

СЛАЙД 1: ТИТУЛЬНЫЙ

Добрый день, уважаемые члены комиссии.

Меня зовут Дмитрий Белоцерковский, я студент группы 4-МВ-4.

Тема моей научно-исследовательской работы: «Разработка мобильного приложения для геймифицированного саморазвития с системой баланса личностных характеристик».

СЛАЙД 2: АКТУАЛЬНОСТЬ И ПРОБЛЕМАТИКА

Рынок приложений для саморазвития демонстрирует устойчивый рост — глобальный объём оценивается в 11 миллиардов долларов с прогнозом роста до 26 миллиардов к 2030 году. Однако существующие решения имеют ряд критических проблем.

Во-первых, **фрагментация**: пользователи вынуждены использовать от трёх до пяти различных приложений для разных аспектов жизни.

Во-вторых, **отсутствие системности**: нет понимания, как ежедневные действия влияют на личность в целом.

В-третьих, многие приложения используют **манипулятивные техники** удержания — бесконечные серии и страх упущенной выгоды.

Таким образом, выявлена **незанятая ниша**: системное приложение для осознанного саморазвития, объединяющее геймификацию с глубоким самопознанием.

СЛАЙД 3: ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ

Цель исследования: разработать концепцию и модель расчёта параметров мобильного приложения, позволяющего пользователю понимать влияние привычек на характеристики личности.

Для достижения цели были поставлены **шесть задач**: от анализа предметной области и существующих решений до разработки модели профиля личности и определения целевой аудитории.

Концепция приложения строится на синтезе **трёх источников**.

Первый — **геймификация из Habitica**: микропривычки создают макроизменения, мгновенная обратная связь усиливает мотивацию.

Второй — **механика баланса из игры Reigns**: крайности в любом направлении разрушительны, баланс важнее максимизации.

Третий — **философия самонаблюдения Гурджиева и Успенского**: концепция трёх центров человека, наблюдение без осуждения, Закон Октав — идея о необходимости дополнительных толчков для продолжения развития.

СЛАЙД 4: АНАЛИЗ АНАЛОГОВ

В ходе исследования проанализировано **пять аналогов**.

Habitica обеспечивает высокую мотивацию через игровые механики, но не имеет глубокой аналитики влияния на личность.

Headspace предлагает качественный контент медитаций, однако фокусируется только на одном аспекте жизни.

Notion обладает максимальной гибкостью, но требует самостоятельной настройки и не имеет встроенной аналитики.

Daylio прост в использовании, но ограничен только отслеживанием эмоций.

Механика **Reigns** — баланс четырёх параметров с критическими порогами — стала ключевым инсайтом для нашего проекта.

Вывод: ни один продукт не удовлетворяет потребности в системности, глубине и балансе одновременно.

СЛАЙД 5: МОДЕЛЬ ПРОФИЛЯ ЛИЧНОСТИ — 8 ОСЕЙ И 5 ПОКАЗАТЕЛЕЙ

Ключевой элемент концепции — **модель профиля личности**, состоящая из восьми дихотомических осей.

Каждая ось представляет **континуум между двумя полюсами**. Например, Телесная ось — между Восстановлением и Энергией, где крайности означают застой или выгорание.

Принципиальное отличие от существующих решений: цель — не достичь максимума по какой-то оси, а удерживать **баланс в зоне 40-60 процентов** по всем восьми осям.

Система включает **три зоны**: зелёная зона баланса даёт бонус плюс пять процентов ко всем показателям, жёлтая зона внимания активирует рекомендации по коррекции, красная критическая зона применяет штраф минус десять процентов.

Помимо осей, модель включает **пять интегративных показателей**: Присутствие — степень осознанности, Целостность — согласованность действий с ценностями, Адаптивность — способность гибко реагировать, Резильентность — устойчивость к стрессам, и Развитие — траектория личностного роста.

СЛАЙД 6: СИСТЕМА ПРИВЫЧЕК И МЕХАНИКА РАСЧЁТА

Все действия пользователя делятся на **четыре категории** с разными коэффициентами влияния: ежедневные практики с коэффициентом один, привычки — от ноль три до единицы, разовые задачи — от двух до пяти, и жизненные события — от пяти до двадцати.

Каждое действие имеет **вектор влияния** на несколько осей одновременно. Например, утренняя медитация сдвигает ось Выражение-Рефлексия в сторону рефлексии на минус пять единиц и добавляет три процента к показателю Присутствие.

Механика расчёта включает три ключевых элемента.

Первый — базовое влияние действий на оси.

Второй — **естественный дрейф к центру**: при отсутствии действий оси постепенно возвращаются к пятидесяти процентам, что отражает идею о необходимости постоянных усилий для поддержания баланса.

Третий — **закон октав**: каждые семь дней регулярной практики требуется «толчок» — новая практика, увеличение интенсивности или осознанная рефлексия.

Система предупреждений работает как в игре Reigns — критические пороги запускают штрафы или бонусы.

СЛАЙД 7: КОНЦЕПЦИЯ ИНТЕРФЕЙСА И ВИЗУАЛИЗАЦИИ

Концепция интерфейса предусматривает **ежедневный цикл** из трёх этапов.

Утренняя проверка — две-три минуты: краткая медитация, просмотр текущего состояния осей на радарной диаграмме, формулирование намерения дня.

Трекинг в течение дня реализован через минималистичный свайп-интерфейс — не более трёх касаний для отметки действия.

Вечерняя проверка — три-пять минут: отметка выполненных действий, рефлексия, визуализация изменений за день.

Разработаны три типа **визуализаций**. «Карта личности» — радарная диаграмма восьми осей с цветовой индикацией зон. «Река времени» — горизонтальная шкала с течениями осей как цветными потоками. «Сад привычек» — метафора растений, где рост символизирует регулярность выполнения.

Аналитический модуль включает **симулятор «Что если»**, показывающий прогноз изменений при выборе определённых привычек.

СЛАЙД 8: ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ

Основная целевая аудитория — **«Осознанные искатели»**, возраст двадцать пять — сорок пять лет. Это люди с высшим образованием, средним и выше среднего доходом, которые уже имеют опыт саморазвития и испытывают фрустрацию от разрозненности существующих подходов.

Их **ключевые потребности**: системное понимание своего прогресса, баланс вместо бесконечной максимизации, глубина вместо поверхностных метрик.

Вторичные группы: «Продуктивные оптимизаторы» — молодые профессионалы с риском выгорания, и «Переживающие кризис» — люди в поиске смысла и готовые к глубокой работе над собой.

СЛАЙД 9: РЕЗУЛЬТАТЫ И ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате научно-исследовательской работы **выполнены все поставленные задачи**.

Проанализирована предметная область и пять аналогов.

Изучены методологические основы геймификации и самонаблюдения.

Разработана модель профиля личности с восемью дихотомическими осями и пятью интегративными показателями.

Создана механика расчёта влияния действий, включающая естественный дрейф и Закон Октав.

Сформирована концепция интерфейса с тремя типами визуализаций.

Определена целевая аудитория.

Уникальное ценностное предложение разработанной концепции: «Первое приложение, которое показывает не только что ты делаешь, но и кем ты становишься».

Результаты исследования создают **фундамент для разработки** уникального продукта, не имеющего прямых аналогов на рынке.

Следующие этапы в рамках ВКР: прототипирование интерфейса в Figma, валидация модели с фокус-группой, разработка технической архитектуры, создание MVP и закрытое бета-тестирование.

СЛАЙД 10: СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

Спасибо за внимание.

Готов ответить на ваши вопросы.

ПРИЛОЖЕНИЕ: ВОЗМОЖНЫЕ ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

1. Почему именно 8 осей? Как они были выбраны?

Восемь осей выбраны на основе синтеза нескольких источников. Базой послужила концепция трёх центров Гурджиева (интеллектуальный, эмоциональный, двигательный), которая была расширена с учётом современных моделей личности и практических аспектов жизни современного человека (материальная, социальная, временная, духовная оси). Количество восемь обеспечивает достаточную детализацию без избыточной сложности для пользователя.

2. Как будет валидироваться модель?

Планируется трёхэтапная валидация: экспертная оценка специалистами в области психологии и геймификации, качественное тестирование с фокус-группой из 15-20 представителей целевой аудитории, и количественное бета-тестирование с 100 пользователями с анализом retention и удовлетворённости.

3. Чем ваше решение лучше простого ежедневника?

Ежедневник — пассивный инструмент записи. Наше приложение — активная система с автоматическим расчётом влияния действий, предиктивной аналитикой, визуализацией паттернов и системой предупреждений о дисбалансе. Пользователь получает не просто записи, а понимание взаимосвязей и прогнозы.

4. Какой стек технологий планируется использовать?

Kotlin с Jetpack Compose для нативной Android-разработки, Java с Spring Boot для серверной части, PostgreSQL для базы данных, Yandex Cloud для хостинга с соответствием 152-ФЗ о персональных данных.

5. Как предотвратить манипулятивные паттерны, которые вы критикуете у конкурентов?

Несколько принципов: streak-фактор ограничен максимумом 30% бонуса, чтобы серии не становились навязчивостью; фокус на балансе, а не на максимизации; возможность «простить себя» за пропуски; прозрачность алгоритмов — пользователь всегда может понять, почему система рекомендует то или иное действие.