



Научно-исследовательский журнал «*International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии*»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 5 / 2025, Vol. 8, Iss. 5 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.4. Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред (психологические науки)

УДК 159.9.072

<sup>1</sup> Турнаева Е.Д.,

<sup>1</sup> Авдеева О.В.,

<sup>1</sup> Институт международных экономических связей

## Выявление страхов детей в период кризиса 7 лет и коррекция с помощью арт-терапии: изотерапии и сказкотерапии

**Аннотация:** цель исследования заключалась в выявлении страхов детей и их гендерных особенностей, а также тестировании методов работы с этими страхами. Основные задачи включали изучение природы страхов у детей в возрасте около 7 лет, анализ литературы, проведение дискуссий в классах и сравнение двух методик работы со страхами. Гипотеза исследователей предполагала, что страхи детей будут связаны с окружающим миром, и, возможно, мальчики будут испытывать больше страхов, хотя среди детей без страхов большинство также будет мужского пола. В исследовании приняли участие 120 учеников 1 классов в возрасте 6,5-7,5 лет, разделенных на две группы. Каждому ребенку предложили оценить уровень страха. Обе группы послушали сказку перед работой со страхами. В первой группе дети рисовали свои страхи и дорисовывали что-то веселое, во второй группе менялись рисунками и создали самолетики для прощания со страхами. Результаты показали, что тревожность у детей первой группы снизилась на 70%, а у второй группы – на 93%. Эффект от рисования был менее заметен в случае недавних травмирующих событий. Методика первой группы оказалась более эффективной благодаря использованию различных техник. В итоге, мальчики имели больше страхов, большинство из которых связано с окружающим миром и медиа. Однако, среди детей без страхов было больше мальчиков, указывая на влияние воспитания на восприятие страха.

**Ключевые слова:** страхи, арт-терапия, изотерапия, сказкотерапия, методика, школьники, кризис 7 лет

**Для цитирования:** Турнаева Е.Д., Авдеева О.В. Выявление страхов детей в период кризиса 7 лет и коррекция с помощью арт-терапии: изотерапии и сказкотерапии // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 5. С. 287 – 292.

Поступила в редакцию: 5 апреля 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 6 июня 2025 г.; Принята к публикации: 4 июля 2025 г.

<sup>1</sup> Turnaeva E.D.,

<sup>1</sup> Avdeeva O.V.,

<sup>1</sup> Institute of International Economic Relations

## Identification of fears of children during the crisis of 7 years and correction with the help of art therapy: isotherapy and fairy tale therapy

**Abstract:** the aim of the study was to identify children's fears and their gender characteristics, as well as to test methods of working with these fears. The main objectives included studying the nature of fears in children around 7 years old, analyzing literature, holding discussions in classes, and comparing two methods of working with fears. The researchers' hypothesis suggested that children's fears would be related to the world around them, and perhaps boys would experience more fears, although among children without fears, the majority would also be male. The study involved 120 first-graders aged 6.5-7.5 years, divided into two groups. Each child was asked to assess the level of fear. Both groups listened to a fairy tale before working with fears. In the first group, the children drew their fears and finished drawing something funny, in the second group they exchanged drawings and created air-

planes to say goodbye to fears. The results showed that anxiety in children in the first group decreased by 70%, and in the second group – by 93%. The effect of drawing was less noticeable in the case of recent traumatic events. The first group's method was more effective due to the use of different techniques. As a result, boys had more fears, most of which were related to the surrounding world and media. However, among children without fears, there were more boys, indicating the influence of upbringing on the perception of fear.

**Keywords:** fears, art therapy, isotherapy, fairy tale therapy, methodology, pupils, crisis of 7 years

**For citation:** Turnaeva E.D., Avdeeva O.V. Identification of fears of children during the crisis of 7 years and correction with the help of art therapy: isotherapy and fairy tale therapy. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (5). P. 287 – 292.

The article was submitted: April 5, 2025; Approved after reviewing: June 6, 2025; Accepted for publication: July 4, 2025.

## Введение

**Актуальность:** одним из лучших способов избавить ребенка от страхов являются арт-терапевтические методики. Арт-терапия – лечение искусством [2]. Суть арт-терапии заключается в том, что все эмоциональные переживания и страхи ребенок может выразить через творчество (рисунок). Эффективность такого рисования заключается в следующем: детские страхи обычно беспредметны, этой беспредметностью они пугают еще больше. Ребенок боится, сам толком не понимая, от чего конкретно он испытывает страх. Страх, который ребенок нарисовал визуализируется и материализуется, он сразу же теряет свою таинственность и неизвестность. Вместе с этим в не-бытие уходит и «ужасность» страха [10]. В.С. Мухина и Д.Н. Узнадзе считают, что в процессе рисования координируется конкретно-образное мышление, связанное с работой правого полушария [3], эмоциональная значимость страха для психики ребенка снижается и понемногу становится незначительной [4]. Мало того, что страх рисуется на бумаге, так потом еще ребенок (напарник ребенка) может делать с ним все, что захочет, но обычно происходит дорисовка страха во что-то не столь пугающее. Можно добавить в рисунок долю юмора, тогда образ, который ранее вызывал у ребенка страх, из страшного превратится в смешной, необычный, даже в нелепый. А бояться того, что вызывает смех просто невозможно. Р. Гудман и Д. Джонсон говорили, что работа фантазии проявляется в визуальных образах, а потом – в словах [9]. Арт-терапия – безопасный и естественный для ребенка вид деятельности, который служит для него “транзитным пространством” [6].

Сказки могут удовлетворить у детей очень важные потребности:

1. Быть самостоятельным – сказки учат детей при помощи своих героев принимать самостоятельно решения, делать выбор, полагаться на себя.

2. Быть активным – персонаж сказки всегда в поиске действий и решений: он куда-то идет, что-то ищет, кому-то помогает, с кем-то борется, с кем-то дружит, а с кем-то враждует. То есть герой учит ребенка проявлять свою активность в любой ситуации.

3. Потребность в социализации – сказки учат находить общий язык с другими людьми, проявлять внимание, сочувствие и сострадание, сказка, на примере своих героев, учит выбирать адекватные способы общения, с учетом и уважением интересов других персонажей.

В период кризиса 7 лет переживания ребенка приводят к формированию аффективного комплекса – чувства неполноценности и унижения. Благодаря обобщению переживаний в 7 лет появляется логика чувств, эти переживания приобретают новый смысл для ребенка, появляется возможность борьбы переживаний [7].

**Цель исследования:** выявить страхи детей и их гендерные особенности, протестировать методики по проработке страхов.

## Задачи исследования:

1. Разобраться в природе страхов в период кризиса 7 лет.

2. Проанализировать литературу по данному вопросу, составить дизайн исследования.

3. Провести дискуссию в классах.

4. Сравнить результаты 2 методик проработки страхов, одна из которых является авторской разработкой.

5. Отрисовать страхи детей и проработать их.

**Гипотеза:** основываясь на изречении Л.С. Выготского о возрастании страхов в кризисный период, можно предположить, что большее количество страхов детей будет связано с окружающим миром (змеи, насекомые, страшилки из игр и фильмов). Также можно предположить, что больше страхов будет у испытуемых мужского пола, однако, из

детей без страхов большая часть будет мужского пола.

**Выборка:** в исследовании приняло участие 120 учеников 1 классов в возрасте 6,5-7,5 лет, разделенные на 2 равные группы.

#### Материалы и методы исследований

##### Ход исследования:

Участники были рандомно разделены на 2 группы.

В самом начале урока детям было предложено поднять то количество пальцев, которое бы соответствовало их уровню страха, где:

1 палец – не боюсь вообще

2 пальца – немного боюсь

3 пальца – средне боюсь

4 пальца – боюсь

5 пальцев – очень боюсь

110 учеников 1 классов подняли больше одного пальца.

Обеим группам до начала проработки страхов была прочитана сказка про зайку Ушастика [1].

Респондентам из 1 группы была дана следующая инструкция: после отрисовки своих страхов они должны были сами дорисовать что-либо на своих рисунках, чтобы превратить их в нечто смешное или милое, чтобы отвлечь мысли от переживания страхов.



Рис. 1. Страх пауков, респондент дорисовал уши, “фейерверк”, конфеты в руках.

Fig. 1. Fear of spiders, the respondent added ears, “fireworks”, candy in hands.



Рис. 2. Страх темноты, респондент дорисовал стебель и лепестки подсолнуха.

Fig. 2. Fear of spiders, the respondent added ears, “fireworks”, candy in hands.

Тем временем, как респондентам из 2 группы была предложена другая инструкция работы: дети должны были поменяться рисунками с соседями по парте, чтобы по той же схеме дорисовать что-либо на свое усмотрение, потом ученики 1 классов делали из своих рисунков самолетики и запускали их за дверь кабинета в коридор, тем самым они прощались со своими страхами.

На рис. 3 изображен страх хаги ваги. Были дорисованы цветы и подарок. Комментарий: “Представь, что он придет к тебе с коробкой твоих любимых конфет, с подарками и самой интересной книжкой, он будет рассказывать тебе шутки и читать сказки”. Девочка засмеялась и сказала, что теперь совсем не боится.



Рис. 3. Страх хаги ваги.  
Fig. 3. Fear of hagi waga.

На рис. 4 изображен страх пауков. Была дорисована улыбка и банка, в которую помещен паук.



Рис. 4. Страх пауков, была дорисована улыбка и банка, в которую помещен паук.  
Fig. 4. Fear of spiders, a smile and a jar in which a spider is placed were added.

В конце урока по проработки страхов ученикам 1 классов снова было предложено поднять то количество пальцев, которое бы соответствовало их уровню страха на данный момент.

#### Результаты и обсуждения

Тревожность от страхов у респондентов 1 группы снизилась на 70% (42 ребенка из 60), в то время как тревожность у респондентов 2 группы снизилась на 93% (56 детей из 60).

Недостаточный эффект от рисования страхов наблюдается, когда то или иное пугающее событие, например, застревание в лифте, укус собаки, избиение, пожар и т.д. были недавно, что не ис-

ключает возможность такого исхода диагностики. (М.В. Киселева, 2022).

Это дает возможность утверждать, что авторская методика проработки страхов оказалась более действенной, ее уникальность состоит в использовании нескольких техник сразу: арт-терапия: изотерапия, сказкотерапия; дискуссия; оригами и “обмен чувствами” (обмен рисунками с соседями по парте).

Таким образом, были получены следующие результаты:

✚ Страхи у детей мужского пола: 60, из них 48 связаны с окружающим миром.



Рис. 5. Страх пауков.  
Fig. 5. Fear of spiders.



Рис. 6. Страх монстров из игр.  
Fig. 6. Fear of monsters from games.



Страхи у детей женского пола: 50, из них 36 связаны с окружающим миром.



Рис. 7. Страх пауков.  
Fig. 7. Fear of spiders.



Рис. 8. Страх пауков.  
Fig. 8. Fear of spiders.

■ Дети без страхов: 6 мальчиков и 4 девочки.

### Выводы

Основываясь на полученные результаты, можно сделать следующие выводы:

○ Большее количество страхов у детей в возрасте 6,5-7,5 лет связаны с окружающим их миром: они знают от взрослых, что змеи могут укусить, поэтому они опасны; насекомые (пауки и тараньи) мерзкие и противные создания; на пчел и ос бывает аллергия; страх страшилок говорит сам за себя.

○ У детей мужского пола страхов больше, при этом почти все мальчики боятся страшилок из фильмов и игр, подтверждая тот факт, что они любят компьютерные игры и фильмы ужасов.

○ Однако, большая часть детей без страхов именно мальчики, поскольку мужская фигура транслируется как храбрая, бесстрашная, тем самым ставя запрет на проявление чувства страха. Но все они сказали, что бесстрашны они только благодаря своим семьям, которые воспитывают в них данные качества.

### Список источников

1. Вечерняя сказка. О том, как зайчик стал смелым и сильным // Редакция UAUA.INFO. URL: <https://health.telegraf.com.ua/semya/detskiy-dosug/news-37350-vechernyaya-skazka-o-tom-kak-zaychik-stal-smelym-i-silnym> (дата обращения: 10.03.2022)
2. Арт-терапия в работе со страхами: техники для детей и взрослых // Институт прикладной психологии URL: <https://ippss.ru/blog/art-terapiya-v-rabote-so-strahami-tehniki-dlya-detej-i-vzroslyh> (дата обращения: 17.03.2022)
3. Мухина В.С. Изобразительная деятельность ребенка как форма усвоения социального опыта. Москва, М.: Издательство: «Академия», 2000. 240 с.
4. Узнадзе Д.Н. Психологические исследования". Москва: Издательство «Наука», 1966. 452 с.
5. Лебедева Л.Д., Никонорова Ю.В., Тараканова Н.А. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии. Москва: Издательство «Речь», 2022. 336 с.
6. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. Москва: Издательство «Речь», 2021. 192 с.
7. Выготский Л.С. Психология развития человека. Москва: Издательство «Эксмо», 2005. 1136 с.
8. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. Москва: Издательство «Речь», 2022. 160 с.
9. Гудман Р. Обсуждение и создание детских рисунков. Санкт-Петербург: Издательство «Питер», 2000. 448 с.
10. Устранение страхов с помощью арт-терапии // Психологическая газета URL: <https://psy.su/feed/1974/> (дата обращения: 09.03.2022)

### References

1. Evening Tale. About How the Bunny Became Brave and Strong. Editorial Board of UAUA.INFO. URL: <https://health.telegraf.com.ua/semya/detskiy-dosug/news-37350-vechernyaya-skazka-o-tom-kak-zaychik-stal-smelym-i-silnym> (date of access: 0310.2022)
2. Art Therapy in Working with Fears: Techniques for Children and Adults. Institute of Applied Psychology URL: <https://ippss.ru/blog/art-terapiya-v-rabote-so-strahami-tehniki-dlya-detej-i-vzroslyh> (date of access: 03.17.2022)
3. Mukhina V.S. Visual activity of a child as a form of assimilation of social experience. Moscow, M.: Publishing house: "Academy", 2000. 240 p.
4. Uznadze D.N. Psychological Research". Moscow: Nauka Publishing House, 1966. 452 p.
5. Lebedeva L.D., Nikonorova Yu.V., Tarakanova NA Encyclopedia of Signs and Interpretations in Projective Drawing and Art Therapy. Moscow: Rech Publishing House, 2022. 336 p.
6. Lebedeva L.D. Art Therapy Practice: Approaches, Diagnostics, System of Classes. Moscow: Rech Publishing House, 2021. 192 p.
7. Vygotsky L.S. Psychology of Human Development. Moscow: Eksmo Publishing House, 2005. 1136 p.
8. Kiseleva M.V. Art Therapy in Working with Children. Moscow: Rech Publishing House, 2022. 160 p.
9. Goodman R. Discussion and Creation of Children's drawings. St. Petersburg: Piter Publishing House, 2000. 448 p.
10. Eliminating fears with the help of art therapy. Psychological newspaper URL: <https://psy.su/feed/1974/> (date of access: 03.09.2022)

### Информация об авторах

**Турнаева Е.Д.**, ассистент психолога Психологической службы, Институт международных экономических связей, [elizavetturnaeva@yandex.ru](mailto:elizavetturnaeva@yandex.ru)

**Авдеева О.В.**, кандидат психологических наук, доцент, руководитель образовательных программ по направлению подготовки 37.03.01 Психология профиль «Психологическое консультирование», и по направлению подготовки 37.03.01 Психология профиль «Конфликтология» Институт международных экономических связей [izumsud@mail.ru](mailto:izumsud@mail.ru)