

*ИНТЕРНЕТ-
ПРОЕКТ
ПО
ДИСЦИПЛИНЕ
«ИКТ В
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПСИХОЛОГА»*

ОРГАНИЗАТОРЫ ПРОЕКТА

Буцева Е.



Ионова В.



Курзина С.



Рогачева А.



Суетнова М.

Основная информация о проекте

- ⦿ **Название:** «Всё из-за меня? Это не так!»
- ⦿ **Тип:** сообщество в соц. сети ВКонтакте.
- ⦿ **Адрес страницы:** <https://vk.com/public129749196>
- ⦿ **Количество участников сообщества:** 37
- ⦿ **Цель проекта** – помочь людям сформировать позитивное отношение к мелким неудачам, показать, что ошибки - это нормально, а иногда даже полезно, сформировать умение видеть проблему под разными углами, научить смеяться над собой и быть оптимистом.

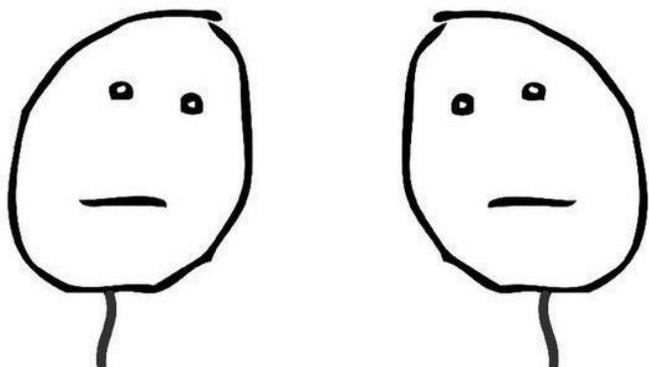
Для того, чтобы новым участникам было проще ориентироваться в сообществе, мы сделали специально для них пошаговую инструкцию.



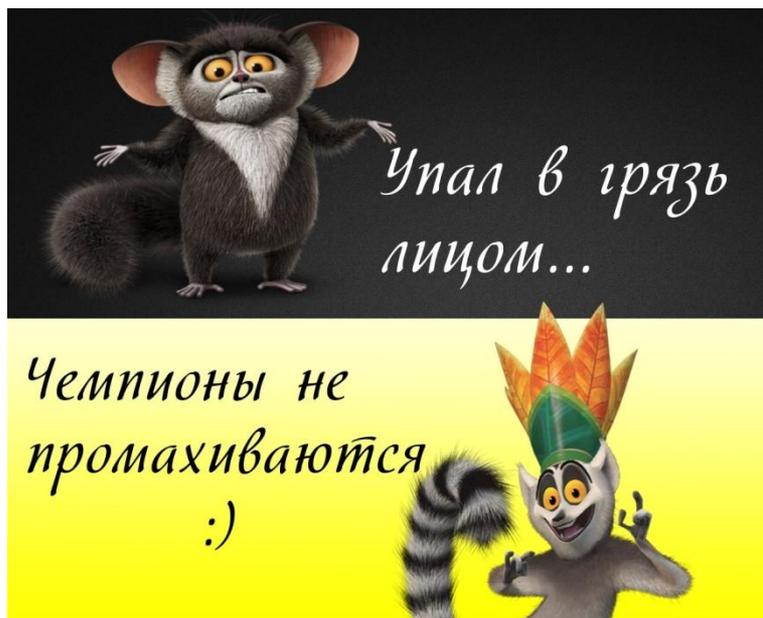
Контент

1. Мотивирующие/смешные/ироничные/позитивные изображения, видео, аудиозаписи.

Эта неловкая ситуация...

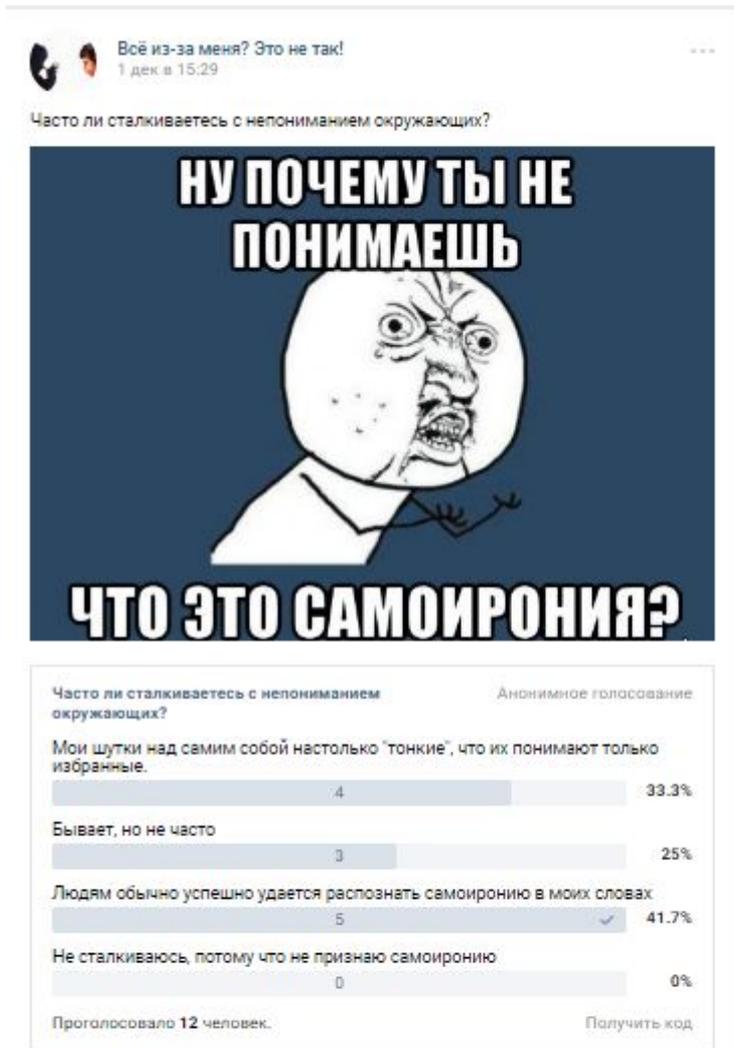


когда вас оставляют наедине с человеком, которого вы почти не знаете, вам не о чем поговорить, и вы тупо молчите...



2. Психологические статьи на темы: «Самоирония», «Самооценка», «Саморазвитие» и др.

3. Опросы с возможностью не только выбирать ответ из предложенных вариантов, но и предлагать свой вариант решения проблемы.



4. «Марафон успеха». Каждый день участники сообщества получали мотивирующее задание, которое им необходимо было выполнить в течение дня.



Всё из-за меня? Это не так!

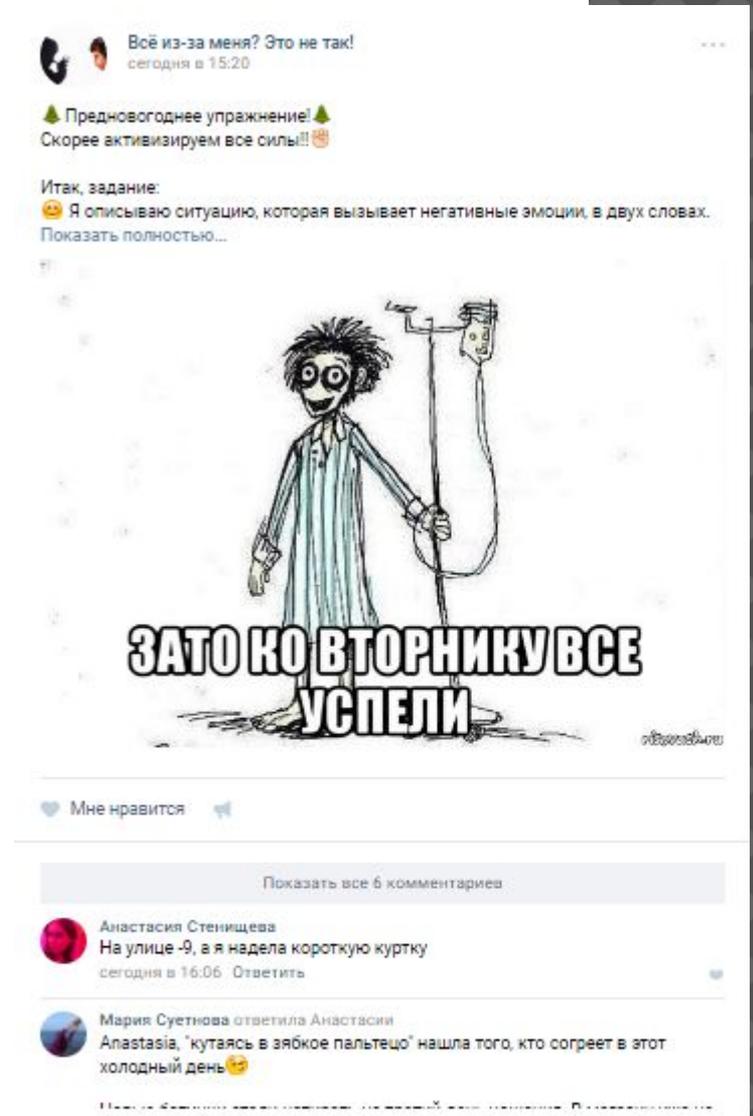
5 дек в 9:01



Второе задание. Сегодня тот день, когда ты можешь не стесняться своих чувств и творить, творить..... добрые дела! Ты можешь сказать "доброе утро" незнакомому человеку в лифте, угостить кого-нибудь конфеткой, помочь незнакомой бабушке донести сумки до подъезда и т.д.. Сегодня каждый из нас супергерой готовый прийти на помощь. Давай сделаем этот мир лучше!



5. Игра «ЗАТО/НО». Суть игры состоит в том, что один из участников предлагает нелепую или неприятную ситуацию, а следующий участник должен найти в этой ситуации что-то положительное и начать свое предложение со слова «ЗАТО», третий участник говорит: «НО...» (снова негативный аспект) и т.д.. Таким образом, выстраивается целая цепочка высказываний.



РЕЗУЛЬТАТЫ

Самым приятным и значимым результатом мы считаем отзывы участников нашего сообщества. 😊



Анастасия 21:25

Отличная группа, выкладываете много интересного и с легко подаете информацию, с изображениями все лучше, продолжайте в том же духе!



Светлана 21:25

Спасибо! Будем стараться!))



Евгений

Группа заряжает позитивом, а простые, не всегда приятные, жизненные ситуации обыгрываются в ней с долей иронии, что помогает сохранять позитивные взгляды на жизнь.



Евгения

Я только начала свою профессиональную деятельность и столкнулась со многими трудностями. Плюс ко всему, я скромный человек. Но благодаря группе я начала работу над собой. Мне была очень полезна информация в ней. А задания! Я старалась выполнять ежедневные задания, даже завела тетрадь достижений, где описывала свой профессиональный успех. Я искренне надеюсь, что эта группа не "умрет" и будет продолжать рассказывать мне и другим пользователям о полезных вещах!



Влад

Группа хорошая, так держать. Благодаря вам, начал иначе относиться к своим неудачам, мелким и не очень. Спасибо за это, развивайтесь дальше))



Gleb

Даете правильную информацию и мотивируете меняться, спасибо за приглашение и то, что вы делаете, рад, что еще есть такие группы

ПЛАНЫ НА БУДУЩЕЕ

Проект оказался достаточно интересен и полезен не только для участников, но и для нас самих. Поэтому мы будем стараться развивать его дальше.

Спасибо за внимание!

