

## ОТЗЫВ

об авторской методике – настольная психологическая игра  
«На грани: поиски путей преодоления кризисных состояний»,  
выполненной Алигаевой Нигар Назимовной

Экономические, политические и социальные потрясения стали неотъемлемой частью повседневной жизни, создавая условия для нарастания напряженности и неопределенности. Кризисы, возникающие в разных сферах человеческой жизни, отражают внутренние боли и переживания, связанные с самосознанием и трансформацией личной идентичности. Кризисы молодости зачастую сопряжены с поиском своего места в мире, разрывом старых связей и установлением новых. Кризисы среднего возраста, в свою очередь, могут привести к переосмыслению жизненных целей и достижений, что порой выливается в глубокие экзистенциальные размышления. Исследования показывают, что на каждом этапе жизни важно принимать кризис как часть естественного процесса взросления и развития.

Однако в условиях современности, когда технологии и социальные нормы стремительно меняются, индивиды сталкиваются с новыми вызовами. Критически важным становится развитие эмоционального интеллекта и навыка резистентности, помогающих справляться с возрастными кризисами и находить в них новые возможности для роста.

Настольная психологическая игра «На грани: поиски путей преодоления кризисных состояний» представляет собой уникальный инструмент для работы с кризисами, способный глубоко погрузить участников в мир собственных переживаний и эмоций. Авторская методика отличается от традиционных подходов, предлагая инновационное сочетание игрового формата и психотерапевтических техник.

Процесс игры заряжает участников энергией, активизируя их творческий потенциал и способствуя снятию эмоционального напряжения. В ходе сессий игроки сталкиваются с различными сценариями и ситуациями, что позволяет им исследовать собственные ресурсы и стратегически развивать навыки преодоления кризисных ситуаций.

Методика основана на принципах системной терапии и позволяет работать не только в индивидуальном формате, но и в группах, что способствует обмену опытом и взаимоподдержке. Специфика игры способствует установлению доверительной атмосферы, открывающей участникам возможность говорить о том, что для них значимо.

Содержание разработки изложено последовательно, логично, соответствует обозначенной автором теме. В материале указаны различные

возможные варианты применения игры для достижения поставленных участниками целей.

Работа является авторской психологической разработкой и представляет практическую ценность. Может быть рекомендована для ознакомления и практического использования как специалистам, работающим с кризисными ситуациями и состояниями, а также целевой аудитории, которая интересуется вопросами преодоления кризисных состояний. Данная настольная игра станет не только полезным дополнением к арсеналу психолога, но и прекрасным способом организации групповой терапии в благоприятной обстановке.

Таким образом, рекомендую авторскую методику – настольная психологическая игра «На грани: поиски путей преодоления кризисных состояний», выполненную Алигаевой Нигар Назимовной, к участию в XXVI Национальном конкурсе «Золотая Психея» по итогам 2024 года в номинации «Психологический инструмент года».

Доцент кафедры общей и социальной психологии  
ФГБОУ ВО «Калужский государственный  
университет им. К.Э. Циолковского»  
кандидат психологических наук, доцент  
«16» декабря 2024 г.



Ирина Ивановна Пацакула

Сведения о предоставившем отзыв:  
фамилия, имя, отчество: Пацакула Ирина Ивановна  
ученая степень: кандидат психологических наук  
ученое звание: доцент

место работы: федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского»

занимаемая должность: доцент кафедры общей и социальной психологии

научная специальность: 19.00.06 Юридическая психология

адрес места работы: 248023, Калужская область, г. Калуга, ул. Степана Разина, д. 26.

рабочий телефон: 8 910 915 73 13

e-mail: patsakulaii@tksu.ru

Личную подпись *И.И. Пацакула* удостоверяю.  
Специалист по кадрам *Д.А. Сорокина*