**Проектное предложение**

|  |  |
| --- | --- |
| Тип проекта | *Прикладной* |
| Название проекта | *«Разработка программ, составление практик, основанных на КП-терапии для приложения по контролю ментального здоровья»* |
| Подразделение инициатор проекта | *Кафедра менеджмента инноваций* |
| Руководитель проекта | *Солодихина Анна Александровна* |
| Описание содержания проектной работы | *Необходимо разработать рекомендации по следующим темам:*   1. *Работа с тревожностью* 2. *Забота о себе* 3. *Неуверенность в себе (низкая самооценка )* 4. *Построение здоровых отношений* 5. *Выход из апатичного состояния, выгорания* 6. *Развитие стрессоустойчивости (работа со стрессом)* 7. *Нарушение пищевого поведения* 8. *Выход из зоны комфорта, выйти из состояния одиночества* 9. *Поиск себя* 10. *Достижение целей* 11. *Переживание перемен (как выстоять в нестабильное время)*   *Структура для каждой программы:*   1. *Деление темы на 8 блоков*   *Структура каждой подтемы:*  *1)Теоретическая часть*  *2).Практика(рефлексивные вопросы/упражнения на самостоятельную проработку)*  *3)Доп.литература и материалы*    *Результаты необходимо оформить в виде текстового документа.*  *Текст будет использоваться для записи видеороликов, поэтому потребуется несколько версий.* |
| Цель проекта | *Составить программы по заданным темам.* |
| Виды деятельности, выполняемые студентом в проекте/отрабатываемые навыки | *Подготовка к работе:*  *- изучение литературных источников по теме психологии личности*  *- обзор методик работы с представленными психологическими проблемами*  *- изучение дополнительных источников по представленным темам*  *Практическая деятельность:*  *- Поиск соответствующей литературы*  *- Составление практических рекомендаций*  *- Составление инструментов диагностики* |
| Планируемые результаты проекта, специальные или функциональные требования к результату | *В результате работы над проектом студенты должны предоставить папку, в которой будет собран весь материал по всем вышеперечисленным темам* |
| Требования к участникам с указанием ролей в проектной команде при групповых проектах | *Для реализации проекта потребуется 4 человека, между которыми будут распределены зоны ответственности (каждый возьмет определенные темы для работы и будет разрабатывать именно по своей части).*  *Приветствуется опыт составления подобных инструментов, наличие публикаций.* |
| Количество вакантных мест на проекте | *4* |
| Критерии отбора студентов | *Опыт исследовательской деятельности в области психологии личности, развития и межличностных отношений. Приветствуется участие в конференциях “Mindfulness в саморегуляции и психотерапии”* |
| Сроки и график реализации проекта | *20.09.2021 - 20.11.2021* |
| Трудоемкость (часы в неделю) на одного участника | *7* |
| Количество кредитов | *2* |
| Критерии оценивания результатов проекта | *Качество исполнения работы, соблюдение дедлайнов* |
| Формат представления результатов, который подлежит оцениванию | *Оценка проделанной работы происходит на основе оценки представленных работ студентов* |
| Тип занятости студента | *Самостоятельно-организованная, под контролем руководителя проекта. Удаленная работа, проектные встречи по согласованному заранее времени в Zoom* |
| Возможность пересдач при получении неудовлетворительной оценки | *Да* |
| Рекомендуемые образовательные программы | *Магистерские программы:*  *Измерения в психологии и образовании (Институт образования), Психология в бизнесе (Факультет социальных наук).*  *Бакалаврские программы:*  *Психология* |
| Территория | *Дистанционно, связь посредством видеоконференции в Zoom* |