



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

Дипломные работы Инструкторов Нейрографики

2018 год

Авторы: М

Оглавление

Малиновская Ольга	6
Нейрографика Саморазвития. Путь к себе.	6
Введение.....	6
Мотивация.....	6
Чувства, страхи	8
Моя жизнь, моё здоровье.....	10
Новая жизнь	11
Принятие всех граней себя	12
Отношения с близкими	12
Благодарность.....	14
Веселое и полезное времяпровождение	14
Гармонизация	15
Время	15
Выводы и метаморфозы в результате пройденного пути	16
Мартынова Елена	19
Нейрооко как элемент нейрографики. Техника Нейрооко. Особенности, исследования, эффекты.	19
Введение.....	19
История разработки.....	20
Око в центре спирали.....	23
Око в звезде даёт разумное сочетание и рациональное расходование энергий, на пути к цели.	23
Классика, око в треугольнике -это про путь в цель, контроль, ясное знание.	24
Нейрооко в исполнении участников эфира.....	32
Мартынова Ирина.....	36
Нейрографика и МАК - двойной эффект воздействия на трансформационные процессы.	36
НейроДорога к Себе. От Пользователя до Инструктора Нейрографики.....	36
Нейрографика и Метафорические Ассоциативные Карты - двойной эффект воздействия на трансформационные процессы.....	42
Работы Мартыновой Ирины	46
Мацкина Эллина	47
Разнообразие Нейрографической Мандалы.....	47
Вводная часть.....	47
Основная часть.....	49
Работы Мацкиной Эллины.....	56
Мачуллиная Ольга.....	57

Взлет к Личной Силе. Как с помощью алгоритмов нейрографики можно прикоснуться к своей силе и научиться ею пользоваться (история моей жизни).	57
Глава 1.....	57
Глава 2.....	58
Глава 3.....	59
Глава 4.....	60
Глава 5.....	62
Глава 7.....	63
Глава 8.....	64
Глава 9.....	67
Глава 10 - Resume.....	71
Медведева Лаура	72
Любовь к себе, уважение себя, ценность себя.	72
История Тимофея.....	74
История Дарьи.....	75
История Даши.....	75
История Саши.	75
История Андрея.	76
Мельникова Ирина	78
«Внедрение метода «Нейрографика» на этапе генерации идей в работе над креативными концепциями в рекламном агентстве»	78
Введение.....	78
2. Креативный бриф: структура и содержание	78
3. Творческий процесс работы над брифом в рекламном агентстве	80
3.1 Брифинг или постановка задачи.....	81
3.2 Анализ материалов/Погружение	81
3.3 Генерация/разработка идей.....	82
3.4 Внутреннее согласование материалов.....	83
3.5 Подготовка презентационных материалов.....	83
3.6 Презентация идей клиенту	84
3.7 Доработка концепции/ интегрирование идей.....	84
4.0 Интеграция метода «Нейрографика» в креативные методики генерации идей и разработки креативных концепций	85
4.1 Интеграция метода «Нейрографика» и креативной методики «Мозговой штурм»	86
4.1.1 Интегрируем метод «Нейрографика» и метод «Мозговой штурм», получаем следующий процесс генерации идей:.....	86
4.1.2 Кейс: Разработка креативной концепции для бренда «Слобода».	88
4.2 Интеграция модели S.C.O.R.E. в рамках метода «Нейрографика» и Метода Киплинга.....	89

4.2.1 Совмещая эти два метода, получаем следующий процесс генерации идей:.....	91
4.2.2 Кейс: Разработка креативной концепции для бренда «Hansa».	93
5 Заключение	94
Работы Мельниковой Ирины.....	95
Меньшикова Галина	96
Её Величество НЕЙРОГРАФИКА или, как скорректировать своё рождение	96
Часть 1	96
Часть 2.....	105
Работы Меньшиковой Галины.....	118
Мешкова Елена	120
Нейрографика - творческий метод сопровождения людей в проектах.	120
Введение.....	120
1. Физиология мозга. Немного информации о нас самих.....	121
2. Применение метода «Нейрографика» в сопровождении проектов.....	122
3. Техники сопровождения направленные на снятие сопротивления.	124
Вывод.....	127
Работы Мешковой Елены.....	129
Мифодовская Юлейна.....	130
Мой путь в нейрографике.	130
Введение.....	130
Кейсы	133
Заключение:	138
До обучения:	139
После обучения:.....	140
Молоканова Анна	141
Письма к Нейрографике. Дорога перемен.....	141
Часть 1. Знакомство.	141
Часть 2. Первая встреча.....	142
Часть 3. Развитие отношений	144
Часть 4. Совместный путь.....	145
Часть 5. Новые горизонты	147
Работы Молокановой Анны.....	149
Морозова Людмила	150
Лифтинг лица и нейрографика	150
Работы Морозовой Людмилы	163
Мур Наталья	164
НейроЛетопись “Нейрографическая линия успеха”	164

1. Всем скептикам и бросившим рисовать Нейрографику посвящается.....	164
1 работа. Алгоритм АСО	164
2. Алгоритм АСО 2 вариант, тема- “Страх проявлять себя”. Формат А4	165
3. Алгоритм АСО 1 вариант, тема- “Страх перемен”. Формат А4	167
4. Алгоритм АСО 1 вариант, тема- “Мое сопротивление двигатель моего прогресса”. Формат А4 .	168
5. Коучинговая техника, тема- “Я и мои ограничения по жизни”. Формат А4	169
6. Алгоритм Коммуникация, тема- “Я и успех”.	171
7. НейроДрево, тема- “Моя уверенность в себе”.	172
8. Коучинговая техника Топографическая модель Фрейда, тема- “Успех”. Формат А4	173
9. Алгоритм АСО 3 вариант, тема- “Успех”. Формат А4	174
10. Техника SCORE, тема- “Успех”. Формат А3	175
11. Алгоритм АСО 1 вариант, тема- “Я успешна и максимально реализую свои таланты и все возможности”. Формат А3	176
12. Техника T.R.U.E, тема- “Успех”. Формат А3.....	179
13. Алгоритм АСО 3 вариант, тема- “Я принимаю себя настоящую”. Формат А4	180
14. Алгоритм АСО 1 вариант, тема- “Я имею право на исполнение всех желаний моей души”. Формат А5.....	181
Выводы.	183
Муравьева Надежда.....	186
Нейрографическая фасилитация как способ решения бизнес-задач	186
Введение.....	186
Поиск ниши и уникальности продукта.....	188
Алгоритмы нейрографики в решении бизнес задач	189
1. Поиск ниши и уникальности продукта.....	189
2. Стратегическое планирование, масштабирование бизнеса.....	190
3. Снятие конфликтов и напряжений внутри команды и во внешних коммуникациях (госорганы, партнеры, клиенты, подрядчики).....	192
4. Повышение профессиональной компетенции сотрудников, развитие потенциала.....	194
5. Мотивация членов команды	195
6. Цель и ее достижение	196
7. Личная гармония	198
8. Мозговые штурмы для поиска идей	199
9. Другие способы использования нейрографики в бизнесе	200
Заключение	201
Работы Муравьевой Надежды	205

Автор:
Малиновская Ольга
Супервизор:
Vitta Amoris

Тема:
Нейрографика Саморазвития. Путь к себе.

Введение

Саморазвитие - каждый вкладывает в это слово свой смысл.

Для меня - это развитие себя (своей личности, Души и тела) в ту сторону, в которую важно именно для меня.

Саморазвитие - это путь осознаний и изменений. И Нейрографика как нельзя кстати на этом пути. Рисуя, можно услышать себя, своё бессознательное, ответить, вести диалог с собой, менять линией свои выборы и действия, менять себя к лучшему и менять свою жизнь к лучшей.

Мой путь саморазвития начался 4,5 года назад.

И в какой-то момент я запуталась в том, куда я иду, кого мне слушать и как правильно поступить. И единственным желанием было - выйти из этого состояния, прийти к свету и пониманию, прийти к себе.

И с помощью Нейрографики я нашла и ответы на эти вопросы. Об этом пути я хочу рассказать.

Мотивация

На моем пути саморазвития важно было определиться с мотивацией. Ибо мотивация "делать как все" перестает работать для меня очень быстро.

К пути познания себя я пришла не от хорошей жизни, а от поисков ответов об устройстве мира, себя, в попытке понять свое место в этом мире, от желания избавиться от недугов, зависимостей, болезней и беспокойств.

Появились вопросы "А зачем?", "Чего я хочу?". Возможно это была проверка вселенной моих намерений или же понимание того, что авторов

разных методик так много, что не знаешь кому верить и на что опираться. В рисовании Нейрографики ко мне пришло понимание, что пора научиться слышать себя, увидеть свои истинные цели и задачи своей Души. Все по-разному это называют. Но суть одна - идти дальше по жизни не мотивацией других людей, а со своей личной мотивацией и задачами. Ведь только истинная мотивация будет двигать вперед, а навязанная всегда будет связана со словом "надо", которое ничего общего не имеет со счастьем и задачами Души в этой жизни.

Ещё одним вопросом, который я задала себе, был "А кто же я?". Мне важно было понять какая я истинная, какая я на самом деле. Ведь вокруг столько стереотипов, столько навязанных мнений.

Ответы на вопросы "Чего я хочу?" лучше всего я находила с помощью Алгоритма Выявления Намерений.

В нем я выяснила чего хочется именно мне, и хочется ли этого на самом деле.

Саморазвитие тесно связано с выходом из зоны комфорта. Надо "встать с насиженного дивана" и пойти совершить действие. Однако порой посещают мысли и сомнения "А собственно зачем? Все сидят вокруг меня, а я должен выходить и что-то делать?".

Алгоритм выявления намерений очень хорошо расставляет все точки над "i", подключая бессознательное к внутреннему диалогу. Так ответ приходит очень быстро. И ответ этот собственный, личный и рождается изнутри, создавая истинную внутреннюю мотивацию для движения вверх - к развитию. Мы созданы не для того, чтобы лежать, а для движения. И пришли мы сюда для того, чтобы пройти уроки, которые не решаются лежа.

Поэтому ответ будет всегда. И даже если человек не готов к действиям в принципе, но какие-то жизненные пути привели его к рисованию Нейрографики на тему саморазвития, то семена будут посеяны для того, чтобы рано или поздно прорасти.

Во время практики иногда я включала приятную расслабляющую музыку, которая способствовала развитию диалога с бессознательным.

В процессе рисования одной из картин по Алгоритму Выявления Намерений на тему "Саморазвитие", ко мне пришли следующие мысли и осознания.



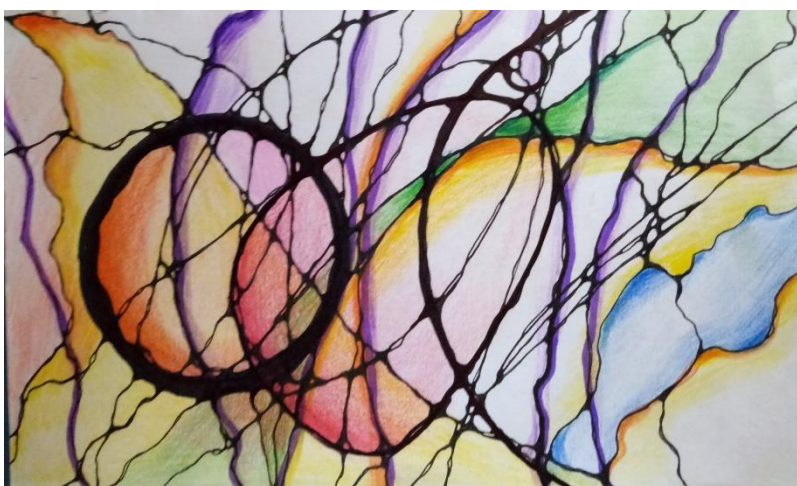
В начале я чувствовала беспокойство и было ощущение недостатка мотивации и понимания своего пути. Затем я поняла, что к счастью можно идти разными путями. Но не всегда эти пути в итоге приводят к желаемому. Алчность, злость, обиды и страхи являются препятствиями. Я увидела в себе страх, что люди осудят, не поймут, причинят мне зло. Мне

важно было понять, что я такая какая я есть и принять себя такой. Честно признать всё, что есть во мне. Только после этого можно что-то начать менять в себе. В процессе я поняла, что мой путь - это реализация себя как женщины, своих жизненных задач в этой роли, принятие себя как женщины. Я осознала, что одна из моих задач в этой жизни - помощь другим людям. Я четко увидела и приняла тот факт, что мне необходимо очиститься от обид, которые засоряют меня и препятствуют ощущению счастья внутри. Избавление от них ведет к пониманию других людей и их принятию.

Чувства, страхи

После Алгоритма Выявления Намерений на тему мотивации к саморазвитию проявился список мотивационных смыслов, внутренней мотивации, а вместе с ней и ряд страхов. Часть из них являлась стимулом, ресурсом (страх деградации, например), а часть препятствием для новых шагов к саморазвитию.

Страхи я прорисовывала в Алгоритме Снятия Ограничений. Приходили решения и понимание как действовать в подобной ситуации, я понимала источник страха.



В качестве примера можно рассмотреть работу по Алгоритму Снятия Ограничений на тему "Освобождение от страха непонимания меня другими

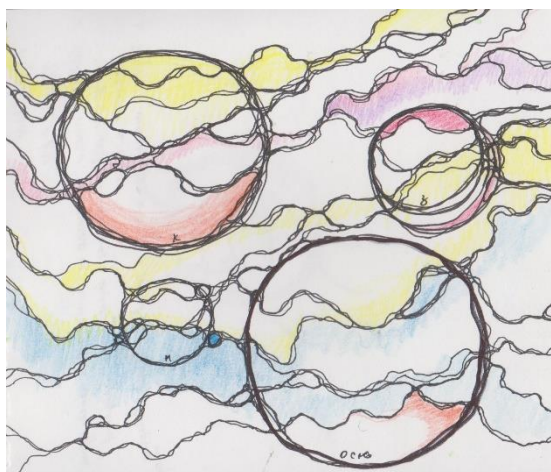
людьми”.

В процессе прорисовки я поняла, что в первую очередь важно ценить и уважать себя и свой выбор, своё мнение. Тогда страх отпадет автоматически. Важно доверять своему мнению и опираться на него.. Помимо этого важно ценить право людей на их мнение, не предавая ценности своего. Я верю людям и принимаю, что это их право, их уроки и их осознания. Каждый подходит к своим урокам по-своему. Мнение других как возможность посмотреть на себя со стороны и понять нравится ли мне самой то, что я вижу - это возможность для дальнейшего развития. Я поняла, что важно принимать во внимание других членов семьи. Близкие помогают корректировать выбранный мною жизненный путь.

В случае работы со страхами, когда выброс сделать не было сил и желания, я прописывала ситуацию на бумаге и для понимания причины его возникновения просто вела нейролинии. В этот момент активировался нейронный контур этой ситуации и ответ приходил. Становилась ясна первопричина страха и урок ситуации. По ощущениям это было похоже на то, как будто в голове открылась дверца, через которую потоком полилось понимание и мысли. На самом деле в процессе рисования нейролинии начинался диалог с бессознательным, в котором есть все ответы.

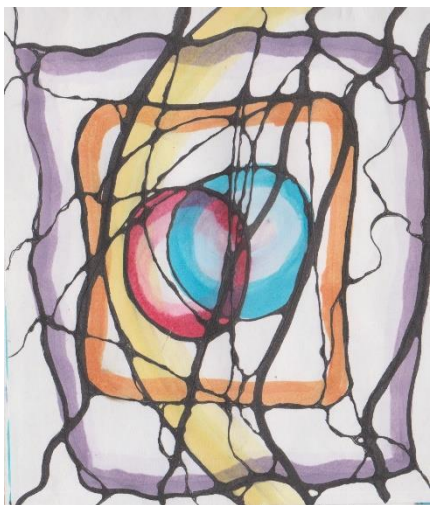
Я, как и многие другие люди, часто сталкивалась с раздражением, обидой, злостью, тревогой, непониманием себя и других людей.

Чувство тревоги и понимание её источника я прорисовывала через Алгоритм Выявления Намерений. Такой рисунок занял мало времени, но в итоге я увидела четыре ситуации, сочетание которых и вызвали то самое чувство, с которого я начинала рисунок. Тревога ушла и остались темы, в которых можно спокойно разбираться.



Для снятия раздражения и трезвого оценивания ситуации я применяла Алгоритм Снятия Ограничений. В процессе приходило понимание источника раздражения и само чувство преобразовывалось в спокойствие и принятие. И это было действительно важно, потому что в спокойствии было намного легче найти экологичное решение.

Когда появилась ситуация, в которой для благополучного разрешения мне важно было принять свою ценность как сотрудника, я прорисовала её через Алгоритм Снятия Ограничений. В итоге работы увидела в себе ценность не только как сотрудника, но и как женщины. И поняла насколько я ценна именно в этой роли.

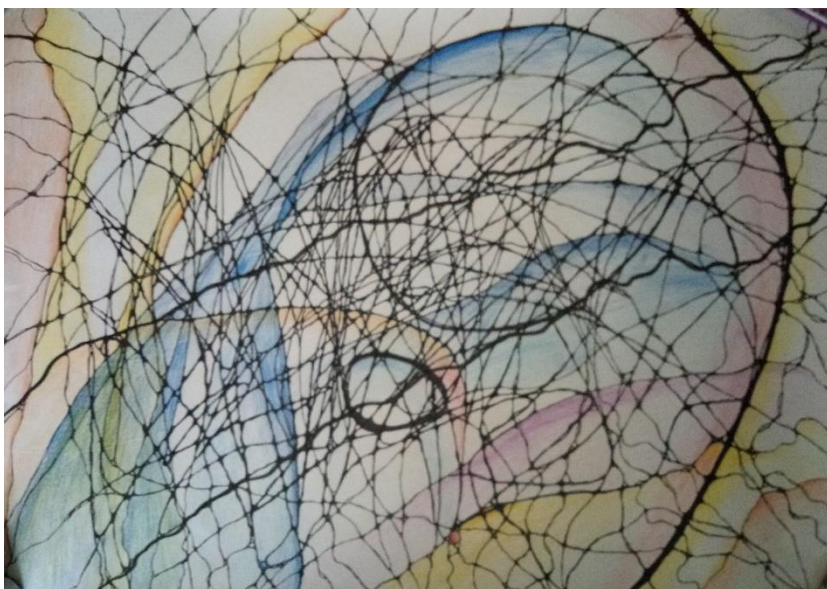


Моя жизнь, моё здоровье

Ещё одной сильной работой в исследовании себя был рисунок на тему "Моя жизнь" через Алгоритм Снятия Ограничений.

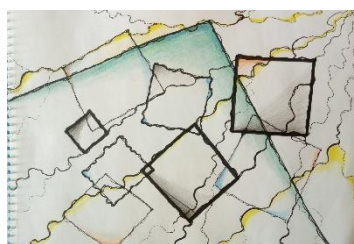
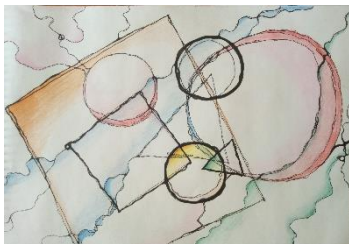
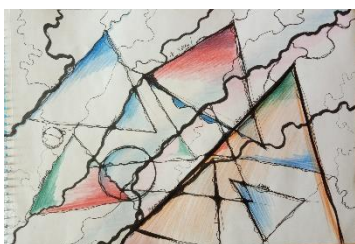
В нем поднялся ещё один пласт страхов (запутаться, быть слабой и не приспособленной к жизни, неадекватной, не отвечающей чужим ожиданиям). Работа была очень долгой из-за большого формата и это позволило основательно проработать выявившиеся страхи. Пришло понимание того, что именно я управляю своими действиями и выборами. Было важным осознание ответственности за те действия в первую очередь перед самой собой. Стало очевидным насколько важно заботиться о здоровье тела как о доме для своей Души. Прислушиваться к своему телу, к

тому, чего оно хочет - стало более ценным, чем раньше.



Для продолжения темы здоровья тела из предыдущей работы я нарисовала несколько работ по композиции, энергии цвета и Нейромандале на тему правильного питания и одну работу на тему

физического здоровья.



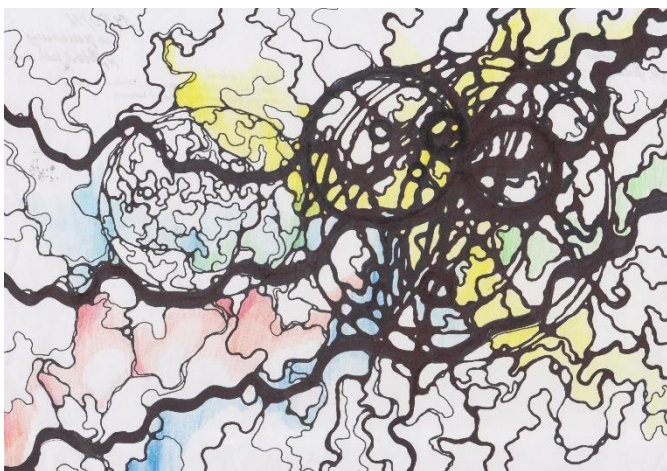


В начале этих прорисовок я упорно хотела опять следовать каким-то принципам правильного питания. По поводу здоровья по привычке собиралась зацепиться за мнения экспертов. И не понимала, почему это не работает у меня. Но в процессе убедилась, что правильным питанием будет то, которое подходит именно мне и необходимо моему телу, и никакие рамки и правила не помогут - только любовь к себе и к своему телу. Важно наладить связь с телом и услышать его. А для физического здоровья лучшим решением будет выбрать те практики, которые действительно мне нравятся и доставляют удовольствие.

Новая жизнь

Одна из Нейрографических техник родилась и у меня. С помощью неё я смогла убрать ограничения с изменения текущей жизни на новую, на новое поведение и новые действия. Я очень ясно ощутила свою мотивацию в изменениям.

Темой рисунка стала "Моя новая жизнь".



В процессе рисования я поняла, что меня не устраивает в моей жизни: множество страхов, зависимость от чужого мнения, непонимание себя, незнание себя настоящей, непонимание своих истинных ценностей, непонимание своего места в мире и отсутствие счастья. Я увидела, что можно изменить сейчас и как изменить, чтобы прийти к той жизни, которой хочется. Осознала какими новыми путями сейчас идти, чтобы изменить то положение вещей, которое меня не устраивает. Приняла, что иногда цели надо отпустить, чтобы понять мои ли они на самом деле. К ним всегда можно вернуться, а если они чужие, то путь их достигают те, для кого они являются истинными. Здесь открылись те мои черты и поведение, на которое я не обращала внимания, но в тоже время они

препятствовали продвижению к новой жизни.

Принятие всех граней себя

Нейропортрет стал для меня очень мощным инструментом для понимания того, кто я есть и какая я есть. На нем я очень хорошо отследила изменения в себе за 4 месяца, прогресс в принятии себя.

Первый Нейропортрет всколыхнул очень много неприятия себя, злости, разочарования и недовольства собой. После него было много рисунков и осознаний.

И спустя четыре месяца в процессе рисования второго Нейропортрета я увидела чуткость и внимание к себе.

Поняла насколько изменились мои намерения и внутреннее состояние. Стало гораздо больше любви к себе. Я увидела в самом рисунке, что я и Душа, и Тело, и Личность. Я стала отмечать и положительные, и негативные стороны своего характера. И что самое важное - я осознала, что принимаю себя такой и знаю как хочу двигаться дальше.



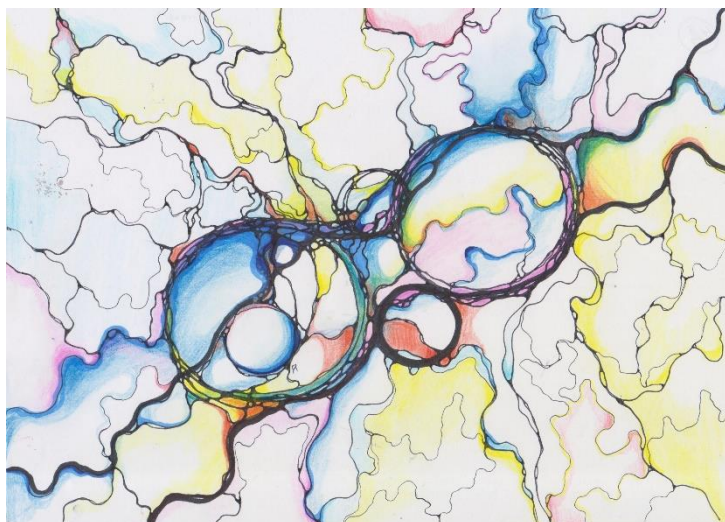
Отношения с близкими

Очень важной частью на моем пути являются отношения с людьми.

Нейрографика коммуникаций и Алгоритм выявления намерений помогли разобраться в них и наладить опять же через рисунок.

Я вижу, что внимания требуют отношения именно с близкими людьми: матерью, отцом, мужем и сыном. Увеличение или уменьшение значимости фигур в практике зависело от внутренних ощущений и потребностей. Во время прорисовки отношений с другими людьми я входила в состояние Души. Это то отступало, то принимало тот факт, что другие люди - тоже Души и имеют такое же право на свое мнение, свои эмоции и реакции. И стало видно и понятно, что я даю или не даю другому человеку, и что он дает мне. Я увидела насколько я закрылась и не иду на контакт, причины, по которым это произошло и стала прорисовывать решение в других работах.

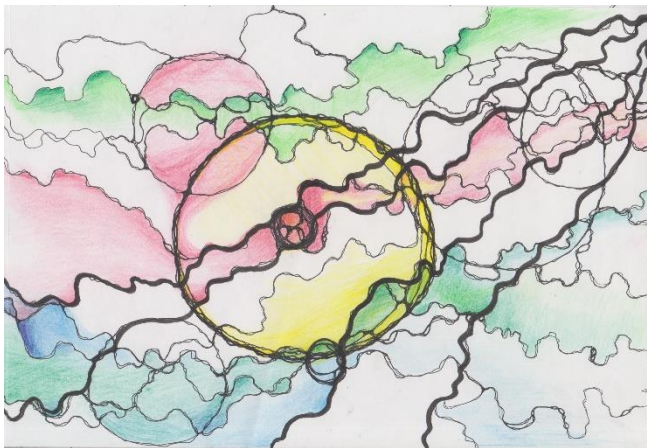
Пример одной из моих работ на тему коммуникации - "Отношения с сыном".



В процессе я ощутила радость от нахождения рядом с сыном, от которой раньше бежала. Я увидела, что он как якорь и направление моего внимания помогает мне осознать самые важные вещи в жизни и определить направление движения.

Ещё одну работу по семейным отношениям я прорисовывала через Алгоритм Выявления Намерений на тему "Отношения с мужем". Работа не была итоговой, а скорее начальным этапом в процессе налаживания отношений. Поэтому поднялось много негативных эмоций и сопротивления. Но в процессе я поняла важные вещи. Я посмотрела на супруга по-новому, как на человека со своими желаниями, увидела насколько он терпелив и внимателен. Осознала, что моё отношение к нему строится на моих убеждениях, страхах и ранах. Я поняла насколько отдалилась от своей женской части в попытке следовать чужим стандартам. И наметила пути исцеления женской энергии и дальнейшие действия для восстановления отношений.

Благодарность



После прорисовки коммуникации с людьми мне стало важно отдать им энергию благодарности за то, что они есть в этой жизни и за то, что дают мне, дарят мне свою энергию.

Благодарность другим людям очень благотворно воздействует на внутреннее состояние. Её я прорисовывала через Нейроатом. Я входила в состояние безусловной любви. Достаточно один раз попробовать и можно почувствовать весь тот спектр ощущений от практики, который не передать словами.



Такая прорисовка позволяла войти в состояние потока и полета. Благодаря человеку от сердца через линию, я в прямом смысле начинала чувствовать Творца вокруг себя, его любовь. И хотелось эту любовь подарить всем окружающим, нарисовать персональную благодарность каждому.

Веселое и полезное времяпровождение

Нейрографика является очень интенсивным методом по переживаниям и внутренним проработкам. Иногда хотелось заняться более легким времяпровождением, при этом продолжать изучать себя. НейроСкетчинг для меня и интересное увлечение, и практика познания мира и своих эмоций.

Мы видим окружающий мир и запечатлеваем его на бумагу, параллельно прислушиваясь к своим ощущениям и чувствам. Здесь мы вольны рисовать что угодно, так как занимаемся не академическим рисунком, а общением с собой и миром.

Чудесная практика, полная переживаний и осознаний, чувств и ощущений. Помогла мне понять свое отношение к окружающему миру.

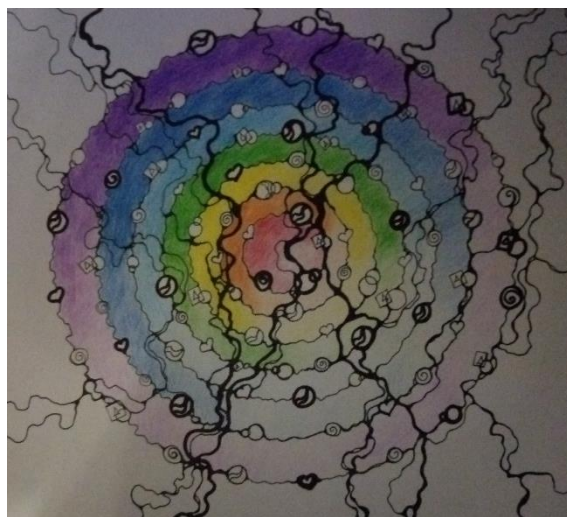
До курса Инструктора я металась между Нейрографикой в виде алгоритма снятия ограничений и простым скетчингом, академическим рисованием. Но НейроСкетчинг стал объединением этих двух желаний. Рисуя НейроСкетчинг я давала себе свободу, понимала, что мне нравится рисовать, а что нет, что я хочу изучить.



Гармонизация

После прорисовки страхов, отношений с близкими, моё состояние хорошо гармонизировалось Нейромандалой. Оно выравнивалось и я приходила к спокойствию и более гладкому принятию изменений. Я осознала, что в таком состоянии принятие ситуаций и извлечение уроков из них происходит быстрее.

Через Нейромандалу я развивала в себе положительные качества, такие как: честность перед собой и другими людьми, безусловная любовь.



Время

Итоговой работой моей темы в рамках курса стал рисунок по алгоритму линии времени "Жить путем Души". Моей глобальной целью, пронизывающей мою жизнь стал именно путь Души. Я всё ещё иду к тому, чтобы встать на него полностью. Но разница по сравнению с началом моей работы в этом направлении огромна. В прорисовке я как на ладони увидела свои прошлые

жизни, цели на эту жизнь, своё будущее на этом пути и вдохновилась увиденным, мотивировалась истинной целью.



Выводы и метаморфозы в результате пройденного пути

Нейрографика - прекрасный инструмент в саморазвитии. Здесь понимаешь и себя, и окружающий мир. Одну технику можно использовать с совершенно разными ситуациями.

К чему я пришла?

К четкому пониманию того, что все ответы внутри. Я почувствовала насколько я могу раствориться в практике и ощутить энергию Творца так близко, что уже и представить трудно, что я когда-нибудь сверну назад - в другую сторону от Души.

Да, моя работа продолжается и будет продолжаться всю жизнь. Но в процессе прорисовки каждой работы на тему саморазвития и пути к себе я действительно глубоко начала понимать всю важность движения вперед.

Теперь ответы на вопросы я не ищу у других людей, не перечитываю лихорадочно книги, а заглядываю внутрь себя, наблюдаю, понимаю, чего хочу и разбираюсь в том, как к этому прийти.

Сейчас, если мне нужно решить какой-то вопрос или понять какой-то жизненный урок, пройти трудную ситуацию, в которой не приходит ответ, я просто сажусь и веду Нейролинию. Бессознательное дает ответы настолько быстро, что я поняла как рисование Нейрографика в течение 9 месяцев изменило мои нейронные связи. Уже нет того ступора и застоя. Всё в моих руках. Всё это результат работы с собой через Нейрографику.

Я с уверенностью могу сказать, что теперь у меня есть все техники для решения любых моих задач.

За 9 месяцев я однозначно определила свой вектор и главный жизненный путь - путь Души к своему развитию и реализацию себя как женщины. Сейчас удивительно вспоминать и видеть своё прошлое отношение к этому и отрицание себя.

С помощью Нейрографики я нашла свою мотивацию, нашла себя и начала узнавать себя.

Раньше я боялась нарисовать "не так", "не красиво", боялась неодобрения. Но в какой-то момент я взяла кисть и акварель и просто начала рисовать. Это были линии, просто линии, но как они были прекрасны, я наслаждалась и процессом, и результатом. И это было поистине удивительно - просто разрешить себе творить для себя! Я понимаю, что это знак того, что я начала принимать своё творчество и свободу, я разрешила себе творить.

Сейчас я вижу с чего начинала в марте 2018. Я была обессиленной девочкой. Мои желания вертелись вокруг сиюминутных радостей и удовольствий. Я была где угодно, но не "в себе". Спустя 9 месяцев я будто пере прошила себя. Цели стали глобальные и реальные, хотя раньше они не то, что казались недостижимыми, я даже и не задумывалась о них. В итоге стала женщиной, начавшей принимать себя. И наконец я стала чувствовать наполненность внутри, я стала чувствовать себя Душой.

Теперь при мыслях о реализации себя и своего пути я чувствую тепло и радость, а не непроглядную тьму, страх и уныние.

Мои отношения с близкими вышли на новый качественный уровень. Я действительно увидела их важность в моей жизни.

Качественно изменились отношения с мужем, моё отношения к нему стало совершенно другим. Воскресло чувство любви и тепла. Отношение супруга ко мне и моим словам поменялось в лучшую сторону. Он стал лучше понимать меня и заметил изменения, произошедшие во мне. Теперь я вижу наш союз как совместный путь к прохождению жизненных уроков. Мы отражаем друг друга и становимся лучше, проживая жизнь рядом.

Что касается здоровья и питания. Отпали правила и нашлось то, что я люблю и делаю с удовольствием. Теперь нет напряжения и сомнений.

Хочу заметить, что телесных реакций и переживаний всего спектра эмоций во время рисования каждого рисунка было достаточно. Что является очень важным отражением изменений, которые происходят во

время работы маркером.

Я перестала бояться говорить то, что думаю. Перестала взваливать на себя всю работу, позволив другим заниматься своим делом.

Я очень четко увидела, что чужое "надо" перестало работать окончательно и перестало быть для меня мотивацией. Я стала ориентироваться в первую очередь на себя.

Я обрела терпимость и спокойствие. Это не значит, что раздражения ушло навсегда, нет. Оно до сих пор появляется, но я к этому отношусь совсем по-другому и действую иначе.

Я наконец почувствовала себя. Воспарила над всей своей жизнью, а не только над отдельными ситуациями. Стала спокойным наблюдателем без бури ослепительных эмоций. Стала архитектором своей жизни.

Я перестала бояться жить!!!

[Ссылка на дипломную работу Малиновской Ольги в авторском стиле](#)

Автор:
Мартынова Елена
Супервизор:
Моторная Лариса

Тема:
Нейрооко как элемент нейрографики. Техника
Нейрооко. Особенности, исследования, эффекты.

Введение.

Нейрографика Павла Пискарёва, на сегодняшний день, является одним из самых популярных методов решения задач, и эта популярность растёт с каждым днём.

Современное общество, живущее в условиях постоянного стресса, несомненно нуждается в доступных инструментах решения проблем. Проблемы, которые можно решить с помощью нейрографики лежат во многих плоскостях жизни и деятельности людей. Люди могут использовать Нейрографику начиная с самого раннего возраста и до глубокой старости. В моей инструкторской практике разбег не так велик, но всё же, не мал. На данный момент это диапазон от 7 до 57 лет - полвека. Актуальность темы дипломного проекта обусловлена, огромной скоростью распространения метода Нейрографика Павла Пискарёва, что, в свою очередь, говорит о необходимости развития и расширения метода. Я представляю в дипломной работе свою разработку нового элемента и техники Нейрооко. Нейрооко открывает область новых возможностей в применении Нейрографики. Работа с этим элементом подразумевает формулировку дополнительных рекомендаций по применению Нейроока, как отдельного элемента, так и самостоятельной техники Нейрографики.

Целью моей дипломной работы является исследование нового Нейрографического элемента и техники «Нейрооко».

Задачи исследования заключаются в том, чтобы -выявить особенности практического применения элемента, -раскрыть смысл применения Нейроока, -описать спектр его действия, -систематизировать полученную в ходе исследования информацию, -максимально доступно сформулировать инструкцию к применению, включая противопоказания, -разработать

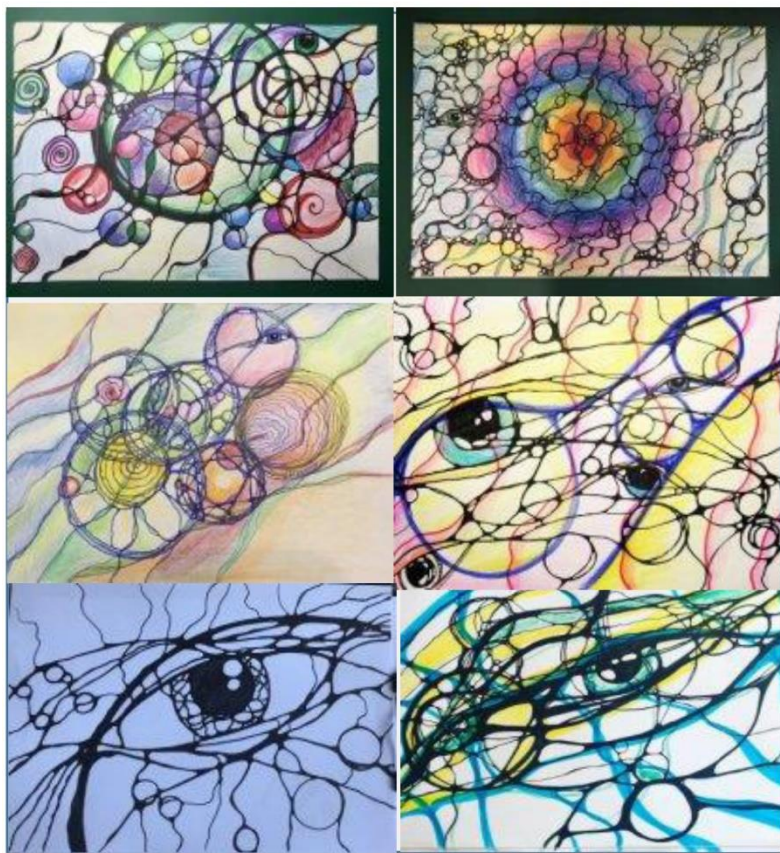
технику, позволяющую внести ясность в запутанные ситуации.

Объект исследования - нейрографический элемент Нейрооко.

Предмет исследования - важные свойства элемента Нейрооко, и особенности его воздействия на состояние человека и/или ситуацию, требующую разрешения, в целом.

Практическая значимость и новизна элемента Нейрографики Нейрооко, обоснована полученными в ходе исследования результатами клиентов. Гипотеза дипломного проекта – я предполагаю, что результатом применения элемента и техники Нейрооко, может стать существенная помощь рисующему, которая заключается в самостоятельном снижении уровня стресса, посредством внесения ясности и понимания происходящего в критическом моменте, а так же определение своей роли, размера ответственности и доли участия в неблагоприятной ситуации.

Теоретически, это могло бы говорить об огромной пользе в сфере физического, психического и эмоционального здоровья человека, в следствии самостоятельного применения техники и элемента Нейрооко.



долгое время ищут пропажу под фонарём.

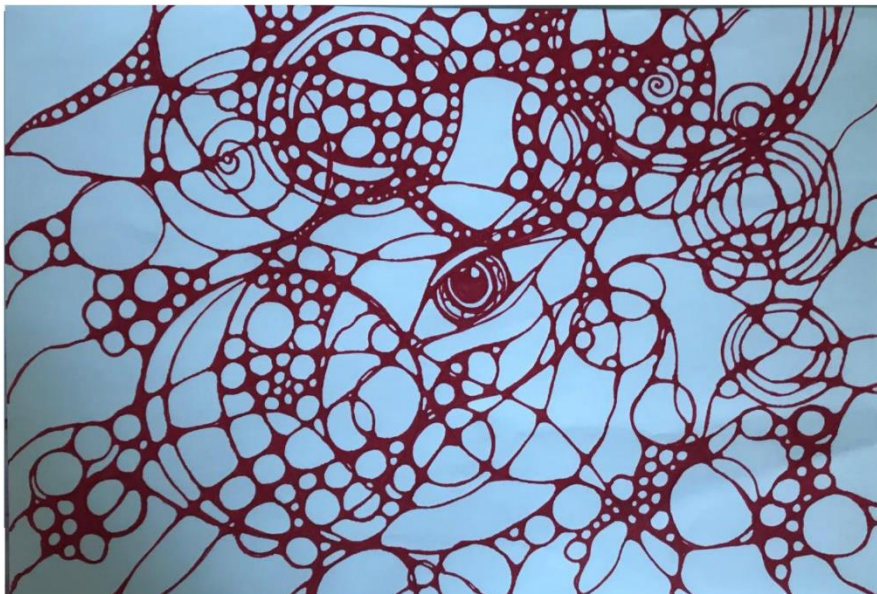
История разработки.

Я заметила появление символа глаза с первых своих работ в нейрографики, весной 2018г.

Он появлялся не всегда.

Как правило, это были запросы, связанные с неясными, запутанными ситуациями. С тем, что я или другие люди не смотрят в сторону ответа на вопрос, а

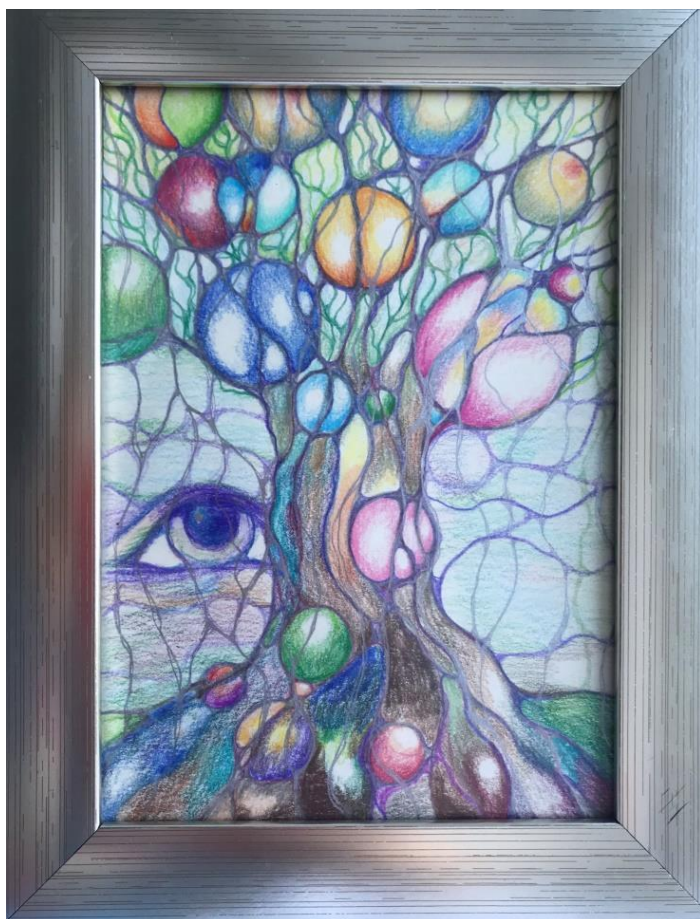
При таких запросах бывает очень неприятное чувство непонимания, отсутствия полной картины происходящего.



Проясняет символ глаза и отношения, в которых каждый имел ввиду что то своё, и воспринял другое мнение, как обидное для себя. Он как будто приоткрывает завесу, показывая, что мог на

самом деле думать другой, чем руководствовался.

Началось всё с моего похода в гости. Из которых я вернулась с неприятным осадком на душе. И он не уходил долгое время. Тогда я села рисовать, и глазки на лист будто просыпались, как семечки. Заканчивая работу, я отследила успокоение от их появления. Будто бы всё встаёт на свои места.



Приходит ясное понимание.

Поэтому, конечно, для меня символ - глаз ассоциирован с тем, что я могу увидеть и понять невидимое. Мотивы, скрытые истинные причины, недопонимание в связи с владением неполной информацией.

Предполагаю, что данная техника подойдёт людям мнительным, склонным себя накручивать тем, чего не было и нет.

Рисовала, чтобы увидеть шаги к цели, когда путь был

совсем неясен.

Итак, к сегодняшнему дню глаз может быть как элементом любой техники, так и отдельной техникой, где он является центральным элементом. Можно сделать выброс про неясность и растаскивая его наблюдать, где хочет появиться глаз.

Много их рисовать не надо. По моим наблюдениям, символ достаточно мощный, передозировка может дать ощущения не из приятных, и открыть то, что не надо было открывать.

Ведь не даром говорят: «Бог сделал человека счастливым, лишив его знания своего будущего».

Человек так устроен, он хочет знать будущее. Осторожнее с этим. Не со всякой информацией можно легко справиться.

Это предупреждение я адресую целителям, эзотерикам, энергетическим практикам.

Предполагаю, что рисуя ситуацию для прояснения, яснее она становится не только рисующему, но и остальным участникам сложившейся обстоятельств.



Как самостоятельно работать с символом Нейрооко.

Определить тему.

Выбрать алгоритм, частью которого будет Нейрооко.

Либо решить рисовать его отдельной техникой.

Тогда рисуем большой глаз из плавных линий уходящих в край листа.

Веки, круг радужки.

В радужку делаем выброс неясного.

Скругляем.

Проясняем добавлением зрачка. Добавляем линий и элементов, которые помогут в решении или которых не хватает в ситуации. То есть рисуем ресурсы и дефициты. Дефициты гармонизируем, ресурсируем, наполняем, соединяем с целью.

Око в центре спирали.

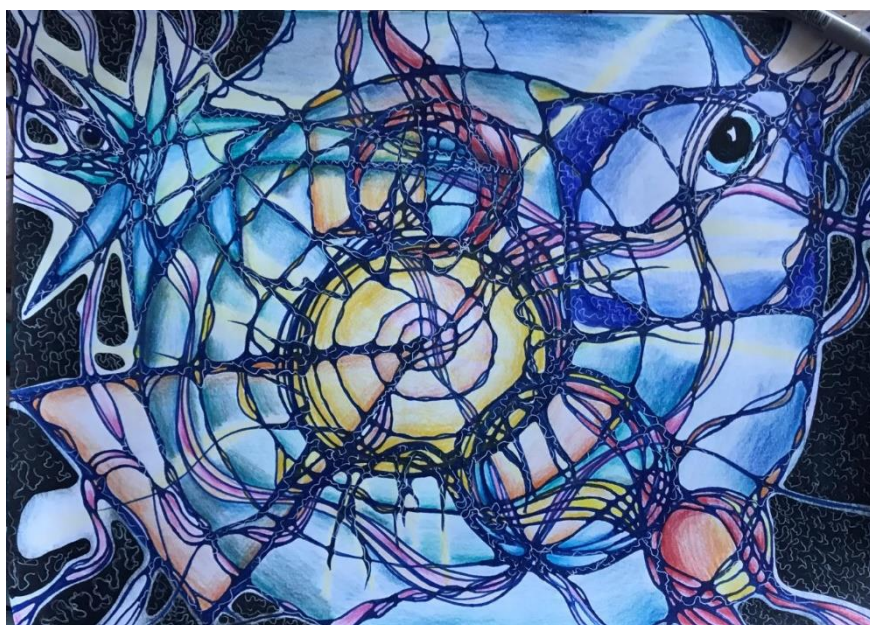
Как благословение в путь.

После прорисовки на А3 наметилось несколько поездок и планов. Сразу, в процессе, даже не дорисовав.



Око в звезде даёт разумное сочетание и рациональное расходование энергий, на пути к цели.

Одним из эффектов явилось то, что я написала диплом быстро.



Классика, око в треугольнике -это про путь в цель, контроль, ясное знание.

План на месяц увидела очень ясно, Распределила текущие дела, причем, не только свои)))



Гармонизация отношений в семье. Прорабатывала с выбросом чувства тяжести, беспомощности, нежелания брать на себя чужую ответственность, которую на меня с удовольствием сваливают при первой возможности... в моем восприятии... очень тяжело рисовалось. Несколько раз бросала без сожаления. Заставила себя дорисовать. Забыла про него, не понравился совсем.



Попался на глаза через сутки и я его перевернула. Дня через два-три поняла, что произошла смена точки восприятия.

Нередко в процессе рисования возникают неприятные чувства. Например тошнота. Тогда, предлагаю Вам ладонью протестировать лист, найти точку наибольшей концентрации тошноты, и нарисовать там Нейрооко с целью прояснения причины неприятных ощущений.



17.09.18 A4

Два вопроса внутри.

Провести эфир первый раз в жизни.

Прояснить для себя видение ситуации с братом.

Начало: растерянность, линии поля как в авн, набираю и смотрю, где будет Нейрооко.

Скругляю всё вокруг того места, где будет глаз, будто берегу его от острых предметов.

Ощущение что я чего-то жду. Жду его появления. Оно приходит на благоприятное ухоженное место, зная что его ждали. Когда ещё нет зрачка и радужки ощущение полного тумана. Рисую радужку, будто прохожу в большие ворота. Потом зрачок, внутри зрачка мой личный космос, моя душа, мой мир, моя энергия. Это пространство, в котором есть ответы на все вопросы. Жарко, голова гудит, зрачок черный, крашу, создавая глубину и

ухожу в неё. Приходит понимание. Заметила, что вопрос изменил формулировку в связи с ответом, пришедшим на него. В целом ясно, но как?

И тогда приходят линии радужки, рисую скругляю. Голова гудит, как от большого объема информации. Глаз большой. Вышла в инф поле, и оно будто вода глубокая давит.

Линии поля добавляю скругляю.

Напряжение в теле, как у спортсмена. Будто бегу. Пока рисовала два человека решили повисшие важные вопросы и отписались мне.

По ощущению, картинка сильная. Появилось несколько кружочков. Уравновешивают. При проработке линий поля когда от центра вверх- в мыслях будущее.

От центра вниз, ощутила, как уходит груз тяжелых мыслей.



А3 20.09.18

Око с эфира – презентации элемента.

Рисовала продвигателей. И выходы в эфир регулярно.

Во время рисунка были моменты расфокусировки, тепло, онемение в руках, закончила рисовать в ресурсе.

Результат: списались с теми, кто пропал, назначили сроки.

По эфирам: пришла ясность какие именно 3-4 темы следующих эфиров.



Наблюдения в процессе исполнения техники.

Глаз состоит из век, радужки и зрачка.

Если глаз без хрусталика - напряжение нарастает. Эффекты по срокам абсолютно разные.

Иногда в процессе рисования.

Иногда через неделю.

Чаще плавно, без каких-либо острых ощущений, доходит до сознания что-то важное. У меня и у ряда моих клиентов, оно доходит, как что-то простое, само собой разумеющееся, и возникает вопрос: «Как я раньше не догадалась?!» При рисовании Нейроока в острой ситуации - снижается острота, уходит напряжение, приходит понимание ситуации, меньше накручивания. Меньше набора или перетаскивания на себя причин произошедшего.

Когда рисуют Нейрооко в ситуации ступора, застоя, видят путь, конкретные направления, в которых нужно двигаться, и в этих направлениях движение будет максимально естественным, без преодолений себя, гармоничное. Описание

Рисунок в технике Нейрооко.

Запрос на помощь во всём от партнера.

Очень медленно рисовалось, оставила на неделю не забрала с собой.

Наблюдаю изменения.

Итог приятен))) забота, внимание, кажется больше, чем раньше.

Но не постоянно. Местами. Это и нормально.

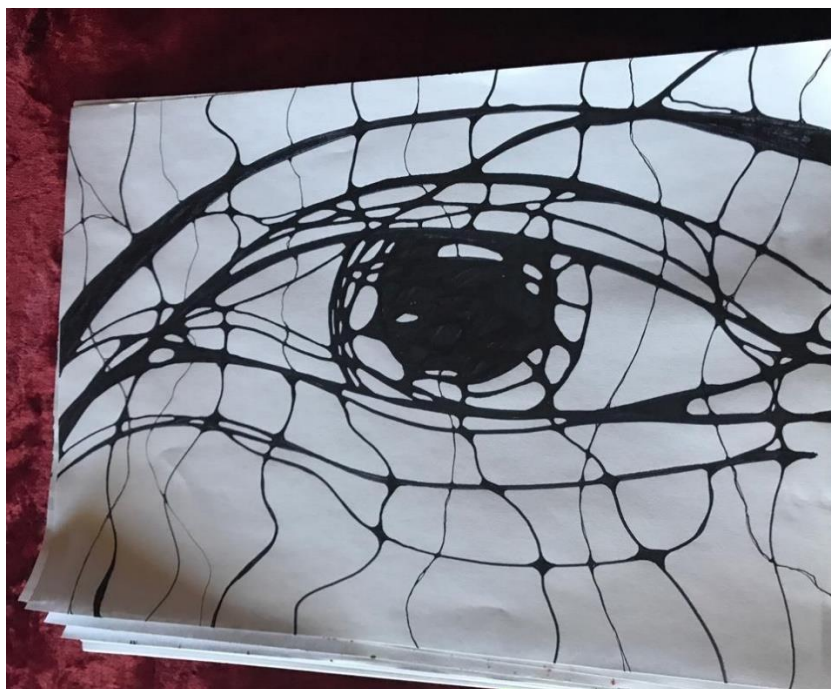
Закончу- посмотрю. Понимаю что много страхов вскрылось рисунком, и моих и партнёра. Прошлый опыт иногда бежит впереди нас.

Закончила. Мне спокойнее думать на тему запроса. Ощущение, что суть в другом. Не в соответствии общепринятым шаблонами о построении совместного быта и т д. Напоминание о том, что у каждого свой сформировавшийся уклад. И наши отношения сложились так, как я и просила- для души. Это оказалось непривычно. Но это именно то что я просила. Сместился фокус внимания со второстепенного на главное.

И, хотя, второстепенное тоже очень важно, главное всё-таки важнее.

Главным можно считать внутреннее состояние радости, которое мы друг другу даём.

Видимо ситуация дана, как именно этот урок.



Описание одной из первых работ.15.06.18.



Про гости.

Очень неприятно было рисовать и делать выброс и чувства усиливались, привкус железа во рту Много глаз образовалось.

Через несколько дней пришло понимание стратегий поведения некоторых гостей.

Сделали расстановку участникам неприятной ситуации. Эффект мгновенный: улучшение отношений в паре.

Через некоторое время источник неприятности написала мне и я смогла объяснить корректно и доходчиво то, что раньше она не хотела слышать.

Прошел месяц - опять просьба о помощи оттуда, пусть корявая, но!!! Это человек который молчит по году. А тут вдруг разговоры напали.

Конечно с некоторыми защитными понтами, но!!! Опять они всё выполнили, о чем я говорила.

Ясность в моей голове по поводу восприятия травмирующего воспоминания превратилась в рациональное видение ситуации с минимумом эмоций. Это очень облегчает жизнь.

Техника Нейрооко.

Внимание и спокойствие в оке.

Будто оно хочет понять. И глядя на причину, принимает реальность как есть.

Запрос на тему отношений.

Горизонтальные линии поля образующие ложе для ока.

Легло неудобно. Но именно тут оно должно быть. Веки есть. Прорисовав, столько раз, только сейчас понимаю, что прошлое - нижнее веко.

Скругляя вижу причины происходящего. Очень много страхов, опасений, самосохранения.

Будущее - верхнее.

Намерение- рисовать именно будущее, оставив прошлое на своём месте. Не тащить его с собой, как чемодан без ручки.

Радужка - настоящее.

Выброс в радужке на тему работы. Скруглила и соединила с контуром.

Тяжело иногда давалось.

Вспоминались конкретные моменты прошлых отношений, поняла что боюсь их, и тащу свой страх в настоящие отношения, провоцируя повторение.

Увидела страхи партнера. Его состояние.

Нарисовала линии поля и просто линии с названиями: взаимопонимание, поддержка, любовь, близость и др.

Зрачок суть момента здесь и сейчас. Рисую. Начинаю понимать смысл темы запроса. Ответ виден. Я бы даже сказала очевиден. В первую очередь быть собой.

И только потом быть для другого.

Даже если это очень ценные близкие отношения. Сначала я сама. Потом он. Линии поля разной толщины.

Хочу есть и спать.

Интересный опыт:

Сын, уезжая на учебу испытывал сильные неприятные ощущения. Пытались понять, с чем это связано. Мысленно сделала выброс, скруглила. И меня накрыло через день такой же тошнотой. Вот продолжаю мысленно растаскивать, добавила Нейрооко.

Который раз наблюдаю, что это работает. Дело в том, что последние полтора года мне очень тяжело собираться в дорогу. Собрать чемодан – мука страшная.

Эффекты: последние два раза сын уезжал намного легче.

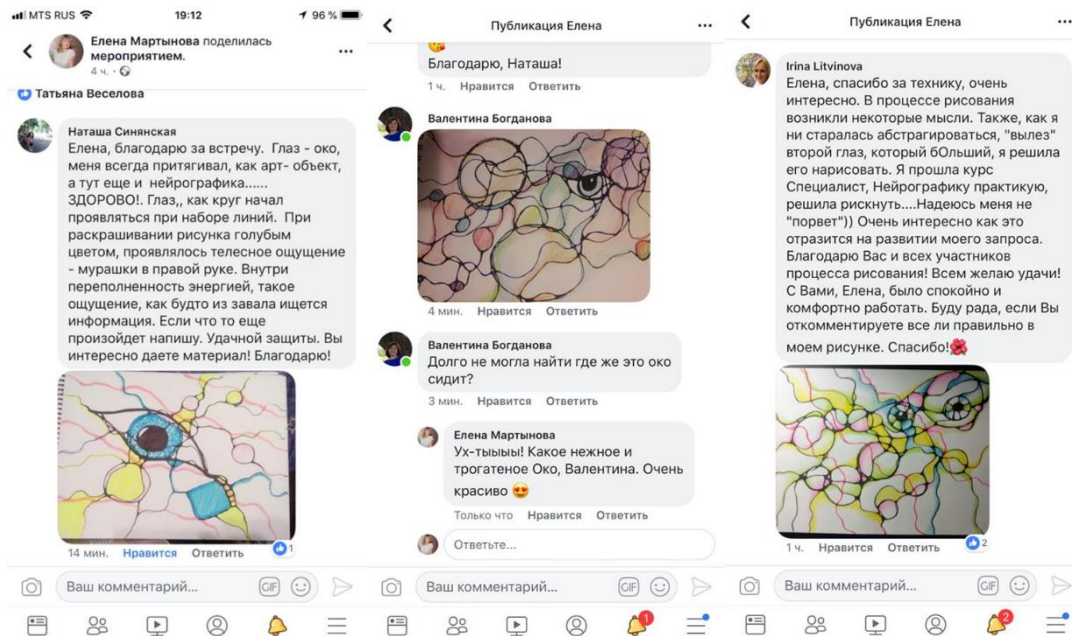
Я тоже по себе заметила лёгкость на подъем про сборе чемоданов. Это радует.

Око явилось на линию времени.



Ближайшие 12 лет я под присмотром Высших сил)))

Нейрооко в исполнении участников эфира



Нейроока Кейс пользователя НГ Светланы Темновой.



Проработка Светланой тяжелого события в жизни, с помощью Нейрографики. Не планировала Нейрооко, отработывала после группового занятия алгоритм Цель-достижение-результат. Неожиданно появилось Око. Напугало. Но потом прояснило, в каком направлении еще поработать и на какие ресурсы в жизни опираться.

Тема: Почему мне очень тяжело дается развод с мужем?

Когда я нарисовала Нейрооко, то сразу в центре на листе появился круг в треугольнике. Стало тяжело дышать, упало зрение. Под Нейрооком появился круг, как нарыв- ячмень- боль. Слева сразу захотела нарисовать круг и обозначила его- муж. Сразу закрасила этот круг и круг- ячмень красным цветом.



Было тяжело сидеть. голова болела.

Но посмотрев на Нейрооко, справа захотелось нарисовать круг- себя, сына, внука, сноху, родных, моего потенциального мужчину. И закрасить все

радужно-ярко и красиво. Стало очень легко на душе. Через фигуры себя и моих родных я провела луч любви и тепла, как бы соединяя нас всех.

Мне очень приятно. вокруг фигуры мужа я все закрасила серым и унылым. Это уже прошлое. Предательство мужа и все плохое уже в прошлом.

А меня ждет только хорошее. И со штампом в паспорте о разводе я просто закончу этот период жизни и начну новый, в котором меня ждет счастье. Мне очень легко и спокойно.

Нейрооко. Тема: как пережить тяжелый развод с мужем? Как жить дальше?



Первым на листе появился круг. Это Я. затем нарисовала Нейрооко и задала вопрос. Он звучит в теме.

Сразу упало зрение, заболела голова, затошнило.

И я начала рисовать много кругов такого же размера, как мой.

Это мой сын, внучек, сноха и ее родители, моя любимая работа и любимое творчество, пошив красивой одежды, мои друзья, мой потенциальный любимый мужчина.

Через все эти круги я провела сильные линии любви и тепла. Они пошли снизу слева вверх.

Мощные теплые линии.

Мне сразу стало очень приятно, хорошо и спокойно. Прошла головная боль, зрение стало хорошее. Я сразу начала закрашивать эту половину рисунка радужными цветами.и много желтого.

В стороне слева появился круг- муж. Он был маленьким. Я сразу закрасила его красным цветом. Вокруг него- небольшой участок серого,

переходящего в коричневый. Затем в желтый. Мне хотелось эту часть рисунка быстрее закрасить и больше не возвращаться туда. У меня не было ни зла, ни ненависти, ни обиды к этому кругу. Просто он есть и все. А вот весь остальной рисунок я закрасила солнечно-желтым с радужными кругами. Это как радость в моей жизни, которая у меня есть не зависимо от развода с мужем.

На душе хорошо и спокойно. Рисунок просто радует меня!

Три рисунка. 27-28-29 октября.

Все настолько разные!!!! Первый самый тяжелый.

Сегодня уже радужно.

Заключение.

По результатам проведённого мной исследования на предмет изучения эффективности применения элемента и техники Нейрооко в критических жизненных ситуациях, можно с уверенностью говорить о таких эффектах, как: -стабилизации эмоционального состояния, -восстановление способности принятия решений из взрослой позиции, -ощущение ясности решения трудного вопроса, -понимание ранее непонятных моментов, и, как следствие, обретение спокойствия и уверенности, -развитие способности видеть и чувствовать стратегию пошагового выхода из кризисных ситуаций, за счёт полученного в процессе применения Нейроока нового видения, смены точки зрения, расширения фокуса восприятия, обнаружения невидимых ранее важных деталей и обострения собственной интуиции.

Таким образом, гипотеза о пользе применения техники и элемента Нейрооко для физического, психического и эмоционального здоровья человека, нашла своё практическое подтверждение.

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

Автор:
Мартынова Ирина
Супервизор:
Кучинская Анна

Тема:
Нейрографика и МАК - двойной эффект воздействия на трансформационные процессы.

НейроДорога к Себе. От Пользователя до Инструктора Нейрографики.

Я - Человек, влюбленный в Жизнь!

Преподаватель по профессии, Художник по велению Сердца.

Я люблю раскрашивать Жизнь красками.

Делала это всегда, сколько себя помню. Когда училась, переезжала в неизвестную) страну, поднимала детей...когда 25 лет назад учила язык в новой стране и пока работала на уборках, когда сдавала экзамены и начинала работать в израильской школе, когда занималась бизнесом и выступала перед тысячной аудиторией, когда имела смелость уходить "в никуда" и начинать не в первый раз сначала, когда начинала работать с людьми, помогать, мотивировать, вдохновлять и сопровождать.

Я всегда стараюсь находить во всем

Свет, Любовь, Надежду, Радость и Веру.

В новой пустой съемной квартире нужно прежде всего вешать шторы и покупать яркие цветы. Серые цвета интерьера и будней разбавлять яркими красками новой подушечки на диване или 15-ти минутными посиделками на море.

Краски ! Краски Жизни! Это то, что я всегда создавала и создаю вокруг себя и своего окружения.

Когда Ученик готов - приходит Учитель.

Вот так и пришла в мою Жизнь яркая, сильная, завораживающая и в то же время нежная, мягкая и вдумчивая Нейрографика. Я и сама не заметила, как из простого увлечения и рисования по ночам, это стало неотъемлемой частью Меня. Это меняет мою жизнь, жизнь моих близких, жизнь моих друзей и знакомых. Это то, что помогает им и мне, расти, развиваться, двигаться вперед, создавать Реальность под Себя. Создавать на белом листе бумаги именно То место, те события, ту Реальность, в которой нам Хорошо.

То, что мы хотим, и то, что работает! И происходят "чудеса", начинает крутиться то, что давно застыло, улучшаются отношения с коллегами, детьми, любимыми людьми. Приходят ресурсы и решаются проблемы.

Счастье есть в каждом из нас... И только от человека зависит, насколько он будет счастливым, независимо от декораций, условий и обстоятельств....

Можно ли изменить Качество Жизни, не меняя объективной Реальности?

Я с Полной ответственностью заявляю – ДА, можно!

....Я живу в Израиле уже 23 года. Приехала в страну совсем девчонкой, мне было 25, а моему сынишке 5 с половиной и 40 кг багажа на двоих... Многое пришлось пройти в новой стране, учить язык, параллельно подрабатывать, вживаться в незнакомую реальность и узнавать другую ментальность окружающих меня людей. Я люблю учиться, закончила в Израиле много разных курсов. Сменила много мест работы... В 2003 году родила дочь. Изменился, тогда уже привычный образ жизни, немного замедлился ритм, снизился бешеный темп ... Стало иногда появляться время для себя... И время задумываться о том, Кто я, Что я делаю, Куда я иду, Что еще я могу сделать в Жизни?

В то же время, привычные шаблоны мышления, сидевшие прочно в голове с детства, все время выводили меня на стандартные дороги: надо идти на работу, нужна стабильная зарплата, нужна какая-то опора в жизни, необходимо оплачивать счета, кормить детей. Я устраивалась на новую работу, честно пыталась делать ее на все 100% ...и у меня получалось. Что бы я ни делала, всегда старалась делать это от очень качественно и от души. Работала ли я на складе косметологической продукции, в супермаркете на кассе, администратором в медицинском центре или же в бюро по трудоустройству, сопровождала ли туристов, приехавших в Израиль на лечение или служила секретарем в газете.

Я всегда старалась подойти к работе творчески, проявлять инициативу, выходить за рамки..... Но не каждому «руководителю» это приходилось по душе.... Как-то я подсчитала, что за почти 20 лет я сменила 18 мест работы...

В моей жизни был и сетевой маркетинг, я с упоением погрузилась в новый для меня мир, новые правила и новые, как потом оказалось, «рамки»... Человек я очень общительный, контактный, легко вступаю в диалог и довольно быстро мне удавалось создавать большие структуры и неплохо зарабатывать..

Именно в сетевом начался мой путь личностного роста, я открыла для себя новые книги, новые фильмы, новые мысли и новые действия. Именно тогда, в 2005 году, я впервые посмотрела фильм «Секрет» и начала думать о том, о чем и как же я думаю), и о том, как это влияет на мою жизнь... Не всегда было просто, не всегда финансово стабильно, не всегда радостно и легко.... Но, постепенно менялась я, менялось мое окружение, менялись мои цели, мои приоритеты и желания, менялся сам подход к жизни и ко всему происходящему...

Я начала разрешать себе чувствовать по-другому, начала прислушиваться к себе, к тому, что у меня где-то там, глубоко внутри... Мне не всегда это нравилось, потому что это не укладывалось в привычные рамки общепринятого и я не знала тогда еще, как к этому всему относиться... Мои мечты были такими нереальными, что я не всегда позволяла себе даже думать о них....

Тем не менее, лед все-таки трогался... Я научилась проводить презентации и собирать группы, училась продавать, вдохновлять и мотивировать... Мне хотелось учиться, учиться чему-то глубокому и серьезному, чтобы лучше понимать психологию людей, понимать, что движет нами, почему мы поступаем так или иначе, почему иногда никак не можем выйти из заколдованных кругов жизни.... Учиться, чтобы делать лучше то, что я делала интуитивно – организовывала, помогала, обучала, вдохновляла, мотивировала и вела за собой вперед...

Учиться у меня тогда не получилось серьезно... денег на обучение не хватало, я была одна с двумя детьми и, честно говоря, иногда немного унывала от безрадостных, как мне тогда казалось, дальнейших перспектив...

В этот период ко мне «случайно» попала книга Зеланда «Пространство

Вариантов» и ...взорвала мне мозг). Поразила тем, что мне было близко и понятно каждое слово, я ведь именно так и думала, так и мыслила, так и жила.... Я зачитала ее буквально до дыр... И сейчас я понимаю, что это было первым большим камушком в моей дороге изменений...

Я начала позволять себе... творить Реальность.. И радовалась каждому знаку, каждой подсказке и каждому подтверждению того, что у меня получается... Видимо, уже тогда мои свеженькие нейронные контуры начали работать)))

Когда жизнь снова подкинула мне очередную проверку на прочность и я опять решила начать Сначала, уже вдвоем с дочкой (взрослый сын уже жил отдельно, а ей было 10 лет), я обнаружила себя дождливой израильской зимой, в практически пустой холодной квартире без плиты, холодильника и обогревателей)), без средств к существованию и алиментов от ее отца...

Только я. Мои мысли. Мои желания. И моя Сила.

Она проявилась не сразу. Я и в депрессии немножко пожила, и в метаниях между случайными заработками и удаленной работой по продаже украинских тренингов личностного роста с призрачной процентной оплатой виртуальными деньгами.. У меня тогда катастрофически не хватало жизненной энергии, я ушла из сетевого, не смогла фальшивить и вести за собой людей, сама не зная куда и зачем... И тогда я вновь стала задумываться о том, как жить дальше...чем жить...куда стремиться... мне 45... что я могу дать людям? Что-то Свое, уникальное, то, что я знаю, умею, могу и люблю делать лучше всего в жизни... и не могла сама найти ответ на этот вопрос... Я ведь ничего толком не умею...

Я искала отношений.. как и любая женщина... Любви, семьи и тепла....и не искала в то же время, понимая, что сначала хорошо бы полюбить себя, а потом уже посылать запрос во Вселенную... Училась... Училась находить в себе то, за что можно себя полюбить... не находила и снова отправлялась на поиски... Начала работать в школе, вспомнив о своем Дипломе мехмата Киевского Университета. Быт стал потихоньку налаживаться... а я моталась между школой и частными уроками, зарабатывая на выживание...

Сейчас, оглядываясь назад, я понимаю, что мне помог выжить мой оптимизм, помогло то, что я не смотря ни на что, очень верила в то, что где-то там, в пространстве вариантов уже есть Мое решение, есть все то, что я только могу разрешить себе Хотеть и Мечтать... и я разрешала... визуализируя

в голове картины Будущего... отвлекаясь хотя бы так от долгов и постоянной усталости...

И Вселенная отозвалась), столкнув на одном из перекрестков Пространства двух взрослых людей со своими чемоданами прошлых опытов. И мы нашли в себе силы разрешить себе Быть. Быть вместе. И вместе идти через лабиринты, о которых мы тогда еще и не подозревали... помогая и поддерживая друг друга... и не представляя себе, сколько же соломки нам потребуется)...

...А когда я немного «пришла в себя» от скорости происходящих событий, и моя Душа опять стала томиться в ожидании чего-то, опять что-то искать и куда-то стремиться, именно Он произнес слово «Нейрографика».....

И в этот самый момент моя Жизнь разделилась на До и После.)

Я моментально нашла в интернете сайт, видео и мастер классы, уроки и записи каких-то техник... какого-то странного большого человека, утверждавшего, что нарисовать можно Все, меняя тем самым свою Реальность.... И я ему почему-то очень верила. Я ведь это уже делала не один раз, но без маркера. Мне ли не знать!?)

Очень быстро поняв, что все используют какие-то волшебные Алгоритмы))), а я их хочу!, я буквально через пару дней после знакомства с этим чудным словом Нейрографика, начала учиться на курсе Пользователь. Это был октябрь 2017. Мне несказанно повезло сделать свои первые Нейрографические линии под чутким руководством Тани Лобановой, которая меня окончательно влюбила в Нейрографику. Уже после второго занятия и работы «Я – Нейрограф!», я записалась на курс Специалист, еще даже не подозревая, Что ждет меня впереди!

Я просто почувствовала всеми своими активированными нейрончиками, что Это – МОЁ! Но ты же не художник, немедленно вступал в спор мой внутренний критик...куда ты лезешь? Ты видела, Какие у них работы?...ты же не психолог, как многие на прошлом курсе, куда ты? Сиди, рисуй... балдей, твори себе тихонько по ночам, в перерывах между проверкой контрольных и домашек.... и не лезь туда....

А я лезла))) Мне Очень хотелось... внутренний голос подсказывал мне, что мне туда очень надо! Ну и что, что все мои друзья, получая мои «картины» по телефону реагировали подмигивающими смайликами, типа..

Ну-ну... ты «художник», ты так видишь!)))

Я продолжала и продолжала... спала по 4 часа в сутки, потому, что каждая работа занимала три-четыре часа.... Прибегала с работы и продолжала.... Когда осенью Павел Пискарев приехал в Израиль с тренингом, я, конечно же, была там и, перестав дышать от волнения, показывала ему свои работы, задав лишь один вопрос: а можно ли мне, Не художнику, пойти учиться на Инструктора?))...

Я сейчас смотрю на те свои работы с большим умилением и нежностью. Я не выбросила ни одну из них... Они для меня, как вехи Пути... Как напоминание о том, что все так, как я давно знаю.... Всегда знаю! - Возможно ВСЕ! Мечты сбываются! Если только очень этого хотеть и каждый день делать хоть маленький шаг по направлению к Мечте! ...

Но был еще один, немаловажный нюанс...

Я, конечно же, заглядывала на страничку сайта Института Психологии и творчества, где была информация об инструкторском курсе, с замиранием сердца вчитывалась в каждое слово Программы Курса, смаковала каждую Тему каждого модуля.... Представляла, как я учусь у Самого Пискарева!.... как бы я могла все это рисовать и Как это могло бы помочь тысячам людей, с которыми бы я работала..... доходила до абзаца с ценами на курс и... закрывала страницу... У меня нет таких денег... Я не могу себе это позволить... я могу, возможно, пометать об этом... но как же я смогу это оплатить, думала я постоянно....

Но с каждым новым Нейрографическим рисунком на курсе Специалист, под чутким руководством Светланы Сафоновой, менялись мои мысли, прорисовывались новые линии, активировались Другие нейронные связи... Я рисовала НейроДрево Изобилия, я рисовала другое Качество Жизни... я разбиралась с причинами, останавливающими меня, превращала их в новую энергию созидания и действия, находила новые ресурсы, фантазировала об Эффектах, которые могу получить в Будущем.... Мечтала, как может измениться моя Жизнь... И однажды, я задала себе Свой Любимый Вопрос: А что, если? ...

А что, если это сработает?... А что, если Нейрографика действительно сработает так, как я ее чувствую и верю в нее? А почему бы мне не позволить Этому Произойти? И я решила идти на Все! Все, что я могу... и все, что я не могу))

Я взяла дополнительно курс Линии Времени, прорисовывала каждую деталь, переслушивая бесконечное количество раз записи и конспектируя каждое слово Мастера. Я взяла курс Спирали и вся моя квартира была в Спиралях! На материализацию, на расширение, композиции из Спиралей, Торсионные поля спиралей, танго Спиралей... я не хотела долго спать... у меня не было на это лишнего времени, у меня рождались новые идеи и новые спирали)))

И у меня получилось! Деньги, конечно, не упали на меня с неба и я не выиграла в лотерею, но они пришли ко мне из совершенно «неожиданного» источника ! И я смогла! Я смогла оплатить весь курс одним платежом!

Я буду Инструктором Нейрографики !

Я – Инструктор Нейрографики!

Я пишу это сейчас, в день нашего последнего занятия на инструкторском курсе и плачу от счастья! Круг замкнулся! Я СДЕЛАЛА ЭТО! Я прошла 9 месяцев титанического труда, бессонных ночей, иногда и слез, иногда и порванных работ и поломанных маркеров.... Километры нейронных контуров Счастья и Любви, километры Радости и Удивления, Открытий Нового и Неизведанного, прошла Путь к Своей Мечте и теперь опять могу сказать

– Мечты Сбываются!

Надо. Очень. Сильно. Верить!

Нейрографика и Метафорические Ассоциативные Карты - двойной эффект воздействия на трансформационные процессы

Уже в процессе обучения у меня появились и новые Мечты, новые Цели и интересы, связанные с нейрографикой и с моей новой Жизнью! Я разрешила себе заниматься только любимым делом, разрешила довериться самой себе и близким людям и безмерно благодарна за поддержку и понимание.

Полгода назад в мою жизнь вновь пришли Метафорические Ассоциативные Карты - безопасный, яркий, эффективный инструмент работы с подсознанием. Меня всегда привлекало в них то, что это отнюдь НЕ обычные картинки, сюжеты, абстракции, слова... - каждая карта создает

уникальные личные ассоциации, каждая – приглашает в работу нашу интуицию, опыт, наше бессознательное...

МАК сегодня это современный и очень популярный инструмент для всех, кто интересуется личностным ростом, а также для профессионалов помогающих практик: ведущих групп, психотерапевтов, психологов, социальных работников, тренеров, коучей и многих других. Метафорические карты используются как индивидуальные проективные практики, в коучинге, консультировании, арт-терапии в работе с детьми и в группах. Все ответы есть уже в вашем подсознании. И карты — это дорожка к ним.

Я и раньше работала с ними, мне очень нравился сам принцип работы с подсознанием через карты, а тут мои нейронные локаторы, постоянно настроенные на вибрации Вселенной, активно зашевелились, подсказывая новые интересные пути взаимодействия нейрографика и МАК. Ведь и с картами, и в нейрографике мы работаем с похожими запросами:

Принятие решения из нескольких возможных, проработка дилемм
Работа с неуверенностью в себе
Избавление от зависимости и созависимости
Улучшение отношений (романтические, семейные, дружеские, с коллегами...)
Поиск своего предназначения
Развитие право-левополушарного мышления
Развитие спонтанности и творческих возможностей
Выявление программ, мешающих привлекать и получать большие деньги
Выявление преград или блоков, мешающих достичь цели
Определение, «планирование» и исполнение своей мечты, и шаги, необходимы для этого
Работа с внутренними конфликтами и противоречиями
Преодоление и освобождение от собственных психологических барьеров
Терапия соматических проявлений, улучшение самочувствия, поднятие энергетического тонуса
И многое другое....

Сегодня в профессиональном и любительском «обороте» находятся сотни различных колод МАК карт. Каждая из них – особенная. Среди МАК карт есть колоды-универсалы, есть и инструменты, которые «заточены» под определенный запрос, определенную возрастную, социальную, профессиональную, культурную и даже гендерную аудиторию...

Я прошла несколько дополнительных курсов по работе с МАК у

специалистов в Израиле, уже по-другому воспринимая всю глубину помощи, которую может оказать клиенту такое «содружество» и начала пробовать. Сначала сама, потом с друзьями, потом с клиентами.

Поначалу, я использовала МАК для актуализации Темы, запроса клиента, предваряя тем самым начало работы через нейрографический рисунок. ...

С помощью 10-15-ти минутного расклада карт, происходит активация нейронов головного мозга, участвующих в работе над запросом. Прорисовывая потом найденные варианты развития событий, было гораздо легче работать. Я пробовала различные варианты. Сначала – расклад карт, потом работа через Нейрографику. Второй вариант – начало работы через Нейрографику и помощь карт в процессе работы, особенно, когда тема касалась ресурсов или конфликтных ситуаций, иногда коммуникаций, гармонизации отношений и т.п.

Но очень скоро, мне захотелось сделать эту технику еще более эффективной и буквально врисовывать решение в жизнь. Тем самым, прорисовывая новые нейронные связи, и вписывая карту, как часть решения, как ресурс для достижения цели встречи – решения запроса клиента, получения новых осознаний и закрепления их на листе, а значит и в жизни. Иногда, даже если это требовало дополнительной встречи и второй работы по данной теме.

В этот момент на помощь пришла моя Куратор Аня Кучински. Под ее чутким руководством и с ее легкой руки родилась идея новой техники, которую я назвала #нейроМАК и дорабатывала пару месяцев. И сейчас продолжаю работать над этим ...

Клиент сам находит место на листе для фигур, обозначающих себя, свою задачу, карты (как ресурса или как промежуточного решения) и того эффекта, который хочет получить... И мы вместе составляем композицию на листе, вместе активируем ситуацию Нейрографическими линиями, если необходимо, преодолеваем сопротивление, делая выброс на определенную тему. В процессе работы я осторожно веду клиента по всем пунктам Базового Алгоритма к завершению работы и фиксации желаемого результата, как в обычной Нейрографической коуч -сессии.

Я заметила и проверила не один раз, что клиентов очень привлекает такой метод работы. Помогает 10-15 минутная «разминка», актуализация

Темы встречи с помощью карт. Очень легко растопить первый лед, наладить контакт, снимается необходимость клиента говорить от первого лица, идет разговор от имени карт, от имени героев (в зависимости от колоды, которой я пользуюсь).

В процессе самой Нейрографической работы вызывает интерес «элемент Игры», когда карта кладется на лист и клиент сам вписывает ее в рисунок, в свою ситуацию и в свои решения. Клиенту нравится ощущение дополнительной силы, помощи, которую он получает. В процессе работы (рисунка) нравится доставать из своего подсознания новые и новые ассоциации по карте, при этом размышляя вслух и опять актуализируя Тему. При этом, рисуя все новые Нейрографические линии во время работы, клиент, тем самым, получает двойной эффект от происходящего.

Клиенты отмечают, что работы продолжают «разговаривать» с ними и после завершения работы. Они помнят, где именно была карта, как она выглядела, что символизировала для них, о чем мы говорили и какие ассоциации возникали тогда... Помнят необычность такой сессии, свои новые ощущения и новые впечатления от завершенной работы. Отмечают воодушевление и сильное эмоциональное удовлетворение от проделанной работы.

Техника будет, конечно же, дорабатываться и получать новые оттенки и новые вариации. Но уже сейчас, могу с уверенностью сказать, что синергия Нейрографики и МАК позволяют клиентам достигать отличных результатов.

Фото и описания работ и коуч сессий с использованием техники #нейроМАК – в отдельной презентации.

Ссылка на презентацию дипломной работы:

<https://drive.google.com/file/d/1TuiXJpW4JuX3eNSj-JXna8wg6IUwIeUs/view?usp=sharing>

Ссылка на презентацию коучинговой части работы:

https://drive.google.com/file/d/1ED8RgRjRk-tZVpPePkrfKAs9_qH2zAMi/view?usp=sharing

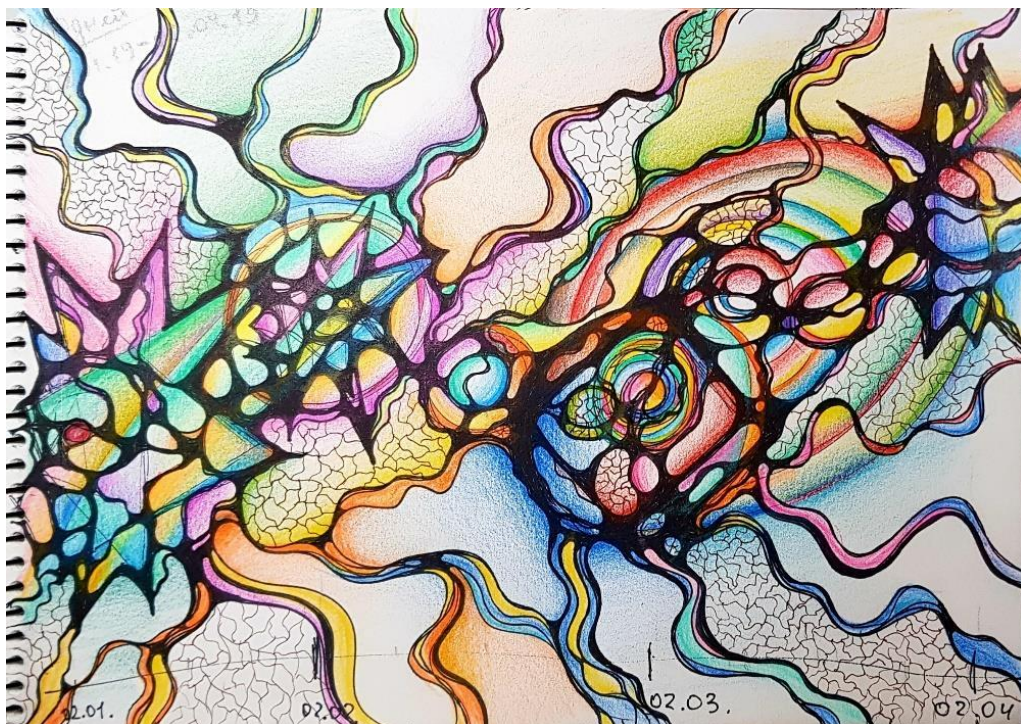
[Ссылка на дипломную работу Мартыновой Ирины в авторском стиле](#)

Работы Мартыновой Ирины

Тема: я – инструктор НГ. Я и мое дело в декабре 2018



Тема: Планирование события – обучающая программа на 3 месяца



Автор:
Мацкина Эллина
Супервизор:
Сафонова Светлана

Тема:
Разнообразие Нейрографической Мандалы.

Вводная часть.

Чуть больше года назад познакомилась с Нейрографикой. Сначала начала смотреть свободные для доступа ролики, пытаюсь понять и рисовать. Очень понравилось, как Мастер- Павел Пискарев, преподносит, излагает и рисует. Не Влюбиться в Нейрографику было невозможно, с каким энтузиазмом, интересом и как чётко Павел преподносит материал. Стала рисовать каждый день. Я человек увлекающийся, много лет занимаюсь вязанием, вышиванием, декупажем, причём не копирую работы из каких-то источников, а все работы придумываю и создаю сама. Когда-то ещё и лепила из специально приготовленного теста настенные «тарелки», разукрашивала и покрывала лаком. Они до сих пор хранятся у моих друзей и знакомых. Не много отвлеклась от темы.

Несколько лет назад увлеклась чтением разной литературы о позитивном мышлении, самореализации. Прочитала достаточно много книг Джо Витале, Ронды Берн, Майкла Дули. Несколько книг по Каббале Йегуды и Майкла Берг. Очень нравятся книги Паоло Коэльо. В общем, как-то мое мышление стало разворачиваться в сторону духовность, гармоничности и самопознания.

И все одно к одному. Со мной случилась Нейрографика. Как я уже писала рисовала по бесплатным видео. А через какое-то время поняла, что мне этого мало. Стала искать, где я могу поучиться у профессионалов. На Facebook нашла много полезной информации. Поняла, что начинать надо с курса-Пользователь. После прохождения которого получила хорошие базовые знания и навыки. И все-таки хотелось большего. Учítывая, то что я никогда не рисовала, решила вспять курс Нейрографическое Моделирование, которые очень профессионально провела Анна Казаринова. Если честно, мне было очень тяжело. Но я все таки его завершила и получила сертификат. Дальше больше- Нейромандала и Сакральная геометрия с Аллой Зубаковой, тоже какое-то чудо. Столько нового, интересного узнала. И с каждым курсом

понимала, что хочу учиться больше.

И тут судьба свела меня с человеком, влюблённым в Нейрографику всей душой - Ритой Шварцман. Мы с ней вместе рисовали и много говорили о предмете нашего увлечения. Я решила взять курс специалист, который провела замечательный человек, профессионал- Светлана Сафонова. Не могу сказать, что было легко, потому что кроме рисования надо иметь хоть малейшее представление о психологии. Когда-то в мед. Институте у нас был небольшой курс, но это было давно и многие забылось. Поэтому приходилось много читать литературы по психологии. И все мне это очень нравится. Многие мои друзья и знакомые заметили какие- то перемены во мне, стала вроде более собранной, спокойной, рассудительной. И могу чётко отметить, что с момента начала занятий НГ, на многие вещи стала смотреть позитивнее, если раньше высказывала свою точку зрения или мнение сразу же теми словами, которые приходили на ум, то сейчас, сначала вдохну-выдохну, а потом говорю. И случающиеся конфликтные ситуации рассматриваю более позитивно и стараюсь отрицательные вещи переводить в положительные. Гармонизировать себя и окружающее меня пространство.

Через какое-то время, когда я готовила работы для сертификации на Специалиста, возникла тема организации школы Нейрографики у нас в США, где я живу более 20 лет. Проект грандиозный. Но ведь для этого нужно было решиться пойти на Инструкторский курс. У меня было столько страхов и сомнений, боязнь не хватки времени. И всяких других причин. Но мой муж, сказал, что если мне нравится то чем я занимаюсь в последнее время с таким энтузиазмом и упоением, то надо идти и учиться дальше. Здорово подтолкнула Рита, с идеей школы. Светлана Сафонова поддержала, я тогда у неё ещё брала курс Цель. Достижение. Результат. За что им всем большое спасибо.

И вот я на курсе. Я давно не жила в таком напряженном ритме. Дом, семья, работа. И учеба. Иногда приходили мысли, да зачем мне все это надо, но тут спасал АСО, который я достаточно часто рисовала и рисую. В голове столько мыслей, идей, проектов. И не меньше страхов и неуверенности в себе. Как все распланировать, успеть. Знаю, что есть у меня плохая черта, все оставлять на последнюю минуту. Борюсь с этим, иногда ругаю себя. Но занятия НГ, все- таки сделали меня более организованной. Пытаюсь не ругаться с собой, а договариваться.

И какой же всесторонне развитый, умный, грамотный и бесконечно добрый наш Мастер. Как правильно спланированы его уроки, как чётко

даётся им информация. Пирамида Развития- это чудо какое-то. Её можно применять во всех сферах жизни, а НГ только улучшает её качество, понимание и использование. Квадраты Мета модерна и принципы их применения, сейчас становятся для меня неотъемлемой частью моих мыслей, дел и рисунков. Постоянно восхищаюсь Ириной Рождественной и ее Коллайдером. Как замечательно она ввела, по крайней мере меня в коучинг, с которым я вообще не была знакома и который полюбила всей душой. Ирина Зеленская, настолько отзывчивый и добрый человек, что просто нет слов. И ее Компас Развития настолько глубоко разработанная методика, со великолепным знанием психологии и её применении в НГ, что понимаю сколько ещё надо учиться. А самое главное, что хочу это делать. Отличный вебинар провела Светлана Сафонова по Компетенциям МААК и коучинговой моделью «Дракон». Все изложение шло настолько доступно гладко, что вопросов практически не возникало.

Я конечно, понимаю, что у меня много пробелов в психологии, философии, коучинге. Но я не собираюсь останавливаться на достигнутом. Я может быть и не такой активный член нашего сообщества и плане популяризации и преподавания НГ, я начала делать только первые шаги в преподавании НГ. Но я рада и счастлива что, принадлежу к нашему сообществу Нейрографики.

Основная часть.

Мандала один из основных сакральных символов в буддийской религии, мифологии, ритуальный предмет. Существуют различные версии перевода- колесо, кольцо, орбита, шар, пространство, общество и т.д, которые в целом сводятся к понятию круглого. Символ, возникший в индийском Буддизме, был развит и понятие мандалы пришло к более поздним, разным вариантам северного буддизма(махаяна, ваджраяна, тантриум), в Тибет, Центральную Азию, Китай, Монголию, Японию.

Наиболее универсальная интерпретация мандалы- модель вселенной. Объектом моделирования мандалы стали некие идеализированные параметры вселенной, соотнесенные с системой высших сакральных ценностей. Предполагается, что внешний круг мандалы обозначает всю вселенную, как бы очерчивая ее границы в пространстве. Во внешних кольцах могут быть изображены 12 символов-низан, указывающих на непрерывность жизненного потока и моделирующих бесконечность и цикличность времени. В мандале также могут использоваться элементы, указывающие на 8 сторон света. Позже в смысл мандалы стали включать

обращение к высшему разуму, молитвы, посылы, просьбы и т. д. Само понятие мандалы можно считать, как модель универсальной вселенной и как средство достижения глубин подсознания в ритуалах и медитации.

К. Юнг подчеркивал универсальный характер мандалы, как психологической системы, задающий особый ритм, вселенский мир, объединяющий макро- и микрокосмос. И указывал, что идея мандалы была разработана не только разными религиозными системами, но и творчески одаренными людьми.

Мандала выступает символом концентрации сознания и преодоления границ.

К. Юнг говорил-Мандала позволяет погрузиться в бессознательное и достичь внутренней целостности. Она помогает «навести порядок» внутри психической Вселенной человека.

Мандала-это не просто образ или изображение, служащее для медитации. Это универсальный принцип, применяемый во всех областях жизни. Принцип мандалы открывает путь к преобразованию беспорядочных структур в гармоничные структуры просвещения и достижение самости.

Как мы знаем, конструкция мандалы используется во всех мировых культурах. Мандала- символ медитации, включающая в себя круги, треугольники, квадраты, лепестки. При создании мандалы происходит соответствующая настройка сознания, которая способствует открытию тех или иных способностей человека. Мандала- это целостность, модель структуры жизни, космическая схема, говорящая о нашей связи с бесконечным миром и бессознательным, как внутри нас и наших умов, так и во вне. Мандала проявляется во всех сферах нашей жизни, как в материальной, так и в духовной.

Возвращаясь к К. Юнгу, который внёс огромный научный вклад в изучении мандалы, хотелось бы отметить некоторые выводы к которым он пришёл, изучая мандалу и рисуя ее. Мандала отображает внутреннее состояние человека на момент рисования. Он использовал мандалу для фиксации психической трансформации и пришёл к выводу, что с помощью рисования мандалы можно проявить уникальную индивидуальность человека, побороть страхи, развить способности, прийти к гармонии, заглянуть «внутри себя».

О мандале можно писать и говорить бесконечно. Но исходя только их

вышеизложенного, можно легко понять, что МАНДАЛА не могла не занять достойного места в Нейрографике. Наш Мастер и многие другие профессионалы нашего метода обращаются к мандале и развивают уже нашу уникальную Нейромандалу с большим успехом. Уникальность, на мой взгляд, заключается в том, что мы очень тесно можем связаться со своим бессознательным, получить откровения, о которых не предполагали, зарядиться энергией вселенной, сгармонизировать свои чувства и мысли.

Проведя достаточно большое количество времени рисуя Нейромандалу, в различных ее интерпретациях, я не смогла не полюбить этот модуль. И решила сделать это темой моей дипломной работы.

Раздумывая, о том, что же я могу привнести нового в этот модуль, я просмотрела много работ своих коллег, каждая из которых по-своему уникальна. Кроме того это такой удивительный инструмент для раздумий и медитаций, рисуя который происходит глубокое погружение в наше бессознательное, вызывая различные чувства и эмоции.

Основой своей работы я взяла семиуровневую мандалу. И первым что мне пришло на ум попытаться создать Нейромандалу многозадачности. Сначала я расписала пункты по которым буду рисовать. Как мы знаем для работы с многозадачностью можно взять любые задачи, которые волнуют нас в данный момент и которые не связаны между собой. А можно взять большую тему и разделить её на пункты-задачи.

1) Тема. Тему взяла большую, ёмкую- создание школы НГ в США.

2) Разделила тему на составляющие задачи. У меня их получилось 5.

- Команда участников- организаторов школы и распределение их обязанностей.
- Подготовка документов для официальной регистрации.
- Создание интернет ресурсов.
- Создание учебного плана.
- Финансовая часть.

Приступила к рисованию. Нарисовала циркулем 7 уровней мандалы и пронеурграфировала окружности, в центре обозначила саму школу, во второй окружности кругами нарисовала 5 задач. Затем прописала в виде плана, как я вижу выполнение каждой задачи по пунктам. И от каждой задачи нарисовала круги по уровням мандалы.

3) Нейрографические линии. Вводя их проводила соединение задач и

пунктов их выполнений. При этом чувствовала разные ощущения. От некоторых задач линии шли легко и уверенно, от других медленно и с напряжением. Линии выводила в край листа с желанием, чтобы намеченная работа шла гармонично и с наименьшими препятствиями. Линий получилось много, чему я очень рада.

4) Округление. Этот этап дался достаточно легко. Можно сказать, что я его прорисовывала с упоением и достаточно скрупулёзно, стараясь не пропустить ни одного пересечения. Настроение в этот момент было приподнятым и приходило радостное чувство от того, что выполнение всех задач приведёт нас к чему-то большому, а самое главное к совершенно новому.

5) Приступив к интеграции цветом, захотела взять яркие акриловые маркеры, придав этим цветам значение активности и удачи. И о чудо у меня получилась мандала-звезда, мандала -Солнце. Фон за пределами мандалы сделала карандашом синего цвета, цвета неба.

6) Фиксацию провела белым маркером по всей мандале и ресурсам. И она ещё больше засияла радостью и гармонией.

7) При планировании и рисовании данного модуля, создалась если не четкая структура действий, которые надо предпринять при создании школы, но приблизительный бизнес-план. У меня укрепилось чувство уверенности, что мы находимся на правильном пути. Работа предстоит большая, но совместными усилиями мы всего добьёмся.

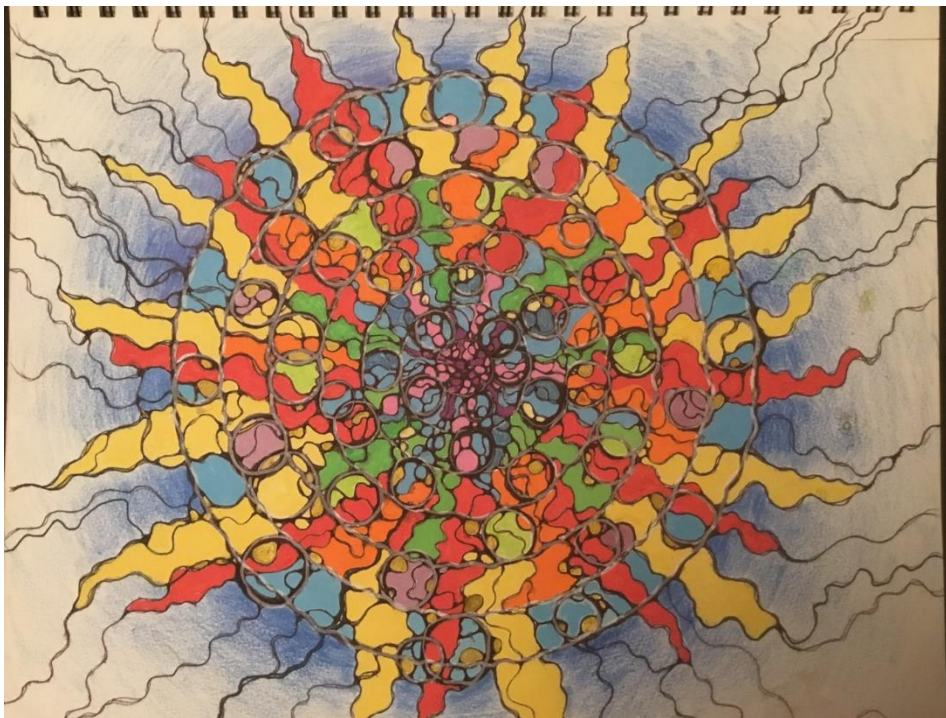
Вот сейчас, когда все это пишу, пришло чувство небольшого сожаления, что не сделала фото этапов рисования этой мандалы. Но зато есть план, как бы методическая разработка этого модуля. Думаю, что этот вариант Нейромандалы можно достаточно широко использовать как модуль для рисования, так и для коучинговой практики.

План рисования Нейромандалы Многозадачности.

- 1) Тема. Задачи.
- 2) Построение мандалы.
- 3) Введение задач (думаю не больше 7).
- 4) Детализируем и вводим ресурсы задач по уровням мандалы.
- 5) Объединяем ресурсы каждой задачи Нейрографическими линиями. И если необходимо, проводим линии объединяющие задачи между собой. Выводим линии в край листа.
- 6) Проводим округление пересечений. (Я люблю округлять по-максимуму, но Мастер говорит, что 80% скруглений тоже достаточно)
- 7) Можно ввести большие фигуры, если кто-то их видит или чувствует.

8) Интеграция цветом.

9) Вербализация результатов рисования.



А потом можно повесить это произведение куда душа попросит и медитировать. Эффект, думаю, будет потрясающим.

Второй способ рисования Нейромандалы, мне пришло на ум рисование с использованием Нейромандалы и

Времени. То есть использовать уровни мандалы, как единица времени: дни, недели, месяцы, года... При этом можно использовать, как одну тему, так и несколько своих задач и целей.

Я определила тему- Я и НГ. И свои задачи: 1. Учеба НГ. 2. Опыт в НГ. 3. Успешная сдача диплома и 4. Школа НГ.

Построила мандалу из 4-х уровней. В центре -Я сейчас, а три других уровня- месяцы, в течении, которых я хочу работать с этими задачами. На каждом временном уровне определила прогресс и движение, чтобы я хотела в решении своих задач. И это вышли круги- ресурсы, мои помощники. Было интересно рисовать, так как постоянно от новизны процесса шла какая- то активность и энергия. На последнем уровне нарисовала свои ресурсы, какими бы я хотела их видеть в завершении определенного мной отрезка времени. Потом стала объединять нейрографическими линиями. Сначала линии шли только от начала задачи к её завершающему этапу. А потом прошло понимание, что все эти задачи связаны между собой, что я и сделала объединив их линиями. Дальше пошла по алгоритму: скругление, интеграция, фиксация. И вот когда работа была почти завершена, я поняла, что поставленные задачи не завершаются в втор промежутке времени, который я себе определила. Ведь, например набор знаний, повышение квалификации не заканчиваются с окончанием инструкторского курса. А должны быть продолжены и пополняться постоянно, опыт, тоже должен

постоянно совершенствоваться, да и работа в школе только начнётся с её открытием. Поэтому мне захотелось добавить больших фигур, которые вышли за рамки мандалы-времени. Чему и приятно удивилась и обрадовалась. Вот теперь работа завершена и я полностью удовлетворена.

План рисования Нейромандалы Времени.

- 1) Определение темы.
- 2) Определение отрезков времени, с которыми мы хотим поработать.
- 3) Сформировать мандалу. С таким количеством уровней, чтобы соответствовали определённому времени и его промежуткам. (дни, недели, месяцы, годы).
- 4) Ввести желаемые ресурсы, на каждом уровне времени, с определением их качества. Думаю, что можно вводить любые фигуры, которые мы используем в НГ.
- 5) Вводим Нейрографические линии, интуитивно во зависимости от поставленных задач и целей.
- 6) Округляем пересечения.
- 7) Интегрируем цветом.
- 8) Делаем фиксацию, в зависимости от ситуации.
- 9) Можно ввести линии поля, тем самым связав все свои мысли, желания, чувства со всей Вселенной.
- 10) И конечно, вербализовать полученный результат.

Работая над разными вариантами Нейромандалы, поняла, что хочу сделать целый большой проект. Например, задумала соединить Нейромандалу с Квадратами Метамодекна. Будет интересно посмотреть, что получится. Ведь соединив эти два волшебных модуля, можно будет их применять в любой сфере жизни, в любой ситуации. Нужна будет серьезная подготовительная работа, в плане разработки методики. В принципе рисуя Нейромандалы происходит тонкая настройка с нашим бессознательным, а добавив в рисунок принципы Метамодекна, получится очень мощный инструмент для работы по гармонизации своих запросов и целей, понимания самого себя, различных ситуаций и конечно по принятию правильных экологических решений.

Подходя к завершению написания своей работы не могу не отметить того, насколько Нейрографика и люди связанные с ней изменили мои взгляды. Я более доверительно стала относиться к себе, выросла моя самооценка, по-другому воспринимаю конфликтные ситуации, больше интересуюсь духовными теориями и практиками. Очень критично отношусь к

своим недостаткам, но вместо борьбы с ними, пытаюсь правильно относиться к ним и избавляться от них другими, более гармоничными методами. У меня уже есть наброски планов, как я буду развиваться и применять Нейрографику в моей повседневной деятельности. И хочу заниматься ей профессионально. Хочу не только обучать людей техническим приемам, но и помогать в решении их задач, проблем, запросов, вселять уверенность.

Нейрографика стала для меня неотъемлемой частью жизни. И надеюсь, что моя любовь к ней взаимна.

Моя неопишуемая благодарность Маэстро Пискареву и всей команде его института за безупречную организацию работы, за творческий подход и профессионализм. За тёплое, душевное, бережное, можно сказать трепетное отношение в нам, студентам. За помощь в любых ситуациях и вопросах.

Отдельная благодарность моему куратору диплома Светлане Сафоновой- большому профессионалу, ответственному человеку и просто восхитительной женщине, без поддержки и помощи, которой я бы не обошлась.

Спасибо Ирине Зеленской за четкую организацию учебного процесса. Технической команде во главе с Денисом Полуэктовым. Нельзя забыть и наших супервизоров Анну Большакову, Анну Кучинскую, Vitta Amoris, которые поддерживали, помогали, направляли нас на протяжении курса. Наши обеим старостам, за оперативность и организованность.

Вроде всех отметила и поблагодарила, но ещё и ещё раз благодарю и восхищаюсь Павлом Пискаревым, его организаторским, творческим, профессиональным и многими другими талантами, которыми он не устаёт делиться с человечеством.

[Ссылка на дипломную работу Мацкиной Эллины в авторском стиле](#)

Работы Мацкиной Элины

Тема: Проект подготовки диплома



Тема: Здоровье



Автор:
Мачуллиная Ольга
Супервизор:
Кучинская Анна

Тема:
Взлет к Личной Силе. Как с помощью алгоритмов нейрографики можно прикоснуться к своей силе и научиться ею пользоваться (история моей жизни).

Глава 1

Меня зовут Ольга Мачулина, на фейсбуке я Olga OM, мне 55 лет.

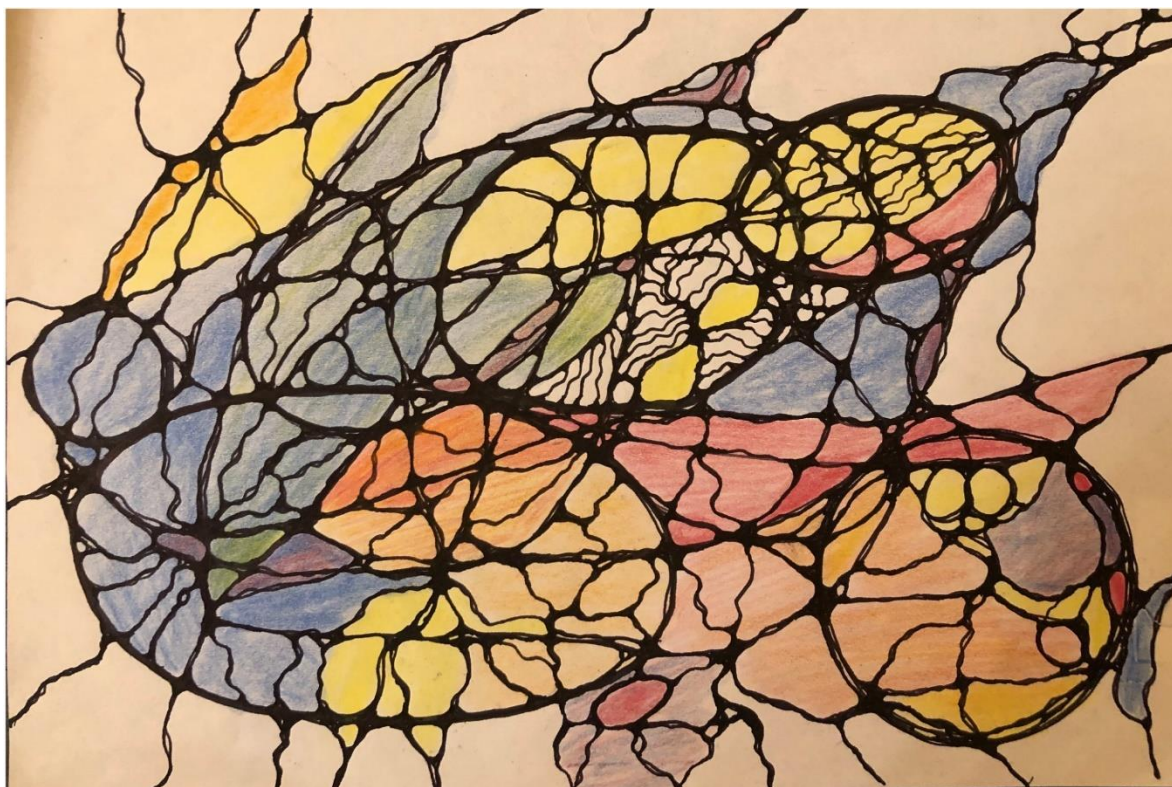
Родом из Мариуполя, с Украины. По первому образованию инженер химик-технолог, закончила Московский университет им. Менделеева. 10 лет жила на севере в Тюменской области, в городе Нижневартовске. Затем вся семья эмигрировала в Штаты и теперь я живу в Нью Йорке. Жизнь диктовала свои законы и устанавливала правила, заставляла обучаться новым знаниям и навыкам, бесконечно двигаться и развиваться. По различным причинам и обстоятельствам мне в жизни пришлось освоить и сменить несколько различных профессий, работала инженером, косметологом, занималась прикладными искусствами. После переезда в Америку первые 10 лет пришлось выживать, изучать язык и очень много работать, ни на что больше не хватало времени и сил. Но потом, когда немного пришла уверенность в завтрашнем дне, Душа взбунтовалась и стала кричать: - А как же я?! Я смогла вернуться к изучению различных направлений философии и эзотерики. Пришли знания по Астрологии, начала практиковать активные медитации, разработанные известными мастерами, мистиками и философами Гурджиевым и Ошо, особенно динамическую медитацию Ошо. Эти активные медитации стали началом роста моего осознания. В дальнейшем изучала и практиковала процессуально ориентированную психологию по методу американского психотерапевта Арнольда Минделла, метод системных расстановок немецкого философа и психотерапевта Берта Хеллингера и др. Практики на соединение тело - ум - сознание стали частью моей жизни, практикую цигун, осознанное голодание, дыхательные практики. Также владею другими знаниями и навыками, практикую астрологию, занимаюсь прикладным искусством в разных техниках с использованием различных материалов микст-медия арт.

Год назад познакомилась с методом Нейрографики и больше не мыслю своей жизни без НГ.

Глава 2

Последние несколько лет я разбираюсь с понятием Личная Сила. О какой Силе идёт речь? Я имею ввиду внутреннюю силу, которая безусловно есть у каждого, но далеко не каждый ею пользуется или даже не подозревает о ее существовании. В детстве я была неуверенным и закомплексованным ребёнком, многие обстоятельства и жизненный опыт зародили и крепко поселили во мне страхи и неуверенность. Каждый раз добиваясь каких-то успехов и результатов в жизни и получая похвалу в свой адрес со стороны, я продолжала не верить в свои силы, мне казалось, что люди просто льстят. Сегодня, поборов много неуверенности, страхов и комплексов, я продолжаю с ними разбираться и говорить им нет.

Для кого-то сила это уверенность в себе и умение противостоять другим, а для кого-то его сила в его слабости. Для одних это способность подчинять обстоятельства своей воле, а для других принять эти обстоятельства и научиться в них жить. Для меня часть понятия силы заключается в том, чтобы не бояться заглянуть внутрь, узнать себя с разных сторон и обратить эти знания себе на пользу, повысить самооценку, укрепить уверенность в себя и стать выше обстоятельств, а также трансформировать свою силу в другие качества, которые помогут изменить жизнь в более осознанную и наполненную смыслом. Нейрографика один из способов и очень эффективный метод решения многих проблем и задач. Я познакомилась с методом прошлым летом и до поступления на инструкторский курс в среднем рисовала раз в месяц. На инструкторском я стала рисовать один, а иногда 2-3 рисунка в неделю. Больше всего за этот год я рисовала алгоритм снятия ограничений и решила много проблем. Я даже купила блокнот 9x12 см, самый маленький который был в магазине, чтобы носить его с собой и меньше времени тратить на рисунок, и теперь рисую везде, в метро по дороге на работу, в машине, в кафе ожидая встречи и т.д. С помощью алгоритма снятия ограничений я гармонируюсь перед рабочим днем и снимаю напряжение вечером, рисую перед важным разговором и предстоящим событием. После прорисовки нескольких работ алгоритмами АСО и Коммуникации наладились отношения с начальником, улучшилось взаимопонимание и стало легче и приятней с ним работать. Он даже стал улыбаться и шутить, чего раньше не случалось, а мой авторитет и уверенность возросли.



Алгоритм Снятия Ограничений. Тема: улучшение ситуации на работе и гармонизация отношений с начальником

Глава 3

Я провела опрос в соц сетях на тему - Что для вас Личная Сила, ощущаете ли вы ее и как вы ее используете? Вот некоторые ответы, которые понравились или привлекли внимание более других:

- Личная сила это спокойствие, позволяющее мне не торопиться менять мир, наблюдать течение жизни и входить только в те ситуации и взаимодействия, которые способствуют моему развитию.

- Это вибрация, которую излучаю в пространство, полностью приняв себя: дышать любовью, искать вдохновение, наполнять энергией слова, следуя их сути. Быть хозяйкой своего настроения и оставаться в Духе, или возвращаться в него, когда выхожу из себя. Всегда возвращаться в себя. В любой ситуации, которая выбивает, отвлекает, запутывает.

- Я - девочка на побегушках у своей собственной Души. И в этом моя личная сила - служить ей.

- Личная сила это смелость встретиться лицом к лицу с тем, с чем встречаться не хочется, быть честным самим с собой, и хорошо понимать, что твоя сила это вовсе не твоя сила, и ее у тебя могут забрать в любой момент. Подчинение жизни.

- Личная сила это способность реализовывать свои планы находясь

в атмосфере творчества и радости.

- Трудно и бессмысленно, на мой взгляд, плыть против течения, а вот плыть куда тебе надо, используя силу течения - это и есть личная сила.

- Я думаю, если переставить слова в форму "Сила Личности", смысл не поменяется, и тогда "Личность" это "Я", это Душа, то что нам выдано Создателем, а "Сила" - это то что "Я" творит в этой жизни, т.е. Сила это работа Души.

- Для меня Личная Сила это научиться принимать любой жизненный момент; извлечь из этого момента максимум положительного и прожить максимально счастливо или хотя бы спокойно. Сила - не как противостояние или борьба, а как внутренний стержень.

- Сила, личная сила это понятно, противостоять чему-то, быть способным сделать что-то и т.д. А вот откуда она берётся эта "личная сила"? Что нужно тренировать, чтобы её обрести? На мой взгляд, только люди, способные осознанно или неосознанно почувствовать силу жизни, могут из нее черпать поддержку, силу, уверенность. Это как позволить взять себя на руки и обрести такую уверенность, чтобы, когда надо, упасть назад не оглядываясь, зная, что тебя подхватят.

Глава 4

Действительно, что же такое сила и откуда она берётся? В чем она и где она, и есть ли она вообще?

Для меня личная сила это сплав понимания себя и окружающего мира, уверенность в своих силах и доверие га Вселенной, знание и уважение законов мироздания и осознание, что ты в безопасности и под защитой, гармония с собой и с окружающим пространством. Это уверенность, смелость, знание своих способностей, ощущение своего потенциала. Это когда я знаю что знаю, могу и что именно я знаю и могу. Обретя внутреннюю силу, мы попадаем и находимся в потоке, решения приходят сами собой, мир отзывается на наши запросы и даёт нам всё, что мы просим или только представляем, что бы мы хотели иметь, получить или достичь.

Мы мало задумываемся о том, что все или очень многое из того, что мы делаем, мы делаем или представляем себе с помощью воображения, мысли, и наша реальность во многом определяется нашими представлениями и нашим образом мыслить. Кто-то мысленно непрерывно контролирует свою реальность, а кто-то впадает или живет в медитации и мире кино и другой реальности, где сами собой раскручиваются и происходят действия,

разрешаются и улучшаются Убытия и находится выход из сложных ситуаций. Большинство людей находится в непрерывные размышлениях, а кто-то большую часть времени просто спит наяву и обитает в своём вымышленном, нереальном мире. Но что такое реальность? Каждый представляет ее по своему, все видят мир и свой путь в нем по разному, у каждого своё, отличное от других представление о реальности, отсюда непонимание и конфликты между людьми. Мы получаем информацию и воспринимаем мир с помощью органов чувств, и у всех они тоже работают по разному. У каждого своя сила и свой потенциал, его надо обнаружить, вскрыть и применять.

У одного это талант и видение художника, у другого способность связно объяснять и донести знания и информацию, а у кого-то просто знания, энциклопедическая память или талант изобретателя. Кто-то играет на флейте как Бог, или диджериду, или пишет стихи и сочиняет музыку, от которой раскрывается сердце и слезы наворачиваются на глаза. Кто-то разговаривает с животными и понимает их язык, а кто-то плавает в воде как рыба и чувствует себя единым целым с океаном. Кто-то чувствует природу как своё собственное тело, дышит вместе с травой, цветами и деревьями, движется в

унисон с движением ветра и общается с землёй, как с



Кто-то живет в медитации, где сами собой улучшаются события и находится выход из сложных ситуаций

ЖИВЫМ

существом, чувствуя ее нужды и боль. Это и есть сила каждого на мой взгляд, сила в том, что он умеет делать лучше других.

Кто-то живет в медитации, где сами собой улучшаются события и находится выход из сложных ситуаций

Мачулина Ольга. Взлет к Личной Силе. Как с помощью алгоритмов нейрографики можно прикоснуться к своей силе и научиться ею пользоваться (история моей жизни).



Кто-то мысленно непрерывно контролирует свою реальность, и в этом его сила

Глава 5

Сила бывает разной и состоит из множественных составляющих. Иногда я чувствую Свою силу в виде каких-то глубинные интуитивные знаний, которые приходят в виде мгновенной спонтанной мысли что в следующую секунду что-то произойдёт, и это происходит. Иногда это энергия, которая распирает изнутри, даёт уверенность, наполненность, помогает расправить плечи и поднять голову, позволяет отбросить страхи, неуверенность и идти вперёд к поставленным задачам, намеченным целям, а также не бояться хотеть, желать и задумывать что-то новое, неизведанное, новые проекты,



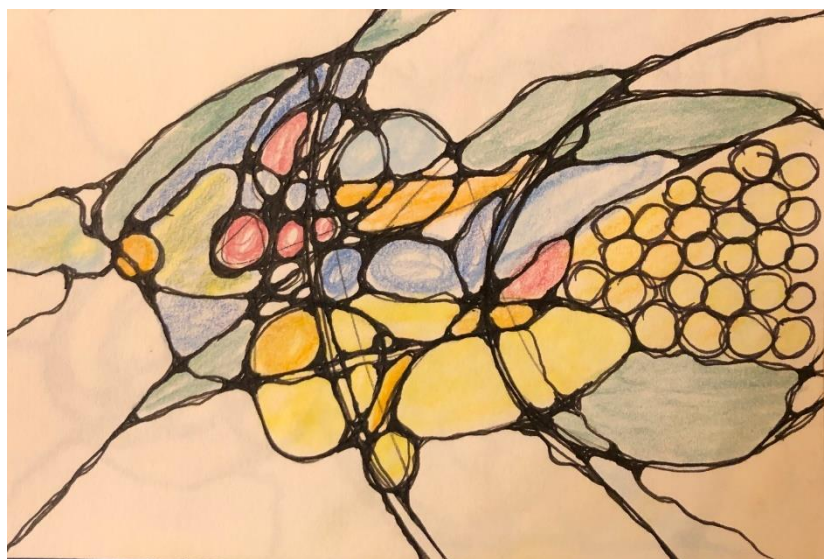
отношения и просто новые горизонты, пробовать себя в неизвестных областях и незнакомых пространствах. Эту силу видно, приятно осознавать в моменты ее проявления, а с помощью алгоритма нейрографики Цель - Достижение - Результат ее можно

укрепить и усилить.

Алгоритм Цель - Достижение - Результат. Тема: Звезда идеальной цели - диплом НГ

Ещё есть большая глубинная сила взаимодействия со страхами. Поборов страхи, можно выйти за свои рамки и границы ограничений в сознании и физических возможностях. Кто-то например, достигнув вершин своей силы, может управлять силами природы, вызывая дождь или в прямом смысле разводя тучи руками. Силу можно сравнить с океаном, он может быть мягким и ласковым, а может угрожать жизни и даже убить, в зависимости от погоды и обстоятельств. Также обстоят дела и с силой: она может служить и помогать, а может вредить или разрушить. В поисках силы важно не только ее найти, но еще изучить и научиться ею пользоваться, иначе, при неправильном обращении, сила может разорвать хозяина.

Я много работала со своими страхами разными методами и теперь с помощью Нейрографики, и многое про работалось. В последнее время один из моих основных страхов это страх начала, страх начать какой-то процесс. Я долго тяну время, оттягиваю момент начала, чтобы делать что угодно, только не делать то, что я должна. И чем больше я откладываю момент начинания, тем больше нарастает страх что не получится, и тогда наступает панический ужас от того что нужно что-то делать, совершать, а время упущено и его не хватит. В том чтобы начать, сделать первый шаг в неизвестность есть что-то,



что внушает мне панический ужас. И моя сила в том чтобы победить свои страхи и обрести уверенность.

Алгоритм Снятия Ограничений. Тема: Страх начать проводить свои занятия по нейрографике с группой, что не найду клиентов, нет темы и т. д.

Глава 7

В моей жизни было много напряжения и непонимания в семье. Изучение астрологии помогло разобраться в индивидуальностях членов

семьи и понять, как себя вести с каждым в отдельности и всеми вместе, и находить взаимопонимание. Знания астрологии и применение этих знаний тоже есть моя сила. Я стала совмещать астрологию с Нейрографикой, набрала группу Астро-нейрографии, пока это 4-6 человек и на занятиях мы рисуем различные алгоритмы на тему, связанную с текущим астрономическим событием (новолуние, полнолуние, затмение и другие).



Алгоритм
Коммуникации. Рисовала на
полнолуние в Скорпионе
Тема: трансформация, цель:
трансформировать нехватку
времени в импульс энергии
для успешного окончания
дипломной работы

Глава 8

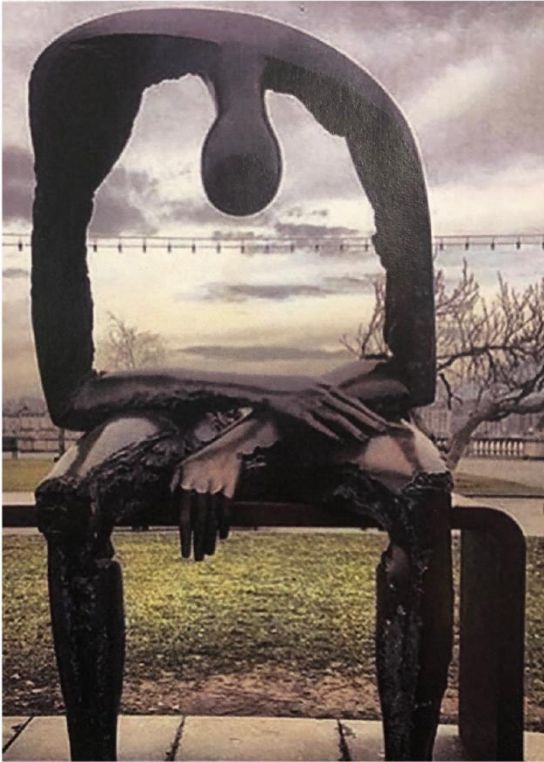
Самое страшное и непоправимое событие в моей жизни случилось 3 года назад, произошла ужасная трагедия, я потеряла взрослого единственного сына. В моей жизни выключили свет и наступила тьма. Жизнь и смерть переплелись воедино, перетекая одно в другое и дополняя друг друга. Главной составляющей моей силы на этом этапе стало принять и пережить уход единственного ребенка и научиться жить заново. Эта тема очень личная, болезненная и деликатная. Это моя боль, с этим я живу и разбираюсь. Боль это такая штука, которая есть у каждого. Но на исцеление нужно время. Поначалу, в момент острой агонистической боли очень важно просто быть чем-то занятым, чтобы было для кого жить и о ком заботиться, чтобы жизнь не была пустой и чтобы каждый день был наполнен хоть каким-то маленьким смыслом. Чтобы не уйти в депрессию, в чёрную дыру, не погрузиться в бездну отчаяния и безысходности.

Румынский скульптор Альберт Гиорги (Albert Gyorgy) создал свою работу когда умерла его жена, и назвал ее Меланхолия. Скульптура стоит в парке на берегу озера в Женеве. Когда я ее увидела, сердце упало - мне скульптор показал как выглядит моя пустота, я решила рисовать и заполнить ее. Заполнив пустоту на бумаге, моя дыра в сердце тоже как будто уменьшилась, с каждым рисунком маленькая частичка этой пустоты

Мачуллина Ольга. Взлет к Личной Силе. Как с помощью алгоритмов нейрографики можно прикоснуться к своей силе и научиться ею пользоваться (история моей жизни).

заполняется. С помощью нейрографики можно рисовать на любые темы, использовать ее как арт терапию и в коучинге.

Не задолго до гибели сына мне приснился сон. Во сне я увидела водоем и захотела искупаться. Я вошла в воду и сразу стала медленно погружаться



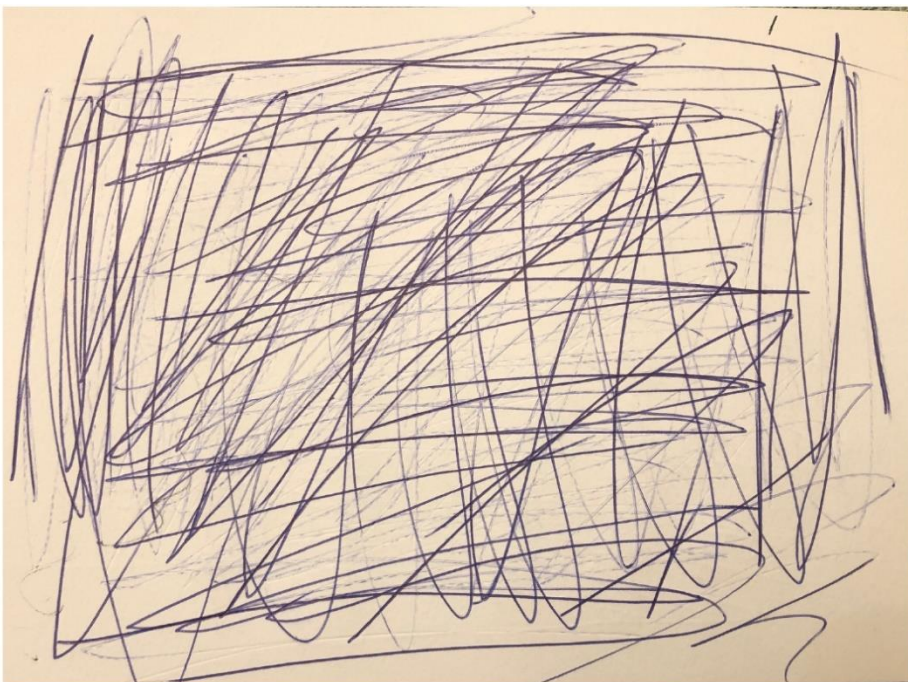
*Скульптура Альберта
Гиорги (Albert Gyorgy)
Меланхолия*



*Рисовала алгоритм
снятия ограничений по
репродукции скульптуры.
Сделала выброс в районе
пустоты и получилось
нейродрево роста, и еще
я вижу фигуру сидящего
человека*

вертикально вниз. Пришло понимание, что это глубокий колодец, в котором нет дна. Но я не испугалась, у меня не было страха что я утону. Я вспомнила во сне, что умею плавать и, опустившись на глубину, так же медленно стала подниматься вертикально вверх и выплыла. Сон удивил, а когда с сыном случилась трагедия, я вспомнила этот сон, и пришло осознание что я не умру и каким-то образом смогу пережить этот опыт, я выплыву, как выплыла во сне. Я также поняла, что у меня есть старые, больные родители, за которых я несу ответственность и которых я не хочу потерять, как только что потеряла сына. И я не имею право быть слабой, если со мной что-нибудь случится, они не переживут. Это осознание придало мне сил и позволило продержаться первое время. Это была жизнь биологического робота, когда не хотелось просыпаться, жизнь одного дня, без мыслей, без чувств, но в постоянной боли и тяжелых воспоминаниях. Жизнь с невыносимым чувством вины, что не смогла уберечь и спасти.

Через год медленно стала приходить в себя, восстанавливаться и возвращаться к жизни. Постепенно вернулась к занятиям астрологий, рисованию и другим интересам. Во многом благодаря моим родным, друзьям и клиентам, которые помогали и периодически дёргали меня, медленно возвращая к жизни, за что я всем очень благодарна и признательна. Занятия процессуально ориентированной психологией по методу Арнольда Минделла, системными расстановками Хеллингера, искусство и арт терапия помогли вернуться к жизни, найти новые интересы и цели для чего жить, тем самым постепенно заполняя пустоту в моей душе. После того как я познакомилась с



нейрографикой, моя жизнь очень изменилась к лучшему и наполнилась смыслом. С ее помощью процесс арт терапии стал намного эффективней. Я много рисовала алгоритм снятия ограничений на тему принятия того что случилось. Сделала много выбросов в таком интенсивном проявлении, что

первое время было нечего скруглять.

И ещё около 10 работ рисовала алгоритм снятия ограничений на тему принятия и отпускания. В каждой работе приходили какие-то ответы, инсайты, понимание, вскрывались новые моменты с чем работать. Память вытаскивала из подсознания все новые ситуации из прошлого, где чувствуется боль, горечь и большой спектр оттенков чувств и эмоций, и хочется что-то исправить, видно где надо было по-другому, но время нельзя повернуть вспять и исправить в прошлом ничего нельзя, можно только поменять своё отношение. Нейрографика помогает прорисовать ситуации из прошлого, пустить линии по другому, добавить каких-то ресурсов, и негативные эмоции превращаются в позитив и надежду, а боль отступает. С ее помощью я намечаю цели, решаю многие задачи и проблемы не только психологического, но и физического характера, и просто развиваюсь

творчески как художник.



Алгоритм Снятия Ограничений. Тема: Принятие и отпусkanie

Теперь, когда я выжила и смогла вернуться к полноценной жизни, я поняла что в этом тоже моя сила, мой ресурс. Тема потери близкого человека к сожаления

случается часто. Если есть кто-то, кто может помочь пройти эту боль, быть рядом когда тяжело, в своем внимании и опыте, это очень ценно, это формирует очень глубокую вещь, не только в индивидуальном формате. Пока что я накапливаю силы чтобы стало возможным говорить об этом без слез и достаточно спокойно, и впервые после трагедии решила открыться миру и поведать свою историю, пока на бумаге. Но планирую создать на эту тему свой авторский курс, он уже в разработке. А также авторский курс Взлет к личной силе на базе этой дипломной работы.

Глава 9

Но есть и прекрасная глава в моей жизни - путешествия. Я люблю путешествовать, но с полётами часто не везло и что-то происходило:

Мачуллина Ольга. Взлет к Личной Силе. Как с помощью алгоритмов нейрографики можно прикоснуться к своей силе и научиться ею пользоваться (история моей жизни).

терялись чемоданы, задерживали вылет и я опаздывала на пересадочный рейс, в день полётов начинались ураганы и отменяли рейсы, один раз отменили рейс потому что не продали достаточно билетов. Я совершенно не понимала что с этим делать и лишь научилась покупать иншуренс на путешествия. Теперь перед каждой поездкой я рисую алгоритм снятия ограничений и постановку намерения и цели на удачное и благополучное путешествие. В 2018 году у меня были 2 значимые поездки в Европу и на Алтай. Поездка на Алтай была длинной, но прошла удачно, без инцидентов и задержек. В Европе на обратном пути в Нью Йорк случился шторм, рейс отменили и я задержалась на 2 дня. Но мне оплатили все расходы и в результате я получила бонус в виде двух дополнительных оплаченных дней



отпуска.

Алгоритм Коммуникации. Рисовала перед поездкой на Алтай. Тема: Удачное благополучное путешествие

Какое-то время назад я начала ездить по местам силы. Их называют так потому, что в них есть выход гаух-ТО интересные и сильные энергии. Я была в Мексика возле пирамид древних Майя, в Аризоне, где вихоры

Мачулина Ольга. Взлет к Личной Силе. Как с помощью алгоритмов нейрографики можно прикоснуться к своей силе и научиться ею пользоваться (история моей жизни).

закручивают энергии у выхода из земли по спирали, в национальных парках Невады и Юты и в других красивых и интересных местах. В природе существует бесконечное множество красивых линий, которые радуют глаз и дают умиротворение. После знакомства с нейрографикой я везде вижу нейролинии! Национальный парк и заповедник Йеллоустоун в штате Вайоминг порадовал уникальными видами природной нейрографики.



Вариации Нейролиний в природе. Национальный парк Йеллоустоун, штат Вайоминг

Природа перезаряжает и помогает сбросить негативные энергии, накапливаемые в больших городах под воздействием стрессов. Эти

Мачулина Ольга. Взлет к Личной Силе. Как с помощью алгоритмов нейрографики можно прикоснуться к своей силе и научиться ею пользоваться (история моей жизни).

путешествия всегда манят и их нельзя заменить на что-то другое. Я ездила в места силы для того чтобы зарядиться энергией, я отдыхала и набиралась сил на природе, дышала свежим воздухом, много ходила и путешествовала. Но постепенно поняла, что место силы может быть даже дома или в укромном тихом месте, где ты сидишь наедине с собой, и в медитации или просто в тишине можешь расслабить свой ум и тело, можешь слышать себя, задавать вопросы и получать на них ответы.

Этим летом я была в одной из самых интересных и незабываемых поездок по Горному Алтаю, на горе Белуха. Алтайцы считают ее священной горой и входом в Шамбалу. Белуха всегда белая, на ней не тает снег, хотя на других окрестных горах снег сходит в начале лета. Белуха упоминается в древних легендах о стране Беловодье, рядом текут молочно - белые реки, и они действительно белые. Белуха обладает непостижимой магией и притягивает взор, это природный заповедник с очень чистыми и светлыми энергиями, общепризнанное место силы. Паломники туристы со всего мира приезжают к ней полюбоваться красотой и почувствовать ее дыхание. Побывав там однажды, не забудешь никогда. Это был конный поход, 11 дней на лошадях по крутым горам, неделя пеших маршрутов, купание в горных озерах и многое другое. Было сложно и круто во всех смыслах, но и счастье безмерное от того, что смогла все преодолеть. Для меня это стало вершиной моих достижений, поход потребовал большой воли, силы духа, выносливости и опять заставил побороть много страхов. Но пройдя через все трудности и преодолев препятствия, я получила дополнительную уверенность и силу. И смогла понять какие-то вещи, которые до этого были непостижимы.

Гора Белуха, Алтай



Гора Белуха, Алтай. НейроАрт, рисовала на



горе

Алгоритм постановки намерения. Тема Моя личная сила, которая возросла в разы в этой поездке на гору Белуха. В рисунке нашла подземный

город из легенды о Беловодье

Глава 10 - Resume

Когда я впервые задумалась над понятием личной силы, я искала что-то необычное, какие-то мистические, магические, экстрасенсорные и другие необычные способности или что-то в этом духе, искала свою волшебную



магическую силу для того чтобы использовать её для изменения обстоятельств и своей жизни. И вот теперь поняла, что личная сила это простое и сложное понятие одновременно - она состоит из многих перечисленные составляющих. А

еще сила в том, чтобы быть полезной, и нужной, уметь быть счастливой, радоваться жизни, дышать полной грудью, путешествовать, открывать новые места и интересных людей, общаться, интересоваться и изучать что-то новое, делать что-то полезное или просто приятное, и просто жить, для себя и для других. Все это и есть личная Сила. Кто-то лишён многих возможностей по объективным или физиологическим причинам, а кто-то ни в чем не нуждается, но не имеет желания и стремления жить. Еще сила в том, чтобы ценить то, что есть, дарить себе и другим тепло и заботу.

У каждого есть своя сила, но нужно ее найти и понять в чем она. И у каждого должно быть свое место силы, куда можно ходить за ресурсами.

[Ссылка на дипломную работу Мачуллиной Ольги в авторском стиле](#)

Автор:
Медведева Лаура
Супервизор:
Медведева Валентина

Тема:
Любовь к себе, уважение себя, ценность себя.

Ноябрь 2018г.

Любовь к себе, ценность себя, уважение к себе и принятие себя, этому нужно учить всех в школе. Прямо предмет ввести во всех классах с обязательным посещением для всех, кто хочет жить в счастье и любви.

Мы любим всех вокруг себя: родителей, друзей, животных. А я? Сама я у себя разве не родной человек? Стремление принять себя такой, какая я есть — важная составляющая любви к себе. Я бываю недовольна и собой.

Любовь к себе — это стремление понять себя и принять себя таким, какой я есть (такой, какая я есть), а также развитие себя, раскрытие своего потенциала с заботой о себе. И нет разницы между любовью к себе и любовью к другим. Любовь — есть любовь. Она либо есть, либо её нет. И начинать нужно с себя! И не надо пытаться вырастить из семян огурцов — помидоры. Глупо заглядывать в теплицу к соседу и с завистью наблюдать, как его овощи краснеют (т.к. у соседа посажены помидоры), а ваши огурцы, как были зелёными, так и остались. В данной ситуации абсолютно понятно, что зелёный — это естественный и нормальный цвет для огурцов.

Любить себя — понимать (стремиться понять), что ты за фрукт! И немного затронули вопрос развития. Углубимся в эту тему.

Часто, особенно в женских журналах, можно встретить рекомендации по любви к себе, что это удовлетворение капризов, желаний, потребностей, порой сводимых к шоппину и приятному времяпрепровождению в кафешках и кино. Это всё чудесные радости жизни, но не самые главные составляющие любви к себе. Смысл не в том, чтобы как можно дольше себя сохранить, а в том, чтобы грамотно себя истратить. Смысл в том, чтобы самосовершенствоваться, становиться лучшей версией себя. При этом важно не переборщить с самосовершенствованием. В конце определения любви к себе я добавила «с заботой о себе»

В моем окружение, никто из друзей не умеет ценить и любить себя.

Может есть чуть больше уважения и слегка принятие себя и то спорный вопрос.

Первый раз когда мне мама предложила порисовать ценность себя, я была удивлена собственными изменениями. Мне захотелось дружить только с теми, кто реально заинтересован дружбой со мной. И не для кого я только жилетка для плаканья. И им нет дела до меня и моей жизни. Я захотела равноценной дружбы и села рисовать.

Рисунок 1. Моделирование + АСО. Тема: «Ценность себя, любовь к себе, уважение к себе». Хочу соединить себя с ресурсами любви, ценности, уважения. Нарисовала 3 круга это я, которая себя любит, ценит и уважает. Только стала Нейрографировать первый круг и боль, делаю выброс в круг, много нелюбви, всю скругляю и облегчение. Веду линии к второму кругу - ценность себя, Нейрографируем, опять боль, выброс в круг, снимаю все ограничения, что мешают себя ценить. Округляю, легче. Веду линию к 3 кругу уважение к себе - не очень уважаю себя, выброс в круг, округляю. Пошло расслабление. Ввожу цвет в рисунок, наполняю цветом все круги. Вывожу линиями, от фигур напряжение. Божественные линии наполнили меня, и ресурсы, которые хочу иметь, как соединили нас в танце. Фиксация: я ценю, уважаю и люблю себя. Энергия снизу пошла. Проверка темы: рисунок нравится. Понимаю, что ещё работать и работать с этой темой.

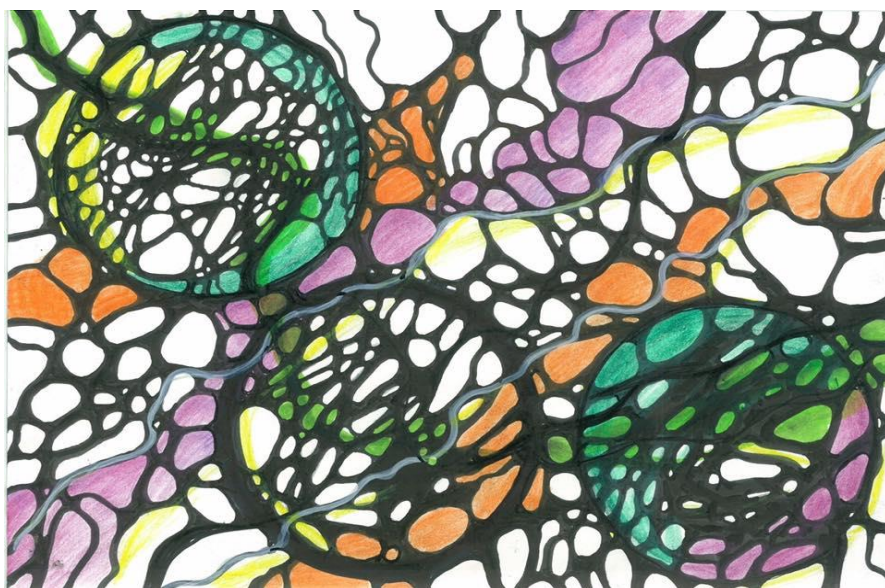


Рисунок номер 2.

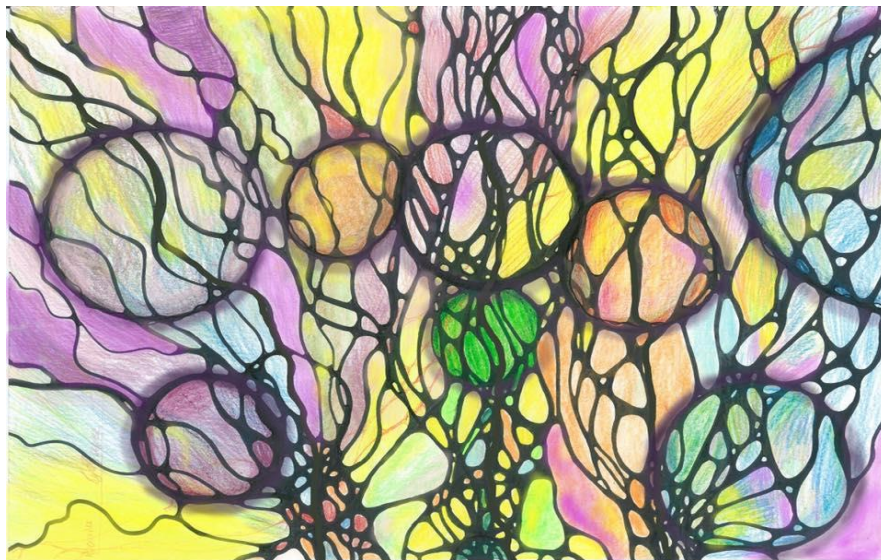
Качество жизни. Этот алгоритм меня захватил своей мощью

и возможностями повернуть все свои состояния в то русло, которое хочется. И я села рисовать 3 состояния, которые я захотела вырастить:

любовь к себе, ценность себя, уважение к себе. Когда смотрела что у меня в прошлом было с этим состоянием, ощущение что оно было, а потом в школе я решила стать как все. И уменьшилась в размерах и ушла в закрытость. Это повлияло на меня и мои состояния.

И я стала выращивать состояние любви к себе, как росточек и задала программу на 6 месяцев. Потом я стала выращивать уважение к себе, за все что я умею, потом ценность себя стала увеличивать. Настроение взлетело вверх. Ввела линии поля, Божественные линии. Фиксация: я люблю себя.

Проверка темы: мне рисунок нравится, много желтого и яркого.



Результаты меня вдохновили, и я предложила своим друзьям: Андрею, Тимофею, Саше, Дарье и Даше собраться и порисовать Нейрографику. Мы собирались несколько

раз, нарисовали различные алгоритмы: Моделирование, АСО, улучшение качества жизни.

Меня впечатлила каждая история рассказанная моими друзьями про Изменения после прорисовывания любви к себе, ценности себя, уверенности в себе.



История Тимофея.

Рисую с Лаурой ценность себя, уважение к себе, любовь к себе. Часто смотрел, как она рисует Нейрографику, и меня это как-то притянуло, как есть доверие к методу и желание поработать с техникой. И я нарисовал свою первую работу. Во время работы то боль выходила через сердце, то колено выкручивало, но через час все как по волшебной палочке прошло, и у меня стало больше энергии и принятие себя и своих поступков! Очень ценная техника! Буду продолжать рисовать.

История Дарьи.

У меня был жуткий стресс, поругалась с любимой подругой. Разрыв отношений. Очень тяжёлое состояние. Не знаешь куда бежать, и особо денег то нет на психолога. Пожаловалась Лауре, что мне очень плохо, и она предложила порисовать Нейрографику. Лауре доверяю, учились вместе в художественной школе, и знаем друг друга много лет. Дай думаю – попробую. Порисовали первый раз АСО, второй раз Моделирование.



ценность себя была ноль баллов. После двух сеансов ценность себя 4 бала. Но, как меня отпустило: ушла эта чернота и мрачность, ушла эта депрессия, и как ветром сдуло мои обиды. Как я себя сейчас чувствую свободно и как смотрю на мир без черноты и боли. Это Того стоит!

История Даши.

Наша дружба с Лаурой ещё с художественной школы идёт. Я запуталась в отношениях с молодым человеком, и чувствую себя постоянно виноватой, что ему плохо. Это чувство вины довело меня до стресса. Рассказала Лауре, и она предложила встретиться в кафе и порисовать. Мы порисовали 2 раза. Мне очень понравился алгоритм АСО и Качество Жизни. Если АСО - это прямо как метелка, все выметает дурное из головы, то Алгоритм Качество Жизни – это очень

Мощное Моделирование ценности к себе, уважения к себе любви к себе, принятие себя на несколько лет вперёд. Мне очень понравилось. Чувствую изменения в себе и желание не общаться с людьми, которые мной манипулируют.

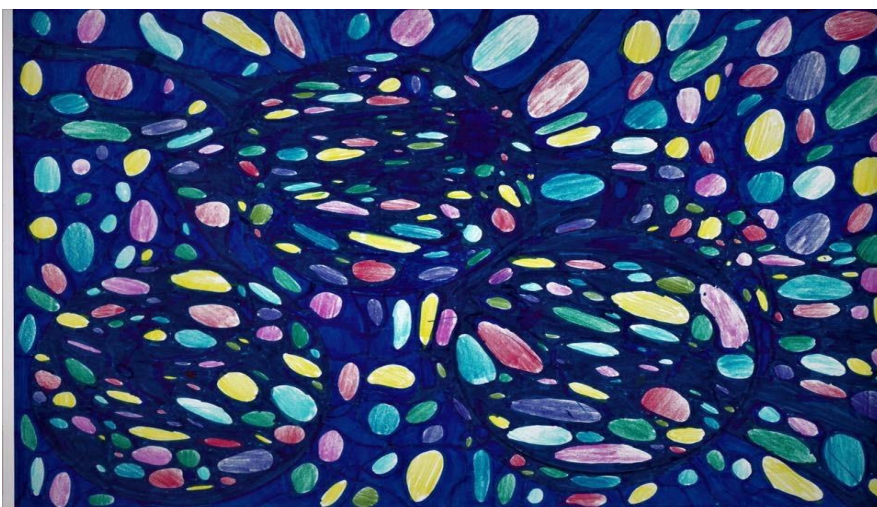
История Саши.



Я рисовал первый раз Нейрографику. Моя работа сплошная чернота, тотальное неприятие себя, гнобление себя, прямо хочется разорвать себя на части. Злость и обиды. Выливал все на бумагу и не верил, что это может помочь. Но, как ни странно, через час округлений полегчало, а ещё через 1 час я повеселел. Мне стало намного лучше. Техника меняет состояние. Готов ещё порисовать!

История Андрея.

Я рисовал первый раз Нейрографику. Неуверенности в себе у меня много, ценить себя тоже не умею, а принятие себя спит вдалеке. Лаура стала объяснять алгоритм работы. Вроде все просто и доходчиво. Сделал 3 круга, подписал свои состояния, с которыми хочу подружиться: ценность себя, уверенность в себе, принятие себя. В круги делали выбросы, жар был по всему телу от пальцев ног и до макушки. Округление заняло почти 4 часа. Тело ломало, хотелось убежать. Еле фигуры выделил, маркер еле линии поля уже провёл. Фиксация потрясла, как все пазлы собрались, и раз и легче. Мне понравился рисунок и сам процесс по Нейрографике.



Когда мне рассказывают про результаты мои друзья, у меня появляется ещё больше желания заниматься Нейрографикой и нести это людям! Вижу изменения подруг и парней, и это вдохновляет! Люблю

Нейрографику, и мне интересен этот метод. Считаю что его нужно вводить в школе, и это поможет детям трансформировать свои состояния, легко учиться и достигать своих целей!

Медведева Лаура. Любовь к себе, уважение себя, ценность себя.

В школе хочу провести ещё бесплатные занятия по Нейрографике и помочь всем в 11 классе сдать ЭГЕ. И это будет моей помощью всем детям в наших 11 классах! Люблю Нейрографику за возможность помогать другим!

[Ссылка на дипломную работу Медведевой Лауры в авторском стиле](#)

Автор:
Мельникова Ирина
Супервизор:
Циммерман Елена

Тема:
«Внедрение метода «Нейрографика» на этапе генерации идей в работе над креативными концепциями в рекламном агентстве»

Введение

Целью данной работы является показать, как метод «Нейрографика» эффективно интегрируется в креативный процесс создания идей в рекламном агентстве.

Для этого рассмотрим весь творческий процесс создания идей и креативных концепций в целом, потом перейдём непосредственно к интеграции метода «Нейрографика» в данный процесс.

Итак:

- ✓ начнём с того, что такое креативный бриф и из чего он состоит, так как именно с него начинается работа над креативом;
- ✓ далее рассмотрим, как строится креативный/творческий процесс в агентстве;
- ✓ после этого разберём на каком этапе происходит процесс генерации идей;
- ✓ и в рамках процесса генерации идей на примере двух креативных методик покажем, как можно эффективно внедрить в процесс метод «Нейрографика», чтобы прийти к тем самым идеям и инсайтам, которые так важны для создания гениальных креативных идей. Рассмотрим подробно процесс, которые получились при интеграции, а также посмотрим кейсы.

2. Креативный бриф: структура и содержание

Бриф (от англ. brief) в рекламе - краткая письменная форма согласительного порядка между рекламодателем и рекламистом, в которой

прописываются основные параметры будущей рекламной кампании.

Креативный бриф — это бриф на создание рекламного продукта (креативной концепции, ролика, плаката и т. п.)

Во-первых, креативный бриф должен быть, априори, незыблем. То есть, подписан всеми сторонами и после этого не должен переделываться в ходе работы над креативом.

Во-вторых, бриф должен быть согласован с тем лицом со стороны клиента, которое будет принимать разработанный креатив.

В-третьих, чтобы в дальнейшем избежать разночтений, бриф должен содержать максимум информации о продукте и отвечать на максимум вопросов, которые могут возникнуть в работе над креативом:

- Четко определенная маркетинговая задача рекламы.
- Позиционирование продукта на рынке.
- Основные конкуренты.
- Портрет целевой аудитории.
- Каким потребностям ЦА отвечает рекламируемый продукт или услуга.
- В чем уникальное преимущество продукта.
- Основное сообщение рекламы (очень важно, чтобы оно было четко сформулировано, концентрировалось на одном преимуществе продукта, а не содержало в себе одновременно нескольких разных сообщений).
- Причина верить рекламному сообщению, то есть рациональные аргументы, подтверждающие это сообщение (например: уникальные технологии, подтверждение специалистов, страна-производитель и т.п.).
- Обязательные элементы (то, что обязательно должно быть в рекламе или то, чего не должно быть ни в коем случае).
- Тональность рекламы (настроение, стилистика, наличие или отсутствие юмора, степень эмоциональности).
- Описание того, какой рекламный продукт нужен на выходе (описание коммуникационной платформы, слоган, форматы принта, хронометраж ТВ-ролика и т.д.)
- Бюджет рекламной кампании (в том числе, например, ориентировочный бюджет производства ТВ-ролика)
- Сроки исполнения работы.

Конечно, в реальной жизни в брифе может не оказаться тех или иных пунктов, но без двух из них создание креатива просто невозможно: без описания целевой аудитории и без четко сформулированного основного сообщения/преимущества продукта, что нужно донести о аудитории.

3. Творческий процесс работы над брифом в рекламном агентстве

Целью творческого процесса в рекламном агентстве является создание креативных материалов, состоящее из разработки творческих концепций, производства рекламных материалов и авторского надзора в процессе их производства.

Творческий процесс состоит из нескольких этапов:



Самой важной задачей в рамках творческого процесса работы над креативным брифом является генерация идей и придумывание креативных концепций. Финальное предложение для клиента, которое он купит, в основе своей состоит как раз из этих самых креативных концепций. Далее уже креативная концепция раскладывается на различные материалы и каналы.

Для более полного понимания процесса разработки креативных концепций предлагаем рассмотреть более подробно весь процесс:

3.1 Брифинг или постановка задачи

Ключевая встреча, с которой начинается работа.

Креативной команде дают творческое задание на разработку креативных идей и определяют последующие этапы работ над проектом.

Креативный Бриф - основной документ, вытекающий из коммуникационной платформы продукта/бренда (в случае отсутствия коммуникационной идеи, ее разрабатывает стратегический отдел), чётко определяющий задачи и являющийся основным критерием оценки творческих решений.

Креативный бриф формируется отделом стратегического планирования на основе брифа клиента, а также при участии эккаунтской службы агентства и креативного директора. Чем точнее и полнее составлен бриф, тем выше эффективность работы по генерации идей.

Зачастую постановка задачи может проходить в 2 этапа.

Второй этап - Ребрифинг.

Если в процессе работы над брифом у агентства возникают дополнительные вопросы, потребность в дополнительной информации (по продукту, ЦА, конкурентам и т.п.), то клиент и команда проекта встречаются еще раз для уточнений и окончательной ревизии брифа.

Участники: креативная команда, стратегическая и эккаунтская команда, представители клиента.

Сроки: от 5 рабочих дней.

3.2 Анализ материалов/Погружение

Любой продукт, тем более, если он новый, требует "погружения".

Изучение рынка, товарной категории, активности конкурентов занимает определенное время. Этот процесс предваряет сам непосредственный поиск идей, решающих проблему.

Вот почему важно соблюдать рекомендованные сроки, заявленные на генерацию креативных материалов.

Участники: креативная команда, стратег или экаунт менеджер.

Сроки: 7-10 рабочих дней.

3.3 Генерация/разработка идей

Творческий процесс создания материалов будущей рекламной кампании.

Результаты этапа:

- Коммуникационная платформа (позиционирование) бренда

Основой коммуникационной платформы является позиционирование бренда (его желаемое восприятие представителями целевой группы), в котором также могут отражаться, например, рациональные преимущества (УТП продукта), общечеловеческие ценности, поддерживаемые брендом, и или эмоции, получаемые через общение с брендом.

Для визуализации используются Mood boards, синопсис

- Идея

Это преломление коммуникационной платформы бренда через призму конкретных задач рекламного сообщения. Идеологический стержень, который позволяет легко развивать идею на протяжении длительного времени и адаптировать ее для различных медиа носителей.

Выражение: Brand manifesto, примеры (references), эскизы, слоганы.

- Креативная концепция

Если творческая идея - это философский, психологический и идеологический контекст всей рекламной коммуникации, то креативная концепция - это конкретизированное выражение, визуализация этого подхода согласно брифу (заданию).

Выражение: сценарий, раскадровка или аниматик ТВ ролика; сценарий радио ролика; Эскиз / дизайн макета в прессу; Эскиз / дизайн билборда, перетяжки; Эскиз / дизайн корпоративных материалов, календарей, отчетов;

Эскиз / дизайн POSM; Эскиз / дизайн баннера в Интернет; Нейминг; Слоган; Текстовый контент брошюр, буклетов, сайтов; Адаптация текста; Адаптация графических материалов.

Участники: креативная команда.

Сроки: 10-25 рабочих дней.

3.4 Внутреннее согласование материалов

В процессе подготовки предложений клиенту идеи проходят внутреннее согласование с эккаунтской и стратегической службами. Формируется пул из предложений, которые будут представлены клиенту.

Главные критерии отбора - это соответствие стратегии и задачам, поставленным в брифе. Количество представляемых идей определяется договором или приложением (3-4шт).

Участники: креативная команда, ведущие проект - стратеги и эккаунты.

Сроки: 3-4 рабочих дня.

3.5 Подготовка презентационных материалов

Наиболее распространённые материалы для презентации - Мультимедиа электронная презентация (например, Power Point).

Она может включать в себя следующие материалы:

- краткое изложение идеи или концепции - synopsis (синопсис);
- коллаж из объектов (людей, механизмов, ситуаций и пр.) с целью донесения эмоции, настроения бренда. Может быть представлен в электронном виде (слайд) или наклеен на борд (пенюкартон) - mood board (муд борд);
- анимированный mood board. Способен донести больше эмоций так, как имеет дополнительный канал коммуникации - аудиальный - mood video (муд видео);
- заявка, выражение сущности бренда. Может выражаться через mood video или mood board - Brand Manifesto;
- прорисовка какого либо действия, например, видеоролика. Размещается в электронной презентации и/либо выклеивается на пенюкартон - storyboards (раскадровка);
- обычно создаётся в нескольких случаях: когда нужно донести эмоциональный контент ролика или есть сомнение поместиться в хронометраж и необходимо рассчитать тайминг предстоящего ролика - animatic по раскадровке (видеомонтаж по раскадровке,

"оживление");

- сценарий радио или видеоролика с конкретными диалогами, конкретным описанием видео и аудиоряда - script;
- ссылка на какой либо материал (picture, audio, video). Используется для представления клиенту образца художественного стиля, музыкального жанра, или для передачи эмоции - references (пример);
- черновой эскиз макета, набросок композиции или дизайна - sketches;
- слоганы - tag lines.

Сроки: 3-5 рабочих дней.

3.6 Презентация идей клиенту

Формат и содержание презентации оговаривается с клиентом заранее. Наиболее результативными являются личные презентации, поскольку во время них есть возможность шире раскрыть тему презентации и получить более аргументированный feedback (обратную связь) клиента. Рекомендуется готовить к презентации от двух до трех идей. Агентство должно быть готово рекомендовать клиенту один из предложенных концептов.

Результат: выбор направления/идеи или получение четко аргументированного комментария, определение следующих шагов.

Участники: Клиент, творческая команда, отдел по работе с клиентами, стратеги.

3.7 Доработка концепции/ интегрирование идей

Окончательная доработка креативных материалов является следующим шагом после получения комментариев клиента и выбора им творческой концепции. Идея адаптируется для выбранных медианосителей (ТВ, радио, Интернет, пресса, наружная реклама, реклама на местах продаж), интегрируется для нестандартных способов коммуникации (вирусный, партизанский маркетинг, промоакции, event-предложение).

Результатом этапа является презентация интегрированной коммуникационной программы, решающей задачи, поставленные в брифе.

Участники: творческая команда, медиаотдел, менеджеры по работе с клиентами, стратеги, BTL-отдел, клиент.

Сроки: 3-10 рабочих дней.

4.0 Интеграция метода «Нейрографика» в креативные методики генерации идей и разработки креативных концепций

Полное, четкое, ясное осознание связано с таким состоянием сознания как инсайт – интеллектуальным явлением, суть которого в неожиданном понимании стоящей проблемы и в нахождении ее решения. Понятие было применено в 1925 году В. Келером в гештальтпсихологии – это непосредственное постижение, момент решения мыслительной задачи как внезапного «замыкания поля».

Инсайт — слово, от которого трепещут сердца маркетологов, рекламщиков, дизайнеров, копирайтеров и прочих креативных товарищей. Это та самая идея, которая не лежит на поверхности, а находится глубоко. Там, где спрятана «боль» клиента, его заветные мечты и желания.

Отыскать инсайт — дело непростое. Но осуществимое. Особенно если использовать правильные инструменты, которые помогают заглянуть чуть глубже и найти драгоценные идеи, теории и решения.

Нейрографика – творческий метод трансформации мира, творческий метод сопровождения изменений, нахождения решений, поиска инсайтов и т.д.

Метод, который позволяет погрузиться на более глубокие слои сознания и прийти к тем самым глубоким решениям и инсайтам, которые так нужны для придумывания/разработки новых креативных идей и концепций.

В данной работе будут рассмотрены 2 существующие креативные методики для генерации идей, в которые мы интегрируем метод Нейрографики:

- 1. Мозговой штурм**
- 2. Метод Киплинга**

Интегрируем метод Нейрографики в этапы проведения креативных встреч по методикам «Мозговой штурм» и «Метод Киплинга» и получаем следующий процесс генерации идей/разработки креативных концепции.

4.1 Интеграция метода «Нейрографика» и креативной методики «Мозговой штурм»

Этапы успешного «брейнштурминга»

Их всего четыре:

- подготовка к «мозговому штурму»;
- проведение «мозгового штурма»;
- запись идей;
- селекция выбранных идей.

1) Подготовка ведущего к брейнштурмингу состоит:

- ✓ в изучении креативного брифа/продукта/клиента/категории;
- ✓ в четкой формулировке цели/задачи;
- ✓ в подготовке предварительных вариантов решения;
- ✓ в подборе участников (различных специалистов).

2) Проведение «мозгового штурма»:

- ✓ раскрепощение внутреннего контроля человека;
- ✓ создание дружелюбной и свободной атмосферы;
- ✓ запрещение критики выдвинутых идей;
- ✓ побуждение к выдвижению оригинальных идей;
- ✓ запись всех предложений в наглядном виде.

3) Запись идей:

- ✓ наглядная запись на доске во время «мозгового штурма»;
- ✓ запись на аудио-носитель;
- ✓ сохранение для дальнейшей селекции.

4) Селекция выработанных идей:

- ✓ первая группировка по признаку: применяемые — неприменяемые;
- ✓ вторая группировка из неприменяемых по признакам: а) реализуемые; б) труднореализуемые; в) нереализуемые (запрет физических, моральных, правовых, экономических законов);
- ✓ возможность продолжение «мозговой атаки» с новой проблемой, выявившейся в ходе предыдущего совещания.

4.1.1 Интегрируем метод «Нейрографика» и метод «Мозговой штурм», получаем следующий процесс генерации идей:

- **Подготовка к брейнштурмингу**
 - ✓ Изучение ведущим креативного брифа и всех материалов про продукт/клиента/категорию.

- ✓ Ознакомление с материалами всех приглашённых участников.
- ✓ Собираем группу 5-9 участников.
- ✓ На доске пишем цель/вопрос/задачу/проблему.
- **Проведение – активизация нейронных связей:**
 - ✓ Даём аудитории 2 минуты и просим на скорость писать всё, что приходит им в голову, когда они думают о решении задачи/брифа. Это могут быть мысли о формулировке задачи, известные методы решения, связь этой задачи с другой, ассоциации с фильмами, успешные кейсы с решением подобных проблем, аналогии, метафоры и т.д. — что угодно.
 - ✓ Далее после 2-х минут каждый участник выбирает 3 наиболее сильные на его взгляд идеи/решения.
- **Запись идей – набираем композицию и движемся по алгоритму:**

По очереди каждый участник выходит и рисует на стене/флипчарте свои 3 идеи в виде кругов и подписывает.

За каждым участником могут быть закреплены разные цвета маркеров.

Далее после того, как все сильные идеи выложены на бумагу и композиция составлена, приглашаются к флипчарту все участники.

Начинается процесс нейрографирования и соединения всех идей Нейрографическими линиями.

Затем идёт этап скругления. Соединения с фоном и опять скругление.

В процессе модератором задаются вопросы:

- Какие яркие образы вы видите (если видите)?
- Какие ассоциации у вас возникают?
- Какие чувства вы испытываете?
- Какие связи вы видите между задачей, текущими фигурами и возможным решением?

Группа отвечает на вопросы, обводит наиболее приглянувшиеся фигуры.

Возможно участники увидят большие фигуры – выделяем их. Обсуждаем, что они могут значить и какой смысл в них заложен.

Этап наполнения цветом.

Линии поля.

Фиксация. Результат в виде основных фигур/линий и как следствие идей к доработке.

Таким образом, на уровне группового поля формируются лидеры среди идей.

- **Селекция**

- ✓ Выбираем 4-6 идей, наиболее сильные и выделенные из всех. Если выделенных идей больше, то берём больше.
- ✓ Участники дискуссии разрабатывают критерии оценки идей. Эти критерии выписываются на доске, располагаясь по степени важности и весу.
- ✓ Каждая идея оценивается в соответствии с критериями оценки. Группа выбирает наиболее ценные идеи, располагает их по степени важности/приоритета для презентации клиенту.

4.1.2 Кейс: Разработка креативной концепции для бренда «Слобода».

Клиент: бренд «Слобода».

Задача: разработка креативной концепции в направлении качества продукции (как PR кампания).

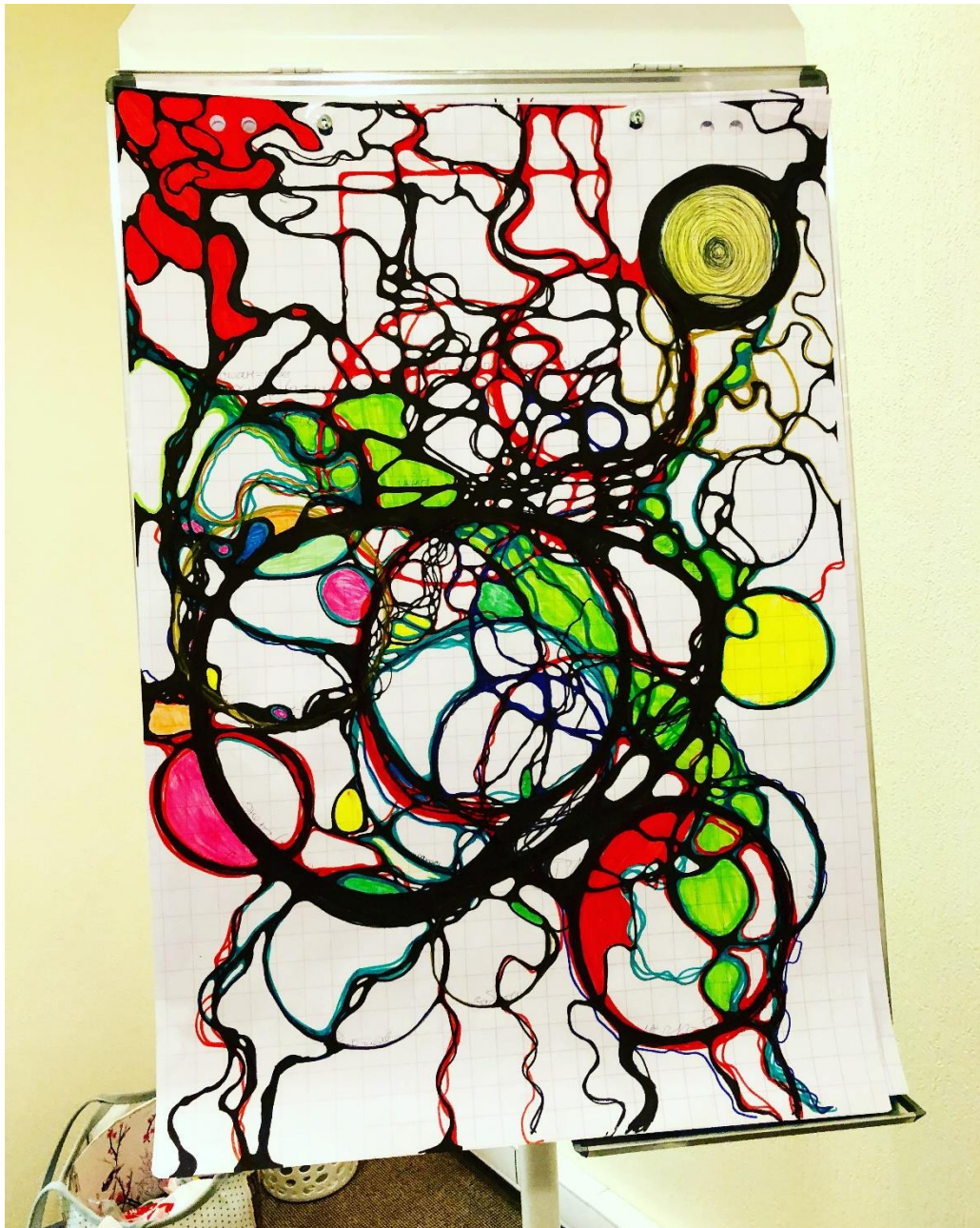
Группа 5 человек.

В течение 2-х минут накидываем все ассоциации, идеи, решения, которые приходят в голову.

Участники по очереди наносят их на флипчарт. Начинаем Нейрографировать, скруглять. В процессе обсуждаем самые главные преимущества – то, что может зацепить потребителей и сделать выбор в пользу продукции под брендом «Слобода». В процессе выделяем ассоциацию с фильмом «Иллюзионист» и начинаем обсуждать, как круто было бы провести параллель между тем, что «фокус» - это не чудо и не волшебство, а чётко спланированное действие, что в результате приносит радость, удивление и восторг. И что для Слободы – качество продукции и отношение к нему как своего рода чётко спланированное мероприятие, не видно всей

«кухни», но результат даёт радость и восторг.

Таким образом, **пришли к решению и креативной концепции – «Весь фокус в качестве»** (фокус использовали двойко: как точки зрения фокуса внимания, так и сточки зрения фокуса-запланированного действия в цирке).



4.2 Интеграция модели S.C.O.R.E. в рамках метода «Нейрографика» и Метода Киплинга

Этапы проведения встреч по генерации идей по Методу

Киплинга.

Метод основан на известном стихотворении Редьярда Киплинга. Суть — проанализировать проблему и развить идеи с помощью вопросов «что?», «где?», «когда?», «как?», «зачем?» и «кто?». Метод подойдёт для работы с конкретными задачами в команде и самостоятельно.

Процесс:

- Сформулировать задачу.
- Задать объекту рассмотрения шесть основных вопросов: «что?», «где?», «когда?», «как?», «зачем?» и «кто?».
- Ответив, перейти к дополнительным. Это поможет всесторонне рассмотреть проблему:
 - ✓ Сколько?
 - ✓ Почему бы и нет?
 - ✓ Каков срок?
 - ✓ В каком месте?
 - ✓ Кто с этим справится?
 - ✓ Где ещё?
 - ✓ В чём состоит проблема?
 - ✓ Где это происходит?
 - ✓ Когда это происходит?
 - ✓ Почему это происходит?
 - ✓ Как преодолеть эти трудности?
 - ✓ Кого надо привлечь?
 - ✓ Как узнать, что проблема решена?
- По ходу креативной сессии выписывать ответы и новые возникающие вопросы.

Накладываем метод Киплинга на модель S.C.O.R.E в рамках метода Нейрографика.

Модель S.C.O.R.E в рамках метода «Нейрографика».

Композиция строится на линии времени.

Модель расшифровывается как:

- S – симптом
- C – причины

- O – желаемый результат
- R – ресурсы
- E – отдалённые эффекты

С помощью модели S.C.O.R.E. набираем композицию, далее двигаемся по базовому алгоритму Нейрографики, задавая вопросы по Методу Кипплинга.

Собираем группу 5-9 человек.

4.2.1 Совмещая эти два метода, получаем следующий процесс генерации идей:

1) Активизируем нейронные связи.

Даём аудитории 2 минуты и участники на скорость пишут всё, что приходит им в голову, когда они думают о её решении.

Это могут быть мысли о формулировке задачи, известные методы решения, связь этой задачи с другой, ассоциации с фильмами, любыми предметами/процессами, кейсы с решением подобных проблем, аналогии, метафоры и т.д.

2) Далее на доске/флипчарте рисуем круг с симптомом (вопросом/проблемой) – подписываем.

На данном этапе мы отвечаем на вопрос «Что?», «Что не так?» или «В чём состоит проблема?»

3) Проводим линию времени. Отвечаем на вопрос «Где?» - показываем, где есть сейчас, где будущее.

4) В будущем рисуем желаемый результат. В нашем случае это креативное решение, которое приведёт к решению брифа.

5) Переходим к причинам (С – причины).

Засекаем 2 минуты и участники сессии пишут максимальное количество слов, отвечая на вопрос «Зачем?» или «Почему это происходит?», «С какими трудностями сталкивается продукт?».

Каждый из участников выбирает по 2-3 наиболее весомые причины, выходит к доске и наносит его на поверхность.

6) Следующий этап – ресурсы (R – ресурсы).

Отвечаем на вопрос «Как?» или «Как преодолеть эти трудности?», «Что или кого надо привлечь?», «Что можем донести аудитории про продукт? Какие преимущества?», «Что продукт может им дать?». Засекаем 2 минуты и участники сессии пишут максимальное количество слов на данные вопросы.

Каждый из участников выбирает по 2-3 наиболее весомых ресурса, выходит к доске и наносит его на поверхность.

На каждом ресурсе задерживаемся и обсуждаем подробно, как он может помочь перейти от симптома к желаемому результату.

7) Далее шаг нанесения эффектов.

Даём 2 минуты участникам группы написать максимальное количество слов, отвечая на вопрос «Когда мы найдём креативное решение, какие будут эффекты?». Выбираем самые сильные и ценные. Это могут быть «увеличение продаж», «увеличение доли рынка», «увеличение лояльной к продукту аудитории» и т.д.

8) Итак, композиция набрана, начинаем совместно со всеми участниками Нейрографировать.

9) Переходим к следующему шагу базового алгоритма Нейрографики - скругление. Все участники начинают скруглять.

10) Далее этап Интеграция. Соединяем с фоном, скругляем. Если видим большие фигуры – выделяем. Наполнением цветом.

В процессе ведущим задаются вопросы:

- Какие яркие образы вы видите (если видите)?
- Какие ассоциации у вас возникают?
- Какие чувства вы испытываете?
- Какие связи вы видите между задачей, текущими фигурами и возможно решением?

Смотрим, какие круги из ресурсов и причин у нас выделяются.

Причины трансформируем в сильные стороны.

Ресурсы обводим, обсуждаем, какое/какие из них приведут нас к решению. Какие преимущества продукта – наиболее значимые и приведут

нас к решению. Как эффекты мы можем превратить в ресурс и т.д.

Далее смотрим, как желаемый результат связан с другими решениями. Смотрим где путь, возможно жирная линия-дорога проходит как раз через решение.

11) Проводим линии поля

12) Фиксируем решение – тот образ решения/креативной идеи, к которой мы пришли.

13) Тема 2.0. «Название креативной концепции»

Данная методика подходит как для группового проведения, так и для индивидуальной работы.

4.2.2 Кейс: Разработка креативной концепции для бренда «Hansa».

Клиент: бренд «Hansa» (бытовая техника для кухни).

Запрос: разработка новой коммуникационной креативной платформы для бренда «Hansa».

Группа – 6 человек.

Двигались по алгоритму выше - с помощью Метода Киплинга и модели S.C.O.R.E. Разобрали симптом и что сейчас не так, почему это происходит и какие причины, какие есть ресурсы и какие будут эффекты.

В итоге на этапе нейрографирования и скругления выделили причину «игра на коммуникационной территории, где больше всего конкурентов», а так как бренд маленький, он никак не выделяется среди остальных конкурентов. Превращаем её в сильную сторону – нужно играть на менее закаттаренных территориях.

Среди ресурсов выделили жирно территорию «Вдохновения» как основной ресурс, также из ресурсов выделился ресурс «Открытие/я» (отвечая на вопрос – «Что можем дать целевой аудитории?»).

В результате всего это родилась big idea «Вдохновляем открывать».

Далее начали развивать эту тему в плане духовки и пришли к вариации слогана «Дух открытий» (ассоциации со словами «духовка» и «открывать»).

Решение – креативная концепция «Вдохновляем открывать» (вариация сообщения «Дух открытий»)

5 Заключение

Таким образом, мы подробно разобрали творческий процесс в агентстве, на каком этапе подключаем метод «Нейрографика», как с этим меняется сам процесс и результат.

Помимо этого, как было отмечено, что уже проведено 2 встречи с штомингами идей по двум брифам. Практика показала, что метод «Нейрографика» легко интегрируется в процесс и даёт возможность действительно получать инсайты и генерить идеи. В результате двух штомингов было придумано по одной сильной идее, обе из которых в последствии купил клиент. Поэтому есть все основания предполагать, что интеграция метода «Нейрографика» в творческий процесс работы над идеями приводит к более качественным решениям и более ярким креативным идеям/концепциям.

Дальнейшие планы связаны с наработкой практики и кейсов по этим двум методикам.

Также на текущий момент я изучаю другие методы генерации идей и хочу интегрировать метод «Нейрографика» в другие методики. В итоге исследования данного вопроса вижу возможность прийти к новому методу генерации идей, основанному полностью на методе «Нейрографика».

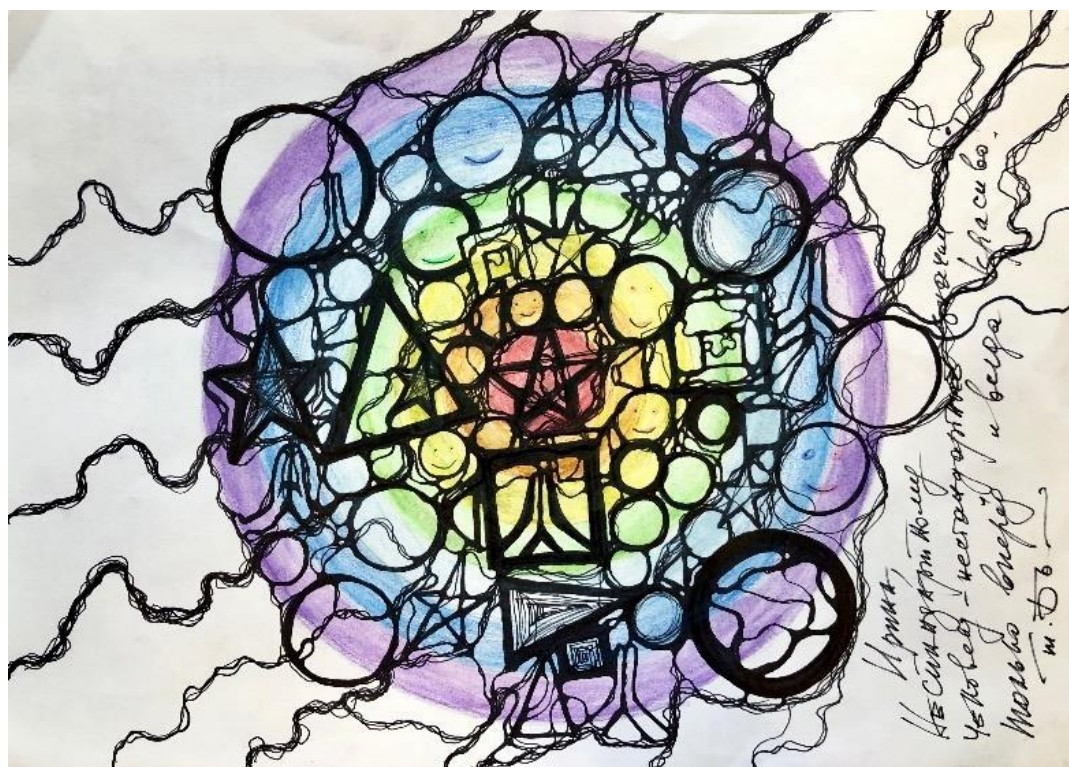
[Ссылка на дипломную работу Мельниковой Ирины в авторском стиле](#)

Работы Мельниковой Ирины

Тема: Многозадачность или как успеть во всех сферах жизни □



Тема: Мои личные качества



Автор:
Меньшикова Галина
Супервизор:
Лобанова Татьяна

Тема:
Её Величество НЕЙРОГРАФИКА или, как скорректировать своё рождение.

Часть 1

В работе "Феномен человека" французский философ, теолог, археолог, палеонтолог, биолог Пьер Тейяр де Шарден полагает, что человечество развивается благодаря импульсам общественного сознания, цель которого "...мечта, которую смутно лелеет человеческое научное исследование - это, в сущности, суметь овладеть лежащей за пределами всех атомных и молекулярных свойств основной энергией, по отношению к которой все другие силы являются лишь побочными, и, объединив всех вместе, взять в свои руки штурвал мира, отыскать саму пружину эволюции.." (1) Практически одновременно советский и российский учёный, писатель и переводчик, археолог, востоковед и географ, историк, этнолог, философ Лев Николаевич Гумилёв развивает теорию пассионарного скачка, где **пассионарии** - люди, принесшие на Землю идеи, знания, умения и сумевшие зажечь ими так, что они определили последующее направление развития страны, области науки или человечества в целом.(2)

Предметом нашего исследования является Нейрографика,- новый импульс на Планете,- условную половину которой составляет *графика*, искусство, в основе направлений которого, в свою очередь, лежит *рисунок*.

Как мы знаем из истории, рисунок существовал уже в те времена, когда у человечества не было письменности. Он родился как изобразительное письмо. Но на всех этапах развития искусства и на всех его направлениях рисунок присутствовал как подготовительный этап. Возможность запечатлевать простыми средствами: углём, мелом, цветными глинами, позже графитом, красками, чернилами на любых материалах: камне, глине, коже, дереве, папирусе, бумаге, полотне позволила рисунку стать своеобразной "записной книжкой", "дневником" художника, и зодчего.

Анализируя работы прошлого уже в Древнем Египте находят не просто

подготовительные рисунки, но рисунки проработки фигур,голов, поз, интересных моментов движений человека, планы и разрезы зданий, эскизы росписей и фресок.

Во все времена, несмотря на строгость традиций художественных школ, художникам был присущ поиск нового. Так искусствоведы считают Тинторетто, а затем и Эль Греко первыми модернистами. В XV веке впервые прозвучало художник *впечатления*. Так современники называли Сандро Боттичелли.

Начиная со средних веков, художники всё больше стремились уйти от копирования человека и природы, привнося новые мотивы и, рождая новые техники. Но поиски коснулись не только живописи, но и рисунка.

Самостоятельное значение рисунок приобрёл тогда, когда стали использоваться для иллюстрирования религиозных книг.

Новое социальное звучание рисунок приобрёл во второй половине XVв., когда нидерландский художник Иероним Босх, создавая его по законам композиции и, используя техники рисунка, наполнил его новым содержанием. Это была и сатира, и представления, из которых позже вырос сюрреализм.

Рисунок предоставлял большую свободу для эксперимента, а меняющееся время, развитие наук, литературы, растущие голоса против религии и политики давали живописцам и рисовальщикам пищу для проявления чувств и интеллекта.

Во второй половине XIX в. возникают объединения художников, для которых становится важна идея их творчества, а не традиции той или иной школы.

Импрессионизм. Возник в 1860г., окончательно сформировался как направление в 1873 на выставке "Салон отверженных" во Франции, до конца XIXв был распространён в Европе и Северной Америке. Задачей импрессионистов было уловить и запечатлеть тончайшую игру света в природе. Impression = впечатление, которое вызывалось игрой цвета и света. Именно свет позволял передавать оттенки настроений и чувств.

Но как отмечал Поль Гоген: " Импрессионисты воспринимают гармонию мира, но не видят в нём цели"

Распад импрессионизма как движения породил в конце XIX – начале XX вв. множество новых направлений. Ещё сохранялись объединения художников, часто очень разных, но всё значимее становилась личность отдельного художника, а не его принадлежность к какой-либо школе.

В результате в конце XIX - начале XXв возник Постимпрессионизм - *Сезанн, Ван Гог, Гоген* - в противоположность импрессионизму -поиски вечного, постоянных материальных и духовных ценностей, не меняющих свою суть от освещения.

Фовизм. Возник в 1905 на выставке Анри Матисса и других художников, названных дикими за применение смелых, ярких тонов. В 1910г. после выставки серий работ "Импровизации и композиции" во Франции Василием Кандинским было положено начало - беспредметного искусства. В искусство врывался ум, вмещающий в символах (например, геометрических) бесконечное число образов и состояний.

Одновременно В.Кандинский был и вдохновитель движения "Синий всадник" - немецких *экспрессионистов*, которые ставили задачу изображения "внутренней, духовной стороны натуры". "Только через чувство - особенно именно в начале пути - может быть достигнуто художественно-истинное" - говорил Кандинский (3)Супрематизм (с 1913г.) - Казимир Малевич. Цель - "верховенство чистого чувства или восприятия в живописи – выражение беспредметности"

В 1915г. в Швейцарии, а затем и в других странах Европы, в Америке сформировалось антиэстетическое течение дадаизма, как форма отрицания классического искусства и тогдашней политики. Тайны мозга, развитие психологии всё больше будоражили художников.

Метафорическая живопись (Италия) 1917г. Джорджо де Киричко и Карно Карра поставили перед собой задачу отобразить чувство таинственного воссозданием образов из сновидений. Вслед за Босхом их считают предтечами сюрреализма.

В 1924г. Андре Бретон создал "Манифест сюрреализма" и образы подсознания и снов стали узаконенными образами искусства.

И, наконец, в конце XX в. зарождается Постмодернизм, как сплав различных стилей прошлого.

Модернизм. В искусстве XX в. - это было общим названием любой

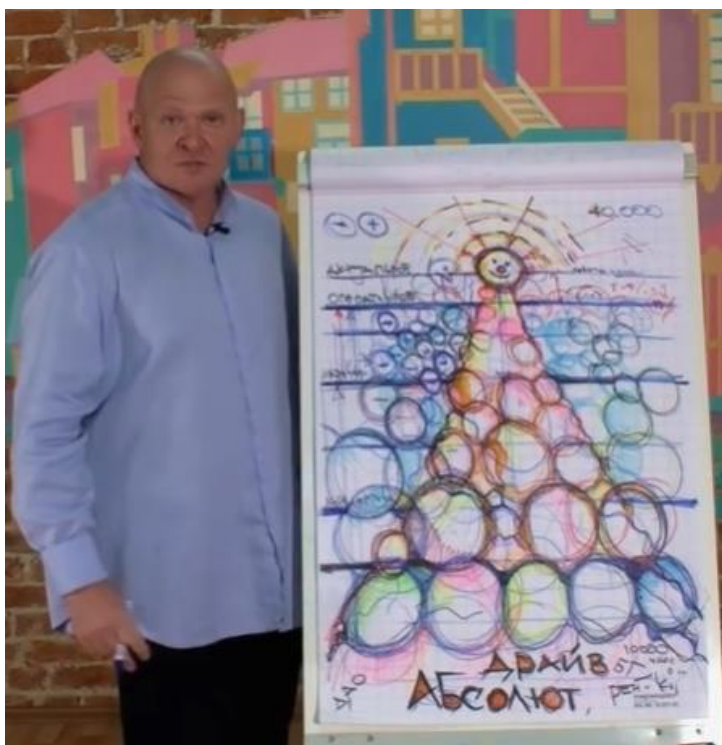
попытки художника отойти от традиций XIXв.

В конце 20-х годов XXв. в Советском Союзе были отменены и запрещены любые объединения художников.

Отход от традиционных художественных школ невольно потребовал от художников вложения личных идей, чувств, ощущений. Поэтому всё чаще звучит в художественных кругах разговор о чувствах в свете новостей психологии. В конце XIX - начале XX вв и живопись, и рисунок наполняются нереальными, парящими фигурами, уже нет копий реальности, на полотнах полыхает цвет, и фигуры геометрии рассказывают (кричат) о чувствах, конкретные материальные представители природы и человечества заменяются на символы.

«Рисунок – по словам народного художника СССР Бориса Угарова становится одним из главных средств образного познания и пластического отображения мира... Профессиональное владение рисунком - это крылья для полёта творческой фантазии". "... Живопись отказывается от лишних вещей, копий реальности, ненужной материи и концентрируется на знаке, на цвете, стремится говорить чистым языком чувства; такой художник уже не живет в мире сем – он рассеянно смотрит вокруг и ничего не видит, он растворен в творении" (4)

Это словно - о Нейрографике, в которой нет "копий реальности, материи", которая "концентрируется на знаке", используя в качестве



инструментов проявления геометрические фигуры - стереотипы сознания: круг, квадрат, треугольник и освобождённую линию, которая по определению автора метода Павла Пискарёва: "... не похожа сама на себя в любой части и идёт туда, где мы её не ожидаем", - Нейрографическую линию.

Павла Пискарёва, проводит рисующего человека по семи уровням

индивидуального и коллективного сознания, актуализируя соответствующие чувства и переживания. Отказываясь от отображения функциональности предметов, фигур, освобождая Нейрографическую линию, художник НГ проживает не только рациональные и эмоциональные состояния, он, согласно Пирамиде Пискарёва (5), погружается в индивидуальное и коллективное подсознание, способен постигать свою суть и достичь Абсолюта. На каждом из этих этапов в соответствии с решаемой проблемой происходит разблокирование доминант, -существовавших нейронных цепей и высвобождение соответствующих энергий. Когда вы смотрите на непривычные картины Нейрографики, на самом деле за этими необычными построениями существует совсем другая архетектоника, тонкие душевные движения и переживания, смятения, ожидания, надежды, элементы которых зрители могут лишь предчувствовать, но никогда не могут расшифровать и прочесть буквально. Но эти работы могут вызвать у зрителя резонансные переживания и резонансные ощущения энергий.

В Нейрографике при работе над одной темой у сотен рисующих не будет ничего обязательного для всех: ни изображений, ни выводов. Здесь каждый отображает свой путь, интерпретируя взаимоотношения фигур, линий, пространства и цвета.

Соответственно и нет законов, по которым следует судить нашему рассудочному мозгу, приученному всё оценивать и во всём находить определённые смыслы, эти творения: правильно - неправильно. Раскрывая суть событий, чувств, взаимодействий, пространство этих работ отнюдь не распаивается и не приглашает войти. Но будучи насыщенным эмоциями, энергиями, оно вибрирует и вызывает резонансные реакции, помогая зрителю в его жизненных ситуациях, одаривая озарениями, радостью, улучшением здоровья.

Откуда такие волшебные возможности? И тут мы переходим ко второй половине слова Нейрографика - нейро. Нейро - это от нейрона, из которых состоит наш мозг.

С самого детства наш мозг способен реальные объекты заменять образами. Лошадка может быть заменена прутом или шариками (Лошарик), мячик может стать куклой, дедом, бабкой и внучкой, рукавичка - щенком и т.д. Эти образы живут, взаимодействуют, наполняются смыслом, становясь основой мыслительной деятельности не только ребёнка, но и взрослого. И у кубистов, и у абстракционистов каждая фигура - образ, наполненный смыслом. При этом один и тот же образ, например, круга, шара в разных

ситуациях и у разных людей наполняется разными смыслами. И эти способности нашего мозга легли в основу Принципов Нейрографики:

1-й принцип. **Образ интегрирует смыслы.** (6)

А смыслы человек способен переживать, расширять, ассоциировать с другими образами и событиями. На этом выстроена система актёрского мастерства К.Станиславского, эти же способности питают психосоматику человеческих болезней. Это легло в основу второго и третьего принципов Нейрографики:

2-й принцип. **Смыслы концентрируют состояния** (7)

3-й принцип. **Проблема - порождение разума** (8)

90% информации наш мозг получает с помощью зрения. И на основе этой информации, промоделированной через внутренние состояния, соотнесённой с накопленным опытом, он принимает решения. Такая способность живого организма явилась основой следующего принципа:

4-й принцип. **Решение обладает качеством бионики** (9)

Одновременно это объясняет, почему проживая взаимодействие фигур на плоскости листа, наш мозг выстраивает новые нейронные цепи для решения своих жизненно важных задач. Во все времена художник (кроме протестующих) нёс в мир красоту и гармонию. И это тоже стало принципом Нейрографики:

5-й принцип. **Гармония ведёт к удовлетворению** (10)

И эффект реализации этого принципа человек непременно прочувствует всем своим существом, как только начнёт Нейрографическое рисование. В соответствии с Пирамидой сознания Павла Пискарёва, определив тему и погрузившись в рисование, человек попадает в индивидуальное подсознательное, где его тема раскрывается в опыте его отношений со своим внутренним «Я» и в опыте воплощений. Уже на этой стадии могут быть открытия, озарения, находки решений или внутреннее сопротивление, подтверждающее, где хранится доминанта, блокирующая нейронные пути мозга решения данной проблемы. На данной стадии рисующий проделывает так называемые скругления всех углов, возникших в рисунке.

Дело в том, что наш мозг обладает очень ценным свойством: если вы

освоили какой-либо навык или обрели какое-либо качество в одной области или виде деятельности, то оно будет вашим везде и всегда в любых ваших проявлениях. И, если вы проявили аккуратность, терпение (так как этого может быть очень много), фантазию при скруглении углов, то эти ваши качества проявятся и во внутренней работе мозга над вашей проблемой. И выполнив эту, кажется, техническую работу, вы вдруг ощущаете всем своим существом удовлетворение. Ваш рисунок обретает гармоничное звучание, тело расслабляется, отпуская зажимы и напряжения, а душа ощущает радость.

У человека, приходящего на консультацию, проблемы могут быть самого разного масштаба. Кого-то волнует, где найти средства на существование, а кого-то волнует - для чего он существует, что должен совершить в своей жизни, что освоить, что создать. Но в любом случае человек должен понимать, осознавать, что он хочет. "Мы обладаем только тем счастьем, которое можем понять" (11) И Нейрографика, как истинная волшебница, помогает человеку осознать его проблему, её причины и найти выход. В зависимости от развитости органов чувств человек лучше воспринимает либо зрительную, либо слуховую (звуковую), либо тактильную, либо вкусовую информацию. Либо читает историю событий по запахам. Часто лекторы иллюстрируют свой рассказ рисунком и это помогает усвоению информации.

С детства человек обладает наглядно-образным мышлением. С возрастом часть людей теряют способность представить образ более сложных событий, чем были в детстве. Но люди творческого склада, как правило, пользуются наглядно-образным мышлением всегда. Опираясь на эти свойства мышления, Нейрографика "разговаривает" с человеком.

Фигура на рисунке обозначает событие. В прошлом, настоящем или будущем. Фигура может символизировать и намерение. И тогда она становится побудителем достижения цели в будущем.

Линия несёт энергию, отображает направление, характер, движение, процесс происходящих событий.

Находясь во власти образов и смыслов, происходящего на листе рисунка, рисующий отвечая на вопросы, которые в ходе работы задаёт ему консультант, или он сам задаёт себе, следуя за рассказом ведущего, может разворачивать события, смыслы и мотивы бывших или будущих действий. Наступает прозрение.

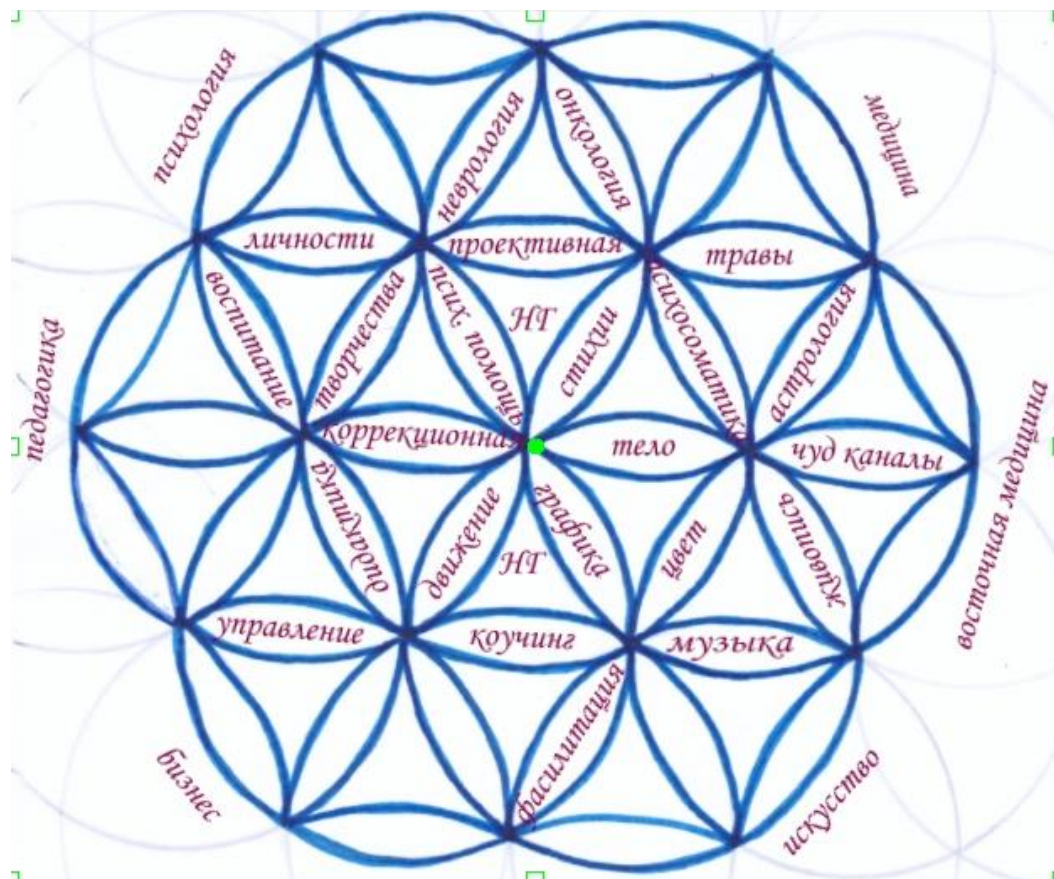
Подытоживая эти эффекты, автор Нейрографики Павел Пискарёв говорит о ней как об особом языке (12)

Работа с рисунком помогает концентрировать внимание до медитативной глубины. И тогда рисующий в своём подсознании опускается на уровень коллективного подсознания, проживая состояния "Я и другие", и даже уровень мифов и архетипов. Гармонизируя в рисунке взаимоотношения фигур и фона, человек выходит на новые ощущения. Его настигает вдохновение. Фиксируя в рисунке новые состояния, закрепляя решения, добавляя цвет, человек выходит на уровень взаимодействия с элементами или то, что на Востоке называют "энергетическими столбами". Здесь решение создаётся на уровне самости (сути). Здесь человек получит столько энергии, сколько способен безболезненно принять. Линии поля приносят высшие, более тонкие энергии. И, если вы не потеряли своего медитативного состояния, то можете оказаться в слое нежнейшего света, где разлито блаженство и откуда не хочется уходить. И тогда либо голос ведущего, либо память рационального страха потеряв себя вернёт вас в актуальное сознание.

Побывав в Абсолюте, именно так называется последний отдел пирамиды, символизирующий самый глубинный уровень нашего подсознания, где наши контакты выходят за границы материального, вы получите не просто новую энергию, вы получите время, то, что человек получает только при рождении.

Круг, квадрат, треугольник - главные фигуры Нейрографики. Именно их предлагают рисовать. И это совсем не страшно даже тем, кто никогда не рисовал (разве только круг в начале...) И это тоже принцип Нейрографики - десятый: Нейрографика. Рисовать просто.(13)С каждым рисунком смелость и уверенность возрастают, растёт скорость рисования. И хочется узнавать всё новые истории про круг, квадрат и треугольник, которые рассказывает автор, никогда не повторяясь, и каждый раз обнаруживая ключ к решению всё новых и более сложных задач.

Нейрографика организует создание новых нейронных связей нашего мозга, а сам мозг привлекает в эти цепочки необходимый опыт и знания, которые есть в его памяти. Поэтому Нейрографика работает с любыми областями жизнедеятельности человека. Это как тысячелепестковый лотос, где каждый лепесток соединяет разные уровни, создавая единство и красоту.



Работая с чувствами и мыслями, Нейрографика изменяет работу самого мозга, меняет сознание. Помогает рожать мысли, способные совершенствовать свой собственный орган. Создаёт новую, наполненную гармонией и красотой, жизнь

1.П.Тейяр де Шарден "Феномен человека". М.:Прогресс,1965 - с.198

2.Лев Гумилев. PASSIONARIUM. Теория пассионарности и этногенеза. М.: Издательство АСТ,2016

3. Василий Кандинский. О духовном в искусстве. - М.: Издательство АСТ,2018 - с.43

4.А. Силезиус и В. Кандинский. Corpus Letov. <http://corpusletov.ru/arte/idei/filosofiya-v-cvete/a-silezius-i-v-kandinskij>

5.Пирамида сознания. Павел Пискарев. <https://www.youtube.com/watch?v=fT9onOUfa5s&t=170s>

6.Павел Пискарев. <https://youtu.be/gDPNFpFxxv0>.

7.Павел Пискарев. <https://youtu.be/egRsk0pyIEo>

8. Павел Пискарев. <https://youtu.be/C6-iCyft9aY>

9. Павел Пискарев. <https://youtu.be/DvopPeOpduo>

10.Павел Пискарев. <https://youtu.be/zWpp-qYsyi4>

11.Морис Метерлинк. Мудрость и судьба.

12.Павел Пискарев. <https://www.youtube.com/watch?v=ECpr9-kDyTQ>

13.Павел Пискарев. <https://youtu.be/LIm0pv6UOao>

Часть 2

Сценарий вебинара

"Коррекция рождения"

Добрый день, дорогие участники вебинара! Сколько нас сегодня? Напишите, пожалуйста, в чате, откуда вы? Из каких городов и стран?

Чат

Спасибо! Теперь мы представляем, на какой части планеты Нейрографика сегодня даст ключ к решению этой проблемы.

В словаре русского языка, в речи разговорной и церковно-служебной мы часто встречаем слово **таинство**. Таинство венчания, таинство зачатия, таинство рождения, таинство крещения и другие таинства. Зачастую люди относят эти слова просто к обозначениям ритуалов. Но вот с 70-х годов прошлого века стали рождаться дети, зачатые искусственным путём, не в репродуктивной системе женщины, а, каких называли - "в пробирке", и по прошествии, теперь уже 50-ти лет, оказалось, что у этих детей есть проблемы с размножением. Их половые клетки, не получив соответствующего **опыта**, не научились **таинству зачатия**.

Именно на уровне клеток мы обучаемся противостоять микробам, вирусам, ядам, выживать при недостатке кислорода и с грязной водой, при отсутствии естественного питания и замене его на химические смеси. И в основе любого такого обучения лежит **опыт**.

Вся жизнь формирующегося человеческого **плода** - это **школа опыта**, школа подготовки к проявленной жизни. И в ней нет пустых моментов.

В середине прошлого века американский психотерапевт, доктор медицины Станислав Гроф провёл массу исследований, которые показали, что нарушения течения беременности и самих родов порождают изменения в механизмах формирования плода, формирования его психики, нервной системы, умственных способностей, в свою очередь, закладывают грубые дефекты личности, психогенные заболевания, неврозы, склонность к алкоголизму и наркомании, фригидность и импотенцию.

В соответствии с медицинским делением этапов беременности Гроф постулировал существование особых подсознательных механизмов её сопровождения и назвал их **базовые перинатальные матрицы -БПМ**. Их

четыре. И на этой основе Гроф создал модель родов человека - **Матрицу Рождения**, работая с которой можно получать не только терапевтические, но и эмоциональные, и психосоматические эффекты, личностную трансформацию.(1)

С. Гроф писал: "... перинатальный процесс выходит за рамки биологии и несёт в себе важные философские и духовные измерения"(2). Прожитый в перинатальный период опыт рождения-смерти может быть актуализирован теми или иными событиями в памяти человека и тогда это "...как правило, сопровождается экзистенциальным кризисом невероятного размаха, во время которого человек самым серьёзным образом задумывается о смысле существования, о своих фундаментальных ценностях и жизненных стратегиях. Этот кризис может разрешиться только через подключение к глубоким, подлинно духовным измерениям психики и стихии коллективного бессознательного".(2)

Невероятные, глубинные, всеохватные возможности БПМ, по сути - алгоритма развития на Земле, дали психологам и психотерапевтам возможность работы с широким спектром задач и определили дальнейшее развитие метода. Так, на этой базе родилась теория МетаМодерна Павла Пискарёва, принятая к докторской защите. С. Грофа интересовали причины тяжёлых психических расстройств и в результате многочисленных наблюдений он создал таблицу Психопатологических синдромов БПМ. Смотрите в презентации.

БПМ-I	БПМ-II	БПМ-III	БПМ-IV
РОДСТВЕННЫЕ ПСИХОПАТОЛОГИЧЕСКИЕ СИНДРОМЫ			
Шизофренические психозы (параноидальная симптоматика, чувства мистического союза, столкновение с метафизическими силами зла); ипохондрия (основанная на странных и необычных телесных ощущениях); истерические галлюцинации и смешение грез с реальностью	Шизофренические психозы (адские муки, переживания бессмысленного «картонного» мира); тяжёлая заторможенная «эндогенная» депрессия; иррациональные чувства неполноценности и вины; ипохондрия (вызванная болезненными телесными ощущениями); алкоголизм и наркомания, псориаз, язва желудка	Шизофренические психозы (элементы садомазохизма и скатологии, членовредительство, патологическое сексуальное поведение); тревожная депрессия, сексуальные отклонения (садомазохизм, мужской гомосексуализм, урлагания и копрофагия); невроз навязчивых состояний; психогенная астма, тики и заикание; конверсивная и тревожная истерия; фригидность и импотенция; невращения; травматические неврозы; вегетативные неврозы; мигрень; энурез и энкопрез	Шизофренические психозы (опыт смерти-возрождения, мессианский бред, элементы разрушения и воссоздания мира, спасение и искупление, идентификация с Христом); маниакальная симптоматика; женский гомосексуализм; эксгибиционизм

(В презентацию)

В конце прошлого века исследуя проблемы роста психических заболеваний на планете, (по данным ВОЗ в начале нашего века 400млн были больны и 340 млн страдали от депрессий) доктор медицинских и

философских наук, академик Горной академии РБ, ректор института Энергоминералотерапии Эмма Иосифовна Гоникман разработала **Генетическую Матрицу Рождения** (патент4430РБ). Которая позволяет диагностировать и лечить любые заболевания, в том числе слабые энергетические звенья развивающегося плода.(3)

Вместе со своим коллективом Э. Гоникман разработала таблицы диагнозов, причин нарушений и способов восстановления в соответствии со всеми точками 12-ти чудесных каналов.(3)

Исследования доктора медицинской психологии, доктора философии, астронома Евдокии Лучезарновой (Марченко), проведенные в 70-х гг. прошлого столетия показали, что нарушения беременности и течения родов не дают сформироваться и полноценной **Психологической матрице ребёнка**.(4)

В результате - у ребёнка будут трудности с обучением, его будут преследовать перевозбуждения и депрессии, он не сможет доверять миру и брать ответственность на себя и многое другое, с чем работают психологи. (4)

Но если в психологическом сеансе, в частности Нейрографической работы с Матрицей. Мы изменим **сценарий Матрицы Рождения** человека на новый, который не будет содержать ошибок и нарушений, произошедших в жизни конкретного человека, то получим те трансформации, о которых писал Станислав Гроф. Глубина погружения в подсознательное позволяет в этом случае получать трансформацию личности сравнимую по мнению Грофа "...с изменениями, происходившими в древних храмовых таинствах, в ритуалах посвящения или первобытных ритуалах перехода"(2).

Предлагаемая вам Нейрографическая работа поможет исправить ситуацию с нарушениями Матрицы Рождения и их последствиями. Эту работу вы можете делать как для себя, так и для своего ребёнка. Соответственно и все ответы на вопросы в ходе нашей работы выдаёте или о себе, если делаете коррекцию собственного рождения, или о своём ребёнке, если корректируете его матрицу рождения.

РАБОТА:

А сейчас в чате ответьте, пожалуйста, на несколько вопросов:

1.Поставьте, пожалуйста одну единичку, если ваше рождение было

жданым и желанным

2. **Двойку**, если вы родились девочкой, а родители ждали мальчика (или наоборот)

3. **Тройку**, если во время беременности родители ссорились

4. **Четвёрку**, если у родителей были мысли об аборте

5. **Пятёрку**, если при вашем рождении у мамы были схватки

6. **Шестёрку**, если при рождении были потуги

7. **Семёрку**, если в ходе рождения были задержки или оперативные вмешательства

8. **Восьмёрку**, если атмосфера вашего рождения была приятной, папа был рядом или недалеко.

9. **Девятку**, если ваш первый вдох был самостоятельным

10. **Десятку**, если ваше первое кормление было сразу после рождения

11. Поставьте, пожалуйста **две единички**, если вас вскармливали искусственно.

Чат

Спасибо! Мы сейчас всколыхнули осознанные и неосознанные чувства.

Напишите, пожалуйста, о своих ощущениях.

ЧАТ

Если у кого-то возникли тяжёлые неприятные состояния, тошнота, боли в сердце - откиньтесь на спинку стула, расслабьтесь, сделайте вдох на 4 счёта, задержите дыхание на 4 счёта, выдох на 4 счёта, задержите дыхание на 4 счёта. Повторите это упражнение 3-7 раз.

Слёзы, обиды, недоразумения, жалость, комок в горле - это всё принесла ваша память чувств из более или менее далёкого детства того ребёнка, которым вы были когда-то. Но сейчас вы более сильный человек, больше способны осознать, понять, простить, а главное, вы способны защитить того малыша.

Примите его к себе в сердце, окутайте его своим теплом, возьмите отныне его под свою защиту. Расскажите ему об этом.

Напишите, пожалуйста, что вам удалось прочувствовать

ЧАТ

Для любых изменений нужна энергия и гармония в нашем теле.

Проделаем небольшое упражнение на гармонизацию чакр:

1. Любым доступным вам способом войдите в поток. Это могут быть: молитва, микро медитация, знаки Рейки или ТаРей, лучи и другие знакомые вам техники.

2. Гармонизируем чакры. Если вы знаете их символы - используйте, если не знаете, работайте с ощущениями.

Упр 1,2,3,4

Как ваше самочувствие?

ЧАТ

Переходим к рисованию.

Возьмите бумагу формата А-3 или А-2, маркеры, карандаши и начнём создавать новую Матрицу Рождения по технике Матрицы МетаМодерна Павла Пискарёва.

1. Разделим лист на 4 квадранта.

В первом - правом верхнем квадранте пройдёт первый -эмбриональный - период развития плода. Он продлится 12 недель.

Определите здесь место мамы и папы, обозначьте их фигуры. Сегодня они у нас гармоничные и любят друг друга, и очень хотят, чтобы у них родился ребёнок. Они обсуждают, мечтают о вас. **Прочувствуйте это** и найдите место в первом квадранте для своей фигуры.





2. За 12 недель развития у эмбриона должны сформироваться все органы и все системы будущего человека. В мозгу в это время рождаются 250 тыс нейронов в минуту.

Для такого невероятного строительства должна быть соответствующая материальная база.

Стихии: Земля, Вода и Воздух формируют тонкое и плотное тела. **Стихия Воды** обеспечивает единение семени и яйцеклетки. **Стихия Земли** - развитие костей и позвоночника, **Стихия Огня** – созревание яйцеклетки до её внедрения в матку, **Стихия Дерево** обеспечивает рост и развитие, **Стихия Металл** - энергетические процессы развития.

Рисуем их присутствие в 1-м квадранте.

Согласно китайской теории У-Син ещё до формирования органов в эфирном и астральном образованиях эмбриона существуют их энергетические прообразы, благодаря которым и идёт создание органов.

В образовании основных энергий эмбриона участвуют **пять элементов и планеты**: под управлением **Плутона**  формируется энергия **ЦИ** (тела), которая в свою очередь взаимодействует с **Луной**  Под управлением **Нептуна**  зарождается энергия **Цзин (души)**. Под управлением **Урана**  рождается энергия **духа - Шэнь**, взаимодействующая с **Солнцем**.

Добавим знаки этих планет в рисунок.

Во время беременности мама как можно чаще гуляет на улице, с папой, с родными, с подругами, чтобы у малыша было много **кислорода (О)**, чтобы потом, в проявленной жизни у него были сильные лёгкие и он легко мог **творить**, чтобы для решения любой задачи у него был запас энергии и он быстро набирал необходимую информацию.

Во время беременности маме нужно как можно больше **купаться** (никогда не направляя струю душа на живот), **слушать журчание воды** чтобы в дальнейшем у ребёнка не было проблем с **астральным планом и меж половыми отношениями**.

Землю, все химические элементы, витамины мы получаем из пищи, овощей, фруктов.

Вспомните, может быть маме или вам очень хотелось какого-то определённого продукта или вкуса, может быть во время беременности вы ели мел или землю, особенно любили какие-то камни, украшения.

В Презентацию:

Для общения с высшим разумом нам нужна энергия **Ag (серебра)**.

Для хороших зубов и костей - **Ca (кальций)**

Для полноценного развития сознания, лёгкости обучения, своевременного включения генной памяти плоду необходимы **Mg(магний)** и **Cu(медь)**.

Для хорошего уровня гемоглобина и способности стабилизировать АД (артериальное давление) плод должен получать **Fe (железо)**

Для владения наблюдательностью и анализом человеку нужен **B(Бор)**

Для изобретательности и умения приспособливаться в мире -
Ве(Бериллий)

Для мудрости и мощи - **Не (гелий)**

Для полноценного усвоения глюкозы - **Ка (калий) и Р(фосфор)**

Для полного владения психической энергией - **Li(литий)**

Для активного проявления в мире рождения и его быстрого постижения
- **Н(водород)**

Если вы считаете, что вам в жизни не хватало какого-либо элемента, добавьте его знак в зоне стихии Земля. Мы создали композицию из фигур. Теперь в соответствии с основным алгоритмом соединим фигуры НГ линиями, обеспечив процесс полноценными потоками энергии.

Окружим всё это таинство большим кругом нашей любви. Сделаем скругления там, где вы ещё не успели их сделать. С 8-й недели эмбрион различает горькое-сладкое, с 9-й -вырабатывает гормоны, в том числе адреналин и делится ими с мамой. К концу эмбрионального периода плод рецепторами кожи различает звуки, свет, энерго воздействия.

Он ощущает себя как в чашечке тюльпана, шёлковые лепестки создают уют, сладкий нектар доставляет удовольствие.

Прислушайтесь к реакциям своего тела. Что вы чувствуете? Как вам здесь?

ЧАТ

Переходим ко 2-му квадранту

(Информация о развитии плода с 14-й по 29-ю недели – в презентации)

Здесь мы разместим события второго триместра беременности, развития плода (так он теперь официально именуется). Все системы и органы сформированы, теперь они будут расти и развиваться. Появляются первые волосики, сформированы 20 молочных зубов.

Текст презентации

На **14-й** неделе окончательно сформированы половые органы и нёбо. Плод начинает рефлекторно сосать палец. Поджелудочная железа вырабатывает инсулин, начинает работу гипофиз - координатор всей эндокринной системы.

На **15-й** неделе плод весит 70г. Весь покрыт волосками, строит гримасы, морщится, хмурится, щурится, плачет, если родители курят. Это засвидетельствовано на уникальных фотографиях шведа Леннарта Нильсона. Он в течении 10-ти лет фотографировал через сервикальный канал развитие плода, начиная с первого деления клеток. Изображения увеличивались электронным микроскопом. За эти и другие работы Нильсон стал членом Шведского медицинского общества, получил почетную докторскую степень по медицине, почётный доктор философии двух университетов в Швеции и Германии, получил Золотую медаль Королевской шведской академии инженерных наук.(Возможны фото)

На **15-й** неделе сон и бодрствование плода и мамы синхронизируются. Поэтому очень важно, чтобы у мамы был **Режим дня**. Этот **ритм** создаёт у ребёнка уверенность, что всё будет стабильно, формирует базовое доверие к миру.

На **16-й** неделе **у девочки на основе генетики маминой мамы(будущей бабушки плода) формируются половые клетки её будущих детей**. Открываются глаза плода. С помощью рук он активно изучает пространство. Вместе с этим в половые клетки закладывается генетическая информация о наследственных заболеваниях линии бабушки. Поэтому ряд болезней передаются по женской линии и через поколение

На **17-й** неделе ручки и ножки плода становятся пропорциональны телу, плод уже весит 150г. Начинается формирование подкожного жира и тело теряет прозрачность. Во сне его глаза начинают быстро двигаться, как при сновидениях.

18-я неделя. Плод чётко различает голоса родителей, пугается громких звуков.

19-я неделя. Плод резко реагирует на духоту, перевозбуждение мамы, шоколад. Закладываются коренные зубы.

20-я неделя. Появляется похожесть на родителей, хорошо сгибаются ручки и ножки.

22-я неделя. Масса - 500г., чётко реагирует на прикосновения, за три последующих недели его мозг увеличится в 5 раз.

23-я неделя. Мозг плода контролирует все жизненные функции организма, чувства, движения, дыхание. В лёгких выделяется вещество, которое позволит после рождения им развернуться и наполниться воздухом.

24-я неделя. Масса -600г., длина- 33 см. Сформирован вестибулярный аппарат. Плод активно реагирует на обращения к нему.

26-я неделя. Плод тщательно ощупывает стенки матки, пуповину, своё тельце. Идёт подготовка к выходу.

На **28-й** неделе плод поворачивается головкой вниз. Начинается стремительный рост и набор массы.

29-я неделя. Плод проявляет характер, по-разному реагируя на продукты, звуки, свет.

Вспомнили? А теперь, пожалуйста, ответьте в чате на вопросы и:

1. поставьте **один !**, если у вас есть или иногда возникают страхи, присутствует чувство незащищённости
2. **Два !!**, если вы не доверяете миру
3. **Три !!!**, если вы уверены в себе
4. **Четыре !!!!**, если родители во время беременности ссорились
5. **Пять !!!!!**, если была угроза аборта
6. **Шесть !!!!!!**, если у вас есть наследственные заболевания

Прислушайтесь к себе. Что вы чувствуете?

ЧАТ

Переходим к рисованию.

Если вы или ваши родители во время беременности **курили (принимали алкоголь)**, сделайте во втором квадранте выброс, растворите его и сгармонизируйте эту энергию.

Но не занимайте много места, так как у нас здесь ещё предстоит большая работа.

Рисуем

Что вы ощутили после выброса?

ЧАТ

В центре квадранта найдите **место плода**. Обозначьте его фигурой. По технике "Мандала - гармонизация Рода" обозначьте три – четыре поколения: родители, бабушки, дедушки, прабабушки, прадедушки.

Рисуем три-четыре концентрических окружности, на которых располагаем фигуры предков.

По женской линии плод получил гены бабушки и дедушки напрямую когда формировались яйцеклетки у мамы на 16-й неделе её развития.

Если вы знаете, что нужно удалить из наследия бабушки или дедушки

по женской линии, сделайте выброс.

В вашем рождении заинтересован весь Род. И он весь готов вас охранять и поддерживать своей энергией.

В последние недели триместра плод чутко реагирует на мамино настроение, ему важно, как стучит её сердце, какую музыку она слушает, какие песни поёт, какого цвета носит одежду, с кем и как общается. Он чуток к прикосновениям папы и отвечает на них, прикасаясь ручками и пяточками.

Добавьте эти необходимые для ребёнка элементы на рисунок (звук, ласки, свет, цвета)

Стихии по-прежнему сопровождают его развитие и вы можете добавить на рисунок фигуры тех, что вам не доставало или знаки планет. Или соединить НГ линиями стихии первого квадранта со вторым.

Вспомните, что вы недополучили от своих родителей и хотели бы получить или передать своему ребёнку. Добавьте это на рисунок.

И дальше по Основному алгоритму: объединяем фигуры, добавляем НГ линии, скругляем, гармонизируем, **слушаем, что происходит с нашими чувствами и ощущениями, какие мысли и образы возникают в голове**, и пишем об этом в чате

ЧАТ

Переходим к 3-му квадранту

С **30-й** по **38-ю** неделю длится третий триместр беременности

(Информация к презентации)

31-я неделя. Длина плода-40см, масса - 1600 г. Заканчивается формирование половых органов. **32-я** неделя. Все органы кроме лёгких функционируют полностью.

33-я неделя. Длина - 44 см., масса - 2 кг. Ребёнок живёт в ритме мамы, её звуки, питание, прогулки влияют на его активность.

34-я неделя. Рост - 47 см., масса - 2200-2300 г. Густеет первородная смазка, которой покрыта кожа. Ребёнок готовится к выходу.

35-я неделя. Рост - 47-48 см, масса -2300 - 2500г. Плод окончательно занимает положение для выхода.

36-я неделя. Идёт накопление жира, сосательные мышцы готовы к

работе, после рождения ребёнок будет голодным и попросит есть.

37-я неделя. Исчезают пушковые волосы, движения пальчиков становятся более точными.

38-я - 40-я недели. Подготовка к родам и рождение

Всё, что было необходимо для развития в предыдущих триместрах, сохраняет свою надобность и в третьем, но вкус у плода становится тоньше, требования к наличию кислорода и движений больше. Музыка нравится не всякая, какие-то платья, халаты мамы могут стать для него нелюбимыми.

За последний триместр плод должен набрать от 1-го до 1,8 кг массы, вырасти на 12-14 см. Мозг должен успевать за этими стремительными изменениями. Работают все органы и системы кроме лёгких. Пока нет полноценного дыхания.

На **36-й** неделе начинаются нерегулярные тренировочные схватки. Плод ощущает, что его **изгоняют**. Это вносит напряжение в его жизнь и неопределённость. И очень хорошо, чтобы мама в это время разговаривала с ребёнком и рассказала, что ему предстоит очень важный переход. Это потребует упорства, напряжения всех сил, внимания, точности действий: "но ты всё сможешь, ты готов. А я тебя встречу. Я тебя жду!

"Исследования немецких и американских учёных показали, что ребёнок в возрасте 2-6 месяцев узнаёт даже сказки, которые мама ему читала до его рождения.

Ребёнку предстоит пройти через **смерть**. Та жизнь, что была, - закончится. Родовыми путями он будет сжат так, что только **чувствознание цели** даст силы и веру, чтобы выйти с улыбкой, криком победителя или с обидой непонимания.

Из него будет выжато всё, он будет очень голоден и попросит есть.

Как его здесь встретили? - Радость, улыбки, тепло. Добрые слова: "Какой богатырь! Какая красавица!" - и ребёнок ощутит, что попал в **дружелюбную среду**.

В старые добрые времена ребёнка **сразу прикладывали к материнской груди**, иногда до перерезания пуповины. И он успокаивался и засыпал **уверенный, что здесь для него всё готово**.

Итак, для третьего квадранта важно:

- 1) чтобы ребёнок ощутил **схватки и принял решение, осознал цель;**
- 2) чтобы ребёнок **ощутил потуги и понял, что надо действовать;**
- 3) чтобы **переход** в новую среду был **естественным;**

Рисуем:

Определим место плода в квадранте Обозначим фигурами необходимые стихии, планеты, элементы Добавим необходимые для этого квадранта качества.

Переход в новую среду будет принадлежать и третьему, и четвёртому квадрантам, поэтому подумайте, какие качества вам необходимы в третьем, а какие - в четвёртом квадрантах Сделаем выбросы, если были хирургические вмешательства и их последствия Добавим треугольник активности плоду, добавим энергии (спираль правосторонняя) и плоду, и маме.

Объединяем фигуры НГ линиями, делаем скругления.

В результате всего, что мы заложили в трёх триместрах, в четвёртом квадранте мы получим: Спокойного, уравновешенного, улыбчивого, радостного ребёнка, полностью доверяющего этому миру, способного преодолевать трудности.

Это деятельная личность, готовая не ждать, а действовать, способная определять цель и держать её в фокусе внимания.

Он умеет радоваться окончанию дела и получать от этого удовлетворение.

Он знает, что здесь всё готово для него и можно взрослеть, он уверен и готов брать ответственность на себя.

Психология и психика плода сформированы, он готов взрослеть

В **1V квадранте** по технике мультиролевой личности определите место родившейся личности и её размер.

Определите фигуры и размеры **качеств**, которыми он обладает, расположите их вокруг фигуры ребёнка. Все эти качества - результат того, что пережил плод за три триместра беременности, соответственно, они связаны друг с другом и являют **результат** того, что вы создали.

Соедините НГ линиями качества 1V квадранта с соответствующими

фигурами других квадрантов Выделите большие фигуры по всему полю рисунка (1-4квадранты) скруглите, поработайте с цветом.

Прочувствуйте, что с вами происходит.

Объедините с фоном.

Что вы ощутили?

Добавьте Линии Поля.

Опишите свои ощущения

ЧАТ

Коррекция Матрицы - это, конечно, кейс. И в зависимости от глубины диагностики он нуждается в соответствующей проработке.

Наработаны материалы психологических синдромов из-за недостатка той или иной стихии, но это тема уже для отдельного вебинара.

Благодарность слушателям.

1.Гроф С. За пределами мозга.- М.: институт Трансперсональной Психологии, Издательство Института Психотерапии,2000. - с. 120

2.Гроф С. За пределами мозга.- с. 119

3. Гоникман Э.И. Психосоматика в восточной медицине. Клиника. Акупунктура. Гомеопатия. - Мн.: Сантана,2003

4.Марченко Е.Д. Обрети себя. Учебно-методический фильм. - С-П.: Авторский центр "Радатс", 2000

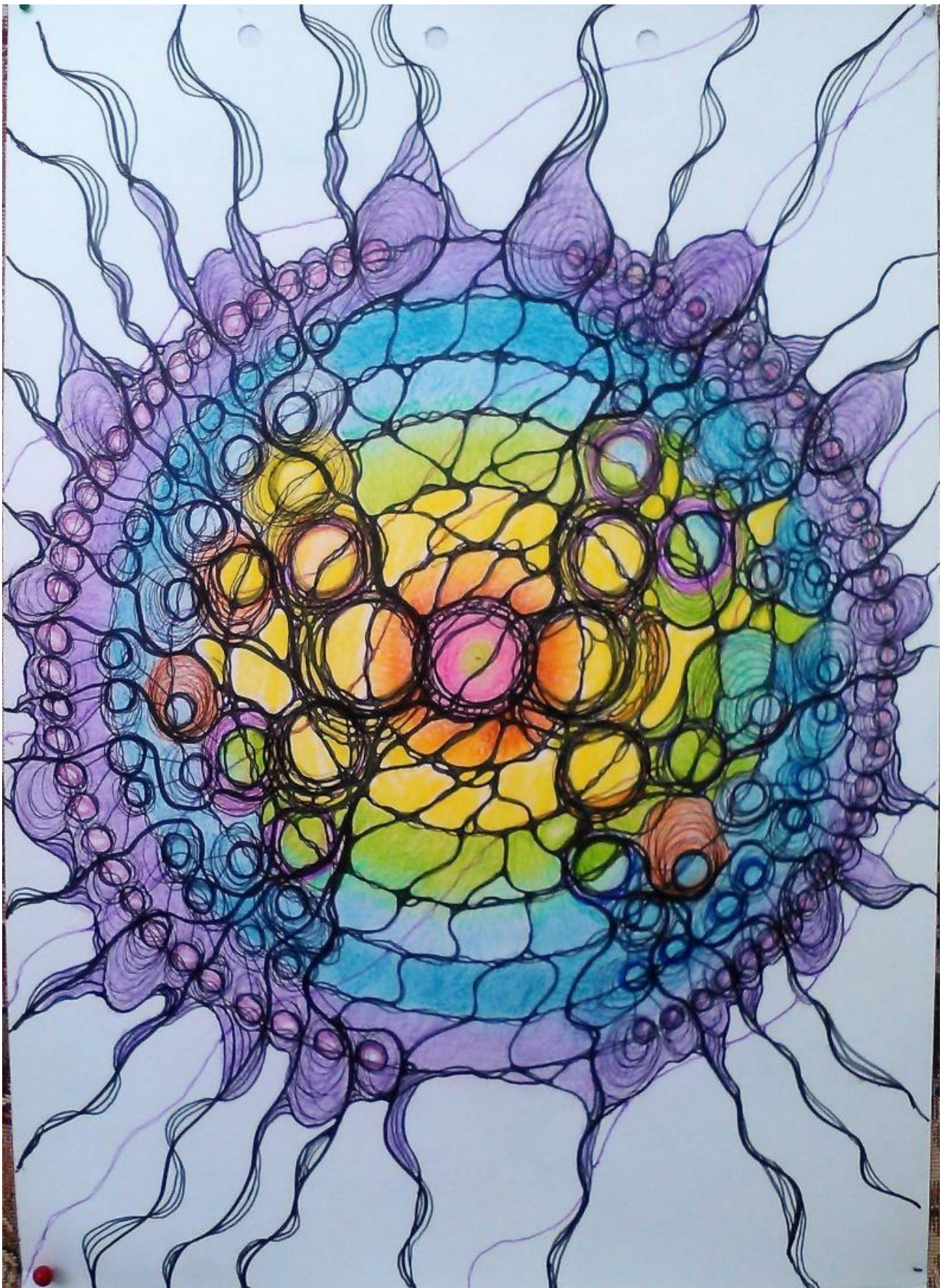
[Ссылка на дипломную работу Меньшиковой Галины в авторском стиле](#)

Работы Меньшиковой Галины

Тема: Мой круг общения



Тема: Гармонизация семи колен Рода.



Автор:

Мешкова Елена

Супервизор:

Демидур Елена

Тема:

**Нейрографика - творческий метод сопровождения
людей в проектах.**

Введение.

Я знаю это состояние, когда что-то делаешь впервые, когда на тебя обрушивается огромный поток информации, возможностей, людей. И возникает состояние напряжения, неизвестности, неясности. Как только я чувствую эти границы, я иду решать возникший вопрос. Но решать так, чтобы вместо страха появился мой ресурс, силы и энергия для решения предстоящих задач. Иными словами возник драйв, интеллектуальный интерес. В такие моменты остро ощущаешь состояние, что ты идешь постоянно в новое. Я вновь что-то делаю впервые, удерживаю внутри интерес, принятие себя, я слушаю себя, а не только логически выверяю свои шаги. Но не всегда есть азарт. Иногда его сменяют уязвимость, усталость и сильное желание спокойной жизни. Все мы – обычные люди, со своими слабостями, с защитными реакциями, с зоной комфорта. Очень редкие люди сами осознают себя в этих темах и быстро меняются. Все испытания сегодня внезапны и менее предсказуемы.

Современная реальность такова, что приходится жить в мире: нестабильном, неопределенном, сложном и неоднозначном. Для такого мира придуман специальный термин – мир VUCA. Это акроним английских слов volatility (нестабильность), uncertainty (неопределенность), complexity (сложность) и ambiguity (неоднозначность). Мир VUCA – это мир, в котором задачи прогнозирования трудно реализуемы. Если ты хочешь быть эффективным в новых условиях, то ты развиваешься в определенной парадигме, всё время тренируешь способности видения, ясности, понимания, активности. По сути, это компетенции настоящего времени. На вызов VUCA – есть и ответ VUCA: vision (видение), understanding (понимание), clarity (ясность), agility (прыть). На сцене жизни появляются новые методы сопровождения людей в переменах, различные технологии направлены на то, чтобы найти те источники, те скрытые ресурсы, которые таит в себе

природа человека.

1. Физиология мозга. Немного информации о нас самих.

Давайте рассмотрим то, как работает наш мозг. Посмотрим на него с точки зрения отдела головного мозга и сточки зрения мозга, как функции определенного отдела мозга. Это довольно упрощенная модель, но она позволит понять, как функционирует мышление и эмоциональная сфера человеческого разума (Мэрилин Аткинсон, Рае Т. Чойс «Мастрество жизни»).

Три физические области мозга, каждая с уникальными функциями, которые формируют основу нашего разума, который взрослеет по мере роста и развития человека. Трехединое устройство мозга выглядит как: рептильный (ретикуляционная формация), эмоциональный (лимбическая система) и визуальный мозг (кора головного мозга – неокортекс). Существует четвертая система, которую можно назвать интеграцией. Она активируется, когда мы осознанно фокусируем внимание на какой-то важной цели, то мы объединяем три уровня мировосприятия и реагирования мозга.

Рептильный мозг – самая древняя формация мозга. Такая же есть у всех животных – от рептилий до млекопитающих. Этому мозгу свыше 100 млн. лет. Рептильный мозг представляет собой крошечное утолщение на верхнем конце позвоночного столба. Его главная функция – оберегать тело, обеспечивать его сохранность. Он отвечает за вопросы выживания, опирается на телесные ощущения. Он находится всегда в моменте настоящего времени.

Эмоциональный мозг – объединяет нас со всем миром млекопитающих, отвечает за наши эмоции, чувства. Возраст этого отдела приблизительно 50 млн. лет. Он охватывает вершину ствола головного мозга как маленькая перчатка. Рептильный и эмоциональный отделы мозга существуют вместе и действуют сообща, соединяя физические ощущения и эмоции, формируя активную память и восприятие настоящего. Эмоциональный мозг соотносит опыт прошлого с настоящим моментом, не оценивает будущие последствия. Еще одно свойство эмоционального мозга – он оперирует понятиями «да или нет», «правильно или неправильно», никаких компромиссов.

Визуальный мозг – главная способность этого отдела визуализация. Смотреть в будущее и достигать целей, позволяет работа правого и левого полушария мозга, формирующих его кору. Визуальной системе мозга около 2,5 млн. лет. Кора головного мозга занимает большую часть и имеет 16 трлн.

соединительных нейронов – больше, чем звезд в видимой части Вселенной. В отличие от эмоционального мозга, который связан с ассоциированными воспоминаниями прошлого, визуальный мозг оперирует диссоциированными образами, словно вы смотрите кино. Именно этот отдел отвечает за креативность, может моделировать будущее. Именно в работе этих трех отделов головного мозга хранятся все ответы на вызов современного мира, включение и активная работа всех систем и есть ответ на все вопросы, которые возникают в тех или иных областях жизни.

2. Применение метода «Нейрографика» в сопровождении проектов.

Вся жизнь состоит из проектов долгосрочных или краткосрочных. Есть макро проекты, например, прожить долгую жизнь. Есть микро проекты: приготовление обеда, чтение рассказа, написание песни и прочее. Это часть человеческого существования во всей её полноте – с целями и стремлениями, отношениями и вопросами познания. Как живут многие люди в наши дни? По-разному. Кто-то живет в полную силу, а кто-то оказывается в ловушке страха или замешательства. Кому-то в наследство достаются убеждения, которые заставляют их играть в игры, не приносящие полной удовлетворенности своего бытия. Даже если в жизни этих людей происходит что-то важное и ценное – это все равно не то, что им хотелось бы.

Способность управлять жизненными и проектными целями – современная потребность в новых условиях жизни. Люди с высокими запросами преодолевают свои ограничивающие убеждения с помощью партнерства, сопровождения специально подготовленных людей. Это люди помогающих профессий, чья деятельность направлена на сопровождение в переменах. Сопровождение способно сократить разрыв между уровнем, на котором человек находится сейчас и уровнем, на котором он хочет оказаться в будущем. Вся деятельность здесь заключается в том, чтобы пройти все этапы планирования и внедрения проекта, включать на каждом этапе интеграцию систем разума и головного мозга.

Людям свойственно суженное сознательное внимание, они могут фокусировать его на пяти-семи вещах каждый конкретный момент времени (число Миллера). Чтобы обратить ваше сознательное внимание на то, что вам нужно, придется лишиться этого внимания какой-то предмет, чтобы сфокусироваться на новом. Сознательный разум стремится служить сознательным намерениям. Сознание – это фокусируемое «устройство», управляющее вашими намерениями. У него есть ограничения – не видеть большой целостной картины – всего спектра вариантов будущих решений и

возможностей, которые открываются перед нами, как только мы расширяем границы нашего внимания.

Основой нашего бессознательного разума является внутренняя целостная система восприятия. Всё что выпадает из внимания сознания в конкретный момент, попадает в систему бессознательного. Бессознательный разум огромен и охватывает все сферы потенциальных внутренних открытий. Он охватывает всё, чему вы могли бы уделить внимание, если бы захотели. Из-за быстрого темпа повседневной жизни сознательный разум фиксирует важные и неотложные дела и уделяет лишь крошечную долю внимания видению и ценностям.

Бессознательный разум нацелен на изучение и поиск возможностей. В основном он сформирован сильным внутренним центром смысла-видения, позволяет разглядеть и осознать целый ряд вариантов важного внутреннего выбора. Это значит, что бессознательный разум направляет ваши поиски к оптимальному для вас будущему. Сознательный разум как система формируется на основании более ранних выводов о происходящем. А бессознательный разум может представлять картины будущего, исходя из возможностей. Когда вы видите возможности и можете сопоставлять различные варианты, вы способны наиболее успешно действовать, чтобы достичь цели, реализоваться в проекте.

Задачи сопровождения людей в их проектах, по сути, заключаются в том, чтобы перевести намерения на новый, более высокий уровень, и настроить, соответствующим образом, фокус внимания. Люди приобретают новые привычки, которые дают им возможность быть более целостными, опираясь на собственные ценности, более гармонично и гибко выбирать цели. Именно в этом вижу секрет развития людей в современных условиях неопределенности, нестабильности, неоднозначности и сложности.

Я буду говорить о Нейрографике - творческом методе сопровождения. В этом сопровождении люди сами определяют, как им управлять проектными и жизненными целями, удерживая фокус внимания на переменах, отвечающих потребностям современной жизни. Творческий метод сопровождения помогает создать расслабленное и вместе с тем рабочее пространство.

Он предполагает использование определенного алгоритма, направленного на обучение человека видению в своих рисунках некоего смысла и осознание связей между рисунком и внутренним миром, а также развитие интроспекции и рефлексии.

Рисование в определённом алгоритме, определённой последовательности не просто способствует развитию, но и связывает между собой важнейшие функции: зрение, двигательную координацию, речь, мышление.

Основные принципы в творческом методе сопровождения - это то, что:

- рисунок является выражением психических процессов субъекта;
- символический язык нейрографики более ёмкий и точный, чем слова;
- каждый человек способен выражать внутренний мир в визуальных формах, так он получает доступ к глубинным мыслям и чувствам бессознательного;
- к любому переживанию, личному опыту можно создать рисунок, отражающий эти переживания.

Нейрографика – метод развития человеческого потенциала, используется с целью гармонизации отношений, для личностного роста, с целью изменения качеств сознания, развития правого полушария, то есть интуиции и ориентации в пространстве. Иными словами этот метод позволяет развивать креативность как постоянно присутствующий внутриспсихический ресурс личности, развитие которого в свою очередь помогает в реализации собственного потенциала в разных видах деятельности.

3. Техники сопровождения направленные на снятие сопротивления.

Всем людям приходится преодолевать различные испытания. Все, кто поставил перед собой цель, знают, что на пути к ее достижению они столкнутся как с положительными, так и с отрицательными моментами. У многих людей наблюдаются закономерности поведения: реализуя проект, на одних стадиях они уделяют ему необходимое внимание, а на других привычки и убеждения оказывают противодействие, мешают завершению задуманного. Пока конфликтующие внутренние потребности борются, овладеть вниманием человека очень трудно. Иными словами мы встречаем сопротивление переменам, которое не дает предпринять какие-либо действия. Понимание как нейтрализовать подобное сопротивление, возможность обойти внутреннее препятствие, делает нас эффективнее в реализации своих проектов.

Эта деятельность позволяет нам сосредотачиваться на определенной области и обогащать себя, изучая каждый шаг. Существует четыре ступени развития, которые помогают осуществить любую мечту. Из них вытекают

четыре стадии планирования, что позволяет придать проекту нужную форму.

Первая стадия – это стадия вдохновения, когда идея вас вдохновляет, и вы решительно собираетесь двигаться к цели.

Вторая стадия – внедрение. Вы изучаете, как добиться результата, определяете план действий.

Третья стадия – стадия приверженности. Вы чему-то уже научились и продолжаете действовать, развивая и совершенствуя свои навыки.

Последняя четвертая стадия – завершение проекта, успех. Когда вы уверенно завершаете то, что начали, вы обогащаете свою жизнь, ваше сознание преобразуется, вы чувствуете глубокую удовлетворенность.

Четыре стадии планирования помогают реализовать и завершить любой проект. Здесь важно намерение и внимание. В Нейрографике разработано множество техник, которые помогают на любом из этапов реализации проекта решить те или иные задачи. Можно работать с целями, прорисовывать пути достижения, составлять планы, работать по созданию видения и т.д. Мой личный опыт работы и сопровождения людей в проектах показал, что этот метод позволяет очень экологично создавать те самые изменения, которых ждут люди (приложения к дипломной работе, специализация инструктор нейрографика /коуч).

Мною было проведено несколько встреч с людьми, которые на разных этапах реализации своих проектов встретились с препятствиями внутреннего характера – сопротивлением. В ходе выполнения базового алгоритма как техники по снятию ограничений, люди отмечали изменение своего отношения к их проблеме. Задача, с которой они входили в процесс нейрографика, трансформировалась (приложение к дипломной работе, 2,3,4,5 слайды).

Авторов рисунков объединяет общее, у каждого есть какой-то вопрос, который они задают себе, но ответа пока не находят. С каждым начинаем выполнять алгоритм пошагово: определяем тему, выписываем ассоциации в заданной теме, ответив на вопрос: «Почему мне от этого плохо?». Выписываем желаемые эффекты от процесса рисования, желаемые результаты вообще в той теме, с которой проходит работа.

Создаем «выброс». На этом этапе каждый участник процесса работы в этом методе уже столкнулся с сопротивлением, у всех эта степень выражена по-разному. Общаемся об этом. Рассказываю про следующий шаг в алгоритме, каждый участник выделяет фигуры и проводит округление углов, выполняет сопряжение фигур. Говорим о чувствах, которые возникают в теле, об эмоциях, которые сопровождают рисование. Продолжаем рисовать,

выполняя следующий шаг алгоритма и так по всем этапам.

Что в итоге людям удалось создать? У каждого были свои находки, свои открытия, но как общая тенденция отмечаю, что фокус внимания сменился: кто-то осознал, что вопрос решает не в той плоскости; кто-то увидел шаги решения, вышел из работы с готовым планом для дальнейшего развития; кто-то почувствовал прилив сил и воодушевление, осознал, что всё необходимое для реализации уже с ним, важно верить в свои силы, смелее действовать, доверять потоку.

Эти результаты людей для меня говорят о том, что Нейрографика как метод, основанный на творческом сопровождении людей в переменах, позволяет обойти сопротивление, перейти на следующую стадию проекта, а значит, позволяет каждому стать гармоничнее и целеустремленнее.

Когда человек только знакомится с творческой формой сопровождения Нейрографикой, то с целью повышения эффективности встречи, фокус внимания смещается на визуализацию запроса, тему клиента. В такие моменты, я не прошу клиентов освоить Нейрографическую линию в полной мере, не требую выполнения всех шагов базового алгоритма, иногда бывает достаточным вынести внутреннее переживание на поверхность листа, установить связи с каждым из объектов темы. Уже этого одного порой хватает, чтобы возникли моменты инсайтов и озарения: «О, так вот почему я не продвигаюсь!», либо: «Оказывается, я всё время не там ищу решения, они находятся здесь ...». Люди замечают неэффективность своего поведения, замечают то, где у них расположены ресурсы, люди вдохновляются, ощущают себя воодушевленными, возвращают себе уверенность в том или ином вопросе (приложение к дипломной работе бой слайд).

Поскольку проекты бывают разного уровня сложности, множество факторов влияет на успех, а люди находятся на разных уровнях внутренней готовности работать с тем или иным объёмом задач, возникает потребность в сопровождении проектов. В этом сопровождении направлено внимание на активизацию скрытых ресурсов, на творческое решение возникающих задач. Так среди людей, с которыми я работала в сопровождении, мы выполняли технику SCORE, рисовали НейроДрево (приложение к дипломной работе, 7ой слайд), работали на линии времени, работали с многозадачностью. Иногда в сопровождении появлялись шаги не входящие в известные и описанные технологии, эти шаги возникали в той творческой реальности, в которой находился клиент. Вопросы и шаги в процессе рисования возникали естественным образом, выходя из логики взаимодействия. Для меня это

является показателем, что Нейрографика как метод настолько гибок и универсален, активы Нейрографики можно адаптировать в любых условиях, для любых задач клиента.

Как ещё одной важной составляющей в эффективном сопровождении проектов хочу отметить особое переживание – состояние потока. Для него характерно соответствие наших умений сложности поставленной задачи, наличие цели и четких правил игры, обратной связи, позволяющей судить об успешности собственных действий. Степень концентрации внимания в этом состоянии настолько высока, что человек оказывается неспособен думать о чем-либо постороннем или тревожится о проблемах. У него теряется ощущение собственного Я, искажается чувство времени. Ощущения в этом состоянии так сильны и благодатны, что мы снова и снова готовы возвращаться к этой деятельности, не останавливаясь перед возможными трудностями и опасностями и мало интересуясь, что получим в итоге.

Вывод.

Сейчас вспоминаю начало обучения на инструкторском курсе. Вспоминаю те цели, которые ставились на 9 месяцев обучения. Тогда в самом начале обучения я говорила о том, что мой личный опыт и наблюдения показали, что процесс рисования позволяет создать особое пространство, в котором главным инструментом становится язык изобразительный. Линия, цвет, пятно – главные буквы в изобразительном алфавите. Случай мне помог, я узнала о Нейрографике. Меня очень заинтересовало то, о чем говорит Павел Пискарев. С интересом смотрела видео, рисовала, смотрела, как рисуют другие. Больше всего меня привлекает в этой области легкость, изящность в работе, широта метода, некая универсальность. Эту область выбрала потому, что очень люблю рисовать, люблю развиваться, помогать другим людям. На вопрос о том кто я, приходили слова: «Проводник. Для меня важно: творчество и развитие, помощь и поддержка людей в их развитии». Сейчас подводя итоги, могу сказать, что ни от единого своего слова не могу отказаться. Всё это для меня также актуально и ценно. За период тотального погружения в Нейрографику, я познакомилась со многими талантливыми людьми, я погрузилась на такую глубину, о величине которой и не мечтала. Я столкнулась с личным сопротивлением, теперь я больше с ним знакома, я знаю на личном опыте, как с ним договориться, как его обойти, как управлять своими проектами легко, в потоке, с радостью.

Умение слушать, фокусироваться на человеке, слышать, что большего стоит за словами. Умение создать атмосферу доверия, партнерства,

поддержки. Умение вдохновить и поверить в свои силы. Все это про коммуникативные качества, которые мне удалось вывести на новый уровень способностей.

Ответственность перед взятыми обязательствами, целеустремленность и приверженность выбранному курсу – сопровождение людей в их проектах, а равно быть вкладом в дизайн души того, кто постучится ко мне в дверь. Мои результаты говорят о том, что самая главная ценность – это жизнь человека, её наполненность, полнота бытия. В этом направлении работаю с собой, работаю с людьми.

Я стремлюсь к профессионализму. Измеряется профессионализм, часами практики, обратной связью от клиентов, их достижениями. Вся деятельность лежит в плоскости личностного развития себя, развития людей, раскрытия творческих способностей, иными словами работать в потоке. Потокое состояние отмечаю и сейчас в своей работе, разница в легкости, в состоянии игры, азарта. В общем, всё это путь к мастерству.

Список литературы:

Аткинсон М. Мастерство жизни. Внутренняя динамика развития/Мэрилин Аткинсон; при участии Рае Т. Чойс; Пер. с англ. – 3-е изд. – М.:АЛЬБИНА ПАБЛИШЕР, 2014. – 214с. – (Серия «Трансформационный коучинг: Наука и искусство»).

Эдвартдс Б. Ты - художник!/ Б.Эдвартдс; пер. с англ. – 2-е изд. – Минск: «Попурри», 2011- 256с.6 ил.

Чиксентмихайи М. Поток: Психология оптимального переживания / Михай Чиксентмихайи; Пер. с англ. – 7-е изд. – М.: Смысл; Альбина нон-фикшн,2017. – 461с.

Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта – М.: Альбина Паблишерз, 2010г., 302с.

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

Работы Мешковой Елены

Тема: Моя жизнь как один проект



Тема: Моё счастье. Я развиваюсь



Автор:
Мифодовская Юлейна
Супервизор:
Медведева Валентина

Тема:
Мой путь в нейрографике.

Введение

Изначально я хотела взять более узкую тему для диплома, но потом поняла, что я хочу сказать намного больше чем то, что поместится в узкую тему. И она перешла всего лишь в раздел моей дипломной работы под названием «бисерные фигуры». Моя работа будет подведением некоего итога через два года после того, как я впервые услышала про Нейрографику.

С чего все началось? Все началось с болезни. Тяжелой болезни моей Матери. Она очень творческий человек, мало того, она – человек, который понимает как важно меняться внутри, развивать и улучшать себя. Это был тяжелый период когда она лежала в больнице и ее грызло не только ее здоровье, но и ментальные проблемы. Она начала искать что-либо, что помогло бы ей жить, что сделало бы ее жизнь проще. И она нашла видео в интернете, фактически случайно, это был один из первых видеороликов про Нейрографику. Она начала рисовать. И ей понравилось, ей стало легче. Я приезжала к ней в больницу с альбомами и маркерами. А она все рисовала. Выписавшись из больницы, Мама записалась на курс «Инструктор нейрографики», год ушел на обучение, мы вместе ездили на интенсив. Она – как ученик, я – просто как сопровождающее лицо. Но за это время я успела полностью прочувствовать атмосферу нейрографики и даже начала понимать и заучивать первые алгоритмы.

И с того момента начался мой путь. Сначала я прошла курс по классическому коучингу и окончательно утвердилась в мысли – мне очень нужна Нейрографика. И записалась на курс «инструктор нейрографики».

Моей целью было и есть – жизнь в творчестве. И Нейрографика отлично подходит для реализации этой идеи. Мне нравится жить с маркерами, мне нравится жить в творчестве, мне нравится жить в анализе жизни. И я хочу знать Нейрографику так глубоко, как только смогу. А самое главное – я хочу

ее чувствовать.

На курсе бывало тяжело, бывало легко, бывало очень тяжело, так, что мне приходилось «соскребать» себя со стола в шесть утра после ночи за рисованием. Но я получила то, что хотела на сто процентов. Сейчас я все еще хочу знать больше и глубже, но у меня уже есть чувство и понимание нейрографики. Далее – практика, открытие нового, осознание.

Этот диплом – сравнение. Того, что было когда я впервые услышала «Нейрографика» и того, что сейчас за ноутбуком печатает диплом. Мой путь – два года.

Когда я только начинала я не имела ни малейшего понятия о том, что такое коучинг, о том, что можно использовать рисунок не просто как красивую картинку. В начале моего пути было очень много вопросов. Но еще больше – сомнений. Нейрографика и коучинг – не то чтобы классические методы. А еще сложнее понять что это. И я очень долго витала в мыслях: а нужно ли оно мне? А вдруг это ...? А вдруг то ...? А вдруг это не работает и я разочаруюсь? А вдруг меня ждет что-то более нужное? Ну и так далее. Одним словом – я витала в себе и не знала что делать. А сил тогда очень не хватало.

Ну и пришлось начинать с самого начала – с алгоритма снятия намерений. Мне именно «пришлось» это осваивать и рисовать так как мне нужен был «буфер», эмоциональная разрядка, я настолько погрязла в сомнениях и проблемах, что сама уже ничего не могла решить. А когда сомнения совсем сжирали меня, то я не была способна ни на что. Но тут появлялся проблеск – Мама. Которая сажала меня и учила рисовать, говорила делать выбросы. Когда ты в «состоянии нестояния» то думать о том,

поможет или нет ты не можешь. Поэтому я просто делала, доверяя Маме.

Прикрепляю одну из своих самых первых работ. Как раз того времени, когда меня грызли сомнения.

На обратной стороне подпись: «Я не



понимаю почему я так боюсь. Почему я постоянно переживаю. Мне все время страшно. Я не понимаю как жить в спокойствии и гармонии. Я не могу этого понять. Я очень боюсь. И не знаю как и что мне делать. Не понимаю как правильно жить. И вообще возможно ли это. Я пытаюсь поступать правильно, но это априори невозможно. Я забыла как жить в гармонии с миром».

Ну и естественно мне помогло. После работы с самой собой я потихоньку вылезала из своих комплексов и шла дальше. Решилась на коучинг. А он стал очень мощным толчком в моем развитии и после него мне было легко решиться на «инструкторский курс».

Но на этом моя борьба не закончилась. Да, моя жизнь начала выправляться. Да, моя Мама выздоравливает. Да, я уже вполне осознанно живу и могу сама с собой справиться. Да, я рисую. Но внутри изредка, но просыпалось противнейшее серо-зеленое чувство. Такое мерзкое, что мне становилось противно от самой себя. Оно словно змея, приходило, обвивало мою шею, душило и говорило тихонько на ухо: «это все – не работает». Мне было очень тяжело в такие моменты. А особенно тяжело, если люди, окружающие меня, говорили это же. При чем тяжело, в основном, от того, что эти мысли вообще рождаются в моей голове. По большей части они рождались беспричинно.

Но у жизни были свои планы на меня и на зеленого змея. Так как в моей голове еще блуждали сомнения, я решила спасти саму себя очень простым методом: работать так много, чтобы на подобные мысли не оставалось времени. И жизнь одобрила мой выбор. И послала мне кучу работы. И даже послала мне людей, жаждущих помощи или знаний или чего-либо еще. Я рада такому количеству работы, это вдохновляет меня на жизнь.

А жизнь поняла это и понеслась.

Для большей четкости и лучшего понимания я хочу написать то, с чем мне приходилось бороться в то время:

- Болезни Матери
- Сомнения в себе
- Сомнения в то, чем я занимаюсь. Сомнения в нейрографике, сомнения в коучинге, для меня все это было как в омут с головой прыгнуть
- Жуткая боязнь людей
- Абсолютное нежелание работать в профессии связанной с людьми
- Депрессия вызванная приемом медикаментов
- Ощущение отсутствия стабильности в жизни

Кейсы

Жизнь, желая мне добра, дала мне работу, дала мне поддержку и людей. Мало того, дала так много, что иногда работу я заканчивала в шесть утра. Я была устала и рада одновременно. И я стала рисовать и заниматься с людьми. Откуда не возьмись пришли люди, которые просили моих занятий. Мне было страшно, но выбора у меня не было.

Кейсов накопилось довольно много, я не буду прикреплять все, но вставлю, пожалуй, самые значимые.

Групповая работа нарисованная под новый год. Формат – А1. Была цель – помечтать на следующий год и на несколько лет вперед. Работало человек 8, 5 из которых имели начальное представление о нейрографике. Собственно, суть работы была проста, все одновременно сделали выброс вспоминая прошлый год, затем скруглили. Далее при работе с цветом уже пошла фантазия, рисовались дома, вышло несколько кораблей, пара деревьев, кто-то даже огород умудрился нарисовать. В общем, полет фантазии. При этом очень интересно было наблюдать за реакцией участников. Сначала все были бодры и веселы и стали явно мрачнеть при воспоминаниях о тяжелом прошлом. При скруглении, которое длилось несколько часов, люди совсем устали, пришлось спасаться чаем и кофе. А потом, после скругления, работа снова пошла весело, участникам очень понравилось выбирать цвета, представлять формы. Работали около семи часов, а завершили работу добавив линии насыщения, которые были нарисованы блестками. Отзывы о проделанной работе были «усталые, но довольные». И на самом деле за год у людей, рисовавших эту картину многое произошло. Новые страны, приближающееся переезды.

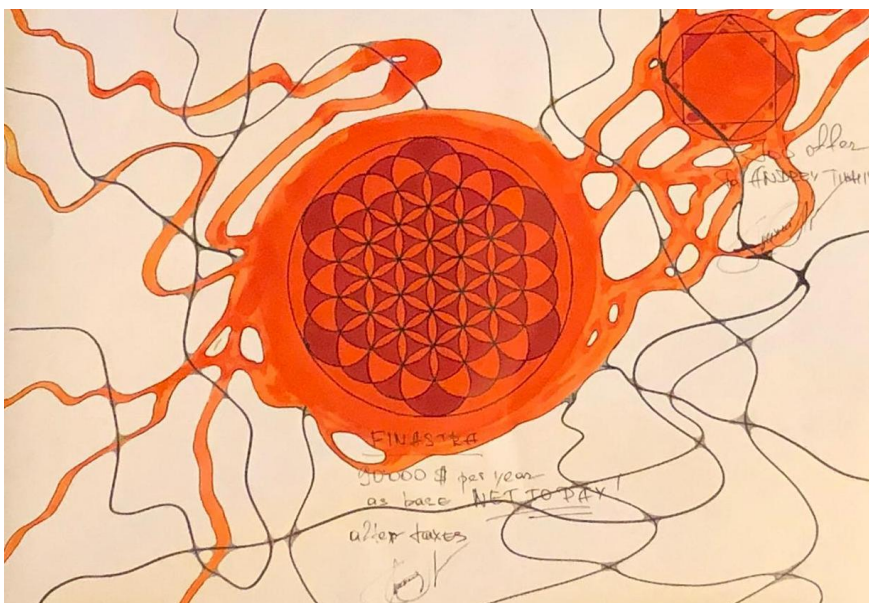
Один из самых сложных кейсов с которыми мне довелось работать. Пришел человек, мой знакомый, который никак не мог устроиться на работу,



не смотря на очень хорошее образование, хорошие отзывы с прошлых мест работы. Везде что-то не так, никак не мог устроиться. Мы стали рисовать каждую неделю. Вместе рисуем выброс, потом вместе

рисую мандалу или используем какую-нибудь другую технику. Рисовать именно с этим человеком было тяжело, представьте себе большого бизнесмена, широкоплечего, с огромными руками, с «пробивным» характером. И мы рисовали примерно по 4 часа каждую неделю. И рисовали два месяца. Каждый раз я просила его проговаривать все до мельчайших подробностей, какую он хочет работу, какую заработную плату, какой офис, где он будет сидеть, как будет выглядеть стол. А самым частым моим вопросом было: что тебе скажут после всех собеседований? Как скажут о принятии на работу? И у нас заранее была договоренность, что он не говорит о плохом, а говорит только в свершенном времени и только в лучшем

варианте. С этим человеком я и стала впервые использовать технику бисерных фигур, про которую напишу ниже. И через несколько месяцев он действительно устроился на работу. После чего мы прекратили рисовать каждую неделю, но все еще продолжаем рисовать если возникают какие-то трудности.



Первый Рисунок клиента





И последний рисунок, его сложно назвать кейсом, но он очень важен для меня.



Это просто «НейроДрево» ставшее для меня деревом силы. Этот

рисунок для меня особенный. Я чувствую от него силу, мощь, жизнь. И я не могу описать словами что в нем такого, но я это просто чувствую. Это было просто древо на тему моего дальнейшего жизненного пути. И оно растет. И, надеюсь, будет соответствовать этому рисунку.

Техника бисерных фигур

Когда я начинала рисовать у меня часто, совершенно неосознанно, вылезали маленькие-маленькие фигуры. Объяснения зачем они мне и почему они появлялись в моих работах у меня не было. Да и Павел Пескарев говорил, что таких фигур лучше избегать, так как по сути они становятся просто фоном и, как следствие, смысловой нагрузки не несут.

Но после интенсива 2017 года у меня родилась идея. Я решила посмотреть каким образом можно применять бисерные фигуры. Они же неспроста появляются в работах, они же что-то значат, значит их можно как-то применять.

И позже из данных размышлений родилась техника бисерных фигур. Она специфическая и довольно узко направленная, но ее действие я уже не раз испытала.

Итак, сама техника очень проста. Ее основа – мандала Цветок Жизни. Я рисовала и большие(семь уровней) и маленькие(2-3 уровня). В первую очередь рисуем цветок. Количество уровней – на усмотрение рисующего. Раскрашиваем цветок, делая все по алгоритму. По желанию можно нарисовать ситуацию «здесь и сейчас», обозначив ее какой-нибудь фигурой и поместив в нижний левый угол. Далее в верхней правой части листа рисуем звезду или что-нибудь из стандартного набора: квадрат, треугольник или круг. В зависимости от темы. Далее проводим нейролинии объединяющие все фигуры, обязательно идущие из нижнего левого угла к правому верхнему. Поднимаем энергию для достижения цели. А дальше начинается самое интересное: бисерные фигуры.

Я брала самый маленький лайнер который у меня был или очень хорошо заточенный карандаш. И в разброс рисуем квадраты, треугольники и круги как можно мельче. В случайном порядке. И ими насыщаем рисунок пока не почувствуем, что уже хватит или же до левого верхнего угла. Обязательно нужно соединять нейролиниями мелкие фигуры когда их будет достаточно. Хотя бы какие-то нейролинии, но должны сквозь них идти, чтобы энергия текла. А далее рисуем фон, если осталось место, делаем фиксацию.

Зачем применять «бисерные фигуры»? В чем их смысл?

Их смысл в том, что фигуры – это множество событий или людей. Это множество мелочей без которых невозможно достигнуть результата. Это именно то, что нам кажется бессмысленным, но на самом деле играет большую, чуть ли не решающую роль.

Приведу пару сравнений: представьте себе каплю воды в стакане. Это всего лишь капля. От нее фактически нет толку. Ей нельзя напиться, в ней нельзя ничего приготовить, ей нельзя полить цветы. Она слишком мала, чтобы играть большую роль. А если к этой капле добавить еще много капель? Будет море. Будет океан. Будет сила, которую будут учитывать все. Сила, которая играет огромную роль.

Так и с фигурами. Я начала их использовать сначала интуитивно. Потом в моей жизни появился человек, который хотел найти работу, но у него не получалось. И нужно было стать сильнее, обрести мощь, стать начальником. Иметь много связей с людьми. Я рисовала. И вместе с этим человеком. И одна для него. Мне было интересно что из этого выйдет. Работа растянулась на несколько месяцев. Но итог был положительным – человека приняли на работу.

Так если подводить итог, зачем могут пригодиться «бисерные фигуры»?

- Если нужно много людей
- Если нужны сила, влияние, мощь
- Если нужны связи, события
- Если нужно продвинуться выше
- Если хочется быть сильнее, продвинуть свою жизнь

Да, эта методика довольно тяжела, требует много внимания и концентрации. За фигурами я просидела не одни сутки. Да, рисовать их довольно тяжело. Но лично у меня этот метод дал очень хороший результат.



Заключение:

Я благодарю судьбу за то, что я узнала о нейрографике. Раньше моя жизнь кишела сомнениями и страхами. Я пришла в Нейрографику случайно, но она так плотно вошла в мою жизнь, что на моем столе красуется чуть ли не коллекция

маркеров, а рабочий кабинет вообще потихоньку превращается в арт-студию.

Мой диплом начался с рассказа о моей Матери и в окончание я также хочу написать о ней. Мы все еще боремся за ее здоровье, но я никогда не забуду как она начала восстанавливаться. Я помню как она плакала после операций, я знаю как она улыбается когда рисует. Ей еще предстоит восстановление, но знаете что было только что? Сегодня она плохо себя чувствовала весь день, но перед сном, сделав выброс, она спокойно уснула. И сейчас, пока я пишу, мирно спит. Это ли не счастье?

Ушли ли мои сомнения? Ну конечно не до конца. Я все еще человек и я все еще сомневаюсь и боюсь. Но я могу это контролировать. Я могу себя останавливать и влиять на мои мысли.

Нейрографика стала для меня океаном в который меня бросила жизнь, не дав спасательного круга, мол, держись, плыви как хочешь. Но каждая бессонная ночь, каждый исписанный маркер на сто процентов стоил этого всего. Теперь я верю. Теперь я знаю, что жизнь можно изменить, я больше не тону в ней.

Все это стоило улыбок людей с которыми я работала.

Итог: сравнение того, что было до курса нейрографики и после него.

Один из первых моих рисунков, приходится как раз на период депрессии. Подпись сзади: «Мне было тяжело рисовать эту работу. Я плакала. Цвет перемешан с моими слезами. Я ненавижу себя. И понимаю, что

это высшая форма эгоизма, но все равно ненавижу себя. Я сама загнала себя в рамки и испортила себе жизнь. Я сама, своими руками испортила все. Каждое утро я не могу встать с постели из-за ненависти к себе. Я ненавижу себя за замкнутый круг созданный мной же. Это чистый эгоизм, слишком высокий эгоизм. И я не могу это терпеть. Я хочу чтобы это закончилось».

Сейчас мне кажется, что это писала вовсе не я.



Рисунок под конец курса. Шаманский дождь. Тема "здоровье близкого человека". Как же мне понравилось, спасибо за эту технику. Рисовала два дня, но мне понравилось с первых линий и с рассказа Павла о самой технике. Она как никогда кстати. Рисовалось легко и

радостно, немного тяжеловато пошел цвет корней, но вся эта работа для меня - радость. Еще я забыла ее на ночь на балконе на столике, открытую и эта работа пролежала под луной и потом под встающим солнцем. Меня поразило то, что человек, чью здоровье я рисовала, за эти два дня лучше стал себя чувствовать. Я давно не видела такой радости. Я счастлива и попыталась передать мою радость и счастье и здоровье человека в этом рисунке. Дай Бог. Эта работа одна из моих любимых теперь. Мне было легко и радостно рисовать. Да, цвета шли тяжеловато, но и это я проходила с радостью. Я чувствовала легкость в голове и руках, спина распрямилась, в голове ровное спокойствие. Я хочу жить.

До обучения:

- Болезни Матери
- Сомнения в себе
- Сомнения в то, чем я занимаюсь. Сомнения в нейрографике, сомнения в коучинге, для меня все это было как в омут с головой прыгнуть

- Жуткая боязнь людей
- Абсолютное нежелание работать в профессии связанной с людьми
- Депрессия вызванная приемом медикаментов
- Ощущение отсутствия стабильности в жизни

После обучения:

- Моя Мама выздоравливает
- Я обожаю коучинг и Нейрографику
- Я пережила депрессию вызванную курсом лекарств
- Мои сомнения фактически исчезли, а с тем что осталось я абсолютно в состоянии справиться самостоятельно
- Изменился стиль рисунка
- Я чувствую почву под ногами, мне легче жить

[Ссылка на дипломную работу Мифодовской Юлейны в авторском стиле](#)

Автор:
Молоканова Анна
Супервизор:
Зорина Наталья

Тема:
Письма к Нейрографике. Дорога перемен.

Часть 1. Знакомство.

.....Когда-то я загадала встречу с тобой.

Полтора года назад, оказавшись на другом конце света, в Стране восходящего солнца, где мой привычный мир абсолютно померк перед японским стилем жизни и уровнем технического прогресса, а все проблемы и заботы, которые казались очень важными в Москве, выглядели надуманными и не заслуживающими внимания, где время перестало существовать, а желания начали исполняться с невероятной скоростью, стоило только прислушаться к себе - чего же на самом деле хочется, я поняла, что мне действительно важно и ценно в себе, в людях, в жизни в целом, и что пришла пора кардинальных перемен.

И стоя в один прекрасный день в тишине храмового комплекса в природном заповеднике города Хаконэ возле древнего кедра, по преданию исполняющего желания, я попросила у судьбы познакомиться меня с новым увлечением в жизни, которое поможет мне реализовать творческие способности, позволит совместить при этом опыт работы с персоналом в бизнес-среде с прошлым опытом научной и преподавательской деятельности в психологии, а возможно даже получить новую профессию.

В тот день, прислонив ладонь к многовековому стволу, я впервые в жизни так явно ощутила как тепло и как будто маленькие разряды тока (энергии) от дерева через ладонь прошли сквозь всё мое тело. Позже такого рода ощущения благодаря взаимодействию с тобой стали для меня привычными, но тогда это был абсолютно новый опыт. И промелькнула мысль, что мой запрос услышан.

А через несколько дней я узнала о тебе.

Как часто и бывает в жизни, у нас нашлись общие знакомые. В туристической группе был человек, который обращался к тебе за помощью,

когда переживал кризисную ситуацию в личной жизни, и в случайном разговоре об этом упомянул.

Твое имя было новым и необычным для меня, поэтому сразу запомнилось.

Удивительно (хотя теперь, спустя полтора года, я понимаю, что вовсе и нет, такие случаи бывают), но тот человек не помнит об этом разговоре. Я благодарила его позже месяца через три при встрече за наше с тобой знакомство, но он сильно удивился. А может просто сделал вид, мужчинам ведь сложно иногда открыто принимать благодарность.

Вернувшись из Японии в Москву, я решила познакомиться с тобой поближе.

Со свойственной мне осмотрительностью и склонностью доверять фактам (я ведь юрист по первому образованию), стала искать информацию в интернете. Но ни упоминаний в научных кругах, ни статей на тематических форумах, к своему сожалению, о твоих чудодейственных способностях я тогда не увидела. Несколько видеороликов о принципах твоей работы конечно впечатлили мой логический ум обилием языковых конструкций, но понимания, а соответственно доверия на тот момент, честно говоря, не добавили.

Оставался вариант пойти эмпирическим путем.

Часть 2. Первая встреча

Наше очное знакомство состоялось в августе 2017 г. Я пришла к тебе на онлайн курс и немного волновалась, как волнуется, к примеру, неопытный Пользователь, впервые контактирующий с компьютером, боясь сделать неверное движение и/или нажать на неправильную кнопку.

Но всё прошло чудесно. Мы рисовали. И это был совсем новый для меня опыт. Да, по началу было сложно уйти от стереотипов рационального мышления, все время хотелось сравнить себя с другими и понять, правильно ли я делаю.

Но ты потрясающе умеешь снимать напряжение и формировать без оценочный подход. В этом твое удивительное свойство давать людям возможность проявить себя, не боясь сделать ошибку и получить «двойку».

Тогда я только и успевала записывать ключевые мысли. Теперь я их

всегда проговариваю своим ученикам и клиентам перед началом работы, и это снимает их напряжение.

1. Нет правильного или неправильного варианта решения. Главное то, как сам человек чувствует.

2. Каждая работа уникальна. Никогда (и это просто гениально!), никогда никто другой не сможет сделать такой же рисунок. Более того сам автор не сможет его ровно также повторить.

3. Наше подсознание не воспринимает прямых линий. Если мы хотим выйти за рамки шаблонных реакций, решений, которые наработаны нашим опытом и содержатся в актуальном сознании, нам нужно выйти из зоны комфорта в том числе и на бумаге, оторваться от привычных линий и образов, активировать ресурс бессознательного и направить его энергию на решение задачи (по сути изменить отвечающие за ее решение нейронные связи в головном мозге).

4. Мы можем как угодно и сколько угодно думать о волнующей проблеме или актуальном запросе к жизни, но пока мы не прочувствуем их через ощущения в теле, в руке, которой водим маркером по листу, через линию, непохожую на саму себя на каждом участке своего пути, и которую ведем туда, где не ожидаем ее увидеть, через изменение своего эмоционального состояния во время рисования, отношение к ситуации изменить будет сложно. А соответственно нет смысла ждать изменений на внешнем плане, ведь внешнее - это отражение внутреннего.

Первая встреча была впечатляющей, но в полной мере прочувствовать на себе всю глубину твоей работы мне довелось на втором занятии, когда практически закончив рисовать, я вдруг почувствовала, что подступают слезы.

Да, ты можешь довести человека до слез. И это прекрасно, так как в этом, как я теперь знаю, один из ключей к началу изменений! А тогда я смотрела на вполне себе гармоничный, как мне казалось, рисунок и считала капающие на него слезинки. При этом мысленно задавала себе вопрос: «А что собственно происходит? В чем причина?» И к моему величайшему удивлению моя логическая часть мозга не смогла подобрать ни одного слова. Я настойчиво предлагала варианты. Грусть, печаль, обида ? Нет. Все было не то, не откликалось, вообще никак резонировало. Впервые я ощутила просто чистый лист в голове, отсутствие каких-либо мыслей и полное спокойствие ума, но при этом столь сильную эмоциональную реакцию организма.

И вот тут мой «внутренний следователь» с его логическим мышлением сдался. Я полностью поверила и приняла тебя. Мое доверие было обеспечено.

Будучи знакома с психологической наукой, я поняла, что твоя уникальность еще и в том, что для проработки какого-то внутреннего ограничения, лежащего в сфере бессознательного, человеку вовсе не обязательно знать, как именно оно называется. Через нейрографический рисунок можно выйти на самые глубокие слои психики и там это ограничение снять.

В тот вечер я сделала вторую работу (продолжила кейс) и спокойно легла спать. А на утро проснулась с ощущением легкости и обновления внутри, и процесс перемен в моей жизни был запущен уже безвозвратно.

Часть 3. Развитие отношений

Получив официальный статус Пользователя твоих базовых разработок, я поняла, что уже не могу с тобой расстаться. Мне стало интересно глубже тебя узнать и себя с твоей помощью. Потому что, начав рисовать по предложенному тобой алгоритму на актуальные на тот момент темы, я вдруг стала замечать, как больше могу успевать, несмотря на высокий ритм московской жизни, как спокойнее реагирую на ситуации или поступки людей, которые раньше вызывали у меня негативные эмоции или чувство тревоги.

К моему удивлению я поехала отдыхать в такое место и в такой чудесной компании, о которых даже и не думала при начальном планировании отпуска. Но с твоей помощью мне удалось выявить мое истинное намерение, и оно реализовалось. И это был только четвертый рисунок в жизни! Поначалу было сложно поверить, что такой эффект от взаимодействия с тобой реален.

А дальше неожиданно появилась возможность перекредитоваться на максимально льготных для меня условиях ниже, чем в основном по рынку, потрясающим образом разрешилась напряженная рабочая ситуация и т.д. И я стала привыкать к тому, что каждая встреча с тобой ведет меня по дороге перемен и привносит что-то новое в копилку счастья.

Но всё самое интересное было еще впереди.

Я долго хранила в секрете наши отношения. Происходящие внутренние изменения и внешние события были настолько удивительными, что мне даже

сложно было представить, как рассказать об этом моим абсолютно рационально мыслящим друзьям и знакомым. А они тем временем, видя, как я отдалилась, стали подозревать, что в моей жизни появилось новое увлечение, и даже немного ревновали меня.

А мне становилось всё любопытнее узнать, могу ли я сама знакомить с твоими разработками и помогать другим людям, у которых тоже есть актуальные запросы на изменения в жизни.

Для этого нужно было получить твое официальное разрешение. И вновь наши встречи он-лайн стали чаще. В процессе обучения мне открылся мир новых твоих возможностей. Наши отношения перешли на следующий уровень доверия. И в октябре 2017 г. я получила право с твоей помощью работать с клиентами как Специалист в рамках своей основной профессиональной деятельности.

Бесспорно, ты умеешь произвести впечатление на людей! Первый же мой клиент - знакомый, которого я не видела 20 лет (кстати, как и я юрист по образованию), был абсолютно очарован и шокирован тобой (в хорошем смысле этого слова). Хотя в процессе нашей первой с ним работы элемент недоверия методу присутствовал, но эффект в виде поступившего ровно через 21 день (мы то знаем, что это знаковый период!) предложения перейти с должности заместителя начальника отдела на позицию руководителя Юридического департамента, с подвиг его продолжать общение.

Он поверил в тебя, а я теперь еще и в себя в новом для меня качестве проводника изменений!

И уже к концу года точно знала, что иду с тобой дальше в 9-ти месячное путешествие по дороге перемен и личных трансформаций к новым профессиональным горизонтам.

Часть 4. Совместный путь

Это были непростые и удивительно щедро наполненные содержанием и откровениями 9 месяцев инструкторского курса.

Сложно удавалось найти время для общения. Ты помнишь, мы встречались он-лайн в основном поздними вечерами. Порой после работы в режиме офисной пятидневки сил для вдумчивого диалога и рисования в запланированное время у меня совсем не оставалось. Но благодаря твоей чуткости, пониманию и гибкости подхода я всегда имела возможность в

любой удобный момент посмотреть оставленную тобой видеозапись.

Друзья и родные смирились с тем, что я периодически выпадаю из эфира, уже зная, что у нас с тобой всё серьезно. Абонемент в фитнес-центр принял роль жертвы, поняв, что проиграл тебе на этот год в соперничестве за мое внимание.

А я с каждой нашей встречей, каждой новой темой в разговоре всё больше погружалась в теоретические постулаты и научные концепции, лежащие в основе твоей философии и методологии. Не переставала удивляться интегративности подхода и восхищаться многогранностью форматов применения твоих инструментов. И конечно я училась рисовать и слушать себя! И смотрела новыми глазами на мир и на себя в этом мире!

Я стала острее чувствовать и воспринимать движения линии на листе. Научилась быть внимательной к тому, как реагирует мое тело на изменения рисунка в процессе работы.

Более того, я стала с большим доверием прислушиваться к своей интуиции при принятии тех или иных решений в жизни. Научилась различать, как мое тело откликается на общение с разными людьми и разную обстановку в общественных местах. И что голова болит не просто так, и вдруг начинает подташнивать от некоторых людей. Такие сигналы и эмоциональные реакции организма позволяют мне теперь более тонко чувствовать острые моменты и в бизнес-контексте, и в бытовых ситуациях.

Удивительный опыт телесной осознанности! Пожалуй, одно из главных моих открытий этого года.

Благодаря тебе, я познакомилась с большим количеством разных, но по- своему прекрасных и творческих людей, не похожих на меня и, наоборот, близких мне по духу. Приобрела новых друзей.

Я конечно не претендую на эксклюзивность нашего общения. Твоя уникальность не оставляет равнодушными сотни людей по всему миру. Теперь, узнав тебя ближе, я с уверенностью могу сказать, ты к каждому будешь относиться приветливо, учтиво и очень бережно. И этому я у тебя тоже учусь!

Но есть в тебе еще одна важная особенность, о которой надо знать тому, кто вместе с тобой осознанно вступает на путь перемен. Надо быть готовым эти изменения принять!

Они проходят мягко. В какой-то момент я начала замечать, что меняется мой круг общения. Из него выходят люди, которые только забирают мою энергию, «сливая» накопленный негатив, и не обогащая взамен положительными эмоциями, новыми инсайтами, информацией и т.д. Мне просто стало с ними скучно.

При этом начали все чаще происходить новые знакомства, потрясающе интересные, глубокие и развивающие беседы и встречи. И я начала по-другому ценить и распределять свое время и внимание.

Я стала уверенно и более решительно отстаивать свои границы, говорить «нет» даже в тех случаях, когда знала, что это могло, мягко говоря, не понравиться людям выше меня по должностному уровню или просто моим знакомым. Но я стала выбирать себя, свои принципы и ценности и чувствовать как растет моя внутренняя сила.

Ты с присущей тебе скромностью и деликатностью никогда не настаивала на отсутствии конкуренции с другими видами профессиональной деятельности у твоих последователей, но в какой-то момент само собой к ним приходило понимание, что настало время выбирать!

У меня такой момент случился ровно через 9 месяцев после того, как я решила идти за тобой по профессиональному пути. Приняв свободу выбора, я родилась с новым для себя внутренним состоянием, и абсолютно спокойно рассталась с вполне достойной, но ограничивающей мое самовыражение офисной работой, хотя еще полгода назад такой готовности в себе не ощущала.

И это был важный и в определенном смысле судьбоносный для меня шаг - перейти на новый уровень отношений с жизнью!

Часть 5. Новые горизонты

Дорогая моя, Нейрографика! Сейчас, взяв паузу и позволив себе отдохнуть от высокого темпа трудовой жизни, я подвожу итоги нашего интенсивного общения за год, и с уверенностью могу сказать, что я остаюсь с тобой, поскольку чувствую, что нам по пути.

Теперь я на собственном опыте могу подтвердить, что ты действительно уникальный творческий метод трансформации мира, прежде всего внутреннего мира человека.

Более того, я вижу, какие инсайты и изменения уже в процессе рисования происходят у моих клиентов, какие решения они принимают после завершения работы и как потом разворачивается их реальность. И каждая встреча с тобой становится для них, как и для меня, новым исследованием реальности на действительность.

Иногда результат происходит так стремительно, что даже похож на чудо. Но чудо в том, что ты позволяешь человеку прикоснуться к его бессознательному и сформировать новые нейронные связи, отвечающие за решение конкретной задачи.

А происходит это экологичным образом и совершенно не требует специальных умений рисовать. Главное, действовать осознанно и всегда в процессе работы держать три фокуса внимания - мысли, эмоции и ощущения в теле.

Я конечно не исключаю вероятность, что в нашу с тобой совместную профессиональную жизнь вернется корпоративный бизнес. Все -таки моя с ним связь довольна сильна за 15 лет совместной работы. Но у меня на тебя и здесь большие планы!

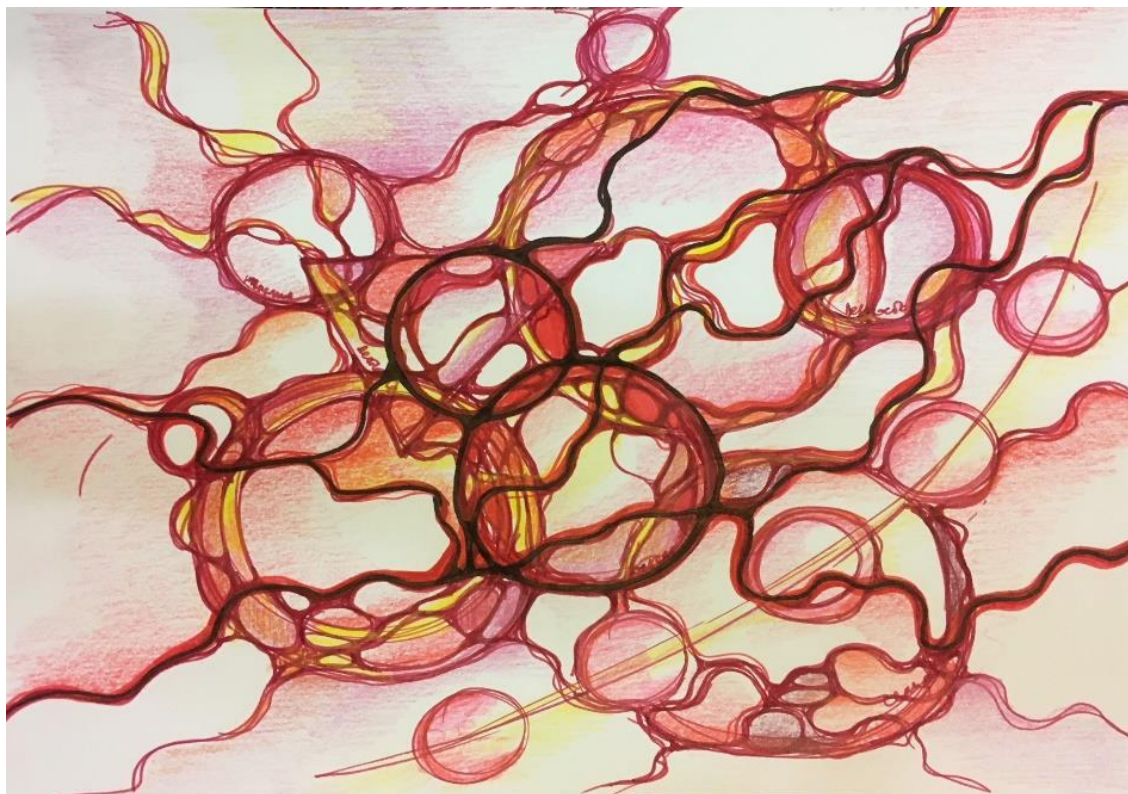
Учитывая, что работа с персоналом организаций - это моя основная деятельность, найти способы помочь сотрудникам решать волнующие их запросы и максимально реализовать свой потенциал, а организации при этом регулярно достигать бизнес-цели, с твоей помощью будет очень интересно и, я уверена, результативно.

Так что не прощаюсь, а открываю новую главу в нашей совместной Нейрографической бизнес-истории!

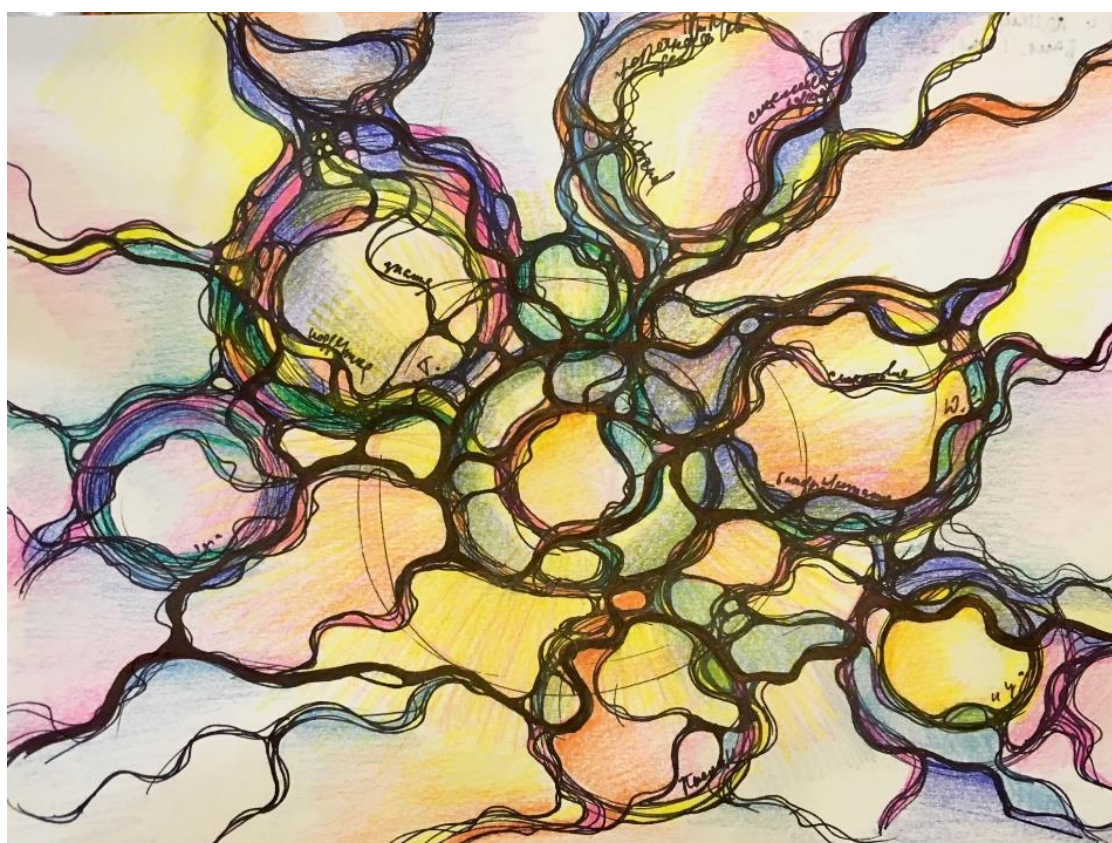
[Ссылка на дипломную работу Молокановой Анны в авторском стиле](#)

Работы Молокановой Анны

Тема: Придание активности/движения вопросу походов в фитнес-клуб



Тема: Я и партнеры.



Автор:
Морозова Людмила
Супервизор:
Лобанова Татьяна

Тема:
Лифтинг лица и нейрографика

Тема родилась под впечатлением от работы со своей фотографией. Очень болезненно и неприятно было вести какие-то поперечные линии. Особенно сложно это было делать в районе глаз. Ощущалось на физическом уровне. Тут вспомнилось все: и техники вуду, о которых слышала вскользь, и даосские энергопрактики, и Access facelift и последнее мое познание-тейпирование и эстетическая коррекция лица. Пришло видение, что возможно это объединить и использовать с нейрографикой.

Т.е. к процессу рисования можно подойти осознанно и вкладывать в наложение линий конкретный смысл, а именно омоложение, лифтинг или коррекция. Все пройденные мной практики предполагают систематические действия или упражнения. Некоторые упражнения на энергетическом уровне, некоторые на физическом. Но тем не менее, все они основаны на внимании и концентрации. Нейрографика в данном случае в помощь тем, у кого слабо работает визуализация или сложности в длительном удержании внимания, или хочет сократить затраченное время. С помощью нейрографики можно очень упростить этот процесс и ускорить его. А время, как всем известно, - деньги.

Линии можно вести по известным всем массажным линиям. (Рис.1.) А на Рис. 3 показана связь массажных линий лица со стихиями и первоэлементами. Т.е. Эти линии не случайны.

Массажные линии лица:

- от уголка губ до середины уха
- от середины верхней губы до уха
- от крыльев носа к вискам — от носа к вискам
- от середины лба к волосам.
- от ключицы вверх прямыми линиями до подбородка

Рис. № 1



Использование фотографии в данном случае — не принципиально.

Можно использовать для этой цели любой набросок или рисунок. Основной момент- создать связь между тем, что видишь и своим телом или лицом. Но так, чтобы этот набросок не вызывал отторжения. И вести воображаемой линией по рисунку, подтягивая, необходимые на твой взгляд, мышцы и кожу. Держа карандаш,

и, останавливаясь на определенных точках, так же как при косметическом массаже. Мыслью возбуждается энергия и мыслью передается энергия. Мысль и воображение и порождает событие. Меняя свои мысли о себе, мы меняемся и сами. Так как у нас есть зоны соответствия всем органам и на руках, и на фалангах пальцев, и на ступнях, и на ушах, на языке, на зоне скальпа....- есть они и на лице. Т.е. останавливая кончик карандаша в определенных зонах и фиксируя на них свое внимание, мы, таким образом, уделяем внимание определенному органу или системе.

Наше лицо- зеркало состояния всего организма. По внешнему виду можно проводить диагностику состояния организма. Например, опухание нижних век указывает на застойные явления в почках. Дорогостоящие крема тут бесполезны. Можно вести диалог с почками, можно наполнять их светом, можно принимать пилюли.... А можно порисовать. Выбор всегда есть. Можно, рисуя на фото, уделить этим местам повышенное внимание. Округлить... Опухание подбородка- это тоже признак слабости почек. Под нижней губой находится, всем известная, точка «красоты». Она тоже является прямой проекцией почек.

Вывод: состояние почек и мочевыводящей системы- важная составляющая красоты и овала лица.

Каждая черточка лица, каждый штрих- это материализованные качества, созданные посредством мысли.

Кроме мысли, узоры лица созданы посредством слова или действий. Лицо каждого индивидуально и является витриной как

добродетелей, так и пороков.

Все зоны лица соответствуют определенным первоэлементам и связанным с ними стихиям. «Так глаза соответствуют Дереву (печень, желчный пузырь), рот и губы — Земле (желудок, селезенка, поджелудочная железа), Уши, брови — Воде (почки, мочевой пузырь), нос — Металлу (легкие, толстый кишечник). Все лицо — Объединённому Огню (Сердцу, тонкому кишечнику- перикарду — тройному обогревателю).» Концепция о первоэлементах присутствует во всех философских концепциях, повествующих о строении Мироздания. Это прекрасно работающая система, построенная на тонких взаимодействиях элементов между собой, применима в любой сфере деятельности. Рассмотрим схему представительства первоэлементов и стихий на лице. (Рис. 3)

Дерево контролирует Землю
Земля контролирует Воду
Вода контролирует Огонь
Огонь контролирует Металл
Металл контролирует Дерево.

Если присмотреться, и сравнить два рисунка расположения первоэлементов и стихий на лице и расположения массажных линий на лице, то видна их очевидная связь (Рис.3 и Рис.1) Например, массажные линии в области глаз следуют по принципу взаимодействия первоэлементов.

Неплохо учесть, что каждый первоэлемент соотносится еще и с временем года.

С весной- Дерево, с летом- Огонь, позднее лето и сбор урожая- с Землей, с осенью- Металл, с зимой -Вода.

На функционирование организма оказывает активное влияние гравитационное поле.

В зависимости от взаимного расположения Солнца, луны и Земли это поле влияет по-разному. В гравитация весной «тянет» центр тяжести влево (восток). При этом активизируется печень.

Осенью- вправо (запад), активизируются легкие, летом- вверх (юг), активизируется сердце и кровообращение. Зимой гравитация тянет вниз (север). Активируются почки.

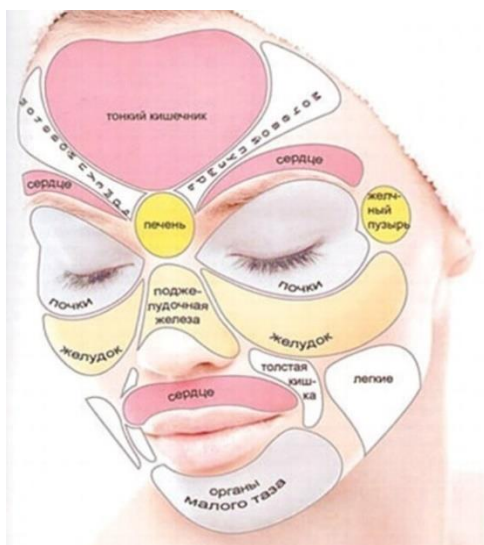
Наиболее благоприятным временем для воздействия на орган является время его максимальной активности. В данном случае сезон года. Можно еще делать акцент на временной 2-часовой активности органов.

Профилактические мероприятия эффективно проводить по принципу противоположностей.

Например весной активность печени и ослабление легких. Следовательно надо «успокаивать» печень и поднимать энергию легких. Осенью наоборот в повышенном внимании и профилактике нуждается печень.

Сердце профилактруется — зимой, почки летом, печень- осенью, легкие весной.

Органы пищеварения во все сезоны.



Это концепция касается организма в целом. Но, можно ее учитывать, и при работе с периферических зон воздействия, каким является лицо. В этом аспекте, воздействуя на лицо,- идет очень глубинная проработка всего организма. (См. Рис 2.)

Рис. № 2.

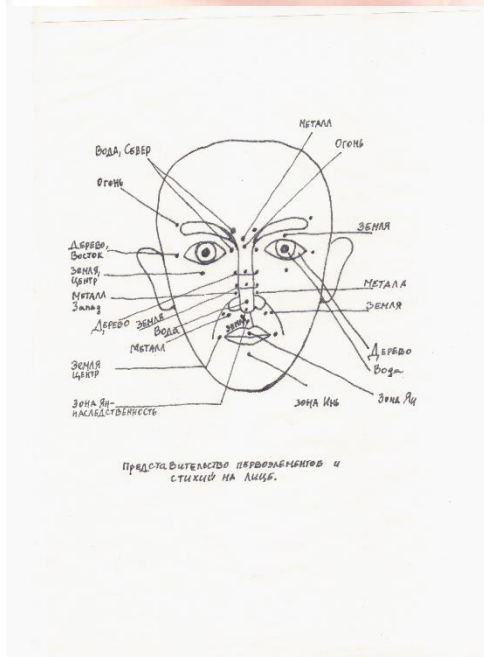


Рис. № 3

Прорисовывая область лба и межбровной дуги- включаются в работу сердце, кишечник и печень. Виски- желчный пузырь. Нижние веки — почки. Зона под носом- сердце.

Область губ- органы малого таза и гениталии.

Область щек- легкие. Подбородок- щитовидка. Овал лица- почки.

Эти данные из разных источников немного разнятся.(см. Рис 2).

Но это, пожалуй, в данном случае не столь важно. Очевидно одно, что связь есть. И мы можем оказывать ментальное воздействие. И это главное.

В энергопрактиках нас учили, что для получения результата, надо повторить действие минимум 21 день. И эти действия занимали времени по часу и больше. «Если Вы поставили перед собой цель – молодость, здоровье и красота, приготовьтесь трудиться.» Я думаю, чтобы достичь видимого результата в омоложении и лифтинге лица тоже понадобится время и повторение действий. Но, уделив время единожды для прорисовывания нужного результата, можно просто запомнить состояние тела, мышц, свои эмоции при этом. Ощущения подтяжки и т. д. Повесить рисунок на видное для себя место. Чтобы взгляд натыкался, и не забывать. И просто ежедневно и многократно смотреть на него и надевать свою «маску» молодости и красоты. И на это уже не надо много времени! Достаточно нескольких секунд. Это поможет изменить тонус кожи и мышц. А так же самочувствие. И как побочное явление- улучшение состояния всех органов и систем. Наше тело – это продукт наших мыслей и эмоций. Получить контроль над ними – получить контроль над своим телом. Энергия мысли является наиболее мощным видом энергии, которым человек может управлять. С помощью этой энергии он может формировать свое физическое тело, выстраивать свой организм. А значит, энергия мысли может быть использована для ревитализации тела, когда человек сформирует и вживется в свой образ молодости.

Можно ограничиться одним способом, рисуя свой образ, ведя по массажным линиям. А можно пойти немного глубже, используя схему дерева Сефирот (рис.7). Эту схему можно использовать как базу для всего. Это описание сознания планет и Человеческого сознания в том числе. Исходя из принципа, что внутри, то и снаружи, (и наоборот), можно наложить рисунок дерева Сефирот на человеческий образ в целом (Рис.5), что известно давно, но и попробовать нанести на лицо в частности, используя знания о зонах соответствия.

Считается, что в схеме дерева Сефирот (рис.7) заложена карта построения Вселенной. А также в схеме представлены соответствия чакрам на теле человека (рис. 5 и рис.6), и соответствия нотам, и планетам солнечной системы. Т.е. их взаимодействие, исходя из древних представлений о Вселенной. Вполне возможно, что как на теле человека,

так и на его лице эта схема тоже работает.

Думаю, цветное исполнение в зависимости от зоны, планеты и чакры тоже имеет значение. (Рис.8).

Тогда зона 9 - Основа или Форма в некоторых переводах (соответствие планете Луна) из этой схемы находится под нижней губой – и это гениталии и органы малого таза. Зона 10 – Царство (соответствие планете Земля) и это стопы ног соответственно на теле человека, - находится на основании подбородка. Зона 6- точка под носом- “красота”. На теле человека эта точка соответствует планете Солнце в солнечной системе и солнечному сплетению на теле человека. Зоны 7 и 8 – Победа и Слава соответствуют планетам Венера и Меркурий. На теле человека это соответственно правая и левая руки. На лице, возможно – область соединения челюстей. Зоны 4 и 5 - Милость и Сила (соответствуют планетам Юпитер и Марс) возможно занимают нижнюю часть виска. И эти зоны “сила и милосердие” являются так же зонами соответствия желчного пузыря. Между прочим, в одной из пройденных практик, есть тоже группа точек на голове под названием “Доброта, Благодарность, Мир и Спокойствие”. И расположены они очень близко к этой зоне. А разница в названии может быть из-за неточности перевода. Зоны 2 и 3- Мудрость и Понимание - Разум в некоторых переводах (соответствуют планетам Нептун и Сатурн), я бы их расположила в верхней части виска. Кстати, массажные линии мы ведем к этим же точкам. Ну и верхняя- коронная. Это планета Уран. Макушку тоже желательно задействовать при рисовании. Мысленно собирая и стягивая в пучек линии. Это необязательно. Но мне так нравится. Таким образом, прорисовывая овал лица и активные точки, возможно, идет воздействие и на всю космическую систему. Надеюсь гармонизирующее. Думаю, цветное исполнение в зависимости от зоны, планеты и чакры тоже имеет значение. Но это тема следующего размышления. Так как каждой точке имеется и нотное соответствие, то напрашивается вывод и такой, что наигранная, услышанная мелодия таким образом также может влиять на наше состояние и не только эмоциональное. И этим можно управлять сознательно.

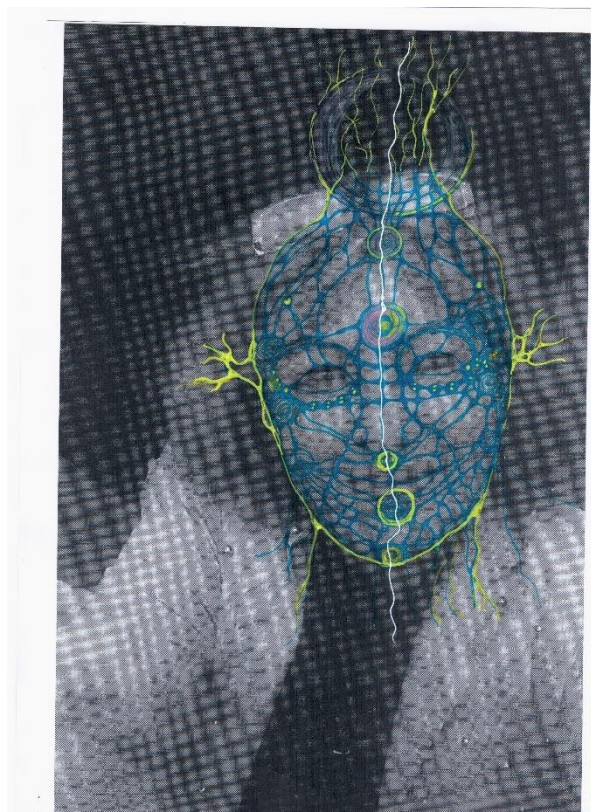
Звук представляет собой определенную вибрацию, волну или энергию в пространстве. Вся Вселенная пронизана звуком, светом, ритмическими пульсациями Солнца, Луны, планет, звезд, галактик. И все это воздействует на воздух, воду, землю, все живые организмы, в том числе и на человека. И сам человек производит различные звуки, которые оказывают воздействие и на него и на окружающую среду.

Воздействие музыкальных образов, добрых слов -это определенные вибрации. А каждому органу присуща своя частота вибрации. Пожалуй, используя нотную грамоту, можно подобрать и музыку для общения с каждым органом. И сонстроить его с верным ритмом планеты. Вот если рассмотреть это на примере воды. Ученые установили, что « вода обладает памятью и душой, способна впитывать, хранить и передавать человеческие мысли и эмоции. От того, что она видит, слышит и чувствует, зависит изменение ее структуры. Вода выражает свое отношение к услышанному и увиденному, изменением формы кристаллов, из которых состоит. Грубые слова, резкая музыка, негативные чувства вызывают разрушение кристаллов, появление непонятных форм и, как следствие, проявляется отрицательное влияние на здоровье человека. На хорошие мысли, слова, звуки, вода реагирует образованием кристаллов правильной формы, становится энергонасыщенной. Именно правильная и красивая форма кристаллов, делает воду наиболее полезной для нашего организма. Любая классическая музыка, воздействию которой подвергается вода, приводит к образованию правильно сформированных кристаллов с отчетливо выраженными характерными чертами. В противоположность этому вода, на которую действовали музыкой тяжелого рока, способна в лучшем случае образовать обломанные и неправильно сформированные кристаллы. В зависимости от характера музыки возникают совершенно различные кристаллические формы.» А образование кристаллов в органах человека? Не ту ли имеет причину? Грубые слова, негативные чувства.....и вот они камешки в почках, желчных протоках. И, как следствие, — следы на лице.

Нейропортрет. Захотелось зафиксировать в крепкую сетку нижнюю часть лица. Линии под глазами тоже требовали фиксации. Рис. № 4

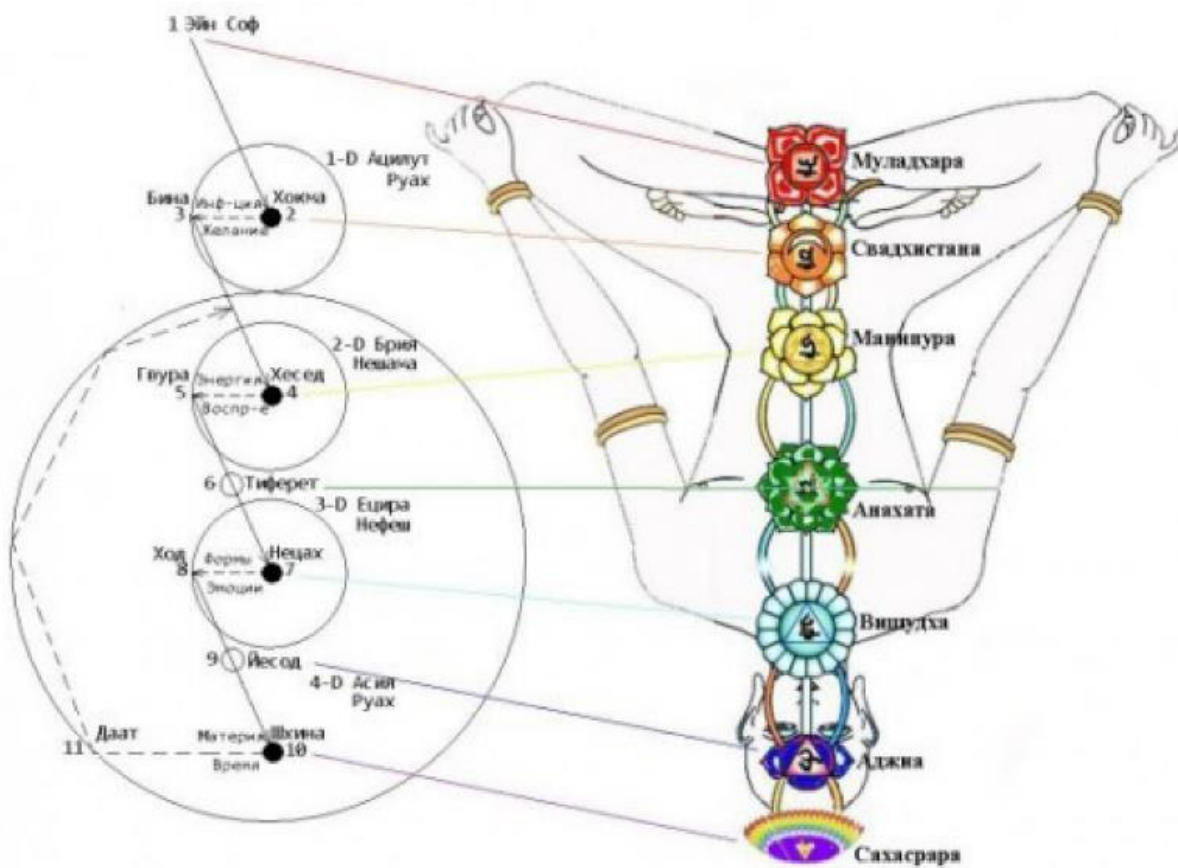
Особое внимание у зон виска. Ну и захотелось выделить область под губой и между бровями. На лбу получился большой круг, похожий на мишень. Над макушкой тоже.

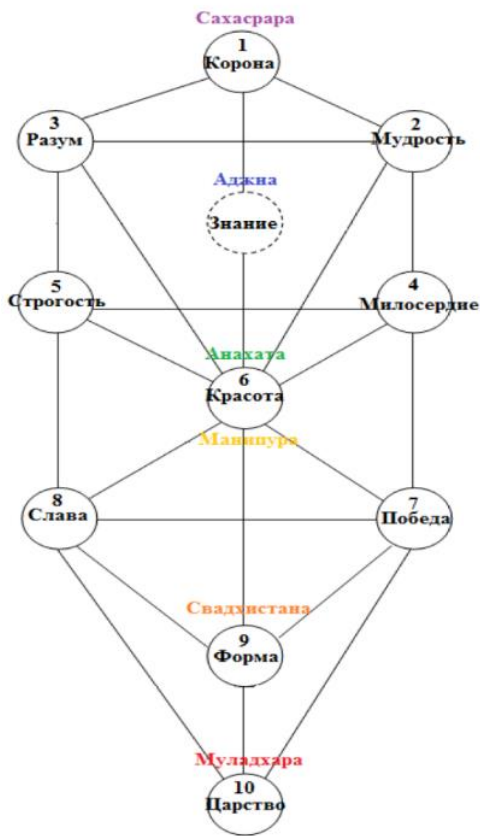
Особенно чувствовалось на лице, когда вела линии овала, линии у глаз и лоб. В последний момент выделила



зоны, которые по предположению могут соответствовать дереву Сефирот.

Лично у меня, когда я смотрю на эту, нарисованную маску начинают бегать импульсы в нижней части лица, где было усиленное внимание. И я собираюсь повторять эту процедуру. Осталось желание, как-то продолжить линии, больше связать их с телом. И поработать с телом в такой практике тоже.





Божественный мир
(космический разум)

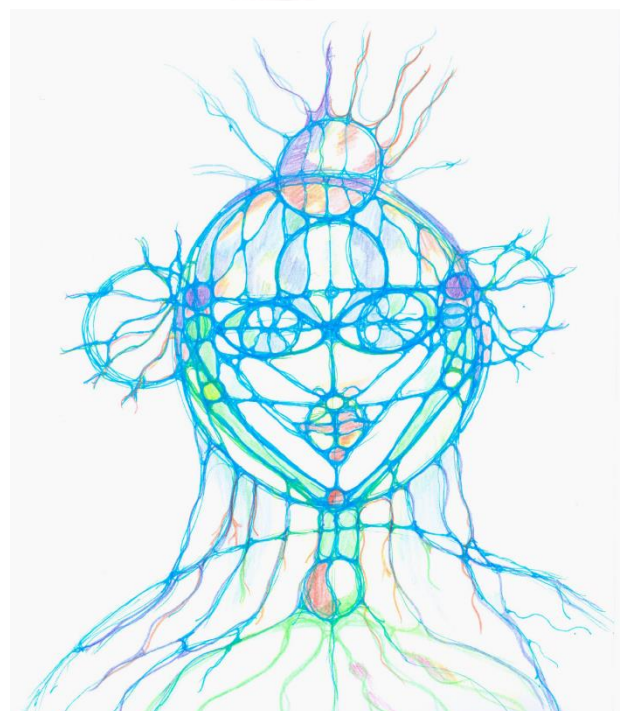
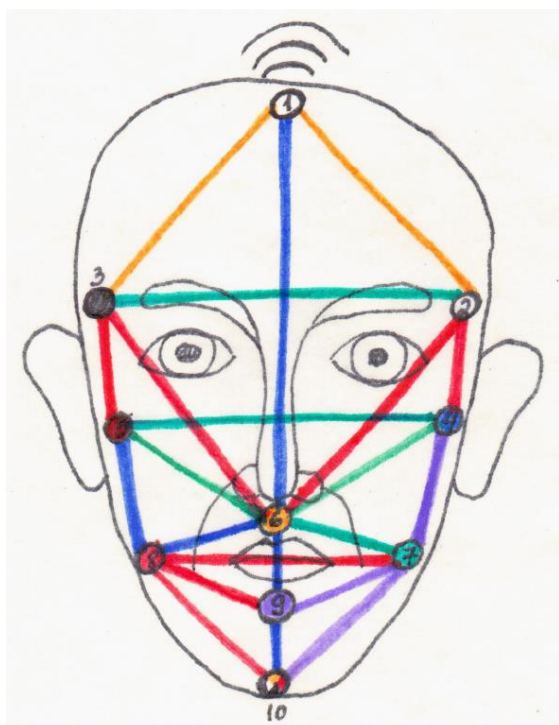
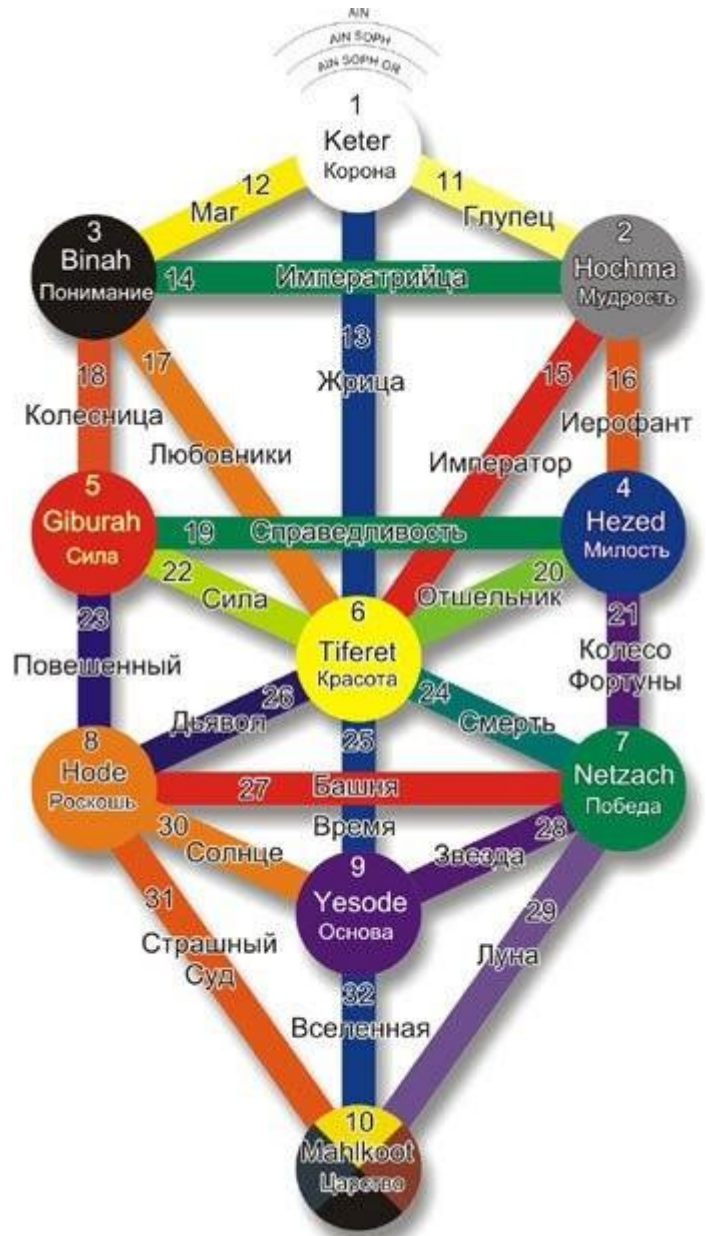
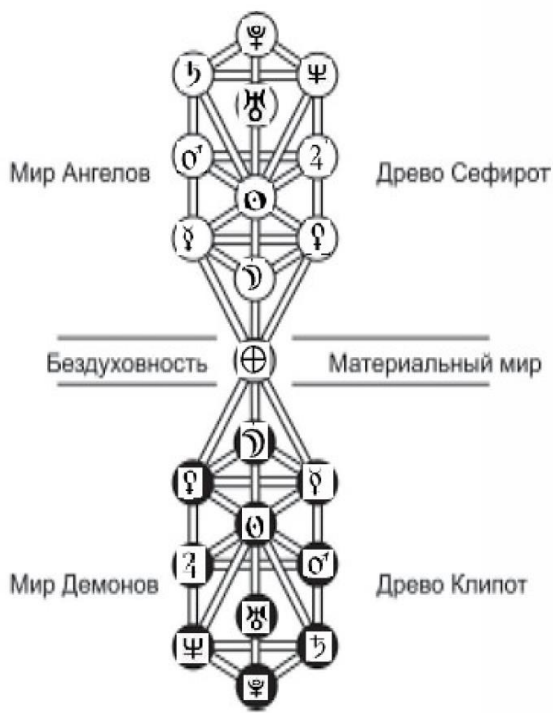
Буддхический мир
(духовный разум)

Каузальный мир
(карма, память души)

Астральный мир
(эмоции и мысли)

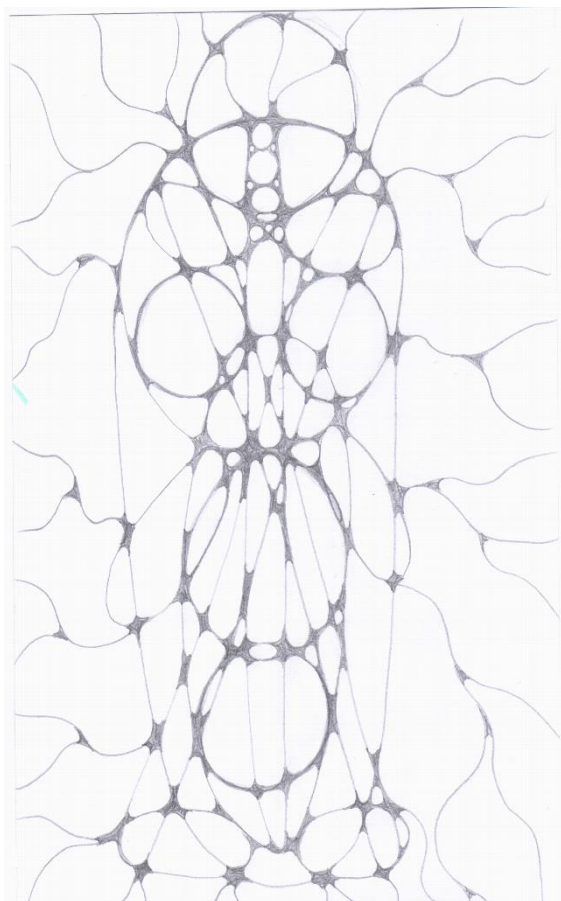
Физический мир
(тело)





В процессе работы вся теория вылетела из головы напрочь. Трудно было вспомнить, где тут Дерево, где Земля.... Вело тело. И звучало одно слово- Многомерность.. Проявились новые окружности. Очень четко прочувствовала жжение в области лба. По бокам два круга — как лохань для сбора информации- и разветвления- информационные сети. Между условными бровями получился треугольник. Который даже не захотелось смягчать и вносить в круг.

На «лице» тоже несколько треугольников. Причем все вершиной вниз. В итоге получился такой вот инопланетянин. Эту маску на лицо не натянешь, но в процессе рисования очень явные ощущения с телом происходят. Очень чувствовалась спина. Особенно плечи.



Вывод такой, что изменения на лице не возможны без изменений во всем теле. И начинать надо от центра к периферии. Работая с телом, с сознанием — результат будет на лице.

Рисунок клиента по моему запросу на тему: Лифтинг лица.

Интуитивно проявилось тело целиком. Линии X- образные.

Рис. № 10

Тело испытывало вибрации и движение энергии. Ощущения были . Необычные, но приятные. Реакция клиента на рисование,- что так . можно и нужно работать с телом.

В завершение своей темы скажу, что все в наших руках. Как только мы сделаем твёрдый выбор изменить курс своей жизни в сторону успеха, изобилия, развития, свободы и счастья! И если решаем стремиться к совершенству, и делаем всё необходимое для выявления лучшего из того, что в нас заложено, то непременно произойдут замечательные перемены.

Такого рода участие в собственной эволюции сознания выгодно для нас самих. В ходе развития своих способностей мы, в то же самое время, можем

раскрыть себя на самом интимном и глубинном уровне. Мы можем пробудить в себе то, что великий немецкий поэт и мыслитель Гёте назвал "гением, мощью и волшебством". Надо найти в себе и раскрыть дополнительные, резервы и скрытые энергии, которые дремлют в человеке. Все, что мы делаем в жизни, зависит от нашего настроения, внутренних установок и от нашего позитивного отношения к жизни. Чтобы привести себя к успеху, у нас должен быть здоровый образ мыслей и правильный положительный настрой и много энергии. Настрой — это как позиция, которая служит направляющей всех поступков и настроений.

Мысль - не только словесное выражение, но и область мысленной энергии. Энергией мысли человек может управлять. Чтобы максимально усилить мысль и получить желаемый результат, существует три главных способа:

- 1) визуализация;
- 2) концентрация;
- 3) эмоциональная окраска.

Мысль имеет форму образов. Мысленные импульсы – это наши желания. Сильное, глубокое желание – исходный пункт всех достижений. Мысль постоянно стремится обрести материальную форму. Зарисовывая свою мысль, мы своего рода материализуем свое желание. Все начинается с мысли. Мысль обладает даже большей силой, чем слова. С помощью мысле-образов, наполненных энергией Мы создаваем свой образ совершенства, «лепим» тело и производим омоложение организма. Реальный успех в ревитализации возможен тогда, когда человек относится к себе положительно. Желаю всем дерзости и материализации волшебства!

Как я пришла в Нейрографику? Просто и быстро. Когда-то лет 10 назад я пригласила в Таллинн женщину из Литвы для проведения курса по фрактальным рисункам. «Рисование фракталов меняет жизнь», говорила она. Ну очень меня заинтересовали тогда фракталы. Но информации показалось маловато. В интернете тоже ничего не нашла. Ну, и постепенно забыла об этой теме. В марте этого года в ФБ на страничке своей знакомой увидела рисунок. «Это фракталы?». «Нет. Это Нейрографика.» Слово совсем не знакомое. Залезла в интернет. А там полно предложений. Да еще и обучение в институте. Ну где еще полнее можно почерпнуть информацию? А то, что это может быть интересно, я уже не сомневалась. И вот я здесь. Что изменилось в моей жизни, благодаря нейрографике? Ну, во-первых, это помогло мне справиться с нахлынувшими эмоциями после ухода мамы. И

может быть это главное. Во-вторых, дало в руки еще один инструмент. Владение которым, доставляет радость, удовольствие и придает уверенность в себе. Легче стали происходить контакты с незнакомыми людьми. И многие с интересом знакомятся с нейрографикой и готовы проходить пользовательские курсы. Очень понравились Мандалы.

Тему рода, еще ни в одной известной мне практике, не затрагивали так мягко и деликатно.

Линии времени, Голубой океан, Пирамида, Коллайдер развития, Шаманский дождь и т.д.

Все очень и очень интересно! Раньше рисовала и думала-дуракавалянье.

А сейчас, делая почти тоже самое: «Могу себе позволить. Я же художник.» Первый раз сделала презентацию. Никогда раньше этого не делала. И не знала в какой программе и как подступить. Два дня чертыхалась. На третий пошло. Может и не очень качественно, но пришлось спешить. Очень собой довольна.

Появилось больше энергии. Полна творческих планов. Смелых планов!

На курсе кейс из десятка рисунков был посвящен моему бизнесу. А у меня две фирмы и три направления.

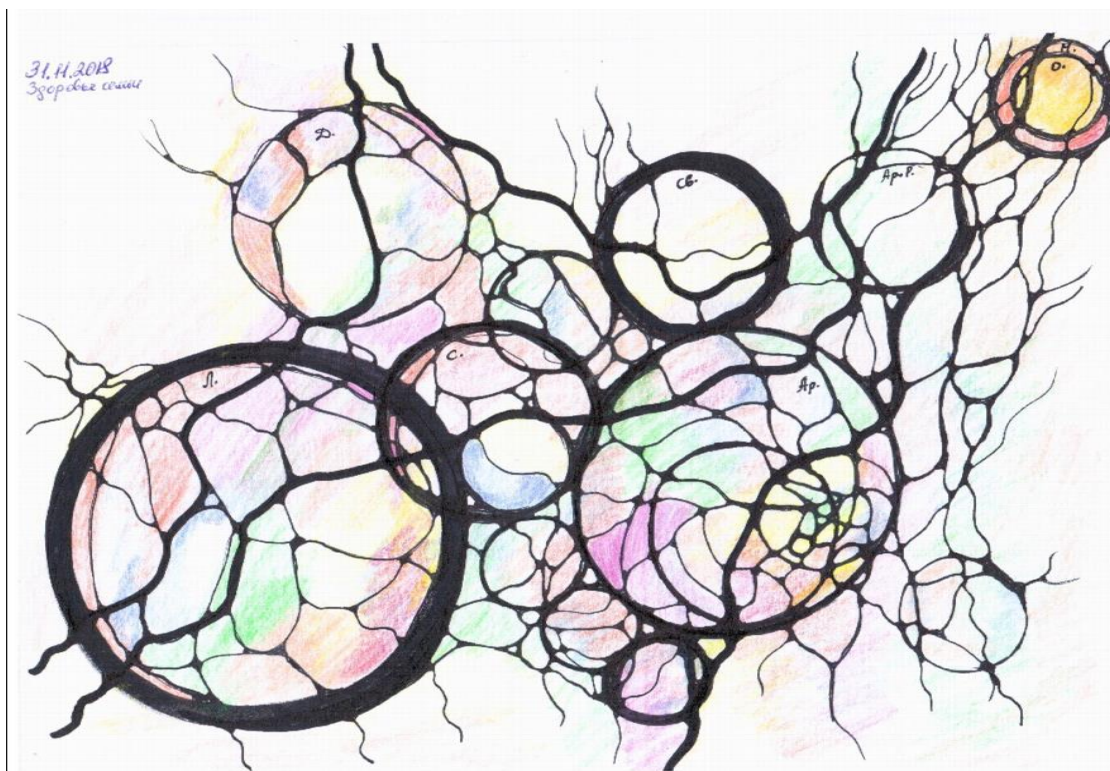
Долго не ощущала никакого результата от рисования. И это для меня привычно. В работе с телом так же. То никаких результатов, то сразу минус 8 см. Здесь тоже плотину прорвало не сразу. Но движуха пошла. И достаточно мощно. Стало даже не совсем комфортно от непривычного темпа. Специально немного притормаживаю, разруливала, чтобы оставаться в комфорте. Много видится уже иначе. Очень понравилось проводить сессии с использованием нейрографики. Иногда я сама рисую, а иногда клиент. Результат получили в обоих случаях.

Вывод такой: Нейрографика отличный способ борьбы с депрессией и многими другими заболеваниями!

[Ссылка на дипломную работу Морозовой Людмилы в авторском стиле](#)

Работы Морозовой Людмилы

Тема: здоровье семьи.



Тема: Бизнес



Автор:
Мур Наталья
Супервизор:
Пошенко Татьяна

Тема:
НейроЛетопись "Нейрографическая линия успеха".

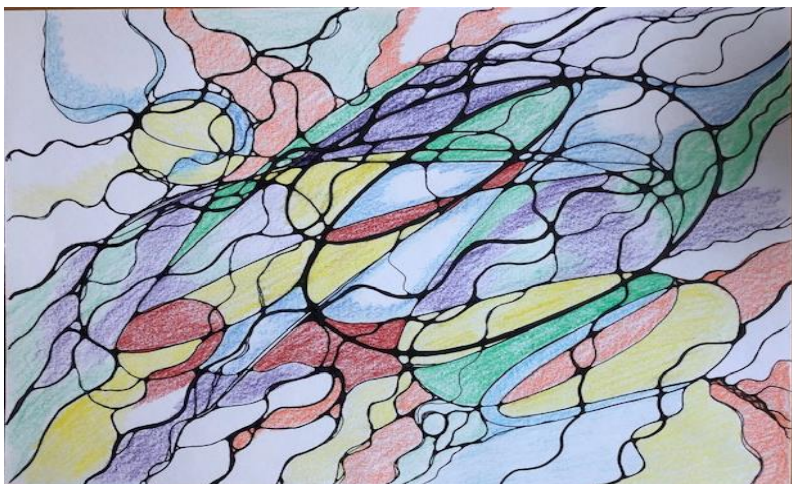
1. Всем скептикам и бросившим рисовать Нейрографику посвящается.

На просторах инета очень часто можно встретить красивые, необычные рисунки, подписанные загадочно заманчивым словом Нейрографика, а также много восторженных отзывов с результатами на эту тему.

Ну и конечно же, есть те, кто порисовал и бросил со словами: у меня не получается, значит это не для меня или значит для меня это не работает. Я не раз слышала такие высказывания от людей.

Поэтому, я хочу рассказать о моем одном кейсе, который начался с одной темы, а в процессе трансформировалась несколько раз в другие и и что в итоге получила. Это мой прожитый опыт и возможно он пригодится кому-то.

Меня очень волновал вопрос самореализации и сначала я стала работать с такой распространенной темой "Деньги". На тот момент я думала, что проработав тему, у меня все будет отлично. И даже не подозревала о том пути, который я пройду за Нейролинией.



Здесь я представлю некоторые работы этого кейса.

1 работа. Алгоритм АСО 1 вариант, тема- "Деньги". Формат А4

Итак, не долго думая, я обозначила тему – деньги и

сделала выброс.

Он был средний, хотя углов много.

При округлении уже в самом начала тяжесть в плечах, ноги напряжение, дышать тяжело. Не зря значит всплыла тема. Продышалась.

Тяжесть в груди, как будто плитой придавило, руки отяжелели, напряжение сильное, чешется тело, тяжесть в шее.

Мелькнула мысль деньги- это тяжелая ноша, вот шея то и не выдерживает. А я то думала что эта мысль давно покинула меня, ан нет, проявилась снова. Зевота, сильная, аж до слез.

Фигура и фон- зевота продолжается, в глазах туман, все плывет

Пошли мысль про развитие креативности. Снова все расплывается перед глазами.

Словила инсайт- на листе линии добавляю не смело, типа боюсь испортить, и тут же поняла что не хватает достаточной смелости проявить себя.

Большие фигуры- при работе с зеленым цветом челюсть напряжена.

Совершенно неожиданно пришел в руку голубой карандаш, а потом включился внутренний критик и пошла критика.

При фиксации получилось много овалов и это радует, выделила одно, большое. Две линии поля решительно провела через работу.

2. Алгоритм АСО 2 вариант, тема- "Страх проявлять себя". Формат А4



Раз обнаружила у себя страх выделяться, значит надо с ним работать.

Выброс интенсивный.

Большие фигуры-

выделила две из всего выброса.

Округление, объединение, растворение линиями поля- огромное сопротивление, тело сжалось, чувствую себя как натянутая пружина. Продышалась.

Дикое раздражение, недовольство собой, тяжесть во всем теле, болит верх спины. Иногда округляя заусенцы становится жирной линия и это очень раздражает.

Фигура и фон- заболели глаза, чешется то там, то сям, напряжение в ногах

После почти полного завершения этого этапа захватил азарт.

Когда выбирала цвета, то сразу пришла мысль: хочу весенние оттенки, хотя пришел и оранжевый карандаш. Доверилась чувствам и начала работу.

Она шла легко, в процессе напевала, хотя иногда отлавливала небольшое напряжение. А так процесс очень захватил. Решила работу отложить до следующего дня.

В течении дня внезапно всплыла фраза, которую много раз слышала, начиная с детского садика "от тебя одни проблемы, на тебя все обращают внимание". Шок и слезы, потому, что я совсем совсем забыла эти слова, а сейчас они всплыли на поверхность очень четко.

Теперь понятно стало про выбранные цвета карандашей, ведь весной начинается пробуждение всего живого и происходят удивительные изменения в природе и все меняется вокруг.

С радостью добавила еще линий и цвета, где-то выделила по ярче, понасыщеннее.

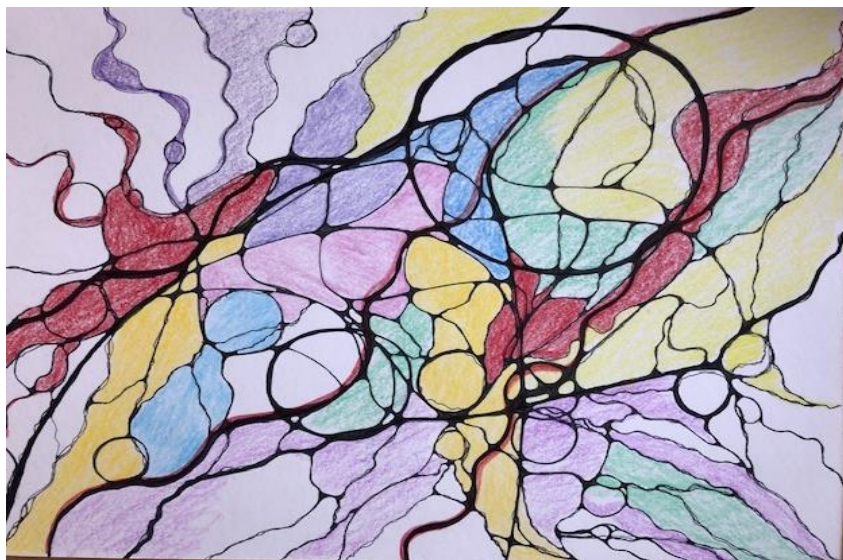
При фиксирование увидела внезапно шляпку, ее и выделила. И хотя знаю, что не надо знакомые символы выделять, но на этот раз решила сделать исключение.

И это было символично для меня- женщина в шляпке сразу привлекает внимание, а еще это состояние полета и как будто бы расправленных крыльев навстречу весеннему ветерку.

Внутри шляпки увидела и выделила овал.

Линии поля выводила и ощущала поддержку Вселенной. Работой очень довольна.

Наблюдения за собой после работ позволили отловить страх изменений, страх нового, страх перемен.



3. Алгоритм АСО 1 вариант, тема- "Страх перемен". Формат А4

На удивление выброс был средней силы.

При округлении чувствовала страх в теле в виде холода, напряжение в теле в области солнечного сплетения,

сжатые челюсти, болело правое предплечье.

При работе фигура фон неуверенность, заболела спина. Работа с цветом- сильно заболели глаза, потом увидела рог изобилия, зафиксировала его сознанием.

К работе вернулась на следующий день. Когда проводила дополнительные линии и округляла все пересечения чувствовала напряжение и головную боль.

Фиксацией выделила большой круг, он был сначала ровный, а при обведении его до большей толщины рука дрогнула, линия вышла за край. Мелькнула мысль- ага, не веришь в легкость перемен, вот и страх лезет.

Работа с цветом было легкой, а при использовании зеленого карандаша сильная энергия пошла. При работе с фиолетовым цветом отдала все страхи на трансформацию.

Линии поля провела проговорив намерения.

По окончании работа очень нравится, чувство радости переполняет. Четкая уверенность, что все перемены это благо для меня и эта уверенность родилась изнутри. Работа нравится и очень вдохновляет.

Именно в нейрографике я очень глубоко осознала, как может себя проявлять сопротивление. Для меня было настоящее открытие узнать, что внешняя помеха такая, как звонок по телефону, желание куда-то срочно поехать и тому подобное- это все тоже происки сопротивления.

Это стало одним из ключевых моментов моих изменений.

И я понимала, что мое сопротивление тоже требовало проработки.



**4. Алгоритм АСО 1 вариант,
тема- "Мое сопротивление
двигатель моего прогресса".
Формат А4**

Еще даже не начав рисовать, оно уже уже началось- хочется пойти покушать, сделать чашечку кофе, заболела голова.

Выброс- интенсивный, аж лист порвала и даже как-то смялся немного.

На начальном этапе сопряжения сначала было раздражение, потом мысль, что вроде тема уже не цепляет, а потом мысль, что при виде сопротивления я точно знаю, что на верном пути и надо этому засранцу не поддаваться. Потом мысль- а что надо делать назло что ли? Как-то это не то. Надо с ним подружиться.

Чешутся руки, вернее правая рука в районе запястья, болит голова, двоится зрение, чешется макушка головы, напряжение в ногах.

На этапе фигура фон- раздражение, глаза болят, зеваю, напряжение в

теле, клонит в сон.

Выделила две фигуры овальной формы, потом увидела еще одно. Давит горло. Сонливость усилилась, зевота сильная. Мысль- надо отдохнуть. Туман в глазах, слезы навернулись, глаза режут. Хочется бросить работу.

Вдруг одну фигуры овала, самую длинную я разделила на две и потом сами вписались два круга. Пошла энергия при округлении, участилось сердцебиение, рисунок уже очень нравится. Появился азарт и желание продолжать рисовать- урааа!

Цвета пришли в руки сами, цвет наносился как бы сам.

Линия поля дала стремление к результату. Фиксация выделила фигуру, которая мне напомнила моторчик Карлсона, после этого эту работу я так и называю.

5. Коучинговая техника, тема- "Я и мои ограничения по жизни". Формат А4

На очередном занятии мы рисовали про ограничения. И конечно же я использую эту возможность для проработки своей темы.



Нанесла на лист 5 из 18 моих установок- ограничений:

- 1) из тебя все равно толку не будет
- 2) ты такая безрукая, у тебя руки не из того места растут
- 3) лучше старайся, у других пока все равно лучше получается
- 4) с тобой же никто дружить не хочет
- 5) хватит ерундой заниматься, лучше бы на нормальную работу устроилась

Начала работу с округления 4 круга и чувствую напряжение в теле, зевота, болят глаза. Боль в груди на уровне сердечной чакры. Болит шея. Режущая боль в глазах периодически. Нарастает раздражение, мысли-

скорее бы закончить.

Перешла к округлению в 3 круге- давит грудь. Мысль: у других лучше получается и сразу после этого инсайт: так это же мне ресурс, надо только посмотреть как они делают, спросить их помощи/подсказки/совета/ это же круто- есть у кого учиться. Появилось ощущение, что аж крылья выросли.

Перешла на 5 круг- болит голова, а в конце- ух ты какой интересный пазл получился.

На 2 круге при округлении пошла энергия после кратковременной вспышки боли в глазах, стало жарко

Перешла округлять в 1 круг- жарко очень, болит голова, и вдруг внезапно пошли криминальные сцены из фильма. Спросила: что это для меня?

В ответ: опасно преуспевать. Даже не подозревала о таких мыслях у себя. Напряжение в теле, холодные ступни, затекла шея, пошло раздражение, рисунок бесит, много всего округлять.

Интеграция –соединение всех частей, напряжение было такое, что аж шея хрустела.

Через два дня вернулась к работе, выделила фигуру овальной формы, вернее через овал объединила все части. Стала округлять, начала с нижней части овала (круг 5) и снова пошли криминальные сюжеты из того же кино. Напряжение в челюсти.

После округления работа не нравится, есть некая разделенность между кругами, а как их соединить не соображу. Хотела снова отложить ее, но потом увидела, что одна линия толстая соединяет один из кругов с моей фигурой. По такому же принципу соединила другие фигуры.

Раскрашивала по интуиции, но именно после завершения этапа большие фигуры рука нарисовала спираль. Округлила ее. Но работа все равно трепета и волнения не вызывает. Отложила работу.

Через полчаса вернулась к рисунку, посмотрела на нее и пришла мысль сделать спираль толще. Сразу пришла радость и легкость, вот теперь самое то.

6. Алгоритм Коммуникация, тема- "Я и успех".

Формат А4

Мне очень понравился алгоритм коммуникация. Я проработала много работ на разные варианты коммуникаций, в том числе и эту: "я и успех"

Я нанесла фигуру себя и обозначила фигуру успеха. В горле сразу чувствую блок.

Фигура успеха была маленькая и я не смогла ее увеличить изначально, сразу в горле блок усилился. Сделала внутри успеха выброс и стало легче.

При округлении выброса пошло тепло. Потом соединила себя и успех, при округлении пересечений периодически возникала сонливость, раздражение. В какой то момент расширила фигуру успеха и при округлении пошло тепло в груди.

При работе фигура фон раздражение усилилось, кашель. Цвета выбрала интуитивно, стало жарко. Линии поля провела красным для активности.

Фиксация совершенно неожиданно стало как ракушка, но ассоциация пошла, что это открытая ракушка. Пришла мысль про жемчужину. А ведь иногда сколько всего надо всего перебрать, пока найдешь эту жемчужину.



Работа успокоила. Но я понимала, что работа над темой еще продолжается.

Несмотря на то, что мне хотелось сначала решить свои вопросы и задачи, я параллельно начала работать как инструктор и

пробовать себя в разных форматах.

И пройдя почти все шаги, я увидела свою слепую зону, которую пока не преодолела- я хочу работать офлайн, как говорится на земле, мне это очень

нравится, но на желаемую масштабность я пока не вышла.

И мне пришла в голову мысль- прорисовать НейроДрево на тему уверенности в себе.



С этой работы, по моим ощущениям, начался мой прорыв.

7. НейроДрево, тема- "Моя уверенность в себе".

Формат А3

Я рисовала все как обычно- набор линий, все идет легко, хотя периодически напряжение возникало, причем в верхней части дерева, оно и понятно- ведь именно там зона результата.

В корнях набирала ресурсы. И один них вышел неопознанным.

Но чем Нейрографика и хороша, что мы все можем наносить на лист, все наши "знаю" и "не знаю", а потом наблюдать как это все распаковывается, вот именно эти моменты для меня как рождения чуда. Всегда неожиданные и очень ресурсные.

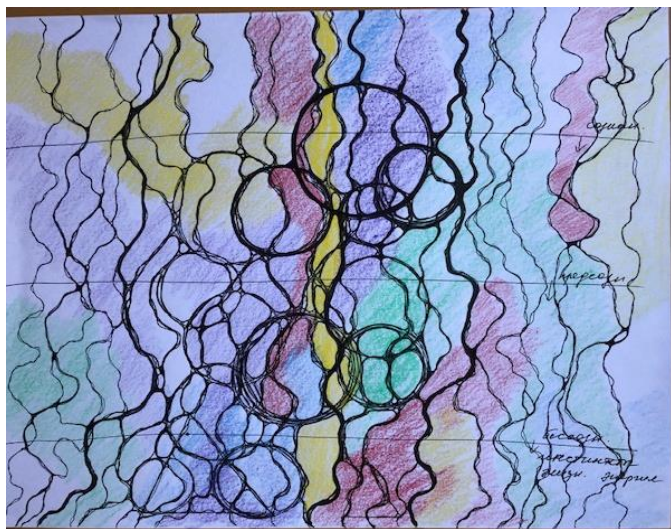
При округлении напряжение в теле ушло совсем и процесс полностью захватил меня. Плоды рисовала с упоением, отмечая попутно, что они разные по размеру, все как на самом настоящем дереве.

На этапе большие фигуры при введении цвета карандаши сами шли в руки.

Фиксацией обозначила ресурсы как самое важное для меня на этом этапе. Линии поля идут вверх по бокам ствола, означая рост успеха.

Работа по окончании нравится, в теле идет энергия и тепло.

Закончив работу, я ушла заниматься другими делами и совсем даже не



думала про нее.

Но через какое-то время мысли зашевелились в совершенно неожиданном мне направлении.

Я снова стала размышлять: почему у моих клиентов, с которыми я работала результаты шли быстро. Может я что-то я упускаю? Но что именно? Эта мысль запустила мыслительный процесс.

И буквально вскоре меня озарило, что когда делала несколько своих работ, проговаривая все вслух, как бы вкладывая голосом намерения, то изменения произошли стремительно. Вот он момент озарения.

Я тут же вернулась к работе, обозначила этот ресурс и уже осознанно прошлась несколько раз по его окружности и потом выводя от него линии вверх, при этом вслух проговаривая все свои намерения. В этот момент у меня была дрожь по всему телу, было такое ощущение, что оно даже звенело и вибрировало.

Именно этот ресурс стал для меня ключом к моим дальнейшим результатам и очень мощно подкрепил уверенность в себе.

С этого момента, после этого важного для меня осознания, в каждую свою работу я стала вслух произносить все свои намерения в момент рисования.

8. Коучинговая техника Топографическая модель Фрейда, тема- "Успех". Формат А4

И тут буквально следом на очередном занятии по коучингу нам предложили очень интересные техники.

И я тут же использовала возможность проработать тему "Успех" и решила рисовать именно этой техникой.

И здесь вышла очень любопытная неожиданность.

На самом начальном этапе в бессознательном вышел треугольник и тут

же пришли слова что "успешных не любят, им все завидуют". Источник остался неизвестным, хотя я догадываюсь.

В уровне бессознательного по фигурам вспомнила свои успехи и достижения, и ведь многих из них дались легко. И только вспомнилось слово "легко", как тут же на замену ему всплыли другие слова о том, что все, что легко досталось, то не заслужено и так же быстро уйдет от тебя.

И вот тут пришел мощный инсайт, сложился пазл, который ответил на мой вопрос, ответ на который я искала последние три года.

После этого я работала с упоением, соединяя все уровни. Цвет пришел сам. Фиксацией выделила три круга и снизу вверх провела три линии поля. Чувствую состояние полета.

Но именно этот инсайт заставил меня задуматься о том, что мне надо рисовать это тему серьезно, кейсом и тогда я даже не предполагала, как же глубоко лежит мой страх успеха.

С этого дня я рисовала эту тему каждой техникой курса, продолжая при этом периодически рисовать алгоритмом АСО. Было очень интересно наблюдать динамику развития и раскрытия, как пазлы сами стыковались между собой.

На следующий день я снова рисую АСО на тему "Успех".

9. Алгоритм АСО 3 вариант, тема- "Успех". Формат А4



Пр
и
округле
нии
напряже

ние в ногах, немного заболели глаза. На этапе фигура-фон шли знакомые символы, чего уже не было очень давно.

Мелькнула мысль-шахматы в овале и мысль твой ход королева. Шахматы игра королей. Вот уж понятия не имею откуда про королей мысли взялись.

Увидела гроздь овалов, прямо как гроздь винограда.

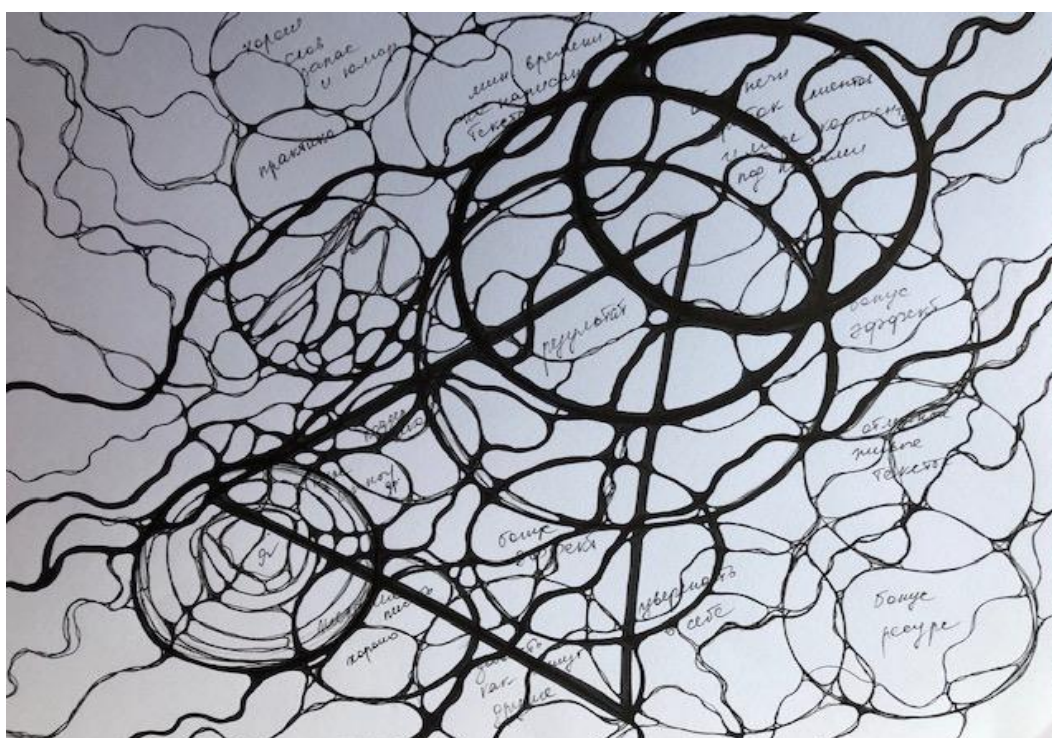
Взяла коричневый карандаш, тоже довольно редко им пользуюсь и тут же увидела чулки- сапоги. Чудно. Следом пришла мысль- я абсолютно успешна и счастлива- когда то я говорила себе такое по утрам, видать подсознание решило напомнить.

Вибрация во второй чакре, и тут же мелькнула мысль, что я взяла цвета трех нижних чакр. Увидела сердце. Мысль- идти (сапоги) и нести творчество по всему миру с любовью.

Линии поля наполнили уверенностью.

Фиксацией стал большой круг, как символ обозначающий всю планету. Спустя часик добавила голубой цвет и пришла мысль, что я в океане изобилия, он окружает меня со всех сторон и мне в нем очень легко и комфортно.

10. Техника SCORE, тема- "Успех". Формат А3



Потом пришла мысль свою тему успеха прорисовать этой техникой.

Нанесла себя на лист. Потом причину. Желаемый результат.



Соединяю центры фигур Нейрографической линией. В теле легкое напряжение, заболела голова.

Ресурсы наносила с удовольствием, от них уже на листе получала большую порцию энергии.

При сопряжении было напряжение в руке и раздражение.

Работу оставила в монохроме, Вспомнились слова Павла

Пискарева о том, что этот алгоритм можно оставлять в черно-белом варианте и реально эта работа очень нравится без цвета. Четкая. Динамичная.

От линий поля стало жарко. Фиксацией стал треугольник и круги, мне очень нравится как они означают мое движение к результату.

11. Алгоритм АСО 1 вариант, тема- "Я успешна и максимально реализую свои таланты и все возможности". Формат А3

Эта работа очень поразила меня, потому что она была неожиданно мощная.

Я решила расширить тему с просто "Успех" на "Я успешна и максимально реализую свои таланты и все возможности".

Соппротивление пыталось поймать меня уже на старте, отвлекая на телефон. И все таки я начала ее. Это был фейерверк в прямом и переносном смысле.

Я почувствовала желание сделать не один выброс, а несколько. Но они оказались очень сильные, поэтому я делала их один за одним.

И на одном из этих предварительных выбросах, у меня сломалась ручка и залила компьютер чернилами, в результате чего я потратила некоторое время на его очищение- настолько было сильное сопротивление.

Я отмыла компьютер от чернил и продолжила делать выбросы.

Потом, уже после окончания работы, я посчитала для интереса и оказалось, что всего я сделала 27 предварительных выбросов и 28 был уже на формате А3 и он все равно был мощным, интенсивным и очень заряженным.

После выброса было некое облегчение, но и напряжение сохранялось.

При округлении кружилась голова, сильная боль в правом глазу, прямо режущая сильная боль, сильный отхаркивающий кашель как говорится на ровном месте. Просила Архангелов трансформировать все мои страхи в любовь. Дышала и продолжала округлять.

В горле снова появилось ощущение что кто то держит за него рукой и в какое-то время пропадает. Спать хочется. Через некоторое время спать захотелось еще сильнее, потом началась боль в правой стороне сердца. Легкое раздражение- сколько всего округлять.

Откуда-то мысли пришли про революцию- почему это возникло, я даже не знаю.

Что интересное заметила- как только начинаю разговаривать вслух про успех- сразу же в горле снова появляется ощущения того, что кто-то держит меня за него. Что это? Пока ответ не пришел.

В сон тянет еще сильнее и сильнее. За полчаса работы округлено было совсем немного, работа двигалась медленно. Состояние сонливости еще больше усилилось.

Хрустнула шея. Снова ощущение, что кто-то держат за шею- оно периодически уходит и потом снова проявляется. Кстати заметила, что это появляется только когда рисую тему успеха.

Сердце забилося сильно сильно. Радость пошла, а округлять еще больше половины, еще даже не дошла до середины. Пошло такое сердцебиение, когда тебя первый раз на свидание пригласили, и такое волнение- еще не знаешь, что ожидать от этого, но предчувствие чего-то такого хорошего прямо. Раздражение прошло.

Округление работы закончила примерно за два часа.

На этапе фигура-фон растворение выброса прошло легко. Нравится как

продолжается процесс.

Выделила большие овалы. Очень много таких фигур, похожих по форме на яйцо. Мелькнула мысль: значит зарождение новых процессов уже началось. Приветствую их. Снова пошло напряжение через какое-то время. Работа уже нравится.

Снова увидела и выделила овал- ох и интересно же, что из этого вырастет. Стала напевать. Подышала, и снова проговорила вслух свою тему, чтобы еще поднять и отпустить блоки.

Каждую линию заряжаю успехов. Дышу. Внезапно стали мелькать картинки в голове об успешном 2019 году. Это очень вдохновляет. В теле пошло тепло. Снова сердце забилося приятным темпом.

Через какое-то время снова пошло небольшое раздражение, округляю после нанесения кругов и мысль: скорее бы это дело все закончить. Покашливание пошло. И стало полегче в области груди, легкость какая-то наступает. До этого даже не заметила тяжести получается.

Тем временем продолжаю скругление пересечений и иногда возникает сопротивление, а иногда удовольствие от процесса. Вот так они рядом и сопровождают процесс.

Мелькнула мысль, что работа идет с неким стопором, хороший знак однако. Периодически першит в горле.

В какой-то момент обратила внимание, что мало линий в одной части листа- тут же добавила их.

Мелькнула мысль, которую я проговорила вслух: мама, интересно, неужели ты из каких-то прямо древних родов... жрица. Я была удивлена, потому что понятия не имею откуда такие мысли. И именно в этой работе. И как это связано с моим успехом?

Интересно, что сначала мысли про революцию, теперь вот про Род, но фиксирую это для истории так сказать. Ведь никогда не знаешь, что откроется в следующий раз. Эти мысли пришли именно на этапе фигура – фон. Продолжаю добавлять линий и округлять пересечения, мурлыкая себе под нос. После наведения второго большого овала ощущение, что теперь все на месте.

В процессе работы с большими фигурами цвета сами пришли ко мне. Линии поля сделала красным цветом, это у меня первый раз такое и после этого работа чувствую, что работа нравится. От этой работы я до сих пор под впечатлением.

12. Техника T.R.U.E, тема- "Успех". Формат А3

Через пару дней я рисую тему успеха техникой T.R.U.E

Ресурсы нанесла те которые я знала, в том числе включая не физические, такие как удача, успех, энергия, желание.

Работа шла легко, в теле легкость, чувство уверенности и тепла. Рисовала оранжевым маркером, что совсем не типично для меня, при этом мне это очень понравилось, ощущение что радость шла из под маркера.

Тема увеличивалась в размерах по мере соединения ее с ресурсами.

Во время соединения Нейрографической линией всех элементов было жарко, особенно когда соединяла удачу, энергию и желание.

Образовавшиеся пустоты наполняла смыслом, а один из них назвал себя на следующий день.

При работе в пункте фигура-фон местами ловила себя на мыслях о неуверенности, пришлось там больше округлять. Цвет пришел во время рисования, в теле было тепло и бегали мурашки.

Линии поля дали силу. Фиксацией я обозначила всю композицию, для



меня все важно и все это дает конечный результат. Работа очень нравится. Она мне до сих наполняет меня энергией и вдохновением. Очень солнечная работа получилось.

И тут внезапно произошел неожиданный поворот, хотя случайностей не бывает, некоторые события в жизни подсказали мне, что пришло

время проработать тему принятие себя.

13. Алгоритм АСО 3 вариант, тема- "Я принимаю себя настоящую". Формат А4



Выброс интенсивный.

При округлении мысли, что я вот линии веду не так как у других и сравнение себя с кем то включилось на всю мощь. Проговариваю вслух, что я полностью принимаю себя и теле чувствую напряжение. Кашель.

Раздражение что много округлять.

Пошли инсайты (критика кого-то, значит это я таким образом хочу показать какая я хорошая). Проговариваю, что полностью принимаю себя.

Не надо никому доказывать какая я. Поэтому я принимаю себя и других полностью. Пошли воспоминания из детства связанные с темой.

Сильный кашель снова, аж хриплю от него. Чувствую некий дискомфорт в позвоночнике.

Заметила, что округляю с конца рисунка, что непривычно для меня-интересно как. Левый глаз временами плохо видит. Хочется телефон проверить- для меня это единичные случаи.

Время от времени проговариваю свою тему вслух.

Фигура фон- выделила овал, круг. Цвета пришли сами: бирюзовый, розовый и желтый и больше ни один в руки не шел, при этом работать было очень легко. Мурлыкала себе под нос. Мелькнула мысль: на ромашку похоже.

Линии поля в теле тепло. Фиксация- большой круг, выходящий за край листа. Работа нравится.

Но я понимаю- это однозначно кейс, судя по воспоминаниям из детства.

И тут события развернулись удивительным образом. Буквально через несколько дней я отловила мысль, что мне сложно выражать свои желания и составлять списки желаний и именно в этот момент тут же всплыла фраза из детства: много хочешь- мало получишь.

И в тот же день я сделала АСО маленького формата на тему своих желаний.

14. Алгоритм АСО 1 вариант, тема- "Я имею право на исполнение всех желаний моей души". Формат А5

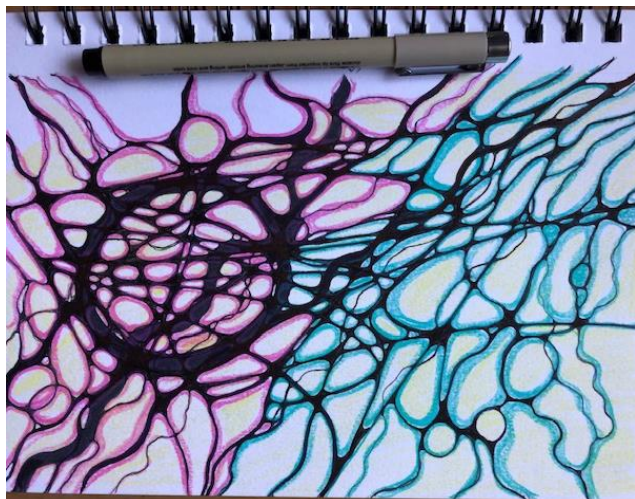
Сделала выброс. При сопряжение что-то мурлыкала себе под нос. Получается сетка, мелькнула мысль что она похоже на матрицу. Напряжение в ногах и хочется скрестить их.

Маркер идет легко, в левой руке поймала напряжение. Вслух проговариваю свое намерение. Появился насморк. Вот просто на ровном месте, непонятно откуда.

Немного погодя закололо сердце. На рисунке увидела хвостик и при работе с этим хвостиком все сердечная чakra заболела. Спросила себя: что это? О чем это? Пришла мысль: заботиться о себе. Дышу.

В этом момент пришла мысль раскрашивать эту работу яркими цветами. Как в детства карамельные палочки, розовые желтый и зеленый цвета.

В процессе сопряжения пришел инсайт, что тема успеха она связана с принятием себя. Мы все хотим успеха, а себя не принимаем. Не принимаем где-то свою боль, свои поражения, свои разочарования.



Сильно тянет в сон. Вот как это сопротивление себя проявляет: только что была бодрая и вдруг чувствую сразу же сильную сонливость.

Отметила, что начала округлять именно с левого угла. Снова говорю

вслух свое намерение.

Продолжаю сопряжение. В сон клонит еще сильнее. Удивительно все так.

И работа идет медленно, несмотря на маленький формат. Кстати вся работа заняла 1,5 часа. Многовато именно для данного формата. Но результат того стоит. Ноги периодически скрещиваются. Внезапно заболела спина между лопаток. Тяжесть какая-то. Все округлила, тяжесть частично осталась.

Перешла работать с пунктом фигура фон. Мысль, что работа очень интересная, необычное исполнение. Плечи заболели сильно. Ох как шея сильно затекла, стала поворачивать голову и она аж хрустнула. Кружочки маленькие дорисовываю и от них прямо энергия идет. Выделяю круг в левой части рисунка. Заломило затылок. Снова кашель.

На этапе большие фигуры выбрала яркий бирюзово-зеленый, он пришел первым и я стала работать с ним в правой части листа с правого нижнего угла, отметив что это первый раз так. Сейчас пришла в голову мысль, что хочу наносить цвет по краю фигур, не заполняя цветом середину. Очень нравится работа. Я себя сейчас ощущаю прямо волшебницей, работа приносит удовольствие.

Когда стала в левой части работы наносить розовый цвет пошло сильное, приятное сердцебиение, сразу улыбка на лице, тепло разливается в груди, у меня не было такого при работе с бирюзовым цветом. Хотя почему-то именно бирюзовая часть работы нравится больше.

Линии поля вела, проговаривая свои намерения. В левой части работы фиксацией выделила круг потолще, стала его сопрягать с работой и в теле прямо вот такое сильное тепло пошло, как энергия по всему телу, даже как будто это сердцебиение всего тела. Мысль, что работа получилась мистической и необычная для меня по цветам. Я была удивлена таким цветовым решением. Очень нравится и вдохновляет.

А еще я почему то пришла мысль: интересно, почему круг вышел на левой стороне работы.

А утром, только открыв глаза, мне сразу пришел ответ на этот вопрос: это женская сторона, пора работать с принятием себя как женщины. И тут же я вспомнила, что в последнее время все мои желания связаны с достижением, обучением, и очень мало именно женских желаний.

PS. Вставляя картинки для диплома пришла мысль, что после этой маленькой работы, формата А5 начался явный сдвиг в теме, прямо как в сказке про репку, именно маленькая мышка помогла вытащить репку.

И именно с этого дня, после этой работы, изнутри меня пошла энергия и мне хочется творить. И это идет от слова "Хочу", от желания делиться, а не от слова "Надо" и это так вдохновляет. Это действительно наполняет радостью и драйвом.

Я увидела новые возможности, которые были рядом и была поражена тому, что я даже не видела их раньше. Но сколько ментального мусора пришлось разгрести, сколько установок трансформировать в ресурсы и эта работа еще не окончена. И каждая работа снимала какой-то новый слой ограничений, страхов, иллюзий.

Как то по другому я осознала, что только принимая себя по настоящему, к нам приходит настоящий успех и все происходит гораздо легче и быстрее, наполняя нас энергией.

Какое счастье, что я дошла до вот этого сдвига, поворота в сознании и теперь чувствую, что могу легко свернуть горы, хотя я осознаю, что я только в самом начале пути принятия себя, но это уже впечатляет и вдохновляет. Было не просто встретиться со своими страхами и ограничениями, трансформировать их, не сдаться на пол пути, а пройти его весь до желаемого результата.

Впереди еще много работы по очистке от ментального мусора и внутренних ограничений. Но этот кейс успеха станет фундаментом и одной из составляющих моего следующего этапа в этом направлении.

Выводы.

В результате проделанной работы я выделила следующие выводы:

- 1) Путь в тысячу миль начинается с одного шага. Главное продолжать идти. Ежедневно. К своей мечте. К своей цели. С нейрографикой все невозможное становится возможным намного быстрее и легче.
- 2) Нейрографика работает! Нейрографика уникально работает!
- 3) Результаты каждый получает в свое время, и эти сроки у нас у всех разные. И это отлично. Мы все разные. Просто надо продолжать рисовать. Ведь пройдя через всю свою трансформацию, глубина моего понимания метода, погружения в него отличается от тех работ,

когда я например получала результат сразу, и для меня ценность этого понимания тоже глубже. Не всегда то, что досталось легко, столь же ценно.

- 4) Обязательно справляться с сопротивлением. Это самая трудная часть пути. Когда очень хочется бросить. Но именно с нейрографикой я научилась справляться с этим.

Вспомнилась фраза: самая темная ночь всегда перед рассветом.

- 5) Очень важно продолжать рисовать кейс до желаемого результата. Совершая одни и те же ежедневные, привычные для нас действия тем самым мы формирует шаблонное поведение, так называемые наши привычки. При этом используются и укрепляются одни и те же нейронные связи. Таким образом в нас встраивается "автопилот" и это конечно же отражается на гибкости и скорости нашего мышления.

- 6) Не сравнивать свои достижения с кем-то другим, потому что часто мы видим лишь конечный результат и не знаем длину самого пути, пройденного рисуящим. Да, у меня это несколько иначе или совсем по другому, чем у кого-то и это же уникально. Зато это все хорошо укоренилось и уже приносит свои плоды.

- 7) Я выбираю рисовать, рисовать и еще раз рисовать. Использовать разные техники и алгоритмы, чередовать их, повторять, осознавать, ловить инсайты, замечать изменения и рисовать снова и снова и так до желаемого результата. Потому что он будет. Обязательно будет. Это же Нейрографика!

Ну а для тех, кто говорит: не для меня/мне не помогает, то я отвечу так: Нейрографика помогает всем.

Почему? Ответ прост: Нейрографика помогает всем, у кого есть нейронные связи. А они есть у нас у всех, также как и вода- мы все состоим из нее на какое-то количество процентов. Так же и нейронные связи- они есть у всех.

Ну а если их нет, то тогда надо их просто прорисовать))))).

Результаты обязательно будут, просто надо дать время им проявиться изнутри в реальность.

Рисовать столько, сколько надо для результата. И жизнь изменится к лучшему.

Для меня Нейрографика мощный инструмент с глубоким пониманием,

Мур Наталия. НейроЛетопись "Нейрографическая линия успеха".

не только, как мне выйти из своих страхов и ограничений, но и также как начать моделировать, создавать свои будущие и, самое важное, желаемые события.

Это очень необычно. Это очень красиво. И при этом все вполне реально.

Нейрографика работает! Нейрографика уникально работает!

Благодарю Вселенную за нашу встречу!

Благодарю автора метода, Павла Пискарева!

С любовью и благодарностью,

Natalia Moore

[Ссылка на дипломную работу Мур Наталии в авторском стиле](#)

Автор:
Муравьева Надежда
Супервизор:
Сафонова Светлана

Тема:
**Нейрографическая фасилитация как способ решения
бизнес-задач**

Введение

Современные условия мирового развития в целом и экономического в частности сформировало устойчивое мнение в бизнес-сообществе, что только благодаря изменениям есть возможность сохранять свои позиции на рынке.

Но изменения – это процесс длительный, со множеством «подводных камней». Здесь необходимо помнить сразу о многих вещах:

- понять, какие изменения в принципе доступны конкретной бизнес-единице (организации, отделу, человеку),
- определить необходимые ресурсы,
- принять решение, в какую сторону изменений двигаться,
- сформулировать конечную цель,
- разработать тактический план проведения изменений,
- снять напряжение, которое происходит в процессе изменений у отдельных людей и организации в целом.

Пожалуй, самым важным из этих «подводных камней», является сопротивление изменениям.

Каким изменениям чаще всего сопротивляются? Большинство психологических исследований утверждают, что люди сильнее всего сопротивляются тем изменениям, которые навязаны кем-то со стороны. Свои собственные решения люди внедряют в жизнь более охотно.

С современной психологической и бизнес-практике успешно проявил себя такой метод работы как фасилитация.

Фасилитация (от англ. facilitate – помогать, облегчать, способствовать) – это профессиональная организация процесса групповой работы,

направленная на прояснение и достижение группой поставленных целей.

Роджер Шварц дает такое определение фасилитации: «Групповая фасилитация это процесс, в котором человек, выбор которого приемлем для всех членов группы, который достаточно нейтрален и у которого нет достаточной власти для принятия решений, диагностирует необходимость и вмешивается, чтобы помочь группе в выявлении и разрешении проблем и в принятии решений для увеличения эффективности группы».

Другими словами, в процессе фасилитации группа лиц, объединенных общей целью, формулирует нужные ей задачи, генерит решения, оценивает необходимые ресурсы и принимает решение о том, какой именно способ решения задач ей доступен, после чего уже определяется конкретный план действий. И как видно из описания шагов принятия решения, в процессе работы могут возникать различные конфликты, разногласия, недопонимания. И здесь важно, чтобы в группе был такой человек, который поможет ей справиться со всеми преградами и проведет ее к принятию взвешенного конструктивного решения. Нужен человек, который умеет управлять процессом обсуждения и групповой работы, чтобы координировать действия участников встречи (совещание, мозговые штурмы и пр.).

Такой человек называется фасилитатором. Фактически, фасилитатор – тот же самый коуч, который, в отличие от коуча работает не с одним человеком, а с группой. Основная задача фасилитатора состоит в стимулировании и направлении процесса поиска и анализа информации, принятии решений участниками групповой работы. Фасилитатор отвечает за организацию процесса, а группа, которой он помогает – за содержание.

Для того, чтобы помочь группе выработать какое-либо решение он использует определенные техники управления групповыми процессами и специальными методами, которые позволяют группе принимать решения, определять цели, осваивать новые навыки.

Одним из таких методов в инструментарии фасилитатора является Нейрографика.

Нейрографика (от греч. *neurōn* — жила, нерв; и греч. *graphikē*, от *graphō* - пишу, черчу, рисую) – это изобразительный метод работы с подсознанием (нейронами мозга), направленный на изменения в мышлении и поведении человека. По определению автора метода нейрографики Павла Пискарева, «Нейрографика – это творческий метод трансформации мира».

Как метод Нейрографика официально существует с 2014 года. Изначально она была разработана для индивидуальной коучинговой работы для решения психологических задач индивидуумов в личностной сфере. Тысячи людей по всему миру (на 2018 год это порядка 40 стран) убедились в эффективности метода: список позитивных изменений включает в себя разные направления - здоровье, построение и сохранение семьи, воспитание детей, достижение успехов в деловой сфере (карьера, доход), поиск предназначения и самореализации. Пожалуй, на данный момент нет таких направлений для изменений, где бы не использовалась Нейрографика.

В процессе развития метода и расширения задач, стоящих перед отдельными людьми, сложилось видение того, как данный метод может быть полезен и в решении бизнес-задач не только отдельными людьми, но и целыми группами.

Так, на стыке фасилитации и нейрографики появилось новое направление – Нейрографическая фасилитация.

В рамках данной дипломной работы мы разберемся, как именно Нейрографическая фасилитация помогает в решении бизнес-задач на разных этапах работы – от анализа ситуации до построения плана действий.

Основная часть данной работы – «Алгоритмы нейрографики в решении бизнес задач» - будет построена по принципу: бизнес-задача – кейс с использованием Нейрографической фасилитации. Для решения каждой бизнес-задачи будет предложен тот или иной алгоритм нейрографики.

В данной дипломной работе будут рассмотрены основные бизнес-задачи, которые возникают в современных организациях:

Поиск ниши и уникальности продукта

Стратегическое планирование, масштабирование бизнеса

Снятие конфликтов и напряжений внутри команды и во внешних коммуникациях (госорганы, конкуренты, подрядчики, клиенты)

Повышение профессиональной компетенции сотрудников, развитие потенциала

Мотивация членов команды

Цель и ее достижение

Личная гармония
Мозговые штурмы для поиска идей

Мы также рассмотрим другие способы использования нейрографики при практическом решении бизнес-задач как инструмента работы с клиентами и партнерами.

В заключительной части работы будут сделаны выводы и рекомендации по построению работы Нейрографического фасилитатора и наиболее перспективные направления для применения данного инструмента при решении бизнес-задач.

Алгоритмы нейрографики в решении бизнес задач

1. Поиск ниши и уникальности продукта

Задачи: поиск ниши (новых продуктов), определение ЦА (целевая аудитория), разработка УТП (уникальное торговое предложение), выработка миссии компании.

Возможные алгоритмы: Выявления намерений, Голубой океан.

Конкретный кейс:

Компания	Запрос	Используемый алгоритм	Участники сессии	Длительность сессии
сегмент HoReCa (турбаза)	увеличение отдыхающих за счет включения сегмента корпоративных клиентов	Голубой океан	5 чел.: маркетинговый блок, менеджеры	3 часа

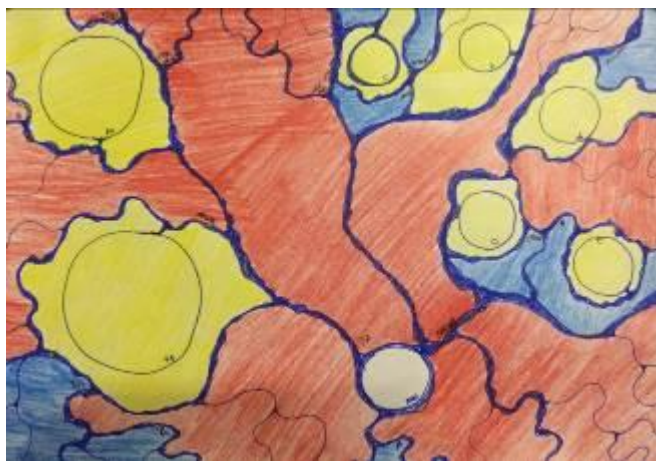
В процессе сессии:

- на первом этапе участники определили конкурентов (нанесение конкурентов на общее арт-пространство делали по очереди – каждый называл конкурента и потом его размещал на рисунке);
- на втором этапе было коллективное рисование, когда исследовалось пространство вокруг конкурентов и в пересечении с ними. Уже на этом этапе

пошли идеи по поводу конкретных целевых аудиторий и в чем они могут быть полезны этим ЦА. Идеи записывались на отдельных клейких листках и приклеивались рядом с рисунком. Корпоративные клиенты выделялись красным цветом, индивидуальные - синим;

- на третьем этапе обсудили появившиеся идеи и определились с

тем, какие идеи команда видит наиболее перспективными, после чего нанесли на рисунок соответствующие подписи.



Обратная связь: перед началом сессии участники прошкалировали свою ситуацию по 4 критериям (вертикальное шкалирование - понимание, что делать; вовлеченность в процесс генерации идей; количество идей; позитивное будущее). В конце сессии при повторном шкалировании по всем критериям был взрывной рост буквально с минимальных показателей до максимальных. По устной обратной связи все участники поддержали мнение, что благодаря сессии у них появилось понимание перспективы действий, множество идей для дальнейшей обработки и принятия решения. По состояниям участников было замечено прогресс от вялого и равнодушного состояния через напряжение к драйвовому. Было заметно, что участникам не терпится перейти на следующий этап работы – обработки идей и их запуска.

Дальнейшая работа: с данной командой было проведено еще 3 сессии (одна по росту компетенций сотрудников, одна по гармонизации личности каждого и одна по выходу компании за пределы региона). В дальнейших кейсах в данной дипломной работе они также будут рассмотрены. На момент сдачи диплома процент доходов от корпоративных клиентов в общей структуре доходов компании увеличился с 0 до 15% за 2 месяца.

2. Стратегическое планирование, масштабирование бизнеса

Задачи: определить стратегию развития компании на 1-5 лет, определить стратегию развития отдельных проектов (продуктов) компании на 1-5 лет, масштабирование имеющегося бизнеса, увеличение клиентов из других регионов и стран

Возможные алгоритмы: НейроДрево, Нейро-wall «Наши проекты» (линия времени), Нейро-wall «Наш год», SCORE, Нейропортрет, Квадрат

метамодерна.

Конкретный кейс:

Компания	Запрос	Используемый алгоритм	Участники сессии	Длительность сессии
сегмент HoReCa (турбаза)	Увеличить запросы от клиентов из других регионов	Нейропортрет	5 чел.: маркетинговый блок, менеджеры	2,5 часа

В процессе сессии:

- на первом этапе участники выбрали для себя регионы, с каким бы они хотели работать (Россия, СНГ, Европа, США, Азия), и про Нейрографировали их в индивидуальном режиме;

- на втором этапе начался сбор рисунков в единое полотно. В центре полотна было размещено фото турбазы, и участникам было предложено разместить свои карты вокруг нее, а потом связать линиями свои регионы с турбазой;



- на третьем этапе каждому участнику было предложено определить ресурсы, которые необходимы для того, чтобы регион заработал, и дорисовать их на общую картинку, также потом объединив все линиями (в качестве ресурсов каждый участник рассматривал также себя, были заранее распечатаны их фото). Также было предложено участникам все возникающие по ходу рисования конкретные идеи записывать на листках и приклеивать рядом с работой;

- на четвертом этапе участники распределили время начала работы с каждым регионом (после шкалирования) и тоже Нейрографировали данные изменения на рисунке.

Обратная связь: перед началом сессии участники прошкалировали свою ситуацию по 4 критериям (вертикальное шкалирование – мои силы в развитии регионов, мой интерес в развитии регионов, перспективы развития регионов, ресурсы для развития регионов). В конце сессии при повторном шкалировании по критериям личным (мои силы и мой интерес) рост был на 2-3 пункта у каждого участника, по критериям общим (перспективы и ресурсы) рост был более значительным – до 7 пунктов.

Дальнейшая работа: была проведена еще 1 сессия по развитию компетенций сотрудников и 1 по личной гармонизации. На момент сдачи диплома разработаны стратегии продвижения на 2019 года по двум регионам – Россия и СНГ. Остальные направления находятся на подготовительной стадии.

3. Снятие конфликтов и напряжений внутри команды и во внешних коммуникациях (госорганы, партнеры, клиенты, подрядчики)

Задачи: снятие коммуникационных конфликтов, ограничений, ложных убеждений внутри коллектива; снятие преград и коммуникационных барьеров со внешними субъектами взаимоотношений команды; создание благоприятного фона для развития организации в целом.

Возможные алгоритмы: Алгоритм снятия ограничений, Алгоритм выявления намерений

Конкретный кейс:

Компания	Запрос	Используемый алгоритм	Участники сессии	Длительность сессии
Коммуникационное агентство	Проработка имеющихся сложностей в команде, установление плодотворного сотрудничества	Алгоритм снятия ограничений, Алгоритм выявления намерений, Схема «Лучшее качество»	3 чел. вместо 8 чел.: руководитель и менеджеры двух разных отделов	1,5 часа

В процессе сессии:

- на первом этапе было предложено каждому участнику нарисовать на своем листке цели, почему он работает в данной организации, затем – сделать выброс на том же листе по поводу того, что мешает ему достичь своих целей в данной организации;

- на втором этапе участникам было предложено сделать скругление и расставить цветовые акценты, а также проявить свои цели, которые потерялись под выбросом;



- на третьем этапе участники соединили свои рисунки в один, были выявлены объединяющие команду цели (выделены основные фигуры) и добавлены линии поля, которые объединили всю команду и ее окружение;



- на четвертом этапе, учитывая, что не все члены команды пришли на сессию по разным причинам, было предложено поработать каждому по схеме «Лучшее качество», которое я даю своей команде, и добавить на эту схему также тех людей, которые отсутствовали на сессии, написав их главные качества, которые они несут в команду.

Обратная связь: участники отметили, что они в действительности могут с интересом работать вместе, это не требует больших усилий, это приятно и радостно, получается очень интересный результат. Единственное, что не поняли участники, что дала им эта картинка для решения задачи (ошибка фасилитатора: отсутствовало шкалирование до начала сессии и после нее). В общении с руководителем уже после сессии в индивидуальном режиме удалось показать плюсы и точки роста команды.

Дальнейшая работа: Взяли в индивидуальном режиме дорисовать работы с другими сотрудниками коллектива.

4. Повышение профессиональной компетенции сотрудников, развитие потенциала

Задачи: выявление нужных сотрудникам компетенций, оценка имеющихся компетенций и выявление точек роста сотрудников, планирование обучения сотрудников, мотивация на самообучение.

Возможные алгоритмы: Страты, Алгоритм снятия ограничений, Нейропортрет, Нейроскетчинг

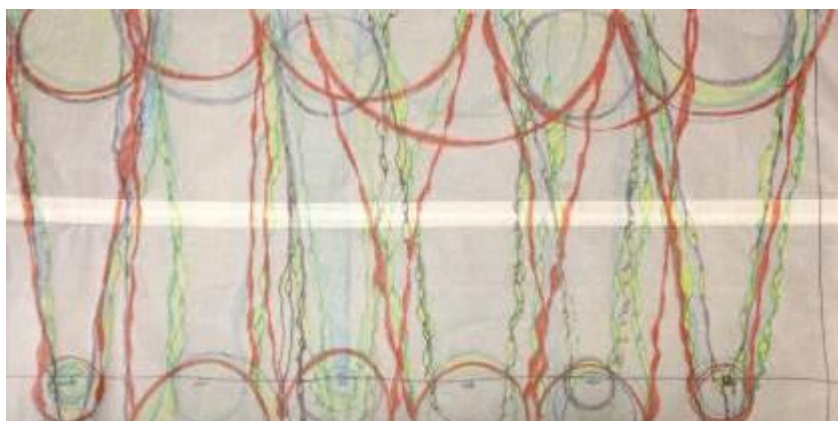
Конкретный кейс:

Компания	Запрос	Используемый алгоритм	Участники сессии	Длительность сессии
сегмент HoReCa (турбаза)	Выявление точек роста сотрудников и мотивация их к обучению	Страты	5 чел.: маркетинговый блок, менеджеры	2,5 часа

В процессе сессии:

- на первом этапе участники определились с нужными сотрудникам такого профиля, как их, компетенциями (личная работа – общая работа, выписали итоговый список на флипчарт);

- на втором этапе фасилитатором была расчерчена общая схема под алгоритм «Страты» и было предложено каждому сотруднику определить свои компетенции на общей схеме (сейчас и какой она должна быть через полгода);



- на третьем этапе участники занимались скруглением и добавлением цвета для легкости движения к запланированным ими самими точками роста.

Обратная связь: поскольку сама работа фактически являлась

шкалированием, то дополнительное шкалирование не вводилось. Со слов участников, каждый из них прочувствовал важность обозначенных компетенций, увидел свои точки роста и уже знают, с развития какой компетенции каждый из них готов начать.

Дальнейшая работа: по результатам сессии вместе с руководителем команды был составлен план развития каждого сотрудника и намечены тренинги для всей команды.

5. Мотивация членов команды

Задачи: создание команды (тимбилдинг), развитие командного духа (тимспирит), мотивация команды, объединение вокруг целей организации

Возможные алгоритмы: Нейро-wall «Я – член команды», техника «Мое лучшее качество», НейроДрево

Конкретный кейс:

Компания	Запрос	Используемый алгоритм	Участник и сессии	Длительность сессии
благотворительный фонд	Проработка перспектив проекта в создаваемой команде, объединение и мотивация на создание проекта	Нейродрево	6 чел.: учредители	3 часа

В процессе сессии:

- на первом этапе участники нарисовали основу дерева (проекта), скорректировали тот масштаб дерева, который им нужен (от тонкого ствола к более широкому, более широко прорисовали коренную систему), скруглили возможные препятствия для роста проекта;

- на втором этапе каждый участник нарисовал в основании дерева те ресурсы, которыми он готов усилить команду и данный проект;

- на третьем этапе участники обсуждали, к чему данный проект может привести и дорисовывали плоды уже неодновременно, а по очереди, т.к. на этапе ресурсов выяснили, что у них много похожих ресурсов и решили, что плоды надо рисовать уже сообща;

- на четвертом этапе была дошлифовка проекта по алгоритму, в т.ч. запуск проекта в поле.

Обратная связь: до начала сессии было проведено шкалирование по 4 критериям (вовлеченность, интерес, понимание, прагматичность) и после ее завершения. По каждому пункту рост составил более 50%. Участники поделились своим впечатлением от работы: «Дерево впечатляет. Наглядно видно, что если собрать наши ресурсы вместе, то мы можем сделать очень многое. И цели у нас достойные».



Дальнейшая работа: пока не ведется. Результат на момент сдачи диплома: за 1,5 месяца подготовлены документы на регистрацию фонда, составлен план проектов на ближайший год и план получения грантовой поддержки этих проектов.

6. Цель и ее достижение

Задачи: постановка целей личных в разрезе команды, постановка командной цели, достижение целей, снятие ограничений для достижения цели.

Возможные алгоритмы: SCORE, TRUE, Нейропортрет, Алгоритм снятия ограничений, Алгоритм выявления намерений, техника «Накопление силы команды», «Цель. Достижения. Результат»

Конкретный кейс:

Компания	Запрос	Используемый алгоритм	Участники сессии	Длительность сессии
Тренинг-центр	Понимание цели общей и личных в	Алгоритм выявления намерений,	4 чел.: организаторы	2 часа

	общей, заряд команды на работу	техника «Накопление силы команды»	слета	
--	--------------------------------	-----------------------------------	-------	--

В процессе сессии:

- на первом этапе участники обозначили контуры общей цели в центре листа и каждый для себя в своем углу нарисовал свои личные цели, для чего он занимается данным проектом, и добавил ресурсы, какие у него есть для работы над этим проектом;

- на втором этапе участники соединили свои цели и ресурсы с общей целью, при соединении общая цель заиграла новыми красками и им захотелось доработать первоначальные контуры;

- переход на третий этап произошел сам собой, без вмешательства фасилитатора, так как участники с прорисовкой общей цели почувствовали, как она выходит за пределы и начинает распространяться в пространстве, захватывая собой все вокруг.



Обратная связь: шкалирование не проводилось, по наблюдениям за участниками было явно видно, как их интерес к цели разрастается, как она приобретает четкие очертания, их ожидания от ее достижения росли в процессе работы, в конце улыбались все: «Да мы таким солнцем обогреем всех вокруг! Сначала было непонятно, причем тут наши личные цели и компетенции. А потом прямо почувствовалось, как началась динамика. Мы вливались по одному в общее дело. Весь проект – в позитивных красках. Все будет круто!»

Дальнейшая работа: договорились после новогодних каникул прорисовать снятие ограничений по достижению к цели по набору участников на слет. На данный момент полностью собрана команда, распределены задачи, кто чем занимается в рамках подготовки к слету.

7. Личная гармония

Задачи: работа с индивидуальными запросами участников команды и руководителя, гармонизация состояний участников команды, личное спокойствие и наработка личных ресурсов для эффективной работы

Возможные алгоритмы: Алгоритм снятия ограничений, 5 стихий, Нейромандала, Нейропортрет

Конкретный кейс:

Компания	Запрос	Используемый алгоритм	Участники сессии	Длительность сессии
сегмент HoReCa (турбаза)	Внутренняя гармонизация членов команды	5 стихий	5 чел.: маркетинговый блок, менеджеры	1,5 часа

В процессе сессии:

- на первом этапе участники определили, на каком этапе находится их бизнес в целом и в каком направлении они хотят развиваться, на основании их ответов фасилитатором был заготовлен шаблон, на котором стихии были расположены по возрастанию от дерева к воде (максимально – вода, то, где они сейчас, и минимально – дерево, куда они хотя перейти, разработав новые предложения для рынка);



- на втором этапе участники разместили себя внутри каждой стихии, показывая свой вклад в развитие организации;

- на третьем этапе участники внесли цвета в зависимости от того, какую стихию им надо увеличивать, линии поля и основную стихию тоже выделили цветом стихии, которая им необходима для развития.

Обратная связь: шкалирование не проводилось до и после сессии не

проводилось, так как сама техника является показательной с точки зрения оценки состояний участников. По отзывам участников, каждый из них увидел свои точки роста и почувствовал силу развития проекта в рамках организации.

Дальнейшая работа: По результатам работы сессии каждый участник команды дополнил свой план развития, составленный после Страт. Дальнейшая работа с данной командой пока не ведется, команде есть чем заниматься.

8. Мозговые штурмы для поиска идей

Задачи: генерация новых идей

Возможные алгоритмы: World cafe, Open Space, Алгоритм выявления намерений, Линия времени, Голубой океан

Конкретный кейс:

Компания	Запрос	Используемый алгоритм	Участники сессии	Длительность сессии
Маркетинговое агентство	Поиск идей по продвижению товара клиента	World Cafe	12 чел.: менеджеры 3 отделов	3 часа

В процессе сессии:

- на первом этапе происходит работа командах по отделам с генерацией идей (мозговой штурм «100 идей», отбор наиболее интересных сточки зрения команды);

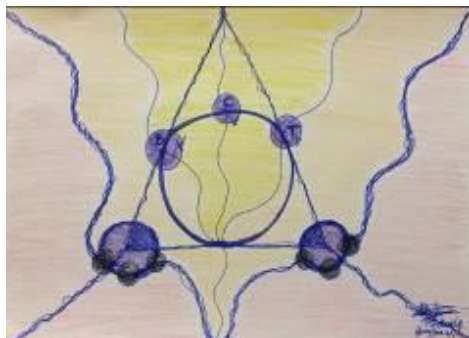
- на втором этапе выбрано по 1 ведущему от каждого отдела, который будет вести станцию, и из оставшихся участников сформированы смешенные команды, которые переходят от одной станции к другой и обсуждают предлагаемые идеи, добавляя свои мысли;

- на третьем этапе участники возвращаются в свои команды и

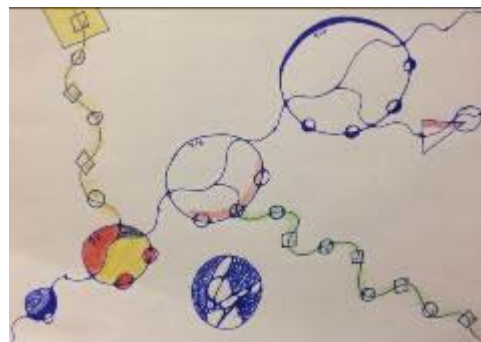


В

обсуждают результаты работы, полученные дополнительные идеи и выбирают ту, которую они будут презентовать;



- на четвертом этапе – презентация 7 идей и определение тех, которые будут взяты в работу.



Обратная связь: шкалирование не проводилось, так как замер осуществляется автоматически: есть дельные идеи – нет дельных идей. 2 идеи из вынесенных 7 на общее обсуждение были приняты в работу. Участники позитивно отреагировали на подобный формат работы: «Рисование фигур и линий очень помогает размышлять и быстро замечать закономерности и связи».

Дальнейшая работа: пока дальнейшей работы не запланировано. На момент сдачи диплома обе выбранных идеи представлены заказчику (производителю медикаментов), ждут обратную связь от него.

9. Другие способы использования нейрографики в бизнесе

В данной дипломной работе приведены примеры, как с помощью Нейрографической фасилитации можно решать совершенно разный спектр бизнес-задачи внутри компании.

И в завершающем пункте дипломной работы хотелось бы отметить, что Нейрографику можно использовать и для повышения вовлеченности и лояльности клиентов практически любого бизнеса, для создания крепких партнерских отношений.

Формы использования могут быть разными.

Возьмем партнеров по бизнесу. Если вы работаете с этими людьми, то вы заинтересованы в том, чтобы их бизнес благополучно развивался и ваше партнерство было еще более плодотворным. Как вы можете помочь бизнесу партнера? Вы можете помочь ему экологично изменяться с помощью той же самой нейрографики. Подарите партнерам курс Нейрографической фасилитации, и пусть они решат свои задачи с ее помощью. Выше вы уже смогли убедиться, что спектр решаемых нейрографикой бизнес-задач

достаточно широкий.

Возьмем подрядчиков (фактически, это те же партнеры по бизнесу). Вы заинтересованы в том, чтобы они работали максимально эффективно, разрабатывали наилучшие варианты удовлетворения потребностей своих клиентов, то есть, в том числе и вас. Как вы понимаете, и тут может быть полезна Нейрографика с ее алгоритмами, решающие текущие и стратегические задачи любого бизнеса. Подарите и своим подрядчикам такую возможность стать лучше и эффективнее.

Возьмем различные государственные органы власти и общественные организации. Эти организации постоянно озабочены тем, как организовывать наиболее эффективные коммуникации с общественностью. Тут и стандартные совещания, и различные встречи с экспертами и населением, и различные масштабные мероприятия вроде фестивалей, праздников и пр. И госорганы, и общественные организации тоже находятся в поисках новых форматов работы и взаимодействия. Для деловых форматов общения вы можете предложить Нейрографических фасилитаторов, для развлекательно-зрелищных – инструкторов нейрографики, которые смогут провести яркий и запоминающийся мастер-класс для взрослых и/или детей. Поле взаимодействия здесь бесконечно.

Возьмем ваших клиентов. Тут все тоже самое. Если ваши клиенты – юридические лица, то для них отлично сработает нейрографическая фасилитация: устройте мозговой штурм для них или предложите любой из алгоритмов, указанных выше, для решения стоящих перед ними задач. Если ваши клиенты – физические лица, то различные мастер-классы по нейрографики для решения личных задач людей, массовые совместные рисования приведут в восторг любого человека, кто в этом поучаствует. Нейрографика помогает повышать вовлечение и лояльность клиентов. Нейрографика завораживает, впечатляет, вдохновляет, не оставляет ни одного человека равнодушным, в процесс включаются все. И помимо всех этих внешних плюсов, мы-то с вами знаем, что вы еще и подарите людям возможность решить их проблемы вот таким красивым способом.

В каждом бизнесе точно найдется место для использования нейрографики на благо всем.

Заключение

Современный изменяющийся мир требует новых подходов, новых

форматов, новых идей. Все это может дать Нейрографика как метод работы с личностными и бизнес-задачами.

Рассматривая имеющиеся бизнес-задачи, мы убедились в том, что с помощью нейрографики можно решить любой вопрос, какой может возникнуть в любой организации: от поиска ниши и своих уникальных продуктов через построение эффективных коммуникаций внутри организации, переходящих во внешние коммуникации, до построения стратегических моделей роста и масштабирования. Более того, можно с уверенностью утверждать, что Нейрографическая фасилитация – это отличный способ выявления точек роста команды.

В рамках метода нейрографики разработаны десятки алгоритмов, решающих те или иные задачи, возникающие в бизнесе:

- 1) Поиск ниши и уникальности продукта – Алгоритм выявления намерений и Голубой океан.
- 2) Стратегическое планирование, масштабирование бизнеса – алгоритмы НейроДрево, Нейро-wall «Наши проекты» (линия времени), Нейро-wall «Наш год», SCORE, Нейропортрет, Квадрат метамодерна.
- 3) Снятие конфликтов и напряжений внутри команды и во внешних коммуникациях (госорганы, конкуренты, подрядчики, клиенты) – Алгоритм снятия ограничений и Алгоритм выявления намерений.
- 4) Повышение профессиональной компетенции сотрудников, развитие потенциала – Алгоритм снятия ограничений, Страты, Нейропортрет, Нейроскетчинг.
- 5) Мотивация членов команды - алгоритм Нейродрево, Нейро-wall «Я – член команды», техника «Мое лучшее качество».
- 6) Цель и ее достижение – алгоритмы SCORE, TRUE, Нейропортрет, Алгоритм снятия ограничений, Алгоритм выявления намерений, техника «Накопление силы команды», «Цель. Достижения. Результат».
- 7) Личная гармония - Алгоритм снятия ограничений, 5 стихий, Нейроманда, Нейропортрет.
- 8) Мозговые штурмы для поиска идей - World cafe, Open Space, Алгоритм выявления намерений, Линия времени, Голубой океан.

Фактически, для решения бизнес-задач подходят все алгоритмы и техники нейрографики. Нейрографический фасилитатор, проведя первичную диагностику задач конкретного бизнеса, сможет подобрать наиболее

эффективный, который раскроет потенциал команды и позволит сформировать стратегическую перспективу развития всей организации.

В процессе работы с организациями выведен ряд рекомендаций, которые помогут Нейрографическому фасилитатору более эффективно построить свою работу с любой командой и любой задачей:

- 1) Собственникам и руководителям бизнеса, участникам их команд интересны новые техники. Но еще более важно показать полезность этих техник. И помочь в этом фасилитатору может шкалирование в качестве обратной связи, которое проводится до начала работы и после нее в обязательном порядке, а также может проводиться в процессе работы, если она длится более 4 часов.
- 2) Идеально, если в процессе Нейрографической стратегической сессии участвуют специалисты одного уровня – или менеджеры, или управленцы, или собственники. Тогда быстрее и открытее идет совместная работа. Безусловно, есть исключения, когда в командной работе могут участвовать специалисты разных уровней организационной иерархии, и тогда фасилитатору необходимо утилизировать возможные препятствия в работе с помощью установления правил эффективной работы.
- 3) Часто на обычных тренингах участники сопротивляются включению в процесс работы, ощущают некую опасность в раскрытии истинного себя. В нейрографике же изначально уже заложены условия для безопасной проработки имеющихся проблем внутри каждого участника и организации в целом. Фасилитатору нужно лишь только подчеркнуть эту особенность и через создание доверительной атмосферы усилить ощущение безопасности для каждого.
- 4) Фасилитатору обязательно нужно создать такие условия, чтобы участники перемещались или рисовали стоя, поскольку это вызывает больше драйва за счет включения тела в работу.
- 5) В зависимости от задач стратегической сессии фасилитатор может дать больше индивидуальной работы участникам или максимально использовать групповую работу. Например, для работы со снятием личных ограничений можно дать участникам возможность сделать полностью свои индивидуальные арт-полотна и уже потом объединить их (оставить только фиксацию и линии поля на групповой формат). Если же есть задача объединить цели каждого отдельного участника с целями организации (отдела, проекта), то лучше индивидуальную работу остановить на полпути, чтобы участникам легче было интегрироваться в общую работу на

- групповом этапе (например, остановить индивидуальный процесс на этапе внесения цвета).
- 6) Фасилитатор должен создать условия для записи всех возникающих идей в процессе рисования, даже если перед участниками не стоит задача генерировать какие-то идеи. Опыт показывает, что такая генерация происходит произвольно, за счет проводимых алгоритмов.
 - 7) В качестве объединяющего элемента всей команды, даже если кто-то из членов команды не участвовал в совместной работе, фасилитатор может предложить присутствующим дорисовать тех, кто отсутствовал, и встроить их также в групповое арт-полотно. В этот момент происходит закрепление эффектов совместной работы и создается ощущение действительно единения, несмотря на отсутствие кого-либо.
 - 8) Фасилитатор должен сам позаботиться о необходимом реквизите (канцелярия, салфетки для удаления следов рисования, калька и миллиметровка для рисования больших арт-полотен и др.). Заказчики Нейрографических фасилитационных сессий не очень хорошо разбираются в специфике, и вас могут ожидать сюрпризы, если вы поручите им подготовить реквизит. Также, если вы планируете использовать в работе рисование на стене, заранее увидеть эту стену, чтобы заранее понимать, что и как можно будет на ней делать.

Нейрографика и Нейрографическая фасилитация набирают обороты, и уже можно говорить с уверенностью, что данный метод расширяет горизонты возможностей как отдельной личности, так и целых организаций, сообществ. Помогая расти каждому отдельному человеку, Нейрографика помогает расти обществу в целом.

Говоря же о том, как каждый бизнесмен может помогать другим людям и бизнесам расти, можно однозначно утверждать, что, помогая расти бизнесу других людей, вы помогаете расти своему бизнесу. Стратегия «win-win» в действии. И Нейрографическая фасилитация играет в данной стратегии одну из ключевых ролей.

[Ссылка на дипломную работу Муравьевой Надежды в авторском стиле](#)

Работы Муравьевой Надежды

Тема: «Доходы от бизнеса»



Тема: «Финансовые вопросы»

