

*Ружьин Дмитрий Олегович*

студент

*Ситдикова Гульназ Ринатовна*

канд. пед. наук, доцент

*Аиткулова Фарида Салиховна*

ассистент

ЧОУ ВО «Казанский инновационный  
университет им. В.Г. Тимирясова (ИЭУП)»  
г. Казань, Республика Татарстан

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ  
ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ И ИНТЕРЕСА К ОБУЧЕНИЮ  
СТУДЕНТОВ ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ**

*Аннотация:* в статье рассматривается вопрос арт-терапии как средства повышения мотивации и интереса к изучению иностранного языка, особенно в сфере образования и психологии. Авторы отмечают, что творческий подход помогает студентам преодолевать языковые барьеры, укреплять уверенность в своих силах и открывать для себя язык как живой инструмент общения. Особое внимание уделено теоретическим основам арт-терапевтических методов, реальным примерам упражнений и результатам наблюдений, подтверждающим эффективность такого подхода. Обсуждаются перспективы дальнейшего внедрения арт-терапии в образовательный процесс и её влияние на профессиональное становление будущих педагогов и психологов.

*Ключевые слова:* арт-терапия, обучение, мотивация к обучению, иностранные языки.

В условиях глобализации и активного международного сотрудничества знание иностранного языка уже давно стало одной из ключевых компетенций для успешного трудоустройства. Всё больше работодателей обращают внимание не только на формальные навыки, но и на умение творчески решать задачи,

устанавливать качественные коммуникации и выстраивать эффективные связи с представителями разных культур [5]. Однако, несмотря на очевидную пользу, многие студенты утрачивают первоначальный энтузиазм, сталкиваясь с монотонными упражнениями и большим объёмом теоретических текстов, не имеющих прямой связи с реальными ситуациями.

В качестве альтернативы преподаватели и исследователи всё чаще обращаются к методам арт-терапии, заимствованным из психологической практики. Арт-терапия предлагает использовать различные направления искусства – от рисования и музыки до театральных и литературных форм – как инструмент, который помогает раскрыть внутреннюю мотивацию, снизить страх ошибки и придать языку более живое, лично значимое измерение [4]. Подобный подход особенно актуален для будущих педагогов и психологов, которым в профессиональной деятельности предстоит работать с людьми разных возрастных и социальных групп, учитывая их эмоциональное состояние и уровень мотивации.

Арт-терапия изначально возникла как метод психологической коррекции, когда специалисты заметили, что участие в творческой деятельности (рисовании, создании скульптур и т. п.) помогает выражать чувства и переживания, которые трудно передать словами. Позднее исследователи обнаружили, что эти практики можно эффективно применять и в образовательном процессе: ведь изучение языка и его использование напрямую связаны с самоощущением человека и его эмоциями.

В педагогическом контексте арт-терапию рассматривают как подход, ориентированный на гармонизацию учебного процесса за счёт творческих заданий. Принципиально важно, что такие задания не оцениваются по схеме «правильно – неправильно»; здесь ценится само участие и искреннее самовыражение студента. Безоценочность (или условная «нестрогая оценка») контрастирует с классическим подходом, при котором любая грамматическая или фонетическая ошибка может вызывать негативную реакцию. В арт-терапевтической среде ошибки становятся естественной частью поиска: они перестают пугать, и у студентов появляется больше смелости в общении.

---

Экспериментальность – ещё одна ключевая характеристика арт-терапии [3]. Обучающимся предлагаются пробовать самые разные формы творчества – от коллажа до мини-спектаклей.

Для языка это означает более свободный поиск лексических конструкций и интонаций, позволяющих точнее передать желаемый смысл. Студенты учатся импровизировать, начинают пользоваться языком гибче и увереннее.

Наконец, стоит отметить личностную значимость заданий. Арт-терапевтические упражнения подбираются так, чтобы темы (мечты, страхи, увлечения) были студентам действительно интересны. Когда человек видит, что речь идёт о чём-то значимом для него, язык перестаёт восприниматься как набор абстрактных правил и становится реальным средством самовыражения. Это нередко меняет отношение к учёбе в целом.

На практике арт-терапию можно внедрять в уроки иностранного языка самыми разными способами. Ниже перечислены некоторые из форматов, которые показали свою эффективность в работе со студентами.

1. «Чего я боюсь?». В ходе этого упражнения, обучающимся предлагается нарисовать один из своих страхов на листе бумаги и немного рассказать о нём. После этого педагог предлагает обучающемуся дополнить рисунок так, чтобы он перестал его пугать, а начал нравиться. Для этого он может разукрасить его самыми разными цветами или дорисовать новые детали. Студентам данное упражнение может помочь преодолеть свой страх, посмотрев на него с другого ракурса и расслабиться в процессе работы.

2. «Каракули». Начинается упражнение с того, что студент, на листе бумаги должен рисовать разные хаотичные линии в течение нескольких минут. После этого он старается найти среди никак не связанных между собой линий, различные образы и рассказать, что он увидел на листе. При желании получившиеся образы можно обвести цветными карандашами или фломастерами, а оставшиеся лишние линии стереть ластиком. Это упражнение помогает обучающимся расслабиться, выплеснув свои эмоции на бумагу, а также, развить кре-

тивное мышление и воображение в ходе поиска новых образов, среди обычных линий на бумаге.

3. «Каракули Д. Винникота». Эта техника не так давно стала популярна в социальных сетях, благодаря различным видео, где показано то, как она работает. Её суть заключается в том, что пара человек берут себе по листу бумаги и начинают рисовать абсолютно любой рисунок, но спустя несколько минут они меняются своими работами и продолжают рисовать уже на листе своего партнёра. Спустя ещё несколько минут они снова меняются листами и продолжают дорисовывать то, что начал их коллега, и продолжаться этот процесс может, пока обучающиеся не посчитают, что их работы окончены. Данная техника очень помогает обучающимся наладить контакт друг с другом посредством взаимной работы и также, как и в прошлых упражнениях, развить навыки креативного мышления.

В педагогических вузах, где систематически внедряются арт-терапевтические методы, отмечается ряд положительных изменений. Прежде всего, растёт мотивация к изучению языка: студенты приходят на занятия более заинтересованными и активнее выполняют домашние задания. Также снижается уровень тревожности: те, кто раньше стеснялся говорить из-за страха совершить ошибку, становятся более открытыми в общении [4]. В некоторых исследованиях регистрируется повышение показателей внутренней мотивации на 10–18%, что создаёт благоприятную атмосферу на занятиях.

Кроме того, участники таких упражнений часто подчёркивают, что творчество помогает им «почувствовать» язык, а не просто «выучить» его [6]. Они перестают бояться неидеального произношения и ошибок, поскольку понимают: главное – уметь выразить свою мысль и найти контакт с собеседником [7]. В рефлексивных анкетах студенты пишут, что стали смелее говорить и активнее участвовать в дискуссиях.

Интересно, что в группах, где арт-терапия используется на регулярной основе, нередко отмечается рост самостоятельной активности: студенты начинают искать дополнительные материалы, смотреть фильмы и слушать музыку на

4 <https://phsreda.com>

---

иностранным языке, делиться своими находками с однокурсниками. Формируется своеобразное «творческое сообщество», где язык становится не только учебным предметом, но и средством самореализации и обмена идеями.

Резюмируя полученные результаты, можно утверждать, что арт-терапия в сфере обучения иностранному языку даёт ощутимый эффект. Повышается мотивация, снижается тревожность, меняется отношение к ошибкам (они воспринимаются как естественный этап обучения). За счёт более «живого» взаимодействия с языком студентам проще запоминать лексику, потому что она связана с личными впечатлениями и эмоциями.

Для будущих педагогов и психологов такой подход особенно ценен, так как они могут в дальнейшем применять творческие методики в своей профессиональной деятельности. Кроме того, изучение языка через арт-терапию развивает эмпатию и эмоциональную гибкость, столь необходимые для работы с людьми разных возрастов и социального статуса. Таким образом, арт-терапия формирует не только языковые навыки, но и важные личностные качества, востребованные в необходимых профессиях.

Следует отметить, что разовые творческие упражнения дают лишь временный эффект [1]. Наиболее значимые результаты появляются тогда, когда арт-терапия интегрирована в систему обучения. Рекомендуется планировать задания заранее, подбирая темы в соответствии с интересами группы, а также постоянно анализировать обратную связь студентов: какие упражнения им больше нравятся, где они проявляют наибольшую активность и замечают прогресс [2]. Такой постоянный анализ даёт возможность оптимизировать программу и повышать её эффективность.

Арт-терапия предоставляет преподавателям и студентам уникальный инструмент, позволяющий превратить процесс изучения иностранного языка в увлекательное и эффективное занятие. Творческая деятельность помогает устраниć внутренние барьеры, даёт простор для языковых экспериментов и развивает культурную осведомлённость. Для будущих педагогов и психологов такой формат занятий особенно ценен, поскольку они могут использовать по-

лученный опыт в своей профессиональной практике, создавая атмосферу доверия и сотрудничества.

### ***Список литературы***

1. Аиткулова Ф.С. Использование арт-терапии для проведения тренингов с обучающимися, страдающими эмоциональными нарушениями в рамках психолого-педагогического консультирования: работа с метафорическими картами / Ф.С. Аиткулова // Вызовы XXI века: материалы всероссийской студенческой научно-практической конференции (с международным участием) (Набережные Челны, 17–25 апреля 2024 г.). – Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2024. – С. 13–15. EDN WPVTCM
2. Аиткулова Ф.С. Методы арт-терапии в развитии эмоционального интеллекта обучающихся в процессе психолого-педагогического консультирования / Ф.С. Аиткулова // Студенческие исследования, идеи и инновации: сборник статей Международной научно-практической конференции (Пенза, 28 февраля 2024 г.). – Пенза: Наука и Просвещение, 2024. – С. 142–144. EDN PJWAPX
3. Бим-Бад Б.М. Педагогическая антропология: идеи, концепции, эксперименты / Б.М. Бим-Бад. – М.: Просвещение, 2020. – 345 с.
4. Лебедев Г.О. Арт-терапия как метод психолого-педагогической помощи: теоретические и прикладные аспекты / Г.О. Лебедев // Вестник психолого-педагогических исследований. – 2018. – №3(22). – С. 45–52.
5. Морозова И.В. Проблемы и перспективы мотивации студентов к изучению иностранного языка в вузе / И.В. Морозова // Педагогика и психология образования. – 2020. – №2. – С. 56–63.
6. Рыбасова Ю.Ю. Арт-терапевтическое сопровождение людей с орфанными заболеваниями через аутентичные танцевальные упражнения / Ю.Ю. Рыбасова, Е.Е. Новгородова, Г.Р. Ситдикова // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2023. – №2. – С. 157–161. EDN RQYRXU

7. Ситдикова Г.Р. Использование активных методов обучения иностранному языку / Г.Р. Ситдикова, К.Р. Нуртдинова // Педагогика, психология, общество: от теории к практике: материалы III Всероссийской научно-практической конференции (Чебоксары, 20 декабря 2023 г.). – Чебоксары: Среда, 2023. – С. 201–203. EDN TKEPWU