

Научная статья

УДК 739.2

EDN WQBBSN

<https://doi.org/10.34216/2587-6147-2025-2-68-59-64>

**Татьяна Александровна Воробьева**<sup>1</sup>

**Ирина Алексеевна Оранская**<sup>2</sup>

**Анна Витальевна Бабич**<sup>3</sup>

**Виктория Дмитриевна Беглярова**<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Российский технологический университет – МИРЭА, г. Москва, Россия

<sup>1</sup>tatvo@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0008-2738-5293>

<sup>2</sup>irinaorans@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0005-1186-5012>

<sup>3</sup>ann.babich130503@yandex.com, <https://orcid.org/0009-0000-7267-0319>

<sup>4</sup>beglaranka@gmail.com <https://orcid.org/0009-0005-3764-9342>

## ФИДЖЕТ-КОЛЬЦО – ИНКЛЮЗИВНЫЙ ПОДХОД К ДИЗАЙНУ ЮВЕЛИРНОГО ИЗДЕЛИЯ

**Аннотация.** В статье рассмотрен вопрос создания фиджет-предмета для людей с психологической, сенсорной нагрузкой в связи с напряженной жизнедеятельностью и функционированием человека в информационной и урбанизированной среде. Исследование построено на комплексном, системном и синергетическом подходах: затронут исторический аспект, выполнено с точки зрения инклюзивности, эргономики, доказаны важность включения в дизайн изделия традиционных орнаментов и влияние их символической нагрузки на психологическое равновесие человека. С учетом всех аспектов разработан дизайн ювелирного изделия для серийного производства с применением недорогих материалов, простого дизайна и упрощенного технологического процесса. Предложенное кольцо-антистресс станет популярным украшением в области инклюзивного дизайна и поможет людям справиться с психологической и эмоциональной напряженностью.

**Ключевые слова:** фиджет-кольцо, кольцо-антистресс, инклюзивный дизайн, эргономика, ювелирное изделие, традиционный орнамент, символ

**Для цитирования.** Фиджет-кольцо – инклюзивный подход к дизайну ювелирного изделия / Т. А. Воробьева, И. А. Оранская, А. В. Бабич, В. Д. Беглярова // Технологии и качество. 2025. № 2(68). С. 59–64. <https://doi.org/10.34216/2587-6147-2025-2-68-59-64>.

Original article

**Tatiana A. Vorobeveva**<sup>1</sup>

**Irina A. Oranskaya**<sup>2</sup>

**Anna V. Babich**<sup>3</sup>

**Victoria D. Beglyarova**<sup>3</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Russian Technological University – MIREA, Moscow, Russia

## FIDGET RING – AN INCLUSIVE APPROACH TO JEWELLERY DESIGN

**Abstract.** The article considers the issue of creating a fidget item for people with psychological and sensory stress due to intense life and human functioning in information and urbanised environment. The study is based on a comprehensive, systemic and synergetic approach: the historical aspect is touched upon, it is studied from the point of view of inclusiveness, ergonomics, the importance of including traditional ornaments in the product design and the influence of their symbolic load on the psychological balance of a person is proven. Taking into account all aspects, a design of a jewellery item for serial production was developed using inexpensive materials, simplicity of design and a simplified technological process. The proposed anti-stress ring may become a popular decoration in the field of inclusive design and can help people cope with psychological and emotional stress.

**Keywords:** fidget ring, anti-stress ring, inclusive design, ergonomics, jewellery, traditional ornament, symbol

**For citation:** Vorobeveva T. A., Oranskaya I. A., Babich A. V., Beglyarova V. D. Fidget ring – an inclusive approach to jewellery design. Technologies & Quality. 2025. No 2(68). P. 59–64. (In Russ.). <https://doi.org/10.34216/2587-6147-2025-2-68-59-64>.

В настоящее время темп жизни приводит к тому, что зачастую люди находятся в условиях психологической, эмоциональной, сенсорной перегрузки, так как на них постоянно воздействуют внешние звуковые и световые раздражители, что вызывает внутренний дискомфорт.

Одной из эффективных форм работы по эмоциональному развитию, его коррекции и профилактике, гармонизации негативных эмоциональных проявлений, переживаний и состояний, сохранению психоэмоционального здоровья являются разнообразные эмоционально насыщенные сенсомоторные фиджеты (от англ. *fidjet* – беспокойно двигаться, перебирать). Таким фиджетом может быть любой предмет или игрушка, которая помогает «занять руки», тем самым позволяет справиться с возбуждением или нежелательным поведением [1].

Инклюзивный дизайн рассматривает проектирование изделий как процесс разработки, который предназначен для людей с разными нарушениями (постоянными или временными) и для тех, кто оказался в ситуации, ограничивающей полноценные движения или функции человека [2]. Фиджет-кольца, или же кольца-антистресс, как простые, но эффективные инструменты могут сыграть ключевую роль в инклюзивном дизайне. Они не только помогут справляться с напряжением, но и адаптированы для различных групп пользователей.

Были изучены работы исследователей в области ювелирного искусствоведения, ювелирного дизайна, технологии изготовления ювелирных украшений, ювелирного материаловедения. Среди них необходимо отметить работы Л. А. Неповинных, Е. М. Солодовник [3]; А. В. Тимохиной, Н. А. Коробцовой [4]; Н. К. Наурыз, А. К. Байдабекова [5]; С. И. Галанина, К. Н. Колупаева [6]; Н. Б. Кукловой, Н. Г. Меркуловой, А. С. Калужной [1].

Фиджет-кольца появились как часть более широкой тенденции к созданию предметов, помогающих людям справляться с тревожностью и стрессом. Эти кольца стали популярны в начале 2000-х годов, но их корни можно проследить в более ранних антистресс-игрушках и методах, которые использовались для снятия напряжения. Изначально кольца «антистресс» не имели никакого отношения к ювелирным украшениям, а предназначались для максимального сосредоточения во время медитации.

Кольца для медитации имеют долгую историю, они появились еще в Тибете. Наиболее известные медитационные кольца – «мудры» – жесты рук, которые имеют глубокое символиче-

ское значение и используются в буддийской и индуистской практиках. Эти жесты помогают сосредоточиться, направить энергию и углубить медитацию. Такие кольца могут быть изготовлены из различных материалов, включая дерево, камень или металл, и часто украшены символами, которые имеют особое значение [3].

В современном мире медитационные кольца приобрели популярность как инструмент для фокусировки внимания и успокоения ума. Они могут использоваться в различных практиках медитации, таких как йога и другие духовные практики (рис. 1–3) [7–9].



Рис. 1. Буддийское молитвенное кольцо с колесом удачи [7]



Рис. 2. Тибетские буддийские кольца [8]



Рис. 3. Буддийское кольцо [9]

Особое значение имеет символизм в дизайне ювелирных изделий. Стоит рассмотреть ретроспективное направление поиска национального стиля, который как многогранная призма преломляет традиции народной культуры, например паттерны традиционных орнаментов, в современном ювелирном искусстве.

Такие компоненты культуры, как орнаменты, их символика в украшениях обладают определенными коммуникативными функциями и могут включать такие сложные психические образования, как ценностные ориентации, социальные установки, идеалы, убеждения, интересы. Освоенные орнаментальные формы символов культуры позволяют осуществлять метакоммуникации в процесс обмена и самоидентификации

внутри общего культурно-исторического достояния.

Визуальный ряд, заданный национальными традициями, отражен в ювелирном дизайне в русском или неорусском стиле, где не столько копируются традиционные оригиналы, сколько создается новый художественный язык с помощью мотивов прошлого (рис. 4) [10].

Традиционный орнамент в ювелирном украшении как символ-спутник сопровождает человеческую деятельность и может рассматриваться как универсальное средство импровизации, как путь достижения креативного резонанса в материале культуры, помогает преодолевать ежедневные когнитивные нагрузки в процессе организации жизнедеятельности.



Рис. 4. Ювелирные коллекции в русском стиле от бренда KU&KU [10]

Эргономика в ювелирных изделиях – это важный аспект, который учитывает удобство, функциональность и комфорт носки украшений. При разработке ювелирных изделий, особенно тех, которые предназначены для длительного использования, дизайнеры и производители должны обращать внимание на несколько ключевых факторов: форма и размеры, материалы, баланс и вес, функциональность, стиль и повседневность, удобство ухода.

Эргономика в ювелирном дизайне особенно важна для людей с заболеваниями или ограниченными возможностями. Эргономичные ювелирные изделия могут существенно повлиять на комфорт и доступность ювелирных изделий для людей с заболеваниями.

Помимо физического комфорта и эстетической привлекательности у эргономичных ювелирных изделий есть также потенциальные преимущества для психического и эмоционального благополучия. Например, ювелирные изделия могут иметь значительное символическое значение для владельца, а эргономично спроектированное изделие может повысить чувство собственного достоинства и личной идентичности владельца.

Ювелирные изделия могут быть источником комфорта или напоминанием об особом человеке или событии, а эргономичное изделие может обеспечить этот комфорт, не вызывая физического дискомфорта. Эргономика в ювелирном дизайне также может играть роль в повышении безопасности. Например, ювелирные изделия, которые слишком длинные или слишком свободные, могут зацепиться за предметы или одежду, что приведет к травме. Эргономичные ювелирные изделия учитывают потенциальные опасности, связанные с их ношением, и стремятся свести к минимуму эти риски [5].

Был рассмотрен ряд аналогов. На сегодняшний день существует крупный бренд – Fidgetland [11], который предлагает различные модели фиджет-колец с уникальным дизайном и материалами на разные жизненные случаи (рис. 5). Ювелирный бренд ВОНОАНН [12] имеет в своем каталоге кольцо-антистресс из драгоценных металлов, которое свободно движется при движении пальцев (рис. 6).

Также есть множество вариантов фиджет-колец из разных материалов и разной ценовой категории на маркетплейсах (см. рис. 1–3) [7–9].



Рис. 5. Фиджет-кольца бренда Fidgetland [11]



Рис. 6. Массивное крупное кольцо антистресс 7 в 1 (серебро) бренда ВОНОАНН

При разработке фиджет-кольца стоит обращать внимание на качество материалов и дизайн, чтобы оно было не только функциональным, но и эстетичным. Проанализировав источники литературы и аналоги, было предложено следующее решение – эскизы фиджет-колец (рис. 7).



Рис. 7. Эскизы разработанных инклюзивных фиджет-колец

Кольца предназначены для повседневной носки. Вращающиеся элементы колец выполняют функцию антистресса. Монотонное вра-

щение элементов колец помогает снизить стресс. Предлагается использовать материалы: серебро 925 пробы, камни – желтый кварц и фианит. Кольцо имеет гравировку орнаментами, которая может окрашиваться эмалью. Для ассортимента можно применить недорогие сплавы и разные поделочные камни. Кольцо имеет подвижные детали.

Технология изготовления: литье; глухая, корнеровая закрепка. Конструкция несложной формы, выбор метода литья упрощает технологические процессы для серийного производства.

При разработке фиджет-колец учтен ряд аспектов, влияющих на процесс создания и коммерциализацию изделий:

1. Выбор материалов. Фиджет-кольца не только эргономичны, но и безопасны для здоровья, а также доступны по цене.

2. Эргономика. Фиджет-кольца удобно сидят на пальце и являются достаточно легкими, что необходимо для длительного использования.

3. Дизайн фиджет-кольца визуально привлекателен и разнообразен, чем заинтересовывает широкую аудиторию потребителей.

4. Изделия доступны для серийного производства.

5. Маркетинг и продвижение [13]. В основу концептуальности бренда заложена идея инклюзивности и использования традиционного орнамента, что привлечет внимание широкого круга потребителей.

## ВЫВОДЫ

Разработанные фиджет-кольца, являясь элементами инклюзивного дизайна, выполняют эстетическую функцию. Их использование позволяет не только улучшить внимание и концентрацию пользователей, но и способствует созданию более комфортной атмосферы для людей с различными ментальными особенностями.

Фиджет-кольца как небольшие и легкие аксессуары помогают людям сосредоточиться и снизить уровень напряжения в повседневной жизни. В процессе их использования потребитель может вращать, накручивать или просто играть с кольцом, что позволяет отвлечься от негативных мыслей и расслабиться. Это механическое действие помогает снять напряжение и улучшить концентрацию, так как руки заняты, а ум получает возможность немного отвлечься. Фиджет-кольца также могут служить своего рода ритуалом, который устанавливает определенный порядок и предсказуемость в повседневной жизни. Кроме того, они могут быть по-

лезны для людей, страдающих от синдрома дефицита внимания и гиперактивности, так как позволяют лучше контролировать свои импульсы и оставаться сосредоточенными на задачах [1].

Разработанные фиджет-кольца, будучи эстетичным и многофункциональным аксессуара-

ром, демонстрируют, как дизайнерские решения могут удачно вписать традиционные русские орнаменты в модный дизайн, сохранив эргономичность ювелирного изделия, а также помочь людям справиться с психологической и эмоциональной напряженностью.

## СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Куклова Н. Б., Меркулова Н. Г., Калюжная А. С. Роль развивающей предметно-пространственной среды, обогащенной эмоционально насыщенными сенсомоторными фиджетами, в профилактике и коррекции эмоционального развития детей дошкольного возраста с нормальным и нарушенным психофизическим развитием в контексте требований ФГОС ДО // Тенденции развития науки и образования. 2017. № 22. URL: [https://www.researchgate.net/publication/322915822\\_Rol\\_razvivajusej\\_predmetno-prostranstvennoj\\_sredy\\_obogashennoj\\_emocionalno\\_nasysennymi\\_sensomotornymi\\_fidzetami\\_v\\_profilaktike\\_i\\_korrekcii\\_emocionalnogo\\_razvitiya\\_detej\\_doskolnogo\\_vozrasta\\_s\\_normalnym\\_i](https://www.researchgate.net/publication/322915822_Rol_razvivajusej_predmetno-prostranstvennoj_sredy_obogashennoj_emocionalno_nasysennymi_sensomotornymi_fidzetami_v_profilaktike_i_korrekcii_emocionalnogo_razvitiya_detej_doskolnogo_vozrasta_s_normalnym_i) (дата обращения: 29.01.2025).
2. Разработка инклюзивного концепт-продукта мобильной кружки / Т. Ю. Виноградова, Д. П. Кравченко, Я. Р. Лось, Т. А. Воробьева // Инклюзивный дизайн – возможности для всех : сборник материалов IV Нац. конф. с междунар. участием (Москва, РГУ МИРЭА, 19–21 ноября 2024 г.). Волгоград : Сфера, 2025. С. 27–30.
3. Неповинных Л. А., Солодовник Е. М. Медитация – как эффективный метод борьбы с переживаниями и стрессовыми состояниями // КиберЛенинка. 2019. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/meditatsiya-kak-effektivnyy-metod-borby-s-perezhivaniyami-i-stressovymi-sostoyaniyami/viewer> (дата обращения: 29.01.2025).
4. Тимохина А. В., Коробцева Н. А. Особенности проектирования украшений для людей с ограниченными физическими возможностями // Дизайн, технологии и инновации в текстильной и легкой промышленности (ИННОВАЦИИ-2016) : сборник материалов Междунар. науч.-техн. конф. Ч. 4. М. : МГУДТ, 2016. С. 188–189.
5. Наурыз Н. К., Байдабеков А. К. Эргономика в ювелирных изделиях: дизайн для комфорта и стиля // Культурология, филология, искусствоведение: актуальные проблемы современной науки : сборник статей по материалам LXIX Междунар. науч.-практ. конф. Т. 4(58). Новосибирск : Сибирская академическая книга, 2023. С. 5–7.
6. Галанин С. И., Колупаев К. Н. Особенности создания современных ювелирно-художественных изделий : монография. Кострома : Костром. гос. ун-т, 2023. 173 с. 1 CD-ROM.
7. Буддийское молитвенное кольцо с колесом удачи // Интернет-магазин Aliexpress. URL: [https://aliexpress.ru/item/1005006922750733.html?sku\\_id=12000038735566195&spm=a2g2w.productlist.search\\_results.0.672e4c03agXIM7](https://aliexpress.ru/item/1005006922750733.html?sku_id=12000038735566195&spm=a2g2w.productlist.search_results.0.672e4c03agXIM7) (дата обращения: 29.01.2025).
8. Тибетские буддистские кольца // Интернет-магазин Aliexpress. URL: [https://aliexpress.ru/item/1005003426090304.html?sku\\_id=12000025731460493&spm=a2g2w.productlist.search\\_results.4.672e4c03agXIM7](https://aliexpress.ru/item/1005003426090304.html?sku_id=12000025731460493&spm=a2g2w.productlist.search_results.4.672e4c03agXIM7) (дата обращения: 29.01.2025).
9. Буддийское кольцо // Интернет-магазин Aliexpress. URL: [https://aliexpress.ru/item/1005008135195904.html?sku\\_id=12000043936045283&spm=a2g2w.productlist.search\\_results.16.672e4c03agXIM7](https://aliexpress.ru/item/1005008135195904.html?sku_id=12000043936045283&spm=a2g2w.productlist.search_results.16.672e4c03agXIM7) (дата обращения: 29.01.2025).
10. Ювелирные коллекции в русском стиле от бренда KU&KU. URL: <https://glazurmag.ru/ukrasheniya/ku-ku> (дата обращения: 02.02.2025).
11. Fidgetland : офиц. сайт. URL: [https://fidgetland.com/?srsltid=AfmBOopVtnd\\_Os1qqxC0GxSsj-LxNyVAsPQkQY3DEhg1SQRKRJONBi2](https://fidgetland.com/?srsltid=AfmBOopVtnd_Os1qqxC0GxSsj-LxNyVAsPQkQY3DEhg1SQRKRJONBi2) (дата обращения: 29.01.2025).
12. BOHOANN : офиц. сайт. URL: <https://bohoann.ru/catalog/kolcza-bez-kamnej/kolczo-iz-semi-koleczekstra-pyshnoe-hypnosis-ag-925> (дата обращения: 04.02.2025).
13. Галанин С. И., Рыбакова И. В., Колупаев К. Н. Особенности российских ювелирных брендов // Технологии и качество. 2023. № 3(61). С. 34–43.

## REFERENCES

1. Kuklova N. B., Merkulova N. G., Kalyuzhnaya A. S. The role of a developing subject-spatial environment enriched with emotionally charged sensorimotor fidgets in the prevention and correction of emotional development of preschool children with normal and impaired psychophysical development in the

- context of the requirements of the Federal State Educational Standard of Preschool Education. Trends in the Development of Science and Education. 2017, No. 22. URL: [https://www.researchgate.net/publication/322915822\\_Rol\\_razvivausej\\_predmetno-prostranstvennoj\\_sredy\\_obogasennoj\\_emocionalno\\_nasysennymi\\_sensomotornymi\\_fidzetami\\_v\\_profilaktike\\_i\\_korrekcii\\_emocionalnogo\\_razvitia\\_detej\\_doskolnogo\\_vozrasta\\_s\\_normalnym\\_i](https://www.researchgate.net/publication/322915822_Rol_razvivausej_predmetno-prostranstvennoj_sredy_obogasennoj_emocionalno_nasysennymi_sensomotornymi_fidzetami_v_profilaktike_i_korrekcii_emocionalnogo_razvitia_detej_doskolnogo_vozrasta_s_normalnym_i) (accessed 29.01.2025). (In Russ.)
2. Vinogradova T. Yu., Kravchenko D. P., Los Ya. R., Vorobyova T. A. Development of an inclusive concept product for a mobile mug. Inclusive design – opportunities for all: Collection of materials from the IV National Conference with international participation (Moscow, RTU MIREA, November 19–21, 2024). Volgograd, Sfera Publ., 2025. P. 27–30. (In Russ.)
  3. Nepovinykh L. A., Solodovnik E. M. Meditation as an effective method for dealing with experiences and stress. CyberLeninka. 2019. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/meditatsiya-kak-effektivnyy-metod-borby-s-perezhivaniyami-i-stressovymi-sostoyaniyami/viewer> (accessed 29.01.2025).
  4. Timokhina A. V., Korobtseva N. A. Features of designing jewelry for people with disabilities. Design, technology and innovation in the textile and light industry (INNOVATIONS-2016): Collection of materials of the International scientific and technical conference. Part 4. Moscow, MSUDT, 2016. P. 188–189.
  5. Nauryz N. K., Baidabekov A. K. Ergonomics in jewelry: design for comfort and style. Culturology, philology, art criticism: current problems of modern science: Collection of articles based on the materials of the LXIX international scientific and practical conference. Vol. 4(58). Novosibirsk, Sibirskaya Akademicheskaya Kniga Publ., 2023. P. 5–7.
  6. Galanin S. I., Kolupaev K. N. Features of creating modern jewelry and art products: monograph. Kostroma, Kostroma St. Univ. Publ., 2023. 173 p.
  7. Buddhist prayer ring with a wheel of fortune. Aliexpress online store. URL: [https://aliexpress.ru/item/1005006922750733.html?sku\\_id=12000038735566195&spm=a2g2w.productlist.search\\_results.0.672e4c03agXIM7](https://aliexpress.ru/item/1005006922750733.html?sku_id=12000038735566195&spm=a2g2w.productlist.search_results.0.672e4c03agXIM7) (accessed 29.01.2025).
  8. Tibetan Buddhist rings. Aliexpress online store. URL: [https://aliexpress.ru/item/1005003426090304.html?sku\\_id=12000025731460493&spm=a2g2w.productlist.search\\_results.4.672e4c03agXIM7](https://aliexpress.ru/item/1005003426090304.html?sku_id=12000025731460493&spm=a2g2w.productlist.search_results.4.672e4c03agXIM7) (accessed on 29.01.2025).
  9. Buddhist ring. Aliexpress online store. URL: [https://aliexpress.ru/item/1005008135195904.html?sku\\_id=12000043936045283&spm=a2g2w.productlist.search\\_results.16.672e4c03agXIM7](https://aliexpress.ru/item/1005008135195904.html?sku_id=12000043936045283&spm=a2g2w.productlist.search_results.16.672e4c03agXIM7) (accessed 29.01.2025).
  10. Jewelry collections in Russian style from the KU&KU brand: website. URL: <https://glazurmag.ru/ukrasheniya/ku-ku> (accessed 02.02.2025).
  11. Fidgetland: website. URL: [https://fidgetland.com/?srsltid=AfmBOopVtnd\\_Os1qqxC0GxSsj-LxNyBASPQkQY3DEhg1SQRKRJONBiy2](https://fidgetland.com/?srsltid=AfmBOopVtnd_Os1qqxC0GxSsj-LxNyBASPQkQY3DEhg1SQRKRJONBiy2) (accessed 29.01.2025).
  12. BOHOANN: website. URL: <https://bohoann.ru/catalog/kolcza-bez-kamnej/kolczo-iz-semi-kolecz-ekstra-pyshnoe-hypnosis-ag-925> (accessed 04.02.2025).
  13. Galanin S. I., Rybakova I. V., Kolupaev K. N. Features of Russian jewelry brands. *Tekhnologii i kachestvo* [Technologies and quality]. 2023;3(61):34–43.

Статья поступила в редакцию 5.02.2025  
Принята к публикации 20.05.2025