

Ю.И. Землянкина

г. Ташкент, Узбекистан, Узбекский государственный университет мировых языков

ФОНОСТИЛИСТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМПАТИИ В АНГЛОЯЗЫЧНОЙ КУЛЬТУРЕ

Аннотация. В статье рассматриваются фоностилистические средства выражения эмпатии в англоязычной культуре, как одного из важнейших элементов человеческого взаимодействия, способствующего просоциальному и альтруистическому поведению. Выявляются характерные особенности эмпатии, ее ключевые компоненты и развитие в

ряде гуманитарных наук. Приводится спектр фоностилистических средств характерных для проявления данного феномена в англоязычной речи в ключе linguoculturology.

Ключевые слова: фоностилистика, эмпатия, культура, коммуникация, лексика, когнитивный, эмоциональный, поведенческий.

Annotation. The article deals with the phonostylistic means of expressing empathy in English-speaking culture as one of the most important elements of human interaction, contributing to prosocial and altruistic behavior. The characteristic features of empathy, its key components and its evolvement in a number of human sciences are identified. The spectrum of phonostylistic means used for empathizing in English-speaking culture is presented from an angle of lingvoculturology.

Key words: phonostylistics, empathy, culture, communication, lexicon, cognitive, emotional, behavioral.

Эмпатия является важнейшим компонентом человеческого общения, который позволяет людям понимать и переживать чувства и эмоции друг друга. В англоязычной культуре, как и в других культурах, проявление эмпатии не ограничивается только вербальными средствами, но и включает в себя фоностилистические особенности, такие как интонация, ритм, тембр голоса и другие аспекты. Эти средства помогают углубить наше понимание эмоционального состояния собеседника и способствуют созданию более тесной связи между людьми. В данной статье мы подробно рассмотрим, как фоностилистические средства используются для проявления эмпатии в англоязычной культуре.

Характерные особенности эмпатии

Слово «эмпатия» сегодня довольно активно используется в научном обиходе, однако до конца 1950-х годов оно было мало известно и фактически не употреблялось [Freedberg, 2007]. Его эволюцию можно проследить от греческого слова *empathia*, которое переводится как ‘страдать вместе с’ [Cunningham 2009, p. 681]. В современную эпоху слово «эмпатия» ввел известный психолог Карл Роджерс в 1957 году в качестве терапевтического термина, определяя его как способ «точно воспринимать внутреннюю систему координат другого человека, а также относящиеся к ней эмоциональные компоненты и значения, как если бы человек был другим человеком, но при этом не утрачивая состояния *как если бы*» [Nackney 1978, p. 36].

Современные психологи, социологи и нейрочеловековеды пришли к пониманию того, что эмпатия это многогранный феномен, состоящий из трех основных компонентов: когнитивная, эмоциональная и поведенческая эмпатия [Riess & Noprent, 2018].

Когнитивная эмпатия — это мысленное понимание опыта другого человека и того, что в результате этого опыта он чувствует и думает, то есть способность увидеть ситуацию его глазами [Hodges & Myers, 2007].

Эмоциональной эмпатией это способность распознавать, воспринимать и эмоционально разделять чувства и переживания других людей [Hoffman, 1996].

Поведенческая эмпатия объединяет в себе когнитивную и эмоциональную и выражается в действиях, направленных на то, чтобы помочь другому человеку пережить неприятную для него ситуацию [Toi & Batson, 1982].

Следовательно, эмпатия может проявляться на когнитивном, эмоциональном и поведенческих уровнях. Рассмотрим более подробно эмоционально-поведенческий аспект эмпатии, поскольку она связана с моральной эмоцией сочувствия и заботы, а также с просоциальными и альтруистическими поведением [Keen, 2006].

В психологической и социологической научной среде появляется всё больше исследований доказывающих гипотезу о том, что эмпатическое сопереживания вызывает в сопереживающем альтруистическую мотивацию помочь человеку, оказавшемуся в беде, тем самым ещё больше повышая социальное значение данного феномена [Toi & Batson, 1982; Batson, 1991; de Waal, 2008; Batson et al. 1997).

Фоностилистические средства выражения эмпатии

Как и большинство эмоций, эмпатия может проявляться как вербально, так и невербально. Коммуникация в англоязычной культуре обычно включает в себя богатый набор фоностилистических средств, которые могут усиливать или уменьшать уровень эмпатии в разговоре. Здесь следует упомянуть, что фоностилистика изучает реализацию потенциальных функционально-стилистических возможностей языка на фонологическом уровне в зависимости от целей и задач общения, характера содержания, типа мышления и различных ситуативных возможностей общения в той или иной социальной сфере [Лагута, 1999].

Интонация и тон в функциональном плане являются основными фоностилистическими средствами в проявлении эмпатии. Мягкий и тёплый тон может создавать атмосферу доверия и поддержки. В то время как резкий и высокий тон передает агрессию или недовольство, а понижение тона говорит об обеспокоенности человека.

Выбор соответствующей интонации имеет огромное значение, особенно в контекстах, требующих чувствительности, таких как поддержка человека, переживающего утрату или стресс. Когда человек слышит, что другой говорит с приятной интонацией и мягким тембром, это, как правило, вызывает у него желание открыться и поделиться своими чувствами. Это особенно важно в терапевтических отношениях, где необходима высокая степень эмпатии и доверия. Исследования показывают, что люди чаще делятся своими переживаниями, когда их собеседник использует тёплую и отзывчивую интонацию. Одни и те же слова могут звучать по-разному в зависимости от интонационных изменений, тем самым значительно изменяя смысл сказанного, сигнализируя об искренности, заинтересованности, участии и т.д.

Тембр голоса также служит важным инструментом поддерживающим эмпатию в личном общении. Он не только передаёт информацию об

индивидуальных особенностях, физическом и психоэмоциональном состоянии говорящего, но и может влиять на восприятие сообщения собеседником. Например, низкий, мягкий тембр часто ассоциируется со спокойствием и поддержкой. В то же время пронзительный или резкий тембр может вызвать страх или тревогу.

В англоязычной культуре, как и в других, тембр голоса может варьироваться в зависимости от ситуации. Психологи утверждают, что люди чаще доверяют тем, чей голос звучит приглушенно и уверенно, поскольку это создает ощущение безопасности. В таких случаях ожидается, что человек, имеющий тёплый и обволакивающий тембр, будет более восприимчив к эмоциональным нуждам других и способен к настоящей эмпатии.

В свою очередь, ритм, скорость и темп речи также позволяет передать множество чувственных нюансов, отражающие эмпатическое. Так, медленный и равномерный ритм может быть использован для успокоения собеседника, тогда как быстрый ритм может восприниматься как возбуждение или тревога, создавая напряжение в общении тем самым усугубляя неприятные переживания.

В контексте англоязычной культуры ритм может быть настроен в зависимости от контекста общения, адресата и адресанта. При этом важно отметить, что умение отслеживать изменения ритма собеседника в зависимости от ситуации и его эмоционального состояния и адаптировать свой ритм соответственно, как известно, создает более эмпатичную атмосферу и способствует более глубокому и продуктивному общению.

Имеются не только фоностилистические, но лексические средства, непосредственно связанные с проявлением эмпатии, их можно назвать эмпатийные слова и выражения: *I can feel your pain and sorrow* 'Я чувствую, как тебе больно и грустно' *I would feel exactly the same* 'Я бы себя точно так же чувствовала'. Слова поддержки, сказанные с теплой интонацией и медленным, успокаивающим ритмом, могут иметь более глубокий и успокаивающий эффект. Эмпатические слова, произнесённые в обыденной, рутинной манере, могут не создать ожидаемого эффекта, тогда как некоторые лексические формы *I'm so sorry to hear about that* 'Мне очень жаль слышать об этом' *Oh, dear! I really feel for you* 'О, дорогой\дорогая! Я очень тебе сочувствую', произнесённые с должной интонацией, могут способствовать глубинному пониманию и помощи. Фоностилистическая упаковка данных лексических средств влияет на то, как собеседник воспринимает понятия чувства. Незнание данных аспектов и нюансов языка могут создать существенные препятствия для выражения эмпатии. Следовательно, это требует от говорящего внимательности и способности адаптировать не только содержание, но и форму общения.

Рассмотрим несколько примеров наглядно:

1. *I can only imagine how hard that must be.* 'Я лишь могу представить, как же тяжело это.' Свидетельствует о понимании чувств и состояния переживающего.

2. *I understand how you feel.* 'Я понимаю, как ты себя чувствуешь.' Также помогает человеку почувствовать, что его чувства поняты и признаны
3. *I'm here for you if you need to talk or if there's anything I can do to help.* 'Я здесь, если тебе нужно поговорить или еще как-то помочь тебе.' Простая, но мощная фраза, которая показывает, что вы готовы не только выслушать, но и помочь.
4. *It takes a lot of strength\courage to share this with me. I appreciate your trusting me.* 'Я понимаю, сколько смелости требует поделиться таким, я очень ценю твое доверие.' Данная фраза дает понять человеку, что он может доверять и его доверие действительно ценно.
5. *You're not alone in this. I'm here for you.* 'Ты не одна, я с тобой.' Помогает избавиться от чувства одиночества.

Роль культурных контекстов в эмпатии

Культурные контексты имеют огромное значение как в выражении, так и понимании эмпатии. Англоязычная культура, включает в себя различные акценты, диалекты и стили общения, которые могут влиять на проявление эмпатии. Незнание или не учитывание этих культурных различий, может препятствовать в достижении желанного эффекта, а порой может привести к недопониманию.

Так, в англоязычной культуре, как и в большинстве других культур, важно избегать резких и оценочных высказываний, поскольку они вызывают негативные эмоции у собеседника. И напротив, использование мягких и поддерживающих формулировок может способствовать продуктивности общения.

Английский язык, как известно, отличается большей рациональностью нежели эмоциональностью и обладает ограниченным набором средств для выражения чувств по сравнению с русским языком [Ларина, 2004]. Это может быть объяснено тем, что в английской коммуникативной культуре, особенно в таких англоязычных странах как США или Великобритания, открытое проявление эмоций не приветствуется, а напротив, сдержанность и самоконтроль рассматриваются как важные качества достойного поведения. Вероятно, именно поэтому в английском языке эмоции часто передаются имплицитно, что может быть не всегда понятно и легко воспринято носителями русской лингвокультуры, открытое выражение которых является одной из характерных национальных черт [Озюменко, 2005]. Соответственно, в межкультурном общении, при выборе средств и способов проявления эмпатии с учетом их фоностилистических аспектов необходимо учитывать эти различия.

Заключение

Эмпатия — это не просто навык, это искусство, которое требует осознания и понимания как в словесном, так и невербальном общении. Важно помнить, что даже в рамках одной культуры вариации в фоностилистических средствах могут оказать значительное влияние на качество взаимодействия между людьми. Интонация, тембр, ритм речи и

выбор слов способны создавать более глубокие и благоприятные эмоциональные связи между людьми, улучшая продуктивность общения.

Таким образом, благодаря фоностилистическим средствам мы можем адекватно контексту передавать эмпатию. Однако, эти средства не существуют сами по себе, а функционируют в сложной системе языка и культуры, так что их использование должно быть адаптировано к различным контекстам.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ларина Т. В. Выражение эмоций в английской и русской коммуникативных культурах. // Язык и эмоции: личностные смыслы и доминанты: Сб. научных трудов/Под ред. В. И. Шаховского. – Волгоград, 2004. – С.36-46.
2. Озюменко В. И. Грамматическое выражение эмоций в английском языке. // Русистика. 2005. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/grammaticheskoe-vyrazhenie-emotsiy-v-angliyskom-yazyke> (дата обращения: 16.03.2025).
3. Batson C. D. The altruism question: Toward a social-psychological answer. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1991.
4. Batson C. D. Sager K., Garst E., Kang M., Rubchinsky K., & Dawson K. Is empathy-induced helping due to self-other merging? // Journal of Personality and Social Psychology. 1997, 73. – P. 495-509. doi:10.1037/0022-3514.73.3.495.
5. Cunningham D. L. An empirical framework for understanding how teachers conceptualize and cultivate historical empathy in students. //Journal of Curriculum Studies. 2009, 41(5). – P. 679-709.
6. de Waal F.B. Putting the altruism back into altruism: the evolution of empathy. // Annual Review of Psychology. 2008, 59 (1). – P. 279–300. doi:10.1146/annurev.psych.59.103006.093625. PMID 17550343. Archived (PDF) from the original on April 17, 2012.
7. Freedberg S. Re-examining empathy: A relational-feminist point of view. //Social Work, 2007, 52(3). – P. 251-259.
8. Hackney H. The evolution of empathy. //Personnel and Guidance Journal. 1978, 57(1). – P. 35-38.
9. Hodges S. D. & Myers M. W. Empathy. /In R. F. Baumeister and K. D. Vohs (Eds.). Encyclopedia of social psychology. Thousand Oaks, CA: Sage, 2007. – P. 296–298.
10. Hoffman M. L. Empathy and moral development. //The annual report of educational psychology in Japan. – T. 35, 1996.– С. 157-162.
11. Keen S. A Theory of Narrative Empathy. // Narrative. 2006, 14 (3). – P. 207–236. doi:10.1353/nar.2006.0015. S2CID 52228354
12. Riess H. & Neporent L. Empathy Effects. //Sounds True. 2018.
13. Rogers C. R. Empatic: an unappreciated way of being. // The Counseling Psychologist. 1975, V. 5, N 2. –P. 2-10.
14. Toi M. & Batson C.D. More evidence that empathy is a source of altruistic motivation. //Journal of Personality and Social Psychology, 1982, 43. – P. 281-292.