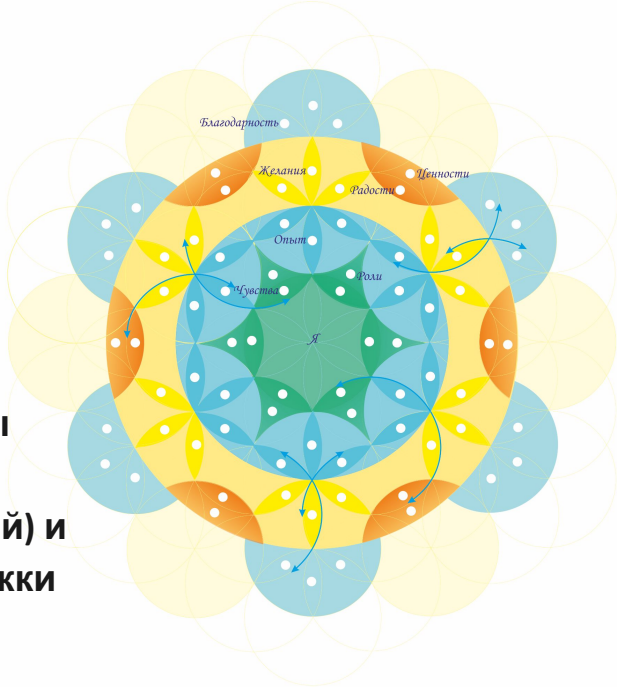
Проект
Авторская психологическая игра “ЖиваЯ”

Выпуск и реализация печатной версии.

Цель проекта

Укрепление ментального здоровья женщин, через психологическую игру.

Выпуск печатной версии авторской психологической игры “ЖиваЯ” и распространение комплектов среди специалистов помогающих профессий (психологов, коучей) и организаций, ведущих деятельность по оказанию поддержки и помощи женщинам в различных жизненных ситуациях.



Суть проекта

Трансформационные и психологические игры - современный инструмент работы для улучшения ментального здоровья человека, набирающий популярность как среди специалистов, так и среди граждан, стремящихся к здоровому образу жизни и саморазвитию.
Авторская психологическая “ЖиваЯ” игра - легкий и эффективный способ первого контакта человека с психологом.
Многие женщины стесняются, опасаются, не знают как обратиться за помощью к психологу, как выбрать специалиста, и как строится процесс работы. Игра дает возможность снять тревогу и осуществить контакт в приятной и бережной атмосфере.
Получить опыт взаимодействия со специалистом, улучшить эмоциональное состояние и осознать варианты дальнейшей заботы о собственном ментальном здоровье.

Специалисту игра, как инструмент, позволяет сформировать доверие клиента, провести диагностику состояний и составить план консультаций для улучшения качества жизни женщины, при её желании дальнейшего взаимодействия.

Целевая аудитория проекта

Психологи, коучи, помогающие специалисты общественных организаций, учреждений, члены команд социальных проектов, а также работающие самостоятельно как ИП, самозанятые.

Целевая аудитория игры

Женщины от 18 лет в трудных жизненных обстоятельствах; в период декретного отпуска или после (при выходе на работу); в ситуации развода, потери близкого человека; в ситуации выбора нового направления деятельности; в состоянии эмоционального выгорания и стресса; при переезде в другой город, страну; в момент прохождения возрастных кризисов самой женщины или её детей.

Результаты проекта

Выпуск и реализация 50 комплектов авторской психологической игры «ЖиваЯ», формирование сообщества ведущих игры с поддерживающей средой и дополнительными материалами в телеграмм, формирование общества женщин активно занимающихся сохранением своего ментального здоровья, формирование в обществе знаний и доверия к психологии как инструменту помощи.

Польза проекта

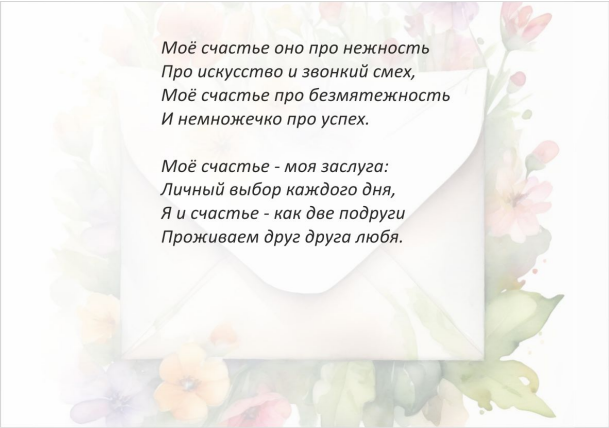
Авторская психологическая игра «Живая» - готовый инструмент для помогающих специалистов и организаций работающих с женщинами.
Поддержка ментального здоровья женщин в разных регионах и обстоятельствах жизни.
Формирование доверия и понимания доступности и эффективности психологической помощи в обществе.

Как выглядит игра

Прототипом игрового поля является древний символ Цветок жизни.
В игре 5 уровней, поэтапно проходя которые женщины формирую состояние целостности и желания качественно, благополучно и радостно Жить. Укрепляют своё ментальное здоровье.

1 уровень ЧУВСТВА / РОЛИ
2 уровень ОПЫТ
3 уровень ЖЕЛАНИЯ
4 уровень РАДОСТИ / ЦЕННОСТИ
5 уровень БЛАГОДАРНОСТЬ

В игре используется авторская колода Метафорических ассоциативных карт с изображениями и стихами (автор Алёна Комарова), а также дополнительные колоды Чувства и Ценности. При необходимости ведущий (психолог) может дополнять процесс другими подходящими к запросу участниц колодами МАК



Отзывы участниц игры

Многие моменты подсветились, например я про себя поняла, если я не хочу чтобы то или иное чувство меня накрывало я просто могу этого избежать и это правда так, раздражение, тревожности, гнев можно избежать если вовремя отследить сигнал тела и психики что всё, баста 🙏 блин, вот это настолько мощное осознание!!!! Про желания, что эту сферу надо проработать, почему-то там много страха, затыков, хотя по сути многие исполняются, да что говорить наш рождённый вопреки вообще всем земным законам сын 🤯 🥹🙏

Спасибо за игру, очень лёгкое и приятное ощущение после, помогает осознать и собрать себя в моменте здесь и сейчас, посмотреть под разными углами на ситуацию и найти ниточки для дальнейшей работы и распутывания тог что происходит именно с тобой. Увидеть свои желания и выгоды из сложившихся ситуаций.

👍 🥰

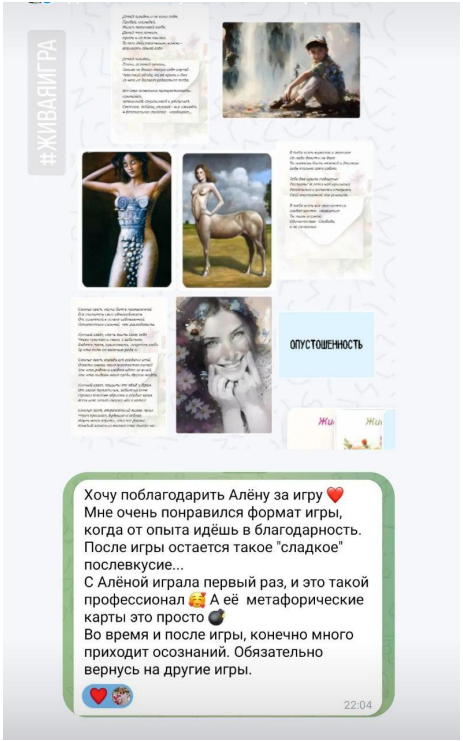
21:23

Алёна, это было очень глубоко, широко и красиво ✌️ ❤️ кайфанула от процесса и процесса внутри, кайфанула от осознаний, пришедших и буду якорить их и создавать паттерны, где я ЖиваяЯ

сегодня в 13:56 Ответить 🥰 ❤️ 1

Алёна Ганина · Автор Наталье

Наталья, 😍 благодарю за доверие и твои слова



Помощь необходимая проекту

Проекту требуется помощь в финансировании печатного издания 50 комплектов игры и юридической регистрации продукта. А также поддержка в распространении информации среди ЦА (специалистов и организаций, помогающих женщинам.)