

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ПОНЯТТЯ «МОВЛЕННЄВА ТРИВОЖНІСТЬ»

Олеся Турчак  
(Київ, Україна)

*Статтю присвячено дослідженню мовленнєвої тривожності. Автор аналізує психологічну суть цього явища, а також дає чітке визначення терміну „мовленнєва тривожність”, роблячи акцент на зв'язку цього специфічного виду ситуативної тривожності з зовнішніми емоціогенними факторами, що впливають на індивіда.*

**Ключові слова:** тривожність, мовленнєва тривожність, вербальні прояви.

*Стаття посвящена исследованию речевой тревожности. Автор анализирует психологическую суть этого явления, а также дает четкое определение термина „речевая тревожность”, акцентируя внимание на связи этого специфического вида ситуационной тревожности с внешними эмоциогенными факторами, влияющими на индивида.*

**Ключевые слова:** тревожность, речевая тревожность, вербальные проявления.

*The article is devoted to studying of speech anxiety. The author analyses psychological nature of this phenomenon, and gives definition of the term “speech anxiety”, making an accent on the connection of this specific type of situational anxiety with external emotiogenic factors influencing the individuum.*

**Keywords:** anxiety, speech anxiety, verbal manifestations.

**Постановка проблеми.** На сучасному етапі розвитку суспільства в умовах активного зростання темпу життя, виробництва й міжособистісних контактів виникає необхідність дослідження особливостей діяльності людини в умовах емоційної напруги. Впливаючи на різні сфери психічного життя людини, емоційна напруга, звісно, виявляється і у мовленнєвій сфері, проте, ми не знаходимо достатньої кількості теоретичних досліджень даної теми, що й зумовлює актуальність нашої статті.

**Аналіз останніх досліджень.** На важливості вивчення особливостей мовлення в емоціогенних умовах наголошували провідні вчені (Н. Вітт, В. Галунов, І. Зимня, В. Маньоров, Е. Носенко, В. Попов, В. Таубкін, Л. Тищенко, М. Фролов, D. Boomer, A. Dittman, F. Goldman-Eisler, G. Mahl, Ch. Osgood та ін.). У ході досліджень, проведених вищеназваними науковцями, було доведено факт залежності мовлення від емоційного стану індивіда, що дає змогу аналізувати явище мовленнєвої тривожності у контексті емоціогенної ситуації. Щодо поняття „мовленнєва тривожність”, то можна виділити дві основні точки зору щодо розуміння цього явища. З одного боку, вітчизняні дослідники (А. Крилов, С. Маничев та ін.) розглядають мовленнєву тривожність як хвилювання індивіда стосовно його власного мовлення. З іншого боку, зарубіжні дослідники (S. Lucas, R. Pike, W. Hendricks та ін.) розглядають мовленнєву тривожність (speech anxiety) як страх виступу перед аудиторією. Проте, попри значну кількість психологічних досліджень, спрямованих на вивчення мовленнєвих параметрів у різних емоційних станах, поняття мовленнєвої тривожності не отримало цілісного висвітлення у психологічній літературі.

**Мета** нашої статті – провести аналіз психологічної суті поняття „мовленнєва тривожність”.

**Виклад основного матеріалу.** Багатозначність психічного явища тривожності полягає у варіативності використовуваних різними науковцями значень терміну «тривожність». Так, тривожність визначається як психологічний стан підвищеного занепокоєння та емоційної напруги людини (В. Баженов, В. Баженова, С. Давлетчина); риса характеру індивіда, яка проявляється у схильності до реакцій тривоги (В. Жмуров); відчуття страху і погані передчуття (М. Кордуелл); схильність переживати реальну й надуману небезпеку (Н. Конюхов, С. Нартова-Бочавер). О. Чернігова [11] визначає тривожність як «страх очікування». О. Кондаш [5] розуміє тривожність як страх перед випробуванням. На думку Л. Артюшина, С. Мосова та О. Охременко [1], тривожність – це суб'єктивний емоційний стан, що характеризується відчуттям страху або очікуванням небезпеки.

Загальнопсихологічне тлумачення поняття «тривожність» акцентує увагу на переживанні емоційного дискомфорту, пов'язаного з очікуванням неблагополуччя або передчуттям загрози небезпеки. Іншими словами, термін «тривожність» найчастіше використовується для опису неприємного за характером тимчасового психічного стану особистості, що виникає внаслідок дії стресових факторів. Тривожність виникає тоді, коли індивід сприймає певний подразник або ситуацію такими, що несуть у собі актуальні чи потенційні елементи небезпеки, загрози або шкоди.

У психологічному словнику за редакцією Б. Мещерякова та В. Зінченка «тривожність – це індивідуальна психологічна особливість, яка проявляється у схильності людини до частих та інтенсивних переживань стану тривоги, а також у низькому порозі його виникнення» [2, с. 500].

На нашу думку, оптимальне визначення поняття тривожності сформоване Є. Ільїним, який розглядає тривожність як «результат активності уяви, фантазії щодо

майбутнього» та розуміє її як «емоційний стан гострого внутрішнього болісного беззмистовного неспокою, пов'язаного у свідомості індивіда з прогнозуванням невдачі, небезпеки або ж очікуванням чогось важливого, значимого для людини в умовах невизначеності» [4, с. 142].

Тривожність розглядається всіма дослідниками як послідовність когнітивних, афективних і поведінкових реакцій, актуалізованих унаслідок впливу на індивіда різноманітних стресових факторів. Зазначимо, що цей процес може бути викликаний зовнішніми стресовими подразниками або окремим внутрішнім джерелом, тому й сприймається індивідом як небезпечний або загрозливий. Звідси випливає, що концепція тривожності як процесу включає такі послідовні часові компоненти: стрес – сприйняття загрози – стан тривожності [10, с. 15].

Вищезазначений підхід поєднує зовнішнє джерело стресу та його оцінку. При цьому конфліктом вважається протиріччя між оцінкою індивідом певної ситуації як загрозливої (незалежно від її об'єктивних характеристик) і відсутністю необхідних засобів для її запобігання або подолання. Таким чином, когнітивне оцінювання загрози передбачає дотримання таких етапів процесу оцінювання: 1) безпосередньо оцінювання ситуації як загрозливої, 2) пошук і відбір засобів подолання загрози, 3) когнітивне переоцінювання ситуації та зміна ставлення до неї. Тривожність виникає тоді, коли оцінювання зовнішньої загрози поєднується з уявленням про неможливість знайти сприятливі засоби для її подолання, а її профілактика та корекція розуміються як навчання «переоцінюванню ситуації» [9].

Інший підхід розглядає тривожність як стан, що виникає під впливом стресових факторів (Х. Дельгадо, Р. Лазарус, Р. Мей, І. Пацявічус, О. Прихожан, Ч. Спілбергер, Ю. Ханін). Спільним у дослідженнях є те, що на думку

вчених, стан тривожності виникає саме внаслідок дії стресових чинників. Окрім того, більшість із них сходяться у думці стосовно того, що в активації тривожності вирішальну роль відіграють когнітивні фактори, тобто когнітивне оцінювання загрози є першою ланкою у виникненні стану тривожності, а когнітивна переоцінка визначає інтенсивність цього стану та його часову перманентність. Так, Ч. Спілбергер [10] визначає тривожність як «емоційну реакцію», яка характеризується поганими передчуттями, суб'єктивним відчуттям напруги, нервозності, неспокою й супроводжується активацією вегетативної нервової системи. За даними, отриманими Л. Куліковим, М. Долюною та М. Дмитрієвою [6], тривожність безпосередньо пов'язана з особистісною характеристикою індивіда. Так, індивіди з високим рівнем особистісної тривожності схильні сприймати загрозу власній самооцінці й життєдіяльності у широкому діапазоні ситуацій й реагувати високо вираженим станом тривожності.

Аналіз теоретичної літератури дозволив виокремити дві основні тенденції щодо тлумачення феномену тривожності. По-перше, тривожність розглядається як відносно стійка індивідуальна психологічна особливість або властивість темпераменту. По-друге, тривожність розглядається як негативний за психологічним забарвленням стан індивіда у певній емоціонній ситуації. У нашому дослідженні ми приймаємо саме друге тлумачення поняття тривожності.

Прояви тривожності розрізняються на двох рівнях: фізіологічному та психологічному. До фізіологічних проявів тривожності належать такі:

– психофізичні стани (посилене серцебиття, прискорення та ускладнення дихання, відчуття напруження у м'язах, спазми в горлі, почервоніння або блідість шкіри, тремор і потіння рук тощо);

- психосоматичні порушення (болі в шлунку та його розлад, нудота, головні болі тощо);

- невротичні комплекси (плаксивість, гіперактивність, поганий або надмірний апетит, заїкання, тики тощо).

До психологічних проявів тривожності належать:

- емоційний компонент, що охоплює комбінацію тривожних переживань (напруження, хвилювання, занепокоєння, страх, безпорадність, розгубленість, роздратованість тощо);

- поведінковий компонент, пов'язаний із реакціями пригнічення (важко зосередитись, пасивність, несамостійність, мрійливість, безсилля перед труднощами тощо) та збудження нервових імпульсів (агресивність, нездатність переносити ситуацію очікування, раптова бурхлива діяльність, різка манера поведінки тощо);

- когнітивний компонент (охоплює такі складові, як мотиваційна сфера – порушення процесів цілепокладання, самоорганізації та саморегуляції, рівень домагань – надмірно високий або надмірно занижений, самооцінка – занижена або завищена, самоусвідомлення – формування ірраціональних компонентів у сприйманні «Образу Я», вербальні прояви – порушення темпоритму мовлення, формування специфічних словесних установок тощо) [8].

Вивченням вербальних проявів тривожності займалися вчені Д. Бумер, Н. Вітт, В. Галунов, Дж. Каган, В. Лебедев, В. Маньоров, В. Маріщук, Е. Носенко, Ч. Осгуд, Р. Якобсон та інші. Найбільша частина робіт присвячена в основному дослідженню спектральних і динамічних характеристик мовленнєвого сигналу.

На думку багатьох дослідників, емоційний стан, зокрема тривожний стан, визначається своєрідним «активатором» і «переривником» мовлення у невизначених та емоційно насичених ситуаціях (Д. Бумер, А. Диттман,

Дж. Каган, П. Монроу) й проявляється у просодії – у появі хезитацій, періодів мовчання, перепадів загального темпу мовлення, інтонаційних варіацій тощо (Е. Носенко, Ч. Осгуд). Істотними є дані про емоційну регуляцію мовлення у просодичному плані (В. Маньоров), про зміни довжини наголошених голосних, пауз і часу вербальних реакцій людини в емоційних станах тривоги, страху, гніву, радості й суму, а також при втомі (О. Ніконов).

Виходячи з особливостей нейрофізіологічних механізмів емоційних станів, Е. Носенко [7] класифікує зміни у характеристиках мовлення таким чином:

1. Зміни в характеристиках мовлення в стані емоційної напруги, обумовлені особливостями вегетативного реагування, притаманними цьому стану.

2. Зміни в характеристиках мовлення, які є відображенням специфіки перебігу сенсорних і розумових процесів у стані емоційної напруги.

3. Зміни в характеристиках мовлення, пов'язані з особливостями перебігу окремих моторних реакцій у стані емоційної напруги.

Дослідження виключно акустичних і темпоральних характеристик мовлення у стані емоційної напруги є, однак, недостатнім. Досить значну інформацію у вивченні цього питання може дати аналіз особливостей етапу мовленнєвої реалізації, тобто змін у синтаксичних, лексичних і семантичних характеристиках мовлення.

Так, у ході своїх досліджень Дж. Маль [12] установив таку закономірність: чим більше виражена тривожність, тим більше у мовленні виражаються такі явища:

1) семантично нерелевантні повторення фраз, частин фраз, окремого слова, складів;

2) незавершеність слова (опускання частини слова), що супроводжується змінами у структурі речення або повтореннями;

3) незавершеність речення (логічна або синтаксична) при відсутності подальших виправлень таких речень;

4) обмовки, що включають також неологізми та парафазії;

5) транспозиція окремих слів у реченні;

6) зростання кількості самокорекцій;

7) збільшення пауз нерішучості, як заповнених, так і незаповнених.

Досить істотних результатів досягла у своїх дослідженнях Н. Вітт [3], яка вивчала питання залежності мовленнєвої реалізації від емоційного стану індивіда. На її думку, емоційна регуляція мовлення як прояв психічного регулювання має власну феноменологію, характеризується особливостями структурної організації та функціонування. Таке регулювання становить собою реалізацію регулятивної функції емоційних особливостей психологічних рис індивіда у вибірковості його мовленнєвого реагування на ситуацію вербального спілкування. Емоційне регулювання мовлення об'єктивується у мовленнєвому процесі та його результаті (мовленнєвому висловлюванні), становлячи собою єдність процесуального та результативного аспектів. Процесуальний аспект емоційного регулювання мовлення залежить від відносно стійких орієнтацій індивіда на певні стресори. Результативний аспект може бути виявлений шляхом аналізу емоційних особливостей висловлювання, які згодом співвідносяться із особистісними характеристиками індивіда. У ході проведених досліджень Н. Вітт довела, що певні ситуації, у яких розгортаються мовленнєві процеси, можуть набувати суб'єктивної емоціогенності, яка залежить від властивого індивіду упередженого ставлення до дійсності. Характер і ступінь емоціогенності ситуацій визначається тим, що серед їхніх елементів індивід виокремлює ті, які мають значення для нього, та



емоційно реагує саме на них. Так, результати проведеного дослідницею аналізу мовлення в умовах спілкування та при вирішенні вербальних задач засвідчуюють, що орієнтації індивіда на елементи комунікативних ситуацій обумовлені емоційними диспозиціями особистості як схильністю до переживання емоцій позитивного або негативного знаку, а також радісної, тривожної та інших модальностей.

Аналізуючи дослідження особливостей писемного мовлення у тривожному стані, слід відмітити доробок таких учених, як Ч. Осгуд та Е. Уолкер [13]. Основою їхнього дослідження стали близько ста передсмертних записок самогубців. Порівнюючи ці записки зі звичайними листами тих самих людей, дослідники дійшли висновку, що у тривожному стані для писемного мовлення характерною є стереотипність уживаних слів, що виявляється у використанні мовних одиниць, найбільш притаманних мовленню індивіда. Окрім того, у писемному мовленні в тривожній ситуації частіше зустрічаються такі формально-структурні порушення: помилки при узгодженні слів, нечітка синтаксична композиція, семантично нерелевантні повторення, слова зі значенням семантичної безвинятковості типу «всі», «нічого», «ніхто», «завжди», «ніколи», а також слова з чіткою позитивною чи негативною конотацією. Таким чином, писемне мовлення у тривожному стані має ті самі характеристики, які є характерними для усного мовлення у емоційно забарвлених ситуаціях.

Всі вищепроаналізовані дослідження, присвячені вивченню тривожності та її проявам у психічних станах та процесах людини, дозволяють нам означити мовленнєву тривожність окремим видом тривожності, що виникає під дією емоціогенних факторів та виявляється у змінах мовленнєвих параметрів.

**Висновки.** Таким чином, мовленнєва тривожність визначається нами специфічним типом ситуативної

тривожності, що виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію та характеризується помітними порушеннями мовленнєвих параметрів, характерних для звичайного психічного стану індивіда. Мовленнєва тривожність виявляється як у продуктивних, так і у рецептивних видах мовленнєвої діяльності, при цьому, визначальним для виникнення мовленнєвої тривожності є стан емоційної напруги. Подальші дослідження мовленнєвої тривожності мають на меті розробку діагностичної програми для дослідження її проявів у ситуаціях емоційної напруги та тренінгової системи щодо подолання цих проявів.

### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Артюшин Л. М. Праця в особливих умовах. / Л. М. Артюшин, С. П. Мосов, О. Р. Охрименко. - К.: Хімджест, 2004. – 94 с.
2. Большой психологический словарь / [ред.-упоряд. Б. Мещеряков, В. Зинченко]. – СПб.: Прайм-Евроник, 2004. – 672 с.
3. Витт Н. В. Информация об эмоциональных состояниях в речевой интонации. / Н. В. Витт // Вопросы психологии – № 3 – М., 1965
4. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин – СПб.: Питер, 2001. – 752 с.
5. Кондаш О. Хвилювання: Страх перед випробуванням / О. Кондаш. – К.: «Радянська школа», 1981. – 168 с.
6. Куликов Л. В. Психология личности в трудах отечественных психологов / Л. В. Куликов. – СПб.: Питер, 2009. – 283 с.
7. Носенко Э. Л. Особенности речи в состоянии эмоциональной напряженности / Э. Л. Носенко. – Днепропетровск, 1975. – 130 с.
8. Омельченко Я. Психологічна допомога дітям з тривожними станами / Я. Омельченко, З. Кісарчук. – К.: Шк. світ, 2008. – 112 с.
9. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2000. – 304 с.
10. Спилбергер Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги. / Ч. Д. Спилбергер // Стресс и тревога в спорте: сб. научных статей. - М., 1983. - С. 12-24.
11. Черникова О. А. Исследование эмоциональной устойчивости в условиях напряженной деятельности: материалы 28

- Международного конгресса психологов / О. А. Черникова - М., 1966. - Т. 2. - С. 21-35.
12. Mahl G. F. The lexical and linguistic level in the expression of emotions / Ed. by P. H. Knapp // Expression of the Emotions in Man. – N. Y., 1963.
  13. Osgood Ch. E. Motivation and dynamics of language behaviour / Ch. E. Osgood // Nebraska Symposium on Motivation. – V. 5 – Nebraska, 1967. – p. 348-424.

УДК 159.9.07:159.922

## УНИВЕРСАЛЬНОЕ И ЛОКАЛЬНОЕ В ДИСКУРСЕ МУЛЬТИКУЛЬТУРНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Светлана Федько  
(Киев, Украина)

*Статтю присвячено питанню специфічних особливостей дискурсу психологічної допомоги в мультикультурному середовищі. Виходячи з узагальнених даних з області крос-культурної психології, етнолінгвістики і дискурсивного аналізу, було виділено ряд підстав для визначення культурно-специфічних рис у дискурсі психологічної допомоги.*

**Ключові слова:** психологічне консультування, мультикультуралізм, дискурс.

*Статья посвящена вопросу специфических особенностей дискурса психологической помощи в мультикультурной среде. На основе научных данных из области кросс-культурной психологии, этнолингвистики, и дискурсивного анализа, были выделены основания для определения культурно-специфических черт в дискурсе психологической помощи.*