносит гармонию, ритм и порядок в сферу своих излучений. Значение осветленной ауры чрезвычайно велико». «Введение в Агни Йогу». Новосибирск, 1997

Было бы неправильно говорить, что аура состоит из слоёв, но состоит из вибраций лучей и на аура фото они выглядит как слоя, поэтому, рисуя нейро-ауру, использовала многослойный подход, будто рисуя мандалу.

Описание техники.

1. Тема. После гармонизации энергетических центров - солнц, активизировать и укрепить ауру, чтоб светится в мире и нести радость и любовь.

2. Композиция. По середине листа предварительно находим свое физическое тело и рисуем овальный круг. Потом набираем 7 кругов вокруг своей фигуры. И смотрим, что хочется усилить, где снять напряжение, в каком слое придать энергии, где сделать защиту, потому что на этот момент чувствуем слабость или наоборот слишком большое напряжение.

Остальные пункты по базовому алгоритму. Каждый слой укрепляем, соединяем, округляем, внедряем в общее поле, подключаем линии поля и фиксируем.

4. Результаты исследования

4.1. Оценка анкетирования участников и первоначального состояния участников

По данным анкет, большинство участников оценивали своё самочувствие (физическое и эмоциональное по шкале от 0-10) выше 7 и больше. У одного участника было ниже 6 и еще у одного ниже 5. Это значит, что всё участники чувствовали себя выше среднего.

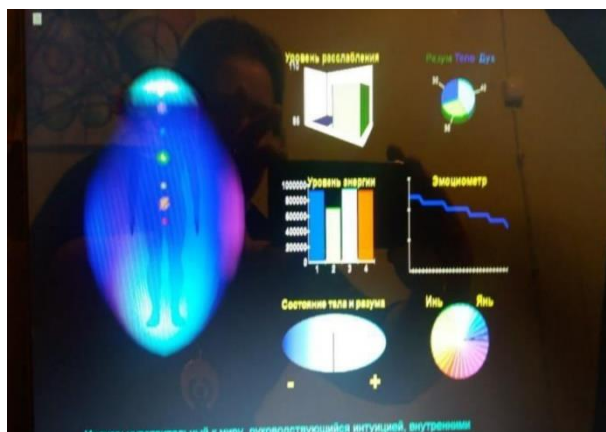
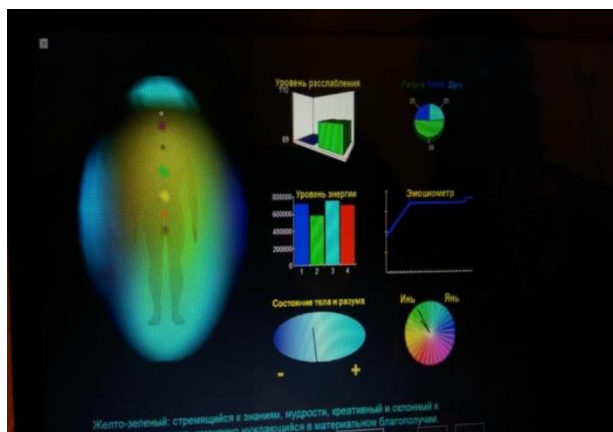
В общем, из 15 участников, у двух не произошло никаких изменений, у 2 показатели понизились, у всех остальных показатели круто выросли или сгармонизировались на уровне чакр. Те две, у кого показатели были ниже в конце, в начале были почти белые ауры и все чакры работали почти на 100%. Такие показатели бывают у человека в большом стрессе, после каких-

то практик или медитации или на очень духовном уровне. Так и было: одна женщина была после чакрового массажа и другая очень сжатая и интровертная дама, с синдромом отличницы. Поэтому я оцениваю их показатели тоже позитивно, потому что, если энергия работает на все 100% в внезапной стрессовой ситуации, тело выгорает и нет силы бороться. Что ещё было заметно у всех участников во время рисования: размеры ауры уменьшались, что означает, что человек концентрируется на себе и своих внутренних процессах. Ещё показатели в таблице "Разум Тело Дух" процентуально выравнились соотношение этих показателей, выравнилось соотношение между разумом, телом и духом.

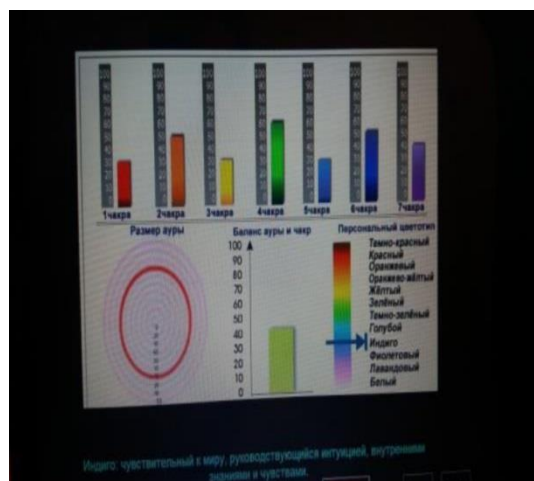
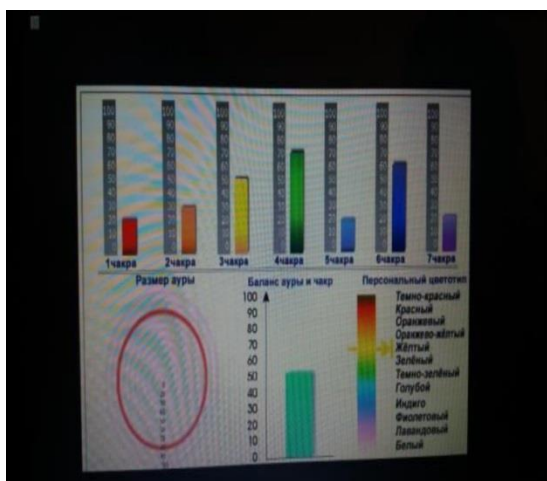
4.2. Диагностика моей ауры как участника исследования

До рисования

После рисования



Интересными были наблюдения с моими показателями ауры и чакр. Я рисовала днём модель "нейромандала ауры" и подключала жёлтые и зелёные цвета и вечером при фотографии ауры мой цвет становился между зелёным и бирюзовым. После проведения занятия, моя аура стала темно-синей с ярко выраженной бирюзовой шапочкой и белой седьмой чакрой и также и под ногами высвечивается ярко-белое поле, что я хочу трактовать как



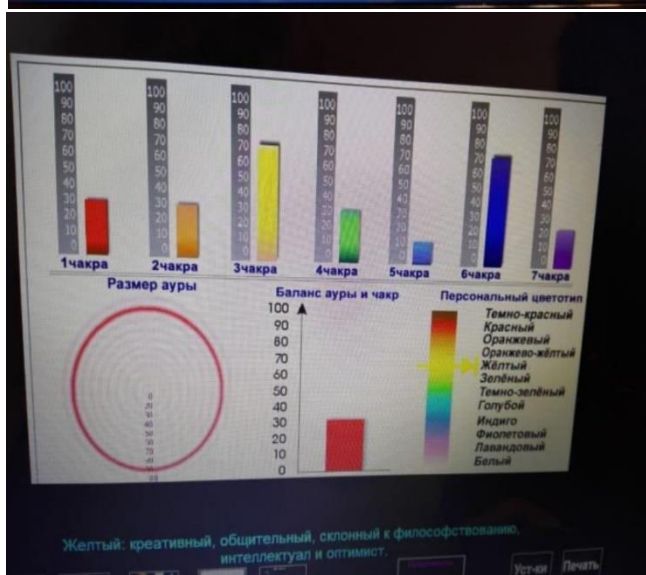
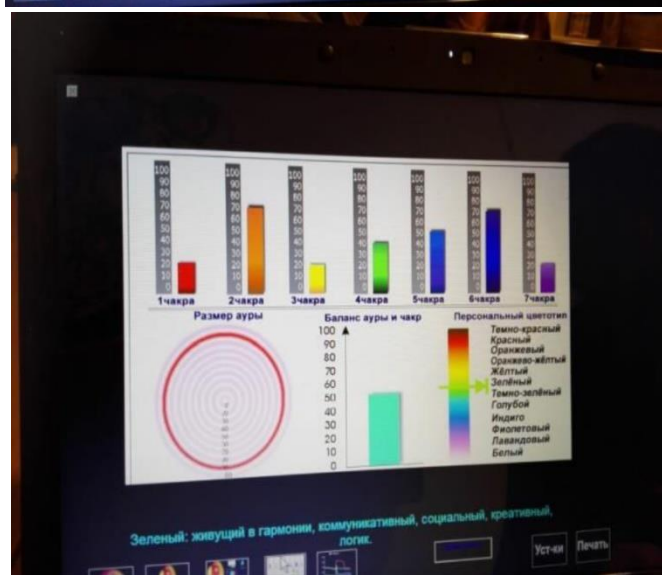
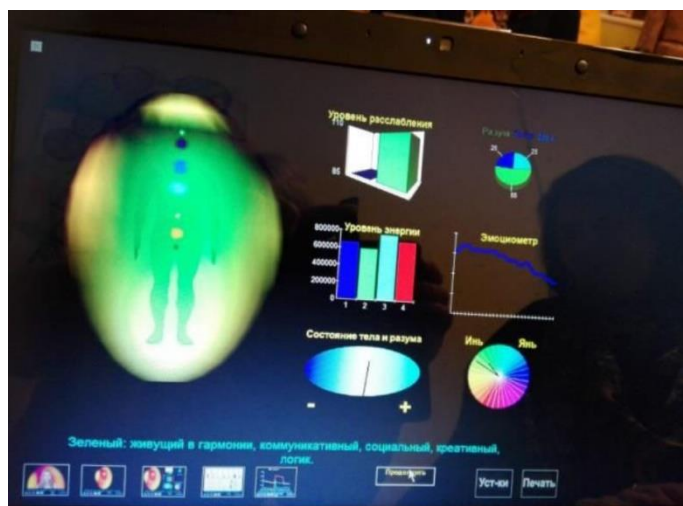
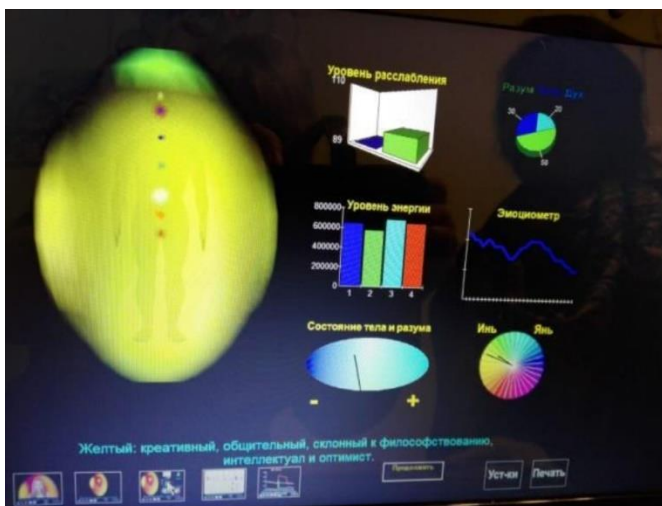
соединение с 8 и 9 чакрой, которые этот аппарат не фиксирует. Но в основном фото после работы показывает сильное подключение к энергиям Вселенной и в тоже время заземление. Это не относится к рисованию нейрографики, а больше к энергии преподавателя во время работы в потоке. Но та часть, которую я хотела выровнять в результате рисования мне удалось. Перед фотодиагностикой были очень низкие показатели первых трёх чакр и в результате рисования, их энергия поднялась на пару частот выше, так же и выровнялись остальные чакры.

4.3. Описание результатов исследования на примере 4х участников.

Участница №1.

До рисования

После рисования

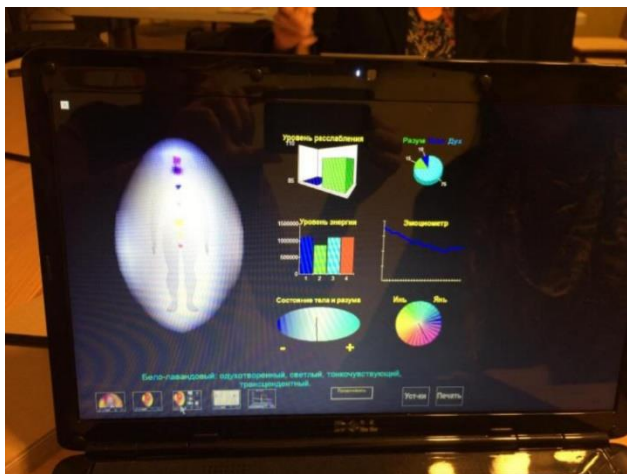


Участница пришла на процесс рисования достаточно в стрессовом состоянии, что показывает ее аура фото, которая ярко желтого цвета, зеленая макушка. Гипертрофированно выражена работа третьей и шестой чакры. После рисования аура становится зеленой, что является цветом гармонии, сердечности и покоя. Исследуя данную визуализацию работы чакр после рисования, можно сделать вывод о том, что работа третьей чакры успокоилась, а активизировалась работа творческой энергии, то есть работа второй чакры. Освободилась энергия горловой чакры. В процессе рисования, участница почувствовала усталость, холод в ногах и горле. На следующий день после сессии, она написала, что расслабление было настолько сильное, что она с трудом добралась до дома и, впервые за долгое время спала долго и спокойно, как никогда. Также, она рассказала, что на утро она

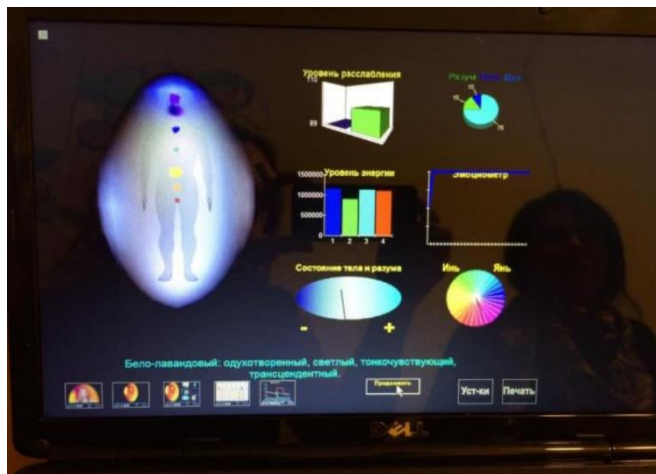


почувствовала сильную и глубокую трансформацию, и выравнивание энергий в теле.

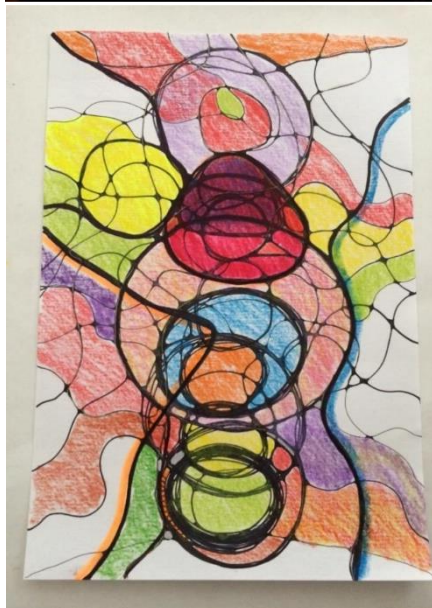
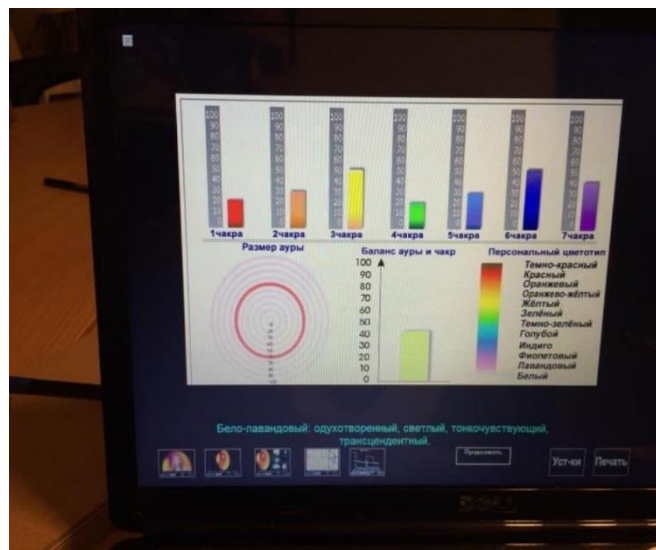
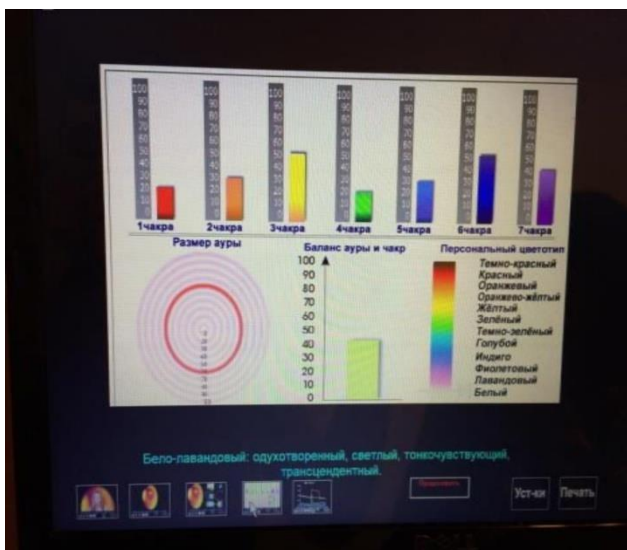
Участница № 2



Чакры до рисование



и после

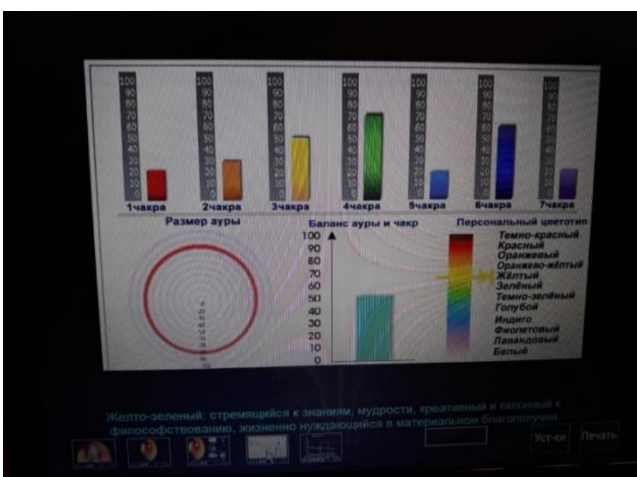
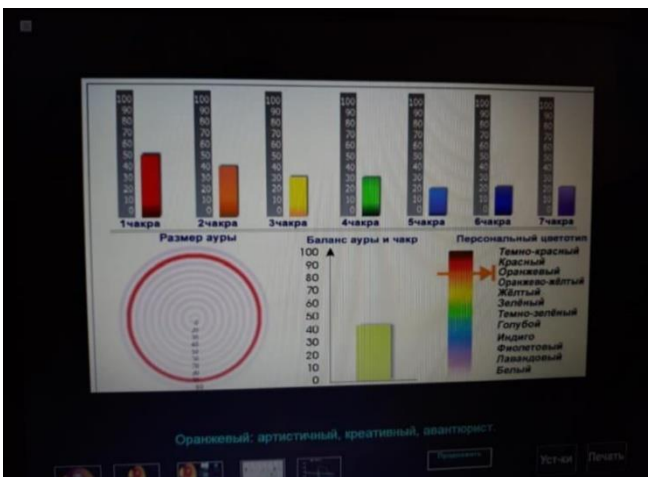
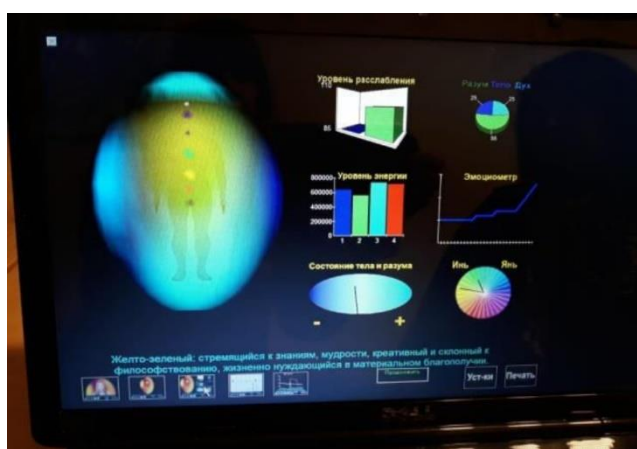
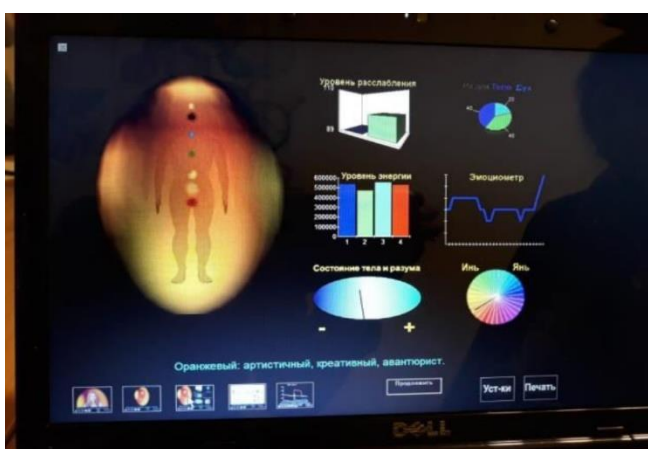


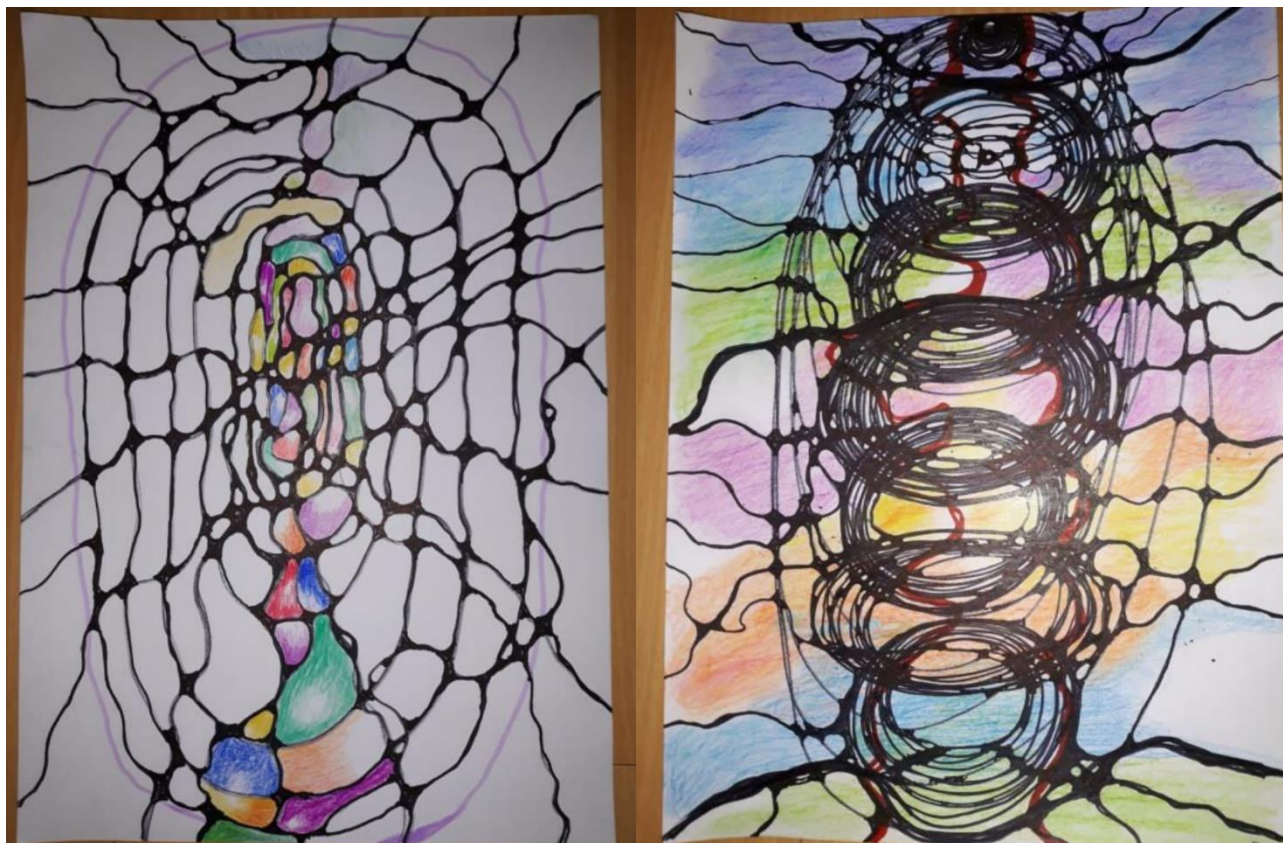
Это один из примеров участниц, у которой была аура белого цвета. Как правило, белая аура может нам сообщать ли об очень большой духовности человека, либо о человеке, который занимается духовными практиками, либо о человеке, который находится в состоянии

глубокого стресса. Я задала вопрос о том, занимается ли участница духовными практиками и получила отрицательный ответ. Внешне женщина выглядела очень скованно. В процессе рисования, не удалось полностью

помочь видоизменится ауре данной женщины, но, можно с твердостью говорить о том, что даже увеличение свечения коронной чакры, в данной ситуации, уже большой прогресс. В процессе рисования, женщины настолько замерзли ноги, что она долго дома не могла их отогреть. Также, имело место и тот факт, что вся область челюсти, зубов и языка были сильно спазмированы, и находятся в серьезном зажиме. Эта участниц, со своей стороны, также подтвердила тот факт, что результат проявился на следующий день после работы. Первая мысль, которая пришла к этой участнице на следующее утро после рисования была о том, что она наконец-то готова начинать с собой работать.

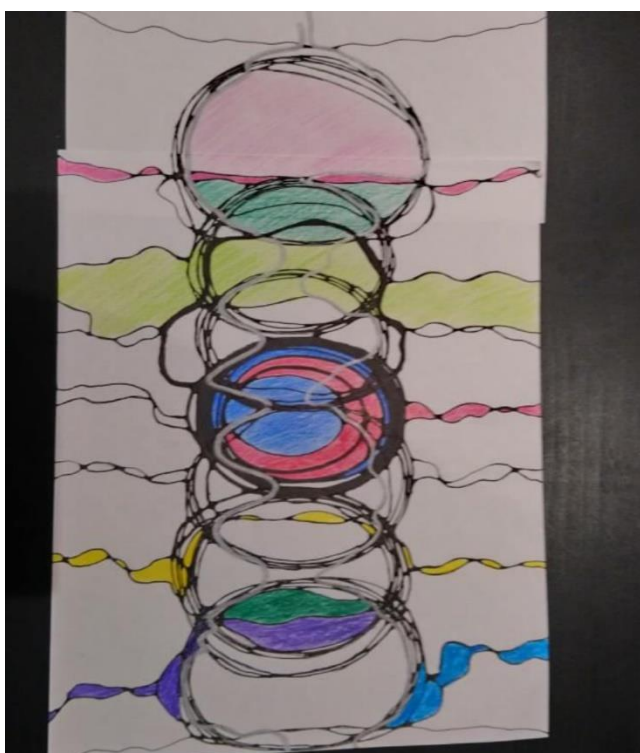
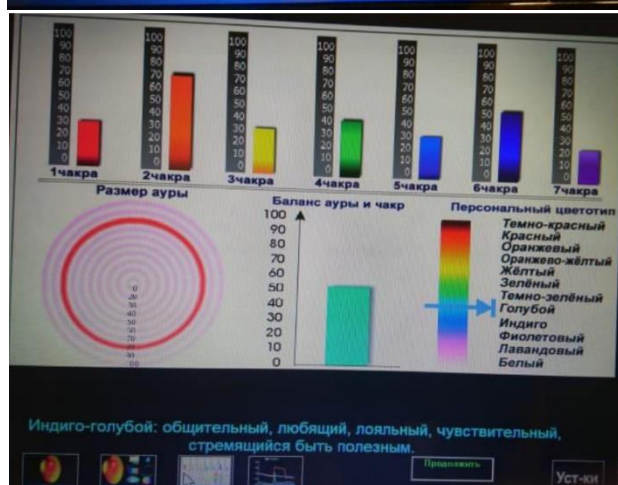
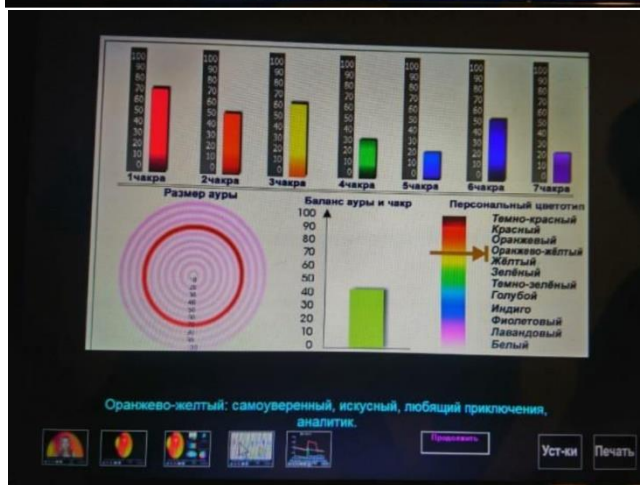
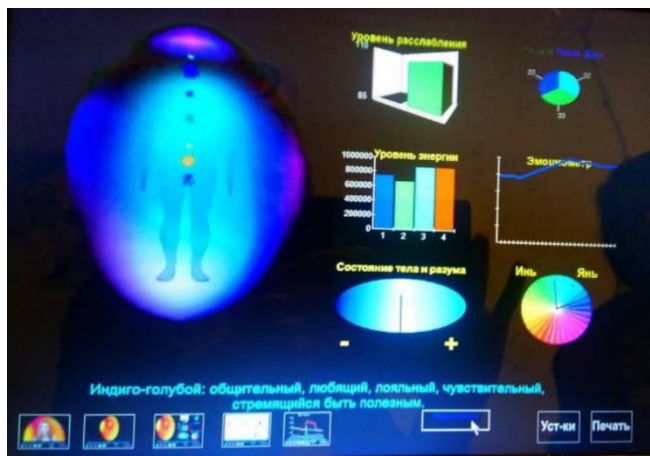
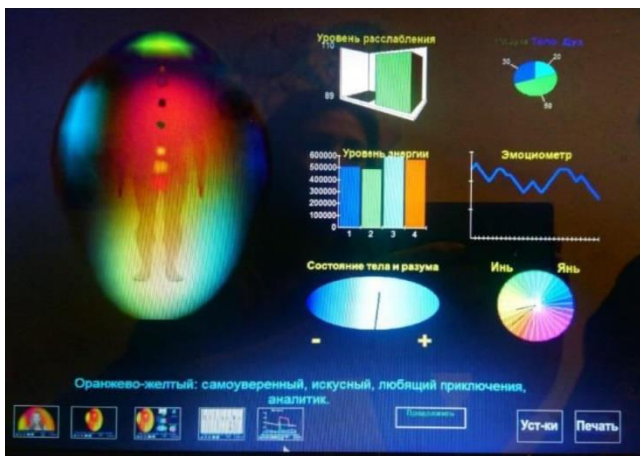
Участница №3





У данной участницы при первом измерении, в ауре очень ярко выражен красный цвет. Данное состояние ауры может характеризовать человека, который испытывает очень сильную внутреннюю агрессию, при внешнем спокойствии. Данная участница, даже в процессе анкетирования, четко указала на состояние цвета своей ауры. И отметила страх, как главную негативную эмоцию. В процессе рисования, она начала зевать. И она сделала вывод о том, что зевание, было как механическое спазмирование горловой чакры. В какой то момент, она почувствовала, что ей кто-то ударил ее зеркалом в область третьего глаза. потом эта область начала светиться, а потом разлетелась на мелкие осколком по нейрографическим линиям. Это не было физически больно, но она чувствовала, что прикосновение было осязаемым. После рисования. Аура участница очень сильно изменилась. Она выровнялась и стала бирюзового цвета, с ярко желтым свечением. А показатели сердечной чакры, поднялись многократно, что означает принятие, гармонию. В начале работы уровень работы всех чакр был снижающимся, энергия страха заставляла работать очень сильно корневую чакру, а остальные чакры работали в угнетенном режиме. После рисования, стало очень заметно, что энергия кундалини, поднялась и выровняла работу чакр, сделав их восходящими.

Участница № 7



У этой участницы были самые интересные перемены. Первый снимок, был очень хаотичен, как видно на фото -энергия 1 чакры очень напряжённая, как бы поменялись местами верхние вибрации в низу и на

оборот. После рисование участница выровнялась в один цвет бирюзовый . в её случае это было самые лучшие показатель. Женщина журналист и очень известна в пространстве и в коммуникации, она много знает но эти знания не может применить для себя, потому что нет соземление. Бирюзовый цвет - коммуникация в всех уровнях и всем понятном языке. пока она рисовала , чувствовала большое сопротивление и чувствовала себя напряженной, но уже после занятие поняла что успокоилась, как бы спустилась на землю и сможет хотя немножко отдохнуть. Ночью после рисования, она ною плакала. и когда я спрашивала знаешь ли про что? она ответила, что поняла на сколько всё по другому как она всё время думала. ей с одной стороны было страшно но с другой стороны поняла что это путь к переменам. это начала пути. ещё есть печаль, обиды и так хорошо что можно на кого та навалить вину. Но уже проявляется что это виденные не правленое.

5. Выводы.

Мой главный вопрос был, как НГ влияет на энергетическое тело человека? если мы знаем что со своей энергией можем влиять на общую вибрацию мира, то важно понять, то что из нашего психо-энергетического состояние зависит мир вокруг нас. и на сколько важно держать своё энергетическое тело в гармонии, что бы не повредить другим людям. Как сказал один мудрый: Хочешь спасти мир, иди домой и люби своих детей! Так и с помощью НГ можно идти домой(в своё тело) и любить своих детей (свою энергию которую распространяем вокруг себя). принять ответственность за то что творю каждый миг .Это про экологию своих мыслей. Я представила в этой работе 4 участницы из 15 и себя, но в общем результаты и выводы такие: при рисования НГ возобновляется поток энергии через тело, который соединяет землю и небеса. Всё равно это человек чувствует или нет , выравнивается поток энергии в канале и улучшается скорость света, которое поднимается из материального мира в духовный. С вези с тем что я выбирала техники которые помогает выравнивать работу энергетических центров и ауры, тогда могу сказать то что изменение есть всегда. это исследование надо проводить и рисуя другие техники НГ которые на пример активизирует материальный мир человека, любовь и.т. Но после этого эксперимента я могу сказать, что итоги таковы: сработала на 95% и это хорошие показатели. И выяснилось то, что главный эффект появляется на следующие день после рисование. Почти у всех участников были изменение в ауре и в чарках. 70% рисующих чувствовали себя после работы уставшими и холод. Так же, почти все участники в последнее анкете указывали хоть на один балл выше сваю самочувствие в уровне эмоциональном и ментальном, но в физическом, на тот момент, хуже, потому что чувствовали немножко усталость и

расслабление. Если глубже смотреть тогда аура фото показывает и разные глубокие проблемы человека на пример родовые, отношение и болезни и вот эти показатели не изменились. Я провела с 2 клиентами работу как коуч сессия намерено с той или иной проблеме и потом делали опять фото, тогда были видны изменения и на столь тонком плане. Здесь надо другой подход, надо работать уже конкретно выявленной проблемой. В экспериментальной версии, я провела одну коуч сессию для одной из участниц. Аура фото показывало тёмные пятна в районе семьи или отношений. Спрашивала ей, она может представить, почему такие показатели? И она ответила положительно. В прошлом году она развелась с мужем и ещё не может это простить. И держит на его обиду. Мы рисовали коммуникацию и отпущение ситуации и еще работали на выявление новых намерение. Аура фото показывало небольшие изменение, пятно стало на много меньше, но ещё остался видным. Это требует немножко больше рисование и работай с собой и это тогда может стать новым исследованием. Главное доказана: Нейрографика влияет на энергетическое тело изменяя ауру, поток энергии и работу энергетических центрах - чарках или в солнцах. И нет разницы верит или не верит в это рисующий человек.

[Ссылка на дипломную работу Валерре Кристины в авторском стиле](#)

Автор:
Величина Катерина
Супервизор:
Рождествина Ирина

Тема:
Коучинговая Техника Closing The Gap с применением
Нейрографики

(Визуализация Состояния Клиента на Момент Исполнения
Желаний и План Действий по их Достижению).

Работа проводится в коуч-формате. Авторский Метод.

Смысл техники

Абсолютное большинство людей хотят одного - стать успешнее и счастливее. Но что-то постоянно останавливает их на этом пути. Многие желают прогресса, но никто не хочет менять себя на пути достижения своих целей. Почему большинство желаний так навсегда и остаются на уровне неисполнимой мечты?

В ходе своей практики, я установила, что основной причиной стагнации является отсутствие знаний человека о себе. Это приводит к выбору желаний, не являющимися истинными для конкретного человека, что, в свою очередь, ведет к неверной постановке целей. Неверная постановка целей ведет к выбору неверных путей достижения. Очень сложно заглянуть в душу и уловить истинное желание когда вокруг столько информации и социальных установок о том, чего « ты должен» добиться.

Человек живет в погоне за материальными благами, соответствуя всем социальным нормам поведения, но не чувствует счастья внутри. Не все способны осознать самостоятельно, что навязанные обществом нормы не соответствуют истинным желаниям человека.

Постановка целей - самый сложный этап в коуч-работе с индивидуальным клиентом. Практика показывает, что клиент всеми возможными способами пытается отодвинуть этот момент, даже если понимает, что в этом кроется его основная проблема.

Второй причиной стагнации является возросшая в последнее время популярность и доступность знаний Новой Эры, пропагандирующих визуализации, карты желаний и подобного рода техники. В итоге человек все пускает на самотек, ожидая, когда же на него упадет уже «манна небесная», а ситуация в жизни продолжает затягивать его в болото, приводя к депрессивному состоянию и разного рода негативным последствиям в реальной жизни.

Данный метод отлично подходит как для персональной работы с клиентом, так и для групп и вебинаров. Работа проводится в два этапа:

1. Исследование Настоящей Причины Желания и Постановка Цели

Почему так важно ставить себе цели? Потому что цели и есть строительный материал нашей реальности. Ставя себе цели и достигая их, мы создаем свое будущее, строим свою жизнь.

Постановка Цели создает сильный потенциал, мотивирующий нас познавать новое и развиваться, добиваться успеха.

Можно иметь целый арсенал обучающих техник о том, как добиться успеха в жизни. Но, если человек не имеет поставленных целей и действенного (состоящего из Действий) плана по их достижению, если он не знает ЗАЧЕМ ему это, ПОЧЕМУ он этого хочет, то достижение успеха становится практически невозможным.

Для этого на первом этапе работы (в формате коучинга) мы применяем схему выявления причин желания клиента и постановки «истинных» Целей (идуших от сердца и для души).

Исследование настоящей причины и постановка цели

Инструкция для клиента:

«Достижение поставленных целей зависит от того, предпринимаем ли мы какие-либо действия.

Цель №1:	Цель №2:	Цель №3:
Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____	Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____	Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____
Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____	Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____	Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____
Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____	Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____	Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____
Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____	Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____	Почему ты этого хочешь? Что это тебе дает? _____
Что ты почувствуешь когда достигнешь этой цели?	Что ты почувствуешь когда достигнешь этой цели?	Что ты почувствуешь когда достигнешь этой цели?

Но от чего зависит решение действовать?

Только от Вашей мотивации! Итак, пожалуйста, выберите и запишите свои 3 Главных Цели на сегодняшний момент, а потом ответьте на все вопросы ниже. Продолжайте заполнять все поля, даже если вы повторяетесь в ответах. Информация, полученная в процессе данного упражнения, поможет ясно прочувствовать мотивацию по каждой цели и сфокусироваться на истинных причинах».

Данная схема рекомендуется в коучинговой работе перед работой над

Планом Действий по достижению поставленных задач, а также может служить вспомогательным инструментом при выборе важнейшей, первостепенной цели или оценке обязательств (принесут ли конкретные обязательства человеку то, что он надеется получить, сделают ли его в результате счастливее/успешнее?).

2. Коучинговая Техника Closing the Gap с применением Нейрографики

На этом этапе принципиально важно работать именно с состоянием клиента, а не с целями и результатом, потому что попасть в сектор пространства, в котором материализуется желание, можно только через энергию намерения это иметь. Энергия желания, проходя через тело человека, моделируется мыслями и превращается в энергию намерения.

Процесс работы в данной технике с помощью Нейрографики представлен ниже.

Подготовительный этап. Для работы нам потребуется лист большого формата. Я рекомендую минимум А3. Сложить лист таким образом, чтобы средняя часть листа была спрятана вовнутрь и была чуть больше остальных (см. иллюстрации ниже). Также можно взять 2 листа формата А4 и склеить между собой по наименьшей стороне.

Основной Этап:

- Выбор темы для работы (цель, желание, состояние). Рисуем в первой открытой секции (левая часть листа. Желательно левый нижний угол).
- Где Вы на данный момент находитесь на листе? Обозначьте себя точкой.
- Осознайте себя в этом моменте по данной теме. Какой фигурой Вы могли бы обозначить себя в данном моменте по заданной теме? Обозначаем фигурой себя на листе.
- Поговорим немного о состоянии в котором Вы находитесь. Давайте обозначим каждое состояние фигурой на листе рядом с основной фигурой. Это могут быть любые фигуры какие Вам хочется рисовать. Они могут соединяться с первой или находится внутри, по Вашему желанию. Каждую фигуру заключаем в круг и гармонизируем состояние (округление и сопряжение фигур).

Примерные вспомогательные вопросы клиенту:

- Как Вы себя сейчас ощущаете по заданной теме?
- Какие чувства и эмоции у Вас возникают при размышлении на заданную тему?
- Какие лимиты и ограничения возникают в голове?
- О чем не просто думать на эту тему?
- А что есть хорошего есть уже сейчас?
- Что уже сейчас чувствуете как ресурс в этой теме?
- Что Вы считаете простым и легко доступным в заданной теме?

Соединяем нейролиниями свои эмоции и ассоциации с первой фигурой себя на листе.

Теперь предлагаем поработать во второй части листа (справа). Лист все еще не раскрываем полностью. Давайте теперь поговорим о том, каких результатов Вы хотите достичь в этом направлении. В правой части листа нарисуйте пожалуйста фигуру, олицетворяющую идеал на заданную тему, который полностью Вас устраивает.

Вопросы на данном этапе:

- Главная цель?
- Что Вы собираетесь достичь?
- Как Вы себя ощущаете когда цель достигнута?
- Какие результаты Вы хотите достичь?
- Какой образ жизни соответствует Вашему намерению?
- Какой набор качеств нужно актуализировать, чтобы достичь желаемого?
- Какой вопрос Вы можете задавать себе каждый день, чтобы приблизиться к желаемому?
- Какие установки помогут Вам достичь желаемого?
- Какие эмоции возникают у Вас когда Вы представляете цель достигнутой?

Предлагаю Вам выбрать 8 главных эмоций/СОСТОЯНИЙ и обозначить дополнительными фигурами рядом с большой фигурой результата.

- Как Вы будете себя ЧУВСТВОВАТЬ когда цель достигнута?

Связываем все фигуры состояний с основной фигурой нейролиниями. Гармонизируем. В процессе рисования актуализируем результат и состояние в моменте.

Предлагаем клиенту соединить две полученные большие фигуры из пунктов 1-5 с фигурой, получившейся в пунктах 6-8.

Closing the Gap. Раскрываем лист. Настало время заполнить пробел между желаемым состоянием и тем, что есть на данной момент. Предлагаем клиенту провести нейролинии, соединяющие одну фигуру с другой, задавая коучинговые вопросы по ходу рисования.

Список вопросов:

- Какие конкретно действия я могу предпринять, чтобы заполнить пробел между ситуацией сейчас и желаемым результатом?
- Как я могу трансформировать свои страхи в ресурс для достижения Цели?
- Что я могу сделать уже сегодня (через неделю/месяц/3 месяца/6 месяцев/год), чтобы приблизить себя к Цели?
- Сколько мне достаточно времени, чтобы достичь желаемого состояния?
- Сколько времени у меня заняло оказаться в том состоянии, что я нахожусь сейчас?
- Какие мои действия привели меня в результат на сегодняшний день?
- Что мне нужно перестать делать с сегодняшнего дня?
- Кем я могу стать на пути к Цели?
- Что я могу изменить в своем поведении, чтобы достичь желаемого состояния?

На данном этапе важно, чтобы клиент обозначит реальные **ДЕЙСТВИЯ**, которые он собирается предпринять на пути к намеченной цели. Действия можно выписать на отдельный листок или подписывать прямо на линиях, ведущих от одной фигуры к другой. Это можно назвать подготовительным этапом для дальнейшей работы с Целями в коуч-формате. Очень часто встречаются амбициозные клиенты, с большим набором желаний, но полной пропастью в вопросах их достижения. Эта техника помогает клиенту увидеть, что проблема заключается в отсутствии видения четкого плана по достижению желаемой цели. А также помогает клиенту четко сформировать действия по её достижению.

Места сильных пересечений линий на третьем этапе предложить заключить в круг. Здесь можно предложить клиенту поразмышлять о том, что это за действие или этап, который нужно сначала пройти, чтобы потом достичь желаемой Цели. Очень продвинутым можно также обозначить что это за действие и поставить дату его воплощения. Гармонизировать (округлением и сопряжением фигур и линий на листе).

Цвет. Предложить клиенту заполнить работу цветом в потоковой технике.

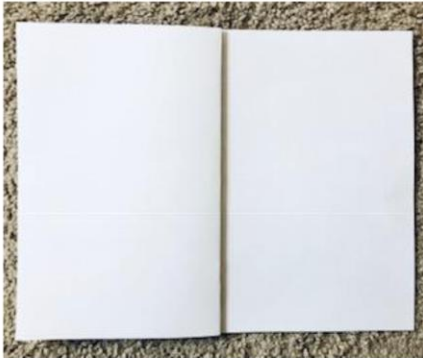
Линии Поля.

Фиксация

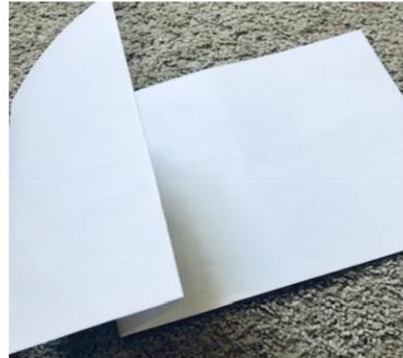
Тема 2.0 представляет собой не только общее видение Темы после работы, но прежде всего конкретный план действий, которые необходимо предпринять на пути достижения Цели.

Иллюстрации к Технике Closing The Gap с Применением Нейрографики.

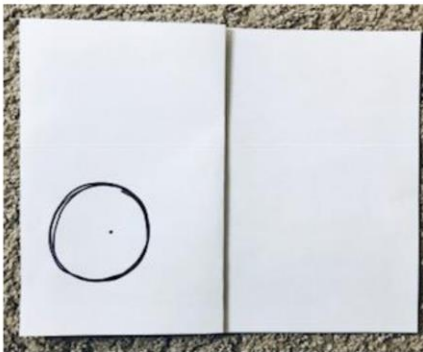
Пункт 1.



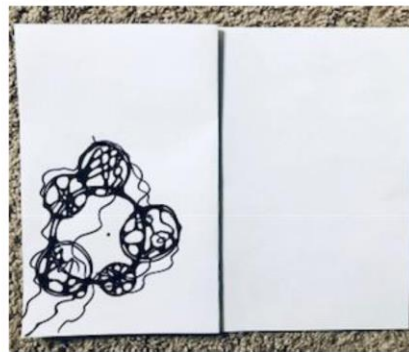
Пункт 1.



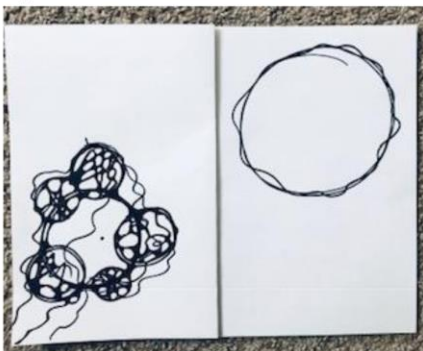
Пункт 2-3.



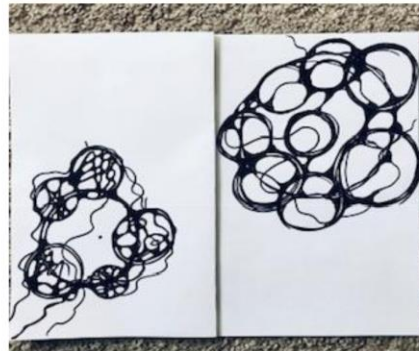
Пункт 4-5.



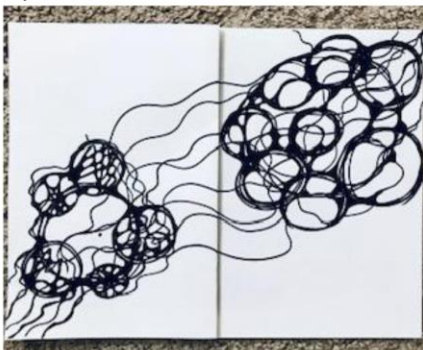
Пункт 6.



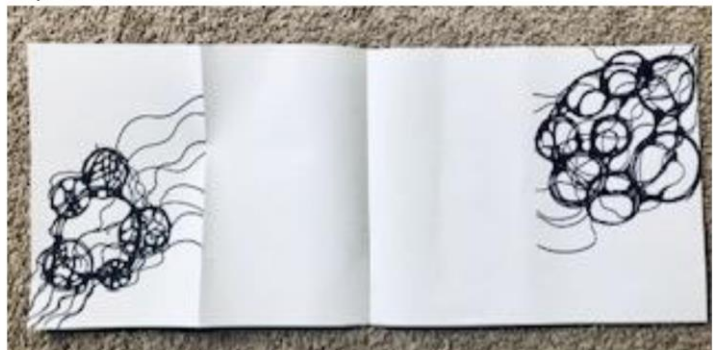
Пункт 7-8.



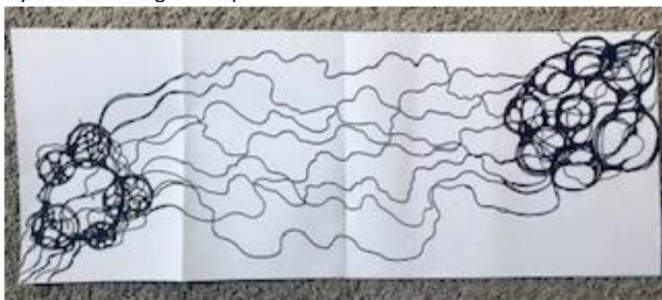
Пункт 9.



Пункт 10.



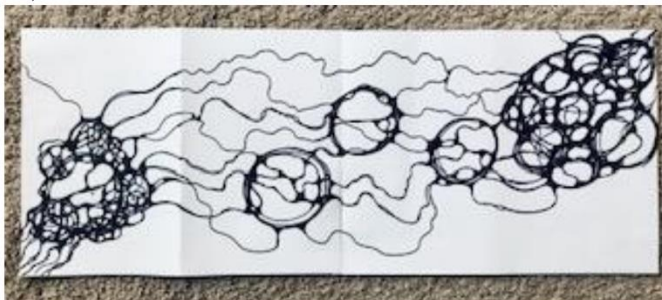
Пункт 10. Closing the Gap



Пункт 12.



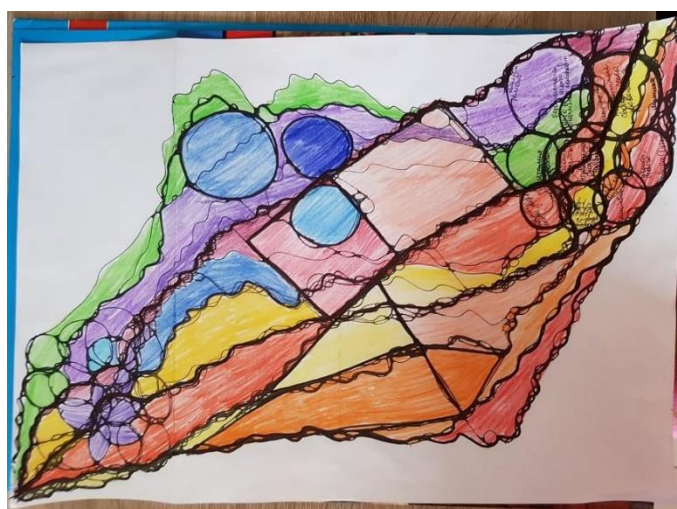
Пункт 11.



Пункт 13-14.



Примеры работ с холодным клиентом на тему «Деньги»



Клиент № 1.

Описание: Тема денег актуальная очень, тем более показательно как я затянула рисунок. Цвет я добавила только сегодня. И всю неделю занималась прокрастинацией. Сама себя спрашиваю, если такая важная тема, почему так вышло?

Изначально эмоций было много по этому поводу. Больше негативных, чем позитивных. Когда раскрыла лист, пришло осознание, что я намеренно старалась не думать о способах достижения финансового благополучия. Перекладывывала ответственность на мужа.

На выбросе затылок стал тяжелый и тошнит. Проснулся ребенок и сказал, что его тошнит.

На округлении заболел левый висок, было лень скруглять. Хочется грубый рисунок. Мысли - что я не умею зарабатывать деньги. Но целый план действий появился.

Описание:

Тема была мега актуальна, я как раз начала задумываться над

Клиент № 2

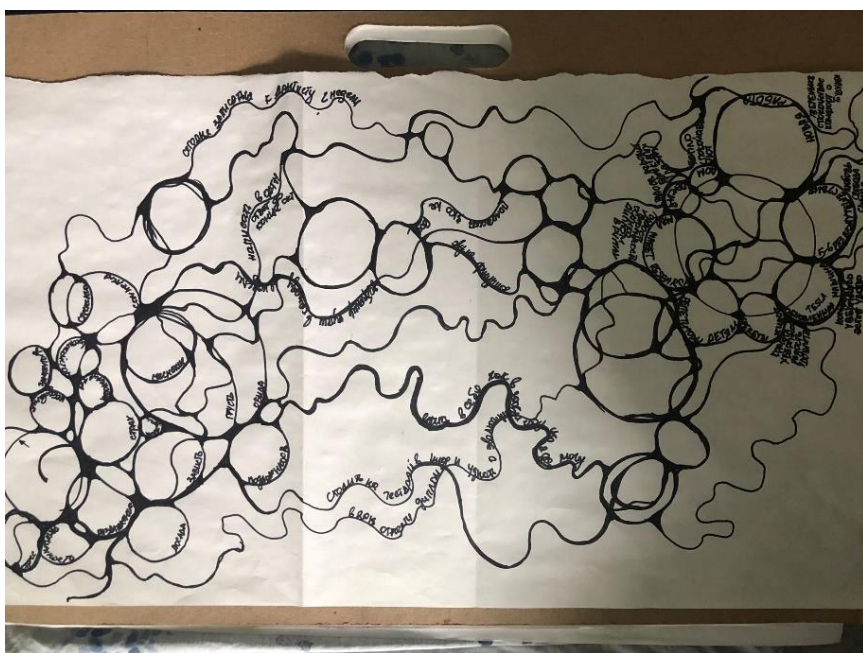


обучением за границей, конкретно смотрела Италию (так она меня впечатлила, видимо). И тут как раз эта тема на сессии. Рисовать было не просто, т.к. отвлекал сын. Раскрасила только сегодня, посмотрела и поняла, что не должен он без цвета ни минуты оставаться. Рисовать было

сложно, линии шли туго. Видимо, столько непродуктивных установок у меня по поводу денег. Сегодня поймала себя на мысли "всех денег не заработать" и тут же ее прогнала прочь и сказала сама себе "заработать можно сколько угодно денег, сколько мне лично надо для комфорта и полной свободы". Пока разукрашивала было ощущение прилива энергии и позитива, синий цвет идет мимо целей, я для себя приняла это как смывание из моего сознания ограничивающих убеждений, и цвет подходящий. Намеренно взяла оранжевый, т.к. в прошлый раз он мне тяжело дался. И на оранжевом мне прям захотелось написать "freedom". Здесь для меня это энергия свободы. И еще захотелось дописать одну цель. Только вперед!

Клиент № 3

Описание:



Сложно было представить свое состояние по достижению целей. Пришлось задуматься для чего я это хочу.

Странные ощущения на раскрытии листа. Разболелась голова. Ощущение, что я должна преодолеть какую-то пропасть. Сразу захотелось

плакать и все бросить. Заставила свести линии вместе и подписать какое действие я должна предпринять, но меня такой страх захватил, и дети

начали капризничать и телефон разрывался, пришлось остановиться. Голова болела еще 2 дня после этого, но я так и не смогла закончить рисунок. Наверное мне надо сначала работать над своими ограничениями и страхами, прежде чем ставить себе цели и думать о желаниях. Поняла, что будущее очень пугает своей неизвестностью

Вывод:

В коучинге мы обычно избегаем вопросов «Зачем?» и «Почему?» потому что это может быть воспринято как осуждение и нарушить установленную связь с клиентом. Но когда мы работаем с целями, мы обязаны спросить «Зачем» и «Почему?». Эти простые вопросы помогают клиенту глубоко осознать что же им на самом деле движет (мотивация) и полностью зафиксироваться на достижении поставленной Цели. В данной ситуации очень помогает упражнение, предложенное на первом этапе работы с клиентом, так как оно помогает человеку задуматься об истинном мотиве своих целей и желаний, при этом избегая оценивающих вопросов «зачем» и «почему» в ходе коучинговой сессии. Таким образом, мы получаем результат не нарушая раппорт с клиентом.

Применение Нейрографики на втором этапе помогает выстроить новые нейронные связи по направлению к намеченным целям, «проложить путь» в сознании клиента. Замечено, что у клиента также приходит осознание о необходимости принятия Действия по направлению к задуманному.

Для многих это очень удивительное проживание.

Далее коуч уже работает с действиями и ответственностью клиента по выполнению шагов, определившихся на «рисовательном» этапе работы.

На сегодняшний день предложенный метод работы не является совершенным и требует больше исследований в процессе работы с клиентом, но я уже могу констатировать успех в принятии конкретных действий и даже достижению результатов у клиентов, с кем мы работали по предложенной схеме. Так, например, одна из клиенток поступила в университет, а две сменили работу и очень рады изменениям.

Личный Опыт за год обучения на Инструкторском Курсе Нейрографики 2018

Я впервые познакомилась с Нейрографикой на открытой онлайн конференции в январе 2018 года. Обладая на тот момент приличным багажом эзотерических знаний и практик и являясь практикующим коучем, уже на первом рисунке у меня случилась «Эврика!!!». Я помню как, рисуя свой первый нейро-рисунок, я прыгала на стуле от счастья, потому что ясно увидела применение этого метода в работе со сложными клиентами, не способными выйти из зоны комфорта или не способными посмотреть на ситуация под другим углом.

Далее последовало принятие сложного решения о выборе между курсами «Специалист» и «Инструктор». Определившись в сторону Специалиста, уже после первого вебинара зарегистрировалась на курс «Инструктор». Очень захотелось изучить весь метод глубоко и присоединиться к замечательному сообществу творческих людей.

Готовясь сейчас к Диплому и просматривая описание своих первых работ, я могу с уверенностью сказать, что с Нейрографикой пришла в мою жизнь стабильность. Если в первых работах бушевали эмоции и одолевали сомнения по поводу выбранного пути развития, то сейчас в жизни наступила гармония и полное принятие себя и своей миссии в жизни. С Нейрографикой в мою жизни пришли и другие психологические практики и учителя и образовался целый план обучения на несколько лет (и жизней) вперед. Возросла жизненная энергия, пробудилась творческая часть сознания. И, самое главное, на все стало хватать времени. Близкие люди тоже заметили мои изменения, а дети стали спокойнее и счастливее.

Я очень Благодарна нашему Учителю Павлу Пискареву за это увлекательное путешествие в себя, новые знания и открытия, а также за знакомство с потрясающими, интересными, близкими по духу людьми! От всей души желаю всем нам доброго здоровья и вдохновения для дальнейшего развития.

С уважением, Катерина Величина

(Практический психолог, лайф-коуч, инструктор нейрографики-2018, маркетолог и добрая Волшебница).

[Ссылка на дипломную работу Величиной Катерины в авторском стиле](#)

Работы Величкиной Катерины

Тема: Моя команда



Тема: Мое профессиональное развитие в лайфкоучинге



Автор:

Верчелли Светлана

Супервизор:

Сафонова Светлана

Тема:

Роль Нейрографики в вспомогательной терапии психосоматических расстройств у детей младшего и дошкольного возраста.

Введение.

Двусторонняя связь между психикой и телом значительно теснее, чем предполагают. Чем младше дети, тем это очевиднее. Фактически каждый больной ребенок одновременно страдает и от соматических и от нервно-психических расстройств. Постоянно переживаемые детьми эмоциональные стрессы нередко приводят к психосоматическим расстройствам. Они негативно переживаются формирующейся личностью и тем самым усугубляют возникающие нарушения здоровья. Защитные механизмы у детей еще недостаточно зрелые, и они не способны справиться с этой патологией. В результате она становится препятствием для нормального развития или дает начало серьезным заболеваниям.

Анализ данной проблемы и пути ее решения попробую рассмотреть в аспекте вспомогательных практик, таких как Нейрографика и нейрографический коучинг.

Психосоматика

У этого термина есть два значения. Строго говоря, психосоматикой называют отрасль науки, находящуюся на стыке медицины и психологии и изучающую взаимосвязь между психологическим и физическим(телесными) расстройствами. Название это произошло от двух греческих слов: «психе»-«душа» и «сома»-«тело». В более широком смысле психосоматикой называют все проявления подобной взаимосвязи, т.е. всевозможные психосоматические расстройства и заболевания. Таким образом, в современном медицинском языке этим термином обозначают как саму науку, так и предмет ее исследований.

Современная психосоматика является междисциплинарным научным направлением, оно охватывает несколько отраслей знаний:

Поскольку психосоматика посвящена исследованию и лечению заболеваний, ее рассматривают как отрасль медицины;

- Изучает воздействие эмоций и переживаний на физиологические процессы, поэтому ее можно отнести к области физиологии;
- Имеет дело с психологическими явлениями и механизмами, с эмоциями и поведенческими реакциями, вызывающими психосоматические расстройства, следовательно, она является отраслью психологии;
- Исследует и применяет способы коррекции разрушительных для организма видов эмоционального реагирования и структуры поведения человека, поэтому ее относят к разделу психиатрии;
- Изучает взаимосвязь между психосоматическими заболеваниями и социальными отношениями, условиями жизни, культурными традициями, социальными установками, поэтому ее можно отнести к социологии.

Термин «психосоматика» впервые был введен в медицину около 200 лет назад-в 1818г. Его предложил немецкий врач психиатр Иоганн Гейнрот, который считал причиной различных заболеваний и расстройств моральные качества человека и переживание им чувства вины. В дальнейшем понятие психосоматики постепенно расширялось и дополнялось. В современном виде этот термин начали использовать с середины прошлого века, после того, как было опубликовано множество научных работ по данной тематике и основано Американское психосоматическое общество(1950г.).

Один из ведущих исследователей психосоматики, знаменитый психиатр Зигмунд Фрейд писал об этом так: «Если мы гоним проблему в дверь, она лезет в окно в виде симптома. В основе психосоматических расстройств лежит механизм психологической защиты, который называется вытеснением. Мы стараемся не думать о неприятностях, отметать от себя проблемы, не анализировать их, не встречаться с ними лицом к лицу. Вытесненные таким образом, они «проваливаются» с социального или психологического уровня на телесный».

Вводные моменты про детскую психосоматику:

Биологические аспекты диадной связи мать-дитя.

Детская психосоматика- должна состоять из психосоматической дриады. Это знает любой врач. Один пункт из медицины, которым занимаются врачи, и два пункта относятся к психоконненту. Это: особенности личности, как личность реагирует на те или иные жизненные ситуации. И должна произойти какая-то ситуация, стресс, связанный с психоэмоциональной нагрузкой. Вопрос: откуда у детей психосоматика? Медицинские аспекты мы не рассматриваем. Особенности личностного реагирования еще отсутствуют в силу отсутствия этих особенностей, он еще не сформировались, особенно у маленького ребенка. Они формируются в процессе взросления, воспитания и так далее. Психотравмирующие ситуации-странное словосочетание применительно к детям. Потому что дети легко проживают ситуации, которые вышибут взрослого. У детей крепкая психика и защитные механизмы, и они на вещи смотрят иначе, чем взрослые. Откуда психосоматика у детей? Это психосоматика мамы, это не ребенка .Откуда это берется? Почему это такое рефлексорное движение?

Когда ребенок рождается, у него очень несовершенная ЦНС. Младенцы беспомощны, без помощи и заботы они не выживут. Так же к ЦНС относится и психика, для того, чтобы он выживал в нашем мире ему нужна такая система, которая по Фрейдю называется «Эго». Эго- это Я. Эго формируется после рождения. У младенца эго нет, и природа об этом позаботилась, ребенок начинает пользоваться структурой. Которая находится у мамы. Роль папы здесь практически отсутствует, биологически мама вынашивает ребенка в утробе. Пока мама беременна, она учится понимать ребенка без слов. Соизмеряет все, что она теперь не одна, есть еще кто-то, внутри тебя, все надо под него подстраивать. Начинает прислушиваться, как там ребенку, ему там хорошо, он шевелится, как он реагирует на раздражители и т.д. Что происходит с ребенком? У него еще более тесная связь, ничего другого кроме как организма мамы не существует, он все считывает, все что происходит у мамы уясняет через изменение биохимического состава крови мамы. Мама радуется-у нее меняется гормональный фон, это попадает в ребенка. Мама огорчается-меняется гормональный фон, попадает в ребенка. Ребенок начинает учиться понимать, если такой вот гормональный состав и в этот момент такие вот реакции у мамы-это вот про радость, другое про волнение, тревогу...все эмоции маленький человек начинает понимать через маму, и объяснение этим эмоциям ребенок тоже получает через маму. В этой связи у всех народов есть правило, чтоб беременная мама должна находиться в

прекрасном настроении, на красивое смотреть, вкусно есть...Чтоб мама видела счастье снаружи и транслировала внутрь себя. За все эти 9 месяцев вынашивания ребенка устанавливается диадная связь мать-дитя, некая невидимая мобильная связь . Пока мама беременна, она взаимодействует с ребёнком через кровь, может как-то разговаривать, получать отклики. Но когда он рождается пуповина перерезана. Как тогда понимать потребность ребенка? Благодаря этой мобильной связи мама четко понимает что происходит с ребенком и помогает ему выжить. Но у него из внутриутробного времени осталась эта связь с мамой, связь работает и после родов. Когда психологи говорят, можно скрывать от ребенка-он все равно узнает, как он узнает? Через эту невидимую связь с мамой, будет чувствовать что с мамой не ок, будет интуитивно хотеть исправить это состояние, так же как мама хотела что-то исправить во внутриутробном состоянии. И так-же обратно, он пытается исправить но своим собственным странным образом. Поэтому когда заходит речь о психосоматических заболеваниях у детей всегда надо смотреть на маму, что с мамой происходит, почему именно это заболевание у ребенка(здесь не рассматриваются традиционные типичные детские болезни, когда идет становление иммунитета).

Биологические механизмы накладывают определенные обязательства, что мама не должна молчать и прятать свои переживания, а с точностью наоборот. Как только мама понимает, успокаивается и приходит в себя, так у ребенка на глазах меняется состояние. Когда затяжные симптомы (аллергические реакции, астма) у мамы обязанность заниматься собой на длинную дистанцию.

До сколько лет существует эта связь?

До 3х лет достаточно жестко. но уже с года она потихоньку начинает разрушаться, с того момента, как ребенок начинает самостоятельно ходить. Активный разрыв - переходный, подростковый возраст, он поэтому в норме болезненный. У любого семейного терапевта будет "стойка", если услышит фразы типа "у нас в подростковом возрасте не было никаких проблем, все очень спокойно, в отличии от тех страшных историй, что пишут-гооврят". Полностью разрыв происходит к совершеннолетию. Только с точки зрения биологии, совершеннолетие - это когда все мозговые структуры включаются в работу полностью, начинают функционировать, а это - в 21 год! Я подростковый период сравниваю с родами, только теперь рождается не тело, а личность, происходит отрыв от мамы и перерезание пуповины. Больно, но нужно.

Некоторые исследователи детской психосоматики в числе психологических факторов развития детских психосоматических заболеваний отдельно рассматривают «материнское общение» и считают его одним из важнейших факторов этого спектра. Ими описан ряд негативных типов материнского общения.

- Дефицитное общение-связано либо с отсутствием материв семье, либо с ее постоянной занятостью, невозможностью уделять ребенку достаточно внимания и заботы.
- Избыточное общение- противоположный тип. Он подразумевает постоянное присутствие матери возле ребенка, назойливое внимание и опеку.
- Неравномерное общение-чередование в силу каких-либо причин первых двух типов общения. Для восприятия ребенка оно выглядит непредсказуемым и совершенно непонятым.
- Формальное общение-тип общения, когда мама практически не принимает участия в воспитании ребенка и в уходе за ним.

Последние исследования в области психосоматической медицины показали, что предпосылки к психосоматическим заболеваниям могут закладываться у детей на очень ранней стадии- в младенчестве и в период внутриутробного развития. Эмоциональное состояние матери во время беременности оказывает очень сильное влияние на здоровье ребенка. Для того, чтобы плод формировался и развивался нормально, очень важно позитивное эмоциональное состояние будущей мамы во время беременности. Для этого она нуждается в поддержке мужа, родных и близких. Любые негативные переживания, любая эмоциональная неуравновешенность женщины в этот важный для нее период могут послужить толчком к тому, чтобы у ребенка заложился очаг патологии. И эта патология проявится либо сразу после рождения, либо в первые месяцы жизни младенца. Поэтому так важен позитивный настрой матери во время беременности и после родов. И любящие родственники, в первую очередь отец ребенка, должны прикладывать все усилия, чтобы женщина была спокойна и счастлива, не нервничала, не раздражалась, не переутомлялась. Это не только залог счастливых семейных отношений, но и способ уберечь ребенка от ранней психосоматики.

Здесь хорошо показывает себя пренатальная программа Нейрографики.

Описание сессий и кейсов.



С первой клиенткой будущей мамой мы делали АСО-алгоритм снятий ограничений. Мама заложила в тему свои страхи и переживания по поводу родов и поведения будущего отца. Ей было очень страшно начинать. Боялась «спугнуть», усугубить ситуацию с мужем, где было не все спокойно. После получасовой коучинговой работы вопросов-ответов клиентка все-таки сделала выброс, после округления начала успокаиваться и сказала, что ей нравится и она вошла во вкус. Привнесла свои значения в интерпретацию своей картинке, что там зреет яйцо, превращается в цыпленка и скоро вылупится.



Во время второй работы не была так категорична к выбросам и ожиданиям результатов. Но по внутреннему состоянию было заметно, что она все еще переживает. Линии были несколько более нервными, чем раньше. После окончания мы провели дополнительно музыкально-дыхательную гимнастику. Клиентка успокоилась. Договаривались на третий раз, но она плохо себя чувствовала и не пришла.

Другая будущая мама с радостью и удовольствием рисовала все, что предлагалось. В свою тему заложила самое чудесное разрешение родов. Пела во время работы. Из инсайтов пришло, что после родов они будут много времени проводить с семьей посещая различные мероприятия, выставки и музеи.



В историях многих семей с психосоматическими болезнями выявляется неготовность родителей, прежде всего матери, к своей роли. У нее недостаточно внимания и наблюдательности, чтобы заметить физическое состояние ребенка и распознать его значение. Родители не способны конструктивно обсуждать возникающие проблемы и находить верное решение, втягивают ребенка в конфликты. В этом случае болезнь является способом сглаживания конфликтной ситуации, так как родители направляют свои силы на лечение ребенка, а их собственные проблемы отступают на второй план. Таким образом они уходят от решения своих личных вопросов и ответственности прежде всего за себя. Болезнь закрепляется у ребенка на подсознательном и поведенческом уровне и затем проявляются при столкновении с жизненными

трудностями.

Как правило, члены психосоматогенной семьи отличаются низкой коммуникативностью. Они склонны отрицать имеющиеся проблемы психологического характера и проявляют любовь и внимание к своему чаду только в случае его болезни. По этой причине болезнь становится выгодной для ребенка.

Рекомендации родителям:

Нужно знать, на что следует обращать особое внимание, какие моменты могут приводить к негативным последствиям. Вкратце перечислим основные источники детских проблем, которые могут провоцироваться в семье. Это только самые общие моменты, на которые следует обратить внимание родителям. Существует множество более частных случаев психотравмирующих ситуаций в семье.

- Пренебрежение интересами ребенка, навязывание ему моделей поведения, удобных родителям, а не ему самому.

- Недостаток ласки и понимания, недостаточное внимание к детским проблемам, оценивание их с сугубо взрослой позиции-«подрастет и забудет все эти глупости», «нельзя потакать капризам, иначе вырастет избалованным». Конечно, не все капризы и прихоти ребенка должны безоговорочно исполняться. Но сами по себе капризы нужно рассматривать как сигнал о том, что ребенок чего-то недополучает, и задача родителей разобраться-чего именно. Это совсем не обязательно может быть то, о чем он сам просит. Просьбы ребенка-это его попытки избавиться от негативных переживаний тем способом, который ему понятен и доступен. А в действительности речь может идти о том, что ему просто не хватает родительского тепла и участия в его детской жизни.
- Неправильный режим дня, подогнанный под режим родителей без учета возрастных особенностей ребенка.
- Отсутствие необходимых условий для самостоятельных занятий ребенка, для его игр. Ребенок, даже маленький, с тех пор как начинает самостоятельно передвигаться по дому, испытывает необходимость в личном пространстве, где он может чувствовать себя полноправным хозяином.
- Ревность к другим детям. Если в семье несколько детей, то задача родителей-равномерно распределять между ними внимание, ласку, заботу. То же касается подарков и обновок. Все это, казалось бы, мелочи, но они могут очень серьезно сказаться на здоровье ребенка.
- Переживание физического отдаления матери. Если мама вынуждена надолго уехать или по каким-то причинам оторвана от ребенка на ощутимый срок, это непременно сказывается на его психоэмоциональном состоянии, особенно в дошкольном возрасте. Когда таких ситуаций не избежать, на остальных членах семьи лежит обязанность дать ребенку почувствовать, что он не забыт и не брошен, что мама любит его, что отсутствие мамы временно.

Отсутствие в семье единого подхода к воспитанию ребенка. Если мама предъявляет одни требования, папа другие, а бабушка вообще все разрешает, это сильно дезориентирует ребенка. У него возникает сильнейший внутренний конфликт, который он не в силах разрешить. И это очень благодатная почва для развития психосоматических заболеваний. Профилактикой может стать НГ

Для улучшения состояния ребенка здесь нужно два вида помощи: и обычная медицинская. И в добавок к этому психологическая. Поскольку к болезням детей приводят семейные психологические проблемы. Печально,

что родители не знают, или не хотят понимать это, и своим собственным поведением усугубляют ситуацию.

По описанию врача психотерапевта Марка Сандомирского болезни маленького ребенка и ребенка дошкольного возраста могут иметь разный характер 1 вариант: желаемого для ребенка: если ему не хочется что-то делать или наоборот получить разрешение делать то, что ему хочется, то он начинает гораздо чаще болеть. Не хочет ребенок в садик- он начинает болеть, чтоб избавиться от садика, не хочет ребенок в школу, начинает болеть, чтобы не ходить в школу. И если родители относятся к таким болезням как к индульгенции, по сути идут на поводу у ребенка, то болезнь как способ детского поведения закрепляется. 2 вариант: когда болезни ребенка выступают как щит в семейных конфликтах. Ребенок болеет для того, чтобы своей болезнью примерить родителей. Или по крайней мере если в это период члены семьи перестают конфликтовать, это закрепляет болезненность ребенка. Это, конечно, необходимо в семье категорически искоренять.

3 вариант: болезнь как зеркало. Особенно часто это встречается у маленьких детей до школьного возраста. Его психологическая связь с мамой настолько велика, что он становится зеркалом, отражает настроение мамы, самочувствие мамы. Оказывается, что если у мамы есть какие-то переживания, проблемы, стрессы, старается даже не проявлять это внешне, но ребенок все это чувствует, отражает все это в состоянии своего организма, и то, что для мамы это привычные переживания, хотя и неприятные, то для ребенка превращается в болезнь. Вот почему исключительно важно понимать, что здоровье мамы означает здоровье ребенка, и матерям маленьких детей очень важно стараться избавляться от стрессов, от разных психологических проблем, для того, чтобы дети были здоровыми, чтобы реже болели.

Клиентка девочка 8 лет: очень сильно выражен 3 вариант-болезнь как зеркало. Мама неосознанно перекладывает на девочку все свои жизненные проблемы. Девочка вся в диагнозах и все время болеет. Мама пытаясь как - то помочь решила попробовать Нейрографику. Но при небольшом намеке, что маме в первую очередь надо разбираться со своими проблемами и начать с АСО-встретила жуткое сопротивление. Сказала с дочерью делайте, сама никогда ничего подобного делать не будет. Запрос мамы: успокоить девочку и убрать истерики при приходе в школу.

С девочкой мы начали АСО. Она все время сопротивлялась и не могла

понять, зачем ей это надо делать. Пересечения делала кругами. Сетовала, что очень странную работу я с ней провожу.



Сделали «Карту семьи»

Она сделала себя совсем маленькой точкой. Мама отделена рядом довольно больших размеров, папа был еще дальше маленьким зернышком, и появился дедушка, который заполнил собой весь лист до самого края. После разговора выяснилось, что дедушка занимает высокую роль в обществе, и не удивительно, что он их всех «съел». Провели с девочкой ролевую игру с куклами.

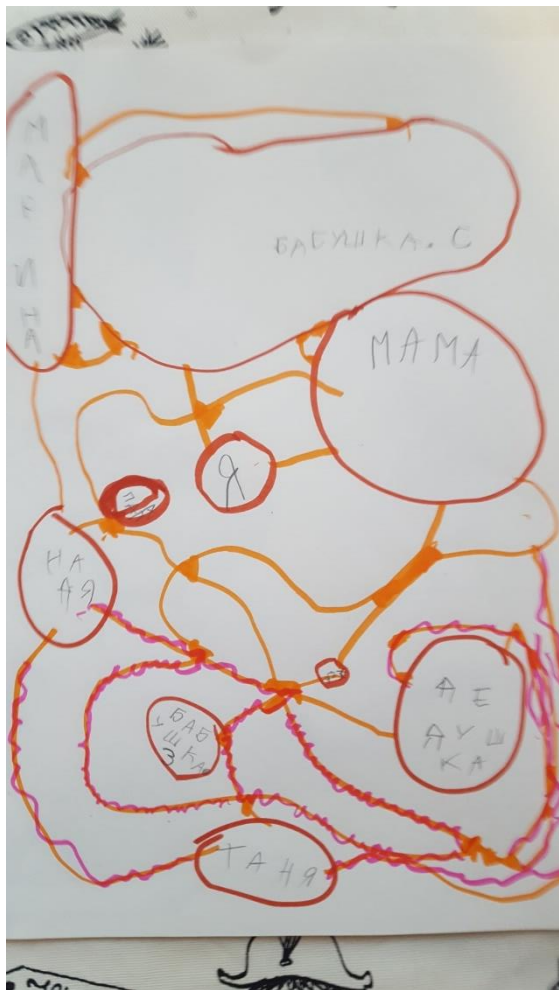
Всегда при себе имею маленькие пальчиковые куклы разного пола и возраста. Девочка выбрала себя, потом попросила достать самую большую игрушку, принесли метровую куклу. Положили вниз маленькую куклу девочки, а сверху эту большую куклу дедушки. Спросили, как она себя чувствует? Удобно и комфортно ли ей? Хочет ли она что-то поменять? После смены куколок попробовали изменить размеры на рисунке. Она увеличила себя до вполне приемлемого размера.



родных, кого с кем ты хочешь-папа остался в стороне, ни с кем не связанный. Мы разговаривали с разных сторон, где папа может быть тебе силой, опорой, помощью, быть полезным...ни в какую не хотела с папой никак

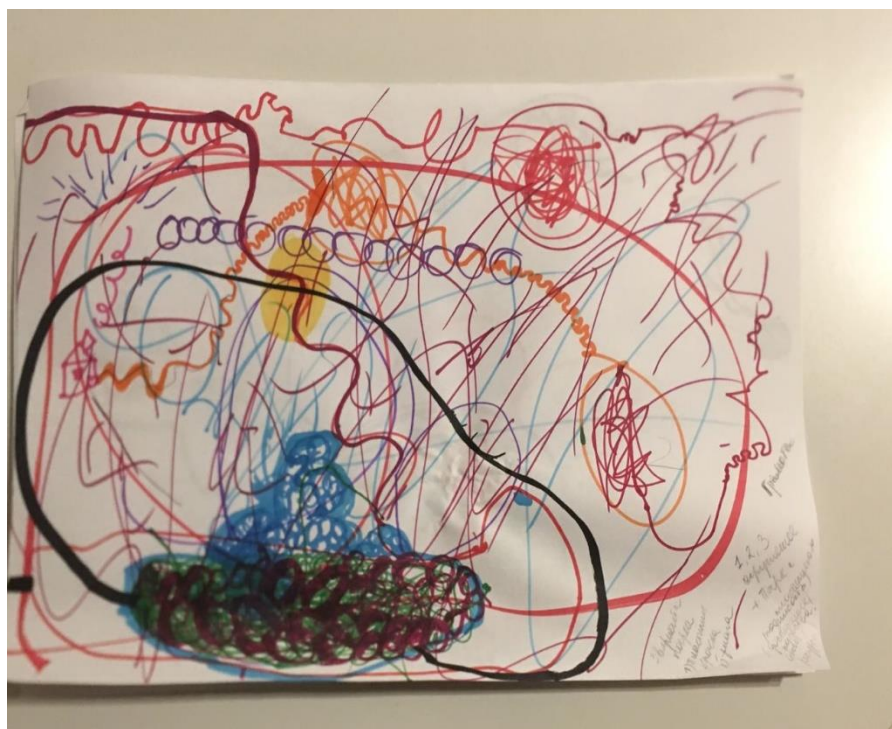
взаимодействовать.

При другой встрече мы провели еще раз эту работу карта «семьи». Было очень радостно увидеть, что себя она не стала рисовать точкой, дедушка уменьшился в размерах, и папа приблизился к фигуре «я» и уже соединился линиями с другими членами семьи.



Следующая работа «Путешествие в тридевятое царство»(техника Марины Ворошиловой). Цель: пройти через игру травмирующие эффекты при уходе в школу, заменить сложившийся паттерн на конструктивный.

Девочка делала все с трудом. Через игрушку мы пытались войти в сказочный элемент и пройти препятствия. Сама рисовать она не захотела, но с удовольствием смотрела как это делаю я через игрушку. Когда надо было сделать парк имени девочки-отскочила в сторону, и сказала делать больше ничего не будет. Дорогу домой тоже делать не захотела. На вопросы «почему надо лучше, что сделать, чтоб было лучше»- не отвечала. Договорились с мамой, что они потом сами обязательно закончат.



Следующей работой была «Мои ресурсы». После предыдущего опыта нужно было вывести девочку на идею ее собственных достижений. В семье наблюдается дефицит общения ребенка со взрослыми, неценность ее собственной персоны в

этом мире.

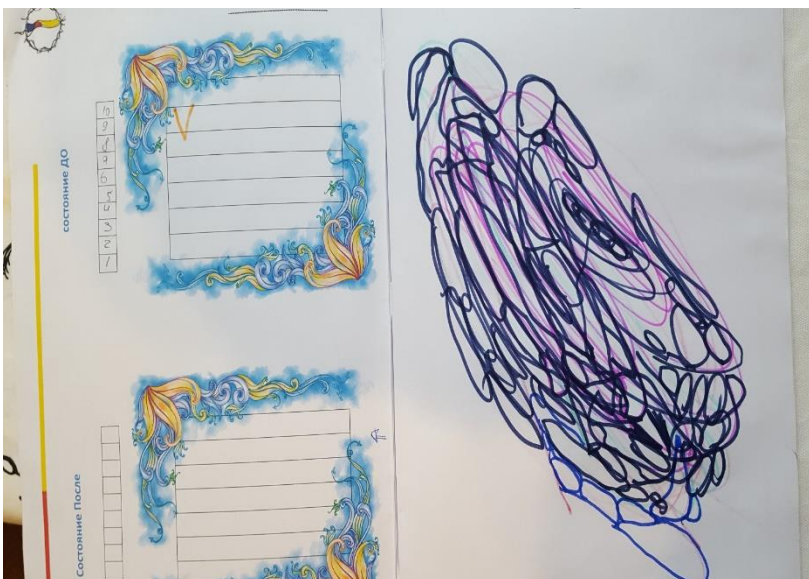
В следующей работе мы попробовали найти все, что она любит, хорошо делает, что у нее получается. На это ушло целое занятие. Она все отклоняла и совсем ничего не принимала. С маминой помощью мы нашли, что она ходит на балет и ей нравится это делать, еще она любит печь печенки, но это никто не ценит и не хвалит ее. В конце мы вышли даже на помощь другим больным детям. Закончить работу мы не успели, договорились доделать самим. Для наибольшего интереса работу предложила сделать при помощи пластилина.

Работу они доделали и показали. Это была наверно единственная совместная работа и совместно проведенное время мамы с ребенком, что уже является маленькой частью в налаживании контакта взрослого и ребенка.



Результат проведенной работы:

Со слов мамы девочка стала намного спокойнее, в школу стала уходить без истерик, но еще неохотно и с большими уговорами, но теперь можно с ней договариваться о чем-то. С радостью стала встречаться со своей подружкой, которая сильно болеет.



Рекомендации:

Уделять полноценное время ребенку, лучше меньше, но качественнее, без телефонов и прочего. Хвалить за мельчайшие проявления желания что-то сделать. И рисовать вместе Нейрографику, при любых случаях, как отрицательных, так и положительных.

Оформила им целый альбом для рисования Нейрографики. Обратную связь получила только один раз.

Для того, чтобы вырастить ребенка здоровым, психически полноценным, необходимо в первую очередь признать, что он-индивидуальность и в меру своего возраста самостоятельная отчётность. Поэтому подход к ребенку и другим членам семьи по принципу «он мой» необходимо изменить. Маленькому человеку необходимо уважение. Надо понимать, что малыш появился на свет не для того, чтобы все время доставлять нам радость и удовольствие, как в первые месяцы жизни, пока он крохотный лежит в кроватке и все время спит. Если родители понимают свое назначение, смысл своих обязанностей и долга перед ребенком, то он растет здоровым, внутренне свободным, легко приспосабливается к жизненным переменам. Если взаимоотношения между родителями осложнены, в семье происходят конфликты, то это отражается на отношении к детям и их психическом состоянии, так как они все время находятся в стрессе.

Что дает нейрографика при работе с детьми?

Выводит ребенка из ограничений с помощью сказок и специальных алгоритмов.

Заменяет сложившийся паттерн на продуктивный новый и раскрывает «я» у ребенка.

Раскрывает его потенциал, его творчество, новые возможности, истинные потребности и цели ребенка.

Учит умению формировать у ребенка механизма «самопомощи» и выстраивать путь к цели.

Прививает навык нахождения ресурсов в сложных жизненных ситуациях-как следствие ребенок по-другому смотрит на свою картинку страхов, неуверенности, боязней.

Дает знания четких алгоритмов при работе с разными проблемами.

Дает навык работы со своими чувствами и доверию своим желаниям.

Быть инициативным в действиях и уверенным в себе, выстраивать

Верчелли Светлана. Роль Нейрографики в вспомогательной терапии психосоматических расстройств у детей младшего и дошкольного возраста.

взаимоотношения с внешним миром.

Развивает восприятие цветов, форм, линий.

Раскрывает креативность и творчество в жизни, выходя за рамки заложенных правил искусства рисования.

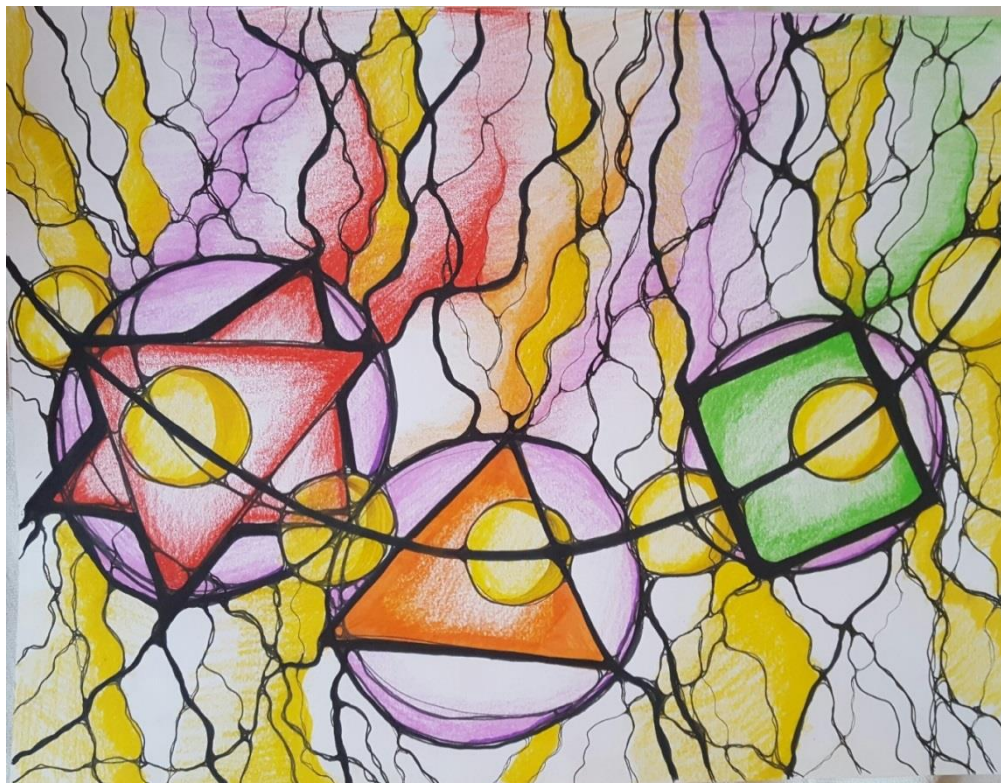
[Ссылка на дипломную работу Верчелли Светланы в авторском стиле](#)

Работы Верчелли Светланы

Тема: Развитие своего нового проекта



Тема: Интегрирование 3-х концептуальных направлений



Автор:
Вещева Елена
Супервизор:
Смирнова Елена

Тема:
Нейрографика – эффективная помогающая практика в условиях постоянно меняющегося мира

Нейрографика возникла в моей жизни в тот период, когда у меня определился «запрос во Вселенную» о том, как справляться с жизнью, с текущими проблемами. Особенно остро это витало в воздухе в октябре–ноябре 2017 года. Это было время, когда ко мне осознанно пришло понимание, что мне нужен какой-то инструмент, учение, сообщество или «учитель» с которыми или за которым следовать. Это было не просто смутное недовольство жизнью, а прямо мысленное озвучивание определения в мозгу словами. Надо сказать, что у меня был опыт работы с психологическими проблемами в группе и индивидуально с психотерапевтом. Но, видимо, я пока не нашла своего специалиста. Опыт оказался для меня неудачным и нерезультативным. Метод Нейрографики, наоборот, по итогам и скорости изменений нахожу эффективным. Как говорится, проверено на себе. Но все начиналось не так радужно.

В ноябре или декабре 2017 года я оказалась рядом с коллегой – психологом нашей школы на пробном экзамене в старших классах и просто по случаю мы разговорились о наболевшем, впрочем, не вдаваясь в детали. В наше время тайминг у людей жесткий. Занятость – высокая. У каждого – своих проблем по горло. Выслушивать всякую тягомотину о тяготах жизни никто не берется. Итак, моя коллега наш школьный психолог рассказала мне в общем, что существует такой метод, назвала фамилию Пискарев и посоветовала найти бесплатные ролики в ю-тубе. Невероятным и привлекательным казалось то, что не нужно озвучивать тему посторонним людям и можно прорабатывать практически любые темы.

Я нашла материалы, посмотрела и что ж, ... я стала пытаться разбираться. Ощущение было двойственное. С одной стороны, странные люди, с остервенением рисуящие какие-то «фигульки», вызывали недоумение и недоверие. Было не понятно, что это они так радуются? Секта, что ли? А с другой стороны темы цепляли, мне хотелось **воспользоваться возможностью и попытаться что-то изменить в своей жизни**. Однажды

я поняла, что Павел Пискарев рассказывает так, как будто размышляет и медитирует наяву. Я также просматривала ролики других инструкторов и рисовала с ними. Что, несомненно, было полезно. Огромная благодарность им за это.

Моя собственная жизнь, между тем катилась так, что требовалось решение очередных вопросов. И я буквально погрязла в таком явлении, как прокрастинация. Ситуация, когда требуется решение, ты не знаешь, что делать и откладываешь ее разрешение на потом.

Больных вопросов на том этапе у меня было несколько, а именно главный из них грядущая аттестация и подготовка к ней, вопрос взаимодействия с коллегами в моем коллективе, семья, здоровье, и т.д.

В январе у меня намечалось выступление на районном метод объединении учителей по моему предмету, как один из этапов подготовки все к той же аттестации, однако я никак не могла подступиться к составлению доклада. Я мучительно медлила с подготовкой материала и вообще боялась выступления. Наконец, 22 января 2018г. я сформулировала запрос и нарисовала первый рисунок. К 24-му января все было готово, появилась уверенность в своих силах. Непосредственно на выступлении я была в состоянии, когда понимаешь, что владеешь аудиторией, как бы являешься частью единого поля с ней и «пульсируешь» со всеми участниками с единой амплитудой. Выступление не только понравилось мне самой, было ощущение совместного интереса, творчества. После доклада несколько человек подошли, чтобы взять мои координаты для связи.

Окрыленная таким результатом, я начала прорисовывать другие темы и текущие вопросы. Дико захотелось рисовать и учиться делать это правильно. Настроить определенным образом мышление. Для себя на том этапе я сформулировала определение НГ. Нейрографика – **это метод настройки мышления, позволяющий найти решение текущих вопросов самым оптимальным и кратчайшим именно для тебя образом, доступным в твоей ситуации.** Сразу же пришел на ум фильм с Брэдли Купером «Области тьмы». Ну это уж слишком, подумалось мне. Встал вопрос о правильности владения методом, о мерах безопасности и о правильной организации работы по важным темам.

Итак, я начала рисовать и прорабатывать темы по бесплатным вебинарам. И пошли изменения.

Вообще, я очень сомневающийся человек, я все время как бы проверяю, а не иду ли я на поводу своего желания, чтобы метод «работал». Не становлюсь ли я сектанткой? Однако, по рисункам и хронологии видно, что результативность имеет место быть. Кучность попаданий в завершённые кейсы высока. Я понятия не имею, как это объяснить, но это факт. Хорошо, что я вела записи, а то без фиксации как-то все забывается, или велико искушение списать успехи на личную «исключительность», предприимчивость, или просто удачное стечение обстоятельств. Тем не менее, рассматривая рисунки и читая записи я могу с уверенностью сказать, что за месяц рисования еще до поступления на курс со мной произошло 7-8 «нетипичных случаев», как я их называю. Они проявились в общении с коллегами, появлении в жизни давно потерянных близких людей (сами объявились!), исцелении текущих болячек без лекарств, внезапном возникновении заманчивых предложений о работе и прочих «мелочах». Незначительно? Это как сказать! А с курсом я вообще прошла по опасным порогам и благополучно выринула в более спокойное русло! Сейчас мне хочется выразить благодарность методу НГ и автору Пискареву Павлу! Так же как я испытываю благодарность ко всему НГ сообществу, ведь на конференциях и в общении с Вами я узнала много нового! Я начинала курс, будучи в трудной жизненной ситуации. Сегодня мои кейсы закрыты успешно. На данном этапе, спустя месяцы, довольно интересно это констатировать со ссылками на рисунки. За 9 месяцев рисования индивидуально и в группе на курсе в моей жизни произошли «глобальные» изменения. Ниже я даю их описание.

1 Кейс – выступление на районном методическом объединении я уже описала. Итог: преодолела боязнь публичных выступлений перед взрослой профессиональной аудиторией.

2 Кейс – «Я - инструктор НГ». Изучение метода НГ в условиях обучения на инструкторском курсе Нейрографики 2018г. Рисовала алгоритм выявления намерений и АСО, чтобы попасть на курс и прорисовала все основные алгоритмы на курсе. Искренне верю в метод НГ, рассказываю о нем, провела несколько презентаций. Итог: довольно эффективно пользуюсь методом «для себя» и с ближайшим окружением. Провела несколько мастер классов для холодных клиентов. Презентации есть, новая камера и новый комп. Однако, для продвижения метода в более широком смысле есть над чем работать и чему учиться.

3 Кейс - Аттестация. Рисунков по этой теме много, один из опубликованных на курсе - Работа 16. Шаманский дождь.

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1992230724140887&set=oa.980460175442663&type=3&theater>

В данной работе, выложенной на курсе 1 июля, я была еще в неизвестности. Тогда я окончательно подала заявление на высшую категорию и понимала, что пути назад нет. При защите осенью если бы у меня не хватило баллов, то мне не оставили бы первую категорию. У меня вообще не было бы категории. Удивительно, но таковы правила. Кстати, именно тогда у меня возник вопрос, а стоит ли это таких усилий? Я задумалась о расширении своих компетенций и возможном построении своего дела или какой-то переквалификации.

Я нарисовала не один рисунок, связанный с аттестацией так или иначе, при этом используя различные техники: Алгоритм снятия ограничений, Качество жизни, НейроДрево, Шаманский дождь. В рамках этого кейса были самые разнообразные названия рисунков на разных этапах подготовки к этому событию: от гармонизации отношений с коллегами и администрацией до финансов, узнаваемости, ощущения счастья и удовлетворения. В результате я успешно аттестовалась на высшую категорию 9 октября 2018г. Ожидая, когда выложат информацию на сайте школы.

4 Кейс. Для меня поразительны результаты работы 4 "Качество жизни" СТРАТЫ. Спустя несколько месяцев интересно наблюдать зарождение планов. На оси времени я взяла интервал с апреля по октябрь 2018 года. На горизонтальной оси появились следующие страты, определяющие качество жизни человека:

- 1) Влияние,
- 2) Благосостояние,
- 3) Статус (образование),
- 4) Узнаваемость (популярность),
- 5) Счастье.

К четвертому вебинару курса у меня уже были неудачные попытки рисовать этим методом по бесплатному ролику. Рисунки не нравились, процесс происходил сумбурно и скомкано. Однако в день 4-го занятия на курсе НГ 2018г. все получилось и процесс рисования принес радость. Спасибо Павлу! Тогда же пришло понимание, что цвет очень важен. При выборе оттенков карандаши сами просились в руку и все происходило потоково, само собой. К тому же, узор пересечения страт постепенно в процессе рисования стал даже приятен мне. Визуализация

взаимопроникновения цветов радовали глаз гармонией! (Конечно же, субъективно, только меня).

Рисунок «Качество жизни» можно увидеть по ссылке:

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1895118443852116&set=oa.980460175442663&type=3&theater>

Страта **влияние** показала, что я ожидала усиления этой позиции.

Страта **финансы**: там все было позитивно, к концу лета ожидалось расширение потока.

Страта **статус, образование**: очевидно, что я овладевала новыми знаниями и навыками и расширяла их до других людей.

Страта **узнаваемость**: в начале рисования была незначительная, захотелось нарастить ее красными кругами.

Страта **счастье**: захотелось расширить средний фиолетовый круг, и да, большой круг не вписался. Упс...Главное, не гнаться за счастьем! Оно само нагонит, подумалось мне тогда.

Во время создания рисунка, с одной стороны, мною просматривалась ситуация с коллегами и администрацией на работе, а с другой стороны мысли как бы блуждали вокруг. Наверное, в поиске новых путей. Рисование отзывалось в теле драйвом, какой-то мобилизацией. Помнится, процесс затянулся тогда до часа ночи. Подумалось, на утро не встану. Однако, утро оказалось свежим и бодрым. Так же, вызывало энтузиазм множество тем, которые я видела для проработки этим методом.

На работе наблюдались текущие изменения. Скорее это напоминало борьбу двух тенденций. Например, за три недели до этого мою ученицу не захотели выдвигать на конкурс, а в день после рисования вдруг надо было срочно оформлять на нее документы. Или вдруг дали команду срочно делать справку для представления меня на почетную грамоту.

Я выделяю эту работу отдельным кейсом, поскольку, рисуя ее, я посеяла зерна изменений не только по аттестации, но и по таким темам, как ФИНАНСЫ, УЗНАВАЕМОСТЬ и СЧАСТЬЕ. При пересмотре темы работы «Качество жизни» пришло название «ПОИСК НОВЫХ РЕШЕНИЙ».

Таким образом, этот рисунок оказался заряженным позитивными тенденциями! И если некоторые итоги периода с апреля по октябрь 2018 года вполне объяснимы упорством и приложенными мною усилиями, то другие выявились необъяснимым образом. Например "страта финансы" - в сентябре я получила премию в размере оклада (за всю историю работы в

школе у меня такого не было!) Это стало неожиданным расширением к запланированному и ожидаемому мною. К тому же, повышении категории означает прибавку к зарплате. Или же "страта узнаваемость" - я получила почетную грамоту на муниципальном уровне ко дню учителя в начале октября. Грамоты вручали на торжественном мероприятии в районе. Нежданно-негаданно я, оказывается, "засветилась" на местном ТВ, о чем, к моему изумлению, первыми мне сообщили соседи-родители учеников.

По этой ссылке можно увидеть ролик местного ТВ о мероприятии:

<http://tv41.ru/den-uchitelya-otmetili-v-shchjolkovskom...> - если кликнуть на ссылку, то видно: Елена Вещева - справа.

Кейсы из обратной связи от клиентов.

5 Кейс. Кейс клиентки - начало 29 апреля (см. в моем альбоме в группе NeuroArtists - 2018 - Группа 11 - США). После трех сессий со мной алгоритмами АСО, Нейродрево и самостоятельной прорисовки по бесплатным вебинарам НГ.

Кейс начинался темой "Гармонизация способов проживания различных событий в нашей семье».

Ссылки:

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1917682598262367&set=pcb.208426186553913&type=3&theater&ifg=1>, <https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1924827057547921&set=oa.980460175442663&type=3&theater>,

Здесь видна тема, написанная рукой клиентки.

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1917684231595537&set=gm.208426186553913&type=3&theater>

Изначально женщину беспокоила склонность невестки к отрывам в компаниях (иногда с выпивкой), в то время, как ей приходилось сидеть с внуками дома. Первая работа АСО - проработали все шаги:

1. Постановка темы (что было тоже интересно, как эффективно формулировать тему).
2. Катарсис, выброс (в результате осталась парочка разодранных ручкой листов).
3. Округление.
4. Интеграция:

- 4.1 Фигура/фон.
- 4.2 Архетипирование.
5. Линии поля.
6. Фиксация.
7. Пересмотр темы.

В процессе совместного пересмотра темы с клиенткой вот что к ней пришло:

- нельзя винить себя или сына (невестку);
- наладить отношения с В. (бывший муж);
- нельзя нудить с бесконечными нравоучениями, это бесполезно, даже если намерения благие и она «права»;
- надо "удалиться" от темы, устраниться, не драматизируя;
- по больше конструктивизма в решении других вопросов насущных.

После последующих работ к леди пришло осознание, что частично проблема появилась из-за того, что сын с женой и двумя детьми живут с ней в одной квартире. Каково же было ее решение? Клиентка нашла в себе силы так построить взаимоотношения с бывшим мужем, что у них произошло воссоединение и покупка совместной квартиры в новостройке, хотя к тому времени они не проживали совместно уже два года. Это оказалась очень выгодная покупка по соотношению цена-качество-планировка-расположение.

Примечательна скорость такого глобального изменения. Мы начали сессии в конце апреля, а ключи от квартиры были у них на руках уже в середине июня 2018г. План был таков: она переезжает в совместную квартиру с мужем, освобождая таким образом жилье полностью для семьи сына. ИТОГ на практике: на ноябрь 2018г. они ВСЕ (ВКЛЮЧАЯ СЫНА) все еще делают ремонт в новой квартире. Не совсем тот результат, который хотелось бы иметь прямо сейчас, но все же вектор приложения совместных усилий и действий оптимистичный. И лично я в восторге от нашей совместной работы по алгоритму НейроДрево! Чисто в художественном плане, мне кажется, у клиентки потрясающая работа!

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1945280038835956&set=oa.980460175442663&type=3&theater>

6 Кейс. «Изменение в жизни клиента».

Забавная история произошла с молодым человеком (сыном знакомой) в

период охлаждения с его девушкой. Такая милая и даже шуточная притча... Он рисовал со мной АСО на снятие ограничений в развитии отношений весной 2018г. На рисунке выявились овалы: одна – сине-голубая, другая – в желтых оттенках. В тот же вечер девушка прислала ему серию смешных фоток с синим и желтым попугайчиками. Совпадение? Может быть или... Так работает Нейрографика!

Из обратной связи от мамы парня. Ребята отпраздновали недавно свадьбу. Что ж, правильно сказать: история вышла на другой уровень. Счастья молодым!

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1945293302167963&set=oa.980460175442663&type=3&theater>

7 Кейс. «Гармонизация взаимоотношений в семье». Рисовала АСО, Нейродрево, алгоритм выявления намерений, Нейромандалу рода. Очень личный кейс. ИТОГ – гармонизация. И если степень удовлетворенности отношениями в семье в начале пути с НГ я оценивала на троечку по шкале от одного до десяти, то сейчас я ставлю твердую семерку.

Не хотелось бы такой тонкий инструмент, как Нейрографика, рекламировать как «псевдо- волшебную палочку». Нарисую и получу «миллиард долларов», и другие блага, приводящие к непередаваемым ощущениям! Не надо подмены понятий. Нейрографика – практика сопровождения изменений. Ничего удивительного нет в том, что запуская этот механизм, мы не можем прогнозировать итог на 100%. Почему? Да потому, что тема может быть сложной, застарелой, возможно даже в каком-то смысле «кармической». Сколько работ надо нарисовать в таком случае? В этом связи возникает вопрос, правильно ли мы формулировали тему, скольких людей она затрагивает, какова личная история формирования данной проблемы, в течении какого периода времени она с человеком и т.д. Поэтому я даже и не настаиваю, что у меня все сбывается.

8 Кейс. «Мое здоровье. Снижения и нормализация лишнего веса». Сейчас осенило: надо добавить «Гармонизация энергий и сфер в моей жизни для правильной настройки организма». Да, здоровье – непреходящая ценность. Все его хотят иметь, а вот эффективно поддерживать его получается не у всех. У меня не получается. Мой любимый лишний вес, ты возвращаешься снова и снова. И плохо влияешь на мое здоровье. В рамках этой темы с НГ у меня интересный опыт. Как-то я наткнулась на вебинар Татьяны Лобановой в открытом доступе в интернете. Она удивительно влияет на аудиторию. Помнится, и я рисовала на снижение аппетита и веса под

воздействием ее «магии». На следующий день у меня было что-то вроде отравления и чистки организма - тошнота, слабость, ломило суставы и спину. Не могла ничего есть целый день. Хорошо, что это был отгул, который я просто провела в постели. Еще через день я оклемалась. Каково же было мое потрясение, когда я осознала, что желание заедать проблемы любимой едой улетучилось совсем. Вид вкусняшек не имел для меня никакого значения и никак не отзывался. Это был период абсолютного равнодушия к любимым излишествам. Он длился примерно чуть больше месяца, но не дотянул до 40 дней. Говорят, за такой период вырабатывается новая стойкая привычка. Вес снизился на 6 кг. Но через месяц захотелось каких-то витаминов, как будто бы чего-то не хватало в еде. Я начала добавлять сначала сухофрукты, дальше больше и через какое-то время все вернулось на круги своя. И в смысле пищевых привычек, и в смысле веса. Значит ли это, что метод НГ не работает? Нет. Тема лишнего веса моя старая и «любимая», со мною по жизни. Очевидно, что причин несколько, в том числе, которые не зависят от меня. Самоустраниться и научиться жить в гармонии с этими обстоятельствами у меня не получается, если не сказать, что это невозможно. Хотя я пытаюсь снова и снова. В моей истории занятия аэробикой и в тренажерном зале в течение ряда лет, составление сбалансированных диет, подсчет калорий, занятия в группе анонимных едоков и т.д. Я понимаю, что лишний вес как-то связан с неправильным балансом разных энергий и сфер в моей жизни. А что-то тянется еще из детства. Павел Пискарев сказал как-то на вебинаре, если у человека лишний вес, надо развивать в себе «ветер». Вот это мне отзывается. Что ж, с НГ принимаю себя прямо сейчас такой, какая я есть! Замечательные и эффективные идеи, как жить дальше именно в моей ситуации уже есть, надо только их правильно осмысливать и рисовать. Да пребудет со мной Нейрографика!

[Ссылка на дипломную работу Вещевой Елены в авторском стиле](#)

Работы Вещевой Елены

Тема: Подготовка к конкурсу, как промежуточный этап аттестации.



Тема: Моя работа по своему ограничению в развитии себя как инструктора и коуча нг



Автор:
Волкова Елена
Супервизор:
Субханкулова Евгения

Тема:
Десять основных принципов нейрографики и философии сада.

Уже почти 9 месяцев я учусь на уникальном курсе Нейрографики у автора метода Павла Пискарёва.

Павел Михайлович, которому я бесконечно благодарна за профессионализм, лёгкость подачи материала и глубину знаний, которыми он щедро делится. Нейрографика - это творческий метод трансформации мира, инструмент решения психологических задач графическим способом.

Я ландшафтный дизайнер-декоратор с большим практическим опытом. Моя задача: с помощью растений, садовых аксессуаров и частей природного ландшафта скрыть или превратить в украшение все имеющиеся на участке недостатки, создав при этом гармоничную и уютную атмосферу. Мое воображение и фантазия позволяют находить и видеть перспективы. Мне нравится распорядок моего дня: когда мне хочется, я могу полениться, а когда приходит вдохновение - не могу остановить творческий поток. Я создаю сад для релаксации, успокоения психической напряженности и удовлетворения эстетических потребностей заказчиков.

Как в саду, так и в Нейрографике происходят позитивные изменения. Изменения, созданные руками человека. Любое творчество - это практика: как ландшафтный дизайн меняет облик сада, так и Нейрографика трансформирует мир человека. Я сама прошла через процессы трансформации и, как мне кажется, сняла с себя внутренние ограничения, накопленные за жизнь. Сейчас я день за днем создаю свой новый собственный рисунок жизни, гармонизирую его и отдаю жизненный поток во власть Вселенной и Высших сил. Мне уже видны результаты работы с запросами по алгоритмам НГ. Сегодня, проводя параллель между 10 основными принципами Нейрографики и сада, я вижу много общего и объединила эти две сферы. И мне бы хотелось поделиться своими наблюдениями.

Десять основных принципов Нейрографики на примере декоративного сада.

1. «Образ интегрирует смысл»

С античных времён сад претерпел большое количество изменений: появляются новые стили садов, а старые преобразуются, применяются новые материалы, выводятся новые сорта растений... Всё это меняет облик сада. Разнообразие и количество стилей садов действительно велико.

Стиль сада - это совокупность элементов сада, создающих его целостный образ.

Для **регулярного сада** характерно наличие четких геометрических форм симметрии. В регулярных садах, как правило, нет перепадов рельефа.

Пейзажный сад максимально приближен к природе. В отличие от регулярных садов, выглядящих искусственно, английские сады очень естественны: элементы сада располагаются в свободном порядке, в них отсутствует симметрия. Пейзажный (английский) стиль не обособляет человека от окружающей природы, а, наоборот, показывает их тесную взаимосвязь. Оформление естественных садов предполагает меньшее количество земляных работ, подпорных стен, специальных конструкций. Английские сады, как правило, требуют меньших затрат и меньшего ухода за счет отсутствия большого количества сложных цветников, живых изгородей, топиарных форм и т.п. Дорожки в английских садах могут быть извилистыми, широко используется природных камень.

Концепция **итальянского сада** заключается в том, что сад - это продолжение дома, в нем, как и в доме, есть комнаты и коридоры, что объясняет наличие зеленых комнат и живых изгородей в итальянских садах. Поверхность участка разбита на простые геометрические формы, присутствуют диагональные и прямые дорожки. Сад в итальянском стиле предполагает также и наличие патио. Характерным элементом итальянского сада является и скульптурное оформление.

Китайские, и японские сады - это сады гармонии. Восточные сады - это часть восточной философии, поэтому гармония стихий и естественность - основные черты японских и китайских садов. Однако в них есть и немало различий.

Искусство создания **китайских садов** тесно связано с фен-шуй.

Расположение элементов сада и их цвет должны соответствовать сторонам света. Китайские сады выглядят естественно и, вместе с тем, богато и пышно. Обычно китайский сад не обходится без красного цвета. Считается, что красный - это символ жизни, а расположенный в южной или юго-восточной стороне сада элемент красного цвета принесет человеку славу и удачу в любви. Беседки в китайских садах напоминают пагоды. Сами китайцы называют беседки «глазами сада». Важным является и зонирование сада. Правда, в создании отдельных комнат китайцы будут использовать, скорее, стены из разных материалов (бамбука, например), чем берсо и живые изгороди. Роскоши китайскому саду способны придать скульптурные или барельефные фигуры из бронзы, а также резьба по дереву. Ассортимент высаживаемых растений не должен быть слишком большим. Китайцы отдадут предпочтение лишь нескольким видам трав или моноцветнику. Кроме того, в китайских садах нередко применяется геопластика (архитектурно-художественное преобразование рельефа).

Японский сад отличают две основные черты - миниатюрность и символизм. Японский сад создает очень уютное пространство, закрытое от внешнего мира и людской суеты. Также в японском саду каждый элемент наделен особым смыслом, причем основные составляющие сада - камни («скелет» сада) и вода («кровь» сада). Так что каменистый садик (альпийская горка или рокарий) и небольшой водоем или ручей - то, что обязательно должно украшать настоящий японский сад. Кроме того, японские сады создаются не для прогулок, а для созерцания окружающего мира, пассивного времяпрепровождения, ведь изначально японские сады создавались вокруг чайного дома (японцы называют его «тянива»), где ничто не должно отвлекать внимание от церемонии чаепития. Также японский сад не обойдется без вечнозеленых растений, бонсаи и, конечно, без японских фонариков (в зависимости от своего назначения светильники в Японии даже имеют разное название).

Общим в оформлении восточных садов является и подбор похожих фигурок для сада и аксессуаров. Ни один восточный сад не обойдется без колокольчиков и «музыки ветра».

Модерн. Основная мысль в том, что сад должен быть максимально функционален, в нем все должно отвечать требованиям своего владельца, поэтому сад в стиле модерн спокойно переходит в теннисный корт, а бассейн для дачи прекрасно вписывается общую планировку. Для стиля модерн характерно несколько черт. Во-первых, это большой круг применяемых строительных материалов и значительно меньший круг растений. При

подборе растений особое внимание уделяется их листве и побегам, а не цветам. Во-вторых, в садах стиля модерн используют контрастные сочетания: черные и белые цвета (резкие переходы, отсутствие «промежуточных» тонов), остроконечные растения и крупнолистные, хвойные и плодовые деревья и т.п. В-третьих, элементы участка должны быть простыми, приземистыми. Часто в садах стиля модерн используют контейнерные растения, создают моноклумбы и крупных, ярких цветов (таких, как мак, ирис, пион, лилия и т.п.). Аксессуары, безусловно, украсят любой сад, но в саду в стиле модерн их должно быть минимум. Один из приемов сада модерн - размещение кованых вещей на фоне светлых стен. Планировка сада в стиле модерн, как правило, геометрическая, но в ней не обязательно должна быть симметрия.

Стиль кантри (сельский) идеально подходит для создания уюта на дачном участке. Он раскрывает все очарование простой деревенской жизни. При создании сада в стиле кантри в существующий ландшафт, как правило, не вносят много изменений. Для сельского сада характерно использование натуральных материалов, простота, естественность, даже некоторая запущенность. Характерно для сельского сада и наличие мавританского газона.

Незаменим в сельском саду и декоративный огород. Приветствуется и наличие аксессуаров, желательно сделанных «под старину».

Голландские сады чем-то похожи на сады в стиле кантри. Их особенностью является миниатюрность, использование каждого свободного пространства с максимальной выгодой. Голландские сады создают очень закрытое, уютное пространство. Посадки крупномеров в голландских садах ограничены - они не должны затенять другие растения и скрадывать их красоту. Голландский сад включает в себя хвойные и вечнозеленые растения, которые декоративны на протяжении всего года. На фоне зелени газона, хвойников и вечнозеленых растений прекрасно смотрятся красивоцветущие кустарники и пышные цветники. Еще одна черта голландского сада - наличие атрибутов сельской жизни, аксессуаров, характерных для стиля кантри.

Для людей, привыкших к неспешному темпу жизни и роскоши, подойдет **мусульманский вариант оформления** сада. Он, подобно восточным садам, тесно связан с религией. Сад для мусульман - это воплощение рая на земле.

В мусульманском саду все способствует умиротворению и неге. Весь сад разделен на четыре части (так называемый «чор-багх» - четыре сада).

Большие квадраты могут быть разделены четырьмя меньшими. Планировка сада - строго геометрическая. Поскольку вода у мусульман священна и ее наличие обязательно, в центре квадратов желательно расположить небольшие фонтаны. Вообще наличие «движущейся» воды - водопада, ручья, протоки, канала или каскада - важная деталь в оформлении мусульманского сада. Материалы сада должны олицетворять богатство и роскошь; наиболее популярен в мусульманских садах мрамор.



Свое развитие мусульманские сады получили в Испании. Именно в этой стране, долгое время находившейся под властью арабов, экзотика Востока смешалась с чертами европейско-андалузского садового искусства и воплотилась в **мавританском стиле сада**.

Внутренние дворики - патио - представляют собой своеобразные комнаты, отделенные друг от друга и от внешнего мира арками и перголами, увитыми виноградом, плетистыми розами и лианами. Растения в мавританском саду высаживаются свободно, они не подвергаются стрижке. Предпочтения в мавританском саду отдано пряным травам. Широко используется в мавританских садах декоративное мощение. Так же, как и в мусульманских садах, большое значение придается водным

элементам.

Как садовник выбирает стиль сада, я могу выбрать тот алгоритм в Нейрографики, который подойдет мне, либо моему клиенту здесь и сейчас. Он даст росток, тому, что скрыто в глубинах подсознания и заложит будущий стиль «сада жизни», распланирует, раскроет жизненное пространство в новом стиле.

2. «Смыслы контейнируют состояния»

У каждого человека есть своя уникальная эмоциональная реакция на определенное слово. Например, слово «удача» вызывает сумму чувств или одно состояние, которое привязано к нему. Ассоциацию составляет личный опыт, набор эмоций или набор каких-то представлений. Слово «удача» контейнирует в себе весь набор эмоций, представлений, фантазий.

Очевидно, сад проявляет свои эмоции через времена года. Например, сад зимой - это не только растение, но и освещение, скульптуры, малые архитектурные формы, засыпанные снегом, они могут давать новые неожиданные эффекты, смыслы, где снег главный аксессуар. Когда все в снегу, как бы все сжимается, ограничивается, сад приобретает прозрачность и графичность. Следует продумать, что будет смыслом зимнего сада, что притянет, обеспечит декоративность, акцентирует на себе внимание. Так же и в Нейрографике. Определить, где в подсознании человека находятся блоки, помогают линии действий, отклики, реакции. Графичность метода позволяет придать форму и смысл проблеме, оформить её в один архитектурный объект, вывести и растворить на листе бумаги.

Сколько метелей и порывов бурного ветра переживает сад зимой! Кажется, что жизнь в саду совсем умерла, стужу не пережить, но вдруг... Всё пробуждается весной. И все эти безжизненные ветви начинают просыпаться, раскрывать нежно-зелёные почки, наполнять воздух сладким ароматом первых цветов... только тогда понимаешь, как велика сила надежды, живущей в глубине сердца. Весна обязательно придёт! Цветы знают свое время - не стоит ждать их среди зимы. Здесь все имеет свой порядок и место



и у растений не бывает так, чтобы кто-то возмущался осенним дождем, весенним паводкам или засушливому лету - без них сад не будет развиваться и расти. Их нужно пережить. Сад - творческая мастерская, в которой человек пытается соединить стиль и композицию из деревьев кустарников и цветов.

Лето - время необыкновенного цветения и наполненности, пышности, раскрытия. Это период, когда растения могут показать себя, нарастить свои возможности и дать плоды.



Почти неуловим миг, когда жаркое душное лето сменяется тихой задумчивой осенью. На первый взгляд, в садах цветут все те же яркие астры и георгины, утонченные гладиолусы. Но как-то звонче и пронзительнее стали шорохи и звуки. Звонящий воздух сентября несет в себе все признаки наступающей осени,

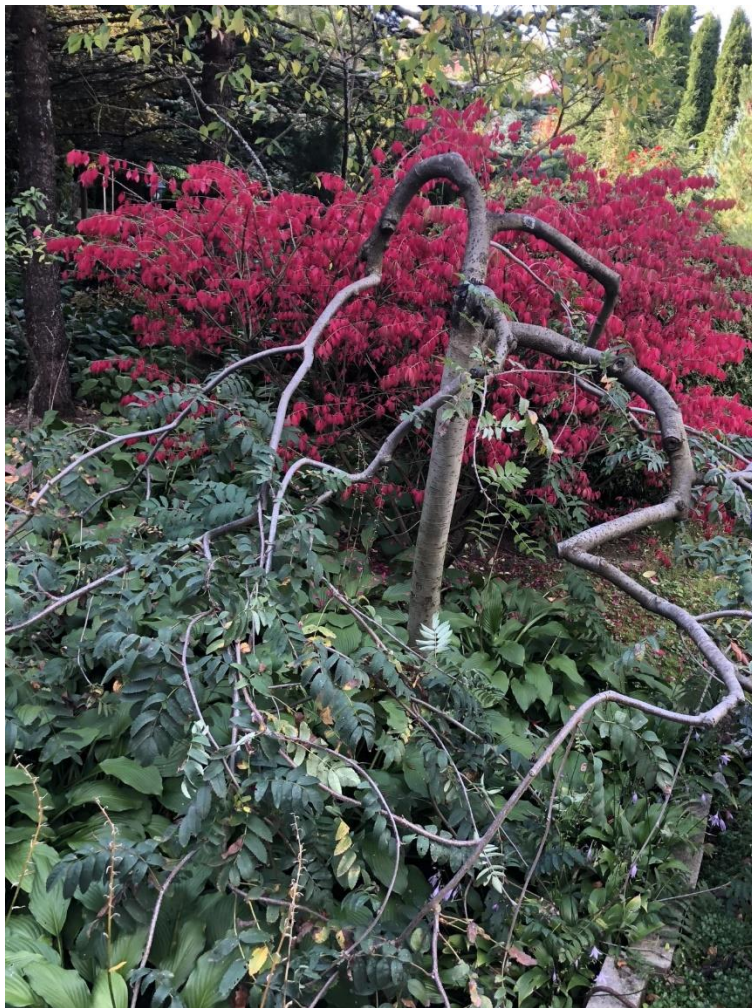
он словно обрел форму и превратился в прохладное, сквозное покрывало. Выше и прозрачнее стали небеса. Листва подернулась нежнейшими переливами всех оттенков желтого и пурпурного и перестала казаться такой непроглядной, обрела ажурность и воздушность. Осень - это еще и лето: бабье, оно же индейское. Сад приготовился к заключительному празднику красок, как бы бросая вызов приближающейся зиме, которая неизбежно уничтожит эту красоту. Метод Нейрографики дает возможность изменить свои впечатления создавая в душе весну.

3. «Проблема порождается разумом»

Все живое, за исключением человека, существует просто, естественно, в потоке. Когда человек думает о жизни, он сам задает смыслы, он погружает себя в мир противоречий, дуальности. Но этой двойственности нет нигде, кроме как в его сознании.



Уязвимость человека в его разуме. Разум создает проблему, когда он не получает, того, что ожидает, этим мы уязвимы. Ум прикован к оценке, которую человек ожидает от окружения. Всему живому кроме человека, оценка не нужна. В растительном мире, когда наступает



засуха и растения увядают совсем не значит, что они стали хуже. Просто так есть и хотя обнаженные кроны деревьев и кустарников навевают грусть, кажется, что все застыло в плену безнадежности, но все же этот пейзаж прекрасен, потому что знает, что придёт новый сезон, который подарит свою новую неповторимость. Порой кажется, что цветущий сад принесет плоды осенью, но весна просто согревает и не дает никакой гарантии на будущее, не отвечает за планы и мечты человека. Нужно просто научиться верить, мечтать и надеяться. Сад - это воплощение мечты помноженное на труд, это

внимание и готовность без разочарования и отчаяния принимать любые прихоти природы. Цветы всегда напоминают о настоящем, иногда даже самые прекрасные сады, зарастают сорняками. В Нейрографике это алгоритм ограничения АСО дает возможность воплотить «сорняки» из любого сада жизни!

4. «Решение обладает качеством бионики»

Качественное решение задачи почти всегда иррационально, так как оно требует реорганизации бессознательных процессов. Решение какой-либо ситуации - это то, что изнутри резонирует с каждой клеточкой тела, с опытом, с живой природной сущностью человека.

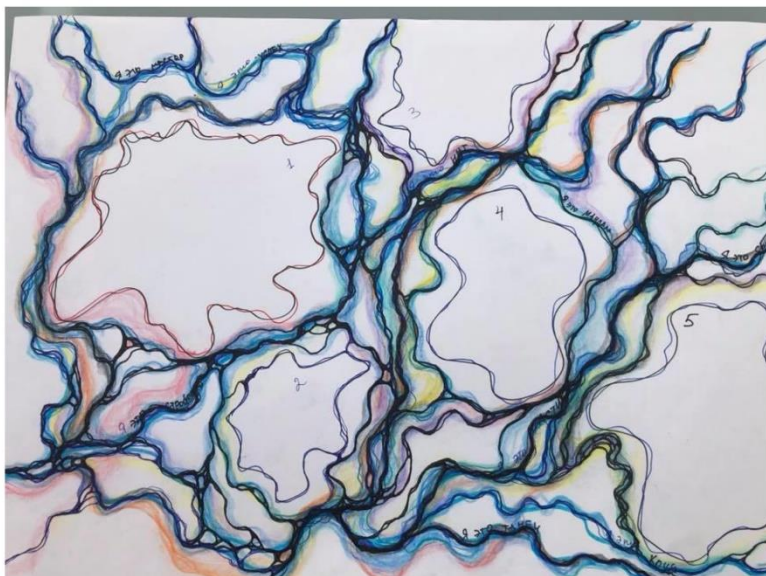
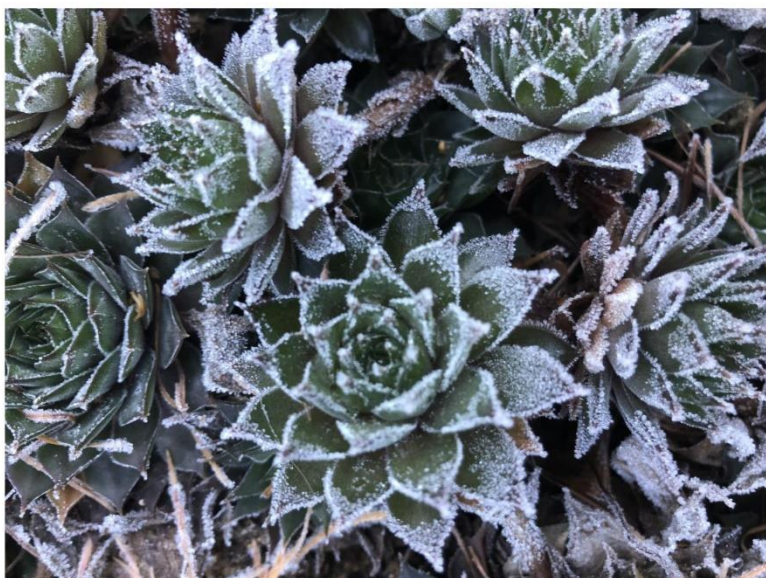
Поэтому решение, которое не обладает качеством бионики, не проникает внутрь, не вызывает у нас импульса к жизни, не является истинным решением.

В этом смысле Нейрографика - это биоключ к решению проблем человека.

«Ведь еще Господь Бог занимался ею, создавая людей "по образу и подобию своему"» (Академик Капица).

Почему же при современном уровне развития техники природа настолько опережает человека? Во-первых, чтобы понять устройство и принцип действия живой системы, смоделировать ее и воплотить в конкретных конструкциях и приборах, нужны универсальные знания. А сегодня, после длительного процесса дробления научных дисциплин, только начинает обозначаться потребность в такой организации знаний, которая позволила бы охватить и объединить их на основе единых всеобщих принципов. И бионика здесь занимает особое положение.

А во-вторых, в живой природе постоянство форм и структур биологических систем поддерживается за счет их непрерывного



восстановления, поскольку мы имеем дело со структурами, которые непрерывно разрушаются и восстанавливаются. Каждая клетка имеет свой период деления, свой цикл жизни. Во всех живых организмах процессы распада и восстановления компенсируют друг друга, и вся система находится в динамическом равновесии, что дает

возможность приспосабливаться, перестраивая свои конструкции в соответствии с изменяющимися условиями. Основным условием существования биологических систем является их непрерывное функционирование. Технические системы, созданные человеком, не

имеют внутреннего динамического равновесия процессов распада и восстановления, и в этом смысле они статичны. Их функционирование, как

правило, периодически. Эта разница между природными и техническими системами очень существенна с инженерной точки зрения. (<http://bionica.narod.ru>)

Живые системы значительно многообразнее и сложнее технических конструкций. Биологические формы часто не могут быть рассчитаны из-за их необычайной сложности. Мы просто еще не знаем законов их формирования. Тайны структурообразования живых организмов, подробности происходящих в них жизненных процессов, устройство и принципы функционирования можно узнать лишь с помощью самой современной аппаратуры, что не всегда доступно. Но даже при наличии новейшей техники очень многое остается "за кадром". Бионика наступает. Быстрее, выше, сильнее!

5. «Гармония ведет к удовлетворению»

Это не только один из базовых принципов Нейрографики, но и один из базовых принципов человеческого бытия.

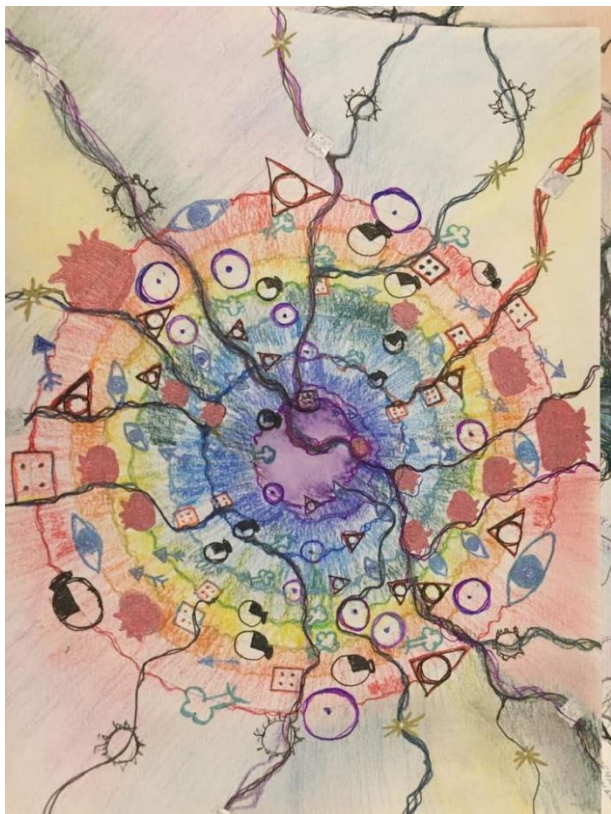
Гармония - это чувство, которое переживает каждый человек: гармония с окружающей средой, с космосом, с самим собой. А удовлетворение - это следствие состояния гармонии.

Люди, рисуя Нейрографику, через достижение гармонии на своем рисунке приходят к состоянию удовлетворения, и далее - к ощущению счастья.



«Гармони» - греческое слово, обозначающее связь, стройность, соразмерность. В живых организмах гармонично сочетаются различные особенности их строения, формы, окраски.

Создавая свои творения, совершенствуя на протяжении тысячелетий, Природа «строила» их целесообразно - наделяла той единственно верной формой, которая помогала выжить в окружающей среде. Изменялись условия обитания - и Природа искала новое решение.



Гармония и целесообразность издавна привлекали внимание не только художников, но и ученых. В конце XIX в. была издана книга немецкого естествоиспытателя Эрнста Геккеля «Красота форм в природе». Многочисленными математическими терминами, геометрическими фигурами она напоминала учебник геометрии. Описав сотни живых организмов, Геккель сделал вывод: «Огромное большинство тел природы после тщательного изучения, измерения размеров и описания форм позволяет заметить в себе определенные математические отношения. Эти отношения выражаются в симметрии

между частями тела и могут быть сведены к геометрической форме».

Зубчатые ели, величавые сосны... Их даже в темноте не спутаешь. У каждого вида деревьев своя конфигурация, своя симметрия, своя гармония.

6. «Вселенная уменьшается на острие маркера мастера»

Нарисовать можно все! Нейрографика позволяет нарисовать прошлое и будущее, создать модель отношений, изобразить мечту, любое чувство: тоску

или боль, явление: успех и удачу. Внутри одной системы - одной нейрографической картинке, с помощью маркера человек может применить противоречия.



Тему сада и принципа Вселенной, очень хорошо раскрыла автор Светлана Расько*. Я хочу, чтобы все узнали про этот сад. Описание, с которым я полностью согласна, приведено ниже.

«Один из самых интересных и красивых в мире,

самый оригинальный и самый труднодоступный — такими словами можно охарактеризовать Сад Космических Размышлений Чарльза Дженкса. Сад расположен в Дамфисе на юго-западе Шотландии. Он был создан двумя талантливыми ландшафтными дизайнерами - супругами Чарльзом Дженксом и его женой Мегги Кесвик. Ландшафт парка состоит из пяти смежных областей, заполненных холмами, прудами и долинами.

Дженкс задумывал свой Сад так, чтобы он воздействовал на все пять органов чувств человека, чтобы человек ощущал себя здесь как первооткрыватель мира. Ведь Сад Космических размышлений олицетворяет Вселенную, более того, наполнен научными теориями, формулами, формами самоорганизующихся структур. Лестницы - зигзаги и террасы символизируют эволюцию, а волновые формы и спирали — коды Вселенной, историю сотворения мира.



Ключевое слово в названии необыкновенного парка - размышления. Не нужно отправляться в далекое космическое путешествие, чтобы познать Вселенную, это можно сделать и здесь, на Земле, отправившись на прогулку по космическому саду. Свое вдохновение известный архитектор постмодернист Чарльз Дженкс черпал во фрактальной геометрии, а Мегги Кесвик, ученый - специалист в области китайских садов, привнесла сюда их мудрую гармонию и китайскую философию. Именно отсюда длинные и плавные линии рельефов холмов, напоминающие старинные китайские

пейзажные миниатюры.



Но постепенно сад превращался в нечто большее. В нем отражались размышления Дженкса о космосе, происхождении Вселенной и смысле жизни. Особенно явственно эти мотивы стали проступать после 1995 года,

когда умерла его жена Мегги. Поэтому в парке можно увидеть не только зеленые рельефы драконов, необычные пруды и конусы пирамид, но и Сад Физики, оригинальные скульптуры ДНК в виде двойной спирали, черные дыры в виде алюминиевых цветков. Металлические скульптуры удивительно органично вписались в природный ландшафт парка. Их автор - мастер по металлу Смит Джон Гибсон, который вместе с Дженском 15 лет работал над воплощением идей дизайнера.

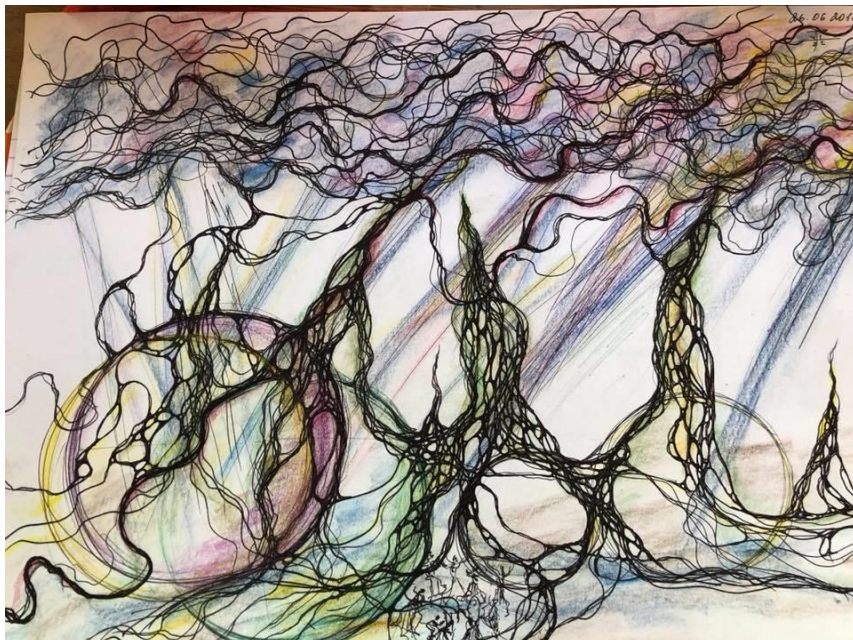
Сад наполнен тайнами и парадоксами. Чтобы подняться на холм, здесь нужно спуститься вниз, а чтобы подняться - спуститься. Ну а если посетители устали от загадок и размышлений о месте человека во Вселенной, им предоставлена возможность отдохнуть в Беседке бессмысленности. Но предаваться долгое время отдыху - непозволительная роскошь. Ведь после



смерти Мегги Дженск открывает ворота своего частного парка лишь один раз в году. Попасты в Сад Космических Размышлений - большая удача, и, конечно, за этот день нужно увидеть все его достопримечательности и попытаться разгадать хоть часть его загадок и тайн.»

7. «Любая задача имеет графическое решение»

В проектировании сада особое значение необходимо уделить чертежам. Аккуратно и грамотно сделанный чертеж позволяет донести до пользователя замысел проектировщика во всех подробностях, именно на его основе



производится строительство нового сада. Проект включает в себя основные структурные посадки, разбивки в натуре всех элементов, планы и взаимная увязка всех инженерных сетей, насаждений и сооружений. В Нейрографике мы объединяем проблему,

желание, разные «хочу» в одном проекте.

8. «Плоскость листа не имеет границ»

Выбор стиля сада зависит от особенностей участка, но в большей степени это дело вкуса и отражения личности владельца и даже больше того - отражение его мировоззрения. Современный стиль малого сада только соприкасается со стилями садов прошлого, границы великих стилей размыты. Памятники садово-паркового искусства прошлого в наши дни включают элементы разных стилей. Регулярный стиль соседствует или поглощается пейзажным. Вырастая и старея, сад проходит не только через возрастные границы, но и через стилевые, приобретая в каждой стране национальные черты. Поскольку сад связан с бытом и жизнью общества: как сад вырастает из самого себя, так и в плоскости

лист вырастает из формата А4. Как часто случается, когда рисуешь, не хватает формата листа. Ты берешь лист, ещё и ещё один, можешь даже захватить пространства пола и стен.

9. «Мир состоит из фигур и линий»

Далеко не всякая фигура, какой бы привлекательной она не казалась, на первый взгляд уместна на плане участка. Самая распространенная ошибка проектировщиков - пренебрежение законами линейной перспективы. Нередко интересное оформление участка строится на сочетании простейших геометрических фигур. Статичность и завершенность круга, динамика и эмоциональное напряжение треугольника, чистая логика прямых углов,

вечный принцип золотого сечения, правило перспективы, все это помогает нести в облик современного сада особую благородную красоту.

Свои желания, возможности, реальное и нереальное, здоровье людей я могу обозначить фигурой. Нейрографика линии может наладить, растворить,



удалить или соединить всё. Нейролинии создают мою нейронную сеть, увеличивая, моё понимание и восприятие

10. «Рисовать просто»

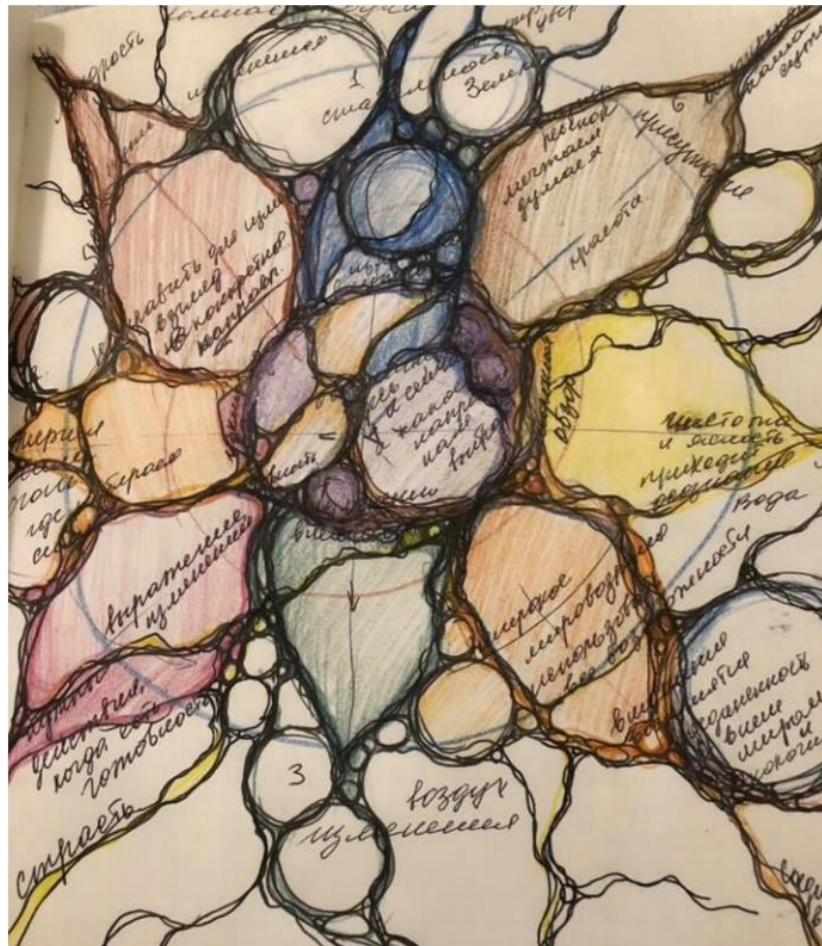
Желание рисовать, это признание миру в любви, восхищение красотой, восхищение мастерством творца. Человек, решая нарисовать, освобождается от

неуверенности, переступает через страхи, идёт наперекор давлению извне. Но стоит сделать этот маленький шаг и мы понимаем, что именно этого нам не хватало, чтобы по-настоящему быть собой. Рисуя в Нейрографике, ты рисуешь себя нового, свои мечты, оставляя свои комплексы, социальное давление, путаницу в приоритетах, страх самовыражения и ориентацию на профессионалов. Рисуя, ты избавляешься от навязчивых стереотипов. Учась на инструкторском курсе, прорисовывая алгоритмы, я перестала стесняться, сомневаться, ушла от абсурдных фактов, которые усложняли мне жизнь. И сегодня я продолжаю свою учёбу на курсе «Экзистенциальный подход». Все мои изменения начались как только я взяла в руки маркер. Я рисую, когда ищу диалог с собой. Очень трудно определить, когда человечество обозначило первыми символами этапы своей жизни. Нейрографика помогает воссоздать новые коммуникации с собой и новыми людьми.

Философия афинянина Эпикура как садовника:

- Не бояться богов
- Не бояться уйти из жизни
- Блага легко достижимы
- Неурядицы легко переносимы

Философия Нейрографики: жизнь прекрасна. Философия Эпикура: жизнь - удовольствие.



[Ссылка на дипломную работу Волковой Елены в авторском стиле](#)

Автор:
Гинсбург Олеся
Супервизор:
Vitta Amoris

Тема:
Нейрографика как Средство Личной Трансформации на Пути к Творческой Жизни.

- Что такое творчество?
- Это взаимоотношения между человеком и тайнами вдохновения.

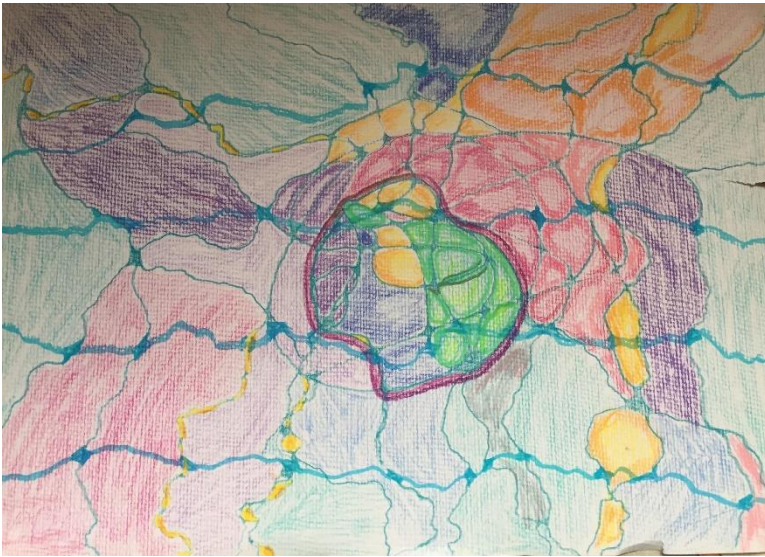
Элизабет Гилберт

Творчество - это естественный порядок жизни. Жизнь - это энергия, чистая творческая энергия. Отказ от творчества противоречит природе человека. Сила созидания лежит у истоков всего в жизни, включая нас самих. Мы - произведения Творца и, в свою очередь, созданы чтобы продолжать созидать через творчество в своей жизни.

Говоря о творческой жизни, я не подразумеваю жизнь исключительно или профессионально посвященную искусству. Я не утверждаю, что каждый должен стать профессиональным художником, известным музыкантом или писателем. Жить творческой жизнью в моем понимании имеет более широкий смысл - жить жизнью более наполненной, жизнью движимой скорее любопытством чем страхами и ограничениями.

Я впервые узнала о Нейрографике от своей знакомой, когда увидела её необычные рисунки в сети. И я решила попробовать рисовать. Я ничего не знала о методе, но эстетическое удовольствие от этих рисунков пробудило во мне давно забытое желание создавать что-то красивое своими руками. Вернее сказать, я ребенком неплохо рисовала, ходила в художественную школу, и очень любила рисовать, но бросила когда стало ясно, что у меня не было достаточно таланта чтобы стать профессиональным художником. О, эта "прекрасная" школьная система - где "талантливые" официально отбираются из общей массы, и все ждут от них творческого чуда, тогда как все остальные задвигаются в сферу прозаичного, "серьезного", лишённого вдохновения существования. Эта система хорошо прошла колесом и по мне. Когда я нарисовала свой первый нейрографический рисунок, он до ужаса мне не понравился, он был подтверждением того, что у меня

действительно нет никакого таланта.

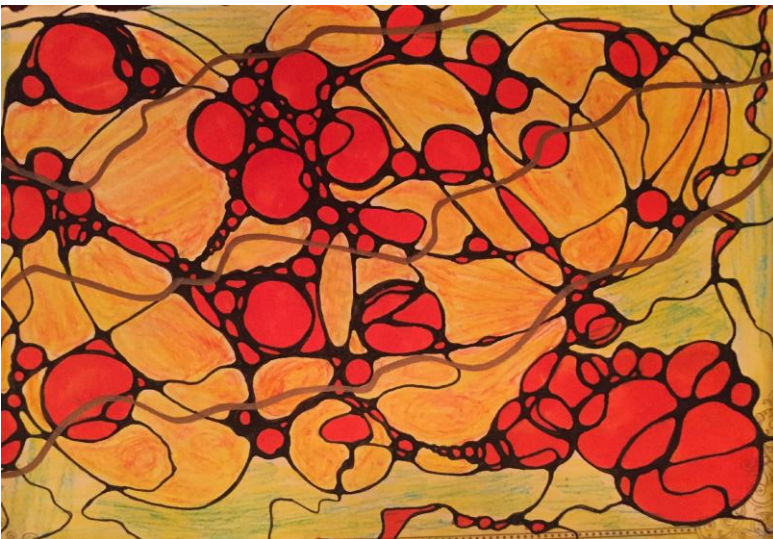


Это мой самый первый нейрографический рисунок. Я не совсем понимала, что я делаю, и результат мне тоже не понравился. Я даже подумала, что в детстве я была гораздо талантливее.

Однако, семена творчества уже были посеяны и жажда созидания только увеличилась. Так я записалась

на курс "Пользователь". Это уже была моя точка невозврата.

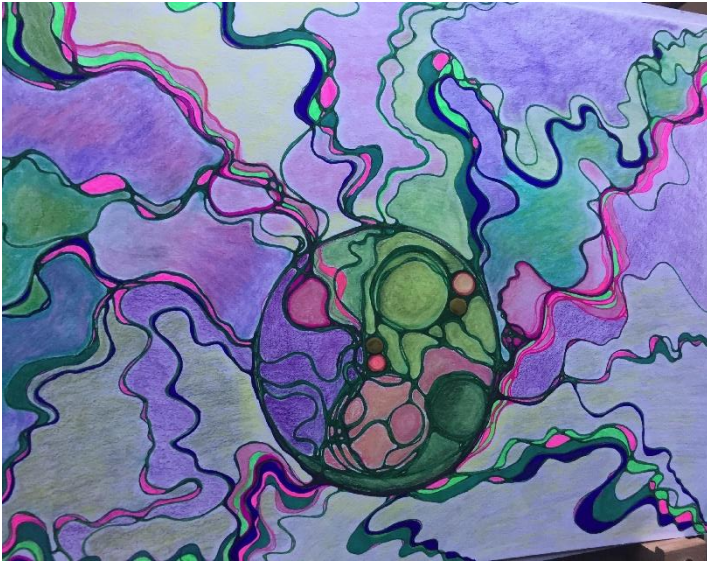
Этот рисунок стал для меня ключевым на пути к творчеству - здесь прорисован конфликт на работе через АСО. Результат этой работы полностью убедил меня в правильности выбора пути - пути Нейрографики. Мой конфликт разрешился наилучшим образом, который до рисунка вообще не представлялся мне возможным, и самое главное - рисунок мне понравился! Я получило полное эстетическое удовлетворение и желание рисовать дальше.



Вода маркером по бумаге, я вдруг отчетливо поняла, что в последний раз я чувствовала себя так же легко, счастливо и творчески более четверти века назад...Это было шоком - понять что я отказывала себе в праве быть творцом так долго! После курса "Пользователь" стало ясно, что я иду учиться на инструкторский курс. Я проигнорировала внутренний

голос, который нашептывал мне, что я веду себя безответственно и трачу деньги на непонятную, не применимую к моей "взрослой" жизни ерунду, и полностью погрузилась в Нейрографику.

Каждый день я рисую. Сейчас я люблю рисовать наверное даже больше чем в детстве - я научилась понимать ценность своей радости от творческого процесса. С каждым днем мои рисунки становятся более красивыми, более осознанными, и приносят мне большое эстетическое удовольствие.



В этом рисунке я прорабатывала намерение - для чего я хочу стать инструктором Нейрографика. Осознание пришло еще во время работы - через линию я открываю свой творческий потенциал. Я больше не ощущаю себя как банальный потребитель и ничего больше чем сумма ежедневных дел и обязанностей. Я творю для себя, я творю из себя. Это революция, революция в моей жизни. Это то, что я называю жить творческой жизнью.

революция в моей жизни. Это то, что я называю жить творческой жизнью.

Это наш свет, а не наша тьма что пугает нас больше всего.

Марианна Уильямсон

Нейрографика помогла мне преодолеть мои страхи на пути к творчеству. Творческая жизнь - несомненно путь смелых. Известно, что страх парализует волю, действие, и убивает творчество. Страх превращает наши мечты в пыль. Первые работы в Нейрографике дались мне с трудом - мне было страшно. Список этих страхов можно вести бесконечно, вот некоторые из них:

- Я боялась, что у меня нет таланта
- Я боялась, что меня будут критиковать, отвергать, или что хуже всего, игнорировать
- Я боялась, что для моего творчества нет применения, а значит нет смысла начинать
- Я боялась, что кто-то уже сделал это лучше меня
- Я боялась, что меня не воспримут серьезно
- Я боялась, что мечтать о рисовании стыдно
- Я боялась, что оглянувшись назад, все это покажется мне лишь тратой времени, сил и денег.
- Я боялась, что у меня недостаточно финансовой свободы или

свободного времени чтобы сфокусироваться на творчестве.



В этой работе я прорисовывала свой страх - очень сложная работа, мне казалось, что с каждой линией я отпускаю очередной страх, отпускаю сомнения и неуверенность. Линии обрывались, было большое сопротивление. Внутренние демоны и сейчас смотрят на меня с этого рисунка, только теперь они там, за пределами

меня, и мне больше не страшно. Нейрографика вскрыла мои старые страхи и активировала новые, и в то же время, благодаря своей простоте и доступности, помогла мне двигаться дальше, и с каждым рисунком страх отступал.

В том мире, в котором мы живем сейчас, трансформация человечества может быть единственной надеждой на спасение.

Станислав Гроф

Пока не произойдет личная трансформация, социальной трансформации быть не может.

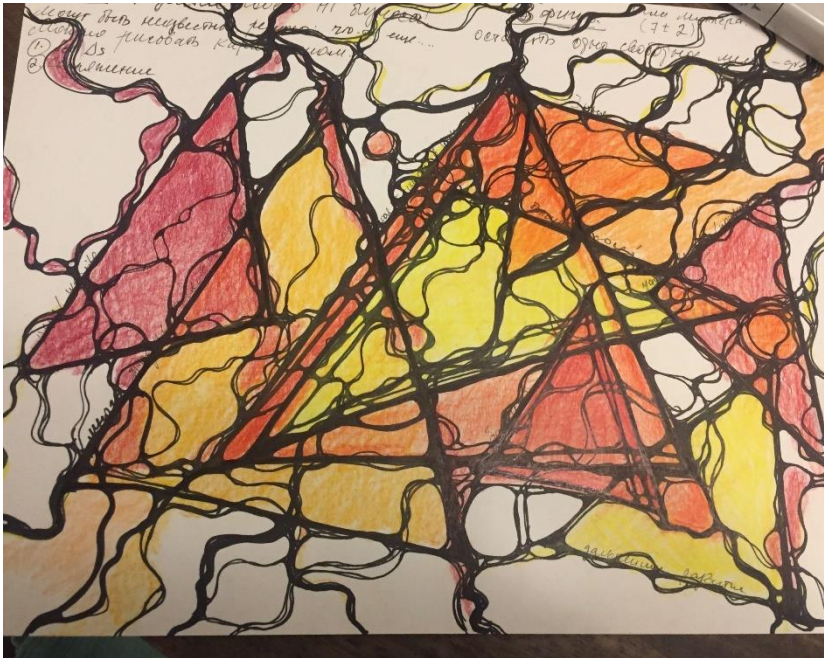
Дипак Чопра



Нейрографика - один из самых доступных творческих методов личной трансформации. Каждый может овладеть линией. В Нейрографике, ты сам и художник и критик. Никто не сможет интерпретировать твой результат кроме тебя. Следуя простым и элегантным правилам,

рисующий всегда занимает главную позицию в своем творческом процессе - от выбора темы до интерпретации завершенной работы. Какое невероятное расширение прав и возможностей!

Этот рисунок один из первых, здесь я еще исследую линию, форму, еще



остерегаюсь цвета, и линии поля тонкие и неуверенные.

А в этой работе уже все по другому - уверенные линии, формы, глубина рисунка и яркие сочные цвета. Трансформация моих рисунков очень скоро переросла в трансформацию всей моей жизни.

“Зачем мне творчество? Я - врач!”

(Из разговора с коллегой по работе)



Закоренелый миф, навязанный социумом - творчество - для художников; оно не имеет применения и пользы в “нормальной”, материальной среде. В то время как творчество - это внутренний поиск аутентичности, своей уникальности. Когда мы открываем себя для творчества, мы открываемся творчеству Создателя внутри нас и в нашей жизни. Наши творческие мечты и желания приходят от божественного источника. Приближаясь к нашим мечтам, мы приближаемся к божественному.

Именно через этот рисунок я почувствовала свою связь с Источником. Дерево, как архетипичный символ, позволило мне соединить свое творческое начало со вселенским Началом.

Творчество - это не поиск, а созидание себя.

Бернард Шоу

Все мы - ходячие хранилища скрытых сокровищ. Вселенная спрятала в каждом человеке уникальные способности - сокровища, поиском которых и является творческая жизнь. Нейрографика представляет собой мощное и доступное средство чтобы добиться успеха в этих поисках. Нейрографика привела меня к удивительному открытию моей способности писать. Помимо ежедневного рисования, я начала писать сказки и стихи для детей (См.



сказку о трансформации "Разбудить Дракона"). Большинство моих рисунков дают мне сегодня обратную связь - мои ощущения от работ находят выражение в эпистолярном жанре. Вот так, через Линию, я подружилась со Словом.

Эта работа вдохновила меня написать сказку "Разбудить Дракона", сказку о личной

трансформации.

Тот, кто ищет снаружи, спит; тот, кто ищет внутри, проснется.

Карл Юнг

Нейрографика расширяет пространство жизни. Моя личная творческая революция прошла "бескровно". Я не оставила работу врача, не бросила семью, и не побежала с блокнотом и маркером по миру конвертируя всех и вся в адепты нейрографики. Моя революция - моя творческая трансформация продолжается и по сей день. Каждый день Нейрографика раскрывает передо мной свои бесконечные горизонты и возможности. Проведя год с

нейрографикой и подводя к окончанию инструкторского курса, я вижу как расширилась моя жизнь и какое место в ней занимает творческое пространство.

За этот год я разработала авторский алгоритм нейрографики, познакомила многих людей с миром нейрографики и провела несколько коуч-сессий, написала несколько сказок и стихотворений, начала блог посвященный осознанности и нейрографике, в настоящий момент веду работу над веб сайтом.



Этой работой я запустила свой проект - работа над осознанностью с помощью нейрографики. После этого рисунка, ручеек моих идей превратился в полноводную реку, скоро сайт будет закончен и проект запустится в жизнь. Нейрографика ведет меня волшебной нитью Ариадны через лабиринт жизни, где за каждым поворотом меня ждет

новый творческий проект. Именно это я называю жить творческой жизнью.

Вполне естественно, что пути и результаты творческой жизни будут совершенно разными у разных людей. Одно можно сказать с уверенностью - творческая жизнь в любом варианте будет жизнью расширенной. Это жизнь,



которая будет больше, ярче, счастливее и во сто крат интереснее.

Метод нейрографики позволяет жить в этой творческой манере, упорно продолжая доставать на свет драгоценности, спрятанные внутри каждого из нас. Нейрографика помогла мне понять нечто очень важное: я - художник, и я художник

во всем!

Свою задачу как инструктора нейрографики я вижу именно в возможности показать людям способ открыть в себе творческие способности и, как следствие, "нарисовать" свою новую, яркую, счастливую, богатую творческую жизнь.

Вот такая теперь у меня жизнь - творческий фейерверк.

Разбудить дракона.

Большой дракон спал - положив шипастую голову на лапы, сложив кожистые крылья на спине, он спал давно, возможно что сотни, а то и тысячи лет. Что снилось дракону - неизвестно, но время от времени он вздыхал, вздрагивал всем телом и перебирался на несколько шагов в сторону не просыпаясь. Дракон лежал на яркой зеленой поляне окруженной со всех сторон великими горами в белых шапках, над поляной светило круглолицее солнце, ночью поляну охлаждала белесым светом луна. У подножия гор струились чистые реки, золотые рыбины выпрыгивали из них высоко и с громким плеском падали обратно в воду. Веселый ветер сбивал в стаи разноцветных бабочек, переносил их от одного цветка к другому. Это было красивое, волшебное место. Дракон ничего этого не видел. Он спал. Изредка он ел траву, пил воду из ближнего ручья, но веки его всегда оставались полузакрытыми. Рожденный в этом прекрасном месте, дракон и сам был очень красив - огромный, блестящий и черный как оникс, с тонкой позолотой на чешуе, он был скорее похож на таинственный памятник, нежели на существо из плоти и крови. Но что-то было не так с его глазами - затянутые пленкой, полу-прикрытые, они почти не пропускали света, и нельзя было рассмотреть ни их цвет, ни форму. Все тело дракона было покрыто тонкой прозрачной сферой, похожей на яйцо. Эту сферу было много, все они выходили из под брюха дракона и плотно смыкались над его телом, образуя бесконечную округлую пирамиду, которая в равной степени ограничивала пространство вокруг дракона как сверху так и со всех сторон. Дракон как будто спал в прозрачном многоуровневом коконе, не замечая этого.

Никто не знает, сколько продолжалась эта полу-жизнь, полу-сон дракона, но однажды, прямо у своего уха, дракон услышал протяжную грустную песню. Дракон попытался зарыть голову глубже под лапы, но назойливая мелодия продолжала проникать в его голову все больше и больше. Раздраженно зарывав, дракон приоткрыл глаза и увидел прямо перед собой маленькую женщину в белом платье. Женщина сидела, сложив

ноги по-турецки, её волосы были сплетены на затылке в причудливую косу, а пальцы быстро двигались. Женщина плела венки и пела ту самую странную песню, которая разбудила дракона. "Этого еще не хватало..." подумал дракон и отодвинулся подальше от женщины. Она встала, обошла вокруг дракона и снова опустилась на землю перед его глазами. Проклятая песня не давала дракону покоя и он начал злиться по настоящему. Он громко взревел и ударил хвостом о землю. Маленькое землетрясение качнуло горы, испуганно вскрикнули птицы и взмыли в небо, но женщина не обратила на все это никакого внимания. Песня лилась с её губ как полноводная река, и вот дракон уже плыл в её бурном течении. Волей-неволей он стал различать слова песни и вдруг понял, что эта странная женщина поет песню про него.

Женщина пела о том, что "...в одной прекрасной стране родился маленький дракон с прозрачными зелеными глазами. Дракон рос здоровым и счастливым, он был весел, талантлив и любим. Но вскоре, пока он все еще был маленьким драконом, его дом разрушился, трещина пробежала между теми, кого он любил, и маленькому дракону стало очень больно и страшно. Чтобы не чувствовать боли, маленький дракон придумал защитную сферу и влез внутрь нее. Теперь, через прозрачную пленку этой защиты все уже не казалось дракону таким ужасным. Шли годы, маленький дракон подрос, нашел и потерял любовь, и снова, как в детстве, построил сферу над той, что у него уже была..."

Дракон слушал песню и непонятное волнение охватило его сердце, слезы потекли из полужакрытых глаз, и он вдруг почувствовал себя маленьким и беззащитным.

"Перестань, прошу тебя!" попросил дракон женщину, "Ты делаешь мне больно!"

Женщина продолжала петь. Дракон плакал и с каждой слезой мягче становилось его сердце, и самая внешняя сфера вдруг стала изгибаться, истончаться, пока, наконец, не исчезла совсем.

А женщина все пела - "...маленький дракон уже давно стал большим, общество принимало и отвергало его, друзья приходили и предавали, женщины любили и обманывали, и с каждой потерей появлялась новая сфера - невидимая и непроницаемая. Большой дракон стал знать гораздо больше чем раньше. Он думал, что всех простил и все отпустил, но за время проведенное внутри этих сфер, он забыл, что он - Дракон, он разучился, да больше и не хотел летать. Он больше не ВЕРИЛ, что он - Дракон. Все вокруг

говорили ему, что драконы давно вымерли, да и были ли они вообще? Большой дракон УСНУЛ, и в своем сне он жил, ел, пил, научился маленьким трюкам и модным словам, чтобы его уважали друзья и коллеги, усвоил правила жизни во сне, чтобы не попадать в неприятности, и полностью поверил, что его сон - это и есть настоящая жизнь. Прозрачные сферы над ним были достаточно тонкими, чтобы создавать иллюзию свободы, и в то же время достаточно тесными и прочными, чтобы больше никогда не дать ему расправить свои крылья..."

Дракону было больно и страшно. Он не знал как заставить женщину замолчать. Пару раз он окатывал ее огнем, но упрямая женщина лишь стирала сажу с лица, заплетала растрепанные волосы и продолжала свою песню. С каждым куплетом, с каждой историей, дракон вновь проживал свои былые горести, снова пропускал через себя обиды и разочарования. Он катался по траве в агонии, все его тело била дрожь - дракон принимал и отпускал свою боль, а вместе с ней и защитные сферы. Они таяли одна за одной. Но сферы не хотели отпускать дракона. Они ломали его тело, тянули жилы, нашептывали, что без них он снова будет в опасности. Все это доставляло дракону невероятные страдания. Он кричал на женщину, умолял её прекратить колдовскую песню:

"Оставь меня! Я ничего не хочу видеть! Посмотри - так живут все остальные драконы!"

"Ты - не все." ответила женщина. "Ты - самый сильный и прекрасный дракон на свете, и я хочу, чтобы ты проснулся."

Когда вокруг дракона осталась всего одна сфера, женщина поднялась, подошла к дракону, прижалась лицом к прозрачной пленке и запела последнюю часть своей длинной песни. Дракон вдруг все понял. Он проснулся, СОВСЕМ. Он с отвращением почувствовал как яйцообразная сфера липкой заплесневелой паутиной окутала его тело. Дракон собирал все свои силы, бил хвостом, напрягал крылья, но не мог разорвать эту оболочку. Он так долго жил с ней, что местами эта сфера вросла в его кожу и стала частью его самого. Женщина продолжала петь, дракон терял силы, безуспешно пытаясь выбраться из плена. Ему оставалось только одно - сжечь проклятую сферу собственным огнем. Дракон запрокинул голову, распахнул пасть, и волны ярко-оранжевого пламени в одно мгновение заполнили сферу. Тут же вспыхнула и чешуя дракона, еще минута, и он превратился в горящий факел.

Дракон умирал. Он бился в жидком пламени и понимал, что это предсмертная агония.

"Беги! Или ты тоже сгоришь!" крикнул он маленькой женщине, но та только сильнее обхватила горящее яйцо, её руки и щеки покрылись ожогами, но песня звучала все громче и громче. Земля гудела под ними, горы стонали. Раздался страшный взрыв, оболочка сферы треснула, чудовищное пламя столбом вырвалось в небо, все вспыхнуло и погасло.

Дракон открыл глаза и увидел, что солнце по-прежнему светит высоко над горами, маленькая женщина, целая и невредимая, спит, уютно свернувшись клубком у него на лапе, а сам он чувствует непривычную легкость во всем теле.

"Какие же они несуразные, эти маленькие женщины..." с непонятной ему самому нежностью подумал дракон, "Ты так долго будила меня, а теперь, когда я проснулся, ты спишь." Дракон бережно положил спящую женщину на траву и черной стрелой взмыл в небо. Это был не просто полет - это было Счастье. В глазах дракона светилось счастье какое наверное можно увидеть в глазах коровы, случайно сбежавшей со скотобойни по халатности своих надсмотрщиков. И так же как прожившая всю жизнь в грязном темном стойле в ожидании смерти корова бежала по зеленой траве, ошалевшая от солнца, неба и запаха цветов, так и дракон, хаотично рассекая крыльями воздух, не мог надышаться этим счастьем. Большой дракон упивался своей свободой. Его сверкающее тело сгибалось и разгибалось в одном ему понятном танце. Солнце разбивалось о его чешую на тысячи солнечных зайчиков, а могучие крылья переливались всеми цветами радуги.

"Я вижу! Я лечу! Я - это я!" повторял дракон в безумном экстазе, чувствуя как все древние знания и великие силы возвращаются к нему.

Солнце уже шло к закату, пушистые облака надели черные бархатные плащи расшитые серебряными звездами, когда большой дракон опустился на траву рядом со спящей женщиной. Она тотчас открыла глаза, улыбнулась и спросила:

"Ну, теперь ты ВИДИШЬ?"

"Да, ТЕПЕРЬ я вижу" ответил дракон, "

посмотри, что я принес для тебя" - он наклонил голову и стало видно, что на спине у него прикреплено маленькое серебряное седло. Женщина

обняла дракона за шею и посмотрела в его прозрачные зеленые глаза. Целая вечность прошла прежде чем она вскочила в седло и они растворились в ночном небе.

Где-то на краю земли рыбаки, которые многие годы водят свои лодки по старому океану, рассказывают, что часто слышат за облаками мерные взмахи огромных крыльев и звонкий женский смех. А самые старые из них говорят, что если в ясную ночь долго смотреть туда где море звезд сливается с морем воды, можно их увидеть - большого черного дракона и его маленькую всадницу в серебряном седле.

Рождение проекта "Осознанность".

Мой путь к осознанности начался с самых первых Нейрографических работ. Наблюдая за ощущениями в теле и своими эмоциями во время рисования, я поняла, что для меня значит осознанность. Возвращая внимание и внутренний взгляд в настоящий момент, к себе, я научилась сначала понимать, что происходит во мне, а затем интерпретировать эти знаки и трансформировать поднимающуюся энергию в созидательную силу. В тот момент я поняла глубокий смысл нейрографики. Так появился проект осознанности.

В настоящий момент я веду работу над веб сайтом и разрабатываю авторский курс на основе нейрографики. Моя основная задача - познакомить людей с этим уникальным методом личной трансформации. Осознанность - это прямой путь к творчеству, и на этом базируется мой авторский курс. Моя цель - познакомить людей с их собственным творческим пространством, обратиться к своему подсознанию, позволить себе взглянуть на проблемы с другой стороны - извне, из самого сердца. Шаг за шагом, через линию нейрографики подойти к творчеству. Позволить себе проходить любые жизненные ситуации через творчество. Ведь как сказал основатель метода нейрографики П. Пискарёв - любая задача имеет графическое решение!

[Ссылка на дипломную работу Гинсбург Олеси в авторском стиле](#)

**Автор:
Годок Ася
Супервизор:
Нуржанова Ольга**

**Тема:
Линия моей жизни. Чудеса нейрографики.**

Введение

Нейрографика вошла в мою жизнь удивительно. Случайностей не бывает, все приходит в нашу жизнь, когда мы готовы принять. Впервые увидев странный рисунок и услышав слово «Нейрографика» от знакомой в начале апреля 2018 г.- не придавала этому значение. Потом услышала, что инструктор нейрографики Елена Ревнивцева проводит мастер-классы. Приняла участие. Удивила техника выполнения рисунка и те яркие эмоции и физические ощущения, которые сопровождали в момент рисования. После двух мастер-классов приняла решение пройти курс «Пользователь» и благополучно получила необходимые знания, навыки по Алгоритму снятия ограничений, что было подтверждено сертификатом 25.04.2018г.

Начиная изучать основы нейрографики, находилась в нескольких трудных жизненных ситуациях. Сегодня мои кейсы закрыты успешно.

1. Первое чудо нейрографики

Мой папа умер несколько лет назад, и мама потребовала от меня отказаться от наследства по завещанию папы в ее пользу, сообщив, что она разделит наследство сама между нами наследниками: мной, моими сестрой и братом поровну. Прошло несколько лет, свое завещание мама не изменяет и говорит, что все имущество останется Антону. Антон дееспособный, однако, часто находится на иждивении мамы, злоупотребляет спиртными напитками, ее избивает. Испытываю негативные эмоции. Можно бороться, признавая Антона недостойным наследником или признать волю мамы.

Получив навыки Пользователя, в мае 2018 года занялась самокоучингом. Выбрала тему: «Отказ от принятия наследства». Запрос мой - снять напряжение конфликта. Первый рисунок выполнила в технике Алгоритма снятия ограничений. Прорисовала себя, маму, брата - было

сложно, однако появился вывод: мы разные, противоречивые, но существует тесная связь между нами.

На втором рисунке укрепляется решение отказаться от наследства в пользу брата, однако испытываю сопротивление. Сделала математический расчет размера наследства, на который я могу претендовать после смерти мамы и те затраты, которые необходимо нести в связи с принятием части наследства и появилась мысль, что может быть и оставить все как есть, не оспаривать волю матери.

После прорисовывания ситуации, позвонила брату и сообщила о своем решении. И что-то произошло во Вселенной - мои дела стали продвигаться легче. Жизнь наполнилась светом. А брат начал ремонтировать квартиру мамы на свои деньги! И его отношение к маме изменилось. Чудеса!

Однако «кошки в душе скребут» - правильно ли я приняла решение.... И появился третий рисунок, который придал мне решительности в правильности принятия мною решения. У мамы своя правда и пусть будет, как она решит. Принимаю ее решение.

Рисунок четвертый завершающий тему исследования был выполнен в технике «Алгоритм выявления намерения с запросом: «Что подскажет мне Вселенная про наследство». Линии любви и благодарности соединили меня и моих близких. В сгустках пересечений линий появились фигуры - конкретные люди, которые в теме ситуации и события: уже произошедшие и предполагаемые. И появилась мысль, что ни при каких обстоятельствах мне не нужно принимать наследство - проблем будет больше, чем стоимость имущества. Наступило облегчение, появилась уверенность в правильности решения.

Выводы:

- Я сама смогла справиться с принятием решения в сложной для меня жизненной ситуации.

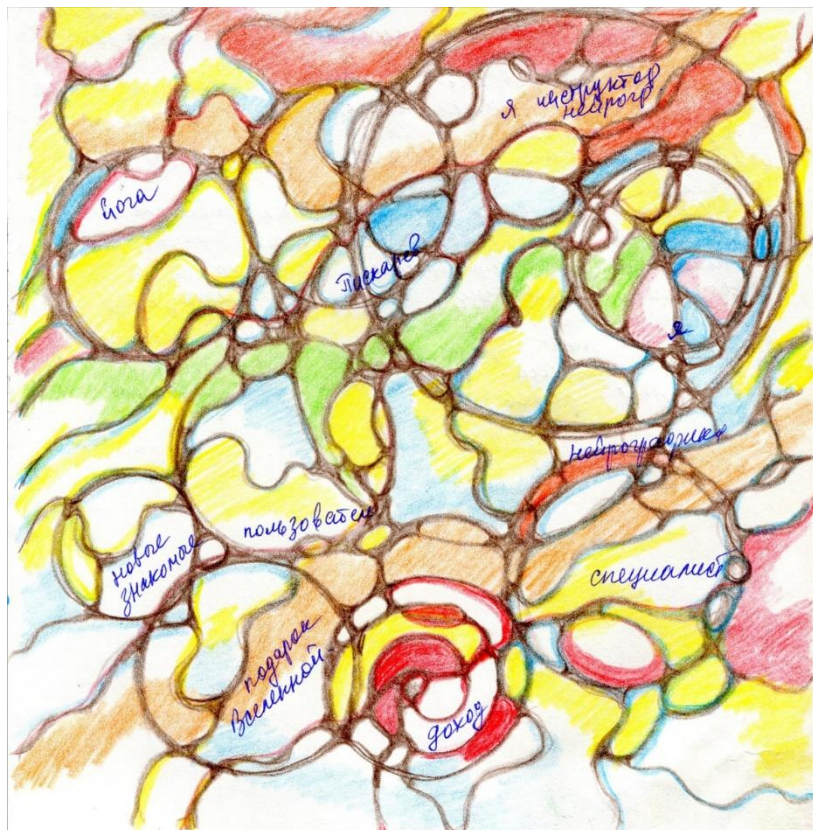
Рисунок отражает и влияет на меня, через него я структурирую свое сознание, формирую себя. В проработке рисунка я могу создать себя новую.

2. Чудо второе. Курс «Инструктор нейрографики»

Захотелось иметь знаний больше, а также использовать полученные знания в своей профессиональной деятельности психолога. В результате решила изучить курс «Специалист». В процессе обучения я начала

применять новые уникальные знания и получать поразительные результаты в своей жизни.

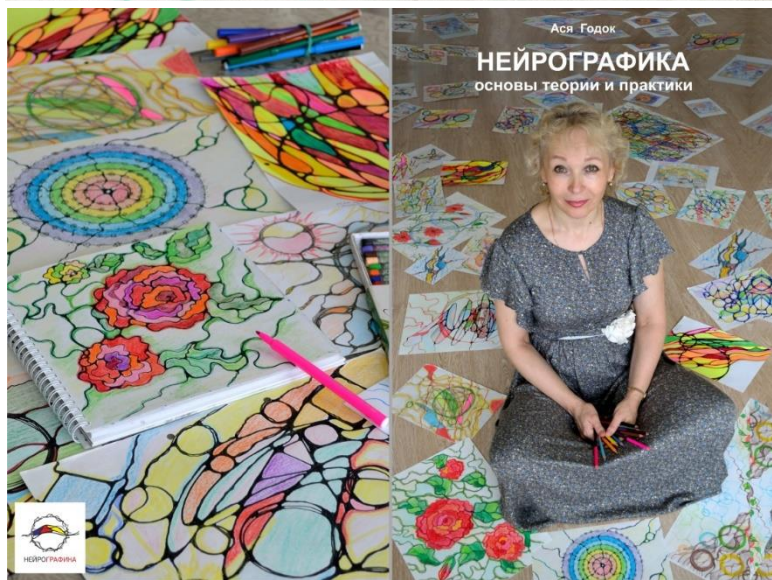
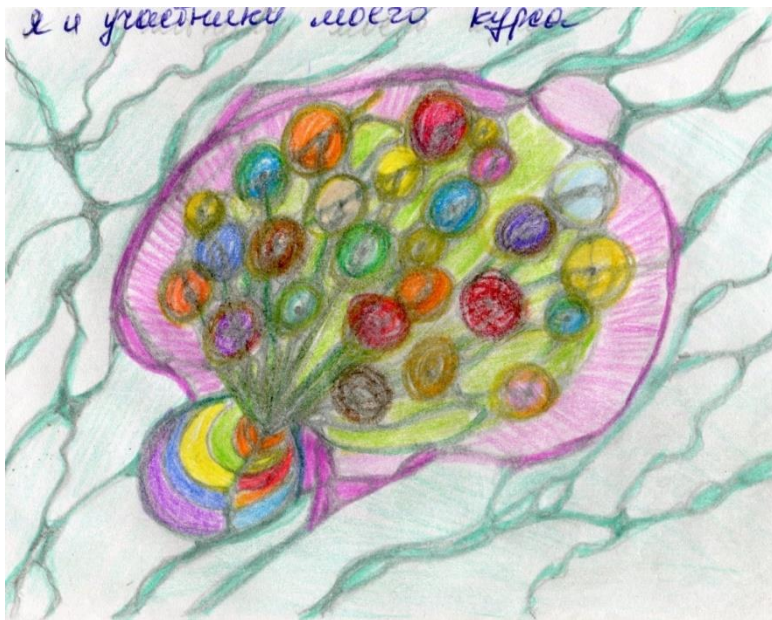
Пришло решение, что хочу знать и уметь больше, а для этого стать инструктором нейрографики. Решение мое созрело достаточно поздно - в конце июня 2018г. И когда я обратилась в администрацию института с просьбой о принятии меня на курс, мне ответили, что набор уже завершен.



Что делать? После отказа - опечалилась и решила прорисовать ситуацию, снять напряжение. Нарисовала фигуры: себя, Пользователя, Специалиста, Инструктора, господина Павла Пискарева. Соединила все воедино, проработала, используя знания Пользователя и Специалиста. Успокоилась. Обратилась с личной просьбой к П.Пискареву, 23 июня 2018г. А утром чудесное письмо - меня приняли! Ура! Произошло Чудо.

3. Курс пользователя

Поступив на курс «Инструктор нейрографики» и получив статус инструктора с правом проводить обучение курса «Пользователь» я прорисовала 06.09.2018г. в технике «Нейрографика коммуникаций» тему: «Я и участники моего курса». Получилось красиво: моя фигура, как ваза, а участники курса - цветы. Я питаю участников информацией. И уже в сентябре появились первые желающие пройти обучение. И этот процесс продолжается.



новые знания и используют их в своей жизни.

Для того, чтобы процесс обучения был более качественным, мною на основе рекомендованных методических материалов Института психологи и творчества Павла Пискарева разработано пособие **«Нейрографика - основы теории и практики»**.

В создании указанного пособия мне помогал мой муж. Печатаем мы в своей домашней мини типографии. Вручаю пособие вместе с сертификатом каждому новому Пользователю, прошедшего достойно супервизию.

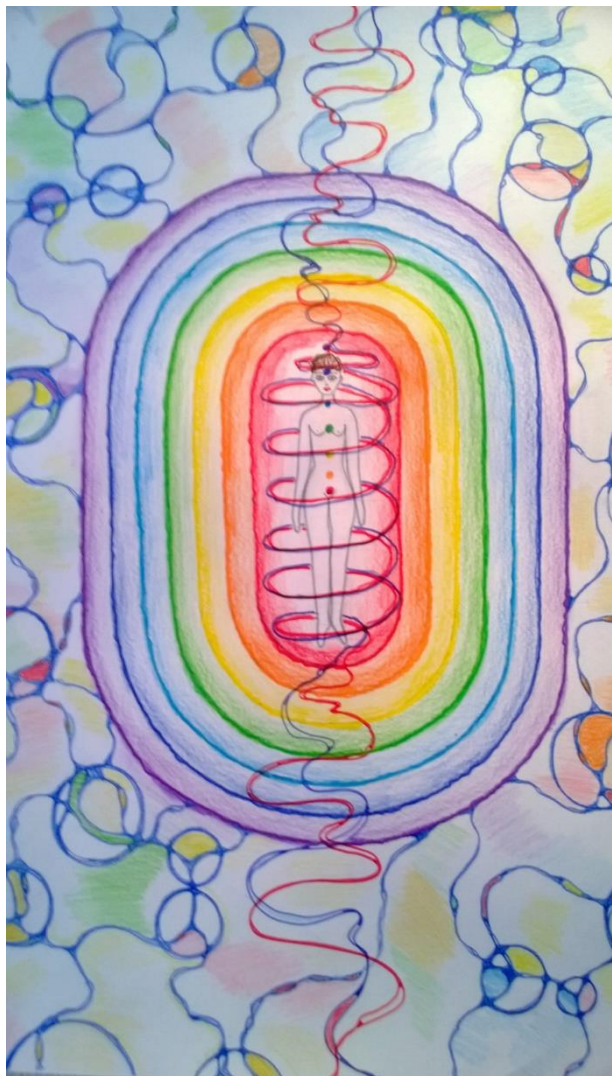
В настоящее время у меня прошли обучение 3 человека, и в процессе обучения 3 человека, которые с удовольствием получают

Обучение на курсе «Пользователь» мною организовано в рамках индивидуальных двух занятий в очном режиме. Являясь магистром психологии, усматриваю преимущества данного вида обучения, в том числе:

- личное знакомство обучающийся-инструктор, позволяет создать доверительную атмосферу процесса обучения,
- актуальное, своевременное отражение содержания рисунка инструктором обучающемуся,
- инструктор, видя индивидуальные особенности обучающегося, регулирует скорость подачи информации и ее усвоение обучающимся,
- вопросы, задаваемые инструктором, позволяют правильно опознавать и контролировать наличие реакций тела на физическом и эмоциональном уровнях,
- проработка глубинных проблем клиента в открытом формате с соблюдением конфиденциальности,

— психологическое сопровождение изменений в жизни клиента в результате овладения базовым алгоритмом снятия ограничений.

4. Техника «Защита биополя человека».



Техника «Защита биополя человека» разработана мною в июне 2018г. и прошла проверку на 15 испытуемых в индивидуальном порядке и в работе с группой.

Энергетика человека зависит от силы его биополя.

При наличии сильного биополя человек редко болеет, удачлив в делах, излучает оптимизм. Рядом с таким человеком, хочется действовать, вы видите все в приятном свете. Чаще всего такой человек лидер, обладает сильным, выносливым телом. В здоровом теле здоровый дух.

Разум человека, обладающим сильным биополем открыт. Такие люди любят экспериментировать, расширять рамки, заглядывать за горизонт, жить в динамике развития.

И, наоборот, при слабом биополе человек переутомляется, у него частые головные боли, появляются хронические заболевания. Такой человек лишен оптимизма, ему сопутствуют неудачи, депрессивное состояние.

Аура очень уязвима для любых внешних воздействий, ведь даже с помощью одних только слов можно нанести серьезный вред человеку. Даже если вы не знаете и не верите в действие негативных энергий - это не означает, что на вас это не действует, не влияет. Уверена, что каждый из нас хоть однажды испытывал последствия энергетической атаки негативной энергии, посылаемой обычными людьми: недоброжелателями, завистниками, врагами и энергетическими вампирами, которые могут совершать подобные нападения даже неосознанно. И получив порцию негатива, у человека в

жизни начинается полоса неудач или проблем со здоровьем после общения с неприятной ему персоной. Поэтому очень важно знать, как защитить себя, свою энергетику от негативной энергии от других людей.

Сегодня мы рассмотрим один из методов как защитить себя от негативной энергии людей и обстоятельств с помощью техники нейрографики, Вы узнаете, как сделать свое биополе неуязвимым для различного рода отрицательных влияний и создавать особые энергетические щиты.

Рассмотрим таблицу чакр, в которой вы для себя найдете название и цвет чакры, а также иные ее характеристики.

Чакра/цвет	Локация	Функция система тела	План, уровень	элемент
1.Муладхара/ красный	промежность	Выделительная, репродуктивная	Материальный (выживания)	земля
2.Свадхист- хана/ Оранжевый	3см ниже пупка,	Мочеполовая, репродуктивная	Чувственный, эмоциональный фантазия	Вода
3.Манипура/ Желтый	солнечное сплетение,	пищеварительная	Волевой, Самоутверждение	Огонь
4.Анахата/ Зеленый	сердце	Сердечно- сосудистая, дыхание	Состояние любви (сострадание, принятие, отв-ть)	Воздух
5.Вишудха/ Голубой	горло	эндокринная	Самовыражение, Творчество, Речь	Пространство/ Эфир
6.Аджна/ Синий	межбровье	Нервная система	Ясность (концентрация, осознанность, видение, ясновидение)	Ум
7.Сахасрара/ Фиолетовый, белый	макушка	Центральная нервная система	Медитация (открытый ум, расширение сознания, связь с Духом	Сознание

В работе используем базовый алгоритм снятия ограничения - сумму приемов, которые позволяют нам проникнуть глубоко в содержание сознания. Практически любое рисование при помощи АСО можно превратить в духовную, энергетическую практику.

Пункт 1. Определяем для себя актуальную тему для нашего сознания. В нашем случае актуальная тема: «Защита здоровья физического и психического, защита моей энергии».

Пункт 2. Формируем композицию, определенную схему рисунка.

2.1. На листе бумаги схематично рисуем фигуру человека, изображая таким образом себя или того, кого хотим защитить от негативной энергии. В упрощенном варианте это может быть фигура в форме круга. На фигуре отмечаем энергетические центры (чакры) маленькими кругами цветными карандашами, соответствующими цвету определенной чакры и в определенной последовательности (см. таблицу).

Части участников было сложно нарисовать себя, поэтому предлагала нарисовать фигуру круг.

2.2. Создаем энергетический защитный кокон. Наводим поочередно семь линий защиты вокруг фигуры человека. Каждая линия отвечает за защиту определенной чакры. Например, красная линия защищает первую чакру и рисуем мы ее первой вокруг фигуры человека. Нарисованную прямую линию мы нейрографируем. Чем плотнее легли Нейрографические линии и чем их больше, тем сильнее устанавливается защита.

Следующей рисуем оранжевую линию и так далее.

Важно помнить, что каждая линия должна замыкаться. Если вы обратили внимание, что ваш клиент не замкнул линию, если остался не прорисованный участок - это означает, что у него существует энергетический «пробой» и его необходимо устранить - дорисовать линию, усилить ее.

Обратите внимание на то, что с вами происходит в момент прорисовывания линий защиты в эмоциональном плане, физическом уровне. Какие усилия вы прилагаете во время рисования, как надавливаете на карандаш, легко и свободно прорисовываете или с напряжением.

У пяти участников линии не образовывали замкнутого пространства. В беседе прояснились причины. Появлялась информация о наличие заболевания, соответствующего чакрам.

После прорисовывания защитных линий все участники почувствовали уверенность, спокойствие, стало легче дышать, теплоту.

2.3. Теперь, с нижнего края рисунка вверх проводим НГЛ женской энергии красного цвета или того цвета, который вы выбрали сами. По часовой стрелке эта линия по спирали наполняет вашу фигуру энергией и устремляется вверх.

С верхнего края листа вниз ведем НГЛ мужской энергии синего цвета или того цвета, который вы выбрали сами. Против часовой стрелки по спирали эта линия проходит через ваше тело и уходит вниз.

Визуализация. Участники встали, закрыли глаза, сделали глубокий вдох и медленный глубокий расслабляющий выдох и визуализировали себя в созданном энергетическом коконе. Представили, как из ступней ног вырастают корни до самого центра земли и как на вдохе из самого центра земли по корням поднимается энергия до ступней ног по часовой стрелке, затем поднимается по позвоночнику и через макушку поднимается вверх.

На выдохе из глубин космоса на макушку головы входит поток энергии, двигаясь против часовой стрелки, проходит через все тело и через ноги уходит в землю.

Участники визуализировали и ощущали, как две энергии скручивались в двойную спираль в виде спирали ДНК.

Пункт 3. Сопрягаем и округляем.

Прорабатываем более глубоко личные (индивидуальные задачи). Сопрягаем и округляем все линии соединений и пересечений на рисунке. Эмоции и ценности сопрягаются. Устраняем конфликты внутри личностные.

Участники во время округления часто задерживают свое дыхание. Рекомендую медленное глубокое дыхание: медленный глубокий вдох и медленный, расслабляющий глубокий выдох.

Пункт 4.1. Объединение фигуры с фоном.

Объясняю участникам одну из основ Гештальта - о наличии фигуры и фона. В этом пункте осуществляется переход на работу с коллективным бессознательным. Мы не одиноки в окружающем мире. Рядом с нами находятся другие люди, события. Получив защиту от негативного воздействия, мы находимся в безопасном контакте с окружением. Необходимо установить связь - провести Нейрографические линии от границ моего защитного поля во внешний мир и за границы листа во Вселенную. По ощущениям вводятся в фоне фигуры событий и людей. Человек начинает видеть новые ситуации своей жизни. Обращаем внимание, о чем это для него, какой он видит смысл. Присутствует ли ощущение безопасности. Если вводятся новые фигуры - по ходу округляем и сопрягаем.

Пункт 4.2. Архитипирование.

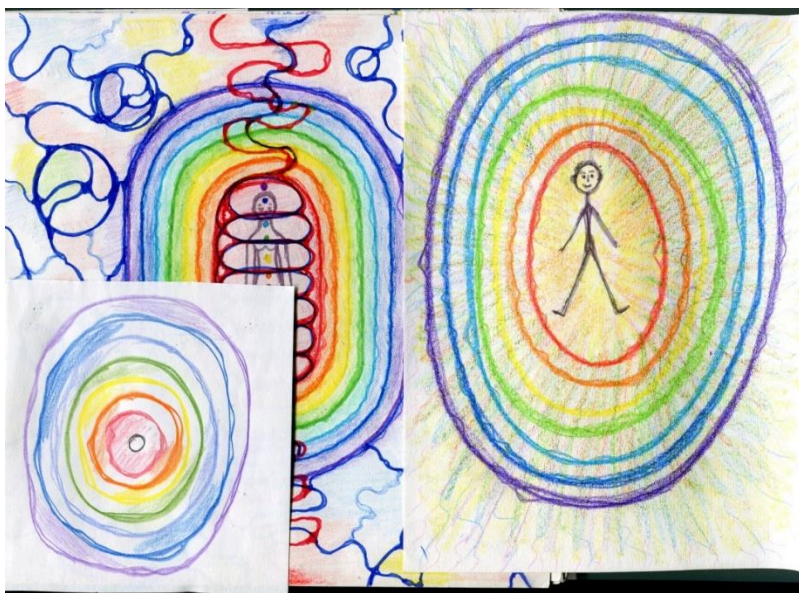
На всех уровнях бессознательного кроются внутренние сопротивления, которые и мешают осуществлению задач и создают причины для заболеваний тела, а на уровне коллективного бессознательного сопротивления обычно связаны с проблемами «Я и другие».

Когда мы вносим цвет в рисунок, появляется чувство удовлетворения, наполненности. Цвет объединяет всю композицию рисунка в единое целое. Гармонизирует все внутренние процессы. С помощью цвета создаем новые фигуры.

Пункт 5. Линии поля помогают выйти на уровень самости, уровень духовной энергии. Чем больше мы вводим на рисунок линий поля, тем больше получаем жизненно важной энергии для жизни, развития.

Пункт 6. Фиксация. Фиксируем то важное, что проявилось на рисунке. Что теперь важно для меня? Возможно - это фигура человека, или созданное защитное поле (кокон энергетический), или дополнительно введенная фигура в фоне. То, что для нас важно на рисунке - выделяем жирной линией или цветом.

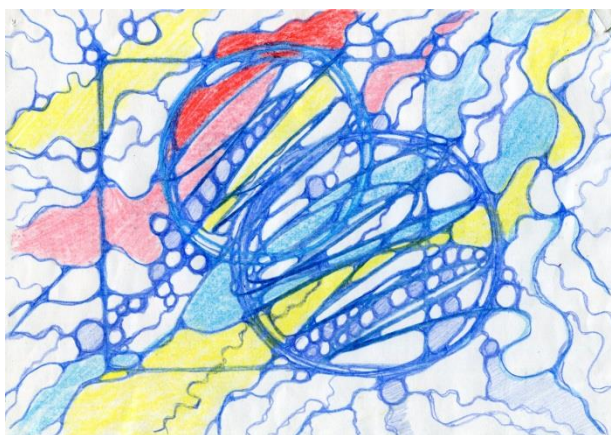
За пределами энергетического защитного контура можно вносить новые объекты - конкретные люди или события.



Пункт 7. Обращаемся к теме работы и смотрим на рисунок. Вопрос: Как ты видишь теперь свою задачу? Возможна новая интерпретация темы. Что ты видишь на рисунке? Чем тебе была полезна эта работа?

Все участники единодушно сообщили, что получили ощущение защиты, гармонии, уверенности, внутренней силы. Участники, сначала визуальное получив впечатление от рисунка, затем физически ощутили свою защищенность в окружающей среде.

5. Чудо третье. Радуюсь здоровью своего мужа и совместному отдыху.



У моего мужа онкология, был два года назад прооперирован. Находится в состоянии реабилитации под постоянным наблюдением врачей. Обследование через каждые три месяца. Решила, что пришла пора радоваться выздоровлению мужа и создала кейс рисунков на тему: «Я радуюсь выздоровлению мужа» по базовому алгоритму снятия ограничений. Рисую испытывала разные состояния физические и эмоциональные. Процесс шел трудно. Зато результатом явилось сообщение врача после очередного обследования, что состояние здоровья моего мужа стабильное, и мы можем себе позволить отдых на море в начале осени. Ура!!!

Приобрели путевки в Турцию с 29 августа 2018г., надеясь преодолеть все трудности самого перелета в течении 4,5 часов и наземного трансфера, связанные с особенностями здоровья моего мужа.

Перелет был трудным. Мой муж высокий мужчина. Салон самолета эконом класса, расстояние между креслами настолько мало, что ноги моего мужа никак не могли поместиться в этом пространстве. Во время полета в салоне самолета я рисовала на темы: как мы благополучно совершим перелет, как благополучно разместимся в отеле (рис.1-2), как мы хорошо

отдохнем (рис.3-4). В результате мы благополучно долетели и без проблем доехали до отеля. Во время регистрации в отеле нас первый раз в жизни спросили: на каком этаже мы хотели бы иметь номер! И был номер с видом на море и горы одновременно! Обслуживание замечательное. Испытали восторг от посещения ресторана. Комфортная температура моря и воздуха - 29 градусов. Отдых отличный.

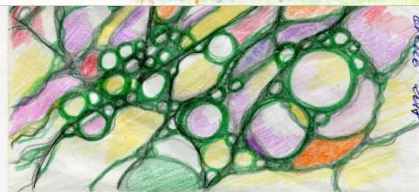


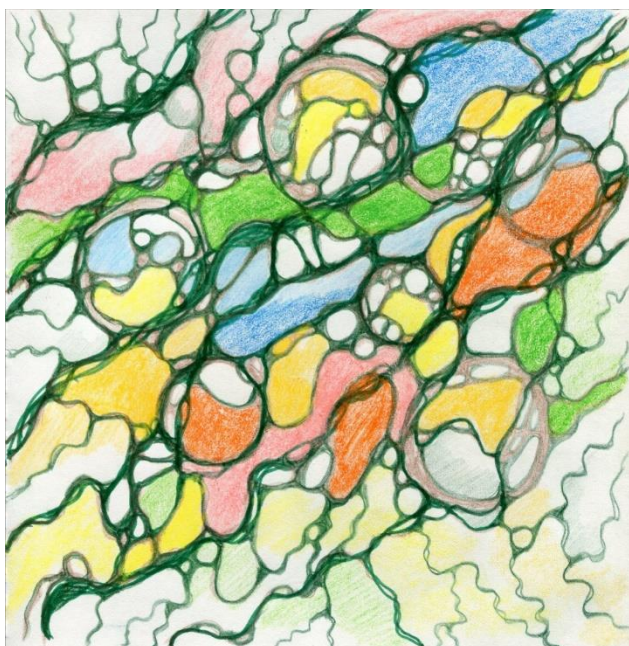
рис. 2



рис. 3

рис. 4

Десять дней отдыха ежедневно рисовала пейзажи в технике нейроскетчинг.



Обратный путь домой решила прорисовать, попытать счастья: получить места в самолете возле запасного выхода, где достаточно просторно, много места. Рисунок на тему: «День отлета - мой самый счастливый день». Рисую навела линии поля, а потом прорисовывались фигуры круги - все предполагаемые события дня, набирала композицию. В некоторых фигурах чувствовалось напряжение, и там я делала выброс, затем используя базовый АСО,

обрабатывала рисунок.

Результат был фантастическим. Во время регистрации билетов я попросила только места «е» и «f», чтобы возле иллюминатора. Нам выдали посадочные талоны на места в самолете возле иллюминатора и запасного выхода, а перед креслом мужа не было вообще кресла. Мы ликовали!

6. Чудо четвертое. Презентация Нейрографики.

От одной из участниц моих мастер-классов по нейрографике в сентябре 2018г. поступило предложение провести мастер-класс по нейрографике для группы турагентов.

В целях подготовки к мастер-классу, где все, кроме одного участника являются холодными клиентами, то есть ничего не знают о нейрографике, прорисовала по Алгоритму 6 «Нейрографика коммуникаций» тема: «Подготовка к мастер-классу. Общение с группой» (слайд №38 презентации к диплому).



Мне не было известно количество участников. И вот впервые я провожу презентацию нейрографики в кругу незнакомых мне людей. Участников 27. Они такие разные, стремящиеся к познанию нового, к

своему творческому развитию. Получила огромное удовольствие от возможности поделиться чудом нейрографики. Наградой для меня было не только материальное вознаграждение, но и искренние слова благодарности, улыбки, блестящие глаза и желание встретиться со мной вновь.

Важно отметить, что группа приняла меня. Моя цель рисунка была достигнута.

Тему мастер-класса выбрали «Рог изобилия» - это моя разработка на основе полученных знаний на курсе Инструкторов Нейрографики с

использованием техники «Спирали».

7. Техника «Рог изобилия».



Определить тему.
Составить список желаемого.
Что вы хотите получить в свою жизнь в изобилии?

В течение 2 минут написать 20 слов. Из них выбрать 7 наиболее важных. Определить цвета каждого желания (семь цветов радуги).

Создаем композицию.

Определяем интуитивно, проводя рукой по листу - место начало вашего изобилия. Поставить точку и из точки, как из центра по часовой стрелке разворачиваем 4 витка спирали, замыкаем спираль.

Рисуем Рог Изобилия. От образованного круга выводим линию вправо (как хвостик), затем возвращаем обратно к спирали, проводим по кругу и продолжаем развитие спирали. Всего получаем семь витков спирали. Линию спирали выводим за границы листа (выход во Вселенную). По линии спирали проводим семь Нейрографических линий разными цветными карандашами (семь цветов радуги).

Композиция занимает весь лист.

Округление и сопряжение всех линий.

Архитипирование - внесение цвета.

Навести Нейрографические линии поля.

Фиксация - выделить Рог изобилия цветом.

Обращаемся к заданной теме. Какие новые интерпретации темы, ощущения.

В завершении мастер-класса медитация «Изобилие».

8. Чудо очередное. День рождения студии Нейрографики.

В моей собственности имеется помещение - квартира-студия, которую я использую как офис для работы и встреч с клиентами. С октября 2012 года

мною была создана «Дамская гостиная «Золотая рыбка» для всех, кто стремится улучшить свою жизнь, получить новые полезные знания и просто пообщаться в кругу интересных людей. Мы занимались правополушарным рисованием, метафорическими картами, йогой, создавали куклы-обереги, проводились тренинги и мастер-классы на разные темы. Медленно стал наблюдаться спад интереса участников к встречам в Дамской гостиной «Золотая рыбка». Да и я устала постоянно приглашать, мотивировать дам на участие в мероприятиях.

Отсутствие новизны вело к упадку. И вот свежий ветер Нейрографики принес перемены в моей жизни и жизни моих клиентов. Прорисовывала тему клиентов по базовому Алгоритму снятия ограничений. Нейрографика наполнила мою жизнь новыми смыслами, изменилась я, изменилась моя жизнь.

Постепенно, за время моего обучения на курсе «Инструктор нейрографики», помещение наполнялось моими рисунками, которые составили мини-выставку картин в разнообразных техниках нейрографики.

Стала прорисовывать в разных Нейрографических техниках тему: «Студия нейрографики». Описание и фото рисунков в Презентации к диплому инструктор нейрографики.

Начала проводить мастер-классы, используя техники нейрографики. Появился интерес к нейрографике у моих клиентов.

Постепенно Дамская гостиная «Золотая рыбка» преобразовалась в студию нейрографики. Мы встречаемся, рисуем на разные темы, получаем удовольствие и удивительные результаты - позитивные изменения в жизни.

И вот моя цель достигнута - 10 октября 2018г. в г. Челябинске была открыта Студия Нейрографики. Каждую среду с 12:00 до 14:00 и с 18:00 до 20:00 проводятся мастер-классы с применением техник нейрографики.

Теперь я уверена - каждый мой день будет наполнен счастьем, потому, что это чудо создаю я с помощью нейрографики!

[Ссылка на дипломную работу Годок Аси в авторском стиле](#)

Автор:

Гребенников Алексей

Супервизор:

Левина Елена

Тема:

**Эстетический коучинг. Эффективный инструмент
личной трансформации**

Эстетический коучинг

Эффективный инструмент личной трансформации

Хочу рассказать про свой путь в Нейрографику и про те изменения, которые произошли с момента моего первого Нейрографического рисунка. Про роль эстетического коучинга в процессе изменений. Про пользу и ценность, которую получил сам в процессе обучения на инструкторском курсе и про пользу, которую могу дать клиенту. Надеюсь, что это будет полезно читателю.

Пролог

Уйти или остаться?

Май 2015 г. Утренний лес, прохлада и пение птиц. Пробежка в лесу, красиво вокруг. Но это не радует, я просто захвачен волнами переживаний и сомнений. Через час идти на работу и пришло время окончательного принятия решения. Остаться ли в «колее» или рискнуть сделать шаг в новую жизнь? Что есть на данном этапе? Стабильная зарплата, через год очередная звездочка (полковника), статус и признание в коллективе. Всего этого я настойчиво добивался, получил и теперь это перестало иметь значение. Внутри зов, непонятно о чем и куда. Остаться? Или все-таки решиться на перемены в свои 40 лет? В голове роятся мысли. Смогу ли обеспечивать свою семью? Как долго продлится переходный период? Хватит ли сил, решимости реализовать свои идеи и задумки? А еще проблемы со здоровьем, упадок сил. Эти бесконечные вопросы не давали мне спать и просто сжимали изнутри.

Итак, решительный шаг сделан. Уволился, под удивленные и недоумевающие взгляды коллег, «куда ты? зачем?» Теперь офицер в запасе.

Свобода. Но вместо долгожданной реализации своих мечт об авторских путешествиях столкнулся с тем, чего ожидал меньше всего. Вместо преодоления внешних препятствий столкнулся буквально с полномасштабными боевыми действиями во внутреннем пространстве. Первые три месяца находился в состоянии одновременного нажатия тормоза и газа. Написано первое продающее письмо, пора двигаться дальше - проводить рекламную кампанию, но тут понимаю, что одна часть меня хочет этого, а другая - нет. Хочу провести тренинг- путешествие и не провожу, планирую съездить в места моего детства - зовущие горы Тянь-Шаня и не еду. Меня сдерживали именно внутренние ограничения, отсутствие внешней поддержки, которую мне тогда так хотелось получить. Очень хотелось поддержки именно психологической, финансовые накопления были. Да, таких «подарков» я не ожидал и совершенно не был к ним готов. Как тут не вспомнить слова главного героя фильма «На грани», который исполняет Энтони Хопкинс, о том, что все мы проходим испытания, но совсем не в той форме, которую мы предпочитаем.

Мой мир, существовавший много лет, начал рушиться. Вернее мир оставался на месте, но смысловые опоры сильно пошатнулись. Куда двигаться дальше? Чего я хочу на самом деле? Словно зависший GPS-навигатор, я пытался определить координаты и не находил их. Хотелось решить эту задачу быстро, наскоком, по-кавалерийски. Не тут-то было, прежние стратегии не работали. А еще ребром встал вопрос: где взять энергию для движения? Чтобы двигаться - нужна цель и энергия. Чтобы создать эту цель и видение - тоже нужна энергия, которой нет из-за отсутствия цели и видения. В итоге - замкнутый круг и нисходящее движение, медленное падение. Достаточно плотно побыл в этом состоянии и теперь понимаю, что в него легче попасть, чем выбраться. Сейчас с благодарностью отношусь к этому опыту, болезненному, но точно полезному. Теперь прекрасно понимаю тех, кто еще находится в этом состоянии и пока не может из него выйти.

Ветер перемен

А дальше хотелось бы рассказать какую-нибудь красивую историю про переломный момент, инсайт, после которого вдруг все наладилось. Но такого не было. Была вера, что выход есть, выход из состояния неопределенности, негативных переживаний. Начался переход. Сегодня, спустя 3 года, фейсбук напомнил мне фотографию из того периода, которая точно отображает суть этого процесса. Мост через реку.

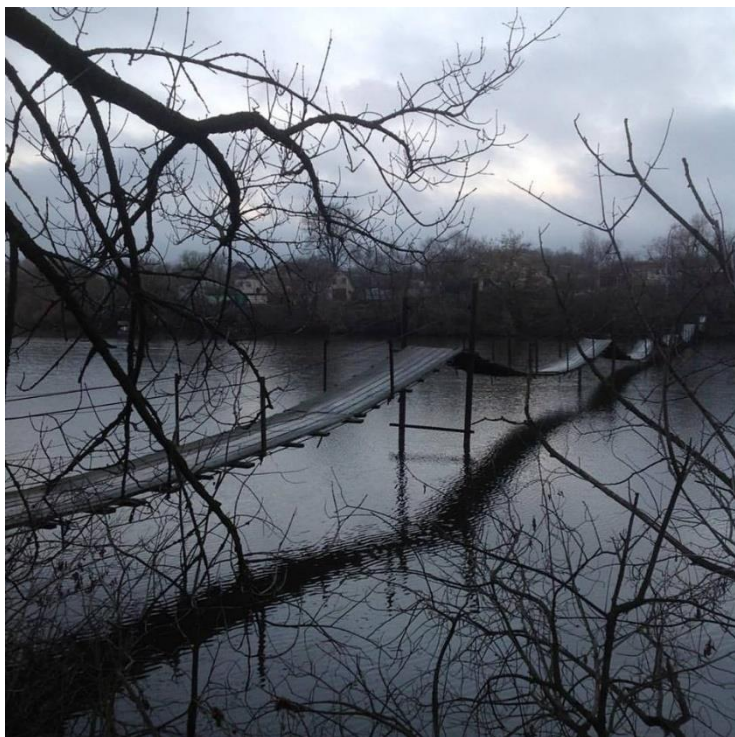


Рис. 1. Мост как метафора перехода

Начался период проб, набора нового опыта, ошибок, уроков. А еще в мою жизнь вошли перемены, которых я так хотел. Но это были перемены, которые случались со мной, я не чувствовал себя их субъектом. Было ощущение, не я управляю переменами, а они мной, и это похоже на плавание в лодке в открытом море без весел.

Профессиональная

идентичность должна вызреть изнутри

Очень важный момент дошел до меня только спустя несколько месяцев после шага за край привычной реальности. Это понимание скорости изменений. Первоначально была уверенность, что смогу за пару месяцев перестроиться от привычной для меня реальности офицера и преподавателя к предпринимателю, стремительно развивающего свои проекты. Не тут-то было! Волевые способы достижения целей перестали работать и это приводило к злости на самого себя и бессилию. Постепенно пришло понимание, что изменения не терпят спешки и это важно принять. Можно провести аналогию. Как зарождается новая жизнь? Нужны определенные условия: время, влажность, температура. Ускорить этот процесс невозможно. Раньше определенного срока жизнь просто не успеет сформироваться. Если попытаться ускорить процесс, то прежде времени рожденное существо будет нежизнеспособным. Поэтому важно понимать эти закономерности, не пытаться навязать слишком высокий темп изменений, а создавать условия, делать необходимые шаги и переходить из состояния стресса в интерес и поиск возможностей. Как же об этом сейчас легко писать, но как непросто постигать на практике.

А в жизни происходило следующее. Была работа руководителем отдела обучения персонала в местном агрохолдинге, потом переезд в другой город с семьей, работа руководителем в крупной компании с 20 тыс. сотрудников. Внешне все было очень даже успешно. Высокая для региона зарплата, статус, должность руководителя направления обучения и аттестации высших

менеджеров компании, служебное жилье и другие приятные социальные компенсации. Но самое главное, во всем этом не было меня. Мои наколенные знания, опыт никому были не нужны. А накоплено много. Десятки тренингов личностного роста, сотни прочитанных книг, защищенная кандидатская диссертация по психологии, 10 летний опыт обучения руководителей. Я чувствовал себя винтиком в большой системе, винтиком, которому нужно крутиться в ту сторону, которая определена алгоритмом системы. Творческая часть меня бунтовала и искала выход. А еще очень хотелось снизить то внутреннее напряжение, которое временами зашкаливало и буквально разрывало меня на части.

Мой путь в Нейрографику

Первые шаги в Нейрографике

В один из таких моментов во время длительной командировки я «случайно» наткнулся на ютубе на методику, в которой показывалась технология рисования каких-то непонятных рисунков, помогающих снизить стресс. Сейчас я уже не вспомню автора этого ролика, но очень ему благодарен за то, что тогда я впервые прикоснулся к Нейрографике. Нарисовал свой первый рисунок и меня немного отпустило, стало полегче.



Рис. 2. Один из моих первых рисунков в НГ

Потом были второй, третий рисунок. При стрессе я уже знал, что нужно делать. Наладились отношения с моим руководителем. Мне делегировали большой объем полномочий и самостоятельности в принятии решений целого ряда вопросов,

стало внутренне чуть более свободнее. Но все же, мне не хватало пространства для реализации, нерастраченный и нереализованный потенциал просто требовал выхода наружу.

Первые шаги в Нейрографике побудили меня разобраться поглубже как работает этот метод, поэтому в октябре 2017 года прошел курс «Пользователь», следом - «Линию времени».



Рис. 3. Рисунок с курса «Пользователь»

Принимаю решение об увольнении из компании. Предновогодняя суeta 2017 года, и мы с семьей возвращаемся в Белгород. Новый виток жизни начинается с работы заведующим кафедрой регионального института развития образования.

Вызревает решение пойти на 9-месячный курс «Инструктор Нейрографики». Чувствую, что мое, но есть и рой сомнений. Например, одно из них. Мужчина - инструктор Нейрографики - это как, нормально, допустимо? Как это воспримут окружающие меня люди? Женщина - инструктор Нейрографики в моем сознании на тот момент было явлением вполне допустимым. А по поводу мужчины были большие сомнения. А еще после перехода на новую работу приходится считаться со значительным снижением дохода. Но и ждать чего-то от жизни уже был не согласен.

Старт инструкторского курса

Решаюсь и вот я уже на инструкторском курсе. Только вот времени на учебу маловато - 3 часа в неделю, не больше, все остальное время занимает административная работа заведующим кафедрой. Это сильно напрягает, так как не получается глубоко вникнуть в процесс обучения, и тем более, активно проводить мастер-классы.

Поездка в Приэльбрусье

В начале июня состоялся поход в Приэльбрусье. Ему было посвящено большинство рисунков того периода. Горные походы имеют для меня особое значение. Замыслил этот проект в одно время с началом инструкторского курса. На этапе организации путешествия в Приэльбрусье были сомнения, препятствия, но раз за разом их прорисовывал и шел дальше. И вот мы уже поднимается по горным серпантинам к нашему лагерю на высоту 2400 метров над уровнем моря. Мы - это команда из 3-х человек. Ежедневные радиальные походы по 7-8 часов в день. Это моя вторая поездка в Приэльбрусье, а для моих друзей - первая. Восторг, восхищение. Как же я люблю горы! Тишина

высокогорных озер. Рев водопадов. Стремительность потока горной реки. Хождение босиком по горному ручью. Купание в нарзанной ванне. Радость возвращения в сухой и теплый вагончик, где готовим царский ужин из тушенки, гречки и ароматного чая. Бешенный ритм сердца на затаянном подъеме к штурмовому лагерю на Эльбрус на высоту 3800. И Нейрографика. Впервые рисовал в окружении величественных снежных пиков на просторном плато. Не смогу передать это словами. Поток. Пространство. Энергия. Соединенность.



Рис. 4. Нейрографика в Приэльбрусье

Я - художник! Прорыв интенсива инструкторского курса

Следующим важным событием была поездка на очную часть курса подготовки инструкторов Нейрографики. Были сомнения, нужно ли ехать на 8-дневный очный тренинг, но

внутреннее чутье говорило, что ехать нужно обязательно. И не ошибся. Это была действительно очень мощная и ресурсная встреча с сокурсниками, Мастером - Павлом Пискаревым и самим собой. Было впечатление, что попал в какой-то ускоритель развития. Десятки Нейрографических техник, часы рисования, взаимный коучинг, мастер-классы моих сокурсников, прогулки у моря, беседы с коллегами-инструкторами. Все это вместе создало атмосферу какого-то сверх насыщенного пространства творчества, в котором что-то

начинает преобразовываться внутри и приходить в движение. Особенно меня впечатлило насколько интересными и талантливыми оказались мои коллеги - инструкторы и супервизоры, которые съехались с разных стран и континентов.



Рис. 5 Удивительное сообщество инструкторского

интенсива

И вот я возвращаюсь назад с совершенно новой идентичностью - идентичностью художника. Это пока не укладывается в моей голове. Я и Художник, это пока звучит примерно как я и житель Сириуса. На обратной дороге в поезде пишу пост в фейсбуке: «... один в купе, уже вышли на своих станциях мои попутчики. Возвращаюсь с интенсива по Нейрографике. 8 дней нахождения в совместном поле полутора сотен инструкторов, супервизоров со всех континентов мира и конечно Автора метода Павла Пискарева. Раскладывание по полочкам инструментов, техник - это все чуть позже.

А пока, хочется побыть с тем, что родилось внутри. Разворачиваю скрученный в рулон один из моих рисунков. Что изменилось, что родилось? Я Художник - удивительно признать в себе эту новую идентичность. Невозможно вчера, а сейчас внутри ощущения нового "я", силы и какой-то внутренней ясности и тишины. А ещё ощущение невероятной благодарности всем участникам нашего арт-ретрита за открытость, необыкновенные подсказки, иногда болезненные и заставляющие пере собирать весь свой жизненный опыт, за искренность и готовность делиться своим уникальным профессиональным опытом помогающих практиков. Знаю, что из этого состояния способен делать крутые проекты. Проекты по творчеству, моделированию состояния потока и заземление этого в красивых работающих решениях личных и профессиональных задач клиентов».

Рис. 6 Рисунок «Новая идентичность «Я - художник»



После возвращения с интенсива произошли очень важные для меня перемены. В результате удивительного разговора с ректором моего института получил то, о чем даже и не мечтал - переход на другую должность, новое направление работы - внедрение прорывных технологий обучения. А после проведения мастер-

класса по Нейрографике на тренинге для руководителей института еще и

получил возможность проводить занятия по Нейрографике со слушателями курсов повышения квалификации как факультативное занятие. Ну а самым главным результатом стал свободный график работы. Теперь у меня стало получаться больше времени уделять рисованию, выстраиванию работы с клиентами.

Шаги по реализации

Как реализовать полученные ценные знания инструкторского курса на практике? Как выстроить маркетинг? Как найти своих клиентов и как создать для них ценность? Теперь начал работать над этими и другими «как». Мастер-классы, выступления на конференциях. Пробы, ошибки, победы. Повышается событийная насыщенность жизни и это действительно мне нравится, ведь теперь я субъект этих событий.

Все более интересным для меня становится эстетический коучинг. Применяя алгоритмы нейрографики, с восхищением смотрю на то, как из хаоса нагромождения жизненных обстоятельств, эмоций и мыслей клиента создается его внутренний космос, порядок, красота, как происходит соединение с ресурсами, как начинают светиться радостью глаза напротив. Очень нравится эта роль Проводника. И понимаю, передо мной большой путь к мастерству эстетического коучинга, я только в начале пути, и как много того, чему хочется и нужно научиться.

Про ценность окружения

Один в поле не воин. Поэтому важны союзники, люди из своей стаи. На этапе личной трансформации надеяться на поддержку близких, родственников - наверное не самая лучшая идея. А с чего это они должны вас поддерживать? Ведь это вы сами захотели изменений. Так что придется искать опору в самом себе, а поддержку - в людях со схожими ценностями.

И очень ценным ресурсом оказались внимание и поддержка моих коллег инструкторов. Со многими установилась тесная связь. Помогаем друг другу продвигаться во взаимном коучинге, с интересом отслеживаем успехи в соцсетях и прямо на уровне тела ощущаю эту связь с необыкновенным профессиональным сообществом.

Что для меня Нейрографика?

Если обобщить что для меня Нейрографика, то самыми ценными для

меня являются три момента:

Первый - это то, что она позволяет подключаться к состоянию потока, творчества и переносить эти состояния в обычную жизнь, наполняя энергией действия текущие профессиональные и личные задачи.

Вторым важным аспектом Нейрографики является то, что это надежный инструмент работы со стрессом, теперь я могу с помощью маркера и Нейрографических алгоритмов отрегулировать его необходимый уровень, ну примерно как громкость звука.

Третьим ценным моментом является то, что Нейрографика - удивительный по эффективности инструмент работы с клиентом в личном коучинге. Когда ты видишь как прямо перед тобой, с помощью маркера и обычного листа бумаги, упорядочивается вселенная, внутренний мир другого человека, появляется огонек в его глазах, желание разрешить трудную задачу, действовать - это дорогого стоит!

Краткие выводы

Дорога к новому «Я»

Обобщая свой личный опыт, опыт коллег и клиентов прихожу к выводу, что при переходе к новому «Я» речь идет не об изменении привычных действий и даже не о новой стратегии достижения целей. Здесь речь идет о наиболее сложном уровне развития - изменении идентичности. И это требует значительных затрат - временных, энергетических, финансовых.

В каждом человеке есть то, что приглашает его вперед. А в ситуации кардинальной смены жизненного вектора, перехода в новую профессию важно понимать, что «Я сегодняшнее» не позволит пройти дальше. Старая кожа змеи должна быть сброшена. Нужна новая, следующая эволюционная версия самого себя, чтобы действительно мочь быть успешным в этой новой реальности. В теории вроде бы все понятно, но на практике не все так просто.

Кто я сейчас? Что нужно, чтобы перейти на следующий уровень? Что должно во мне раскрыться, развиться, засиять полным цветом, чтобы через год, три, пять выйти на принципиально новый уровень? Кто те люди, которые находятся на следующем уровне развития? Как мне перенимать их опыт? Это были мои вопросы на этапе перехода, а теперь я слышу от своих клиентов.

По сути, речь идет про построение системы смыслов. Но как построить эту самую систему смыслов? На сегодняшний день я думаю об этом так. Наиболее быстро и эффективно можно это сделать через эстетический коучинг. «Образ интегрирует смысл» - этот принцип Нейрографики меня до сих пор удивляет своей простотой и действенностью. Созданная на листе бумаги красота, эстетика, гармония создает систему гармоничных смыслов. Не пытаться из клубка мыслей сделать упорядоченную систему, а перейти на другой уровень и решать задачу там, на более высоком уровне эстетики. Здесь важно соблюсти эту последовательность перехода от гармонии на листе к гармонии в смыслах. Почему так? Потому что самые важные решения в жизни мы принимаем на основе критериев красоты, эстетического чувства. Выбор самых важных наших партнеров по жизни, мужа (жены), покупка квартиры или машины - в этих случаях мы прислушиваемся к чувству внутри. Нравится - не нравится, красиво или не очень. И, как правило, это внутреннее чутье нас не обманывает.

Эстетический коучинг именно про это. Как через графический язык, гармонию на листе бумаги сделать те выборы, принять такие решения, которые уже сейчас дают нам энергию действия и приведут к результатам, которые превосходят все наши ожидания.

И еще очень важно сказать, что эстетический коучинг позволяет творчески переработать свою личную историю, свое прошлое, настоящее и будущее. Увидеть красоту своих побед, присвоить их, услышать боль поражений в прошлом. Осознать каждый уголок настоящего, его плюсы и минусы. Именно это создает ту мощную опору для движения вперед.

Личные итоги

Если говорить про личные результаты прохождения инструкторского курса, то помимо внешних достижений, есть 9 месяцев насыщенной учебы и практики, которые позволили мне продвинуться по пути личной трансформации. При этом, отчетливо понимаю, что личностные изменения, трансформация - это, прежде всего, про бережное, экологичное отношение к себе. И здесь чрезвычайно важны несколько моментов. Один из них - наличие действенных инструментов сопровождения изменений.

Новым, мощным инструментом развития для меня стала Нейрографика - метод позволяющий создавать и экологично сопровождать изменения, создавать их внутри, снимать внутренние блоки, препятствия, наполнять

энергией реализации и действовать, действовать, не ломая себя через коленку, без насилия над собой, а с приемлемым, экологичным усилием.

А еще на этапе перемен, личностных трансформаций важны глаза собеседника, глаза человека напротив, внимательно слушающего то, что тебя по-настоящему волнует и помогающего найти ресурсы, чтобы пройти через непростой этап жизни.



Ну и в завершении хочу поделиться еще одним эффектом обучения на инструкторском курсе - иногда хочется рисовать без запроса, просто чтобы радовалась душа и дарить такие подарки значимым людям. Вот одна из таких картин, формат А2.

Всем желаю идти по своему Пути, встречать на нем Своих людей, отдавать в Мир то, что важно отдать и получать то, что просит Душа и просто хочется!

[Ссылка на дипломную работу Гребенникова Алексея в авторском стиле](#)

Автор:
Данилевская Дина
Супервизор:
Рождествина Ирина

Тема:
**Нейрографика — инструмент сопровождения
бизнесмена в эпоху Метамодекрна**

1.Список терминов и определений

Архетип — в контексте данной работы - естественное представление о первичном типе, прототипе в мифологии

БА — базовый алгоритм нейрографика. Состоит из 7ми пунктов:

1. Тема. 2. Композиция. 3. Сопряжение. 4 Интеграция. 5. Линии поля. 6 Фиксация. 7. Возврат к теме.

ВЭД — внешняя экономическая деятельность

Кенотип — в контексте данной работы — яркий, эталонный реально существующий/существовавший представитель эгрегора

Клиент — в контексте данной работы - представитель малого бизнеса, решающий свои задачи в сопровождении коуча.

Коуч — В контексте данной работы — специалист, помогающий клиенту найти решение актуальной задачи преимущественно с помощью метода Нейрографика, автор диплома.

МААК — Международная ассоциация аналитического коучинга, основана П.Пискаревым в июле 2018г

МААК создана с целью объединить людей эпохи ММ, чьи стремления выражены в познании, актуализации и саморазвитии, вдохновленных идеей перспектив грядущей эпохи.

ММ — Метамодекрна. Это термин, отражающий изменения и состояние культуры с начала 1990-х годов до настоящего времени, был введен в 2010 году голландскими учеными и философами Тимотеусом Вермюленом и Робинот ван ден Аккером в эссе «Заметки о метамодекрнизме». В данной работе термин используется в контексте теории Метамодекрна Павла Пискарева, лежащей в основе формирования МААК и метода Нейрографика.

НГ - Нейрографика. Арт-метод, разработанный Павлом Пискаревым (архитектором, спикером, художником, топософом, психологом, коучем, бизнес-тренером) на стыке наук (психологии, нейрофизиологии, философии, топологии, социологии, основанный на законах композиции и пр.). «Днем

рождения» НГ считается 29.04.2014г.

Эгрегор — в данной работе - реально существующее, искусственно созданное, социальное объединение людей по какой-либо принадлежности (раса, пол, какое-либо сообщество — семья, работа, род деятельности и пр.)

2. Вступление.

В качестве клиента в рамках данного дипломного проекта выступил мой муж, объектом оценки эффективности и результативности длительной контрактинговой Нейрографической практики стала его бизнес-деятельность, имеющая несколько направлений реализации. Клиент, как руководитель, является ключевой фигурой бизнес-процессов: задает направление развития предприятий, более всего влияет на характер производственных процессов, атмосферу в коллективе, несет ключевую ответственность и осуществляет максимальный контроль. Ресурсность клиента оценивалась преимущественно по его психологическому состоянию, объёму и сложности задач, взятых в реализацию и доведенных до завершения. Коуч-Нейрографические сессии проводились с февраля 2018 года с разной периодичностью, в основном — по потребности. С августа по ноябрь 2018г регулярность проведения сессий приблизилась к графику 1 раз в неделю. Кроме того, с клиентом велась работа в рамках вербального коучинга, выполнялись дыхательные упражнения, применялись другие помогающие практики.

3. Выбор темы.

Выбор темы для меня был обусловлен несколькими причинами:

- актуальность: в НГ мы всегда работаем с актуальными потребностями;

желание помочь мужу в ведении бизнеса (выработать продуктивные экологичные реакции на стрессовые ситуации, помочь в достижении важных результатов, повышении доходности предприятий, организации бизнес-процессов, взаимодействии с коллективом, оптимизации штата);

желание выработать универсальные полезные рекомендации, схемы работы с представителями малого бизнеса для применения в дальнейшей практике;

исследовательский интерес к теории П.Пискарева о ММ и человеке ММ. Появилось желание разобраться, насколько НГ способна помочь развить и/или усилить качества личности в целях соответствия характеру эпохи, яркому представителю которой присущи, например, мультизадачность,

расширение восприятия, целостность, способность быстрой адаптации и реагирования на изменения внешней среды, увеличение собственной энергоемкости и навык само восполнения, а также творческий подход к жизни. И насколько развитие и/или усиление данных качеств может привести к повышению эффективности и ресурсности клиента, как руководителя бизнеса эпохи ММ.

4. Нейрографика. Принцип работы метода.

Нейрографика — творческий метод графической трансформации реальности рисующего, разработанный Павлом Пискаревым.

В нейрографике существует единый базовый алгоритм, позволяющий проводить процесс свободного «перемещения» сознания по оси ЭГО-Самость с целью самопознания, раскрытия своих возможностей, расширения представления, избавления от ограничивающих установок, «блоков». За счет этого происходит увеличение энергоемкости, ресурсности рисующего для реализации актуальных жизненных задач в актуальной действительности. Множество моделей НГ, созданных на основе базового алгоритма, позволяет прорабатывать широкий спектр запросов, начиная от налаживания коммуникаций, планирования, заканчивая духовными практиками.

Основными активами НГ являются Нейролиния и паттерн округления.

Нейролиния — особая бионичная линия, не повторяющая себя ни на одном участке движения, и осознанно (не спонтанно!) идущая через зону дискомфорта: во время ведения линии рисующий неоднократно внезапно для самого себя меняет выбранную траекторию. Что позволяет создавать новые нейронные связи головного мозга рисующего, способствует получению нестандартных решений актуальной задачи. Бионичность нейролинии помогает рисующему сонастроить (синхронизировать) микрокосм своих физиологических структур с внешним макрокосмом: живой естественной природы человеческой психики, биоритмов мозга с различными структурами большего масштаба — эгрегорами, тотальными энергиями.

Паттерн округления способствует проработке ограничений, в буквальном смысле «сглаживанию» внутренних конфликтов в контексте актуальных задач.

Погружая с помощью НГ свое «Я» на разные уровни сознания, рисующий прорабатывает имеющиеся «блоки», начиная от приобретенных в

этой жизни энергозатратных, ограничивающих развитие установок, заканчивая конституционными характеристиками на уровне Самости, Абсолюта (этапы БА по внесению цвета, Линий Поля). Тем самым высвобождается огромное количество энергии, растрачиваемое ранее на стабилизацию психического состояния рисующего и избегание подобных (в понимании системы восприятия) ситуаций в будущем.

Повышение осознанности рисующего происходит за счет контроля в процессе работы трех векторов внимания: тела, чувств, мыслей.

НГ позволяет вынести на лист систему ситуации целиком, произвести разотождествление с проблемой, избавиться от сдерживающих ограничений, найти иррациональное бионичное решение и «вживить» его в сознание, меняя тем самым отношение, а также структуру мышления в рамках актуальных задач. Также существует возможность активации необходимых для достижения результата ресурсов.

НГ позволяет получать «терапевтические» эффекты, работая с впечатлениями прошлого, а также задавать ориентирующие мотивирующие образы ситуаций, программируя мышление рисующего на их достижение.

При регулярном рисовании, отмечу на собственном опыте и опыте клиентов, формируется навык проживания проблемных ситуаций, начиная от реакции на факт их появления, заканчивая способностью намного эффективнее выходить в ресурс с целью принятия решений.

Согласно нейроподходу П.Пискарева (Приложение 1), нейрографика относится ко второму квадранту (работа с личностью). Метод отвечает за работу с чувствами, характером, отношениями. В основе Нейрографики также лежит теория ММ.

5. Характеристики эпохи ММ и человека ММ. Нейрографика как инструмент адаптации личности эпохе.

5.1. Эпоха ММ.

В контексте культуры эпоха ММ «видится ее исследователями эпохой прагматичных романтиков, не скованных идеологическими устоями [4], эпохой людей, чье сознание обращено к целостному восприятию событий [10].»¹

В бизнес — коммуникации, согласно презентации теории ММ

П.Пискарев (приложение 1), эпохе соответствует лояльность, в бизнесе (А.Волубева) — деятельность, 4D- брендинг (Томас Гед)— духовность, стиль управления (по Лайкерту) — доверительный, в квадранте денежных потоков ММ (по РКийосаки) соответствует состояние Инвестор. При соотнесении с Перинатальными матрицами С.Грофа ММ характеризуется периодом адаптации человека, по Гурджиеву — полным пробуждением.

5.2. Человек ММ

Давайте попробуем разобраться подробнее в свойствах личности, пост травмирующих факторах личности эпохи на основе статьи «Основы мета модернистской психологии» от 31.10.2017г Анатолия Гребенюка, врача- психиатра, психолога, кандидата психологических наук, размещенной в интернет- журнале о метамодекнизме METAMODERN, придерживаясь теории Павла Пискарева об эпохе ММ, ее признаках, в частности реализованных в идее метода Нейрографика, алгоритме и моделях.

Кто такой человек ММ? Согласно определению Анатолия Гребенюка, это личность, испытывающая «постоянные колебания между субъективным и объективным, вымышленным и реальным, виртуальным и действительным», что вызывает «своеобразную мечтательность, волнующее предчувствие чего- то ускользающего. Субъект обращается к рефлексии чувств, переживаний и грёз, к разнообразным компонентам эмоциональной жизни, в которой важнейшее место занимает аутентичность переживаемого («новая искренность») и внутренняя психологическая правда»¹. Данные особенности восприятия прекрасно соотносятся с концепцией действия Нейрографика, в которой рисующий проживает множество подобных волнующих состояний, рефлексирова, принимая новую позитивную в своих реакциях и визуальном образе правду.

Человек ММ, по теории П.Пискарева — человек космический, целостный, соответствует концепции: «Тело работает, чувства трудятся, сознание творит, душа играет»². Исходя из этого Нейрографике отводится роль инструмента, призванного научить человека взаимодействовать с самим собой и выстраивать отношения с окружающим миром.

Бизнесмен - яркий представитель своего времени (пример — «лихие 90е»). В случае успешности бизнесмена можно говорить о том, что свойства его личности являются отражением тенденций текущего временного периода, что позволяет ему быть максимально эффективным, со настроенным происходящим процессам, адаптированным к возникающим моделям и

системам.

5.3. Метамодекрннстская психология

Метамодекрннстская психология помогает субъекту сформировать определенные способности, обозначенные как необходимые, для эффективного проживания действительности, решения актуальных задач.

5.4. Гипотеза.

Применение НГ для развития способностей человека ММ

В рамках данной работы, учитывая, что «объектом работы в Нейрографике является сам субъект» (П.Пискарев), выдвигаю гипотезу, что НГ способна решать задачи Мета модекрннстской психологии, адаптируя человека актуальным эпохе потребностям для максимально эффективной реализации.

В таблице 1 представлено, каким образом НГ помогает проявлять и развивать способности человека ММ у субъекта рисования.

Способности(источник - ¹)	Эффекты НГ
1. Возможность рассматривать множество позиций одновременно	В НГ мы можем вынести на лист множество состояний, ролей, позиций, в том числе неосознаваемых, но вызывающих беспокойство. С гармонизировать, интегрировать и рассмотреть в совокупности в рамках решения одной задачи.
2. Восприятие противоположных идеи, и, как следствие, более целостное, нелинейное восприятие ряда событий и явлений	

<p>3. Необходимость возвращения психике целостности: отказ от идеи человека как поля битвы мышления и эмоций, «фокусировка на необходимости целостного восприятия личности, как существа, актуализирующего себя в поступках»¹</p>	<p>Одна из основных идей НГ — интеграция. В том числе на п. 4.2 БА мы осуществляем Архитипирование — интеграцию нескольких частей в большую, обладающую большим смыслом. Благодаря связыванию линий и объектов паттерном округление вся ситуация со всеми проявленными обстоятельствами воспринимается рисующим единой системой. НГ — практика сопровождения изменений, повышает мотивацию субъекта к действиям. Кроме того в процессе работы идет постоянный анализ (самоанализ) по трем векторам внимания: мысли, эмоции, тело. Тем самым также реализуется идея целостности психики.</p>
<p>4. Человек ММ возвращен к реальности через обращение к действию (с учетом чувственного обучения, опирающегося на тело). Стремление к «перфомансам» - выход за пределы обыденного восприятия и переживание порогового, переходного состояния, необходимого для внутреннего изменения.</p>	<p>В НГ эффект трансформации своего впечатления достигается графическим «перфомансом» - работой через зону дискомфорта благодаря характеристикам нейролинии. Также можно вспомнить п.4.1. БА - выход за пределы обыденного (за рамки личного восприятия ситуации в «мир»). В процессе рисования большое внимание уделяется телесным реакциям, и эмоциям рисующего, осознанию проявленного. Этим обуславливаются глубокие внутренние изменения.</p>
<p>5. Основной потенциал психологии ММ — способность создавать и Переписывать собственные смыслы</p>	<p>Данный принцип прекрасно реализован в НГ: путем изменения своего впечатления мы меняем мысли и действия в отношении обстоятельств данной ситуации = переписываем энергозатратные смыслы и создаем новые, ресурсные</p>

<p>6. Нелинейная и многомерная оценки действительности и, как следствие, открытие ранее не доступных способов решения проблем.</p>	<p>НЛ - линия, идущая максимально разнообразным образом, неожиданным для рисующего, проникая в зоны дискомфорта, создает новые нейронные связи, соединяя их в контуры, а паттерн округления позволяет снимать ограничения относительно аспектов задачи. Таким образом, мы получаем нетипичные, неожиданные и ранее недоступные по причине внутренних блоков (отсутствия нужных связей) решения задачи</p>
<p>7. Определение действительного объема проблемы/задачи с целью нахождения свободных пространств для принятия решений по другим вопросам</p>	<p>НГ позволяет вынести на лист всю систему задачи целиком. Таким образом, определяется действительный объем проблемы/задачи. Далее мы имеем возможность Трансформировать его наиболее благоприятным для клиента образом. Модель НГ поиска нестандартных решений (аналог бизнес-модели «Голубой океан») позволяет найти решения в свободном, неосвоенном вниманием, пространстве.</p>
<p>8. Признание очевидности того, что чувства и идеи, являясь для отдельного человека «очевидно» правильными, и при этом не являются таковыми для другого.</p>	<p>Каждая работа НГ уникальна. И самое важное не то, что в ней видят другие, а то, что ощущает от нее сам автор — так реализуется идея права и достоверности субъективного восприятия, когда «очевидно правильное для одного не является таковым для других»</p>

<p>9. Наложение друг на друга двух противоположных феноменов, с целью их согласования. Это позволяет человеку не подавлять «новую искренность», позволять себе испытывать искренние чувства, осознавая, что они могут смотреться нелепо с точки зрения окружающих.</p>	<p>В НГ мы можем вынести в рамках обстоятельств одной задачи абсолютно противоположные по смыслу ресурсы, обстоятельства. Проработав и связав их должны образом, мы даем команду нашему подсознанию согласовать их и найти «новую искренность», которая будет абсолютно естественна и органична в ощущении субъекта рисунка. Автор НГ работы привыкает к разным реакциям на свои творения: от восхищения, интереса до недоумения или насмешки. И приучается воспринимать их достаточно спокойно по причине понимания субъективности восприятия и превалирования важности эффектов от работы над ее художественной ценностью.</p>
<p>10. Одновременное переживание выраженной отдаленности и близости, скорой интернет-доступности других и их территориальной недостижимости («распад расстояний»).</p>	<p>Нейрографы привыкают воспринимать достаточно естественно и органично в своей работе как личное, социальное, так и тотальное в рамках одной задачи, несмотря на разнесенность данных областей по разным слоям подсознательного и существующие ассоциации в отношении понятий «Я, Космос, другие люди»</p>
<p>11. Сопереживание чужой субъективности без попыток драматизировать свое отличие от другого человека. Обнаружение возможности объединяться ради идей и действий с людьми, о которых человек ничего не знает, за исключением того, что они согласны с ним в отношении обсуждаемой темы.</p>	<p>Тут можно говорить о п.4.1. БА, который Позволяет проработать коллективное бессознательное психики, в т. числе уровни эгрегора и архетипа, путем растворения своего ЭГО</p>

<p>12. Оптимистическое реагирование на любой кризис посредством мышления «как будто» («как будто» позитивные изменения возможны даже тогда, когда мы ежедневно получаем напоминания о том, что человеческая культура находится в упадке).</p>	<p>Сама теория ММ П.Пискарева основана на том, что эпоха ММ достаточно благоприятна. Обладает позитивным набором характеристик, таких, как духовность, пробуждение, Космос, реализация, душа, Ментальная культура, Деление энергией, интеграция, полное пробуждение, альтруизм, самореализация, понимание и т. д. Решение в НГ работах происходит за счет позитивной реакции вдохновения—превышения кол-ва психической силы сложности задачи.</p>
<p>13. Радикальная переоценка традиционных и «исторически сложившихся» взглядов на реальность с прицелом на их прогрессивное изменение.</p>	<p>В НГ мы способны создавать любые переоценки, которые будут работать позитивно в контексте нашей задачи, приходя к неожиданным осознаниям.</p>

Таблица 1. Способности представителя эпохи ММ (на основании направлений деятельности психологии ММ) и эффекты НГ

5.5 Задача ММ психологии. Сопоставление с эффектами НГ.

Задачей Метамодекрнискон психологии является «создание выразительного представления, заставляющего воспринять проблему целостно и тем самым пересмотреть свое отношение к ней, усиленное в дальнейшем аналитическом объяснении и уместным обобщением, позволяющим перейти к ее практическому решению (прием «двойного кадрирования» [2; 3]).1

Задачей НГ является вынос на плоскость восприятия системы ситуации в целом, трансформация впечатлений в ресурсные, поиск неожиданных бионических решений, усиление эффекта за счет наделения объектов смыслом (проявленным из бессознательного), интеграция всех проявленных аспектов в единый образ восприятия для своего сознания.

Давайте посмотрим, каким образом эффекты и характеристики НГ соотносятся с состояниями клиента в процессе работы Мета модекрнискон при использовании приема «двойного кадрирования» (таблица 2):

Таблица 2. Психологические состояния клиента в процессе работы Мета модекрнискон психологии (прием «двойное кадрование» и эффекты НГ

ММ психология	НГ	Динамика изменений и результаты клиента (впечатления коуча, мнение клиента)
<p>«На этапе участия в перформансе: 1. Возникновение веры в необычное, которое может в дальнейшем оказаться правдой.</p>	<p>Рисунки других нейрографов, отзывы окружающих, научные обоснования работы метода (например, диссертация О.Савельевой «Психологические основы нейрографики») создают у субъекта впечатление, основанное на вере в необычное, интересе к методу. Таким образом рисующий получает дополнительную «точку опоры» - в некотором смысле мистическое (вера в чудо), закрепленное реальными эффектами предыдущих работ понимание, что в случае возникновения сложной ситуации у него есть личная «волшебная палочка» - помогающий инструмент.</p>	<p>С сентября месяца клиент относится к процессу прорисовки с большим воодушевлением (в «багаже» опыта эффекты предыдущих работ). Есть понимание наличия дополнительного ресурса для решения задач — НГ.</p>

<p>2.Актуализация потребности в творческом переосмыслении проблемы.</p>	<p>Абсолютно творческий метод решения задачи, в котором решение происходит за счет достижения состояния вдохновения. Регулярное рисование усиливает и развивает творческие способности, нередко случаи написания нейрографами стихов, рождения новых творческих проектов. Способствует формированию творческого подхода к решению жизненных задач. Многие замечали, что начиная рисовать нейрографику автоматически «округляют» все увиденное в жизни. Подобная практика постепенно переходит во вне: на отношения с окружающим миром.</p>	<p>Включение творческого метода в качестве поддержки ведения бизнеса, со слов клиента, принесло широту восприятия (эффективная в данном контексте практика Коллайдер Развития И.Рождествиной, больше доверия своим ощущениям, усилилось внимание к эстетической стороне каждой задачи (насколько новый сотрудник гармонично впишется в коллектив, например)</p>
<p>3. «Колебание» сознания между пониманием объективных причин проблемы и абсурдными ее объяснениями, основанными на различных предрассудках, стереотипах и комплексах.</p>	<p>НГ позволяет проявить скрытые установки и видеть их абсурдность для настоящего момента, ситуации. Зачастую как раз уход от внутренних установок в процессе работы называется инсайтом.</p>	<p>Одна из работ (АСО) Позволила переформатировать энергозатратную установку «У тебя ничего не получится» в ресурсную, что привело к повышению естественной внутренней уверенности в благополучной реализации целей: «все решаемо».</p>

<p>4. Появление серьезно-отстраненно-ироничного отношения к проблеме, свидетельствующего о том, что она стала восприниматься целостно, с множества позиций одновременно.</p>	<p>По итогам завершения работы острота ощущений клиента в отношении задачи снижена, зачастую клиент не в состоянии вспомнить первичного отношения к теме, воспринимает ее отстраненно, уходит «заикливание» на проблеме — появляется способность видеть шире, больше, глубже</p>	<p>Клиент до прорисовки НГ был способен не заикливаясь на проблеме, однако в процессе решения испытывал зачастую сильное напряжение. С началом занятий НГ фоновое напряжение уменьшилось, по моим наблюдениям и отзывам клиента усилилось созидательное «думание», направленное на поиск вариантов решения.</p>
<p>5. Идентификация с противоположной стороной конфликта через чувство общечеловеческой любви и примирения.</p>	<p>Пункт 4 БА является «духовной практикой» для субъекта, в которой происходит принятие окружающего мира и себя через свое в нем растворение, паттерн округление. Бионичная Нейролиния позволяет вживить это состояние до уровня естественного принятия. Также в НГ существуют модели коммуникации. Взаимодействуя нейролинией с фигурой объекта коммуникации, используя базовый алгоритм НГ, мы способны получить доступ к чувству любви, осознания единства людей, примириться с ранее непримиримым. Кроме того подобное взаимодействие в нейрографике эффективно практикуется в рамках</p>	<p>После работы по модели GROW, адаптированной под нейрографический подход, пришло понимание того, что другие не обязаны реализовывать твои ожидания. В данный момент клиент на пути интеграции этого понимания во все сферы жизни и внутреннего примирения с собой в отношении права каждого человека (в том числе и себя самого) на слабость.</p>

	<p>решения внутренних проблем субъекта. Например, у Павла Пискарева есть прекрасная модель интеграции двух противоречий (или — или) в единое гармоничное решение.</p>	
<p>б. Формирование честного восприятия проблемы: - отказ от искаженных представлений о ценностях добра, свободы, счастья, навязанных обществом; - отказ от навязанных ролевых игр, «масок», придуманных правил, внешних «требований» видеть проблему определенным образом; - откровенный разговор о том, что действительно беспокоит или интересно, без боязни кого-то задеть или обидеть; - отсутствие опасений показаться слабым или смешным; - внутренняя готовность меняться без боязни отвержения, или отказ меняться под давлением окружающих, без попыток вымучить из себя «решение».</p>	<p>Все эти состояния нейрограф проживает в процессе сессии. Он честен, т. к. «просто рисует линии», ведет диалог сам с собой, бессознательно прорисовывая истинные смыслы. При этом человек может даже не вербализовать проблему, свои реакции. Достаточно того, что он наблюдает динамику. Откровеннее разговор придумать трудно, т. к. многое проявляется неосознанно, значит, в меньшей степени подвергается фильтрам психической защиты.</p>	<p>Одна из тем, проработанных в процессе — важность чужого мнения и действия с ориентиром на него. В результате клиент стал больше прислушиваться к собственным ощущениям, выявлять истинные желания. Работы выполнялись как с проговариванием задачи и состояний, так и без. Эффективность отмечалась выше в работах с активной обратной связью.</p>
<p>На этапе дополнительной работы с открывшимся новым пониманием проблемы:</p>		

<p>На этапе дополнительной работы с открывшимся новым пониманием проблемы:</p>		
<p>7. Переход осмысленному решению проблемы.</p>	<p>В НГ мы способны «поднять к поверхности», в зону осознанности, смутные беспокойства, проявить истинные причины своих состояний. Осмыслить то, что было скрыто. Для этого периодически проводится самодиагностика, вербализация мыслей в отношении заданной темы.</p>	<p>Каждая работа сопровождалась инсайтом на заданную тему.</p>
<p>8. Установление новых взаимоотношений через поступки (через акт нравственного самоопределения). Понимание того, что результат любого поступка может быть исправлен новой стратегией поведения и ее плодами.</p>	<p>«Вселенная на кончике маркера» - принцип НГ. В своей реальности мы можем нарисовать, перерисовать, исправить все, что угодно.</p>	<p>Работа по модифицированной модели Т.Лобановой «Лестница» в отношении проблемного проекта привела к появлению новых стратегий поведения, принятию альтернативных решений. До сессии клиент испытывал чувство сожаления по поводу неверно предпринятых действий в отношении данного проекта. После проработки темы клиент сожалеть перестал (как результат - снизилась</p>

		энергозатратность), а высвобожденная энергия была направлена на действия в отношении решения задачи (вместо внутреннего «перемалывания» предъявления претензий себе и окружающим)
9. Формирование навыка осознанного решения собственных психологических проблем и поддержания психического здоровья через акт действия.	Осознанность в НГ формируется путем наблюдения за собственными реакциями в процессе рисования, мыслями, за последующими событиями. При регулярном использовании метода мы способны вживить принцип осознанного отношения в свою модель восприятия мира.	Возникшая острая ситуация со сбоем поставки была прожита клиентом экологично (отсутствовала возможность прорисовки), с принятием необходимых стартовых решений, без паники или сдерживания негативных реакций. При дальнейшем обсуждении темы тело клиента реагировало на факт существования ситуации умеренным напряжением, в эмоциональном плане в остатке — некоторое недовольство отсутствием необходимых ресурсов для оперативного решения задачи.

Перечень основных работ клиента с результатами и комментариями приведен в Приложении 1.

5.6 Нейрографика как метод работы с посттравмирующими факторами

Несмотря на то, что формирование вышеуказанных качеств адаптирует личность к «духу времени», позволяя эффективно проживать реальность, как и в любую эпоху существуют факторы стресса, влияющие на психологическое и физическое состояние субъекта. Пост травмирующие факторы личности эпохи ММ (по Н. Freinacht, Philosopher. Metamodernist. Author of The Listening Society)¹: неопределенность ожиданий (связанная с непредсказуемостью результатов творческой деятельности), постоянная борьба с сомнениями, хронический конфликт между ожиданиями и

реальностью, давление со стороны представителей традиционных слоев общества. Нейрографика помогает не только адаптировать человека к характеристикам эпохи ММ, но и эффективно справляется с различными проявлениями стресса, возникающего при столкновении личности ММ с реальностью.

5.7. Подведем итоги.

«Таким образом, мета модернистская психология уходит от стандартного процесса работы с психологом и делает ставки на воображение, способное к творческому решению самых сложных задач...акцентирует внимание на возвращении психике целостности...Фокусируется на необходимости целостного восприятия личности, как существа, актуализирующего себя в поступках.»¹ В связи с тем, что современный человек имеет свободный доступ к информации, построение психологической работы в эпоху ММ должно строиться не на предложении клиенту психологической информации, а через акт «перфоманс» путем погружения индивида в обстоятельства, выходящие за рамки «обычного» и «привычного». Для данных целей можно использовать Нейрографику, как инструмент, прекрасно соотносящийся с тенденцией времени и структурой восприятия человека ММ, создающий от работы к работе неповторимые «перфомансы», стимулирующей воображение, активные рефлексии, поддержанные осознанием и создающие целостный образ каждой задачи.

Итак, опираясь на схожесть

- состояний клиента в процессе рисования
- состояний, возникающих в процессе работы мета модернистской психологии,
- эффектов НГ, -формируемых изменений субъекта посредством прорисовки и свойств личности ММ,

могу подтвердить выдвинутую гипотезу, что **с помощью метода Нейрографика, через активацию воображения, могут быть реализованы самые сложные задачи с точки зрения Мета модернистской психологии**, возвращающие психике целостность, повышая ресурсность рисующего, примиряя противоречия как внутренние, так и внешние, помогая найти свободное от стереотипов иррациональное творческое решение задачи, и мотивируя на поступки в отношении реализации цели. **Таким образом адаптируя рисующего актуальным эпохе потребностям для максимально эффективной реализации.**

6. Выводы и рекомендации

6.1. Рекомендации

Данные рекомендации приведены в соответствии с личными наблюдениями. И требуют дальнейшей отработки на большей экспериментальной группе

В работе с представителем малого бизнеса эффективно себя зарекомендовала следующая комплексная схема:

- работа с клиентом с целью адаптации эпохе ММ (развитие важных качеств и навыков, состояний) — по материалам данного диплома
- работа с ближайшим окружением клиента (ключевые сотрудники, жена). Частично отражена в данном дипломе
- работа по адаптации, синхронизации клиента денежному потоку (материалы данной работы не вошли в диплом)

В данной практике работа проводилась с мужем. Такая позиция имеет как свои преимущества (доступность, больше временной возможности проводить сессии), так и некоторые сложности: менее обязательное отношение к дате и времени проведения занятия, сложнее рефлексировать при близком человеке, особенно мужчине. Однако преимущества метода НГ при работе с близкими очевидны: если человек не готов идти к постороннему специалисту, существует возможность анонимной проработки темы с доверенным лицом — без конкретики и обозначения своих состояний. Достаточно подтверждения о происходящей динамике и ведения собственных записей клиента.

При работе с посторонним человеком придется больше времени уделить настройке доверительных отношений и сотрудничества, однако посторонний человек будет более мотивирован на работу (не зря потратить деньги за консультацию и личное время).

В работе с бизнесменами рекомендовано разработать и утвердить заранее план проведения обязательных сессий, по предоплате, с условием оплаты времени сессии даже в случае неявки клиента. Т.к. в процессе проработки и после могут возникать дискомфортные физические и психические состояния, в совокупности с отсроченным и естественным в проявлении результатом может произойти снижение мотивированности клиента. Наличие четкого графика и предоплаты станет дополнительным стимулом для преодоления сопротивления.

Вся поступающая нам извне информация записывается подряд. Поэтому считаю важным проведение сессий не реже 1 раз в неделю (или, как минимум, рекомендовать клиенту выполнять самостоятельные прорисовки с данной частотой), т. к. Нейрографика — своеобразная психическая гигиена. Мы принимаем душ намного чаще, очищая свое тело от пыли и грязи, почему же в отношении психики должно быть иначе? Исключение составляют ситуации вскрытия «глубоких» тем, когда клиенту важно дать больше времени на адаптацию трансформаций.

Очень важно работать с ближайшим клиенту окружением. В процессе проработки я, как коуч, и жена, ловила свои «ограничения» в теме клиента и пускала их в проработку, чтобы не блокировать движение и развитие своими сдерживающими установками. Не менее важна работа с командой (ключевыми сотрудниками), т. к. именно эти люди влияют на благосостояние предприятия (своими энергиями, решением, отношением).

Рекомендовано глубокие работы (полную сессию, не ежедневные настройки или короткий АСО) проводить в вечернее время для максимально экологичной адаптации. Т.к. по итогам работы возможны обострения ситуаций, а в процессе сна происходит трансформация, адаптация произведенных изменений, основная часть обострений может быть прожита в снах. Что не выбивает бизнесмена из рабочего графика и эффективного состояния.

Рекомендовано на следующий день после глубоких сессий проводить короткий АСО для ускорения процесса адаптации (снятия остаточных физических и психических реакций, излишней неизрасходованной энергии во избежание проявления в дальнейшем резко «заземляющих» событий)

Параллельно с клиентом проводилась работа с эмоциями (практика дыхания), вербальный коучинг (в том числе калибровка по модели И.Зеленской «Компас развития»), работа в сфере энергетического наполнения в моменты необходимой помощи клиенту.

Наличие физической нагрузки увеличивает результативность проработки, т. к. в процессе рисования НГ происходит увеличение потока поступающей в актуальное сознание энергии. Человек, привыкший жить из расчета определенного объема энергии, оказывается не готов к значительному увеличению ресурса. Наверняка многим знакомо состояние полнейшего бессилия и упадка после особенно эмоционального радостного дня. Не все в состоянии верно направить излишек энергии, для этого, в качестве адаптации, рекомендую клиентам занятие спортом. В процессе

увеличения физической активности (в том числе прогулка, бег, велоспорт и пр.) излишняя энергия уходит, позволяя снизить возможность проявления «заземляющих» состояний (а также событий в жизни) после энергетического взлета, параллельно принося массу дополнительных позитивных эффектов в отношении здоровья.

В случае, если у клиента возникают сомнения в отношении рациональности затрачиваемого на сессию времени — человеку бизнеса сложно морально и физически выделить 2 часа на «порисовать» - коучу рекомендуется выполнить следующее:

- порисовать на данную тему и/или в рамках сессии позиционировать занятия нейрографикой в качестве инвестиции времени и средств в свое психо-эмоциональное состояние, от которого зависят принимаемые решения, общая атмосфера в коллективе, на переговорах с партнерами, дома в семье. в рамках коуч-сессии с представителем бизнеса рекомендована проработка энергозатратных тем клиента, непосредственно не имеющих отношения к бизнесу, т. к. в нейрографике работа идет с субъектом, его состоянием, энергоемкостью, мотивированностью, осознанностью. Встраивании данной модели во все сферы жизни, поэтому так важно уделять внимание всем прецедентам острых глубоких реакций. Кроме того, часто ситуации в семье являются следствием ситуации на работе и ровно наоборот. Поэтому «рабочие» кейсы могут включать в себя рисунки на тему отношений с близкими, соседями, ситуации с имуществом и пр.

Рекомендована работа с клиентом в контексте отношений тренер-клиент: задача - научить направлять получаемую энергию «в дело» (действия, события, состояние, здоровье), научить адаптировать излишнюю нераспределенную энергию (мини-АСО, физ.нагрузки), и самое главное — задать мотив и стимул клиенту зарабатывать и развивать свои собственные способы адаптации, поощрять их появление, а также поддерживать состояние азарта и интереса к происходящему исходя из активного состояния клиента (по Э. Бернсу: «Ребенок-Взрослый- Родитель»).

Большинство вышеприведенных рекомендаций является, на мой взгляд, универсальным и может быть применено не только в отношении представителей бизнеса, но и в отношении контрактной работы с любым клиентом.

6.2. Выводы

В результате данной практики я, как коуч приобрела:

Положительный опыт длительной контрактинговой работы с клиентом понимание «достаточности» процессов для клиента. Эффективные глубокие сессии это прекрасно, но важен момент экологии. Получила навык глубокого чувствования, снятия вербальных и невербальных показателей напряжения рисующего и понимания, когда важно дать время отдохнуть, а когда стоит вовсе прекратить работу понимание того, что очень важно дать результатам «догнать» себя: не частить с занятиями, давать время на «переварить», усвоить, подумать. Чтобы клиент «новый» (думающий и действующий исходя из произведенных трансформаций) смог среагировать на жизненные ситуации по-новому, дать время пространству развернуться, а самому себе — проявить новые «камни преткновения», слабые места, или убедиться, что у него достаточно ресурсной и информационной базы для дальнейшего продуктивного движения понимание того, что эффективность коучинговой практики в бизнесе напрямую зависит от активной жизненной позиции рисующего. Можно рисовать бесконечно долго, терапевтируя и наполняя себя энергией, но когда-то придется начать действовать. В случае данной работы клиент достаточно быстро получал результаты, превосходящие ожидания, т. к. был активен, с готовностью брал на себя ответственность, имел в основе стойкую внутреннюю мотивацию.

Навык коучинговой «тренерской» работы: «нет» решениям за клиента, «да» — обучению клиента самостоятельному поиску и принятию нетипичных решений, навыкам проживания сложных состояний и самостоятельному поиску выхода из них.

В современном мире высокой скорости процессов и явлений, постоянных изменений внешних обстоятельств, ставших обыденной реальностью, тем более ценным становится умение быстро адаптироваться, воспринимать данные изменения не враждебно, а с интересом, из конструктивной позиции. Считаю, что данную «привычку» прекрасно вырабатывает инструмент Нейрографика, т. к. рисующий овладевает навыком конструирования новых естественных состояний, проявления для своего сознания всей ситуации в целом и анализа с позиции Наблюдателя, проживания сопротивлений через дыхание, работу с телом. Что в будущем, при условии регулярной практики, позволит клиенту автоматизировать данные навыки и оперативно выходить в сильную позицию, сохраняя ресурсность, избегая энергозатратных состояний

(сомнений, раздражений, страхов и пр.).

Исходя из всего вышеизложенного, считаю Нейрографику прекрасным инструментом для адаптации рисующего «духу времени», позволяющим не только сохранять, но и приумножать личные ресурсы за счет высвобождения энергии и тренировки способности рисующего к саморегуляции состояний (физических, ментальных и эмоциональных).

7. Литература и ссылки

1 - «Основы Метамодекрнистской психологии», ред. 31.10.17г, Анатолий Гребенюк, врач-психиатр, психолог, кандидат психодлогических наук, интернет-журнал <http://metamodernizm.ru/metamodernism-psychology/>

2 - Учебный вебинар МААК. Базовый уровень. Презентация. Квадранты.

3 - учебные видео-материалы курса «Инструктор нейрографики 2018»

Приложение 1

Учебный вебинар МААК. Базовый уровень. Презентация. Квадранты.

4й поворот философии

Метамодекрн (?!)*	Археомодекрн (Платон)
Постмодекрн (Маркс)	Модекрн (Декарт)

Перинатальные матрицы Станислав Гроф

IV Адаптация	I Вынашивание
III Родовой канал	II Сепарация

Нейроподход Школа Павла Пискарева

Нейронавтика	Нейропластика
Нейроконструктивизм	Нейрографика

Четыре состояния сознания Г.И. Гурджиев

Полное пробуждение	Сон
Относительное пробуждение	Сон наяву

4D - брендинг Томас Гед

Духовность	Функция
Социальность	Ментальность

Бизнес-коммуникация

Лояльность	Знание
Потребление	Интерес

Бизнес (Анна Волобуева)

Деятельность	Вовлеченность
Видение	Смыслы

Стили управления Лайкерт

Доверительный	Авторитарный
Делегирующий	Поощряющий

Квадрант денежных потоков Роберт Кийосаки

Инвестор	Работник по найму
Владелец бизнеса	Работает на себя

Бизнес-среда





Хаотичная	Простая
Комплексная	Сложная



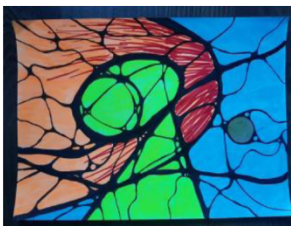
Вера




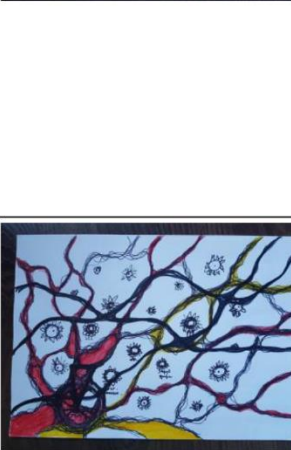

Свершение	Доверие
Уверенность	Вера

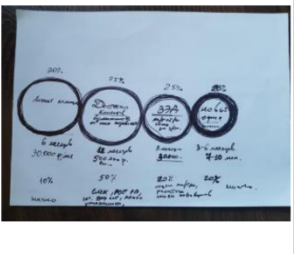
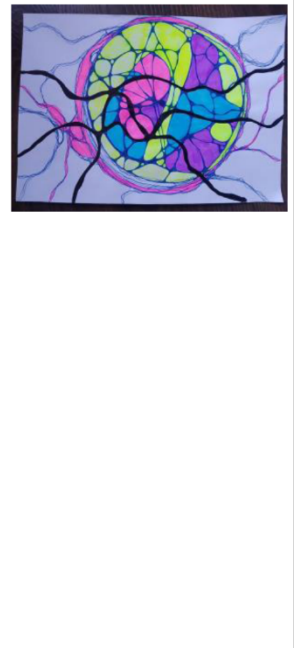
Приложение 2. Хронология работ клиента. Результаты и эффекты.




Приложение 2. Хронология работ клиента. Результаты и эффекты.

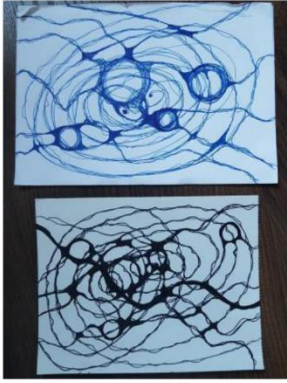


Рисунок	Алгоритм, модель	Причина прорисовки	Результат	Комментарии
	АСО, 1я работа	Напряжение, связанное с взятием кредита. На входе — нересурсное состояние	На выходе — снятие напряжения, открытость, спокойное отношение к теме	
	НейроДрево	Тема: «Рост чистой прибыли» Не было желания работать, энергии. В процессе сильные боли в груди. Инсайт на тему распределения нагрузки — делегирования полномочий	На выходе — энергия, Древо нравится, удовлетворен	Есть идея о доработке рисунка по прошествии времени, т. к. сделан вывод о недостатке энергии (цвета), скудной кроне.
	АСО	Работа сделана самостоятельно клиентом с целью снятия напряжения при решении текущей задачи	Успокоение, выравнивание состояния	Клиент начал рисовать сам, по прошествии 2х месяцев с момента первой работы.
	TRUE коллективная работа. Директор (клиент), два менеджера — непосредственные организаторы основных производственных процессов	Налаживание отношений в коллективе, развитие ощущения единства стремлений и проживаний, проработка острых моментов.	Прекрасная диагностическая работа. Много сопротивления в процессе. Директор — теплый клиент, менеджеры — холодные. В основном скруглениями занимался директор, т. к. был наиболее лоялен к практике. На след. день снижение настроения у руководителя, нормализация через 3 дня. В результате улучшились отношения среди сотрудников, были выявлены и проработаны скрытые недовольства, укрепи	Сделан вывод, что НГ практики рекомендовано проводить вне рабочего времени. Фиксация проводилась в процессе работы, что позволило по итогам выделить наиболее значимые и важные для сотрудников сферы с целью проведения дополнительного анализа руководства.

			<p>лась сплоченность, наладилось взаимопонимание, усилилась мотивация. По прошествии 5 месяцев был признан еще один результат работы — реализовались некоторые желаемые ресурсы, казавшиеся нереальными — достигнута лояльность непростого крупного поставщика.</p>	
	АСО	Резкий скачок курса валют, напряжение.	<p>На выходе огромный прилив энергии. Инчайт: надо идти от малого к большому и не бояться. Все реально. Но надо осторожно.</p>	<p>Несколько дней сохраняется моральная подавленность, усталость. Тревожные сны. Можно предположить, что проработанная проблема залегала на архитектурном уровне. Важны жизненные «подвиги» для тонуса.</p>
	Многозадачн ость	Работы была сделана для структурирования внимания, т. к. клиент не справлялся с большим объемом задач, испытывая негативные эмоции.	<p>В результате наступила ясность, пришло понимание приоритетов.</p>	
	АСО	Причиной работы стал сложности в ходе выполнения заказа.	<p>По итогам много энергии, готовность искать решения, более спокойное восприятие ситуации. Работа дала необходимый ресурс, позволила избежать энергозатратности на волнения в отношении задачи.</p>	

	<p>Спираль действий</p>	<p>Работа по оптимизации штата. Давалась непросто, т. к. необходимо было провести обновление штата. До работы готовность что-либо менять оценивается 1 из 10, после — 9 из 10.</p>	<p>Процесс принят, адаптирован в сознание, пришло понимание того, что перемены — начал нового пути. На следующий день процесс закрутился моментально, вопрос был разрешен. Далее пошел процесс поиска нового сотрудника.</p>	
		<p>Цель работы — адаптация желаемого уровня дохода в сознании клиента</p>	<p>Ощущение поддержки, уверенность, энергия.</p>	<p>Клиент уверенно работает сам, не нуждается в помощи с рисунком. Самостоятельная личность, уверенный 3й квадрант ММ (приложение 1)</p>
	<p>АВН</p>	<p>Выявление целей.</p>	<p>Очень интересная и показательная работа. В результате которой были выявлены промежуточные цели, по прошествии некоторого времени проявились истинные. Клиентом создана схема распределения активов, повышена мотивация, появилась энергия.</p>	
	<p>«Голубой океан»</p>		<p>Усиление мотивации в отношении своей работы. Перестал обращать внимание (т. е. Отдавать часть энергии) на конкурентов, активнее пошла работа по началу ВЭД</p>	
	<p>Мандала Проекта</p>	<p>Нужна энергия, работа с новым проектом.</p>	<p>Достигнуто ощущение опоры, уверенности, проработаны напряженные моменты. Проработаны напряжения в отношении различных направлений</p>	<p>Очень интересный прием клиента, основанный на личном ощущении: Линии Поля пересекаются, т. к. это две реки, так происходит обмен информацией, перераспределение энергии. И если</p>

			<p>реализации проекта. В финале пришло ощущение, что работа сделана на весь бизнес целиком, а не на отдельный процесс. И этот проект — шаг вперед, развитие, апгрейд бизнеса. Начало, движение, развитие. Превращение из большого в крупное. На выходе: баланс, бодрость, энергия на пробивание. На следующий день пришла половина партии товара, который ждал 4 года.</p>	<p>даже одна река засохнет — другая ее наполнит.</p>
	<p>Работа с мотивацией</p>		<p>По прошествии 3х месяцев два из четырех пунктов находятся в стадии активной реализации.</p>	
	<p>Мандала проекта</p>	<p>Проработка темы непростого проекта (кейс). Необходимость достичь взаимопонимание с партнерами, найти новые пути решения.</p>	<p>По итогам нескольких работ на данную тему решение найдено, партнеры были достаточно лояльны.</p>	<p>Как зачастую и происходит в НГ, решение было найдено, но не то, которое изначально предполагалось заказчиком. В процессе проирисовок кейса работы помогли клиенту оставаться в коунтсруктиве, ресурсности, и относительно спокойном состоянии, несмотря на отказы. Сохранялась способность не зацикливаться на ситуации и двигаться дальше.</p>

	АСО	<p>Очень мощная работа. Снятие всплывших острых ограничений. Был физический блок в голове в моменте поиска причин. Сделан мощный выброс на этот блок.</p>	<p>Понимание глубинных причин. Желание и готовность меняться. Проработано многое в процессе: чувство вины, поднято воспоминание о первом моменте появления. Мысли: Иду в правильном направлении, важно обращать внимание на свои ощущения, интуицию. Проработана тема общественного мнения. Достигнута гармонизация, подключение к эгрегору Предпринимателей через кенотип. Достигнуто внутреннее спокойствие, уверенность. Составлен план дел, всплыли те, о которых забыл.</p>	
	АСО	<p>Работа на тему ремонта дома — большое сопротивление, мало энергии.</p>	<p>Работа выполнялась одновременно с женой (коучем). В итоге по результатам двух работ через неделю появился покупатель дома, ускорился вопрос с ремонтом.</p>	
	Коллайдер Ирины Рождествоно й	<p>Тема: развитие нового бизнеса, ускорение процессов, объединение и центрирование усилий, событий. Сильное сопротивление в начале работы.</p>	<p>Проработаны страхи, проявлены необходимые шаги — составлен план действий. В финале клиент относится спокойно к тем аспектам, которые вызывали страх. Есть понимание способа взаимодействия с партнерами. Энергия.</p>	<p>Очень классная модель для достижения синхронности с реальностью, для инициации и запуска реальных действий, событий, выявления необходимых шагов с учетом системы ситуации в целом.</p>

	<p>Авт. Модель коуча</p>	<p>Ежедневная настройка на день. Занимает 15 минут</p>	<p>Показала свою эффективность в отношении концентрации внимания</p>	<p>Проводилась периодически. Рекомендовано к прорисовке в дни ожидаемой повышенной нагрузки, а также с целью усиления мотивации для событий или действий, в отношении которых отсутствует концентрация либо требуется движение.</p>
	<p>GROW</p>	<p>Предложение коуча поработать с данной моделью с целью диагностики и выявления ложных деконструктивных установок. Сильное сопротивление перед началом работы.</p>	<p>В процессе выявлено и проработано в АСО отдельное блокирующее движение убеждение недоверия к своим результатам. Работа получилась очень сильной. В результате проработки двух работ (GROW) и АСО появилось больше уверенности в отношении задач, действий. Внутренний «Родитель» после проработки АСО перешел в разряд «поддерживающих». Пришло понимание того размера заработка, который нужен. Желания «устаканились».</p>	<p>Данную модель надо планировать прорисовывать в 2 этапа, т. к. большая вероятность «выстреливания» ограничений. Шикарная модель, очень рекомендую для любых проработок, связанных с достижениями.</p>
	<p>АСО, продолжение GROW</p>	<p>Работа с детской установкой. Сильная боль в груди — помощь клиенту, дыхание.</p>	<p>Был выявлен в работе участок повышенного напряжения, Проработан, энергия распределена по рисунку. После завершения работы пришла хорошая новость о появлении перспективных клиентов. Продуктивные сны. С утра великолепное настроение.</p>	

Работа клиентом не представлена	АСО	Самостоятельная работа в аэропорту на тему партнерства.	Один партнер вернулся, найден новый партнер. Клиент стал лояльнее, установлен более спокойный режим работы.	Клиент уверенно внедряет НГ в свою жизнь.
---------------------------------	-----	---	---	---

Промежуточные результаты

- Клиент проще отпустил ситуацию с несостоявшимся крупным заказом (по сравнению с похожей ситуаций прошлого года), хотя усилий было вложено больше. Значит, энергия, которая могла быть потрачена на переживания, направилась в развитие, созидание.
- с февраля 2018 года клиент занимается спортом после прорисовки данной темы в методе Нейрографика.
- Нет волнений на тему кредита. Энергия идет на достижения.
- Преимущественно ресурсное состояние. Клиент отличается позитивным складом характера, но прошлые годы были замечены периодические упаднические настроения. С этого года эпизоды нересурсности стали очень редки, проще воспринимаются актуальные жизненные задачи как в быту, так и в бизнесе. Состояние гневливости резко снизилось, соответственно, можно говорить о снижении риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний, улучшен психологический фон в семье, коллективе (проще поддерживать баланс и регулировать вопросы взаимодействия как среди сотрудников, так и с партнерами — требует ся меньше напряжения, сил)
- открыта ВЭД. Первая потребность возникла около 8ми лет назад. И до 2018 года реализована не была.
- тактически оптимизирован вопрос зарплатных отчислений — данная тема перестала быть напряженной.
- делегирована часть полномочий сотрудникам. Высвобожденное время и усилия направлены на развитие нового проекта
- внимание конкурентам уделяется в минимально необходимом количестве, снижена энергозатратность, больше уверенности в своем пути
- трансформирован ряд не ресурсных состояний. Вместо этого есть азарт, энергия, увлеченность, вдохновение, интерес.
- Запущен новый проект, который является достаточно перспективным.

- возникновение острой ситуации с поставкой продукции не привело к превышению разумного напряжения, клиент достаточно быстро вернулся в состояние стабильности с сохранением некоторых негативных эмоций и рабочего напряжения.
- Из результатов «вне рабочего процесса» (не менее важных, т. к. оказывали значительное влияние на состояние и настроение клиента): существенно улучшены бытовые условия (переехал в новый дом), ремонт выполнен достаточно безболезненно (находились силы и юмор в самых тупиковых ситуациях), состояние более спокойное и стабильное. Проработаны некоторые семейные темы, приняты важные эффективные тактические решения.

Хочется отметить повышение осознанности клиента. При работе методом Нейрографика происходит расширение внутреннего пространства бессознательного, «всплывают» многие потаенные симптомы, ограничения. И в случае работы в рамках данного дипломного проекта клиент не просто сумел отследить свой активизировавшийся страх, но и пожелал проработать его в следующей сессии, для трансформации в ресурс. Значит, нет «ухода» от возникшей задачи, клиент в состоянии идентифицировать ее, рассмотреть и понять, как можно использовать. Можно также говорить о том, что при регулярном применении НГ клиенту прививается навык экологичного проживания напряженных жизненных ситуаций.

Результаты изменений (по бизнес-направлениям, находящимся под руководством клиента):

До начала работы (январь 2018г):	По итогам работы (данные на ноябрь 2018г)
<p>1й бизнес - в стагнации по причине отсутствия актуальных адаптивных изменений, инициированных руководством.</p> <p>2й - много напряжения, нет налаженной системы контроля и управления</p> <p>3й - в середине стадии проекта (с мая 2016г)</p>	<p>1й проект — открыта ВЭД. Эффективно делегированы полномочия, повысился уровень психологического комфорта, освободилось время для посещения спортзала (2 раза в неделю), рабочий день заканчивается не позднее 17.00, несмотря на нестабильную финансовую ситуацию у заказчиков клиента, деньги для решения задач находятся, договоренности достигаются.</p> <p>2й проект — закрыт. Чему клиент очень рад, т. к. данный бизнес не приносил морального удовлетворения, требовал внимания, непосредственного участия. Но являлся «выношенным, рожденным и поставленным на ноги детищем» — было жаль расставаться. В итоге принято решение о завершении деятельности. На данный момент идет распродажа активов. Снижен уровень напряжения. Высвобожденная энергия концентрированно направлена в новый проект №3, произошло перераспределение приоритетов.</p> <p>3й проект. Находится в уверенной и активной стадии реализации (изготовлена первая партия устройств, есть первые клиенты). Много задач, вопросов требуют решения, но есть вдохновение и ресурсы двигаться к результатам.</p>

Отношение клиента к инструменту

Рассматривает НГ в качестве эффективной сопровождающей практики. Намерен продолжить рисовать, но на данный момент взял паузу для осознания и проявления всех произошедших с ним в процессе трансформаций. Освоения наработанного объема энергии, принятых решений. Располагает достаточным уровнем ресурсности для реализации своих задач.

[Ссылка на дипломную работу Данилевской Дины в авторском стиле](#)

Работы Данилевской Дины

Тема: Проект — я сейчас



Тема: приток денежных средств



Автор:
Данильчук Юлия
Супервизор:
Циммерман Елена

Тема:
Нейрографика, как эффективный инструмент для коррекции фигуры и веса. Разработка программы

1. Нейрографика, как эффективный инструмент для коррекции фигуры и веса. Разработка программы

2. Цель

Создать 6 месячную программу на основе алгоритмов нейрографики, выстроить образ жизни и образ мышления, который приведет к наилучшим результатам в коррекции фигуры.

3. Обоснование

Тема лишнего веса волнует меня давно. Я решила более детально разобраться с этой проблемой на всех уровнях, выявить свою причину и на собственном опыте, при помощи нейрографики, привести свой вес в гармоничное состояние.

И так, лишний вес является не только следствием переедания и малоподвижного образа жизни. Причины его появления гораздо глубже - они кроются во внутренних переживаниях. Существует даже теория, что тип ожирения, классифицируемый по локализации жировых отложений, зависит от того, какого рода стрессы или негативные мысли мы испытываем по жизни.

Похудеть с помощью одних только физических упражнений и диеты без изменения сознания практически невозможно.

Психосоматика лишнего веса выражена целым списком психологических причин и мотивов. Разберёмся с каждым из них подробно.

Сильный стресс и затяжные депрессии. В депрессивном состоянии человеку свойственно заедать переживания и тревоги, каждый раз получая с пищей избыточное количество калорий. Под воздействием тревоги или опасности в организме запускается процесс накопления жировых отложений. Он связан с выработкой гормонов, влияющих на обмен веществ. Постоянные стрессы вызывают гормональные сбои, провоцирующие ожирение.

Низкая самооценка и нелюбовь к себе, мы начинаем чувствовать себя в глубине души хуже других, недостойными счастья и любви, относится также к своему телу. Жир на теле становится лишним поводом усилить отвращение к себе.

Унижения в детстве или подростковом возрасте. Неумение говорить «нет» и все взваливаем на свои плечи.

Страх быть красивой. Часто мы начинаем поправляться из-за нежелания показаться сексуально-привлекательной для противоположного пола. Это может быть связано с психологической травмой, ранее нанесённой мужчиной (изнасилование, предательство), после которой возник страх повторения аналогичной ситуации с другими мужчинами.

Недостаток любви и внимания. Отсутствие приятных эмоций приводит к тому, что пища становится средством для заполнения этого вакуума. С наполнением желудка вкусной едой достигается полнота эмоционального состояния.

Принятие мужских функций на себя. Когда женщина вынуждена обеспечивать семью материально и полагаться в жизни не на сильное мужское плечо, а исключительно на себя, она перестаёт быть хрупкой и слабой. Организм женщины принимает решение помочь ей стать сильной - «большой».

Страх и потребность в защите. Полные женщины, как правило, неуверенные в себе и в окружающих. Они могут искать защиту от боли, предательства, критики, оскорблений. Жир выполняет в данном случае защитную функцию.

Скрытый гнев и нежелание прощать, люди с лишним весом очень часто

обидчивы, а обиды провоцируют ожирение. Если ярость и негативные эмоции постоянно подавлять, то они начинают наполнять жировые клетки, заставляя их увеличиваться в размерах.

Эти причины не исчерпывающие, но психосоматика лишнего веса свидетельствует о нежелании любить себя. Даже если умом мы осознаём, что нужно худеть, но на уровне подсознания имеются негативные факторы, добиться значительных результатов в похудении будет непросто. Организму комфортно в «большом» теле, отдавать лишние килограммы ему не хочется.

Только доверие и любовь к себе и окружающему миру, воздержание от отрицательных мыслей и переоценка ценностей жизни поможет справиться с этой проблемой.

Бодо Багински и Шарамон Шалила в своей книге «"Рейки" - универсальная энергия жизни» пишут о возможных метафизических причинах лишнего веса.

Если нам постоянно хочется есть, то это показатель голода на жизнь, на любовь и на эмоциональную подпитку.

Присутствует определенная пустота, которую мы пытаемся заполнить на физическом уровне, потому что это не удастся в соответствующих областях.

Нередко за симптомом скрывается неуверенность или страх перед потерями.

Уважай и люби себя таким, каков ты есть, тогда тебе будет легче открыть границы своего собственного Я и впустить внутрь духовное питание.

Однако поймите также, что и внутри себя имеется источник любви и целостности, из которого мы всегда можешь черпать. Загляни-ка разок в него. Если тебе постоянно хочется сладкого, то тебе в первую очередь не хватает сладости жизни.

Проявляется неудовлетворенный голод на любовь.

Хотелось бы сказать еще вот о чем. Надеемся только на свои внутренние ресурсы, а не на волшебные лекарства.

Если мы рассчитываем на помощь химических средств, то отрицаем свою внутреннюю силу.

Процесс обретения идеального веса — это прежде всего работа над собой: внутренняя и внешняя.

Внутренняя — это приведение своих мыслей и намерений в состояние гармонии и равновесия.

Внешняя — это очищение организма от шлаков, изменение обмена веществ, правильное питание, регулярная физическая нагрузка для поддержания мышц в тонусе.

Способ излечения. Доверие к себе, к самому процессу жизни, воздержание от отрицательных мыслей — вот способы похудеть.

Излишний вес - не что иное, как нужда в защите. Мы ищем защиту от боли, критики, сексуальности, оскорблений и т.д. Обширный выбор, не правда ли?

Когда угроза исчезает, излишек веса исчезает тоже.

Бороться с миром - пустая трата энергии и времени. Как только вы прекращаете сопротивляться, ваш вес тут же нормализуется.

Доверие к себе, к самому процессу жизни, воздержание от отрицательных мыслей - вот способы похудеть.

Как справиться с ожирением

В идеале, чтобы избавиться от лишних килограммов, нужно посетить психолога или психотерапевта. Квалифицированный специалист быстро определит психосоматику ожирения и укажет верный путь для выздоровления.

Если по каким-то причинам консультация психолога невозможна, можно воспользоваться следующими советами.

Постоянно работать над своими мыслями. Медитация - первый шаг на пути к гармоничным мыслям и искоренению негативных эмоций. Регулярные занятия медитацией приводят размышления в порядок, повышают

настроение, развивают способность трезво и непредвзято смотреть на окружающий мир и на себя.

В стрессовых ситуациях постараться расслабиться с помощью приятных занятий: танцев, плавания, езды на велосипеде, йоги или сделать, выброс через алгоритм нейрографики.

Прислушиваться к себе и своим желаниям. Важно поломать стереотип о том, что беспрекословное согласие на любую просьбу окружающих в ущерб собственному благополучию, поднимает вас в их глазах. Скорее наоборот. А вот вежливый отказ от предложения или просьбы, идущей вразрез с вашими желаниями, покажет силу вашего характера и вызовет уважение.

Если подкрепить рациональное питание и активный образ жизни психологической работой по избавлению от неуверенности в себе, излишней тревожности, зависимости от мнения окружающих, то процесс похудения пойдёт гораздо быстрее и легче, а результат будет стабильным. Разобравшись с психосоматикой лишнего веса, появляется возможность навсегда победить ожирение, стать стройной, красивой и любимой.

Толстый человек доволен жизнью, но недоволен собой. Худой человек доволен собой, но недоволен жизнью.

Делаем вывод, причин избыточного веса очень много. В первую очередь моя задача выявить свою причину.

Делать я буду это постепенно, знакомлюсь с собой заново, буду искать первопричину.

4. План программы по коррекции веса

4.1 Вводная лекция об основных причинах лишнего веса, о важности комплексного подхода к проблеме и моем методе коррекции фигуры с помощью алгоритмов нейрографики.

4.2 Последовательная работа по каждому из предложенных алгоритмов нейрографики, нейропортрет, алгоритм снятия ограничений, линия времени, нейромассаж. Проработка кейсов.

4.3 Фиксирование в дневнике ежедневных осознаний, наблюдений за изменением эмоций, реакций, пищевых привычек. Фиксирование своих маленьких побед.

4.4 Обсуждение и закрепление результатов раз в неделю, месяц.

5. Описание инструментов в использования программы по коррекции веса

5.1 При помощи алгоритма "НейроПортрет"



Создаем идеальный образ для себя.

Это даст глубокую и всестороннюю трансформацию своей личности, установлению баланса между внутренним и внешним, прикосновением к глубинным структурам самости.

Это даст понимание к чему двигаться и увидеть заранее желаемый результат.

5.2 Через алгоритм снятия ограничений

Шаг 1. ТЕМА 1. Актуализация задачи

На этом этапе надо чётко обозначаем проблему или задачу, с которой будем работать, лишний вес. Для того, чтобы как можно глубже понять первоначальную причину, мы делим возраст на 4 части, если сложная ситуация, можно проработать отдельно конкретную часть возраста.

Для актуализации можно немного порассуждать на заданную тему, определить степень ее важности или волнения по 10 бальной шкале, написать список связанных с ней слов и тп. Тем самым мы активизируем ту часть нейронов головного мозга, которые связаны с данной темой.

В данной ситуации, чтобы выявить причины лишнего веса, делим возраст на 4 (49:4, у меня получилось 3 по 12 и один 13) Ставим секундомер 12 сек., берем бумагу А3 формата и делаем выброс, думая об этом промежутке возраста.

Выброс делается так, надо сконцентрировать некоторый сгусток

эмоций, которые присущи данной задаче, а это промежуток возраста 1-12 лет. Этого можно достичь с помощью дыхания, сосредоточившись на волнующей теме.

Шаг 2. Выброс

Напряжение, созданное на 1 шаге, выплеснуть на лист бумаги через спонтанные линии. Сделать это надо резко, быстро, даже агрессивно. Во весь лист А3.

Получился образ текущего состояния, внутреннего конфликта, связанного с проблемой. Процесс запустился. Вы дали выход ограничивающим убеждениям.

Шаг 3. Скругление

В результате такого творчества на листе образуется множество углов при пересечении линий. Угол - это конфликт. Круг - целостность.

Солнце, Луна, Земля - всё имеет форму круга. Круговорот жизни, магический круг, обручальное кольцо обозначают бесконечное и вечное.

А угол что? в него можно только загнать. Круг - это глубокий архетипический символ, который на уровне подсознание дает ощущение гармонии и безопасности.

Важность этого этапа

Данный этап в нейрографике - скруглить углы. Все до одного, чтобы не осталось ни одного сдерживающего ограничения.

Этот процесс поначалу вызывает у большинства сопротивление. А оно как раз символизирует встречу с самим собой. Поначалу кажется, что ну никак невозможно найти все углы и скруглить их всё без исключения.

Как показывает практика, когда процентов на 80 скруглены все углы, приходит состояние покоя и умиротворения. Здесь важно наблюдать за своим состоянием. Что происходит? Как тело реагирует на новый для него процесс? Какие мысли посещают? Какие эмоции испытываете? Инсайты и предполагаемые причины.

При выполнении последних 20% наблюдается прилив энергии, желание бежать и делать что-то новое, необычное. Меняется сама пластика мозга. Проблема предстаёт в новом ракурсе.

Шаг 4. Интеграция

Для того, чтобы создать новый гармоничный образ ситуации нам важно создать новую реальность.

Данный этап состоит из 2 частей:

Фигура и фон. На этом этапе мы осваиваем пустое пространство на листе, тем самым растворяя проблему в окружающем пространстве. Мы как бы признаем, что мы не одни в этом мире, и не один на один со своей задачей. Мы живем в социуме, рядом с нами есть близкие, друзья, коллеги и партнеры, группы людей и т.п. Продолжаем Нейрографические линии, проводим новые, как бы «растворяя» фигуру в фоне. Задача - через необходимое количество линий сделать так, чтобы мы не могли увидеть образ «выброса». Все новые пересечения линий обязательно скругляем!!

Большие фигуры. Теперь из всего многообразия мелких элементов находим взглядом 3 разномасштабные фигуры: маленькая, средняя и большая. И объединяем внутренние области в эти фигуры. Берём цветные карандаши или маркеры и закрашиваем эти области 3-мя разными цветами. Фигуры могут пересекаться, тем самым мы накладываем один цвет поверх другого. Далее продолжаем цветом осваивать остальное пространство, продолжая объединять разрозненные части в новые целые фигуры, которые могут быть абсолютно разной формы и размеры. И тут особых правил ограничений нет. Можно проявить во всю широту свой творческий потенциал, создавая свое видение реальности. Как правило, этот процесс происходит на уровне подсознания. Оно знает точно, что делать и как. Нейрографика сродни медитации, такая же практика внимания. Результатом и той, и другой бывают инсайты.

Результат этого действия

Убираем границы, выравниваем фон. Надо достичь эффекта, что основная фигура как бы потерялась на основном фоне.

После выполнения этих действий может появиться прилив энергии, подъём, желание идти и делать. Это означает, что "лёд тронулся, господа

присяжные заседатели", выполнение задачи началось.

Шаг 5. Линии поля

Линии поля - Нейрографические линии, которые идут через весь лист, представляя что они начинаются и заканчиваются (или не заканчиваются) далеко за пределами листа. Это этап синхронности со Вселенной, слияния с чем-то «высшим и большим», привлечение энергии для реализации. Этим этапом мы позволяем своей задаче быть решенной не только на уровне нашего сознания или окружения, но и приглашаем и позволяем прийти решению другого, более высокого уровня.

Линии поля позволяют вывести задачу на глубинные психологические уровни, обратиться к самости, согласовать решение с энергией целого.

Интуиция подскажет, сколько их надо нарисовать. При этом могут посетить интересные образы, картинки, не типичные эмоции.

А может произойти и так, что проблема, которая мучила несколько месяцев, не давала спокойно спать, вдруг стала пустяковой.

Шаг 6. Фиксация

Теперь наш рисунок почти закончен. Но чтобы остановить состояние потока, так как Нейрографика - это процессный метод, и дать нашему бессознательному возможность увидеть графическое решение, на этом этапе мы выделяем на рисунке ту фигуру, которая как нам кажется, будет символизировать результат проделанной работы.

Цветом или более толстой линией выделяем фигуру или линию.

Теперь у нашей задачи есть графическое решение. Здесь возможны два варианта. Иногда на этом этапе приходит осознание решения, и мы уже знаем, что нужно сделать или как проблема может решиться.

Иногда нет. Просто на эстетическо-визуальном образе мы создаем графическое решение, а дальше будет происходить работа нашего бессознательного, после которого обычно и происходит «чудо». Проблема либо решается «сама по себе», либо нам приходит нестандартное, но элегантное ее решение. После этого останется только воплощать.

Это результат создания новых нейронных связей, которые и позволяют менять нашу реальность зачастую новыми для нас способами.

Шаг 7. ТЕМА 2

После завершения алгоритма мы снова возвращаемся к своей теме возраст с 1- 12 лет

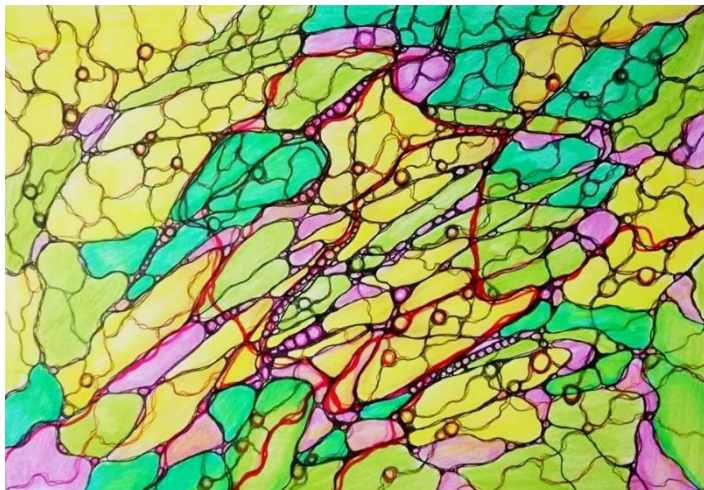
Как теперь видится наша задача или проблема? Можно опять оценить ее остроту по 10 бальной шкале и сравнить с начальной стадией. Как правило, многие на этой стадии отмечают как минимум снижение остроты проблемы и волнения, связанного с ней.

Алгоритм завершен. Теперь надо дать подсознанию провести собственную работу по освоению и интеграции нового опыта. Как правило, это происходит во сне, на этапе работы мозга на тета- и дельта-волнах (сон со сновидениями и фаза глубокого сна без сновидений).

Общие рекомендации во время выполнения алгоритма

Во время выполнения любого алгоритма нейрографика не обязательно держать ситуацию, задачу в голове. В конце рисования иногда вообще забываешь, о чём речь.

Но всегда остаемся внимательными к себе, к внутренним ощущениям. Что происходит? Что меняется? Как чувствует себя тело. Стараемся быть осознанными, быть в моменте «здесь и сейчас» Обязательно «подключаем» дыхание. Иногда необходимо сделать глубокие вдохи и выдохи. Особенно они бывают нужны на этапе скругления, когда идет большая работа по внутренней трансформации. Но и на других этапах это важно. Просто периодически вспоминаем глубоко дышать.



Если вдруг перестал нравиться рисунок, рисуем на нём круги. Везде, где захочется или там, где линии уже создают образ круга, и вы его видите. Не достигается гармония - рисуйте круги.

Если вдруг перестал нравиться рисунок, рисуем на нём круги. Везде, где захочется или там, где линии уже создают образ круга, и вы его видите. Не достигается гармония - рисуйте круги.

По этому принципу, отрабатываем все 4 возрастных промежутков,(1-12, 12-24, 24-36, 36-49) выявляя для себя причины. Вместе с этим ведем дневник наблюдений и инсайтов.

Рисунок №2



Возраст 1-12 лет, два инсайта, операция в 5 лет и 10 лет разочарование в первой любви.

Рисунок № 3

Возраст 12-24 . Самый сложный период в жизни. Первая потеря близкого человека(дедушки)13 лет. Предательство в любви. Замужество. Рождение детей. Первый набор веса +12 кг после родов.

Рисунок № 4

Возраст 24-36 лет. Период становления новой себя, училась бороться со страхом мужа, быть сильной, самостоятельной. Начало творческой жизни. И постоянная борьба с лишним весом.

Инсайт, лишний вес как защита от стресса.

Рисунок №5

Возраст 36-49 лет. Развод с мужем. Самостоятельная жизнь с двумя детьми. Вышел страх безденежья и что не будет возможности содержать детей.

Из проработки всех этапов сделала вывод, лишний вес как возможность защиты от внешних факторов и гормональный сбой после родов и перенесенных операций.

5.3 Через алгоритм Линии времени.

Выявив причины, мы начинаем нейтрализацию при помощи линии времени, регрессию, путем переписывания сценария на улучшение ситуации в прошлом. Замена деструктивной программы на положительный исход.

Это позволит выйти на качественно новый уровень проживания своей реальности;

Запланировать позитивные изменения и наблюдать за их проявлениями в реальной жизни;

Гармонизировать внутреннее восприятие мира с внешними его проявлениями;

Исцелить прошлый негативный опыт и сформировать яркое интересное будущее;

эмоционально образные медитации помогут закрепить полученные состояния и направить высвобожденную энергию творчества на воплощение намеченных смелых планов.

Работаем двумя алгоритмами 5.2 и 5.3 Алгоритм Линия времени и Алгоритм снятия ограничений.

Шаг 1.

Рисуем линию времени, определяем себя на сегодняшний промежуток времени.

Так как по алгоритму 5.2 мы выявили временные причины, влияющие на лишний вес. Мы располагаем эти причины в виде фигур на временном промежутке нашей линии в сторону прошлого. Схематически строим план действий.

Шаг 2.

Начинаем работать с каждой причиной через алгоритм 5.2 снимая напряжение, работая по шагам 1,2,3,5, постепенно отработывая все причины

углубляясь в прошлое.

Шаг 3.

Задаем энергию линиями пропуская через отработанные моменты в пространство, как бы растворяя причину.

Шаг 4.

Линию времени направляем из прошлого в будущее и формируем через фигуру желаемый временной результат.

Шаг 5.

Закрепляем результат линиями поля, движение из прошлого в будущее.

Рисунок№6

Ощущение после отработки, как будто собрала себя по пазлам в одно целое.



5.4 Нейромассаж, коррекция фигуры.

На данном этапе, мы начинаем работать непосредственно с нашим телом, формировать желаемый результат.

Каждая мысль несет энергию. Если это позитивная мысль она наполняет тело приятным нежным теплом и каждая клеточка несет вибрацию тепла любви, нежности. кожа становится мягкой, нежной, шелковистой. Ни одна косметическая процедура не может дать такого великолепного эффекта как осознанная положительная мысль, пропущенная через тело.

Что представляют собой созидание и мыслеформы, это работа с ментальной энергией, которая осуществляется при помощи

визуализации и воображения.

Чем ярче образ, чем больше вложено эмоций и чувств, тем ярче будет результат.

Шаг 1.

Делаем распечатку своей фигуры в купальнике или нижнем белье. Желательно с трех позиций.

Шаг 2.

Берем наш волшебный маркер и начинаем придавать форму нашей фигуре. Стараемся не убавлять себя сразу на меньший объем, но не многу уменьшаем свои формы, и представляем, как будто проходим с любовью по своему телу, разглаживая каждую складочку, каждую часть тела. Уделяем особое внимание самым проблемным местам.

Шаг 3.

Когда контур намечен, начинаем работать по алгоритму 5.2 нейролиниями, пропуская их из пространства через фигуру, включая как можно больше нейронных связей взаимодействия с пространством.

Шаг 4.

Наполнение цветом. Создаем радостное настроение, через цвет и усиление форм.

Шаг 5.

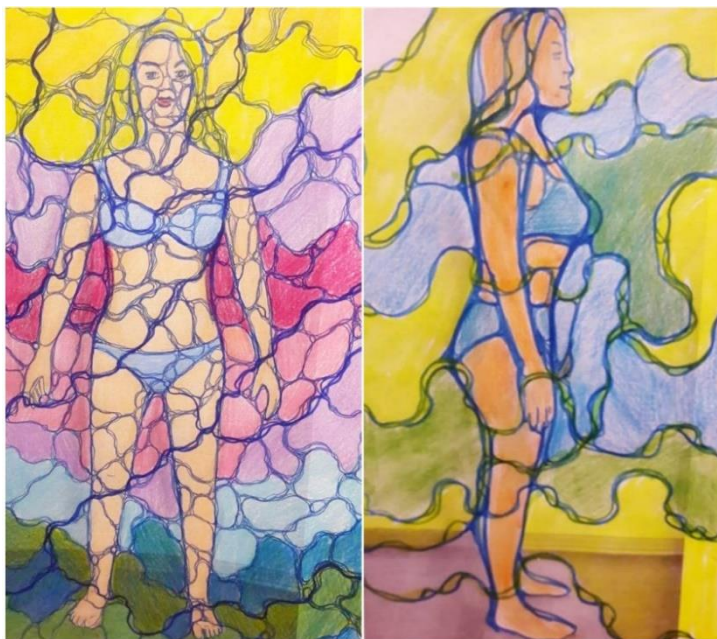


рисунок № 7

рисунок №8

Линии поля позволяют вывести задачу на глубинные психологические уровни, обратиться к самости, согласовать решение с энергией целого.

Закрепление результата. Цветом или более толстой линией выделяем фигуру и линии поля.

6. Заключение дипломной работы

Пройдя все вышеописанные этапы, я не только выявила причину лишнего веса, время зарождения проблемы, а так же с помощью нейрографики сбросила груз прошлого, решила все задачи, которые так долго буквально «носила на себе», пройдя этот опыт я абсолютно уверена в экологичности и действенности нейрографики в аспекте коррекции веса и фигуры. Особенно хочется отметить, что это не только решение задачи лишнего веса, но и выход на совершенно другой уровень здоровья, вибраций, и конечно другого образа жизни.

Работа над собой вдохновила меня на набор рабочей группы. Групповая динамика даст большой результат, так как в этом процессе важна поддержка и стимул.

В данный момент формируется программа тренинга, рассчитанная на 6 месяцев.

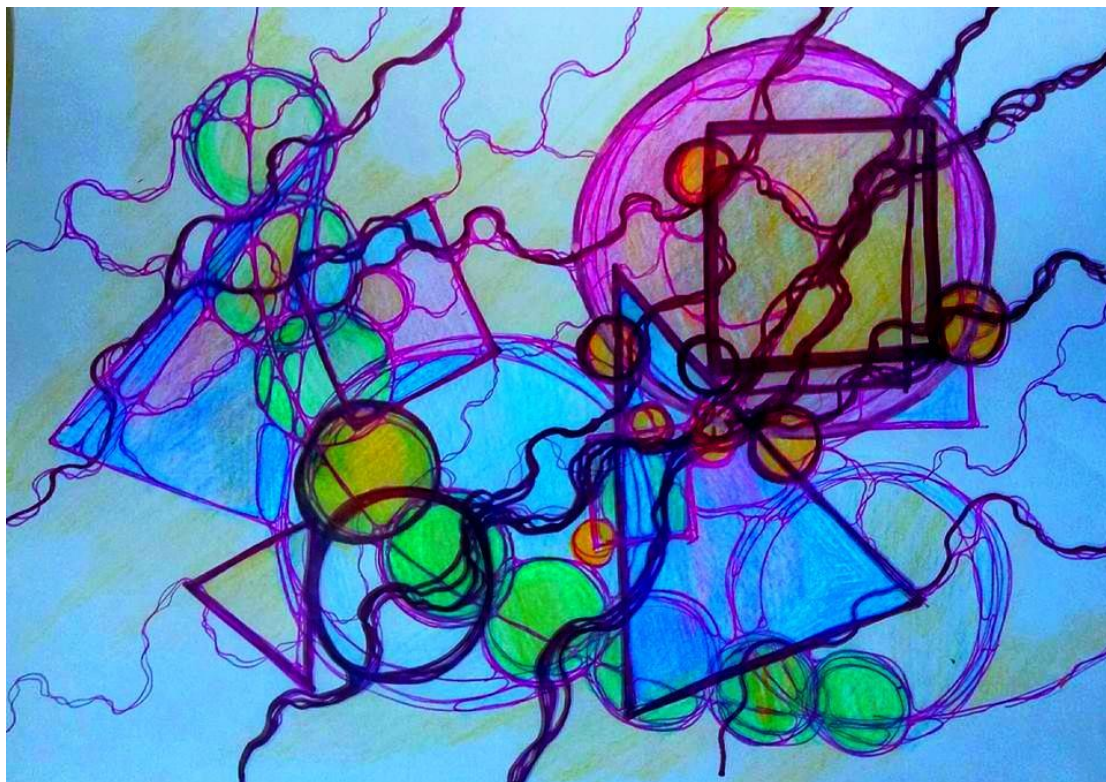
Ведётся предварительный опрос для формирования рабочей группы, которая запускается в январе 2019г. в онлайн режиме.

От себя, я хочу поблагодарить жизнь за подарок, Нейрографика явилась тем инструментом, который исполняет, мои мечты и я твердо намерена нести метод в мир, где будет больше стройных, здоровых и счастливых людей.

[Ссылка на дипломную работу Данильчук Юлии в авторском стиле](#)

Данильчук Юлия. Нейрографика, как эффективный инструмент для коррекции фигуры и веса.
Разработка программы.

Работы Данильчук Юлии



Тема: Мои личные достижения



Автор:
Дольд Юлия
Супервизор:
Пошенюк Татьяна

Тема:
Проект "Юлия Дольд - Коуч - Инструктор
Нейрографики и Фен Шуй. Когда душа поёт и танцует"

1. Вступление

Позади девять месяцев инструкторского курса по нейрографике и эстетическому коучингу. Впереди выпускной.

Анализирую прошедший год.

Что привело меня в Нейрографику?

Что я хотела получить и что смогла вынести с этого курса?

Решила ли я конфликты, которые стояли передо мной?

Сумела ли я найти новое дело по душе или смогла трансформировать старые знания с новыми и получить новый „продукт“ для работы с клиентами?

Мое исходное состояние на момент начала курса:

Отсутствие морального и материального удовлетворения от работы.

Отсутствие реализации при наличии большого багажа знаний.

Хроническая усталость, отсутствие сил и вдохновения для внесения изменений в свою жизнь.

Ощущение пустоты, разочарование.

Отсутствие целей.

Не способность отпустить и забыть старые отношения.

Отсутствие радости и лёгкости в жизни.

Цель:

Успокоиться, найти себя и выйти из депрессивного состояния.

Найти дело по душе.

Набраться сил и храбрости для реализации своих проектов.

Стратегия:

Создать новый продукт: синтез старых знаний с вновь получаемыми.

Объединить Нейрографику с Фен Шуй и медитативной музыкой с И-Цзин Монокордом „Магия Внутреннего Умиротворения“.

2. Коротко о базисе проекта - И Цзин, Фен Шуй и музыке „Магия Внутреннего Умиротворения“.

Мой проект стартовал и девять месяцев я работала над своим Сознанием и внутренним миром. При этом использовала свои знания и опыт в Фен Шуй и И-Цзин.

2.1. И-Цзин.

Почему И-Цзин? Потому что древнейшее учение И-Цзин является одним из мощнейших инструментов гармонизации жизни, исцеления и решения проблем.

Основные идеи И-Цзин: каждый человек часть Вселенной и имеет своё предназначение.

Энергия (Сознание) первична, материя (реальность) вторична.

Всё подчиненно законам Вселенной. Единственная постоянность - это изменение. Человек по природе благороден, но забывает об этом и это - человечно.

Все в нашем мире взаимосвязанно и подчиненно законам Вселенной.

Вселенная, со всеми её проявлениями: планеты, звёзды, флора и фауна, до малейшего существа, как муравей - единое целое. Любое материальное проявление имеет своё предназначение и смысл.



Абсолютная энергия Создателя нуждается в материи, через которую он может проявляться и творить.

Наша реальность - это проекция нашего

сознания и результат наших действий. Человек - частичка вселенной. Не больше и не меньше, чем горы и леса.

И Цзин — вне религиозное древнейшее учение, описывающее взаимосвязь происходящего в жизни с первопричиной, использующее для наглядности точную систему штрих-кодовых обозначений.

Сравнение спирали ДНК со знаком И Цзин (более 6000 лет).

ДАО
Мать всего существующего – Бытия,
Пустота, Абсолютная Энергия



Абсолютная



Инь



Ян



Небо

Земля

Озеро

Огонь

Ветер

Гора

Вода

Восемь составляющих Мировоздания

На фундаменте И Цзин были построены все остальные учения юго-восточной Азии, такие как единоборства, боевые стратегии, традиционная китайская медицина и астрология, техники ведения торговых переговоров, правила организации личного пространства и жизни.

И Цзин продолжает оставаться источником чистого изначального знания более 6000 лет.

Основное преимущество этого учения - возможность понять свою жизнь, своё окружение, понять, почему происходит что-либо именно так, а не иначе.

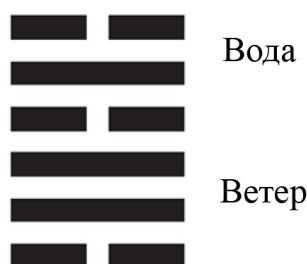
Это инструмент абсолютной энергии, позволяющий добраться до глубин подсознания и гармонизировать нашу жизнь.

Логика, ум, эмоции всегда борются за наше внимание, ослабляя нашу жизненную энергию. Поэтому необходим мощный внешний фактор, помогающий открыть возможности бессознательного в нас и получить способность стать Творцом своей реальности.

В данной музыкальной коллекции „Магия Внутреннего Умиротворения“

записан один из таких "катализаторов божественного" - звук И Цзин Монокорда, созданного специально для терапевтических целей.

Его звуковое поле гармонизирует подсознание, возвращая ему природную силу и открывая тем самым для нас практически безграничные возможности позитивного изменения нашей жизни.



2.3. Коротко о Фен Шуй.

Фен Шуй Это искусство организации пространства, которое питает человека необходимой для его процветания энергией.

"Фэн-шуй" = "колодец"
штрихкод

Энергия Неба(Фен-Ветер) питает Душу (Шуй-Вода) человека живой энергией из неисчерпаемого источника космической энергии ДАО.



"Фэн-шуй" = "колодец"
иероглиф

"Фэн-шуй", так же "колодец" символизирует возвращение людей к божественному и всеохватывающему источнику. На рисунке длинная вертикальная линия слева означает вертикальный портал называемый "Религио". Это вертикальное присоединение к первоисточнику -Абсолютной Энергии.

Энергии.

Это символ дерева и человека одновременно. Дерево с сильными, глубокими и здоровыми корнями устоит все ураганы и не сломается. Благодаря корням оно имеет стабильность и всё необходимое для процветания и плодоношения. Таким образом дерево выполняет смысл его существования, своё предназначение.

Человек, имея сильные корни (Религио, вертикальная ось) устоит все

жизненные невзгоды и достигнет результаты - исполнит своё предназначение.

Передо мной стояло задание:

- Как изменить жизнь к лучшему в наиболее короткие сроки?
- Как увеличить свою силу?
- Как достичь своих успехов?
- Как реализовать свои цели?

Для этого я использовала несколько инструментов одновременно:

- Нейрографику для гармонизации состояния.
- Музыку и И Цзин для гармонизации Сознания при помощи звукового поля. Поскольку звук И Цзин Монокорда гармонизирует и оживляет наши внутренние духовные и душевные ресурсы, имеющие для нас самую высокую эффективность, происходят эти изменения естественно, экологично и наилучшим для нас образом.
- Фен Шуй для гармонизации моего пространства.

Чтобы изменения протекали гармонично и экологично я дополнительно использовала мои знания Фен Шуй. То есть, я внесла в моё окружение через мои Нейрографические рисунки ту энергию, которая мне была необходима для эффективности процесса.

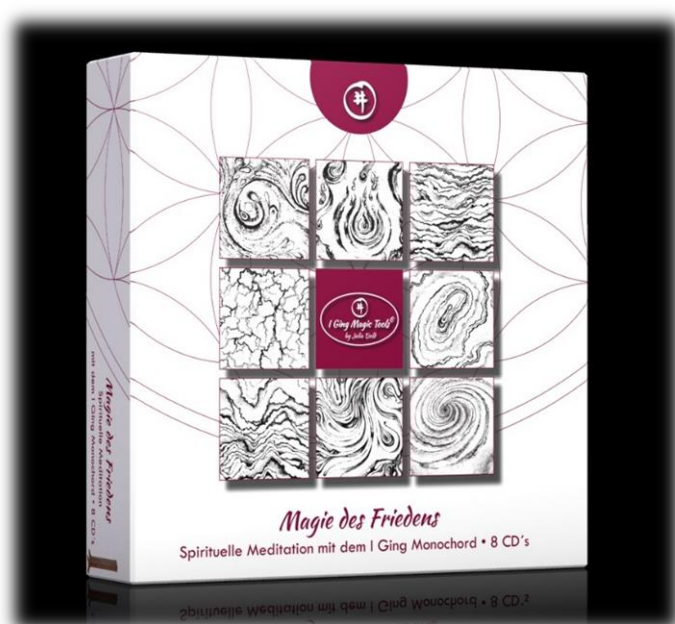
Каждый из трех инструментов довольно самостоятелен. Объединение трех инструментов одновременно показало мне:

- Полную совместимость.
- Усиление эффективности.
- Синергия повышает гармоничное протекание процесса!

На протяжении девяти месяцев я использовала музыку „Магия Внутреннего Умиротворения“, которая помогает справиться с конкретной проблематикой человека благодаря звуковому вибрационному полю.

В данных медитативных композициях основой является звучание И-Цзин Монокорда, построенного по древним правилам этого великого учения.

Каждая композиция коррелирует с одной из 8-ми энергий И-Цзин и позволяет организму и сознанию настроиться на гармоничное взаимодействие в каждом конкретном случае.



Интересно, что гармонизирующий эффект не зависит от глубины знаний человека, его музыкального слуха или профессиональной принадлежности. Звуковая вибрация помогает достичь спокойное состояние и даже при определённых условиях, состояние транса.

Полный состав коллекции по 8-ми энергиям:

<u>CD # 1 Магия Сознания, Осознания, Творчества</u>	<u>Небо</u>
<u>CD # 2 Магия Души</u>	<u>Вода</u>
<u>CD # 3. Магия Телесного сознания</u>	<u>Гора</u>
<u>CD # 4. Магия Духа</u>	<u>Гроза</u>
<u>CD # 5. Магия Ощущения, Бессознательного</u>	<u>Ветер</u>
<u>CD # 6. Магия Разума, Логики, Мышления</u>	<u>Огонь</u>
<u>CD # 7. Магия безусловной Любви, Принятия</u>	<u>Земля</u>
<u>CD # 8. Магия Чувств, Радости, Лёгкости</u>	<u>Озеро</u>

И-Цзин Монокорд имеет два струнных поля с двух сторон вертикально стоящего корпуса-резонатора. На каждом поле - 42 струны.

Второе поле образовано более тонкими струнами, настроенными на октаву выше первого поля. Для создания звуковысотных интервалов, гармонирующих с основными стихиями И-Цзин, существуют дополнительно укрепляемые на инструменте пороги из ценных пород дерева, делящие некоторые группы струн в определённом соотношении.

В процессе исполнения для каждой медитации они выставляются отдельно, позволяя достичь требуемого звучания.



Особенно необходимо отметить, что широко распространённая в современном формализованном и перегруженном лишней информацией мире цифровая технология компрессии (сжатия) звуковых данных MPEG 1 Layer 3, в просторечии именуемая mp3, как и другие подобные технологии психоакустического сжатия с потерями (WMA, AAC, OGG) оказывает на звук крайне неблагоприятное воздействие, вычёркивая из исходного звука не только часть низких и высоких частот слышимого диапазона, но и вмешиваясь в само тело звука, необратимо изменяя звучание записанного материала.

И если в случае с копированием поп-музыки это не сильно заметно, то на экологичную музыку это действует разрушающе, уменьшая в разы гармонизирующий эффект.

К сожалению, прошедшая алгоритм цифрового психоакустического компрессирования музыка годится только для приблизительного ознакомления с материалом, а никак не для длительного прослушивания.

Близко к исходному передаёт звучание только не компрессированный цифровой звуковой формат WAV и обычный Audio-CD. Поэтому медитативная музыка с использованием инструмента Моно корд распространяется нами только в формате CD, как эксклюзивный материал. Мы настоятельно не рекомендуем копировать эти произведения на бытовые носители, использующие для воспроизведения и хранения сжатые цифровые форматы.

Особенное внимание было уделено бинауральному процессингу при обработке финальных фонограмм, позволяя достичь большей величины стереоэффекта для глубокого погружения при метилировании даже в условиях сильно зашумлённой городской среды.

При создании альбома не использовалась технология записи аффирмаций, чтобы избежать возможных интерпретационных конфликтов с конкретным личностным восприятием потенциального практикующего. Однако, это возможно в индивидуальном порядке после проведения практических занятий.

В записи данного альбома участвовал продюсер, саунд-дизайнер, композитор и исполнитель на акустических и электронных инструментах Nick Orsa. Созданная им звуковая палитра скрупулёзно подбиралась по звучанию и балансу для соответствия энергетике исполняемых на Моно корде



мотивационных базисов. Слияние звучания Моно корда и синтезированных многослойных звуковых структур позволяет достичь современному человеку максимальной концентрации во время занятий медитативными практиками.

3. Алгоритмы нейрографики и музыка

3.1-1. Шаг первый. АСО. "Укрощение внутренних демонов".

Предполагаю что в сознании каждого человека существуют внутренние блокады - сопротивления, установки и различные блокирующие механизмы.

Эту работу я выполняла несколько дней.

Подготовка к проекту. Никак не могла начать проект, что-то не давало мне приступить к действию.

Оторвала большой кусок от рулона, сделала выброс. Что мешает мне?

Вышли темы на сознательный уровень: страх неудачи, страх перед большой работой, сомнения в себе, в своей достаточности и даже страх перед успехом.

После проработки и трансформации негативных установок в позитивные, я оставила картину на столе. Работа была сделана на одной стороне бумаги, так, что вторая половина (которую я хотела отрезать) была пуста. Через несколько дней проходя мимо картины, я почувствовала в себе негативные эмоции. Теперь я поняла, что пустое место было не случайно оставлено.

Я выплеснула эмоции на свободную часть бумаги, проработала по

алгоритму. Само по себе произошло соединение с предыдущей работой.

Вместо комплексов и установок теперь я осознала ответственность за мою реальность, за мою деятельность, мои чувства и счастье.

Я осознала свою индивидуальность, вспомнила о способности находить выходы из критических ситуаций.

Вместо страха перед начинанием я почувствовала прилив сил и желание действовать прямо сейчас. Вместо тяжелого страха у меня открылась радость от процесса и я с лёгкостью и воодушевлением набросала план действий.

- Лень трансформировалась в дисциплину.
- У меня созрела стратегия действия.
- При этой работе я прослушала все 8 дисков "Магия душевного умиротворения".
- На самом деле, я нашла душевный покой и уверенность в себе.
- Веру в мой жизненный план и поняла, что всё происходит не случайно, а для моего блага.

3.1-2. Магия Духа - Гроза

Предыдущая работа показала мне необходимость освобождения моего сознания от блокирующих механизмов. Поэтому я решила проработать Аспект моего Сознания Дух. Поставила музыку и помедитировала.

Магия Духа - Гроза, как символ духа и символ силы, которая развивает всю существующую материальную жизнь.

Это сила нашего могущественного Духа, сила Рода, ведущая к прорыву и освобождению от навязанных извне установок, от господства чужой воли. Она позволяет реализовать наше жизненное предназначение. Импульсивная сила воодушевления и твёрдости решения, ведущая к нашей цели до победного конца.

Это движущая сила весны, что превращает зародыш семени в большое плодоносящее растение. Энергия воплощения высшего предназначения конкретного человека, раскрывающая все его возможности, способности и

таланты.

Там, где есть воодушевление и решимость - не остается места для страха и сомнения.

Гроза — это ещё и энергия сексуальности, как женской, так и мужской. Энергия гармонии сексуальных отношений. Гармония отношений мужчины и женщины невозможна без сексуальной гармонии, без её правильной реализации.

Как гроза является логичным разрешением накопившегося в атмосфере напряжения, так и внутри нас энергия должна вовремя освободиться от сопротивления и блокад. Энергия Грозы очищает наше сознание и нашу энергетику в целом. Трансформирует энергетические барьеры(в частности и в отношениях) оживляя тем самым поток жизненной энергии.

В делении человеческой ауры энергии Грозы соответствует лобная чакра (вместилище Духа).

Слушая во время медитации музыку Грозы, у меня появилась потребность прорисовать Мандалу Рода.

3.1-3. Алгоритм "Нейромандала".



"Мандала рода"

Не знаю как у вас, а у меня нет много информации о моих предках. Я родилась в "смешанной семье": мама русская, папа - советский немец. Родители отца перенесли много гонений и рассказывать о прошлом в нашем роду было табу. Конечно, мне интересно узнать побольше о моих предках и истории рода. Но увы, я не могла до сих пор получить какую либо информацию.

Перед рисованием у меня было намерение узнать больше о моём происхождении и соединиться с энергией рода.

Я поставила музыку Грозы для гармонизации энергии рода и

выполнения намерения наилучшим образом.

Я быстро вошла в процесс.

Я покинула свою Родину, где родилась, училась и провела 26 лет сознательной жизни и вернулась на незнакомую мне историческую Родину. О ней мечтали мои далёкие предки, но не я.

Моя Родина была там, где я родилась.



Когда я была маленькой, я часто страдала от принадлежности к немецкой национальности. Дети по их незнанию могут быть очень жестоки к другим детям и это я прочувствовала на себе многие годы моего детства. Сегодня я могу сказать, что это наложило отпечаток на мою самооценку и самодостаточность. Чувство недостаточности преследовала меня всю сознательную жизнь, несмотря на все мои достижения.

Не знаю сколько времени я рисовала эту работу и слушала музыку Грозы. Ко мне пришло множество полезной информации. Внутренним зрением я видела картины, которые представали передо мной как на экране фильма. Как будто я находилась в кругу родных и добрых людей, наблюдая за ними на близком расстоянии.

Я почувствовала себя сопричастной с мощной силой рода. Впервые я почувствовала её сознательно. Как будто у меня за спиной стояли многочисленные предки, которые не только меня любили, а стояли за меня горой. Это ощущение было для меня более чем важным. Даже сейчас, когда я пишу, я чувствую их поддержку.

Впервые я была не одинока. У меня появилось ощущение уверенности в себе и моём будущем.

3.2. Шаг второй - "Магия Души - Вода".



После того, как я почувствовала силу моего рода, я спросила себя:

О чём тоскует моя Душа? Что она хочет?

Для этой работы я обратилась за поддержкой к музыке "Магия Души - Вода".

Вода — это символ Жизни.

Начало жизни в воде.

Как родник пробивается из-под земли, прокладывая себе русло и пластично, без напряжения обходя все

препятствия, соединяясь с ручьями и реками превращается в океан, так и мы, узнав таинственную глубину нашей души, сможем полностью раскрыть свою сущность и реализовать жизненное предназначение.

Магия Души даёт нам волшебную подвижность и пластичность, наделяя нас способностью, подобно текущей воде, находить собственный путь, без труда обходя все преграды. Важная способность Воды, она принимает любую форму, не теряя при этом своей сущности.

Душа имеет божественное начало, а потому кристально чиста и наделяет нас могучей энергией. Познав сущность собственной души через самопознание, мы найдем счастье в работе по призванию и таким образом, по закону природы, получим успех не только в карьере, но и во всех остальных сферах жизни.

Когда мы не слышим голос Души и отходим от своей природы и своего предназначения, в нас поселяется безотчётный страх и сомнения в своих способностях. Гармонизация этой энергии позволяет нам обрести свободу от препятствий, ложных путей, получив необходимую гибкость, полноценную самооценку и вдохновенно наслаждаться плодотворностью жизни по призванию.

В карте энергетических центров человека энергии Души соответствует горловая чакра.

3.2-1. Как я пришла на ИНГ.

С точки зрения Нейрографики для проработки этой энергии подходят два алгоритма:

АСО(для освобождения от страха и сомнений) и Выявление намерения.

Я находилась на распутье.

Что я хочу делать в будущем?

Как я представляю себе мою профессиональную деятельность в следующие 20 лет?

На то время уже рисовала Нейрографику(Пользователь, Специалист и несколько Алгоритмов). Но об курсе и думать не хотела. Во-первых, длительность в 9 месяцев для меня была не мыслима. Во-вторых, финансы шептали - это не обязательно.

Перед моим днём Рождения была на конференции Нейрографики в марте месяце. Два дня интересные доклады. Рисовала свои темы. Вдруг выплыла фигура. Что это? ИНГ-подсказал мне мой внутренний голос (Душа).



Хорошо, пойду спать. Утро вечера мудренее.

На утро подошла к рисунку и увидела снова ИНГ. Ну значит так этому и быть!

Деньги нашлись. Я сделала себе подарок на мой День Рождения.

Но это был не единственный подарок от меня мне любимой. Через день-два слушала ещё раз конференцию, на этот раз по Аналитическому Коучингу.

С воодушевлением я пошла на второй курс тоже.

Итак я начала моё новое образование - параллельно два курса: Инструктор Нейрографики и Аналитический Коучинг. Зарабатывать на жизнь надо было тоже в это время.

3.2-2. О чём тоскует Душа?

Была сильная нагрузка. Очень сильно уставала. Физическая усталость как известно влияет на наше состояние. Появлялись внутренние сомнения и даже страх, что я не осилю моё образование! Ощущала недовольство собой, своей ситуацией и неуверенность в своих силах.

Часто не знала, с чего начать. Было много работы, много информации и заданий. Чувствовала себя перегруженной до краёв.

Появилась необходимость чёткой структуры. Время было наибольшим дефицитом. Где я могу "выкроить" время?

На эту тему я рисовала много работ. В каждой работе приходили озарения, которые я записывала. Набрасывала план действий.

А самыми главными озарениями для меня были:

- Я выполняю работу в рамках обучения не только потому что я должна, а потому что мне это нравится и это обогащает меня внутренне и духовно.
- Новая профессия как Инструктор-Нейрограф-Коуч в соединении с моей профессией это мой индивидуальный инструмент и это моё предназначение!
- Надо делать план не для того, чтобы вовремя закончить работу, а составлять план работ для того, чтобы не упустить возможность насладиться процессом!

О чём тоскует Душа?



Моя Душа тоскует по проявлению себя через мою профессию. Моя Душа запоёт танцуя если я живу своё предназначение!

Моя Цель определена: "Юлия Дольд - Коуч - Инструктор Нейрографики и Фен Шуй".



3.3. Шаг третий - как откликается моё тело?

После того как я поняла к чему лежит моя душа, я решила проверить как откликается моё тело на новорождённую Цель?

Как откликается моё тело, если я работаю над моим проектом - моя

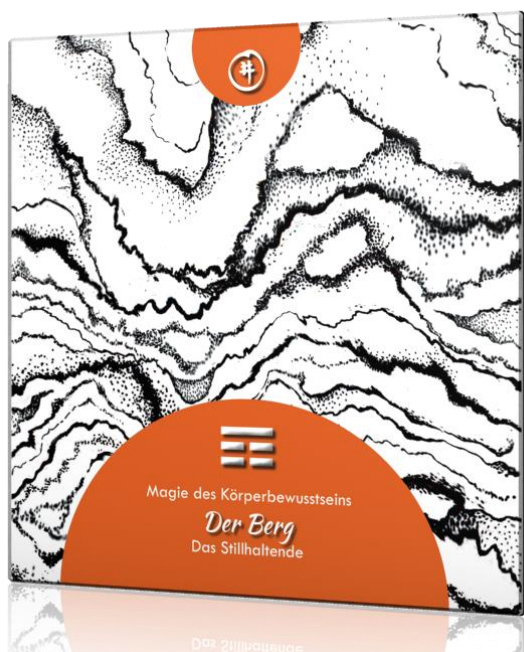
профессия, моё предназначение?

Как известно, тело не лжет. Через ощущения тела хотела проверить правильность моих озарений - верна ли моя цель подсказанная Душой? Для поддержки процесса включила музыку "Магия Телесного сознания - Гора".

Гора — символ материализации(материального проявления) духовной силы и символ тела человека. А что внутри тела у человека?

Что находится внутри горы, можно увидеть, если войти в пещеру. Мы испытываем страх перед входом в пещеру(так же, как посмотреть внутрь себя). Но, войдя в неё, получаем чувство защищённости и обнаруживаем кладёз несметных богатств. Покой и неподвижность Горы(медитация, сознательное созерцание) дают нам возможность проявить ценности нашего внутреннего мира.

Магия телесного сознания дарит нам чувство собственного достоинства, самоуважения и способность найти в себе ответы на все интересующие нас вопросы.



Гора ассоциируется с нашим телом и фундаментом нашей воплощённой жизни. Через медитацию мы соединяемся с силой неба, дающей нам абсолютную мудрость, а так же с землёй, дающей чувство защищённости, безопасности и стабильности.

Настойчивость, выдержка, постоянство, упорство — синонимы

энергии Телесного сознания.

В карте энергетических центров человека энергии Телесного сознания соответствует сердечная чакра.

3.3-1. Проработка темы через АСО.

Написала тему на листе:

Проект "Юлия Дольд - Коуч - Инструктор Нейрографики и Фен Шуй".

Вдруг почувствовала тревогу, страх и внутреннее сопротивление.

Необъяснимую тревогу выбросила на лист. При округлении тревога не улеглась.

Округлила дополнительно фон. Тревожность нарисовала кругами по убывающей прогрессии внизу рисунка.

Интересно, что гора нарисовалась сама собой. Удивилась, обрадовалась.

Работа со цветом. Выбрала коричневый, как и полагается земле-горе быть. Захотелось нарисовать небо.

Дальше, в спокойствии горы до рисовались другие детали - моё предназначение(большой круг внизу слева) и та уверенная, динамическая сила, напоминающая вулкан.

Во время рисования слушала музыку "Гора" из альбома "Магия душевного умиротворения". Это меня успокоило и вероятно поэтому так чётко прорисовалась гора.



Вывод: Эта работа показала мне что выбранный мною проект "Юлия Дольд - Коуч - Инструктор Нейрографики и Фен Шуй,, соответствует моему призванию на данный момент. Ценности, как мои

знания и движущая сила(моя миссия) соответствуют моей цели.

После полученного согласия моего тела, решила спросить мою интуицию.

3.4. Шаг четвёртый - Ветер.

„Елисей, не унывая, К ветру кинулся, взывая: "Ветер, ветер! Ты могуч, Ты гоняешь стаи туч, Ты волнуешь сине море, Всюду веешь на просторе. Не боишься никого, Кроме бога одного. Аль откажешь мне в ответе? Не видал ли где на свете Ты царевны молодой? Я жених ее".-- "Постой,-- Отвечает ветер буйный,-- Там за речкой тихоструйной Есть высокая гора, В той глубокая нора; В той норе, во тьме печальной, Гроб качается хрустальный На цепях между столбов. Не видать ничьих следов Вкруг того пустого места, В том гробу твоя невеста". Ветер далее побежал.

Александр Сергеевич Пушкин.

„Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях“.

3.4-1. Магия Интуиции(Ощущения, Бессознательное, Энергия неба).

Ветер - символ интуитивного восприятия.

Энергия перемен и духовного развития, которая связывает нас с первоисточником творческой силы.

Энергия неба, нежная, плавная, пронизывающая и побудительная сила.

Слушающий свою интуицию, доверяющий ей и понимающий её имеет ключ к бессознательному и его огромным возможностям. Коротко говоря, с идеей сразу же приходит информация, как эту идею воплотить.

Ветер невозможно потрогать или удержать, его можно только ощутить. Энергия ветра - это Божественная энергия, воля Бога, закон природы.

Используя наше интуитивное ощущение, мы обогащаем наш внутренний мир и создаём предпосылки для материального богатства.

С постоянством применяя интуитивное восприятие, подобно дующему

ветру, мы непременно получим желанные плоды своих усилий.

Гармонизируя энергию ветра мы разгоняем тучи сомнения, открываем себя влиянию свыше и получаем возможность развиваться и приумножить свои возможности.



Как трава пригибается под ветром, не ломая себя, также и нам, в гармонии с энергией ветра, удаётся быть гибкими и подвижными, способными к изменению, оставаясь при этом собой.

В карте энергетических центров человека энергии Ветра соответствует первая чакра.

3.4-2. Алгоритм АСО и Моделирование

Какие ощущения я испытываю, работая над моим проектом? Ответ: Тревогу и страх!

Как то утром, делая разминочную гимнастику, пришла раздражающая мысль:

Бизнес - я делаю это не для себя, не потому что хочу, а для отчёта и галочки. Надо делать что-то, не сидеть же сложа руки?

И вдруг пришли следующие мысли. Я поняла мой образец поведения:

Я вообще всё делаю из необходимости или из за каких то норм поведения. Надо и всё тут.

Я никогда не задумывалась о том, что моя деятельность может и должна приносить мне удовольствие.

Ведь мой Бизнес - это моё и для меня. А так как он только для меня, то я не больно таки о нём забочусь. Так же как и с едой: если кто то кроме меня дома(дети), я с удовольствием готовлю. Нет никого, что-нибудь перекушу, когда уже голова от голода кружится.

Эту тему надо срочно проработать!

Выброс был достаточно эмоциональный.

Округление: трясёт, вспомнила негатив и захотелось курить. Лучше страдать эмоционально или болеть физически, чем делать своё дело?

Болезнь и зависимость - убегаю от самостоятельности.

Внутреннее напряжение, съёжилась в комочек - стать поменьше, чтобы никто не видел?

При сопряжении было много озарений. Одно из них - само саботаж - старые образцы поведения, боюсь успеха, самостоятельности, своего бизнеса - страх стать "большой и значимой", заявить о себе в мире и в обществе.

Большие фигуры:

Записала конкретные шаги. Озарения записывала на обратной стороне, места не хватило, записывала в дневнике.

- страх быть женщиной, страх быть значимой, показать себя - как страх перед сожжением на костре. Но ведь сейчас другое время. История знает пример великих женщин - Катерина (немка и провинциалка, а добилась таких успехов - подняла качество жизни русского народа), Жанна Д'Арк, современные женщины - Маргарет Тетчер и т.д.
- пора принят моё Величие - человеческое и женское - "Её Величество Женщина". Мысли моего предназначения

Фигура и Фон: как примет общество мой Бизнес/Дело?

- Фон (выход в свет) украсит мою картину жизни. Сделает мою жизнь гармоничнее. "Не забывай о предназначении!" подсказывало моё Бессознательное.

Линия Поля: "Во имя Отца и Сына и святого Духа" прозвучало чётко в моих ушах". Пришлось ответить: "Аминь" :-)

Вертикальная линия - "Религио" в смысле Юнга - связь с Источником, Первоэнергией, Абсолютом=ДАО

Появилась горизонтальная динамика - социальная ось. - Отец/Небо действует через меня для блага общества.

Вывод: У меня всё есть для успеха в бизнесе и жизни в целом. Мой опыт, знания - их больше чем достаточно чтобы действовать и приносить пользу.

Пришла ещё одна мысль: Бог выбирает людей, через которых он влияет на других. Это Люди, сохраняющие природу. Люди приносящие добро - во Имя Всевышнего, во имя Смысла.

3.5. Шаг пятый - Магия Разума(Логика, Мышление).

Настало время спросить мой разум и проверить мышление по поводу проекта.

Огонь — символ луча Света. Приносит тепло и ясность.

Как луч солнца каждый день освещает землю, делая всё вокруг зримым, так и человек находит первопричину происходящего, чтобы навести порядок.

Как для горения нужна материя, так и нам для понимания нужны знания. Наш логический ум опирается только на полученные нами знания и наш опыт, поэтому энергия огня ценна, но не всесильна, как энергия Неба.

Эта энергия вносит ясность в наши текущие неразрешённые ситуации, позволяет беспристрастно понять их первопричину и ясно увидеть пути решения.

Ясное понимание наших способностей, помогает смело заявить о себе и занять подобающее место на сцене жизни, формируя наш имидж, респектабельность и уважительное отношение к нам окружающих без дополнительной саморекламы. Мы трезво конструируем нашу реальность по собственным представлениям, обладая целостным объективным взглядом.

Жизнерадостность, оптимизм, горячий темперамент — синонимы энергии Логического мышления.



В карте энергетических центров человека энергии Огня соответствует сексуальная чакра.

3.5-1. Что я думаю по поводу моего Проекта?

- Горю ли я проектом?
- Интересен ли мне мой проект?
- Какие мысли приходят, когда я работаю над проектом?
- Какие ограничивающие убеждения (не смогу, не потяну, не хватит терпения, не достаточно способностей и т.д.) мешают мне претворить его в жизнь?

Чтобы гармонизировать эту энергию, мне пришлось применить несколько техник и алгоритмов. От АСО, Алгоритм Выявления Намерения, Моделирование, Многозадачность, Цель-Результат.



Работа показала мне достаточно "тараканов", которые мешают началу и реализации моих целей.

Озарение:

Те "подводные камни" которые я "увидела" по отношению к этому проекту, мешают мне в моей деятельности и жизни в целом.

Ограничивающие убеждения не так то легко выбросить из головы, как стало мне ещё раз очевидно. Я и не думала, что эта тема до сих пор для меня актуальна. Снова и снова я

работала над моими негативными убеждениями.

Появлялись новые темы для следующих работ.

Я не переставала удивляться и спрашивала себя: Когда-нибудь кончиться эта проработка?

Во время рисования слушала музыку "Огонь" из альбома "Магия душевного умиротворения".

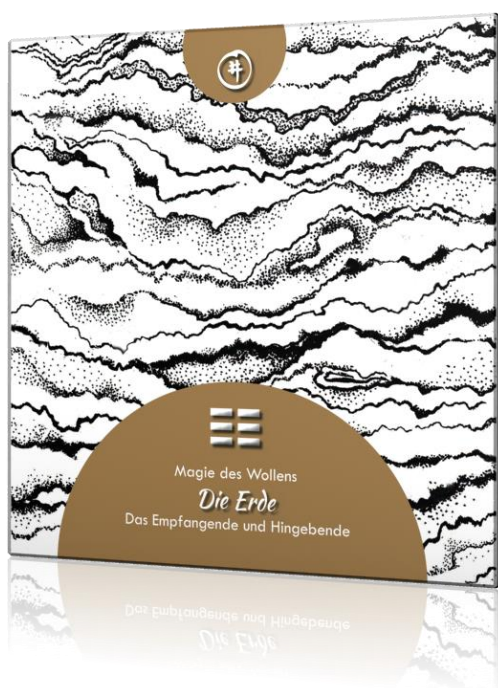
3.6. Шаг шестой - Магия безусловной Любви(Желания, Хотения, Принятия,Открытости).

Земля — символ Материи и Пространства.

Матушка-земля — проявление безусловной любви, принимающая всё и дающая жизнь.

Энергия изначального доверия, неограниченной открытости, мягкости, безграничного внимания, дающая нам готовность принимать вещи такими, как есть, готовность с любовью и благодарностью отпускать, готовность и способность вести гармоничные отношения.

Эта энергия позволяет нам принимать зрелые решения, с терпением выбирать удачный момент для материализации замыслов и обеспечивает нам стабильность.



Магия Принятия дарит нам непоколебимую преданность делу и наполняет нас согласием с Высшим, верой и подвижнической готовностью воплотить Божественную волю.

Именно гармонизация и оживление этой энергии позволяет нам успешно и устойчиво открывать и вести собственные дела, создавая для нас необходимые обстоятельства и предоставляя нам нужных людей, при этом окружая нас чувством защищённости и комфорта.

3.6-1. Проработка бывших отношений. АСО.

Когда работала с темой "кто мне нужен для бизнеса» возникла потребность(не в первый раз) проработать воспоминания об одном мужчине из моей прошлой жизни.

2013 год - неприятные воспоминания. Я думала о новом трудоустройстве и один предприниматель предложил мне на него работать на очень, сказочно выгодных для меня условиях. Как потом оказалось, он просто лгал, пытаюсь меня заманить как женщину.

Тогда я почувствовала дискомфорт по отношению к "работодателю", но пыталась утихомирить голос интуиции.

Воспоминание об этом состоянии уже не в первый раз всплывает в моей памяти. Значит надо проработать прям сейчас!

Выброс. Эмоция - гнев. Телесное ощущение - ком в горле.

Нарисовала себя в правом верхнем углу, как бы смотрю сверху на ситуацию.

Округление, спокойствие. Что полезного я могу взять для себя из этой ситуации-воспоминания?

Получился квадрат: Мудрость и честность по отношению к себе самой.



Мудрость в коммуникации - исключать недостойных людей.

Для чего нужны мне эти люди? Может быть я выбираю их, как само саботаж личного развития? Может это испытание для меня, для формирования моего характера?

Фиксация - вывод: Намерение - Бескомпромиссность по отношению к недостойным мужчинам и нечестным людям в общем. Проявлять твёрдость характера при выборе партнёров!

Пора переходить к следующему шагу и проработать энергию, отвечающую за характер и лёгкость.

3.7. Шаг седьмой - проработка энергии, отвечающую за радость, лёгкость и характер.

Магия Чувств, Чувственности, Радости, Лёгкости.

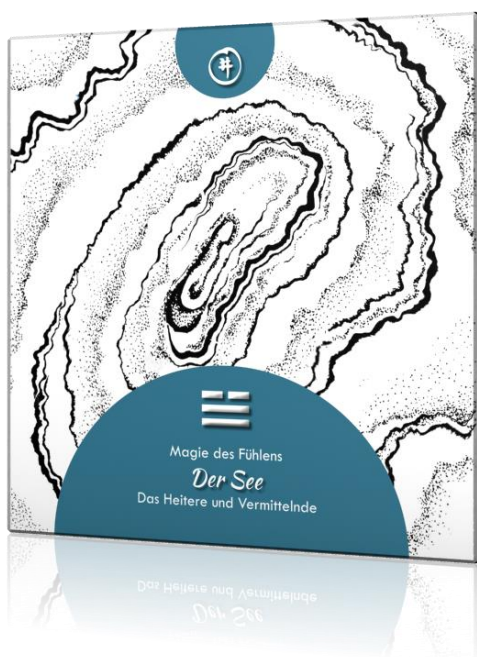
Озеро — символ мира чувств, а чувства управляют миром.

Как вода - это содержание озера, так и чувства, опыт и полученные знания и привычки определяют наш характер, нашу человеческую сущность.

Энергия Озера - это творческая энергия, энергия креатива, дающая свободу выражения чувств через искусство (литература, поэзия, музыка, танец, пение, изобразительное искусство).

Ничто не делает нас счастливее, чем способность узнать свой мир чувств и жить в гармонии с ним.

Внутреннее удовлетворение от единства со своей внутренней сущностью дарит нам столь желанное ощущение счастья. И тогда в жизни всё получается с радостью и лёгкостью.

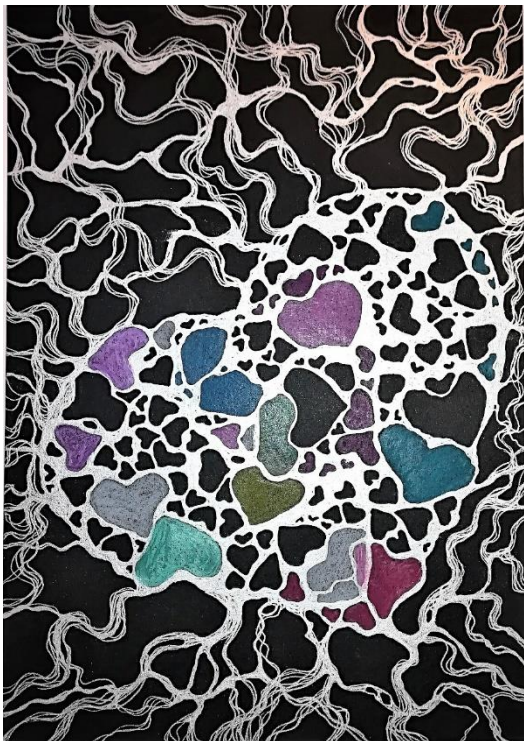


Лёгкость, весёлость, детская беззаботность, позитивная устремлённость в будущее — вот синонимы Магии Чувств.

В делении человеческой ауры энергии Озера соответствует чакра солнечного сплетения (чакра Чувств). Итак на повестке дня стояла тема лёгкости, весёлости и детской беззаботности. Но жизнь испытывает наш характер через

критические ситуации.

3.7-1. Удары судьбы и их принятие.



Рисовала на моём открытом вебинаре.

Тема была очень актуальна для меня: безусловное принятие моей жизненной ситуации. Два смертельных случая в моей семье за неделю и некоторые другие события, которые мне было тяжело принять.

Траур, печаль, боль утраты, плач души - противоположность радости, весёлости и лёгкости.

В результате моё сердце наполнилось благодарностью за то, что мне позволено было провести отрезок жизни с необыкновенно добрыми, сердечными и

любящими людьми.

Моё душевное состояние гармонизировалось, и я испытывала глубокую благодарность и любовь к ушедшим. Наверное, помогло мне ещё присутствие нескольких дам - наше поле.

3.8. Шаг восьмой - Магия Осознания, Творчества, Творения.

Небо — символ Совершенства и Абсолютного Начала.

Энергия первопричины и универсального Обновления.

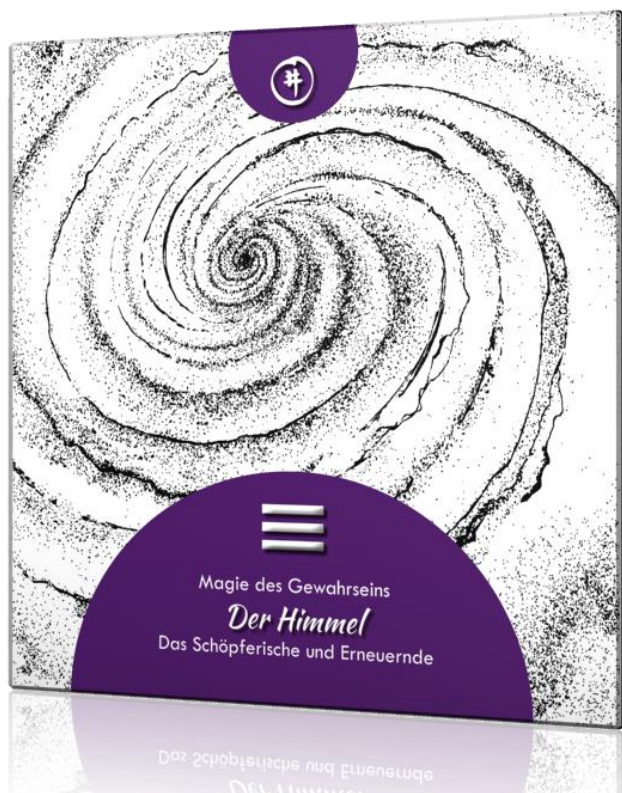
Всеобщая созидающая и оживляющая сила.

Смысл всего существования. Абсолютный порядок, баланс, гармония.

Неисчерпаемый источник энергии, создавший Землю и жизнь на ней.

Мы — частица вселенной, и эта энергия жизни соединяет нас со всем вокруг. Божественное начало, живущее в нас, делает каждого из нас одинаково ценным для Абсолюта. Именно поэтому эта энергия даёт

понимание нашего высшего предназначения, наделяя нас способностью, как и Создатель, творить.



Магия Сознания дарит нам мощный импульс к обновлению, безграничное богатство идеями, способность к творению, к производству, пронизательность, способность к божественному сознанию, мужество, смелость, храбрость, силу воли для достижения конечного совершенного результата.

Внутренняя непоколебимая мотивация, ведущая к успеху во

всех сферах жизни.

В карте энергетических центров человека энергии Магии Сознания соответствует седьмая чакра.

Чтобы с гармонизировать и активировать во мне эту энергию, я работала с несколькими Алгоритмами и слушала соответствующую музыку.

Итак благодаря предыдущим семи шагам я проверила правильность моей цели.

Пора переходить к её реализации.

Тема:

Проект "Юлия Дольд - Коуч - Инструктор Нейрографики и Фен Шуй. Когда душа поёт и танцует "

3.8-1. Алгоритм Выявление Намерения.

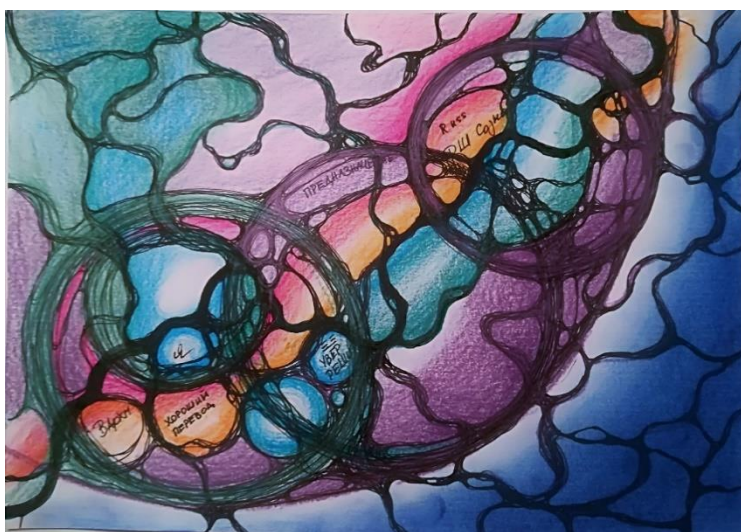


Вижу тенденцию - желание конкретного действия постепенно и ещё очень осторожно сменяет страх и тревогу.

Это прекрасный результат, которым я очень довольна.

3.8-2. Алгоритм "Цель – Достижение – Результат"

Рисовала на моём открытом вебинаре. У меня уже давно существует семинар "Фен Шуй Сознания" и я обдумывала, как лучше совместить его с Нейрографикой.



Прибавила ресурсов. Почувствовала результат.

Озарение: То что я сейчас делаю, этот проект в том числе, - это моё призвание. Была очень хорошая, спокойная и гармоничная атмосфера с девушками. Мне очень понравился процесс общения, я очень комфортно себя

чувствовала. Буду делать дальше - вести онлайн семинары.

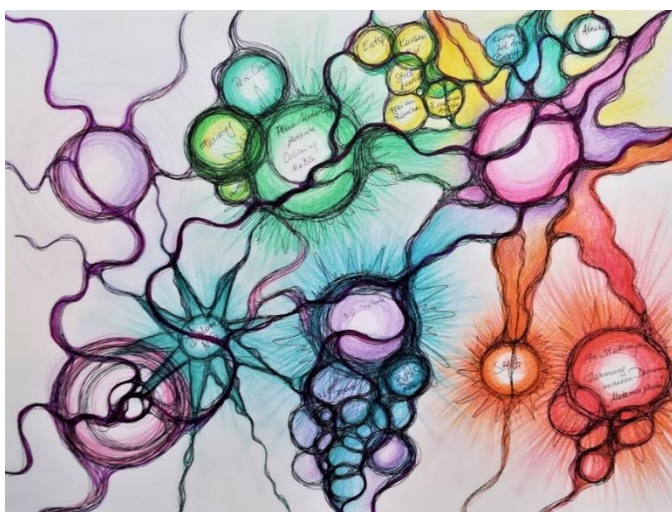
Самая главная радость этого вебинара - девушки показали мне их рисунки. У одной женщины рисунок качественно отличался от предыдущего, который она рисовала без музыки. И она и мы увидели эту разницу.

Я очень рада, что моя музыка имеет такое положительное влияние на людей.

Итак, моя Миссия частично выполнена!

4. Вывод: На все вопросы найдены ответы и все задания на начало курса выполнены.

- Вместо комплексов и негативных установок я осознала ответственность за мою реальность, за мою деятельность, мои чувства и счастье.
- Я осознала свою индивидуальность, вспомнила о способности находить выходы из критических ситуаций.
- Вместо страха перед начинанием я почувствовала прилив сил и желание действовать.
- Я открыла для себя радость от процесса.
- Я нашла душевный покой и уверенность в себе. Веру в мой жизненный план и поняла, что всё происходит не случайно, а для моего блага.
- Моя работа приносит мне удовольствие и обогащает меня духовно.
- Я составляю план чтобы не упустить возможность наслаждения процессом!
- Лень трансформировалась в дисциплину.
- У меня созрела стратегия действия.
- Я почувствовала себя сопричастной с мощной силой рода.
- У меня появилось ощущение уверенности в себе и моём будущем.
- Бескомпромиссность при выборе партнёров.
- Новая профессия как Инструктор-Нейрограф-Коуч в соединении с моей музыкой и Фен Шуй - это мой индивидуальный инструмент, мой продукт.



Моя миссия, призвание и предназначение!

С благодарностью к Павлу Пискарёву и Всем, кто был сопричастен в периоде образования!

Алгоритм Моделирование:
план на конец 2018 -начало 2019
года.

[Ссылка на дипломную работу Дольд Юлии в авторском стиле](#)

Автор:
Дюмина Елена
Супервизор:
Старковски Елена

Тема:
Применение психософии в практике инструктора
нейрографики.

1. Психософия. Функции структуры личности в психософии

Психософия—типология, созданная А.Ю. Афанасьевым в середине 80-х годов. Александр Юрьевич Афанасьев — российский писатель, ученый, изобретатель, философ, психолог, геронтолог, педагог, художник. Автор семи книг, в том числе фундаментальной работы «Синтаксис любви». Основоположник психософии. Психософия исследует структуру приоритетов человека, представление личности о собственном внутреннем мире и возможностях. В ней имеется четыре аспекта (функции): Воля, Логика, Эмоция, Физика, которые можно условно сопоставить соответственно с четырьмя сферами Бытия: Духом, Разумом, Душой и Телом.

- Физика – это широкое понятие, которое включает в себя психологическое отношение к своему телу и окружающему пространству. Это фактически вся материальная часть нашего бытия. Физика проявляется в нас как отношение к материальному миру и потребность обладать материальными благами..

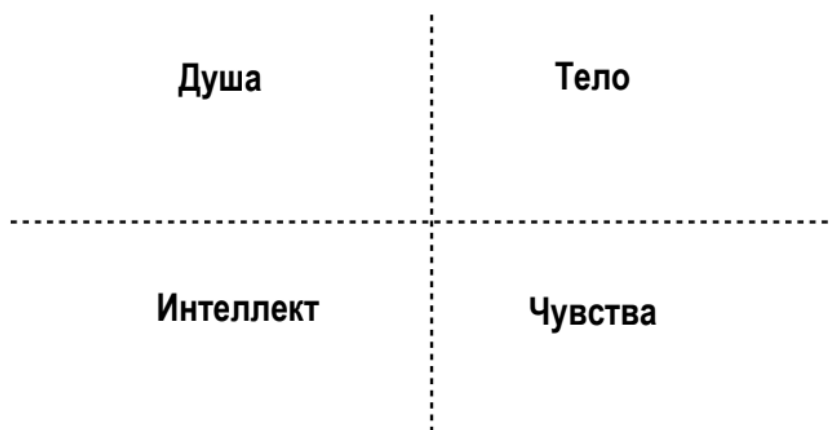
Положение Физики, как ни странно, влияет на мироощущение человека: чем выше Физика, тем более светло окрашенным оно будет. Низкая Физика добавляет в мироощущение темные краски.

Эмоция - мир эмоций и художественных интересов. Отвечает за область чувств, настроений, переживаний, а также за способность воспринимать искусство и красоту. В компетенцию Эмоции входят наши эстетические, художественные интересы: музыка, театр, живопись и т.п. По большому счету, область Эмоции - это краски и звуки. А также слова, но не просто слова, а те, которые передают эмоциональное состояние. Также эта функция отвечает за восприимчивость к эмоциональному состоянию других людей.

- Логика - отвечает за мышление и понимание, она определяет ценность мыслительной деятельности для человека, ее самостоятельность или зависимость. В целом область Логики — это смыслы, формулы, формулировки. И, конечно же, слова, при помощи которых смыслы передаются окружающим. Насколько глубокими, точными и завершенными, они будут, определяется положением Логики. Заглядывая в глубь эволюции, можно увидеть, что Логика была тем инструментом, который позволил человеку отделиться от животного мира, получить власть над инстинктами. Вместо генетически передаваемой информации человек стал опираться на знания. И затем — каждый свой скачок эволюция делала за счет достижений, которые являлись производными функции Логики.
- Воля отвечает таким сферам, как власть, ответственность, умение принимать решения, уверенность в своих решениях, самостоятельность и настойчивость в реализации намерений. Также в компетенцию Волевой функции входят обращение с собственными и чужими границами, инициатива, свобода выбора. Воля отвечает за ощущение своего «я» (кто я в этом мире) и своих желаний.

Структура Личности

Аналитический коучинг



область отношений между людьми, которая как раз связана с границами своего «я» и «я» других людей. Воля влияет на правовые нормы, этику человека, формирует картину его мировоззрения.

Данные аспекты также соответствуют схеме структуры личности в

аналитическом коучинге.

2. Порядок функций в психософии. Особенности свойств функций в зависимости от их положения в структуре личности

Все аспекты располагаются в психической структуре личности определенным образом. Любой из аспектов может стоять на первом месте в списке приоритетов (или иначе занимать первую функцию), на втором

(занимать вторую функцию), на третьем или на четвертом (занимать третью или четвертую функцию), но при этом ни один аспект не может занимать два места одновременно у одного человека. То, на какую позицию попадет аспект, определяет, как он будет у человека проявляться, как человек будет относиться ко всему, что с ним связано, насколько субъективно ценным будет для него сфера этого аспекта. Наибольшее внимания каждый человек уделяет верхним (первые две функции) и меньше нижним (последние две). Это деление замечательно тем, что вносит в человеческую психику элемент антагонизма, при котором верхние сильные функции противопоставляются слабым нижним (наиболее остро противопоставляются обычно Первая и Третья функции).

- 1-я функция «Молот» (мое мнение - единственно верное, вашего мнения не существует).

Представим, что каждый человек рождается с молотом в руке и лупит им во все стороны даже не осознавая этого. Вот это и есть первая функция.

Во-первых, она избыточная. Её слишком много. Во-вторых – неосознаваемая (результативная), мы пользуемся ей по умолчанию, даже не замечая этого. По ней мы навязываем свои мнения и желания окружающим людям, не считаясь с их мнениями и интересами. В-третьих, она реагирует на всё первой. В четвертых, она для нас принципиально важная, все желания по первой функции мы стремимся исполнить в первую очередь.

Пример:

У ребенка отобрали конфету.

1 Физика – ударит. Сразу же, без размышлений.

1 Эмоция – заплачет или закричит, громко, изо всех сил.

1 Логика – скажет: «Это моё!», дальше будет действовать по второй и нижестоящим функциям.

1 Воля – прикажет отдать сейчас же, если не сработает, будет действовать по второй и нижестоящим функциям.

- 2-я функция «Река» (имею свое мнение и учитываю ваше):

Этой функции именно столько сколько нужно в данный конкретный момент времени. По этой функции мы общаемся с миром, слышим его и сообщаем о себе так, чтобы нас услышали тоже. Здесь не важен результат. Процесс ценится сам по себе.

Диалог ради диалога, всё равно о чём, всегда найдется, о чем поговорить (2Л, расскажет всё! Остановить практически невозможно!).

Движение ради движения, само по себе приносит удовольствие (2Ф: В поход? В грозу? В горы, на высоту 5000 м, и с рюкзаком 20 кг? Конечно пойду! Лучший отдых – смена деятельности).

Процесс планирования может затянуться на целую вечность, каждый пункт обсуждаться и перестраиваться множество раз (2В, планирование – это всё. На самом деле всё. Исполнять не обязательно. Всё равно половина планов уже забыты!).

Эмоции выдаются потоком, по требованию окружающего пространства или сами по себе.

Если процесс по 2 функции прекращается, начинается новый процесс.

- 3-я функция «Язва» (не уверен в себе, но и ваше мнение считаю неверным).

Третью функцию можно назвать центральной функцией психотипа, так как с ней возникает больше всего вопросов и проблем. Здесь зона наивысшего удовольствия, самых мучительных сомнений и самой черной зависти. По третьей мы не совсем понимаем, что думаем, чувствуем, хотим или ощущаем. Не понимаем, то ли следовать за своими импульсами, то ли отказаться от них?

"тварь ли я дрожащая или право имею?.." Постоянные сомнения и метания, сравнение себя со всеми подряд. "Чего хочу, не знаю, но так точно не хочу. А может хочу? Ну когда-то точно хотел... или нет..." – 3В.

Никогда не могут поверить во что-то до конца, сомневаются в своих интеллектуальных способностях. Как это вы меня поняли и протипировали? Разве это возможно? – 3Л

Самый страшный с сложный вопрос: «Что ты чувствуешь?» - 3Э – надолго вгонит в ступор. А признаться кому-то в своих чувствах почти за граню возможного.

3Ф – невероятные колебания от «я прекрасен» до «я ужасное чудовище». Бесконечный перебор в еде, диетах, упражнениях. Постоянные поиски в себе различных болезней, несовершенств и недостатков. И не дай

бог их обнаружит кто-то ещё!

- 4-я функция «Подарок», «Инструмент», «Батарейка» (не разбираюсь в этом и полностью принимаю ваше мнение. Что получаю, то и отражаю):

Четвертая функция – это подарок. Идеальный инструмент, без инструкции по эксплуатации, а поэтому большую часть времени валяется ненужный где-то на полке. По четвертой функции мы можем абсолютно всё, но с той же силой нам по ней ничего не надо. И, раз не надо нам, по умолчанию мы думаем, что и всем людям должно быть безразлично то, что безразлично нашей 4-й функции.

У 4 функции нет границ, она принимает абсолютно все теории, желания, эмоции, использует все возможности. Этим четвертая функция похожа на батарейку – она реагирует на события в окружающем мире или у нас внутри, заряжается от них и выдает такой же результат.

4Э – смеется и грустит со всеми, возможно, даже одновременно. В одиночестве не чувствует ничего. Точнее, вообще все равно что чувствует.

4Ф – будет работать до полного изнеможения или пока не попадет в больницу. Легко переносит любые физические неудобства, совершенно не бережет себя.

4Л – верит в каждую теорию из каждой книжки, передачи, статьи, а потом сама же её докажет. Ей вообще все равно, главное, чтобы работало. А если не работает – все равно верит и докажет почему вот сейчас не сработало.

4В – у неё нет желаний, стремлений, планов. Совсем. А если есть, они безумно важные. Каждое. И должны исполниться желательным образом прямо сейчас. А ещё её легко втянуть во что угодно. За компанию.

2.1 Особенности положения Воли.

Функция Воля имеет отличие от всех остальных функций. Воля – это то, на что опирается личность, это стержень, на который «нанизываются» остальные функции. Именно волевым стремлением мы решаем будем вообще что-то делать или нет. Эту функцию можно назвать центральной. Когда мы описываем характер человека, мы в первую очередь обращаем внимание на положение его Воли. То, что человек делает своей Волей – он делает весь.

Положение Воли влияет на остальные функции психотипа и придает им

свойства, которые имеет сама Воля. То есть Логика, Физика, Эмоция, независимо от их положения, так или иначе впитывают свойства Воли, принимают ее окраску. Так, при 1В все функции могут на первый взгляд выглядеть как 1, при второй воле – как вторые и т.д.

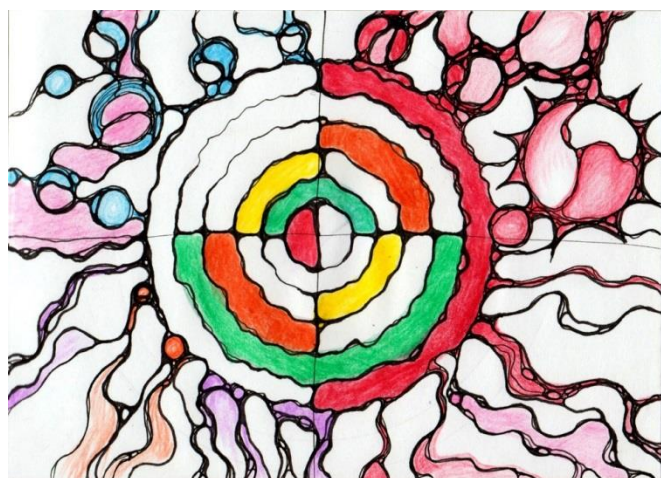
Положение Воли является важным везде, так как в любой сфере человек проявляет себя по этой функции. В личных или рабочих отношениях, во взаимодействии с людьми или в одиночестве — Воля не может не быть задействована.

Высоковольные люди ощущают мир, как легко поддающийся реализации их желаний. Они словно держат в руках руль, поворачивая который легко могут управлять людьми и событиями.

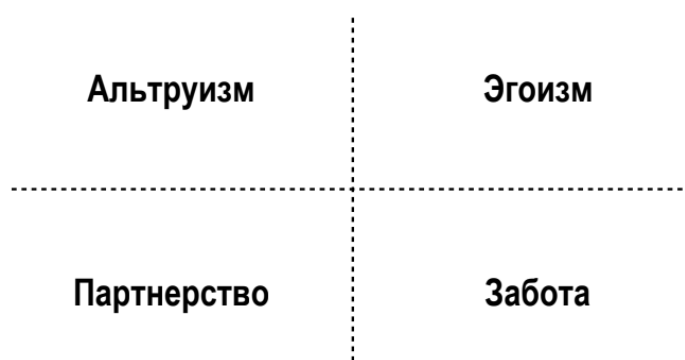
Люди с низкой Волей не столь четко понимают свои желания и не ощущают своего права на власть, на управление другими, на то, чтобы что-то изменить в этом мире. Им более свойственно жить в чужих, уже кем-то установленных рамках.

3. Матрица отношений, мандала функций.

Можно заметить, что свойства положения функций соответствуют матрице отношений из компетенций мета модерна:

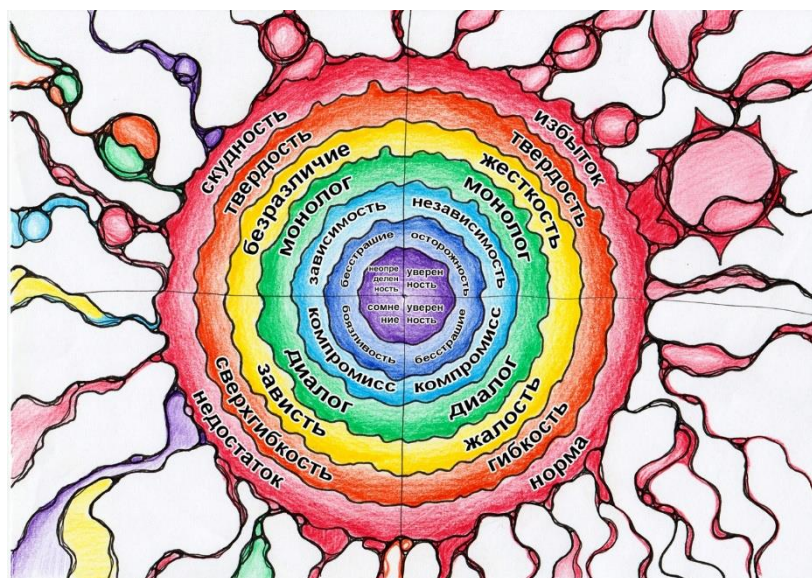
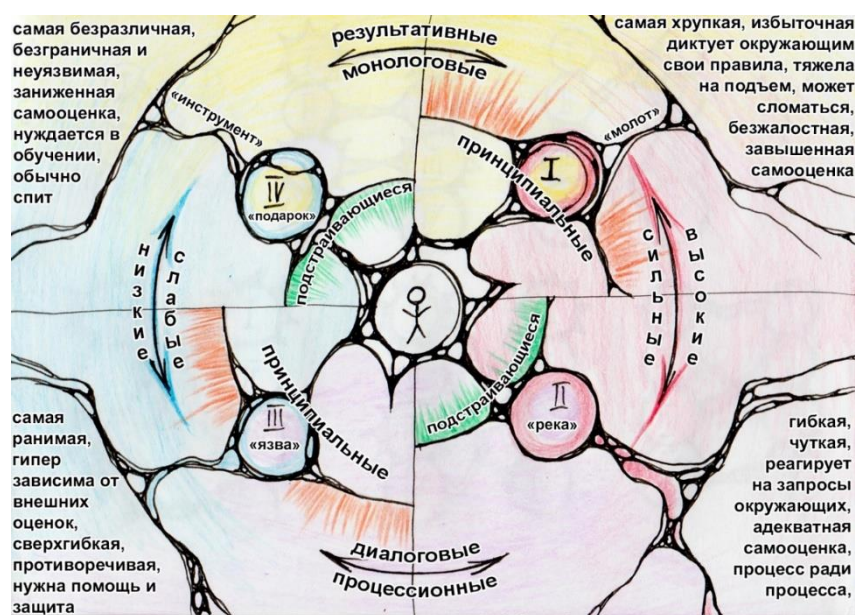


Отношения



Визуально особенности функций вписываются в матрицу Грофа:

И могут быть прорисованы как мандала функций, отражая особенности каждой (от сильных к слабым проявлениям). На рисунке ниже Первая и четвертая функция – результативные, по ним важно получить результат, вторая и третья, прецессионные (внешний круг мандалы). Первая и вторая – верхние, сильные (первый круг), вторая и третья – диалоговые – это сильные качества 2 и 3 функции (второй круг). Первая и третья – принципиально важные (третий круг), вторая и четвертая подстраивающиеся (четвертый круг). Первая и четвертая не склонные к общению, монологовые (пятый круг). Третья и четвертая – нижние,



В более развернутом варианте свойства функций можно расположить в семиуровневой мандале:

Синий круг – осторожность, бесстрашие, боязливость, бесстрашие. Фиолетовый круг – уверенность, уверенность, сомнение, неопределенность. (1, 2, 3 и 4 функции соответственно)

4. Самотипирование

Владение теорией психософии позволяет осознавать свои поступки, намерения и цели, равно как и поступки других людей, что в дальнейшем позволяет понимать действия клиентов, коллег и партнеров, грамотно строить отношения с общественностью. Практически каждый, прочитав вышестоящий материал, может самостоятельно определить, к какому психотипу он принадлежит и, на основе этого, понять каким образом

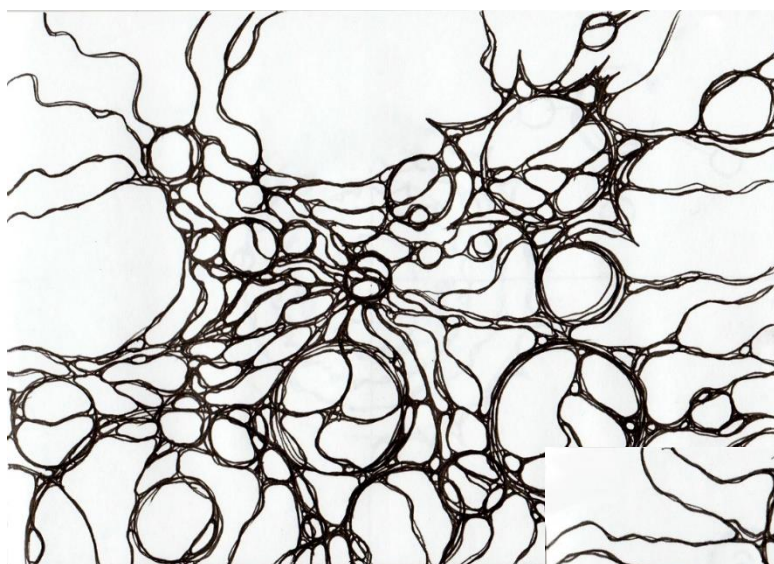
строятся его взаимоотношения с самим собой и окружающими людьми.

Для того, чтобы протипировать человека, достаточно ему объяснить простыми словами текст за какие функции отвечают аспекты психософии Физика, Эмоция, Логика и Воля и рассказать, что у каждого человека свой порядок приоритетов, начиная с самого важного и кончая самым незначительным.

Как правило, большинство способно сходу определить порядок и выдаст самый правильный результат. Исключение составляют разве что люди с третьей логикой, что само по себе показательно, и те, кто пытался типироваться ранее по тестам в интернете. Эти факты стоит учитывать коучу, говоря о психософии с клиентами.

Основные ошибки могут быть в занижении или завышении третьей функции, обычно это тоже чувствуется. Также можно дать краткое описание проявления тех функций, в правильности которых у человека возникли сомнения, и предложить другие варианты.

5. Примеры применения психософии в практике инструктора нейрографики

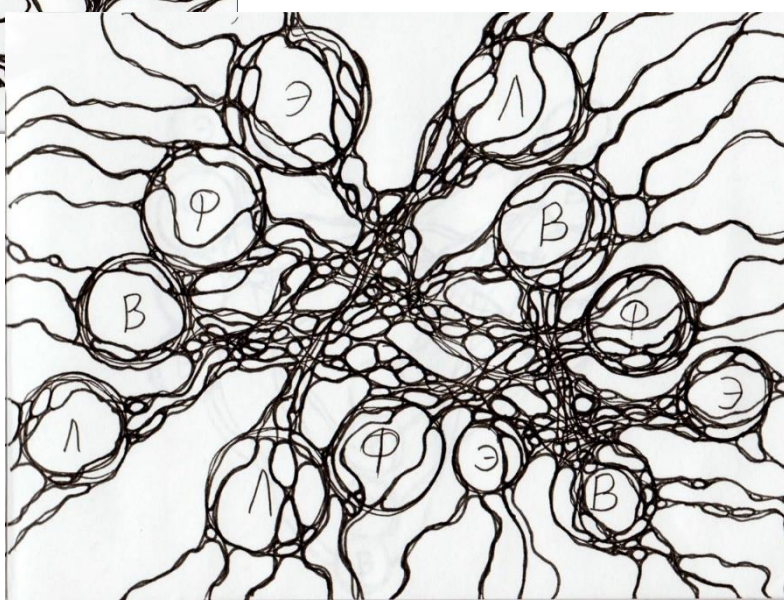


родители (ЭФВЛ и ЛВФЭ) +
ребенок (ЛФЭВ):

В данной ситуации
родителям 1Э3В и 2В4Э
следует понимать, что
ребенок с 3Э и 4В сильно

Пример прорисовки
работы 4В при мотивации
изнутри вышестоящими
функциями:

Пример прорисовки
взаимодействий по функциям



отличается от них.

Он испытывает огромное количество всевозможных эмоций, но ему очень трудно их выражать. Ему не скучно сидеть в тишине или играть одному. Такие люди вообще с трудом выносят шум, громкие звуки. Крики и критику тоже воспринимает очень болезненно. Там, где 1 и 4 эмоции проорутся и быстро остынут, третья эмоция зависнет в процессе и будет переживать очень и очень долго. Помочь ему можно через обучение говорить о своих чувствах, обозначать их, помогать их осознавать и адекватно выражать. Интересоваться его мыслями, мнением, обсуждать прошедший день, делиться воспоминаниями.

Для 3Э можно порекомендовать не принимать близко к сердцу бурные выяснения отношений 1 и 4 эмоции родителей и постараться понять, что эмоции у родителей как бы сами по себе, не всегда относятся лично к нему.

4В говорит о том, что ребенок не будет стремиться к диалогу по воле. Он на самом деле большую часть времени ничего не хочет. И ему действительно важно исполнить (не обсудить, как бы сделали его родители) каждое возникающее желание. Вступая в игру, где есть победители и проигравшие, 4В не расстроится в случае проигрыша и особо не будет стремиться к победе, т.к более сильной его функции – 2Ф приятен процесс действия сам по себе.

Ему не интересно бесконечное планирование 2 и 3 воли родителей. Чтобы он что-то сделал ему нужно об этом сказать. Коротко, четко, без лишних раздражающих объяснений. 4В легко обучается и здесь ребенка важно научить хотеть и практически показать, что он может всё (4В действительно может, но не хочет). Составлять списки желаний, вести дневник достижений и благодарностей.

6. Выводы

Знания о психософии в практической работе инструктора нейрографики позволяют:

- определить индивидуальную систему ценностей свою и клиента,
- помогают в выборе стиля общения с клиентом, с учетом опоры на его диалоговые (2 и 3) по Афанасьеву функции.
- дают возможность коучу определить «проблемные моменты» личности (так называемая третья функция по Афанасьеву),

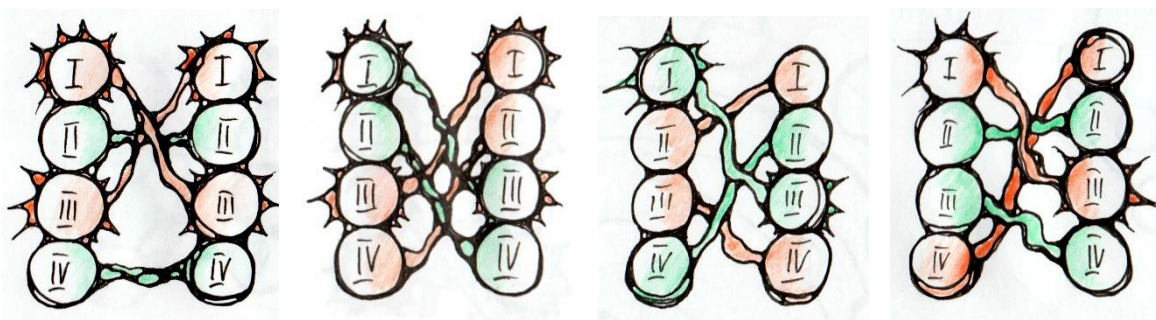
- подходить более разумно и индивидуально к проблеме каждого человека,
- понимать, как использовать ресурсы самого человека для решения его же проблем,
- создать условия для самомотивации себя и клиента,
- дать прогноз развития отношений между людьми,
- определять причины разногласий между членами семьи и коллегами и объяснить механизмы бесконфликтного общения.

7. Приложение. Модели взаимодействий в психософии.

Четыре аспекта структуры личности, расположенные на четырех значимых уровнях, образуют 24 психотипа. Психотип у каждого один на всю жизнь. Функции внутри психотипа не могут меняться местами, хотя развитие внутри каждой функции возможно. Каждый человек судит о людях по себе и своему порядку функций. Исходя из этого между людьми существуют следующие модели взаимодействий:

7.1 «Эрос»

«Эрос» - это отношения людей, Третьим функциям которых соответствуют Первые функции партнера. При «полном эросе» наблюдается не только перекрестье Первых и Третьих функций, но и Вторых и Четвертых. При «псевдоэросе», Третьей функции соответствует Первая только у одного из партнеров



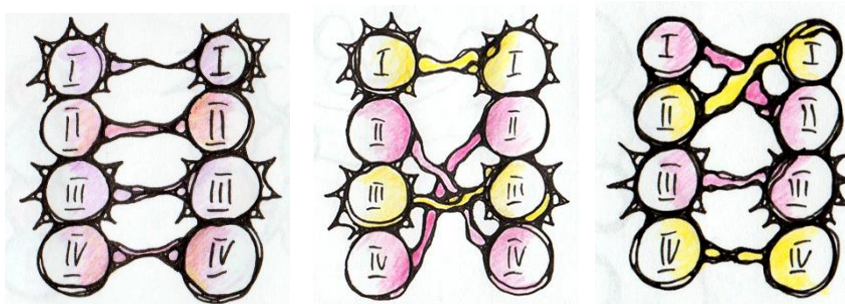
В этой модели отношений Третьи функции партнеров (а при «полном эросе» и «псевдоэросе» ещё и Вторые), требующие процесса и полноценного обмена, не могут получить помощь и реализовать себя рядом результативными функциями другого, не нуждающимися в партнере. Первые функции при этом тоже остаются недовольными, т.к. Вторые и Третьи, требующие процесса, фактически не принимают готовый результат, который выдает Первая, как единственно верное решение. Четвертую функцию

взаимодействие со Второй или с Третьей только раздражает, т.к. ей важен результат и не интересен процесс.

Такая модель общения позволяет познать захватывающие, яркие, но очень недолгие переживания, которые могут стать по-настоящему разрушительными.

7.2 «Филия»

Эта модель отношений складывается по принципу тождества. В первую очередь это касается тождества Первой и Третьей функций партнеров (потому, что это принципиально важные для каждого человека функции).

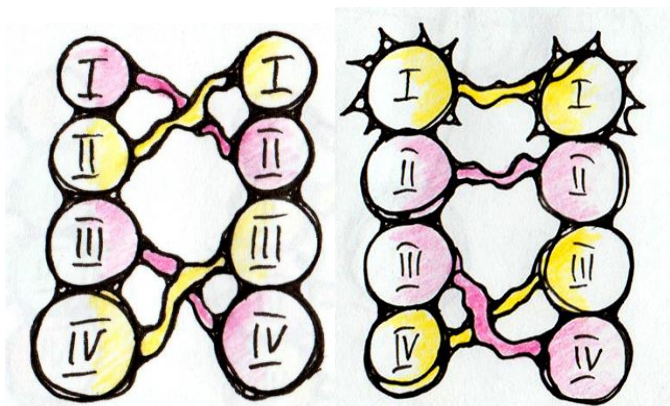


Люди ощущают друг в друге схожие установки, ценности, взгляды. Но совпадение функций, к сожалению, не дает партнерам ни

необходимой помощи, ни взаимного дополнения. Они просто оказываются двумя личностями с одинаково сильными и слабыми сторонами. Обменявшись опытом в этой модели общения, партнеры имеют шанс потерять интерес друг к другу.

7.3 «Псевдофилия» (квазиэрос)

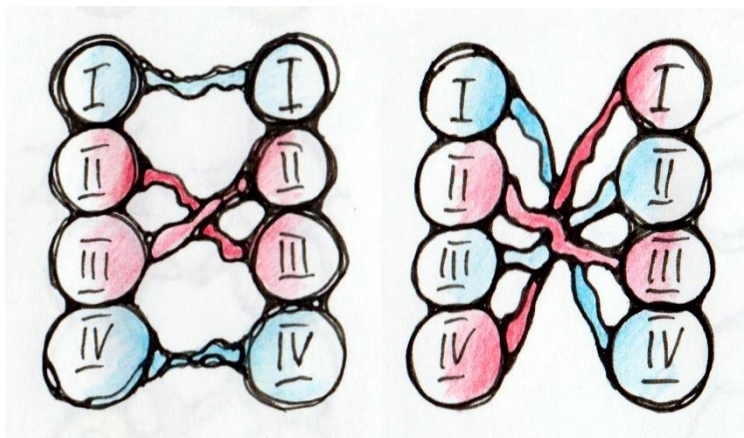
Это своеобразное сочетание совмещает в себе свойства «филии» и «эроса». Здесь у партнеров перекрещиваются Первая функция со Второй и Третья с Четвертой. При псевдофилии люди испытывают взаимный интерес друг к другу, ощущая родство душ и общность интересов. Но при общении обнаруживается, что сходство их не подлинное, а мнимое: ценности одни, а взаимопонимания нет. У партнеров одинаковые функции сильны и одинаковые слабы, но совершенно различается их направленность: то, что в одном человеке требует диалога и процесса, в другом абсолютно автономно и обмена с партнером не требует.



В этой модели общение довольно скоро переходит в хроническую борьбу, где сильные стороны партнеров борются с

сильными, а слабые со слабыми. Борьба эта может тянуться годами, не нанося людям сколь-нибудь заметных травм, не принося сколь-нибудь заметных побед, не приводя ни к гармонии, ни к дисгармонии.

7.4 «Агапэ»



Суть «агапэ» заключается в перекрестье Вторых и Третьих функций партнеров.

Несмотря на то что люди очень разные, они могут гармонично сосуществовать и развивать друг друга. Где-то на глубинном уровне они смотрят на жизнь одинаково, и им

важны одни и те же вещи. При этом внешне они проявляют себя абсолютно по-разному – и именно за счет этого показывают друг другу мир с разных сторон. Третья функция находит во Второй замечательного учителя, Вторая с радостью делится с Третьей своей силой. Благодаря постоянному процессу и обмену люди взаимно развиваются, поддерживают друг друга и по очереди берут на себя ведущую роль. Но, не смотря на взаимное развитие, Вторая функция далеко не всегда радуется партнерству с неуверенной в себе Третьей, а Третью раздражает самоуверенность и выносливость Второй. Если же Вторая, и Третья функции преодолевают возникающие конфликты, они постепенно становятся одинаково сильными и чувствительными, а сами люди меняются, становясь увереннее, спокойнее, гармоничнее.

Обратной стороной такого общения может быть стремление человека снять с себя лишнюю нагрузку. В такой ситуации люди полностью перекадывают решения по своим слабым функциям на плечи сильных функций партнеров, становясь зависимыми друг от друга. Развития не происходит.

В этой модели общение заканчивается тогда, когда исчерпываются возможности прецессионных функций партнеров.

[Ссылка на дипломную работу Дюминой Елены в авторском стиле](#)

Работы Дюминой Елены

Тема: Мой бизнес



Тема: Внутренняя гармония

