МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА СТРАТЕГІЧНИХ КОМУНІКАЦІЙ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ДИЗАЙНУ І МИСТЕЦТВ
Факультет «Дизайн середовища»
Кафедра міжкультурної комунікації в креативних індустріях

Пікіна Наталія Анатоліївна

ДИЗАЙН АРТТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРИ-ЗНАЙОМСТВА ДЛЯ КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Кваліфікаційна робота на здобуття СВО «Магістр»
зі спеціальності 022 Дизайн
ОПП «Арт-терапія та комунікативні практики»

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело.



Н. А. Пікіна

Науковий керівник: Корнейко Юлія Миколаївна,
кандидат педагогічних наук, доцент.
Консультант: Ганоцька Ольга Василівна
кандидат мистецтвознавства, доцент

Харків 2025

ЗМІСТ

ВСТУП		6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ АРТТЕРАПІЇ ТА КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ		10
1.1	Теоретико-методологічні засади арттерапії в контексті психологічних особливостей підлітків 10–13 років	10
1.2	Роль ігрової діяльності у формуванні навичок спілкування та соціалізації	11
1.3	Огляд сучасних арттерапевтичних ігор та ігрових методик	12
1.4	Аналіз аналогів: ринковий контекст та унікальність розробки	14
Висновки до розділу 1		19
РОЗДІЛ 2. ДИЗАЙНЕРСЬКА КОНЦЕПЦІЯ АРТТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРИ-ЗНАЙОМСТВА		21
2.1	Дизайн-методологія	21
2.2	Концепція гри: метафора та семантика	24
2.3	Розробка візуально-графічних елементів	25
2.3.1	Колористика, типографіка та форма: інклюзивна візуальна мова	25
2.3.2	Композиція ігрового поля	26
2.3.3	Дизайн роздаткових матеріалів	28
2.3.4	Айдентика та формат розповсюдження	30
2.3.5	Механіка гри	31
Висновки до розділу 2		33
РОЗДІЛ 3. ПРАКТИЧНА АПРОБАЦІЯ АРТТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРИ		35
3.1	Технічна специфікація та виробничі вимоги до елементів гри	35
3.2	Організація та проведення емпіричної апробації	37

3.3	Аналіз результатів апробації: ефективність гри у розвитку комунікації та зниженні тривожності	39
Висновки до розділу 3		41
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ		43
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ		45
ДОДАТКИ		51

Анотація

Пікіна Н. А. ДИЗАЙН АРТТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРИ-ЗНАЙОМСТВА ДЛЯ КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ. Кваліфікаційна робота на здобуття ступеня вищої освіти «Магістр» за спеціальністю В 2 Дизайн. Харківська державна академія дизайну і мистецтв, Харків, 2025.

Актуальність дослідження зумовлена кризою соціалізації підлітків середнього шкільного віку (10–13 років) в умовах воєнного стану та тривалого дистанційного навчання. Втрата навичок живої комунікації та зростання соціальної тривожності вимагають створення новітніх інструментів психологічної підтримки, які б враховували нейрофізіологічні особливості даної вікової групи. Мета роботи полягає у розробці дизайн-проєкту арттерапевтичної настільної гри «Крига скресла», спрямованої на покращення комунікативної взаємодії та безпечну соціалізацію підлітків. Методологічну основу дослідження склав інтегративний підхід, що поєднує теоретичний аналіз психологічної літератури з практичними методами дизайну: людиноцентрованим підходом (User-Centered Design), методом дизайн-мислення (етапи емпатії, фокусування, генерації ідей), прототипуванням та емпіричним тестуванням. У ході дослідження розроблено комплексну дизайн-систему настільної гри, що базується на візуальній метафорі «танення льоду». Колористичне рішення (градієнт від холодних до теплих відтінків) та біофільна естетика виконують терапевтичну функцію регуляції емоційного стану. Реалізовано принципи Універсального дизайну: використано скруглені форми плашок для зниження когнітивного напруження та спеціалізований шрифт Inclusion UKR для забезпечення доступності текстових матеріалів особам з дислексією. Механіка гри побудована як «безпечний контейнер», що дозволяє знизити рівень кортизолу та активувати соціальну взаємодію. Результати апробації підтвердили ефективність розробки: 100% учасників відзначили покращення дружніх стосунків у групі. Розроблена гра є валідним, інклюзивним та автономним методичним інструментом

для фасилітаторів, психологів та педагогів. Вона заповнює нішу безпечних ігор-знайомств (Ice-breakers) для підлітків, сприяючи подоланню комунікативних бар'єрів.

Ключові слова: арттерапія, настільна гра, соціалізація, підлітки, дизайн-мислення, універсальний дизайн, інклюзія.

Annotation

Pikina N. A. DESIGN OF AN ART-THERAPEUTIC ICE-BREAKER BOARD GAME FOR COMMUNICATIVE INTERACTION. Qualification work of the Master's Degree in specialty B 2 Design. Kharkiv State Academy of Design and Arts, Kharkiv, 2025.

The relevance of the study is driven by the socialization crisis among middle school adolescents (10–13 years old) caused by martial law and prolonged distance learning. The loss of live communication skills and increasing social anxiety require the creation of innovative psychological support tools that take into account the neurophysiological characteristics of this age group. The aim of the work is to develop a design project for the art-therapeutic board game "Kryha skresla" (The Ice Has Broken), aimed at improving communicative interaction and safe socialization of adolescents. The research methodology is based on an integrative approach combining theoretical analysis of psychological literature with practical design methods: User-Centered Design (UCD), Design Thinking (empathy, define, ideas phases), prototyping, and empirical testing. The study developed a comprehensive game design system based on the visual metaphor of "melting ice". The color solution (gradient from cold to warm shades) and biophilic aesthetics perform a therapeutic function of emotional state regulation. Principles of Universal Design were implemented: rounded shapes of elements were used to reduce cognitive stress, and the specialized font Inclusion UKR was applied to ensure

accessibility of text materials for people with dyslexia. The game mechanics are built as a "safe container", allowing to reduce cortisol levels and activate social interaction. The testing results confirmed the effectiveness of the development: 100% of participants noted an improvement in friendly relations within the group. The developed game is a valid, inclusive, and autonomous methodological tool for facilitators, psychologists, and educators. It fills the niche of safe ice-breaker games for adolescents, contributing to overcoming communication barriers.

Keywords: art therapy, board game, socialization, adolescents, design thinking, universal design, inclusion.

ВСТУП

Сучасні соціокультурні виклики, зумовлені воєнним станом та тривалим дистанційним навчанням, спричинили кризу соціалізації серед українських дітей. Особливо вразливою категорією є підлітки середнього шкільного віку (10–13 років). Цей період є сенситивним для формування «Я-концепції» та комунікативних навичок, проте через ізоляцію та стрес діти втрачають здатність до живої взаємодії, що призводить до зростання соціальної тривожності та відчуженості. Традиційні педагогічні методи знайомства часто виявляються неефективними, оскільки не враховують нейрофізіологічних особливостей підлітків, які потребують безпечного простору («контейнеру») для емоційного розкриття. У цьому контексті актуалізується потреба у створенні новітніх інструментів комунікації, що базуються на засадах арттерапії та гейміфікації. Дизайн настільної гри в системі відновлювальних практик виступає не лише як естетичне оформлення, а як функціональний інструмент регуляції емоційного стану. Розробка візуально-графічної мови гри, що базується на принципах універсального дизайну та людиноцентрованого підходу, дозволяє створити інклюзивне середовище для безпечної соціалізації.

Кваліфікаційна робота виконана відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри міжкультурної комунікації в креативних індустріях Харківської державної академії дизайну і мистецтв.

Мета дослідження — розробити дизайн-проєкт арттерапевтичної настільної гри-знайомства «Крига скресла» для покращення комунікативної взаємодії та соціалізації дітей середнього шкільного віку.

Для досягнення мети поставлено такі завдання:

1. Проаналізувати теоретико-методологічні засади використання арттерапії та ігрової діяльності в роботі з підлітками 10–13 років.

2. Здійснити порівняльний аналіз існуючих аналогів настільних ігор та виявити специфіку дизайн-рішень для цільової аудиторії.
3. Обґрунтувати вибір методології проєктування на основі людиноцентрованого підходу (UCD), принципів універсального дизайну та біофільної естетики.
4. Розробити дизайн-концепцію та візуально-графічні елементи гри (ігрове поле, роздатковий матеріал, айдентику).
5. Створити фізичний прототип гри, провести його емпіричну апробацію та перевірити ефективність розробленого дизайну.

Об’єкт дослідження — візуально-комунікативні засоби соціалізації підлітків в ігровому середовищі.

Предмет дослідження — дизайн-концепція та графічне оформлення арттерапевтичної настільної гри «Крига скресла».

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використано комплекс методів:

теоретичні: аналіз та синтез наукової літератури для вивчення психофізіології підлітків; порівняльний аналіз аналогів;

емпіричні: спостереження, анкетування для оцінки ефективності гри під час апробації;

методи дизайну: метод дизайн-мислення для емпатії та генерації ідей; метод прототипування для створення та тестування макетів; функціональний аналіз для розробки механіки.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

вперше розроблено дизайн-систему настільної гри-знайомства, що базується на метафорі «танення льоду» та використовує колірний градієнт як інструмент візуалізації емоційної динаміки групи;

удосконалено підходи до проєктування роздаткових матеріалів через впровадження принципів функціонального мінімалізму та використання інклюзивних шрифтів (Inclusion UKR);

набуло подальшого розвитку застосування людиноцентрованого підходу (UCD) у розробці методичних матеріалів для відновлювальних практик.

Практичне значення одержаних результатів. Розроблена гра є готовим методичним інструментом, який може бути використаний шкільними психологами, педагогами, фасилітаторами молодіжних центрів та волонтерами для роботи з підлітками, зокрема ВПО. Дизайн-проєкт адаптований до самостійного друку та використання в умовах обмежених ресурсів (укриття, виїзні заходи).

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження були представлені на XV Міжнародній науково-практичній інтернет-конференції молодих учених і студентів «Глухівські наукові читання — 2025. Актуальні питання суспільних та гуманітарних наук» (м. Глухів, 10–12 листопада 2025 р.). Апробація прототипу гри здійснена на базі Молодіжного хабу «Розвиток» (Валківська публічна бібліотека) та в рамках проєкту БФ «Світло надії».

Публікації. За матеріалами дослідження опубліковано 1 (одну) статтю у збірнику матеріалів конференції:

1. Пікіна Н. А. Настільна гра-знайомство як засіб комунікації дітей середнього шкільного віку. Глухівські наукові читання — 2025. Актуальні питання суспільних та гуманітарних наук : зб. матеріалів XV Міжнар.

наук.-практ. інтернет-конф. (м. Глухів, 10–12 листоп. 2025 р.). Глухів : Глухівський НПУ ім. О. Довженка, 2025. С. 1140–1145.

Структура та обсяг роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел (62 найменування, 31 із яких – іноземною мовою) та додатків. Загальний обсяг роботи становить 58 сторінок, з яких 44 сторінок основного тексту. Робота містить 6 додатків (А–Е), що включають графічні зображення, макети, фотофіксацію апробації та зразки анкет.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ АРТТЕРАПІЇ ТА КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Теоретико-методологічні засади арттерапії в контексті психологічних особливостей підлітків 10–13 років

Проблема соціалізації та емоційної підтримки підлітків засобами арттерапії ґрунтується на працях широкого кола науковців. Українські дослідники (І. С. Ільченко, О. Кітура) визначають арттерапію як сучасний толерантний інструмент, що дозволяє м’яко обійти психологічні захисти дитини та візуалізувати її внутрішній світ без травматизації [12], [13]. О. Вознесенська та Л. Мова підкреслюють, що арттерапія тісно пов'язана з грою — природною формою соціалізації, яка сприяє розвитку емпатії [3].

Унікальною особливістю методу є наявність «третього суб'єкта» комунікації — творчого продукту. Об’єкт творчості виступає посередником між дитиною та фасилітатором, дозволяючи перенести складні емоції на фізичний носій. У світовій практиці виділяють два ключові підходи до цього процесу: «мистецтво як терапія» (Art as Therapy), де цілющим є сам процес творення, та «мистецтво в терапії» (Art in Therapy), що фокусується на аналізі образів [54; 55]. Для роботи з підлітками оптимальним є поєднання цих підходів із використанням моделі Експресивного терапевтичного континууму (ETC) В. Лусебрінк, яка дає нейрофізіологічне обґрунтування вибору матеріалів для регуляції емоційного стану [48].

Актуальність арттерапевтичного втручання зумовлена специфікою раннього підліткового віку (10–13 років). Цей період характеризується асинхронним розвитком головного мозку: лімбічна система (емоції) вже перебуває у стані високої активності, тоді як префронтальна кора (контроль та планування) ще продовжує

формуватися [56; 43]. Такий дисбаланс призводить до емоційної нестабільності та зниженої здатності до вербалізації почуттів, що робить традиційні розмовні методики малоефективними.

Психологічні зміни супроводжуються зміною соціальної ситуації розвитку: відбувається сепарація від батьків та переорієнтація на групу однолітків. Як зазначає В. В. Москаленко, саме спільнота ровесників стає дзеркалом для формування самооцінки [18]. Однак ця залежність породжує феномен «соціального моніторингу» — постійного страху оцінки та відторгнення, що блокує комунікативну ініціативу.

У цьому контексті арттерапія діє як нейропсихологічний «обхідний шлях». Оскільки мислення підлітків має переважно образний характер, візуалізація дозволяє застосувати механізм екстерналізації (S. Riley): винесення внутрішнього конфлікту назовні. Це створює «здорову дистанцію» між особистістю та проблемою, знижує рівень тривожності та забезпечує безпечний простір для соціальної адаптації [53].

1.2. Роль ігрової діяльності у формуванні навичок спілкування та соціалізації

Ігрова діяльність є фундаментальним механізмом психічного розвитку, який у підлітковому віці трансформується, набуваючи нових соціальних функцій. Теоретичне обґрунтування цього процесу розкрито у працях класиків психології. Зиґмунд Фрейд розглядав гру як форму прояву несвідомого, що дозволяє екологічно вивільнити витіснені емоції завдяки умовності дійства [49]. Жан Піаже акцентував увагу на іграх з правилами, вважаючи їх вирішальним етапом соціалізації, оскільки вони виступають моделлю суспільного договору та формують навички самоконтролю [2], [49].

У віці 10–13 років гра стає своєрідною «соціальною лабораторією». Це безпечний простір, де підліток може експериментувати з різними моделями поведінки, тестувати закони ієрархії та справедливості, не боячись реальних соціальних наслідків. Саме в ігровій взаємодії відбувається примірка соціальних ролей, що дозволяє знайти власну ідентичність та відпрацювати стратегії вирішення конфліктів, необхідні для адаптації в реальному житті.

Механізми цієї взаємодії найкраще описує класифікація ігор французького соціолога Роже Каюа, що виділяє чотири принципи: змагання — для самоствердження; шанс — для прийняття долі та зниження тривожності гіперконтролю; симуляція — для пошуку ідентичності; та запаморочення — для емоційної розрядки [36]. Для комунікативних ігор ключовим є поєднання цих принципів, що вчить дітей домовлятися та приймати поразку.

Сучасний науковий дискурс, зокрема концепція Pedagogy of Play (Project Zero, Harvard), спростовує стереотип про інфантильність ігрових методів для підлітків [52]. Дослідження О. Джонстон (2023) доводять, що гейміфікація сприймається учнями як демонстрація високих очікувань, підвищує мотивацію та створює простір «розумного ризику» [44]. Важливим елементом тут є феномен «криголамів» (Ice-Breakers) — коротких вправ для «розігріву» групи, що знижують рівень кортизолу та активують систему винагороди мозку, необхідну для ефективної комунікації.

1.3. Огляд сучасних арттерапевтичних ігор та ігрових методик

Сучасний арсенал ігрових методик, що використовуються в арттерапії та педагогіці для соціалізації підлітків, є доволі широким. Його можна систематизувати за типом взаємодії та використаним інструментарієм. Розуміння цієї типології дозволяє фахівцю обирати найбільш релевантний інструмент залежно від мети заняття та психоемоційного стану групи.

Вербальні та комунікативні ігри. Ця група методик базується на механізмі «запитання–відповідь» і спрямована на когнітивну активацію учасників. Прикладом є класичні айсбрейкери, такі як «Дві правди, одна брехня» або «Інтерв'ю» [5]. Принцип їхньої роботи полягає у структурованому обміні інформацією, що дозволяє учасникам дізнатися факти один про одного у безпечній формі. Однак, як зазначають дослідники, суто вербальні ігри можуть створювати надмірне навантаження на робочу пам'ять (наприклад, вправа «Снігова куля») та провокувати стрес у тривожних підлітків, які бояться забути інформацію або помилитися при публічному виступі.

Проєктивні методики (МАК). Використання метафоричних асоціативних карт (МАК) базується на механізмі проєкції. Карта з зображенням виступає як візуальний стимул, що дозволяє дитині екстерналізувати (винести назовні) свої внутрішні переживання. Згідно з дослідженнями, візуальний образ стає «третім суб'єктом» комунікації, посередником між дитиною і терапевтом. Це дозволяє підлітку говорити не про себе напряму («я боюся»), а про персонажа на карті («цей герой відчуває страх»), що значно знижує опір і дає відчуття безпеки.

Настільні ігри з полем (Board Games). На відміну від карткових ігор, настільні ігри мають просторову структуру — ігрове поле. Поле виконує функцію «контейнера»: воно структурує простір взаємодії, задає чіткі межі (початок, кінець, шлях) і візуалізує прогрес гравців. Для підлітків 10–13 років, чий внутрішній світ часто є хаотичним, наявність зовнішньої структури та чітких правил забезпечує передбачуваність і знижує рівень тривожності.

Терапевтична гра відрізняється від розважальної насамперед метою та атмосферою. Ключовим фактором терапевтичного ефекту є психологічна безпека. Якщо у звичайних іграх часто заохочується жорстка конкуренція та перемога за

будь-яку ціну, то в терапевтичному дизайні пріоритетом є співпраця або індивідуальний прогрес без порівняння з іншими.

Важливу роль відіграє наявність фасилітатора. У терапевтичній грі ведучий не є арбітром, який карає за порушення правил, а виступає дизайнером процесу, який утримує безпечний простір та слідкує, щоб ніхто з учасників не зазнав булінгу чи знецінення. Дизайн гри повинен передбачати механізми захисту вразливості, наприклад, право пропустити хід або не відповідати на занадто особисте запитання.

В епоху цифровізації тактильний компонент гри набуває особливого значення. Згідно з моделлю Експресивного терапевтичного континууму (ETC) В. Лусебрінк, взаємодія з фізичними матеріалами активує кінестетичний та сенсорний рівні обробки інформації, що сприяє «заземленню» та регуляції емоційного стану [48].

Дослідження С. Хайблум-Іцкович доводять, що творча активність з використанням реальних арт-матеріалів (на відміну від цифрових аналогів) ефективніше знижує фізіологічні показники стресу, зокрема нормалізує варіабельність серцевого ритму [42]. Для підлітків 10–13 років можливість фізично тримати картки, кидати кубики, малювати візитівку активує дрібну моторику, яка тісно пов'язана з мовленнєвими центрами мозку та когнітивним контролем. «Аналогова» природа настільної гри створює простір для живої, не опосередкованої екраном взаємодії, що є критично важливим для розвитку емпатії та навичок зчитування невербальних сигналів.

1.4. Аналіз аналогів: ринковий контекст та унікальність розробки

Для виявлення ніші на ринку ігрових методик було застосовано метод теоретичного аналізу та синтезу (Гончарук Т. В. та ін.) [22]. Дослідження охопило 9 ігрових продуктів, які було розподілено на три групи: вербальні вправи, комерційні розмовні ігри та психологічні інструменти.

Група 1. Вербальні вправи («Снігова куля», «Дві правди, одна брехня»). Класичні айсбрейкери, що не вимагають реквізиту, базуються на запам'ятовуванні інформації або сторітелінгу (див. Табл.1.1). Однак для тривожних підлітків вони створюють надмірне когнітивне навантаження: страх забути ім'я попередника у «Сніговій кулі» або не вигадати цікавий факт у «Двох правдах» блокує комунікацію. Відсутність візуальної опори робить ці методики стресовими для дітей з дефіцитом уваги. Гра «Крига скресла» вирішує цю проблему через візуалізацію (візитівки на столі) та механіку випадковості (кубики), що знімає відповідальність за вибір теми.

Група 2. Комерційні розмовні ігри («Між Нами: Teenagers», «Розкажи мені все!», Girlwood) [19; 20; 21]. Ці продукти є бестселерами українського ринку, проте мають високий поріг входу (віковий ценз 14+). Їхня механіка («тягни карту — відповідай») пропонує одразу зануритися в глибокі теми («самоцінність», «стосунки»), що вимагає сформованої довіри та рефлексії, якої ще немає у групі незнайомців 10–13 років (див. Табл. 1.2). Крім того, деякі ігри містять провокативні або гендерно-специфічні питання, що робить їх непридатними для змішаних класів. Наша розробка заповнює цю прогалину, пропонуючи механізм поступового «розігріву» від простих фактів до емоцій.

Група 3. Психологічні ігри (The Ungame, Totem, Playersgetready) [58; 62], [59; 60], [26], [47]. Світові хіти, такі як The Ungame (США), фокусуються на створенні безпеки через «правило тиші» (заборону коментарів), що є ефективним для вирішення конфліктів, але може гальмувати динаміку знайомства (див. табл. 1.3). Гра Totem (Канада) будується на позитивному зворотному зв'язку, що неможливо реалізувати в групі, де діти ще не знають якостей одне одного. Гра We're Not Really Strangers (США) орієнтована на «радикальну вразливість», що є занадто травматичним для раннього підліткового віку. «Крига скресла» адаптує ці підходи, пропонуючи баланс між глибиною та безпекою через активну роль фасилітатора.

Таблиця 1.1. Порівняльний аналіз традиційних ігор на знайомство та настільної гри «Крига скресла»

Характеристика	**Крига скресла**	**Снігова куля**	**2 правди, 1 брехня**
Цільовий вік	10–13 років (спеціалізована)	Будь-який (часто школа)	12+ (підлітки/дорослі)
Основний механізм	Арттерапія + Ігрове поле + Кубики	Вербальний ланцюжок (пам'ять)	Сторітелінг / Блеф (вгадування)
Вхід у гру	Високий (Малювання візитівки, прості факти)	Відсутній (миттєвий старт)	Середній (час на обдумування фактів)
Регуляція тривоги	Нейробіологічна (успіх, тварини, фасилітація)	Відсутня (Високий стрес через страх забути)	Низька (Страх оцінки/публічного виступу)
Роль ведучого	Фасилітатор (активна підтримка)	Педагог (контроль порядку)	Модератор / Самі учасники
Групова динаміка	Для створення групи	Запам'ятовування імен (формальне)	Впізнавання фактів (знайомство)
Фізичні компоненти	Поле, кубики, візитівки, арт-матеріали	Відсутні (вербальна)	Відсутні (або папір/ручка)

Таблиця 1.2. Аналіз українських аналогів настільних ігор для знайомств

Характеристика	**Для всіх**	**Розкажи мені все!**	**Girlwood**	**Між Нами: Teenagers**
Цільовий вік	16+ (глибока психологія)	14+ (компанії друзів)	14+ (дівчата/жінки)	14+
Основний механізм	Картки з глибокими питаннями	Картки з розважальними питаннями	Картки з "дівочими" темами	Картки з питаннями
Вхід у гру	Низький (одразу глибокі питання)	Низький (одразу питання)	Низький (одразу питання)	Низький (Одразу питання)
Регуляція тривоги	Відсутня (вимагає високої довіри)	Через гумор (може бути захисним)	Через гендерну солідарність	Відсутня (покладається на гравців)
Роль ведучого	Гравець (самомодерація)	Гравець	Гравець	Гравець
Групова динаміка	Для поглиблення знайомтва	Для розваги	Для зближення подруг	Для поглиблення знайомтва
Фізичні компоненти	Лише картки	Лише картки	Лише картки	Лише картки

Таблиця 1.3. Порівняльна таблиця іноземних настільних ігор для знайомства

Характеристика	**The Ungame**	**Totem**	**WNRS**
Цільовий вік	5-99 (залежить від версії)	8+	15+ (є версія Kids 5+)
Основний механізм	Ігрове поле + Тиша	Картки Тварин/Якостей	Картки Рівнів + Dig Deeper
Вхід у гру	Середній (Колода №1)	Залежить від групи	Специфічний
Регуляція тривоги	Правило тиші	Позитивний фідбек	Високий ризик тривоги
Роль ведучого	Модератор правил	Гравець	Гравець
Групова динаміка	Для вирішення конфліктів	Для згуртування	Для глибшого пізнання
Фізичні компоненти	Поле, фішки	Картки	Картки, блокнот

Аналіз ринку демонструє поляризацію: існують або суто розважальні ігри для вечірок, або глибокі психологічні інструменти для дорослих/пар. Ніша «безпечної гри-знайомства» для раннього підліткового віку (10–13 років) залишається вільною. Розроблена гра «Крига скресла» унікальна тим, що поєднує динаміку настільної гри (поле, кубики) з нейробіологічними механізмами зниження тривоги (арт-компонент, тема тварин), забезпечуючи екологічний вхід у групову взаємодію.

Висновки до розділу 1.

У першому розділі магістерської роботи здійснено теоретичний аналіз проблеми соціалізації підлітків 10–13 років засобами арттерапевтичної гри. Узагальнення опрацьованих наукових джерел та методичних підходів дозволяє зробити наступні висновки:

Сутність методу. Арттерапія визначається як інтегративний метод, що поєднує творчий процес із психологічною корекцією. Ключовою перевагою методу є наявність «третього суб'єкта» комунікації (творчого продукту), що дозволяє дитині виражати складні переживання опосередковано. Для роботи з підлітками найбільш ефективним є поєднання гуманістичного підходу («мистецтво як терапія»), де цілющим є сам процес творення, та психодинамічного («мистецтво в терапії»), де відбувається екстерналізація внутрішніх конфліктів через візуальні образи.

Нейропсихологічні особливості віку. Ранній підлітковий вік (10–13 років) характеризується асинхронним розвитком головного мозку: високою активністю лімбічної системи (емоції) на тлі ще незрілої префронтальної кори (контроль). Це зумовлює емоційну нестабільність, явище «соціального моніторингу» та підвищену вразливість до оцінки оточуючих. Встановлено, що традиційні вербальні методи комунікації часто викликають у підлітків захисну реакцію та стрес, тоді як арттерапевтичні методи діють як нейропсихологічний «обхідний шлях», знижуючи опір та рівень кортизолу.

Роль ігрової діяльності. Гра у підлітковому віці трансформується у «соціальну лабораторію» (Р. Каюа), де відбувається безпечне моделювання дорослих стосунків та тестування соціальних ролей. Застосування концепції «Pedagogy of Play» та механізмів «розігріву» (Ice-Breakers) є критично важливим для зниження первинної тривожності групи, активзації системи винагороди мозку та формування довіри, необхідної для подальшої терапевтичної роботи.

Інструментарій та дизайн. Аналіз ігрових методик показав, що настільні ігри з полем мають перевагу над суто картковими чи вербальними методами для даної вікової групи. Простір ігрового поля виконує функцію «контейнера», структурує хаотичні переживання підлітків та забезпечує передбачуваність процесу. Використання тактильних арт-матеріалів (згідно з моделлю ETC В. Лусебрінк) сприяє фізіологічній регуляції емоційного стану через залучення дрібної моторики.

Аналіз аналогів. Проведений порівняльний аналіз сучасних комунікативних ігор («Між нами», «The Ungame», «We're Not Really Strangers» та ін.) виявив дефіцит спеціалізованих інструментів для раннього підліткового віку. Існуючі аналоги або орієнтовані на дорослу аудиторію (14+), вимагаючи високого рівня рефлексії, або є суто розважальними. Розроблена гра «Крига скресла» заповнює цю нішу, пропонуючи збалансовану механіку, що поєднує арттерапію, нейробіологічну регуляцію тривоги (через теми успіху та тварин) та активну фасилітацію.

Отже, теоретичний аналіз підтверджує необхідність створення та впровадження спеціалізованої арттерапевтичної гри, яка б враховувала специфіку нейрофізіології підлітків 10–13 років та забезпечувала безпечний простір для їхньої соціалізації.

РОЗДІЛ ІІ. ДИЗАЙНЕРСЬКА КОНЦЕПЦІЯ АРТТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРИ-ЗНАЙОМСТВА

2.1 Дизайн-методологія

Методологічною основою проєктування арттерапевтичної гри «Крига скресла» обрано інтегративний підхід, що поєднує принципи людиноцентрованого дизайну (UCD) та концепцію соціальної відповідальності. Такий вибір зумовлений специфікою цільової аудиторії — підлітків 10–13 років, чий психофізіологічний стан вимагає створення середовища підвищеної безпеки та сенсорного комфорту.

Людиноцентрованість та емпатія (UCD). Фундаментом розробки стала філософія UCD, що передбачає пріоритет потреб користувача над технологічними можливостями. Спираючись на ідеї Д. Нормана про інтуїтивність дизайну, ми відмовилися від складної ігрової механіки на користь простих дій («кинь кубик — зроби хід»), що знижує когнітивне навантаження на гравців [50]. Ключовим принципом стало твердження Т. Брауна про те, що дизайн-мислення починається з емпатії: для аудиторії, яка переживає кризу ідентичності, продукт має бути не директивним, а таким, що «розуміє» страх дитини перед помилкою і надає право на захист [35].

Біофільний підхід як інструмент регуляції. Візуальна концепція гри базується на біофільній естетиці — методиці, що використовує природні патерни для гармонізації психоемоційного стану. Згідно з дослідженнями С. Келлера та Е. Вілсона, візуалізація природних процесів та використання відповідних форм активує парасимпатичну нервову систему, сприяючи зниженню рівня стресу, що є критично важливим для створення безпечної атмосфери у групі [46], [61].

Соціальна відповідальність та функціоналізм. Важливим методологічним орієнтиром стала концепція дизайну для реального світу В. Папанека [23]. Ми розділяємо його позицію щодо необхідності відмови від декоративної

надлишковості заради вирішення реальних проблем. У контексті гри «Крига скресла» це реалізовано через функціональний мінімалізм: кожен елемент (від форми плашок до відсутності зайвих карток) працює на головну мету — подолання соціальної відчуженості. Гра розглядається не як розважальний продукт, а як доступний соціальний інструмент, що задовольняє фундаментальну потребу підлітка у прийнятті та безпечній комунікації.

Процес розробки гри «Крига скресла» здійснювався відповідно до алгоритму людиноцентрованого дизайну, що включає п’ять ітераційних етапів: емпатію, фокусування, генерацію ідей, прототипування та тестування.

1. **Емпатія**: вивчення потреб користувача. На першому етапі ключовим завданням було занурення у психоемоційний світ цільової аудиторії — дітей віком 10–13 років. Було виявлено, що основною перешкодою для комунікації в цьому віці є феномен «соціального моніторингу» — постійний фоновий страх оцінки з боку однолітків. Підлітки потребують спілкування, але уникають його через ризик видатися «не такими». Це сформувало запит на інструмент, який би дозволяв взаємодіяти безпечно, без необхідності прямої вербальної конфронтації на старті.

2. **Фокусування**: визначення проблеми. На основі зібраних даних було сформульовано ключову дизайн-проблему: існуючі методи «айсбрейкерів» (публічні виступи, розповіді про себе) часто ігнорують нейрофізіологічний стрес підлітків, блокуючи їхню когнітивну активність. Дизайн-виклик: створити ігрову механіку, яка б знижувала рівень кортизолу (стресу) та активувала систему винагороди (дофамін) ще до того, як дитині доведеться відповідати на складні запитання. Відповіддю стала концепція «безпечного контейнера» — гри, де правила та арт-матеріали виступають захисним буфером між учасником та групою.

3. **Генерація ідей**: метод аналізу та синтезу. На цьому етапі було застосовано класичний метод теоретичного аналізу та синтезу. Як зазначають дослідники (Гончарук Т. В. та ін.), проєктування нового продукту неможливе без декомпозиції існуючого досвіду [22].

Аналіз: Було досліджено ринок аналогів (ігри «Між нами», «The Ungame», «Totem») та виявлено їхні слабкі сторони для даної аудиторії: надмірна інтимність питань або відсутність ігрової динаміки.

Синтез: На підставі зібраних даних було проведено синтез характеристик, необхідних для ідеального рішення. Ми поєднали механіку випадковості (кубики, що знімають відповідальність за вибір теми) з арттерапевтичною технікою (створення візитівки, що дає тактильний контроль). Так народилася ідея гібридного продукту — гри-знайомства з елементами творчості. Візуальна метафора «скресання криги» трансформувалася в ескізні рішення: градієнтні переходи кольорів та динамічна типографіка, що нагадує сліди ковзанів.

4. **Прототипування**. Матеріалізація ідеї відбувалася від простого до складного.

Low-fidelity прототип (низька деталізація): Паперовий макет, створений вручну для перевірки базової механіки та розміру полів. Це дозволило швидко оцінити ергономіку ігрового поля формату А2.

High-fidelity прототип (висока деталізація): Цифрова версія, розроблена в графічних редакторах з урахуванням усіх вимог до друку (колірна модель CMYK, типографіка Konkord Retro), яка максимально наближена до фінального продукту.

5. **Тестування**. Етап апробації розглядався не як фінальна перевірка, а як частина процесу розробки. Зворотний зв'язок від реальних користувачів (підлітків) став підставою для внесення змін у дизайн-систему (введення другого кубика для

пришвидшення динаміки, спрощення навігації). Це підтвердило гнучкість обраної методології UCD, де продукт адаптується під людину, а не навпаки.

2.2. Концепція гри: метафора та семантика

Семантичне ядро дизайн-проєкту побудовано навколо метафори «танення льоду», яка інтегрує вербальну назву та візуальну мову продукту в єдину терапевтичну систему.

Назва гри «Крига скресла» є концептуальною алюзією на англомовний термін Ice Breaker («Криголам»). Однак, якщо прямий переклад несе в собі конотацію силового, інколи агресивного втручання (розбивання бар'єрів), то обраний український фразеологізм апелює до невідворотного природного процесу весняного оновлення. Це підкреслює екологічність методики: гра не «ламає» захисні механізми учасників, а створює умови, за яких напруга зникає природним шляхом.

Терапевтичний зміст метафори. Обрана концепція має не лише естетичне, а й глибоке психокорекційне навантаження. Вона символізує шлях, який проходить підліток під час гри: від стану «замороженості» (соціальної ізоляції, скутості, тривоги) до емоційного «тепла» (довіри, прийняття та безпечної прихильності). Дизайн гри виступає візуальним супроводом цього переходу, допомагаючи дитині усвідомити зміну свого стану.

Візуалізація динаміки (Колористика). Для сенсорного підкріплення цієї трансформації використано прийом колірної розтяжки (градієнта). Ігрове поле рухається від холодних відтінків (блакитний, індиго) на старті до теплих (рожевий, маджента) на фініші.

Холодний спектр кодує первинну настороженість та соціальну дистанцію, валідуючи право учасників на закритість на початку знайомства.

Теплий спектр у фіналі візуалізує результат спільної дії — формування безпечного та емоційно наповненого простору групи. Таке рішення дозволяє учасникам відчувати прогрес у зближенні не лише логічно (через відповіді на питання), а й на рівні візуального сприйняття.

Стилістичний код. Загальна естетика гри вирішена в стилі ретро-футуризму з використанням біофільних патернів (лінії, що нагадують сліди ковзанів). Це створює атмосферу ностальгійного затишку та сучасності водночас, що відповідає запитам цільової аудиторії та працює на зниження рівня кортизолу.

2.3. Розробка візуально-графічних елементів

2.3.1. Колористика, типографіка та форма: інклюзивна візуальна мова

Візуальна мова гри «Крига скресла» розроблена з урахуванням психофізіології підлітків 10–13 років та принципів Універсального дизайну.

Обґрунтування колористичного рішення. Колірна гама будується на градієнтному переході від холодних відтінків (насичений синій, індиго) до теплих (малиновий, рожевий). Такий вибір технічно спирається на дослідження Т. Прокопович та С. Мигаля, які зазначають, що теплі кольори підсвідомо зчитуються як безпечні, тоді як холодні — як відсторонені [25], [14]. Для забезпечення зорового комфорту та уникнення втоми очей (ергодизайн) обрано кольори середньої тональності та насиченості.

Типографіка та доступність. Шрифтова пара гри підібрана згідно з вимогами інклюзивності:

Заголовки (Konkord Retro Regular): Цей акцидентний гротеск має монолінійну структуру та заокруглені форми, що знижує візуальний шум і полегшує сприйняття.

Його м’яка пластика семантично перегукується з метафорою слідів від ковзанів, створюючи атмосферу безпеки.

Основний текст (Inclusion UKR): Для інструкцій та запитань використано спеціалізований шрифт, розроблений О. Петренко-Заневським (UNICEF) для осіб з дислексією [30]. Завдяки збільшеним інтервалам та диференціації схожих графем, він запобігає «злипанню» тексту, знижуючи когнітивне навантаження на гравців.

Формоутворення та навігація. Реалізація принципу «інтуїтивності» досягається через геометрію елементів:

Скруглені плашки: Усі текстові блоки мають форму прямокутників із заокругленими кутами. Згідно з дослідженнями нейроестетики, такі форми не активують центри страху в мозку (на відміну від гострих кутів), що сприяє зниженню фонової тривожності [32].

Навігація: Маршрут руху дублюється стрілками, що створює чіткий візуальний сценарій і знімає стрес невизначеності («куди йти далі») для дітей з дефіцитом уваги.

2.3.2. Композиція ігрового поля

При проєктуванні ігрового поля ключовими факторами вибору форми та композиції стали принципи людиноцентрованого підходу (UCD) та біофільної естетики, що забезпечують інтуїтивність сприйняття та психологічний комфорт учасників.

Вибір формату та масштабування.

Пошук оптимальної форми базувався на аналізі реальних потреб користувача (принцип емпатії). Хоча в історії ігор існують різноманітні конфігурації полів — від хрестоподібних (ацтецька гра «Патоллі») до гексагональних (сучасна гра

«Абалон»), для розробки було обрано класичну прямокутну форму [1]. Таке рішення відповідає вимогам гуманістичного дизайну (за В. Папанеком), оскільки ставить на перше місце функціональність та зручність розміщення на стандартному столі, а не декоративну ускладненість [23].

Для фінальної версії гри затверджено формат А2 (420 х 594 мм) (див. Додаток А). Цей вибір продиктований наступними міркуваннями:

Масштаб та видимість: Ігрове поле має бути достатньо просторим, щоб на ньому вільно розміщувалися візитівки учасників розміром 75 х 45 мм, не перекриваючи одна одну та шлях руху фішок.

Ергономіка взаємодії: Обраний масштаб клітин та загальний розмір поля забезпечують рівний доступ до ігрових елементів для всіх учасників, незалежно від їхнього місця за столом, що відповідає вимогам зручності та пропорційності.

Еволюція прототипу: У ході проєктування було протестовано «сірий» прототип із чотирьох склеєних аркушів А3, що дозволило експериментально підтвердити доцільність переходу на цільний формат А2 на щільному фотопапері для уникнення швів та згинів, які заважають руху фішок.

Композиційна схема поля розроблена з урахуванням закономірностей зорового сприйняття (eye tracking) та психології уваги підлітків [57]. Грамотна візуальна ієрархія є критично важливою для утримання інтересу гравців цієї вікової групи, чия увага може бути нестабільною.

Розташування блоків підпорядковане природному патерну руху очей:

Зона старту (Верхній лівий кут): Дослідження показують, що при ознайомленні з новим візуальним стимулом погляд гравця рухається зліва направо. Тому найважливіша стартова інформація розміщена саме у верхньому лівому куті — це перша точка фіксації уваги.

Активна ігрова зона (Центр): Центральна частина поля відведена під ілюстративний ряд та безпосередньо ігрові клітини (трек руху). Це дозволяє фокусувати увагу на процесі гри, не відволікаючись на периферію.

Зона фінішу (Нижній правий кут): Логічне завершення маршруту розташоване у правому нижньому куті, що відповідає звичній траєкторії читання та сприйняття інформації, створюючи відчуття завершеності композиції.

Для структурування простору використано композиційний засіб «членування форми», а метричний повтор однакових клітин створює чіткий візуальний ритм, зрозумілий та комфортний для сприйняття дітьми середнього шкільного віку.

2.3.3. Дизайн роздаткових матеріалів

Розробка компонентної бази гри базувалася на принципі «відсікання зайвого», що є наріжним каменем соціально відповідального дизайну за В. Папанеком [23]. Оскільки гра «Крига скресла» спроєктована у бліц-форматі (тривалість сесії обмежена 10–15 хвилинами), її дизайн підпорядкований вимогам швидкості та мобільності.

Гра позиціонується не як заміна повноцінної арттерапевтичної сесії, а як інструмент «входу» в процес — емоційного налаштування та знайомства перед основною частиною заняття. Саме тому візуальне навантаження зведено до мінімуму: учасники не повинні витрачати час на вивчення складних карток чи правил. Дизайн виконує сервісну функцію: швидко організувати простір і запустити комунікацію.

Концепція «Чистого аркуша» та варіативність.

Базовим елементом є візитівка формату 75 х45 мм. Її графічне рішення підкреслено мінімалістичне (чорно-білий друк, лаконічна рамка), що перетворює її на простір для співтворчості.

Однак, керуючись принципами доступності дизайну, методика передбачає варіативність носіїв. За відсутності друкованих бланків, візитівки можуть бути легко замінені на звичайні аркуші паперу (стікери, офісний папір), на яких дитина власноруч відтворює межі свого ігрового простору. Це робить гру незалежною від поліграфічної бази та доступною в будь-яких умовах (школа, укриття, табір).

Психологічна функція «Власної фішки».

Згідно з правилами, підписана візитівка (або аркуш) стає персональною ігровою фішкою учасника. Для підлітка 10–13 років, який переживає кризу ідентичності, момент власноручного створення свого «аватара» є критично важливим.

Суб'єктність: Дитина не обирає готову пластикову фішку (яка є чужою і безособовою), а створює власну репрезентацію себе у грі.

Контроль: Переміщуючи своє ім'я по полю, підліток фізично відчуває контроль над своїм просуванням та місцем у групі. Це задовольняє потребу в самоствердженні та робить гру особистісно значущою навіть за короткий час взаємодії.

Відмова від надлишковості.

Для збереження динаміки бліц-гри було прийнято рішення відмовитися від додаткових колод карток із завданнями. Весь контент інтегровано безпосередньо в ігрове поле. Це дозволяє сконцентрувати увагу гравців на центрі столу (зоні спільної дії) та уникнути розсіювання уваги, що є типовим для підлітків при роботі з великою кількістю дрібних елементів.

2.3.4. Айдентика та формат розповсюдження

Завершальним етапом проєктування стала розробка системи ідентифікації продукту. Враховуючи методичний характер гри та орієнтацію на професійне використання фасилітаторами (психологами, вчителями), було обрано стратегію функціонального мінімалізму.

Відмовившись від створення громіздкого графічного знака (емблеми), айдентику гри побудовано на основі шрифтового логотипу. Назва «Крига скресла» виконана акцидентною гарнітурою Konkord Retro, де самі літери виступають графічними елементами.

Візуальна метафора: Пластика літер із заокругленими кутами та специфічною геометрією імітує сліди, залишені ковзанами на льоду. Така стилізація перетворює текст на образ, роблячи назву динамічною та впізнаваною без додавання зайвих картинок.

Читабельність: Лаконічність логотипу забезпечує його легке зчитування навіть на відстані, що важливо для групової роботи в класі.

Формат розповсюдження: Тубус замість Коробки Традиційне пакування настільних ігор (картонна коробка типу «кришка-дно») часто є надлишковим для методичних матеріалів, займає багато місця та потребує складання ігрового поля вчетверо, що призводить до швидкого зношування згинів. Керуючись принципами ергодизайну та екологічності, для гри «Крига скресла» запропоновано формат тубуса для безшовного зберігання поля формату А2.

Переваги такого рішення:

Цілісність поля. Зберігання у скрученому вигляді (в тубусі) запобігає утворенню заломів на «кризі», зберігаючи естетику гладкої поверхні, що критично важливо для метафори гри.

Екологічність. Відмова від об’ємної коробки та пластикових ложементів зменшує використання матеріалів, що відповідає концепції «дизайну для реального світу» В. Папанека [23].

Таким чином, візуально-графічне оформлення гри створює цілісний образ сучасного, професійного та дружнього до користувача інструменту, позбавленого декоративного шуму.

2.3.5. Механіка гри

Ігровий процес розроблено на основі феномену Ice Breakers («криголамів») з адаптацією під психофізіологічні особливості підлітків 10–13 років (повний текст правил у Додатку Б). Механіка гри передбачає структурування комунікації через зовнішні регулятори (кубики, поле), що знижує рівень соціальної напруги.

1. Підготовчий етап: ідентифікація. Гра починається з процесу самопрезентації. Учасники отримують бланки візитівок, на яких мають написати своє ім'я.

Арттерапевтичний аспект: Цей етап дозволяє учаснику проявити креативність, обираючи шрифт, розмір літер та декор для власного імені. Така дія є актом ствердження власної ідентичності в груповому просторі.

Розміщення: Заповнені картки викладаються на ігрове поле біля стартової позначки, виконуючи роль ігрових фішок. Це забезпечує постійну візуалізацію імен усіх учасників, сприяючи їх запам'ятовуванню.

2. Структура ходу та роль фасилітатора. Динаміка гри будується за циклічним принципом (хід передається по колу). Ключову роль у регуляції процесу відіграє фасилітатор.

Артикуляція імені: Перед кожним ходом фасилітатор звертається до активного гравця на ім'я. Ця процедура є обов'язковою, оскільки працює як механізм соціальної валідації («Мене бачать», «Моє ім'я важливе»).

Дія: Гравець кидає два кубики (для забезпечення бліц-темпу) і пересуває свою візитівку на відповідну кількість клітин.

Відповідь: Потрапляючи на певну секцію, учасник відповідає на запитання. Механіка передбачає право на коротку відповідь або відмову (пропуск ходу), що гарантує почуття безпеки.

3. Типологія ігрових завдань. Контентне наповнення поля структуровано за принципом поступового поглиблення комунікації (від безпечних фактів до рефлексії). Запитання поділено на 5 тематичних блоків:

Фактаж (Безпечна зона): Питання про ім'я, вік, школу. Забезпечують «ситуацію успіху» на старті.

Вподобання (Пошук спільного): Питання про улюблені кольори, їжу, хобі. Дозволяють швидко знайти точки дотику з іншими учасниками.

Особистий простір (Емоції): Питання про друзів, мрії, свята.

Світогляд (Цінності): Блок «Три факти про...», що стимулює обмін думками.

Рефлексія та фіналізація: Запитання відкритого типу.

Окремим терапевтичним елементом є блок про домашніх тварин, інтегрований для нейробіологічної регуляції тривожності (стимуляція окситоцину через позитивні спогади) [34; 39; 51].

4. Завершення гри. Фінальним етапом є групове завдання (наприклад, вишикуватися в алфавітному порядку), яке переводить взаємодію з індивідуальної площини в командну та перевіряє рівень запам'ятовування імен. Гра завершується

не перемогою одного учасника, а досягненням спільного емоційного ефекту згуртованості.

Висновки до розділу 2

У другому розділі здійснено комплексне дизайн-проєктування арттерапевтичної гри «Крига скресла», що базується на людиноцентрованому підході (UCD), принципах біофільного дизайну та соціальної відповідальності.

Методологічні засади. Проєктування гри розроблено згідно з психофізіологічними потребами підлітків 10–13 років. Застосування концепції гуманістичного дизайну (за В. Папанеком) дозволило відмовитися від декоративної надлишковості на користь функціонального мінімалізму, створивши екологічний та доступний інструмент для соціалізації .

Концептуальне та візуальне рішення. Розроблена візуальна мова гри базується на метафорі «танення льоду». Використання колірного градієнта від холодних до теплих відтінків візуалізує динаміку групового процесу — трансформацію відчуженості у довіру. Стилістика ретро-футуризму та біофільні патерни (лінії, що нагадують сліди ковзанів) створюють емоційно комфортне середовище, що знижує рівень сенсорного стресу учасників .

Інклюзивність та ергономіка. Вибір типографіки (гарнітур Konkord Retro та Inclusion UKR) обґрунтовано вимогами інклюзивної освіти: шрифти адаптовані для осіб з дислексією та забезпечують високу швидкість читання українською мовою. Композиція ігрового поля формату А2 спроєктована з урахуванням законів зорового сприйняття (eye tracking), що дозволяє керувати увагою гравців та знижує когнітивне навантаження .

Арттерапевтична механіка. Розроблена ігрова система поєднує механізми «зовнішнього керування» (кубики) та творчого самовираження (створення візитівки). Градація завдань від простих фактів до рефлексії забезпечує поступове заглиблення в комунікацію, створюючи «безпечний контейнер» для емоцій. Відмова від змагальності на користь співтворчості сприяє виробленню нейромедіаторів соціальної прихильності (окситоцину) .

Практична реалізація. Дизайн-проєкт включає повний набір елементів (ігрове поле, роздаткові матеріали, айдентику), адаптованих для бліц-формату (10–15 хвилин). Запропонований формат розповсюдження (тубус, еко-матеріали) відповідає принципам сталого дизайну та забезпечує мобільність гри для використання психологами та педагогами в різних умовах .

РОЗДІЛ ІІІ. ПРАКТИЧНА АПРОБАЦІЯ АРТТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРИ

3.1. Технічна специфікація та виробничі вимоги до елементів гри

Реалізація дизайн-проєкту «Крига скресла» передбачає створення фізичного прототипу, що відповідає вимогам ергономіки, зносостійкості та безпеки використання в освітньому середовищі. Виробничий процес базується на використанні сучасних поліграфічних технологій та екологічних матеріалів.

Специфікація ігрового поля

Ключовим елементом гри є поле, яке виступає навігаційним простором для групи.

Формат: А2 (420 х 594 мм). Такий розмір обрано для забезпечення оптимальної видимості всіх секторів для групи з 6–10 учасників, що сидять навколо столу.

Матеріал основи: Матовий фотопапір щільністю 250 г/м². Ця щільність забезпечує достатню жорсткість поля, запобігаючи його деформації та «згортанню» країв під час гри, але дозволяє скручувати його для транспортування.

Покриття: Двостороння матова ламінація товщиною 80 мкм. Матова поверхня є критично важливою вимогою Універсального дизайну, оскільки запобігає виникненню світлових бліків від ламп у класі, що полегшує зчитування тексту дітьми з особливостями зору. Крім того, ламінація захищає виріб від вологи та механічних пошкоджень.

Роздатковий матеріал (Візитівки)

Формат: 75 х 45 мм. Розмір адаптовано під масштаб клітинок ігрового поля.

Матеріал: Офсетний папір щільністю 80–100 г/м². Вибір офсетного некрейдованого паперу зумовлений функціональною необхідністю: учасники повинні мати можливість писати на ньому будь-якими інструментами: кульковою ручкою, олівцем, фломастером без ризику розмазування чорнила.

Кольоровість: Чорно-білий друк. Мінімалістичний дизайн (контурна рамка) стимулює творчу активність учасників щодо кастомізації власної фішки.

Типографіка та доступність

Для текстового наповнення використано шрифтову пару, що відповідає вимогам інклюзивності:

Заголовок (Логотип): Гарнітура Konkord Retro Regular. Акцидентний гротеск із заокругленими кутами, що підтримує метафору «м'якості» та безпеки.

Основний текст (Запитання): Спеціалізований шрифт Inclusion UKR. Це шрифт із підтримкою кирилиці, розроблений для осіб з дислексією. Його використання гарантує, що текстові інструкції будуть доступні для всіх учасників гри, незалежно від їхніх когнітивних особливостей.

Вимоги до додрукарської підготовки (Pre-press)

Для забезпечення якісного поліграфічного відтворення макети підготовлено з дотриманням наступних технічних вимог:

Колірна модель: CMYK. Всі кольори, включно з градієнтом, адаптовано під офсетний друк для уникнення розбіжностей у відтінках.

Вильоти: Додано технічні поля по 3 мм з кожного боку для коректної обрізки.

Векторизація: Усі шрифтові та графічні елементи переведено в криві, що гарантує чіткість ліній та відсутність пікселізації при друці на великому форматі А2.

Пакування та безпека

Замість традиційної картонної коробки обрано формат тубуса з переробленого картону. Це дозволяє зберігати ігрове поле у скрученому вигляді без утворення згинів та заломів, що продовжує термін експлуатації гри. Всі матеріали (папір, ламінація) є нетоксичними та безпечними для використання дітьми віком від 10 років.

3.2. Організація та проведення емпіричної апробації

Емпірична перевірка ефективності гри «Крига скресла» здійснювалася у два етапи, що відповідає ітераційній моделі проєктування. Це дозволило виявити недоліки механіки на ранній стадії та перевірити роботу фінального прототипу в реальних умовах.

Етап 1. Пілотне тестування. Перший етап апробації відбувся влітку 2024 року на базі Молодіжного хабу «Розвиток» (Валківська публічна бібліотека, Харківська обл.).

Тестування інтегровано в програму курсу сторітелінгу «Літературна тривожна валізка». Формат групи був «відкритим», що передбачало змінний склад учасників на кожній зустрічі.

Вибірка: У тестуванні взяли участь 10 підлітків віком від 9 до 19 років (змішана група: хлопці та дівчата).

Інструментарій: Використано паперовий прототип низької деталізації (див. Додаток Е). Ігрове поле було створено вручну на чотирьох склеєних аркушах офісного паперу, сектори розфарбовано аквареллю, написи виконано маркером. Механіка передбачала використання одного грального кубика.

Виявлені проблеми: Спостереження показало, що за наявності 10 учасників та повільного руху фішок (1 кубик) ігрова сесія затягнулася до 60 хвилин замість запланованих 15-ти. Це призвело до втрати динаміки та розсіювання уваги підлітків.

Результат етапу: Прийнято рішення про модифікацію механіки: скорочення кількості секторів із 9 до 5 та введення другого кубика для пришвидшення гри вдвічі.

Етап 2. Контрольне тестування. Другий етап відбувся 15 листопада 2025 року, також на базі Валківської публічної бібліотеки, в рамках проєкту «Клуб для дівчат» (за підтримки БФ «Світло надії»).

Мета: Перевірка валідності методики без безпосереднього втручання розробника. Гру проводила запрошена фасилітаторка — психологиня Вікторія Тернова-Пересада. Це дозволило оцінити зрозумілість правил та автономність гри як методичного інструменту.

Вибірка: 8 учасниць віком 10–15 років.

Інструментарій: Використано фінальний цифровий прототип, розроблений у векторному редакторі Adobe Illustrator, роздрукований з дотриманням технічних вимог. Введено правило двох кубиків для реалізації бліц-формату.

Процедура: Гра використовувалася як елемент «розігріву» (Ice-breaking) на початку заняття. Учасницям було запропоновано створити власні візитівки та пройти шлях по ігровому полю, відповідаючи на запитання. Процес супроводжувався вхідним та вихідним анкетуванням для вимірювання комунікативного ефекту (див. Додаток Г).

Таким чином, двоетапна структура апробації дозволила трансформувати гру з експериментального зразка в робочий інструмент, адаптований до реалій групової роботи з підлітками.

3.3. Аналіз результатів апробації: ефективність гри у розвитку комунікації та зниженні тривожності

Для оцінки ефективності впровадження гри «Крига скресла» було застосовано методи спостереження та анкетування учасників контрольного етапу апробації (зразок анкети результатів див. у Додатку Д). Інструментарій оцінювання було адаптовано до вікових особливостей респондентів (10–15 років): запитання сформульовано у спрощеній формі для уникнення когнітивного опору.

Аналіз кількісних показників. В анкетуванні взяли участь 8 респонденток. Отримані дані дозволяють відстежити динаміку групової згуртованості:

Вихідний рівень знайомства: На момент початку гри група була неоднорідною. Результати показали, що 50% учасниць (4 з 8) не знали імен усіх присутніх або були знайомі лише частково. Це підтверджує актуальність використання інструментів «розігріву» (Ice-breakers) навіть у відносно сталих колективах.

Динаміка запам’ятовування (Мнемонічний ефект): Після завершення ігрової сесії 3 учасниці (37,5%) відзначили суб'єктивне покращення запам’ятовування імен. Хоча цей показник не є стовідсотковим, він свідчить про ефективність візуалізації (візитівки на столі) як допоміжного засобу для фіксації уваги.

Соціально-емоційний ефект: Ключовим індикатором успішності гри стало питання «Чи покращилась дружба?». На це запитання 100% респонденток (8 з 8) дали ствердну відповідь. Цей результат корелює з даними спостереження, які зафіксували зниження напруги, появу спонтанних усмішок та більш вільну невербальну комунікацію до кінця сесії.

Аналіз поведінкових реакцій під час гри (Спостереження). Окрім анкетування, було проведено фіксацію невербальних та вербальних проявів учасників. Спостереження фасилітатора виявило чітку динаміку зміни емоційного стану групи:

Початок гри (Етап "Факти"): Спостерігалася скутість, "закриті" пози (схрещені руки), тихий голос, уникання зорового контакту. Відповіді були односкладними.

Середина гри (Етап "Вподобання" та "Тварини"): Зафіксовано "ефект пожвавлення". Учасники почали спонтанно реагувати на відповіді інших ("О, у мене теж є кіт!"), з'явився сміх, пози стали більш відкритими. Діти почали нахилятися до ігрового поля, що свідчить про залученість.

Завершення гри: Рівень напруги суттєво знизився. Учасниці вільно зверталися одна до одної на ім'я, зник страх помилки.

Висновки фасилітатора та впровадження змін. Зворотний зв'язок від фасилітатора (В. Тернова-Пересада) підтвердив ергономічність ігрового поля, проте виявив потребу в постійному доступі до правил безпосередньо під час гри. На основі цього висновку до фінальної комплектації внесено зміни: до набору додано окремий аркуш із чіткими правилами гри.

Отже, результати апробації засвідчили, що гра «Крига скресла» є валідним та ефективним інструментом соціалізації, що сприяє швидкому подоланню комунікативних бар'єрів у підлітковому середовищі.

Висновки до Розділу 3

У третьому розділі здійснено практичну реалізацію дизайн-проєкту та емпіричну перевірку ефективності арттерапевтичної гри «Крига скресла». Узагальнення результатів апробації та технічного конструювання дозволяє зробити наступні висновки:

Технічна реалізація та інклюзивність. Створено фізичний прототип гри, що відповідає вимогам Універсального дизайну та ергономіки. Використання матового фотопаперу щільністю 250 г/м² з ламінацією запобігає виникненню світлових бліків, а застосування спеціалізованого шрифту Inclusion UKR забезпечує доступність текстових матеріалів для осіб з дислексією. Формат тубуса для пакування вирішує проблему зносостійкості ігрового поля, забезпечуючи його довготривале використання.

Еволюція ігрової механіки. Двоетапна апробація (пілотна та контрольна) дозволила оптимізувати геймплей. Виявлені на першому етапі недоліки (затягнутість процесу) було усунуто шляхом введення двох грального кубиків та скорочення кількості секторів. Це дозволило адаптувати гру до бліц-формату (10–15 хвилин), що є критично важливим для утримання уваги підлітків та використання методики як інструменту «розігріву».

Комунікативна та терапевтична ефективність. Результати анкетування підтвердили високу ефективність гри у подоланні бар'єрів спілкування: 100% учасників контрольної групи відзначили покращення дружніх стосунків. Механіка «безпечного контейнера» (зовнішнє керування ходом, право на помилку) сприяла зниженню соціальної тривожності та створенню атмосфери психологічної безпеки.

Автономність та цифрова гігієна. За результатами зворотного зв'язку від фасилітатора було вдосконалено комплектацію гри. Впровадження друкованої

інструкції замість QR-коду обґрунтовано принципом «цифрового детоксу»: це дозволяє утримувати увагу учасників у реальному просторі комунікації та робить гру технічно незалежною від наявності гаджетів чи інтернету, що розширює можливості її використання в різних умовах (укриття, виїзні табори).

Отже, розроблена гра є верифікованим, безпечним та готовим до впровадження інструментом соціалізації, що поєднує в собі якісний дизайн, терапевтичну механіку та відповідність сучасним освітнім вимогам.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

У магістерській роботі здійснено теоретичне обґрунтування, дизайн-проєктування та практичну апробацію арттерапевтичної гри «Крига скресла», спрямованої на соціалізацію підлітків 10–13 років. Результати дослідження дозволяють зробити такі висновки:

Теоретичний аналіз. Встановлено, що ранній підлітковий вік є сенситивним періодом для формування комунікативних навичок, але характеризується високою емоційною вразливістю через асинхронний розвиток мозку (активна лімбічна система на тлі незрілої префронтальної кори). Доведено, що традиційні вербальні методи знайомства часто викликають у підлітків стрес та опір. Натомість арттерапевтична гра, що використовує механізми екстерналізації та «безпечного контейнера», діє як ефективний інструмент зниження соціальної тривожності.

Методологія проєктування. Розробка гри базувалася на інтегративному підході, що поєднує людиноцентрований дизайн (UCD), принципи Універсального дизайну та концепцію соціальної відповідальності (В. Папанек). Застосування методу дизайн-мислення дозволило створити продукт, адаптований до реальних психофізіологічних потреб користувачів, відмовившись від декоративної надлишковості на користь функціональності.

Дизайн-концепція. Створено цілісну візуальну систему гри, побудовану на метафорі «танення льоду». Використання колірного градієнта (від холодного до теплого) візуалізує динаміку групового зближення. Впровадження інклюзивних шрифтів (Inclusion UKR) та ергономічних форм (скруглені кути, навігаційні стрілки) забезпечує доступність ігрового середовища для дітей з особливими освітніми потребами, зокрема з дислексією.

Ігрова механіка. Розроблена механіка поєднує елементи арттерапії (створення персоналізованої візитівки) та структурованої комунікації. Використання кубиків знімає відповідальність за вибір теми розмови, знижуючи страх оцінки, а градація

питань від простих фактів до рефлексії забезпечує поступове та безпечне саморозкриття учасників.

Практична ефективність. Результати емпіричної апробації підтвердили високу ефективність розробки. За даними вихідного анкетування, 100% учасників відзначили покращення міжособистісних стосунків у групі. Гра довела свою валідність як інструмент швидкого «розігріву» (Ice-breaking), що сприяє запам’ятовуванню імен та формуванню атмосфери довіри за короткий проміжок часу (10–15 хвилин).

Соціальна значущість. Розроблений продукт є автономним, мобільним та енергонезалежним методичним інструментом, готовим до впровадження в освітній процес, роботу психологічних служб та волонтерських центрів, зокрема для роботи з внутрішньо переміщеними особами в умовах воєнного стану.

Таким чином, мета дослідження досягнута, завдання виконані в повному обсязі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Божко М. О. Граємось – розвиваємось: настільні ігри від давнини до сучасності : інформ. путівник для читачів-учнів 5–9 кл. Київ, 2019. 48 с. URL: https://ru.calameo.com/read/00275381117c4d3a98362 (дата звернення: 27.11.2025).
2. Віннікотт Д. В. Гра і реальність. Київ : Центр навчальної літератури, 2019. 206 с.
3. Вознесенська О., Мова Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога. Використання арт-технологій в освіті. Київ : Шкільний світ, 2007. 120 с.
4. Голобородько В. М. Ергодизайн як методологічна стратегія сучасної дизайн-ергономічної діяльності / В. М. Голобородько, В. О. Свирко, А. Л. Рубцов. Технічна естетика і дизайн. 2011. Вип. 9. С. 3–8.
5. Голобородько Є. П. Теоретичні основи використання ігрових технологій у вищій школі. Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Педагогічні науки. 2013. Вип. 2. URL: https://www.visnik.org.ua/pdf/v2013-02-06-goloborodko.pdf (дата звернення: 26.11.2025).
6. Губаль Б. Композиція в дизайні. Одно-, дво- і тривимірний простір. Івано-Франківськ : ПЦ Матвей, 2011. 240 с.
7. Даниленко В. Я. Дизайн : підручник. Харків : ХДАДМ, 2003. 320 с.
8. Даниленко В. Я. Дизайн України у світовому контексті художньо-проектної культури. Харків : Колорит, 2005.
9. Даниленко В. Я. Дизайн Центрально-Східної Європи : монографія. Харків : ХДАДМ, 2009.
10. Даниленко В. Я. Майбутнє Європейського дизайну: Чехія, Польща, Україна. Харків : Колорит, 2007.
11. Даниленко В. Я. Основи дизайну : навч. посіб. Київ, 1996. 310 с.

12. Ільченко І. С. Арт-терапія : навч. посіб. для студ. Умань : ВПЦ «Візаві», 2013. 150 с.
13. Кітура О. Групові заняття з використанням арт-методик для дітей : посібник.
14. Колір в предметному середовищі : навч. посіб. / С. П. Мигаль, П. М. Татіївський, В. М. Савін, І. В. Кузуб. Київ : ДАКККіМ, 2004. 104 с.
15. Костенко Т. В. Основи композиції та тривимірного формоутворення : навч.-метод. посіб. Харків : ХДАДМ, 2003. 256 с.
16. Михайленко В. Є., Кащенко О. В. Основи біодизайну : навч. посіб. Київ : Каравела, 2018. 224 с.
17. Михайленко В. Є., Яковлєв М. І. Основи композиції (Геометричні аспекти художнього формоутворення) : навч. посіб. 2-ге вид. Київ : Каравела, 2008. 304 с.
18. Москаленко В. В. Соціалізація особистості : монографія. Київ : Фенікс, 2013. 540 с.
19. Настільна гра Girlwood. Girlwood. URL: https://girlwood.ua/products/nastilna-gra-girlwood (дата звернення: 25.11.2025).
20. Настільна гра Між нами: Kids. Prom.ua. URL: https://prom.ua/ua/p1539959323-nastilna-gra-mizh.html (дата звернення: 25.11.2025).
21. Настільна гра Між нами: TEENS. Forpost Games. URL: https://forpost-games.com.ua/mizh-namy-teenagers/ (дата звернення: 25.11.2025).
22. Основи наукових досліджень : навчально-методичний посібник / за заг. ред. Т. В. Гончарук. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2011. 132 с.
23. Папанек В. Дизайн для реального світу: Екологія людства та соціальні зміни / пер. з англ. Д. Цепкової. Київ : ArtHuss, 2020. 448 с.
24. Пікіна Н. А. Настільна гра-знайомство як засіб комунікації дітей середнього шкільного віку. Глухівські наукові читання — 2025. Актуальні питання суспільних та гуманітарних наук : зб. матеріалів XV Міжнар. наук.-практ.

інтернет-конф. (м. Глухів, 10–12 листоп. 2025 р.). Глухів : Глухівський НПУ ім. О. Довженка, 2025. С. 1140–1145.

25. Прокопович Т. Основи кольорознавства : навч. посіб. Луцьк : Волинський національний університет ім. Лесі Українки, 2022. 124 с.
26. Психологічна гра для себе (60 карток). Lavla. URL: https://lavla.com.ua/ru/products/psiholog-chna-gra-dlya-sebe-60-kartok (дата звернення: 25.11.2025).
27. Розмовна гра «Розкажи мені все! Friends edition». ORNER. URL: https://orner.com.ua/ua/product/razgovornaya-igra-orner-rasskazhi-mne-vsyo-friends-edition-u-1510 (дата звернення: 25.11.2025).
28. Розмовна гра «Розкажи мені все! Party edition». ORNER. URL: https://orner.com.ua/ua/product/rozmovna-hra-rozkazhy-meni-vse-party-edition (дата звернення: 25.11.2025).
29. Шевченко В. Я. Композиція плаката : навч. посіб. 2-ге вид., допов. Харків : Колорит, 2007. 133 с.
30. Шрифт Inclusion.ukr. ICF for inclusion. URL: http://icf-edu.com/ua/font (дата звернення: 28.11.2025).
31. Що зараз важливо знати про підлітків: поради від психолога Світлани Ройз. Learning.ua. 2023. 19 травня. URL: https://learning.ua/blog/202305/shcho-zaraz-vazhlyvo-znaty-pro-pidlitkiv-porady-vid-psykholoha-svitlany-roiz/ (дата звернення: 11.11.2025).
32. Bar M., Neta M. Humans prefer curved visual objects. Psychological Science. 2006. Vol. 17, № 8. P. 645–648. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2006.01759.x.
33. Barnes S., Prescott J. Empirical Evidence for the Outcomes of Therapeutic Video Games for Adolescents With Anxiety Disorders: Systematic Review. JMIR Serious Games. 2018. Vol. 6, № 1. Art. e3. DOI: https://doi.org/10.2196/games.9530.
34. Beetz A. Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin / A. Beetz, K. Uvnäs-Moberg, H. Julius, K. Kotrschal.

Frontiers in Psychology. 2012. Vol. 3. Art. 234. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00234.

35. Brown T. Change by Design: How Design Thinking Transforms Organizations and Inspires Innovation. New York : Harper Business, 2009. 272 p.
36. Caillois R. Man, Play and Games / transl. by M. Barash. Urbana : University of Illinois Press, 1961. 208 p.
37. Carmody D. P., Lewis M. Brain activation when hearing one's own name. Brain Research. 2006. Vol. 1084, № 1. P. 104–110. DOI: https://doi.org/10.1016/j.brainres.2006.02.018.
38. Chen J. Z. Anatomy of a Card. Medium. 2017. 6 March. URL: https://fantastic-factories.medium.com/anatomy-of-a-card-840cdc2404c1 (дата звернення: 18.11.2025).
39. Companion Animals and Child/Adolescent Development: A Systematic Review of the Evidence / R. Purewal [et al.]. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2017. Vol. 14, № 3. Art. 234. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph14030234.
40. Finkel D., Bat Or M. Open studio therapeutic aspects as experienced by adolescents in a psychiatric day treatment unit: A qualitative analysis. The Arts in Psychotherapy. 2025. Vol. 92. Art. 102264. DOI: https://doi.org/10.1016/j.aip.2025.102264.
41. Ginsburg K. R. The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds / K. R. Ginsburg, Committee on Communications, Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. Pediatrics. 2007. Vol. 119, № 1. P. 182–191. DOI: https://doi.org/10.1542/peds.2006-2697.
42. Haiblum-Itskovitch S. Emotional Response and Changes in Heart Rate Variability Following Art-Making With Three Different Art Materials / S. Haiblum-Itskovitch, J. Czamanski-Cohen, G. Galili. Frontiers in Psychology. 2018. Vol. 9. Art. 988. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00988.

43. Haller S. P. W. Social anxiety disorder in adolescence: How developmental cognitive neuroscience findings may shape understanding and interventions for psychopathology / S. P. W. Haller [et al.]. Developmental Cognitive Neuroscience. 2015. Vol. 13. P. 11–20. DOI: https://doi.org/10.1016/j.dcn.2015.02.002.
44. Johnston O., Wildy H., Shand J. Teenagers learn through play too: communicating high expectations through a playful learning approach. Australian Educational Researcher. 2023. Vol. 50, № 3. P. 921–940. DOI: https://doi.org/10.1007/s13384-022-00534-3.
45. Kelemen L. J., Shamri-Zeevi L. Art Therapy Open Studio and Teen Identity Development: Helping Adolescents Recover from Mental Health Conditions. Children. 2022. Vol. 9, № 7. Art. 1030. DOI: https://doi.org/10.3390/children9071030.
46. Kellert S. R. Biophilic Design: The Theory, Science, and Practice of Bringing Buildings to Life / S. R. Kellert, J. Heerwagen, M. Mador. Hoboken : Wiley, 2008. 400 p.
47. Lorenz M. How to Play We're Not Really Strangers. wikiHow. 2024. 23 June. URL: https://www.wikihow.com/Play-We%27re-Not-Really-Strangers (дата звернення: 25.11.2025).
48. Lusebrink V. B. The Expressive Therapies Continuum (ETC): Interdisciplinary bases of the ETC / V. B. Lusebrink, K. Mārtinsone, I. Dzilna-Šilova. International Journal of Art Therapy. 2013. Vol. 18, № 2. P. 75–85. DOI: https://doi.org/10.1080/17454832.2012.713370.
49. Millar S. The Psychology of Play. London : Penguin Books, 1968. 288 p.
50. Norman D. A. The Design of Everyday Things. Revised and Expanded Edition. New York : Basic Books, 2013. 368 p.
51. Odendaal J. S. J., Meintjes R. A. Neurophysiological correlates of affiliative behaviour between humans and dogs. The Veterinary Journal. 2003. Vol. 165, № 3. P. 296–301. DOI: https://doi.org/10.1016/S1090-0233(02)00237-X.

52. Pedagogy of Play. Project Zero. URL: https://pz.harvard.edu/projects/pedagogy-of-play (дата звернення: 26.11.2025).
53. Riley S. Art therapy with adolescents. Western Journal of Medicine. 2001. Vol. 175, № 1. P. 54–57. DOI: https://doi.org/10.1136/ewjm.175.1.54.
54. Rubin J. A. Child Art Therapy. 25th Anniversary Ed. Hoboken : John Wiley & Sons, 2005. 376 p.
55. Rubin J. A. The Art of Art Therapy : What Every Art Therapist Needs to Know. 2nd ed. New York : Routledge, 2011. 304 p.
56. Scherf K. S. The Amygdala: An Agent of Change in Adolescent Neural Networks / K. S. Scherf, J. M. Smyth, M. R. Delgado. Hormones and Behavior. 2013. Vol. 64, № 2. P. 298–313. DOI: https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2013.05.011.
57. Solis D. Three Principles of Card Design: Visibility, Hierarchy, Brevity. Daniel Solis. 2024. 20 February. URL: https://danielsolisblog.blogspot.com/2024/02/three-principles-of-card-design.html (дата звернення: 18.11.2025).
58. The Ungame : Instructions [Electronic resource]. Talicor. URL: https://talicor.com/wp-content/uploads/documents/1200_Rules_Ungame_BG.pdf (дата звернення: 25.11.2025).
59. Totem : The Feel Good Game. Ipswich Public Library. URL: https://www.ipswichlibrary.org/library-of-things/totem-the-feel-good-game/ (дата звернення: 25.11.2025).
60. Totem: the feel-good game. Totem. URL: https://store.totemteam.com/en-us (дата звернення: 25.11.2025).
61. Wilson E. O. Biophilia. Cambridge : Harvard University Press, 1984. 176 p.
62. Zakich R. The Ungame [Board game]. Las Vegas : Talicor, 1973.

ДОДАТКИ

Додаток А. Графічне зображення ігрового поля

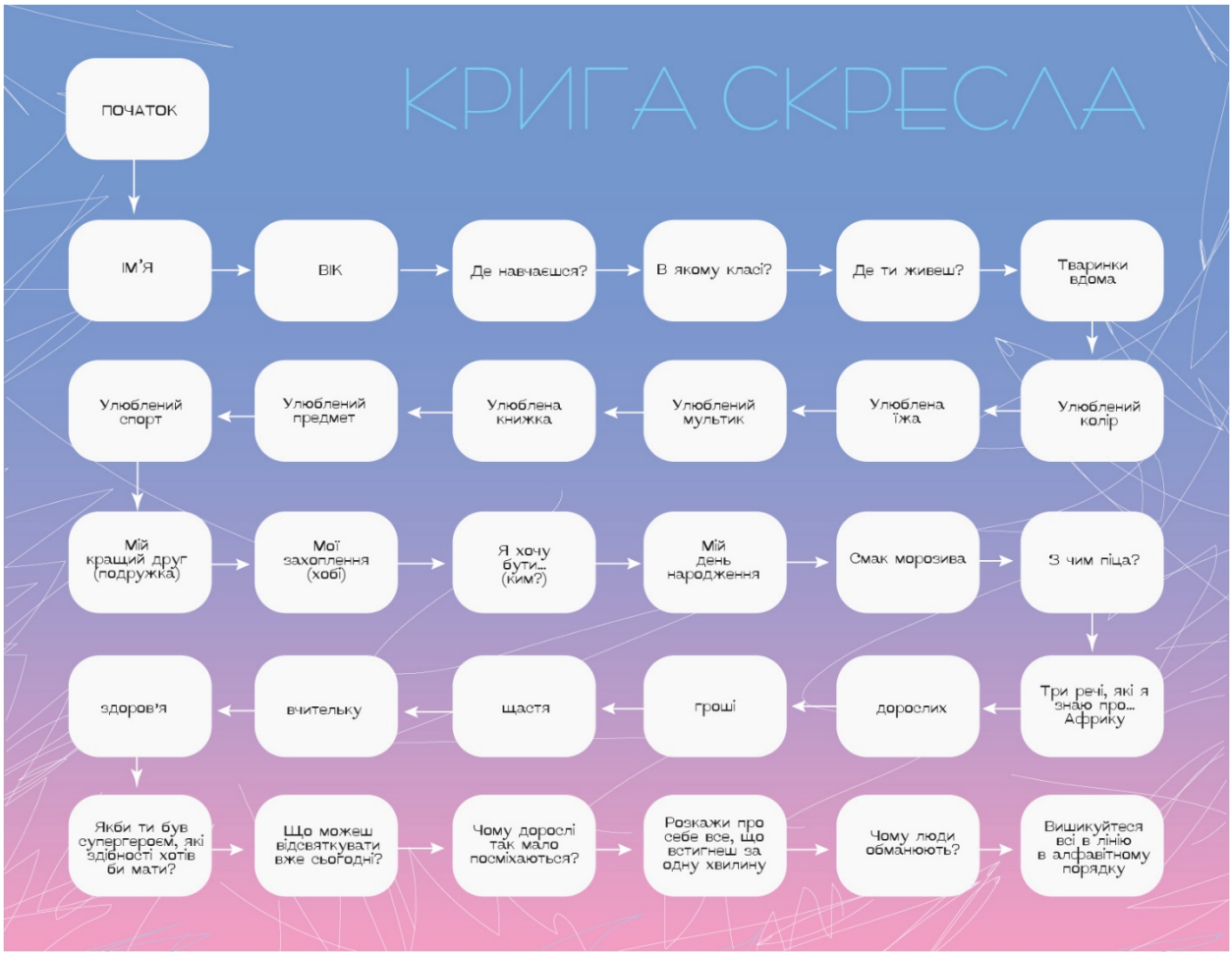


Рисунок А.1. Графічне зображення ігрового поля настільної гри «Крига скресла» (авторська розробка)

Додаток Б. Правила гри

Крига скресла

Арттерапевтична гра-знайомство
для комунікативної взаємодії

Комплектація:
Ігрове поле — 1 шт.
Візитівки учасників — 16 шт.
Гральні кубики — 2 шт.
Маркер — 1 шт.
Правила гри — 1 шт.

Початок гри:

Кожен учасник гри записує на візитівці своє ім'я. Це і буде фішка ігрока. Картки з ім'ям викладається текстом догори, щоб інші учасники бачили як кого звати. Візитки розташовуються в лівому верхньому кутку біля плашки "Початок". Хід починається з фасилітатора, далі продовжується по черзі проти годинникової стрілки.

Структура ходу:

Перед кожним ходом фасилітатор звертається на ім'я до наступного учасника, зачитуючи ім'я, зазначене на візитівці: "А тепер ход переходить до Марії"; "Толіку, твоя черга"; "Софіє, кидай кості!"

Кожен учасник по черзі кидає гральні кубики. Для бліцевої гри слід кидати одразу два кубики. Для більш повільної — лише один гральний кубик. Учасник відраховує стільки плашок, починаючи з плашки "Початок", скільки випало на гральних кубиках. Учасник відповідає на запитання, що зазначено на плашці та накриває плашку своєю карткою-візитівкою. Якщо інший учасник гри теж хоче відповісти на питання іншого учасника, він може це зробити, якщо той, хто зробив хід вже закінчив відповідати.

Якщо учасник потрапляє на плашку, на яку вже відповідав не у свій хід, він може посунути свою візитівку на одну плашку вперед або назад. В наступний хід кожен учасник продовжує рухатися з тієї плашки, де він зупинився.

Закінчення гри:

Гра вважається завершеною, коли всі учасники запам'ятали ім'я один одного, або коли вийшов час, відведений на знайомство (від 5 до 15 хвилин).

Рисунок Б.1. Текстова інструкція та правила гри «Крига скресла»

Додаток В. Макет візитки



Рисунок В.1. Макет персональної картки-візитки учасника

Додаток Г. Фотофіксація процесу апробації



Рисунок Г.1. Процес апробації гри «Крига скресла» на базі Молодіжного хабу «Розвиток» (м. Валки, 2025 р.)

Додаток Д. Результати анкетування

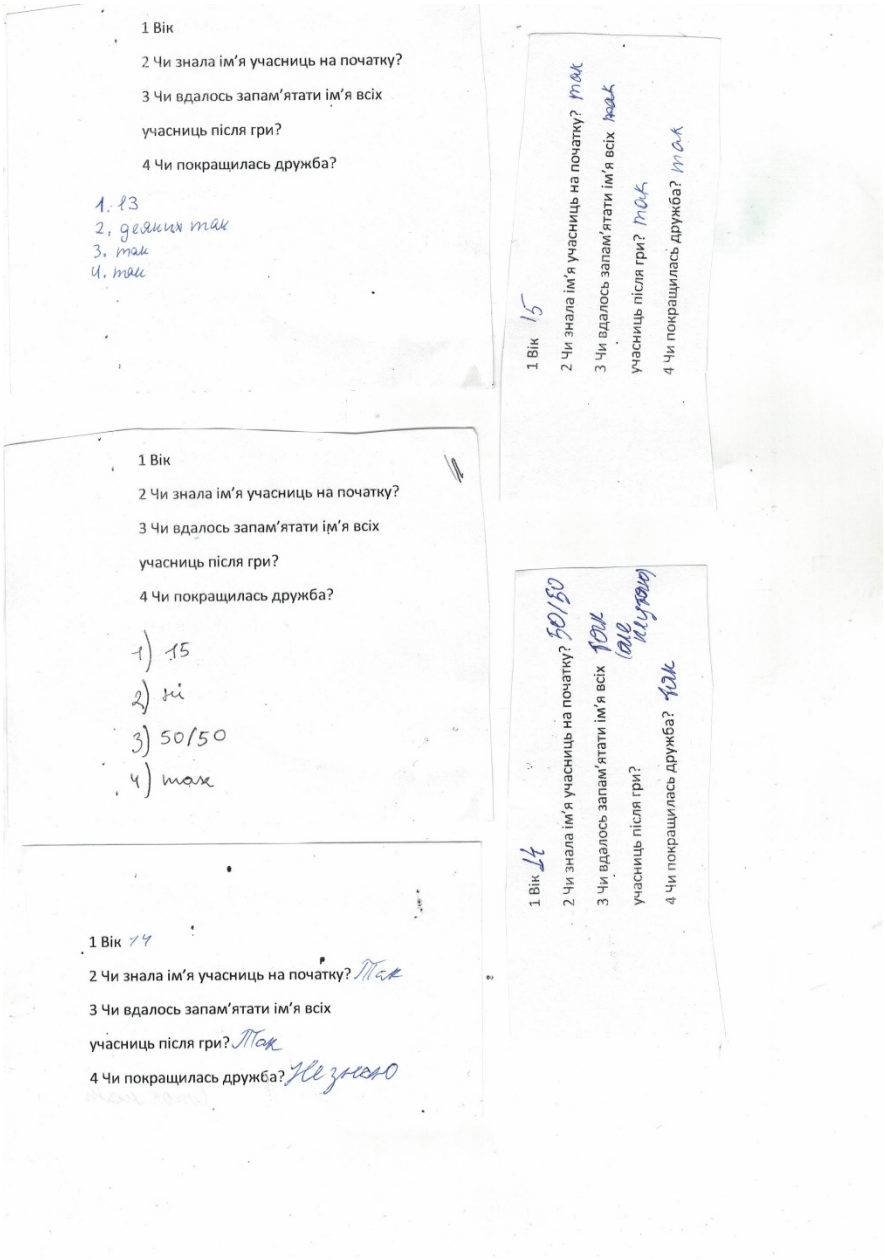


Рисунок Д.1. Зразки заповнених анкет учасників апробації гри «Крига скресла» (15.11.2025), аркуш 1

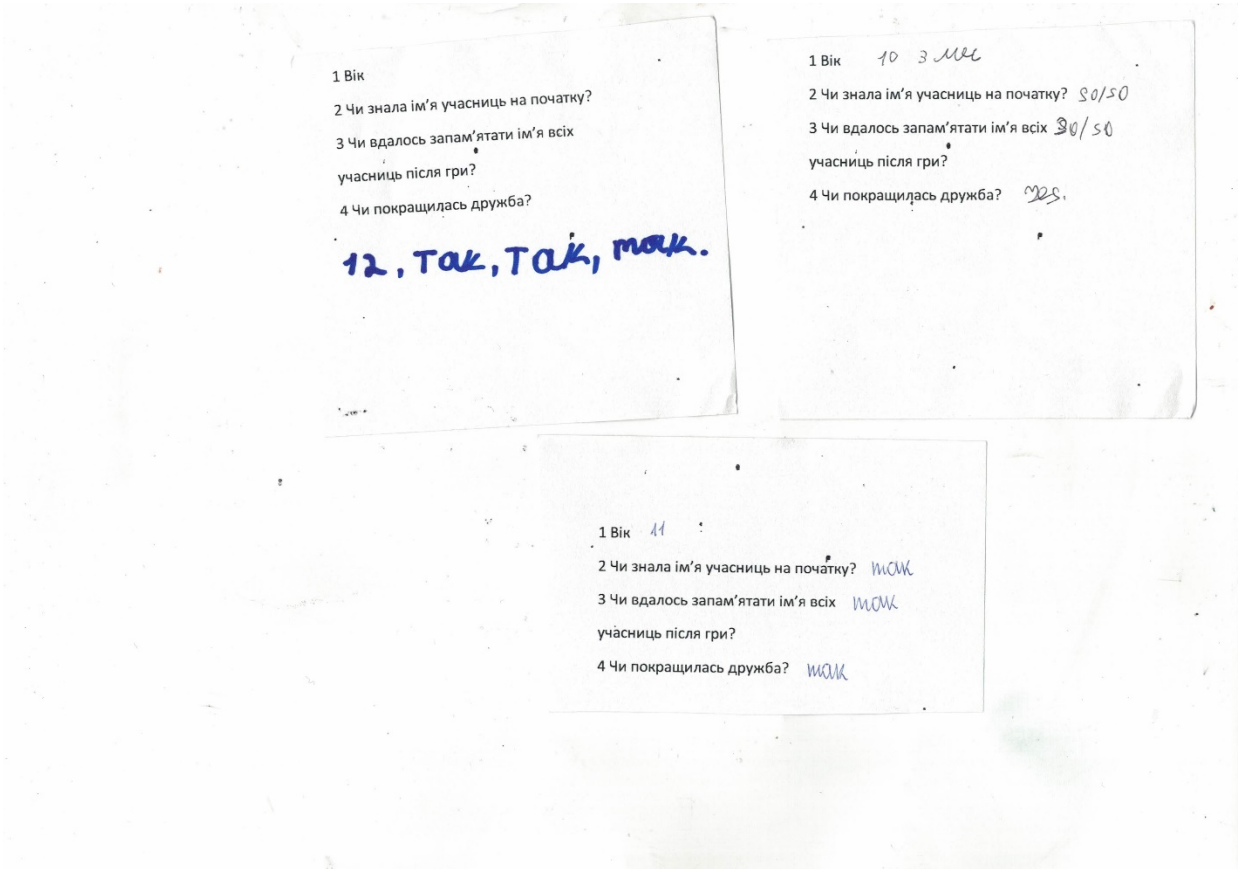


Рисунок Д.2. Зразки заповнених анкет учасників апробації гри «Крига скресла» (15.11.2025), аркуш 2

Додаток Е. Перший "сирий" прототип



Рисунок Е.1. Перший паперовий прототип гри (Low-fidelity prototype), 2024 р.

Звіт подібності

Метадані

Назва організації
Kharkiv State Academy of Design and Fine Arts
Заголовок
Пікіна
Автор Науковий керівник / Експерт
Н. ПікінаЮ. Корнейко
підрозділ
KSADA

Обсяг знайдених подібностей

Коефіцієнт подібності визначає, який відсоток тексту по відношенню до загального обсягу тексту було знайдено в різних джерелах. Зверніть увагу, що високі значення коефіцієнта не автоматично означають плагіат. Звіт має аналізувати компетентна / уповноважена особа.

0.52% 0.52% КП 1

0.00% 0.00% КП 2

3.75% 3.75% КЦ

25
Довжина фрази для коефіцієнта подібності 2

7084
Кількість слів

56440
Кількість символів

Тривога

У цьому розділі ви знайдете інформацію щодо текстових спотворень. Ці спотворення в тексті можуть говорити про МОЖЛИВІ маніпуляції в тексті. Спотворення в тексті можуть мати навмисний характер, але частіше характер технічних помилок при конвертації документа та його збереженні, тому ми рекомендуємо вам підходити до аналізу цього модуля відповідально. У разі виникнення запитань, просимо звертатися до нашої служби підтримки.

Заміна букв		0
Інтервали	A→	0
Мікропробіли	·	0
Білі знаки		0
Парафрази (SmartMarks)	a	5

Джерела

Нижче наведений список джерел. В цьому списку є джерела із різних баз даних. Колір тексту означає в якому джерелі він був знайдений. Ці джерела і значення Коефіцієнту Подібності не відображають прямого плагіату. Необхідно відкрити кожне джерело і проаналізувати зміст і правильність оформлення джерела.

10 найдовших фраз — Колір тексту

ПОРЯДКОВИЙ НОМЕР	НАЗВА ТА АДРЕСА ДЖЕРЕЛА URL (НАЗВА БАЗИ)	КІЛЬКІСТЬ ІДЕНТИЧНИХ СЛІВ (ФРАГМЕНТІВ)
1	https://snu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Zaveruha-O.YA.-dysertatsiya.pdf	14 0.20 %
2	Удосконалення комунікацій комерційної організації [redacted] 6/5/2025 Kharkiv National University of Economics named after S.Kuznets (KNUE) (KNUE)	12 0.17 %
3	http://7000.kiev.ua/?s=card/30187	11 0.16 %

з бази даних RefBooks (0.00 %)

ПОРЯДКОВИЙ НОМЕР	ЗАГОЛОВОК	КІЛЬКІСТЬ ІДЕНТИЧНИХ СЛІВ (ФРАГМЕНТІВ)

з домашньої бази даних (0.00 %)

ПОРЯДКОВИЙ НОМЕР	ЗАГОЛОВОК	КІЛЬКІСТЬ ІДЕНТИЧНИХ СЛІВ (ФРАГМЕНТІВ)

з програми обміну базами даних (0.17 %)

ПОРЯДКОВИЙ НОМЕР	ЗАГОЛОВОК	КІЛЬКІСТЬ ІДЕНТИЧНИХ СЛІВ (ФРАГМЕНТІВ)
1	Удосконалення комунікацій комерційної організації [redacted] 6/5/2025 Kharkiv National University of Economics named after S.Kuznets (KNUE) (KNUE)	12 (1) 0.17 %

з Інтернету (0.35 %)

ПОРЯДКОВИЙ НОМЕР	ДЖЕРЕЛО URL	КІЛЬКІСТЬ ІДЕНТИЧНИХ СЛІВ (ФРАГМЕНТІВ)
2	https://snu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Zaveruha-O.YA.-dysertatsiya.pdf	14 (1) 0.20 %
3	http://7000.kiev.ua/?s=card/30187	11 (1) 0.16 %

Список прийнятих фрагментів (немає прийнятих фрагментів)

ПОРЯДКОВИЙ НОМЕР	ЗМІСТ	КІЛЬКІСТЬ ОДНАКОВИХ СЛІВ (ФРАГМЕНТІВ)