

УДК 53.084.823

СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЛЮДЕЙ

Виктория Анатольевна Голева

Студент 4 курса, бакалавриат

кафедра «Промышленный дизайн»

Московский государственный технический университет им. Н.Э. Баумана

Научный руководитель: А.Е. Алымова,

старший преподаватель кафедры «Промышленный дизайн»

Данный проект рассматривает и решает проблематику увеличения психологической и психической нагрузки на человека в большом городе. Всё больше людей ощущают себя одинокими или намерено или вынуждено отстраняются от людей. Темп жизни растет, а вместе с ним растет и стресс. Ощущение постоянной тревоги становится для городских жителей ежедневной нормой, хотя многие даже не подозревают о том, насколько тревожные состояния и расстройства ухудшают качество жизни. Соответственно – не предпринимают никаких эффективных действий во избежание нагрузки на психику.

Многие не могут обратиться к специалистам за помощью, по причинам: дороговизны регулярных посещений психолога и психотерапевта, нехватки времени, предрассудков или недостаточной мотивации. Поэтому цель моего проекта – изучить методы борьбы с повышенной тревожностью и депрессивными состояниями и выявить оптимальный способ устранения вышеупомянутых проблем.

В ходе исследовательской части работы были изучены возможные методы улучшения психологического состояния, также различные методики лечения. Подробно была изучена целевая аудитория, находящаяся в группе риска: люди, склонные к неврозам, депрессивным и тревожным состояниям, также люди с расстройствами личности, такими как пограничное расстройство личности (ПРЛ) и биполярно аффективное расстройство (БАР). Продуманы сценарии использования системы мониторинга психического состояния для данных групп, с учетом эффективных методик и подходов.

По итогам исследования был выявлен оптимальный сценарий использования данной системы. Подобраны необходимые функции и средства их реализации. Разработана компоновка установки, с учетом эргономических показателей, сценария взаимодействия, технических требований и финансовой целесообразности.

В целях улучшения терапевтической эффективности тщательно была продумана форма, цвет и материалы, для создания максимально спокойного и расслабляющего образа установки.

Литература

1. Курпатов А.В. Будь больше самого себя, 2018. – 320 с.
2. Базыма Б.А. Цвет и психика.- Харьков, 2001.
3. Тиганов А.С. Общая психиатрия, 2008
4. Дружинин Н.В., Виленская Г.А., Александров Ю.И.. Психология XXI века, 2003. – 864 с.