



О ИГРЕ :

Психологическая игра для себя (60 карт) – это индивидуальная настольная игра для саморефлексии, созданная для более глубокого понимания собственных эмоций, мыслей и жизненных решений. Она помогает построить внутренний диалог, остановиться в ежедневном ритме и посмотреть на себя и свои ситуации под другим углом. Каждая карта – это вопрос или задача для осознанного самоанализа.

КОМПЛЕКТАЦИЯ :

56 карточек с вопросами, 3 карточки с действиями, специальная карточка, правила игры.

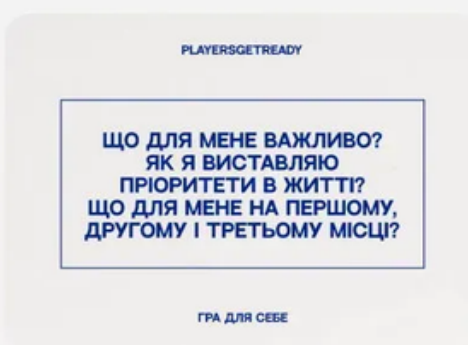


ДЛЯ КОГО ИГРА :

Игра подходит для 1 игрока в возрасте 16+. Она создана для людей, интересующихся саморазвитием, психологией, практиками осознанности и внутренней гармонии.

ПОДГОТОВКА К ИГРЕ :

Найдите спокойное место без отвлечений. Перемешайте бревно и поместите карты лицом вниз. Определите для себя время и настройтесь на честный разговор с собой.



ХОД ИГРЫ

Игрок вытаскивает одну карту и читает вопросы или задания. Дальше дает себе время на размышления и фиксирует ответ устно, письменно или мысленно. По желанию можно вытаскивать несколько карт за одну сессию.

КОНЕЦ ЭПОХИ И ПОДСЧЕТ БАЛОВ:

У игры нет классической победы или финала. Она завершается тогда, когда игрок ощущает завершенность сессии. Главный результат — лучшее понимание себя и внутренних состояний.



Советы для игры:

01

Отвечайте максимально честно, даже если ответы некомфортны.

02

Не спешите – важная глубина, а не количество карт.

03

Возвращайтесь к игре регулярно, чтобы отслеживать собственные изменения со временем.