**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* |