

УДК 37.013.42:159.954

**Ситняківська С. М.**

доктор педагогічних наук, професор,  
професор кафедри іноземних мов  
Поліський національний університет

**Літяга І. В.**

кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри соціальних технологій  
Житомирський державний університет  
імені Івана Франка

**Барановська М. Ю.**

менеджер регіонального проєкту “МріяRun”

### **ІНТЕРАКТИВНІ ТЕКСТОВІ ПРАКТИКИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОЇ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ РОБОТИ: ДОСВІД ПРОЄКТУ “МРІЯ RUN”**

Сучасний розвиток цифрових технологій значно впливає на трансформацію соціально-педагогічної діяльності. Особливої актуальності набуває впровадження інноваційних підходів в умовах дистанційної роботи, коли фізичний контакт між фахівцем і клієнтом неможливий. Одним із найбільш перспективних напрямів є інтерактивні текстові практики, які поєднують інструменти саморефлексії, емоційної регуляції та розвитку усвідомленості.

Проєкт “МріяRun” пропонує унікальний досвід впровадження текстових практик у соціально-педагогічну роботу, забезпечуючи користувачів доступними інструментами саморозвитку. Його мета – створення простору для осмисленого розвитку та самопізнання шляхом інтерактивних практик і авторських методик, які адаптовані до сучасних потреб людей у різних життєвих сферах. Завдяки поєднанню психотерапевтичних, педагогічних і маркетингових підходів, проєкт дозволяє ефективно підтримувати взаємодію між користувачами та фахівцями, створюючи умови для глибшого розуміння себе та своїх цінностей [2]. В основі діяльності “МріяRun” лежить ідея гармонійного розвитку особистості через структурування життєвих процесів. Віртуальні щоденники, марафони та інтерактивні інструменти пропонують можливість самостійно працювати над собою, долати внутрішні бар'єри та знаходити баланс між мріями та реальністю. Це сприяє підвищенню самооцінки, розвитку емоційного інтелекту та набуттю навичок саморегуляції, що є необхідними для успішного функціонування у сучасному світі.

У дистанційній соціально-педагогічній роботі фахівці стикаються із значними викликами, які потребують адаптації та нових підходів для ефективної взаємодії з клієнтами. Одним із основних викликів є ізоляція клієнтів, яка може призвести до відчуття відчуження та зниження рівня довіри до фахівців. Також часто виникають технічні складнощі, що пов'язані з використанням різноманітних платформ для комунікації, а також необхідність постійного налаштування онлайн-засобів для підтримки якості роботи. Інноваційні підходи проєкту “МріяRun” дозволяють

подолати бар'єри дистанційної роботи, надаючи клієнтам доступ до сучасних інструментів, що сприяють підвищенню залученості та збереженню емоційного комфорту. Використання текстових практик допомагає створювати безпечний простір для роботи з проблемами, забезпечуючи клієнтам можливість поступового розвитку та подолання труднощів у віддаленому форматі. До продуктів проекту належать щоденники: “Щоденник Марафон”, “Щоденник Планер”, “Щоденник Вдячності”, “Щоденник Прийняття”, “Щоденник Самопізнання” та “Щоденник Емоційного інтелекту”. Кожен із них має унікальну мету та структуру.

Проект “МріяRun” не лише надає практичні інструменти, а й просуває філософію самовдосконалення, яка базується на ідеї гармонійного поєднання організації, дисципліни, натхнення та мотивації. Щоденники спрямовані на те, щоб допомогти кожному знайти шлях до гармонії із собою, усвідомити власні цінності та пріоритети, а також подолати психологічні бар'єри, які заважають рухатися вперед.

Також проект “МріяRun” має безкоштовний веб-планер, який дозволяє користувачам ставити цілі, відмічати події у календарі, проходити марафони саморозвитку, писати нотатки та використовувати трекери настрою, ваги тощо. Цей інструмент забезпечує зручність та гнучкість у плануванні та відстеженні прогресу користувачів [1]. Особливої уваги заслуговує те, що проект постійно адаптується до потреб своїх користувачів. Відгуки клієнтів стають основою для вдосконалення текстових практик, а створення контенту орієнтоване на максимальну інтерактивність і доступність. Додатково платформа “МріяRun” надає можливість усім бажаючим стати авторами статей і ділитися власним досвідом. Це формує спільноту людей, зацікавлених у саморозвитку, і створює додаткові можливості для взаємодії між учасниками.

Окремо проект веде соціальні мережі, зокрема Instagram, Telegram та YouTube. Це дозволяє регулярно комунікувати з аудиторією, надавати актуальну інформацію, проводити інтерактивні заходи та обговорення.

Отже, можна дійти до висновку, що проект “МріяRun” знаходиться в глибокій взаємодії з інтерактивними текстовими практиками в умовах дистанційної соціально-педагогічної роботи. Завдяки використанню інноваційних методів і підходів, він дозволяє ефективно підтримувати взаємодію між користувачами та фахівцями. Такий підхід є особливо важливим у сучасному світі, де дистанційне навчання та соціально-педагогічна підтримка стають все більш актуальними.

Амбіційні плани проекту включають створення нових тематичних щоденників, марафонів і курсів, що сприяють глибшому саморозвитку і самопізнанню. Водночас “МріяRun” залишається орієнтованим на створення якісного контенту, що відповідає сучасним викликам дистанційної соціально-педагогічної роботи.

#### **Список літератури**

1. Веб-планер МріяRun. (2025). сайт URL: <https://mriya.run/diary>
2. МріяRun. (2025). сайт URL: <https://mriya.run/>