

*Макаревич М.В., учитель,  
Школа №3, г. Балахна, Нижегородская область,  
Макаревич А.Ф., магистрант,  
Нижегородский государственный педагогический университет  
им. Козьмы Минина (Мининский университет)*

## **АРТ-ТЕРАПИЯ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ К ИЗУЧЕНИЮ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА**

**Аннотация:** на сегодняшний день иностранный язык как учебный предмет является одним из приоритетных направлений современного образования. Поэтому вопрос повышения мотивации у школьников к изучению иностранного языка является ключевым. Мотивация характеризуется набором потребностей человека, который, в свою очередь может стимулировать на достижение определенных результатов, а также повлиять на его поведение. Мотивация является важнейший компонентом для достижения цели в любой сфере деятельности человека, без мотивации невозможно развитие человека, именно поэтому нам важно искать новые пути к повышению мотивации у школьников.

Процесс обучения английскому языку напрямую связан с развитием современных технологий. Все чаще возникает необходимость в разработке и использовании новых технологий, средств и методов обучения. Одним из таких средств являются арт-технологии. Под арт-технологиями подразумевается деятельность, направленная на достижение целей и решение задач обучения вообще и обучения английскому языку в частности. Использование арт-технологий обеспечивает развитие мышления, прочность усвоения лексических единиц и грамматических конструкций, расширяет кругозор обучающихся. Тем самым арт-технологии способствуют повышению мотивации школьников к изучению английского языка.

**Ключевые слова:** арт-терапия, мотивация, изучение иностранного языка, самовыражение, творчество, развитие личности

Искусство, является одним из самых распространённых методом в обучении иностранному языку, как дети, так и взрослые, легче преодолевают языковой барьер в общении на иностранном языке при помощи арт-терапевтических средств. В настоящее время, широко известно, что художественное выражение-это способ визуальной передачи мыслей и чувств человека. Творческая деятельность также используется в психотерапии и консультировании

из-за присущей ей способности помогать людям всех возрастов исследовать эмоции и убеждения, снижать стресс, разрешать проблемы и конфликты и повышать их чувство успешности.

Арт-терапия представляет собой смешанную дисциплину, основанную в первую очередь на областях искусства и психологии. Выражение своих мыслей посредством искусства-это врожденная человеческая тенденция, поэтому, данный вид деятельности может расцениваться,

как и речь. В книге "The Discovery of the Art of the Insane" Макгрегор (1989) представляет историю взаимодействия искусства и психологии, охватывающую последние 300 лет.

Впервые, термин арт-терапия стал использоваться в 1938 г. Данный термин ввел английский врач и художник Адриан Хилл в 1895 г. – 1977 годах. Поскольку утвердилась профессия арт-терапии, она стала иметь более конкретные определения.

С современной точки зрения, арт-терапия может быть определена как форма терапии, в которой создание образов и объектов играет центральную роль в психотерапевтических отношениях, устанавливаемых между арт-терапевтом и обучающимся. Британская ассоциация арт-терапевтов, например, определяет арт-терапию в следующих терминах: Арт-терапия – это использование художественных материалов для самовыражения и рефлексии при наличии квалифицированного арт-терапевта. Клиенты, которых направляют к арт-терапевту не нуждаются в предыдущем опыте или навыках в искусстве, арт-терапевт не занимается проведением эстетической или диагностической оценки состояния клиента.

Другие национальные профессиональные ассоциации предоставляют аналогичные, но несколько различное определение. Американская ассоциация арт-терапии определяет искусство терапии как, терапевтическое использование искусства решений, в рамках профессиональных отношений, людьми, кто испытывает болезнь, травму или проблемы в жизни, и людьми, которые ищут личное развитие. Через создание искусства и

размышления о художественных продуктах, и процессы, люди могут увеличить осведомленность себя и других, справляются со стрессом и негативными ситуациями, повышаются когнитивные способности.

В аналогичном ключе Канадская ассоциация арт-терапии и австралийская национальная ассоциация арт-терапии определяет арт-терапию в следующих терминах.

Арт-терапия является одной из форм психотерапии, которая позволяет эмоционального выражения и исцеление с помощью невербальных средств. Дети, в отличие от большинства взрослых, часто не могут легко выразить себя словесно. Взрослые, с другой стороны, могут использовать слова, чтобы после и дистанцироваться от своих эмоций. Арт-терапия позволяет человеку самовыражаться с помощью простых художественных материалов.

Арт-терапия-это форма психотерапии, которая является междисциплинарной практикой через здоровье и медицину, используя различные формы визуального искусства, такие как: рисование, живопись, скульптура и коллаж Как правило, она основана на психоанализе или психодинамических принципах, но все арт терапевты свободны использовать любые теоретические базы, с которой человек себя комфортно

Суть арт-терапии заключается в отношениях, которые можно установить между искусством и терапией.

Важно отметить, что в арт-терапии эти отношения специально ориентированы на визуальные искусства (прежде всего живопись, рисунок и скульптуру) и обычно не включают использование других видов искусства, таких как

музыка, драма или танец. Хотя может быть некоторое пересечение между этими различными дисциплинами (см. Hamer, 1993; Jennings and Minde, 1995).

В Великобритании терапевтическое применение этих искусств осуществляется терапевтами, которые, как арт-терапевты, прошли специализированную подготовку.

В последние 2-3 десятилетия арт-терапия, синтезировав в себе достижения большинства психотерапевтических подходов, начала оформляться в некий самостоятельный метод с собственной методологией и разнообразным, высокодифференцированным инструментарием. Несмотря на то, что накопление и обобщение эмпирических данных, тесно связанных с арт-терапией, значительно опережает развитие ее теории, применение некоторых теоретических представлений способствовало выходу арт-терапии на уровень самостоятельного психотерапевтического метода. Среди данных теоретических представлений настоящего времени наиболее значимыми являются, в основном, такие как:

- психология игровой деятельности, концепции онтогенетического развития разных видов игровой активности;

- психология измененных состояний сознания, которая трактует арт-терапевтическую активность в состоянии творческого вдохновения как прогрессивную адаптационную систему, как один из множества компонентов целостной реакции организма, направленной на достижение динамического равновесия;

Почти все основные авторы арт-терапии с этого времени разработали свои собственные критерии

и методы оценки, состоящие из художественных задач с различными уровнями структуры (Kramer & Schehr, 1983; Kwiatkowska, 1978; Rubin, 1978/1984; Ulman & Dachinger, 1975/1996). На сегодняшний день представление о том, что произведения искусства тем или иным образом отражают психологический опыт художника, является фундаментальным понятием в арт-терапии.

Несмотря на общую историю, существуют различия между критериями оценки, используемым в психологии, и подходом, используемым в арт-терапии. Ключевым отличием арт-терапии является то, что во время рисования или же просмотра произведений искусства, у человека имеется врожденный терапевтический потенциал, позиция, которая не всегда присутствует в психологии. Кроме того, арт-терапевты склонны использовать более разнообразные и выразительные материалы и недооценивать формализованные вербальные директивы и подчеркивать роль человека как интерпретаторов их собственной работы.

Ранние исследователи арт-терапии также обращались к психологии и использовали ее эмпирический подход для своих исследований (Kwiatkowska, 1978). В последнее время модели из поведенческих наук и других областей были использованы в качестве ресурсов при проведении исследований арт-терапии (Kaplan, 2000; McNiff, 1998; Wadeson, 1992).

Термин «арт-терапия» стал использоваться учеными в середине 20 века для описания своей работы с людьми. Исходя из этого, ученые начали определять дисциплину, которая отличалась от других, уже известных ранее профессий.

Поскольку арт-терапия еще не рассматривалась как отдельная наука, ученые, использующие данный вид деятельности обозначались как психиатры, аналитики и другие специалисты в области психического здоровья. Четырьмя основоположниками, получившими всеобщее признание за их вклад в этот период, являются Маргарет Наумбург, Эдит Крамер, Ханна Квятковская и Элинор Ульман. На сегодняшний день их труды продолжают использоваться в качестве оригинальных источников в современной литературе по арт-терапии.

Наибольший вклад в развитие арт-терапии внесла Маргарет Наумбург, она рассматривается как основатель американской арт-терапии и часто упоминается как “мать арт-терапии” (Junge&Asawa, 1994, p. 22). Благодаря своей ранней работе в инновационной школе Уолдена, которую она основала вместе со своей сестрой Флоренс Кейн, а затем в психиатрических учреждениях она развила свои идеи и в 1940-х годах начала писать о том, что в дальнейшем стало известно, как арт-терапия (Detre et al., 1983). Наумбург считала, что арт-терапия во многом аналогична психоаналитическим практикам того времени. Художественные произведения людей рассматривались как символическая коммуникация бессознательного материала в прямой, нецензурной и конкретной форме, которая, как утверждала Наумбург (1950/1973), могла бы помочь расшифровывать мысли и чувства человека.

В то время как Наумбург много заимствовала из методов психоаналитической практики, Крамер использовала другой подход, адаптируя концепции Фрейда в теория для объяснения

процесса арт-терапии. Ее подход "искусство как терапия" подчеркивает внутренний терапевтический потенциал в процессе создания произведений искусства и центральная роль в этом опыте играет роль защитный механизм сублимации (Kramer, 1971/1993).

Работа Крамер (1958, 1971/1993) в терапевтических школах, позволяет более обширно применять ее идеи к образовательному процессу. Ульман внесла свой вклад в развитие арт-терапии. Она основала Вестник арт-терапии в 1961 году (ArtTherapyafter 1970), когда никакой другой публикации такого рода не существовало (Junge&Asawa, 1994). Кроме того, Ульман (вместе со своим соредктором Дахингером) (1975/1996) издали первую книгу-сборник эссе по арт-терапии.

Последняя из этих четырех женщин, основоположников арт-терапии, является Квятковская, она внесла свой огромный вклад в области научных исследований и семейной арт-терапии. Она собрала воедино свои исследования в книге, которая стала основой для работы с семьями через искусство (Kwiatkowska, 1978).

Исторически сложилось, что Арт-терапия не имела ассоциации с наукой и отдавала предпочтение более арт-ориентированной позиции в своей философии и практике. Однако недавние научные открытия о том, как художественные образы влияют на эмоции, мысли и самочувствие и как мозг и тело реагируют на процесс рисования, живописи или других видов художественной деятельности, объясняют, почему арт-терапия может быть эффективной в различных сферах деятельности людей. По мере того как наука узнает больше о взаимосвязи между эмоциями и здоровьем, стрессом и болезнью, мозгом и

иммунной системой, арт-терапия открывает новые границы для использования образов и художественного выражения в лечении, а так же в обучении людей.

Такие ученые как Damasio (1994), Sapolsky (1998), Ramachandran (1999), среди прочих, описали неврологические и физиологические феномены, связанные с памятью и тем, как образы концептуализируются и как они влияют на мозг и тело. Зигель (1999); Макфарлейн и Вайсет (1996); и Шор (1994) расширили понимание того, как мозг, физиология человека и эмоции тесно переплетены, важность ранней привязанности к неврологическим функциям на протяжении всей жизни и влияние на память. Эти выводы имеют далеко идущие последствия и влияют на то, как разрабатывается и осуществляется психотерапия.

Связь между психологией и арт-терапией является важной, так как влияет на каждую область научно практики (Malchiodi, Riley, & Hass-Cohen, 2001). В своих трудах, Каплан подчеркивает общее значение научно-бессмысленного в науке арт-терапия, значение нейробиологии для этой области и актуальность единства сознания тела для ментальных образов и художественной деятельности. В конечном счете, наука будет играть центральную роль в понимании и определении того, как на самом деле работает арт-терапия и почему она является мощной терапевтической моделью.

Хорошо известно, что тело часто является зеркалом эмоций человека. Так, например, когда мы встревожены, наши ладони потеют или наши лица могут иметь бледны оттенок, или мы можем покраснеть, когда смущены. Образы влияют на наши эмоции, так, различные части мозга могут

активизироваться, когда мы смотрим на грустные лица или счастливые лица или мысленно представляем счастливое или печальное событие или отношения (Sternberg, 2001). Существуют также различные гормональные колебания, а также сердечно-сосудистые и неврологические особенности. На самом деле физиология эмоций настолько сложна, что мозг знает больше, чем может показать сам сознательный разум (Damasio, 1994). То есть можно на самом деле показать эмоцию, не осознавая, что вызвало эту эмоцию.

Идея, что картина или объект может иметь психологическое значение, так как его создатель, помимо любых эстетических качеств, которыми он может обладать, является тем, что мы сегодня почти принимаем как должное. Когда мы смотрим на рисунок маленького ребенка, мы видим, что он делает каракули вовремя особенно скучного для него занятия, или нам преподносят кучу быстро нарисованных изображений, явно расстроенным клиентом, мы признаем, что эти изображения имеют смысл, даже если мы не всегда знаем, как их "читать" или понимать. То, что мы придаем смысл таким творениям и серьезно относимся к целительному потенциалу искусства, объясняется рядом факторов. М. Эдвардс (1989) предлагает, что к ним относятся:

- \* Использование искусства в религиозных и духовных практиках.

- \* Философские дебаты о взаимосвязи творчества и добротой.

- \* Развитие изобразительного искусства.

- \* Убежденность в том, что искусство играет ключевую роль в содействии интеллектуальному и эмоциональному развитию.

\* И развитие психологических теорий, которые придавали положительное значение сновидениям, фантазиям, играм и другим формам воображаемой активности, таким как рисование или живопись

Психология продолжает постоянно расширять понимание того, как мозг и тело реагируют на стресс, травмы, болезни и другие события. Он также играет центральную роль в понимании того, как те или иные образы влияют на эмоции, мысли и самочувствие, а так же как визуальный, сенсорный и выразительный язык искусства лучше всего интегрируются в лечение а так же обучении людей. Использование психологии в качестве точки отсчета объясняет многие подходы к арт-терапии, так например, применение теории

объектных отношений усиливается тем, что в настоящее время известно о привязанности, а когнитивно-поведенческие подходы поддерживаются пониманием образов, формированием образов и физиологией эмоций.

По мере появления дополнительных исследований в области нейропсихологии и парадигмы "сознание–тело" мы, несомненно, узнаем больше о том, как художественное выражение помогает людям с эмоциональным расстройством или физическим заболеванием и почему создание образов и образов является центральным элементом укрепления здоровья и благополучия людей.

### Литература

1. Singleton D. Age and second language acquisition. *Annual Review of Applied Linguistics*. 2001. №21. С. 77 – 89.
2. Зимняя И.А. Психология обучения иностранным языкам в школе. М.: Просвещение, 1991. 222 с.
3. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. СПб.: Речь, 2008. 160 с.
4. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб.: Речь, 2003. 154 с.
5. Новосадов С.А. Изменение парадигмы образования путем ее вписывания в мировоззренческую матрицу социального развития общества // *Философия образования*. 2016. № 2 (65). С. 109 – 122.

### References

1. Singleton D. Age and second language acquisition. *Annual Review of Applied Linguistics*. 2001. №21. S. 77 – 89.
2. Zimnyaya I.A. *Psihologiya obucheniya inostrannym yazykam v shkole*. M.: Prosveshchenie, 1991. 222 s.
3. Kiseleva M.V. *Art-terapiya v rabote s det'mi: Rukovodstvo dlya detskih psihologov, pedagogov, vrachej i specialistov, rabotayushchih s det'mi*. SPb.: Rech', 2008. 160 s.
4. Lebedeva L.D. *Praktika art-terapii: podhody, diagnostika, sistema zanyatij*. SPb.: Rech', 2003. 154 s.
5. Novosadov S.A. *Izmenenie paradigmy obrazovaniya putem ee vpisyvaniya v mirovozzrencheskuyu matricu social'nogo razvitiya obshchestva // Filosofiya obrazovaniya*. 2016. № 2 (65). S. 109 – 122.

*Makarevich M.V., Teacher,  
School №3, Balakhna, Nizhny Novgorod region,  
Makarevich A.F., Master Student,  
Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University*

## ART THERAPY AS THE EFFECTIVE WAY TO INCREASE MOTIVATION TO LEARN ENGLISH

**Abstract:** nowadays foreign language, as a subject, is one of the priorities of modern education. Therefore, the key question of increasing children's motivation to learn a foreign language is relevant. Motivation is characterized by a set of human's needs, which can stimulate the achievement of certain results, as well as affect behavior. Motivation is one of the most important components for achieving goals in any area of human activity. Human development is impossible without motivation, it is significant to find new ways to increase motivation among school children.

The process of teaching English is connected with development of modern technologies. More and more, we must develop and use new technologies, means of training and methods of training. We can say that, the art therapy is one of such means. Art therapy usually means activities that are directed at achieving the goals and solving the problems of teaching in general and teaching English in particular. The use of art technologies helps to ensure the development of thinking, the strength of the assimilation of lexical units and grammatical structures, expands the horizons of school children. Therefore, art technologies help to increase motivation of school children to learn English.

**Keywords:** art-therapy, motivation, learning foreign languages, self-expression, creativity, personal development