

СЕМАНТИКА И ЯЗЫКОВАЯ КАРТИНА МИРА

УДК 811.161.1'37

СПОСОБЫ ВЕРБАЛИЗАЦИИ ДУШЕВНОГО СОСТОЯНИЯ В ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОМ ДИСКУРСЕ

Л.Р. Ахмерова

Аннотация

Статья посвящена проблеме языкового воплощения психологического состояния человека в психотерапевтическом дискурсе. Ситуация взаимодействия психотерапевта и клиента рассматривается в рамках теории коммуникации. Особая нагрузка в процессе этой коммуникации ложится на языковой код из-за чисто лингвистических трудностей, связанных с описанием душевного состояния. К основным способам вербализации душевного состояния в психотерапевтическом дискурсе относятся прямые номинативы и дескрипции, отсылающие к соматическим проявлениям душевного состояния или экстралингвистической ситуации, его вызывающей. Единицы языкового кода, вероятно, можно рассматривать как объединенные коммуникативные единицы, поскольку вербальное и невербальное начала в них неразрывно связаны.

Ключевые слова: психотерапевтический дискурс, номинация, коммуникативный акт, эмотивная лексика.

Антропоцентрический подход определяет вектор развития современного научного знания, поэтому неудивительно, что феномены психической жизни человека являются объектом пристального внимания представителей различных дисциплин.

Даже в рамках лингвистики специфика языкового выражения психических состояний уже была довольно подробно изучена – и как значимый элемент лексико-семантической системы языка в аспекте синхронии и диахронии (Л.Г. Бабенко, Ю.И. Гамаюнова и др.), и с точки зрения лингвокультурологии как общекогнитивный феномен (А. Вежбицкая, В.Н. Телия, Ю.Д. Апресян, Н.Д. Арутюнова, Н.А. Красавский и др.), и в рамках эмотиологии как целостного раздела лингвистики (В.И. Шаховский).

Внимание человека к собственной психике является своеобразным знаком нашего времени и проявляется в популярности прикладной психологии, издании большого количества психологической литературы и востребованности услуг психотерапевтов и психологов. Однако до сих пор внутренний мир человека содержит немало загадок как для исследователей, так и для него самого.

Психотерапевтический дискурс как особая форма взаимодействия психотерапевта и его клиента был описан в психологической литературе (см., например, [1]), однако актуальным, на наш взгляд, будет его рассмотрение в рамках лингвистики с точки зрения теории коммуникации (здесь реализуется значимый в наши дни метанаучный подход, тем более что «коммуникация входит в число постоянных объектов гуманитарной науки» [2, с. 9]). Все составляющие коммуникативного акта в этом типе взаимодействия налицо. Есть коммуниканты и прагматическая установка, причем коммуникативная цель клиента – получить профессиональную помощь в решении своей психологической проблемы, по возможности наиболее адекватно описав ее, а цель психотерапевта – помочь в решении проблемы, декодируя полученную информацию.

Таким образом, ситуация психотерапевтического общения – область взаимного интереса лингвистики и психологии. Однако она имеет свою специфику.

Во-первых, в результате психотерапевтической работы меняется не объективная реальность, а отношение к ней клиента. Во-вторых, важнейшее диагностическое и в то же время «лекарственное» средство – язык. В-третьих, один из коммуникантов в этом межличностном взаимодействии – носитель научного видения мира, тогда как другой обладает наивно-психологической картиной мира, что затрудняет достижение коммуникативной цели и требует и от клиента, и от терапевта большого лингвистического мастерства. Следовательно, языковому коду (еще одному компоненту коммуникативного акта) придается особая значимость.

Предмет нашего исследования – особенности вербализации *душевного состояния* (мы используем этот термин как общее нерасчлененное обозначение эмоций, чувств и состояний, см. [3, 4]) клиента в психотерапевтическом дискурсе (на материале анализа контекстов, зафиксированных в книге известного психотерапевта Е. Михайловой «“Я у себя одна”, или Веретено Василисы»).

Говорить о психическом мире человека можно лишь в том случае, если он вербализован, если сформулирована проблема, если описано душевное состояние. Однако именно в этой области большинство клиентов испытывают значительные затруднения [3].

Интересно, что и сами психологи обращают внимание на эту чисто лингвистическую трудность – на неспособность клиента описать то, что он чувствует. Так, существует четыре уровня вербализации эмоционального опыта [5]. На нулевом вербализация практически отсутствует: человек, отвечая на вопрос о своих ощущениях, задействует не номинативную, а скорее, фатическую функцию языка. Его ответ *Как всегда* или *Лучше всех* является сигналом состоявшейся коммуникации, а не номинацией состояния. На первом уровне вербализации эмоциональное состояние определяется как *хорошее* или *плохое, комфортное* или *неприятное*. На втором уровне появляется собственно эмотивная лексика (*испытываю раздражение, стыдно, боюсь* и т. д.). Однако здесь кроется неожиданная опасность, так как «для обозначения своего переживания два разных человека могут использовать одно и то же название, то есть на втором уровне вербализации эти два переживания будут казаться идентичными, однако при погружении на третий уровень окажется, что речь идет о различных по содержанию эмоциональных состояниях» [5, с. 108]. И только на третьем уровне

ощущение предельно конкретизируется, фактически описывается индивидуальное состояние с опорой на имеющийся у данного человека эмоциональный опыт. Этот уровень вербализации требует богатого запаса эмотивной лексики и хорошего владения языком. Клиент, способный описать свое состояние на таком уровне, – мечта любого психолога.

Лингвистический аспект рассмотрения этой проблемы подразумевает обращение к «вечным» вопросам лингвистики – исследованию языка как семиотической системы, сущности языкового знака, специфике слова как средства номинации и т. д., ведь, как известно, «когнитивно-эмоциональное освоение человеком внешнего и внутреннего мира по своей сути принципиально знаково; оно предполагает пользование им знаковыми системами, обеспечивающими ему как сам процесс познания действительности, так и непреходящую семиотическую фиксацию его результатов» [6, с. 64].

В лингвистической литературе языковая экспликация душевного состояния также являлась объектом исследования. В.И. Шаховский предлагал выделять три разновидности эмотивной лексики: номинативы (прямые номинации душевных состояний – *злость, боюсь, ревную, обиделся* и др.), дескриптивы (описательная передача эмотивной семантики – *коленки трясутся, внутри все кипит* и т. д.) и экспликанты (слова с яркой коннотацией – *Подлец! Негодяй!*) [7]. Эта классификация актуальна и для нашего исследования. Однако следует оговорить, что в психотерапевтическом дискурсе задействованы, в силу специфики ситуации общения, только первые два типа, причем дескриптивы могут пониматься более широко.

Итак, каким же образом в рамках психотерапевтического дискурса эксплицируется душевное состояние клиента?

Мотивируемый прагматической установкой, клиент использует все богатство доступных ему языковых средств (как вербальных, так и невербальных, однако нас будут интересовать прежде всего первые).

1. Номинативы

Когда ты заговорила о ситуации, которую не любишь вспоминать, я впервые испугалась по-настоящему (Е.М., с. 35). / *Я его люблю. Он меня любит, знаю* (Е.М., с. 173). / *Тогда как-то не переживала особенно, а чем больше времени проходит, тем чаще вспоминаю, и такая тяжесть... Мне и сейчас очень тяжело и стыдно про это говорить* (Е.М., с. 174). / *Мне тебя не хватало, мне было плохо без тебя. Ты не знаешь, как это важно, какая это радость – играть со своим ребенком, утешать, разговаривать, просто трогать* (Е.М., с. 196).

С одной стороны, «удачная» номинация проблемного душевного состояния – уже путь к решению проблемы (правильная диагностика состояния «подсказывает» решение: если это *страх*, необходимо предпринять активные действия, если *печаль*, потребуется внутренняя работа, чтобы пережить и «отпустить» ситуацию и т. п., см. [3]). С другой стороны, номинация душевного состояния и, наоборот, семантизация лексем, вербализующих душевный мир человека, вообще необычайно трудны даже для лингвистов, а тем более – для обычных носителей языка.

С лингвистами в этом отношении солидарны и психологи: «Любое название чувства или состояния имеет свои индивидуальные значения. Например,

если клиент говорит «Я его люблю», то я как консультант не понимаю точно, о чем он говорит. Я могу догадываться лишь об общем направлении, о некоем «особом положительном отношении» к другому человеку, но как оно представлено в сознании клиента, какими личными чертами оно обладает, с какими словами и действиями оно соотносится именно у этого человека, мне не понятно. Только с помощью специальных вопросов я могу прояснить уникальный рисунок эмоционального опыта, который клиент обозначил словом “люблю”» [5, с. 108].

На наш взгляд, данная проблема может быть рассмотрена в аспекте соотношения мотивированности и идиоматичности языкового знака.

Номинативная функция языка – одна из основных, однако имена, некогда присвоенные объектам действительности, были призваны не только идентифицировать их, но и сообщать и сохранять информацию о них. Язык в этом смысле может рассматриваться как «первая в истории человечества моделирующая система, обеспечившая в филогенезе возможность зафиксировать наиболее экономным способом интерпретацию окружающего мира в значениях знаков и таким образом – его узнавание и понимание» [8, с. 234].

Как известно, не существует прямой отнесенности между миром действительности и знаками языка. Этот процесс осложняется и тем, что феномены душевного мира человека при всей своей психологической реальности очень диффузны и абстрактны.

С другой стороны, Н.А. Красавский вслед за М.М. Маковским и И.Я. Гуревичем отмечает сакральный характер вербальных символов для древнего и даже средневекового человека. Имя, по мнению наших предков, было наделено особой властью над действительностью [6]. Наука «поддерживает» эту точку зрения, утверждая, что, «так или иначе, выбор основания для обозначения вряд ли являлся случайным...» [8, с. 236].

В этой связи релевантна попытка этимологизации лексем, называющих душевное состояние человека. В большинстве случаев она позволяет выявить некий конкретный (физический или соматический) признак, который некогда лег в основу наименования психического феномена. Например, очевидно, что лексемы *волнение*, *раздражение*, *стыд*, *трепет* соотносятся со вполне определенными соматическими проявлениями, характер которых позволяет определить эти состояния как неприятные, некомфортные (ЭС).

Однако нельзя не отметить и определенную идиоматичность языкового знака. Немотивированной является соотнесенность упомянутых выше имен с конкретными душевными состояниями: почему, к примеру, *стыд* – это ‘чувство сильного смущения, неловкости от сознания предосудительности, неблагоприятности своего поступка, поведения’, а *раздражение* – ‘болезненное состояние, проявляющееся в покраснении, чрезмерном возбуждении и т. п.’ (ТС), а не наоборот? Кроме того, этимологизация имен одного и того же базового психического состояния (см. [3]), входящих в один синонимический ряд, обнаруживает некоторые противоречия: *страх* соотносится со **ster-* ‘коченеть, цепенеть’, а *трепет* – совсем с другой идеей *мелкого беспорядочного движения* (ср.: лат. *trepidus* ‘семенящий’, лтш. *tripināt* ‘трясти’ и др.), свидетельствующего о наличии дополнительной энергии (ЭС).

Вероятно, сложность природы самих психических феноменов объясняет сложность процесса их номинации и дальнейшие затруднения, связанные с их функционированием и семантизацией.

Современному человеку свойственно более прагматическое отношение к слову как к определенной упаковке смысла, однако, по нашему мнению, ключом к пониманию истинной природы слов, именующих душевное состояние в русском языке, может быть опора на их соотношенность с телесными проявлениями душевных состояний.

2. Дескрипторы

А. Описание телесных ощущений.

1. Использование лексики, прямо указывающей на телесное ощущение:

Все, что принято считать женским счастьем, у меня есть. Только здесь могу признаться, что отчаянно не хватает другого. Какого-то состояния души, которое мне знакомо по прошлой жизни, но уже много лет меня не посещало. Без него я превращаюсь в бытовую технику, и это пугает... первое, что приходит, – это физическое ощущение. Я на своем месте, мне легко дышится, мои глаза широко открыты, руки пока просто перебирают материал, но в любую секунду готовы заработать (Е.М. с. 304) – экспликация комфортного душевного состояния. / <...> *Вот с тестем я могу говорить про свое, про семью, про чувства, – а с отцом зубов не разжимаю, никак* (Е.М., с. 173) – экспликация негативного душевного состояния.

2. Использование семантически трансформированной лексики (концептуализация душевного состояния):

У тебя все получается, ты летаешь, ты горы можешь свернуть. Как будто у тебя роман не с человеком, а со всем миром... (Е.М., с. 116). / *Есть две меня – одна на публике, где я остроумна, общительна, душа компании. И есть я придушенная, слова сказать не могу...* (Е.М., с. 141). / *Я встречаюсь с одним человеком, у него семья, у меня семья, я ничего не хочу разрушать, но почему я сказать-то ему не могу? Сразу ком в горле, как будто душист* (Е.М., с. 141).

В традиционном понимании принято классифицировать знаки на вербальные и невербальные. Хотя предметом нашего рассмотрения являются собственно словесные знаки, следует отметить особую значимость невербальных средств выражения душевных состояний в психотерапевтическом дискурсе (зажатость позы, дрожь в голосе или покраснение лица гораздо точнее и быстрее, чем слова, сообщат адресату информацию о волнении или гневе). Об этой особой коммуникативной нагрузке мимики, жестов или позы свидетельствует наиболее распространенный способ языковой концептуализации душевного состояния – через соматику (см. [4]). Как отмечает Н.А. Красавский, «невербальные знаки способны эксплицировать и часто эксплицируют трудно вербализуемые естественным языком коммуникативные интенции говорящего. Адекватное оязыковление эмоций осложнено самой их природой, диффузным характером <...>. Этим обстоятельством и обусловлено активное и достаточно результативное обращение коммуникантов в ситуациях эмоционального общения к невербальному коду» [6, с. 68].

Невербальные знаки, используемые в коммуникации, классифицируются по различным основаниям. Так, Ф. Поятос предлагает выделять особую группу

соматических невербальных знаков и дифференцирует следующие их разновидности: а) кинетическое поведение индивида, то есть движение частей его тела; б) физиологические реакции организма, например слезы как символ несчастья; в) кожные реакции, например покраснение лица; г) температурные или термальные реакции, например появление пота или ощущение холода на спине [6].

На наш взгляд, в рамках рассматриваемой проблемы следовало бы дополнить имеющиеся классификации невербальных сигналов, выделив *знаки, доступные для восприятия адресата* (вербализуемые лексемами *покраснение, плач, дрожь* и т. д.), и *знаки, не воспринимаемые адресатом* (последние также концептуализируются в языке – *комок в горле, холод в животе, мурашки по спине, сердцебиение* и др., они обладают меньшей коммуникативной нагрузкой, так как редко оязыковываются в самом коммуникативном акте, однако их психологическая значимость очень велика – они «сигнализируют» своему обладателю о том или ином душевном состоянии).

В современной культуре наложен негласный запрет на громкое и видимое выражение эмоций (что, кстати, и провоцирует многие психологические проблемы). Сейчас человек вообще оторван от своего телесного начала. Однако невыраженная эмоция, оставаясь невидимой для окружающих и неосознанной для самого человека, так же реальна для организма (о разрушительном воздействии на организм неосознанной и невыраженной негативной эмоции см., например, [9]).

Задача психотерапии – помочь человеку осознать (а значит, описать или назвать) свое состояние (и физическое, и душевное). Для решения проблемы его экспликации в психологии используется, например, метод психодрамы, в которой клиент перевоплощается в свою эмоцию и «слово дается» его телу. При этом используются только формы первого лица и настоящего времени:

[Клиент из роли Страх]: *Я тебя парализую, лишаю возможности думать, чувствовать, двигаться. Я вытягиваю из тебя все силы, делаю твои руки хлипкими, ноги – ватными, запускаю холодный комок тебе в живот* (Е.М., с. 31).

Без этого приема наличие *холодного комка в животе* не эксплицировалось бы в коммуникации и, возможно, не было бы осознано клиентом. Как отмечает Е.Л. Михайлова, «каждому живому человеку знакомо переживание сильного страха, но в реальности оно у нас внутри, а психодраматический Страх снаружи. <...> Страх обретает форму, воплощается исполнителем-помощником, поэтому с ним можно и побороться, и поговорить» (Е.М., с. 31). В процессе такой своеобразной *автокоммуникации* (термин наш. – Л.А.) происходит *инсайт* и решение психологической проблемы [1].

Б. Описание проблемной экстралингвистической ситуации.

Отсылка к соматике – не единственный способ дескрипции эмоций, однако, по-видимому, он свидетельствует о способности носителей языка к психологической рефлексии и саморефлексии, результаты которой закрепляются в языке. По наблюдению А. Вежицкой, в языке более примитивных народов слова, вербализующие эмоции, семантизируются «скорее как сообщения о связи лица и события, чем сообщения об интроспекции своих собственных переживаний» [10, с. 390].

Часто сигналом психологической проблемы является наличие вызывающей психологической дискомфорт ситуации или невозможность желаемого или необходимого действия. В этом случае диагностика душевного состояния еще более усложняется (без дополнительных вопросов довольно трудно определить, что именно чувствует клиент в следующих контекстах – *страх, раздражение, стыд* или другое, в некоторой степени этот недостаток характерен и для предыдущего способа вербализации – указания на соматику):

Он стар, он скоро уйдет, а мы до сих пор не можем научиться разговаривать по-человечески (Е.М., с. 173). / *Что-то случилось с моей жизнью в последнее время. Я все чаще задумываюсь: а надо ли мне все это? Как будто завод кончается – а ведь еще жить да жить* (Е.М., с. 157).

Таким образом, вербализация душевного состояния в психотерапевтическом дискурсе – необходимое условие достижения коммуникативной цели и трудная задача, стоящая перед клиентом, обычным носителем языка. Ее осуществление затрудняется диффузным и абстрактным характером семантики слов, эксплицирующих в языке психологическое состояние, и требует от человека особого мастерства владения родным языком, который в данной коммуникативной ситуации выполняет роль коммуникативного кода. Как отмечают исследователи, «танталовы муки человека в описании природы эмоций, равно как и других культурно-ментальных явлений (в отличие от физически существующих), лежат в плоскости способа их восприятия» [7, с. 82]. Данная проблема может и должна быть рассмотрена через призму «вечных» вопросов лингвистики: исследования языка как семиотической системы, сущности языкового знака, специфики слова как средства номинации и т. д. К основным способам вербализации душевного состояния в психотерапевтическом дискурсе относятся прямые номинативы и дескрипции, отсылающие к соматическим проявлениям душевного состояния или экстралингвистической ситуации, вызывающей определенное душевное состояние. Знаки, которые являются единицами этого языкового кода, вероятно, можно рассматривать как *объединенные коммуникативные единицы* (см. [6]), поскольку вербальное и невербальное начала в них неразрывно связаны. Адекватная языковая экспликация душевного состояния и последующая дешифровка языкового кода – залог успешности коммуникации в психотерапевтическом дискурсе.

Работа выполнена при поддержке Минобрнауки РФ (государственный контракт № 02.740.11.0595).

Summary

L.R. Akhmerova. The Basic Ways of Verbalization of Psychological Condition in Psychotherapeutic Discourse.

The paper deals with the problem of verbalization of psychological condition of a person in psychotherapeutic discourse. The interaction between a psychotherapist and his client is studied in terms of communication theory. The role of a lingual code in this communication is great because of purely linguistic problems connected with the verbalization of psychological condition. The basic ways of the verbalization of psychological condition in psychotherapeutic discourse are the following: direct nominations and descriptions of somatic expressions

and the situation which has caused the condition. The units of this lingual code can probably be regarded as complicated communicative units since verbal and nonverbal bases are closely connected.

Key words: psychotherapeutic discourse, nomination, act of communication, words denoting emotions.

Источники

- Е.М. – Михайлова Е.Л. «Я у себя одна», или Веретено Василисы. – М.: Независ. фирма «Класс», 2003. – 320 с.
- ТС – Современный толковый словарь русского языка / Гл. ред. С.А. Кузнецов. – М.: Ридерз Дайджест, 2004. – 960 с.
- ЭС – М. Фасмер. Этимологический словарь русского языка: в 4 т. / Пер. с нем. и доп. О.Н. Трубачева. – М.: Астрель: АСТ, 2007.

Литература

1. Калина Н.Ф. Основы психоанализа. – М.; Киев: Рефл-бук: Ваклер, 2001. – 348 с.
2. Почепцов Г.Г. Теория и практика коммуникации: (от речей президентов до переговоров с террористами). – М.: Центр, 1998. – 349 с.
3. Ахмерова Л.Р. Наивно-психологическое представление о гневе в русской языковой картине мира // Учен. зап. Казан. ун-та. Сер. Гуманит. науки. – 2009. – Т. 151, кн. 6. – С. 167–175.
4. Тысяча состояний души: краткий психолого-филологический словарь / Т.В. Летягова, Н.Н. Романова, А.В. Филиппов. – М.: Флинта: Наука, 2005. – 424 с.
5. Трунов Д.Г. Уровни вербализации эмоционального опыта // Психология познания в области психологии: Материалы Междунар. науч.-практ. конф. молодых ученых (27 нояб. 2009 г.). – Пермь: Перм. гос. ун-т, 2009. – С. 106–111.
6. Красавский Н.А. Эмоциональные концепты в немецкой и русской лингвокультурах. – М.: Гнозис, 2008. – 374 с.
7. Шаховский В.И. Лингвистическая теория эмоций. – М.: Гнозис, 2008. – 416 с.
8. Салмина Л.М. Языковое значение как когнитивный феномен // Учен. зап. Казан. ун-та. Сер. Гуманит. науки. – 2008. – Т. 150, кн. 2. – С. 228–238.
9. Макаров В.В., Макарова Г.А. Транзактный анализ – восточная версия. – М.: Академ. проект, ОППЛ, 2002. – 496 с.
10. Вежбицкая А. Язык. Культура. Познание / Отв. ред. М.А. Кронгауз, вступ. ст. Е.В. Падучевой. – М.: Рус. словари, 1997. – 416 с.

Поступила в редакцию
03.09.10

Ахмерова Лилия Ренадовна – кандидат филологических наук, ассистент кафедры современного русского языка Казанского (Приволжского) федерального университета.
E-mail: lavolkins15@mail.ru