

УДК 81

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ В КОНТЕКСТЕ ТЕОРИИ ЭВФЕМИИ

С.В. Лебедева

Доктор филологических наук, профессор,
заведующий кафедрой иностранных языков и профессиональной коммуникации
e-mail: lebedeva15sv@yandex.ru

Н.В. Астахова

Старший преподаватель кафедры иностранных языков и профессиональной
коммуникации
e-mail: niastakhova@gmail.com

Курский государственный университет

В статье показаны возможности изучения психотерапевтической терминологии в науке о языке. Авторы дают определение психотерапевтической терминологии и предлагают классификации по функциональному и тематическому признакам. Предпринимается попытка рассмотреть психотерапевтическую терминологию в контексте теории эвфемии: авторы приводят примеры использования психотерапевтических терминов и лексем в профессиональном и бытовом контекстах и описывают пути интерпретации указанных языковых единиц с учетом контекстуального варьирования их значения.

Ключевые слова: психотерапевтическая терминология, психотерапевтическая лексика, therapy speak, эвфемизм, эвфемия, эвфемизация.

Введение

Новые социальные и культурные контексты спровоцировали появление новых подходов к изучению эвфемистической картины мира, которые акцентировали внимание на эвфемии как способу отношения человека к предметному миру, представленному разными сферами жизни социума. Принятый в нашем исследовании психолингвистический подход к значению позволяет рассматривать эвфемию через призму среды обитания человека и фокусировать внимание на доминирующих в социуме контекстах в ситуации «для меня здесь и сейчас». Заметим, что для индивида и социума в настоящее время важную роль играет медицинский дискурс и медицинская терминология, в структуре которой также появилась «негативная сфера», требующая эвфемизации и своей терминологии. Отметим, что вопрос разграничения эвфемии и дисфемии на сегодняшний день нередко подвергается пересмотру. Т.А. Фомина в своих работах делает вывод о том, что идентификация эвфемии и дисфемии строится не только на очевидных диахронических изменениях, то есть семантических сдвигах языковой единицы с течением времени, но и на текущем и исходном контексте, а также личном восприятии

говорящим объекта или явления [Фомина 2020: 132]. Таким образом, контекстуальное варьирование значения языковой единицы зависит от нескольких факторов, а интерпретация значения происходит через призму в том числе опыта реципиента [Лебедева, Денисова 2023: 212].

Следует отметить широкое использование медицинской терминологии в разных контекстах человеческой деятельности, что обусловлено, вероятно, повышенным интересом к вопросам здоровья в обществе: мы наблюдаем огромное количество популярных медицинских телепередач, блогов, групп по интересам в социальных сетях и т.д. Существуют разные подходы к классификации медицинской терминологии [см., напр., Маджаева 2012, Швецова 2012], однако так или иначе каждый из них базируется на разделении медицины на специализированные дисциплины, каждая из которых использует уникальные группы терминов для описания анатомии, физиологии, патологии, методов диагностики и лечения. Анализ многочисленных исследований и медицинских учебных пособий позволил нам условно выделить две группы медицинских терминов: термины для обозначения физиологии и строения человека (анатомия, физиология) и термины, описывающие патологии, состояния и лечение (патология, фармакология, хирургия, диагностика, генетика и молекулярная биология, психиатрия и клиническая психология).

Следует отметить, что медицина - одна из наиболее динамично развивающихся областей человеческой деятельности, в значительной мере интегрирующая достижения других наук - микробиологии, генетики, информатики и прочих. Это требует гибкости системы медицинских терминов, постоянно включающей в себя новые термины и понятия [Шаховский, Маджаева 2017: 498], что определяет актуальность этой темы исследования в языковедческой науке.

Предметом нашего научного интереса является психотерапевтическая терминология, в частности, ее эвфемистический потенциал в языке и речи.

Материалы и методы

В качестве материалов для анализа нами привлекались словари как общемедицинского характера [Большой энциклопедический словарь медицинских терминов, 2012], так и узконаправленные словари [Творогова 2016], а также результаты теоретических изысканий ученых-языковедов в обозначенном направлении [Никулина 2005, Майборода 2017]. В рамках данного исследования были использованы следующие актуальные речевые контексты: профессиональные сообщества психотерапевтов, работающих в разных направлениях, представленные в социальной сети vk, а также новостные каналы в мессенджере telegram. Применялись следующие методы и методики: концептуальный и контекстуальный анализ,

комплексный теоретический анализ, метод количественной обработки и сопоставительный анализ, лексикографический анализ.

Результаты

Мы полагаем, что на сегодняшний день замечен повышенный интерес к сфере психотерапии и психологической помощи. Вероятно, это связано, с одной стороны, с всеобщей популяризацией психологического знания, а с другой - с высоким уровнем тревожности в обществе, вызванным социально-политической напряженностью в мире. Можно предположить, что начальной точкой возрастающей популярности такого рода лексики стала пандемия COVID-19 и обусловленная ею изоляция, в которой оказались сотни тысяч людей по всему миру. Потрясения такого масштаба не прошли бесследно: запрос на психологическую помощь в России стремительно вырос - по некоторым данным, почти на 30% по сравнению с допандемийным периодом [см., напр., Врачи зафиксировали ... [http](http://)]. Свою роль в популяризации психологического знания и, как следствие, в распространении психологического и собственно-психотерапевтического дискурса сыграли, безусловно, средства массовой информации, в частности, социальные сети. Появилось огромное количество блогов, групп поддержки и телеграм-каналов с релевантной информацией, сосредоточенной на тревожных узловых сферах коллективного и личностного бессознательного, которые становятся целью эвфемического языкового действия: дети, здоровье, алкоголизм, наркотики, старость, коррупция, терроризм, безопасность, война и т.д.

Психотерапия сегодня находится в двойственном положении: с одной стороны, она является частью медицинского знания, в частности, клинической психологии, и часто используется как составляющая психиатрического лечения; с другой стороны, активно разрабатывается в контексте популярной психологии. К сожалению, сложно отрицать и тот факт, что, получив значительную популярность у пациентов, психотерапия практикуется специалистами, не имеющими ни медицинского, ни психологического профессионального образования: для частной психотерапевтической практики российское законодательство на данный момент не предусматривает обязательного наличия государственной лицензии или соответствующего диплома.

Заметим, что наш научный интерес сконцентрирован исключительно на вербальном аппарате этой сферы деятельности и специфике его функционирования в языке и речи, а также в разных видах дискурса.

Одной из очевидных проблем при рассмотрении психотерапевтической лексики является тот факт, что в связи с разнообразием подходов и методов в психотерапии, вербальный аппарат сферы клинической психологической помощи и психотерапии чрезвычайно разрознён. Тем не менее, во-первых, нам представляется возможным выделить две группы психотерапевтической лексики *с опорой*

на сферу функционирования: собственно термины, зафиксированные в словарях, учебных пособиях и научных статьях (обесценивание, депрессия, обсессивно-конвульсивное расстройство личности), и психотерапевтические лексемы, в избытке фигурирующие не только в профессиональных текстах, но и в популярных группах поддержки и блогах, где редактированием содержания занимаются вовсе не специалисты в заявленной сфере (травма, токсичный, экологичный). Мы полагаем, что первая группа соответствует языковому аспекту функционирования психотерапевтической терминологии, в то время как вторая – речевому, то есть отображает специфику использования таких лексических единиц в «живой» речи.

Во-вторых, анализ релевантного материала позволяет условно выделить следующие группы психотерапевтической лексики с опорой на тематический признак:

1. Описание психических и психологических состояний и расстройств: *тревожное расстройство, ОКР, пограничное расстройство личности*. Часть из них позаимствована из психиатрии и закреплена в МКБ-10 [Психические расстройства ... [http](http://)].

2. Описание терапевтических подходов и методов: *когнитивно-поведенческая терапия (КПТ)* — терапия, направленная на изменение негативных мыслей и деструктивного поведения; *психоанализ* — метод, основанный на теории Фрейда, который исследует бессознательные процессы, влияющие на поведение; *экзистенциальная терапия* — подход, акцентирующий внимание на вопросах смысла жизни и личностного выбора. Отметим, что нередко такие подходы оперируют своим собственным набором терминов, часто разительно отличающим его от других, например, для психоанализа - *невроз, бессознательное, сублимация, замещение* и проч.

3. Описание процессов взаимодействия в терапии: *раппорт* — доверительные отношения между терапевтом и пациентом, *контрперенос* — эмоциональная реакция терапевта на пациента, возникающая в процессе взаимодействия.

4. Описание состояний и изменений в процессе терапии: *катализ* - процесс, в ходе которого терапевт способствует ускорению изменения или осознания пациентом своих проблем, *ресурсы* - внутренние и внешние силы и способности пациента, которые используются для преодоления психологических трудностей, *аутентичность* - понятие, обозначающее стремление пациента быть верным своим чувствам и желаниям в процессе терапии.

Сегодня, как нам представляется, использование психотерапевтической лексики стало языковой модой, охватившей в том числе, и далеких от профессиональной психотерапии людей. Языковеды Т.А. Здриковская и Ю.А. Мохова, ссылаясь на исследования о

частотности использования психологических терминов в научных журналах, подчеркивают, что выход психотерапевтической терминологии из сугубо профессиональной сферы в бытовой дискурс не является исключительно современной тенденцией: с 1980х интерес к этой научной сфере всё возрастал [Здриковская, Мохова 2022: 1549]. Здесь можно вспомнить и о том, какой сенсацией в своё время стали работы З.Фрейда и К.Юнга и как быстро в повседневной речи обывателей появились *бессознательное* и *предсознательное*. Тем не менее, сейчас, благодаря всё возрастающей скорости распространения информации в мире, такого рода изменения в бытовом дискурсе становятся заметнее. Многие психотерапевты говорят о том, что психотерапевтическая лексика быстро завоевала популярность в социальных сетях и блогах, поскольку у человека существует естественная потребность обсуждать («проговаривать») свои переживания и личный опыт. Психотерапевтический язык дает вербальные инструменты для этого. С другой стороны, на фоне популяризации психологической помощи, психотерапии и самопомощи многочисленные термины, изначально используемые в профессиональной среде психотерапевтов и психологов, вошли в повседневную речь часто с измененным или упрощенным смыслом.

Рассмотрим несколько примеров представленных в профессиональных сообществах тематически не связанных с психотерапией, а именно: vk и telegram.

Паническая атака: 1) в психотерапевтическом контексте: острое состояние интенсивного страха или дискомфорта, которое сопровождается физическими симптомами (учащенное сердцебиение, потливость, одышка) и возникает внезапно: *«Всё чаще за психологической помощью обращаются люди, страдающие от различных проявлений тревоги - панические атаки, вегетативные кризы, ипохондрия <...>»*, 2) в бытовом контексте: сильное беспокойство или волнения, вовсе не всегда соответствующее клиническому описанию: (обсуждение использования общественного транспорта в пандемию) А: *«<...> короче, я когда вижу вот этих без масок, каждый раз начинаю психовать»*, В: *«Я тоже паническую атаку славливаю каждый раз!»*;

Триггер: 1) в психотерапевтическом контексте: специфическое событие или стимул, который вызывает сильную эмоциональную реакцию или обострение симптомов у человека с психологической травмой или расстройством: *«<...> и часто его [Юнга] реакция была триггером для пациента к осознанию того, о чем на самом деле был сон»*, 2) в бытовом контексте: любое раздражающее или неприятное событие, вызывающее негативные эмоции, даже если это не связано с психотравмой *«Вот ты понимаешь, что это тема для всех тут триггер, зачем вообще начинать»*;

Созависимость: 1) в психотерапевтическом контексте: состояние, при котором человек чрезмерно погружается в проблемы и потребности другого, забывая о собственных нуждах, часто встречается в отношениях с зависимыми от алкоголя или наркотиков людьми: *«Один из аспектов созависимости - заботиться о другом важнее, чем о себе. Почему?»*, 2) в бытовом контексте: любые сложные и эмоционально насыщенные отношения, где один человек слишком зависит от мнения или чувств другого, даже если это не связано с зависимостью: *«Слушайте, ну это тупая созависимость - сначала она орет, потом он»*;

Токсичность: 1) в психотерапевтическом контексте: нездоровый, способный создать вокруг себя нездоровую, гнетущую обстановку: *«Ты можешь уйти из токсичных отношений, но, если ты не избавишься от того, что привлекало тебя в них, ты встретишь их снова»*, 2) в бытовом контексте: негативный, относится ко всему, что сопряжено с дискомфортом: *«Это будет не токсичный мейквер о стиле, экономичном потреблении и разумном гардеробе»*;

Абьюз, абьюзер: 1) в психотерапевтическом контексте: насильник, человек, применяющий насилие, преимущественно психологическое и эмоциональное: *«Как на ранних этапах выявить абьюзера и вовремя уйти?»*, 2) в бытовом контексте: сопряженный с любого рода насилием и негативным опытом: *«Погода, ты абьюзер»*.

Ресурс: 1) в психотерапевтическом контексте: психические возможности личности, позволяющие ей справляться с разного рода проблемами: *«Ресурс – это более объемное понятие, чем состояние силы или бессилия»*, 2) в бытовом контексте: синонимично понятию хорошего настроения и энергичного состояния: *(сопровождение фотографии с кофе, пролитым на светлое платье) «Когда ты не в ресурсе, всё из рук валится. Буквально!»*.

Границы: 1) в психотерапевтическом контексте: осознание и обособление от других собственного «я»: *«Вопрос защиты собственных границ, кажется, никогда не стоял так остро, как в эпоху всепоглощающей информатизации общества»*, 2) в бытовом контексте: собственные интересы, личное пространство: *«Когда тебе лететь 12 часов, а позади кто-то усердно колотит пятками в твоё сиденье, границы придется отстаивать»*.

Травма: 1) в психотерапевтическом контексте: острые переживания, сопряженные с нарушением ощущения безопасности и стрессом, оказывающие критическое воздействие на психику и психологическое здоровье личности: *«Едва ли мы можем выявить и проработать такую травму на первой же встрече с пациентом, это требует систематической работы»*, 2) в бытовом контексте: любое неблагоприятное воздействие на психологическое состояние и настроение

человека, часто носит иронический характер: *«У меня после этого фильма травма на всю жизнь!»*.

Гиперфиксация: 1) в психотерапевтическом контексте: болезненное и длительное состояние одержимости какой-либо идеей, предметом или проблемой: *«Симптомы гиперфиксации требуют безусловной корректировки, поскольку сильно сказываются на качестве жизни пациента»*, 2) состояние особой увлеченности чем-либо или кем-либо: (сопровождение скриншота из сериала с изображением одного из главных героев) *«Когда посмотрел новый сериал и уже наверняка знаешь, на ком следующем гиперфиксируешься»*.

Обесценивание: 1) в психотерапевтическом контексте: один из защитных механизмов психики, неспособность к признанию важности собственных и чужих достижений, переживаний и т.п.: *«Обесценивание временно поднимает самооценку на безопасный уровень и исправляет представление о себе»*, 2) в бытовом контексте: недостаточное внимание к чему-либо: *«Думаю, когда он не даёт денег на маникюр тот же, он тебя просто обесценивает, обесценивает твои потребности»*.

Таким образом, использование специализированной психотерапевтической терминологии в бытовом контексте приводит к некоторой девальвации терминов, когда говорящий начинает применять их для описания более легких и повседневных состояний, что дает нам возможность глубже понять процессы социального взаимодействия в современном обществе. Отметим, что соблазн обратиться терапевтическому языку часто вызван и тем, что использование околонаучной терминологии как будто возвышает говорящего и делает его мнение более авторитетным. При этом согласимся с тем, что семантическое ядро термина/ лексемы сохраняется, но «обрастает эмоциями, персонификациями и другими чертами» [Здриковская, Мохова 2022: 1548].

В психотерапевтическом контексте нередко привлечение соответствующей терминологии вызвано необходимостью камуфлирования неприятных для пациента явлений (в примерах выше: *созависимость* вместо *эмоционально нездоровые отношения*, *токсичный* вместо *больной*, *абьюзер* вместо *эмоциональный насильник*), а также смягчения и вуалирования резких и оценочных характеристик (*гиперфиксация* вместо *обсессия*, *одержимость*). Это объясняется спецификой психотерапевтической деятельности, направленной на описание и коррекцию эмоциональных и психических состояний. В связи с этим нам представляется возможным рассмотреть психотерапевтическую терминологию в контексте теории эвфемии.

Но в бытовом контексте использование психотерапевтических терминов и лексем связано с желанием усилить значение, придать ему эмоциональный окрас (в примерах выше: *паническая атака* вместо

тревога, созависимость вместо эмоциональные взаимоотношения, токсичный вместо скучный, абьюзер вместо негодяй), что равносильно дисфемистической замене.

Заключение

Таким образом, психотерапевтическая терминология имеет значительный исследовательский потенциал в науке о языке. Мы полагаем, что, будучи частью медицинской терминологии, психотерапевтические термины и лексемы могут представлять собой интерес и как отдельный пласт лексики, имеющий собственные особенности функционирования. Однако использование психотерапевтических терминов и лексем в разных контекстах может иметь разные мотивы, а понимание лексической единицы происходит с учетом контекстуального варьирования его значения. Проведенное исследование позволяет нам ввести понятие психотерапевтической эвфемии, под которой мы понимаем особую подгруппу средств вербальной манипуляции, основанную на социальных и культурных детерминантах. Взаимодействие вуалирующей и манипулятивной функций психотерапевтической эвфемии позволяет рассматривать исследуемый феномен как мотивацию к позитивной самопрезентации личности.

Библиографический список

Большой энциклопедический словарь медицинских терминов/ под ред. проф. Э.Г. Улумбекова. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012. – 2263 с.

Здриковская Т.А., Мохова Ю.А. Функционирование психотерапевтических терминов в русскоязычном интернет-дискурсе.// Филологические науки. Вопросы теории и практики. Том 15. Выпуск 5. 2022. С.1548-1553

Творогова Н.Д. Клиническая психология: энциклопедический словарь/ под ред. Н.Д. Твороговой. – М.: Изд-во Особая книга, 2016. 608 с.

Лебедева С.В., Денисова В.В. Слово в индивидуальном лексиконе: исследования курской школы психолингвистики // Теория языка и межкультурная коммуникация. 2023. №1 (48). С. 205-213

Маджаева, С.И. Медицинские терминосистемы: становление, развитие, функционирование (на материале предметных областей медицины сахарный диабет и СПИД): моногр. / С. Маджаева. — Астрахань: Изд-во АГМА, 2012. - 277 с.

Майборода С.В. Медицинский дискурс: современные теоретико-методологические подходы и перспективы исследования// Коммуникативные исследования. 2017. №1 (11). С. 63-74

Никулина Е.А. Терминологизмы как результат взаимодействия и взаимовлияния терминологии и фразеологии современного английского языка: автореферат диссертации на соискание научной степени доктора филологических наук/ МПГУ. – Москва, 2005. – 40 с.

Фомина Т. А. Икс-фемия, или О трудностях разграничения эвфемии и дисфемии. Вестник Санкт-Петербургского университета. Язык и литература. 2020. № 17 (1). С. 122–134.

Шаховский В.И., Маджаева С.И. Медицинские инновации и их язык: эмотивнолингвоэкологический подход//Вопросы журналистики, педагогики, языкознания. 2020. № 39 (3). С. 497-510

Швецова С.В., Хантакова В.М. К проблеме упорядочения медицинских терминов (на материале английского языка)// Мир науки, культуры, образования. №6 (37) 2012

Электронные ресурсы

Врачи зафиксировали рост обращений россиян к психологам на фоне пандемии// РБК от 24.02.21: [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.rbc.ru/society/24/02/2021/6035b9ef9a7947e8b47a5afa>
(Дата обращения 18.12.2024)

Психические расстройства и расстройства поведения (F00 – F99). Класс V МКБ-10, адаптированный для использования в Российской Федерации. Министерство здравоохранения Российской Федерации, Москва 1998 [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://psychiatr.ru/download/1998?view=1&name=%D0%9C%D0%9A%D0%91-10%D1%81%D0%B3%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%81%D1%8B%D0%BB%D0%BA%D0%B0%D0%BC%D0%B8.pdf>
(Дата обращения 18.12.2024)

References

Bol'shoi ehntsiklopedicheskii slovar' meditsinskikh terminov/ pod red. prof. E.H.G. Ulumbekova. – М.: GEHOTAR-Media, 2012. – 2263 s.

Zdrikovskaya T.A., Mokhova YU.A. Funktsionirovanie psikhoterapevticheskikh terminov v russkoyazychnom internet-diskurse.// Filologicheskie nauki. Voprosy teorii i praktiki. Tom 15. Vypusk 5. 2022. S.1548-1553

Tvorogova N.D. Klinicheskaya psikhologiya: ehntsiklopedicheskii slovar'/ pod red. N.D. Tvorogovoi. – М.: Izd-vo Osobaya kniga, 2016. 608 s.

Lebedeva S.V., Denisova V.V. Slovo v individual'nom leksikone: issledovaniya kurskoi shkoly psikholingvistiki // Teoriya yazyka i mezhkul'turnaya kommunikatsiya. 2023. №1 (48). S. 205-213

Madzhaeva, S.I. Meditsinskie terminosistemy: stanovlenie, razvitiye, funktsionirovanie (na materiale predmetnykh oblastei meditsiny sakharnyi diabet i SPID): monogr. / S. Madzhaeva. — Astrakhan': Izd-vo AGMA, 2012. - 277 s.

Maiboroda S.V. Meditsinskii diskurs: sovremennye teoretiko-metodologicheskie podkhody i perspektivy issledovaniya// Kommunikativnye issledovaniya. 2017. №1 (11). S. 63-74

Nikulina E.A. Terminologizmy kak rezul'tat vzaimodeistviya i vzaimovliyaniya terminologii i frazeologii sovremennogo angliiskogo yazyka: avtoreferat dissertatsii na soiskanie nauchnoi stepeni doktora filologicheskikh nauk/ MPGU. – Moskva, 2005. – 40 s.

Fomina T. A. Iks-femiya, ili O trudnostyakh razgranicheniya ehvfemii i disfemii. Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Yazyk i literatura. 2020. № 17 (1). S. 122–134.

Shakhovskii V.I., Madzhaeva S.I. Meditsinskie innovatsii i ikh yazyk: ehmotivnolingvoehkologicheskii podkhod//Voprosy zhurnalistiki, pedagogiki, yazykoznaniya. 2020. № 39 (3). S. 497-510

Shvetsova S.V., Khantakova V.M. K probleme uporyadocheniya meditsinskikh terminov (na materiale angliiskogo yazyka)// Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya. №6 (37) 2012

Resources

Vрачи зафиксировали рост обращений россиян к психологам на фоне пандемии// RBK ot 24.02.21: [Elektronnyi resurs]. Rezhim dostupa: <https://www.rbc.ru/society/24/02/2021/6035b9ef9a7947e8b47a5afa> (Data obrashcheniya 18.12.2024)

Psikhicheskie rasstroistva i rasstroistva povedeniya (F00 – F99). Klass V MKB-10, adaptirovannyy dlya ispol'zovaniya v Rossiiskoi Federatsii. Ministerstvo zdравookhraneniya Rossiiskoi Federatsii, Moskva 1998 [Elektronnyi resurs]. Rezhim dostupa: https://psychiatr.ru/download/1998?view=1&name=%D0%9C%D0%9A%D0%91-10_%D1%81_%D0%B3%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%81%D1%8B%D0%BB%D0%BA%D0%B0%D0%BC%D0%B8.pdf (Data obrashcheniya 18.12.2024)