



Kuriame
Lietuvos ateitį

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

Projekto pavadinimas	„ Mobili interneto aplikacija dėmesingumu grįstai kognityvinei ir elgesio terapijai “
Finansavimo fondas	Europos socialinis fondas
Veiksmų programa	2014–2020 m. Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa
Veiksmų programos prioritetas	9 prioritetas „Visuomenės švietimas ir žmogiškųjų išteklių potencialo didinimas“
Veiksmų programos prioriteto priemonė ir veikla	Priemonės Nr. 09.3.3-LMT-K-712 „Mokslininkų, kitų tyrėjų, studentų mokslinės kompetencijos ugdymas per praktinę mokslinę veiklą“ veikla „Studentų gebėjimų vykdyti MTEP veiklą ugdymas“
Projekto kodas	09.3.3-LMT-K-712-10-0194
Projekto trukmė	2018-10-01 – 2019-04-30
Bendra projekto vertė	2 839,05 Eur
Projekto vykdytojas	Lietuvos sveikatos mokslų universitetas
Projekto partneriai	–
Trumpas projekto aprašymas	<p>Dėmesingu išašoninimu grįsta kognityvinė ir elgesio terapija yra efektyvus metodas gydant nerimo, depresijos sutrikimus, sudėtingesnes psichikos ligas, tokias kaip žalingą priklausomybę sukeliančių medžiagų vartojimą, asmenybės sutrikimus bei somatinius sutrikimus, kurių ligos vystymesi ir eigoje svarbią reikšmę turi psichologiniai ir psichofiziologiniai faktoriai, pavyzdžiui, lėtinis skausmas. Nors ši sritis sparčiai vystosi ir taikoma praktiškai užsienyje, dėmesingu sąmoningumu grįstos kognityvinė ir elgesio terapija iki šiol nėra pakankamai taikoma Lietuvoje.</p> <p>Projekto tikslas – sukurti mobilią interneto svetainę dėmesingumu grįstai kognityvinei ir elgesio terapijai įvertinant jos efektyvumą sveikų žmonių psichologinio distreso įveikai.</p> <p>Pagrindiniai projekto uždaviniai:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sukurti mobilią, prie vartotojo terminalo prisitaikančią interneto aplikaciją dėmesingumu grįstai kognityvinei ir elgesio terapijai. 2. Įvertinti mobilios internetinės sąmoningu dėmesingumu grįstos kognityvinės ir elgesio terapijos aplikacijos efektyvumą sveikų žmonių psichologinio distreso įveikai atliekant bandomąjį tyrimą. <p>Mobili interneto aplikacija leis: 1) tiriamiesiems prisijungti naudojant suteiktus prisijungimo duomenis ir savarankiškai taikyti dėmesingumu grįstos kognityvinės ir elgesio terapijos metodus klausantis audio įrašų kiekvieną dieną 6 savaites; 2) nustatyti tiriamųjų psichoemocinius rodiklius prieš ir po dėmesingumu grįstos kognityvinės ir elgesio terapijos ir įvertinti šios terapijos efektyvumą psichologinio distreso įveikai.</p> <p>Šį projektą numatoma tęsti adaptuojant mobilią internetinę svetainę ir sąmoningu dėmesingumu grįstos kognityvinės ir elgesio terapijos metodiką kardiologinėje reabilitacijoje.</p>
Kontaktiniai asmenys	Projekto vadovė – dr. Aušra Saudargienė; Studentas – Laurynas Linas Dainauskas.