

ЯЗЫКОВАЯ МАРКИРОВАННОСТЬ ДЕПРЕССИИ

Н.Ф. Крюкова¹, О.В. Байкова²

¹Тверской государственной университет, г. Тверь

²Вятский государственной университет, г. Киров

В статье рассматриваются вопросы исследования языковых единиц, считающихся показателями депрессии. Использование данных маркеров свойственно людям, страдающим депрессией и/или близким к ней психическими расстройствами.

Ключевые слова: язык, показатели депрессии, языковые маркеры, индивидуальный стиль речи.

Актуальность работы обусловлена растущим научным интересом к проблеме связи психических расстройств и языка, и, как следствие, к материалам, касающимся непосредственно языковых показателей депрессии. Данные, размещенные на сайте Всемирной Организации Здоровья [4] и представляющие все возрастные группы с подтвержденным диагнозом «депрессия», несомненно свидетельствуют об обширном распространении этого психического расстройства. Наличие в речи пациента маркеров депрессии позволяет надежнее определить болезнь и поставить диагноз.

Языком депрессии можно назвать совокупность всех языковых средств, неосознанное использование которых свойственно людям, страдающим депрессией и/или близкими к ней психическими расстройствами. К числу таких средств могут относиться лексические единицы, грамматические конструкции, формаповествования и др.

Уже достаточно долго проводятся исследования связи между расстройствами психики и их проявлениями в языке страдающих ими людей. Так, например, исследования нарративных психологов фокусируются на использовании в терапии историй людей о своей жизни, в то время как клинические психологи уделяют особое внимание связи между психическими расстройствами и стилевыми особенностями языка [8: 39].

Зарубежные ученые в ходе своих исследований обращаются к дневникам и другим личным записям людей, у которых официально была диагностирована депрессия. Так, София Демьен [9] обобщает данные ранее проведенных исследований и описывает результаты анализа дневников Сильвии Плат при помощи программы автоматизированного корпусного анализа Wmatrix.

Значительный вклад в изучение лингвистических маркеров психических расстройств внес американский социальный психолог

Джеймс Пеннебейкер. Исследователь отмечает: «Употребление тех или иных слов может рассказать нам не просто историю, а гораздо больше – это настоящее окно в мир говорящего» [15: 291]. Дж. Пеннебейкер и его коллеги обнаружили, что функциональные слова (грамматические слова/частицы) наряду со словами, связанными с эмоциями, лексикой, ассоциируемой с познавательной деятельностью, могут указывать на его подверженность депрессии, шизофрении и др. [13: 210].

К языковым маркерам депрессии могут относиться следующие:

- нейротизм (частое употребление слов для обозначения негативных эмоций и местоимений первого лица единственного числа);
- тревожность (частое употребление местоимений первого лица единственного числа и средств выражения пояснения);
- гнев (частое употребление средств выражения отрицания, риторических вопросов, прямых ссылок на других людей);
- склонность к обману (низкая частота использования местоимения первого лица единственного числа, более частое использование слов, обозначающих негативные эмоции, сниженная когнитивная сложность, использование средств, относящихся к категории эксклюзива);
- эмоциональное потрясение, депрессия, суицидальные наклонности [8: 41].

Рассмотрим более подробно исследования, направленные непосредственно на выявление конкретных языковых маркеров депрессии в английском языке.

С. Стирман и Дж. Пеннебейкер [19] указывают, что в произведениях поэтов, склонных к депрессии и суициду, встречается больше **местоимений первого лица единственного числа** (*I, me, my, mine*), чем у «здоровых» поэтов. К схожему результату пришли психологи из Аризонского университета во главе с Элисон Тэкман [4]. С. Фекете разделяет данное мнение и отмечает, что высокая частота упоминаний о себе, вероятнее всего, отражает озабоченность собой. Помимо этого, по мнению данного исследователя, данная языковая особенность может указывать на неспособность тестируемых дистанцироваться от своих личных проблем [10: 359].

Однако большое количество местоимений первого лица единственного числа в речи людей можно наблюдать и в абсолютно противоположной ситуации: когда они испытывают положительные эмоции, в частности, когда рассказывают о своих достижениях. К такому интересному наблюдению пришли Р. Харгитей и др., которые предполагают: как в рассказах о достижениях собственная личность восхваляется в связи с определенной позитивной ассоциацией, вызванной конкретным действием, так и в повествованиях об отрицательных событиях личность также становится важной,

но в данном случае это объясняется желанием человека дистанцироваться от других и преодолевать возникшие у него трудности в одиночку. В обеих ситуациях мы сталкиваемся с неосознанным использованием определенных местоимений [12: 36].

Анализируя дневники Сильвии Плат, С. Демьен заметила, что американская писательница делала некоторые записи от второго лица, а не от первого, при этом оставаясь центральным действующим лицом в своих историях, т.е. использовала в отношении себя местоимение *You*, а не *I* [8: 158]. Исследовательница, объясняя этот феномен, ведет речь о многофункциональности некоторых местоимений. В частности, использование местоимения *You* в качестве инструмента самореференции может указывать на внутреннюю «двойственность» и «расщепление» личности и рассматриваться как желание говорящего/автора отчасти позволить собеседнику/читателю оказаться на его месте и побудить к сопереживанию [8: 169]. Помимо этого, как указывает М. Флудерник, психологической причиной употребления в речи данного местоимения может являться чувство напряженности или даже переживаемый внутренний конфликт [11: 466].

Видимо, более правильно будет утверждать, что языковым маркером депрессии является не чрезмерное употребление местоимения первого лица единственного числа, как говорилось ранее, а частые самореференции в целом, то есть такие слова, которые в речи служат как бы отсылками на самого говорящего.

С. Фекете, исследовав языковые характеристики участников трех дискуссионных групп самопомощи (для людей с суицидальными наклонностями, страдающих депрессией и тревожным расстройством) в сети Интернет и проведя их сравнительный анализ, приходит к выводу, что для участников «депрессивной» группы характерна не только частая самореференция, но и частое употребление **пояснительных слов и конструкций** (*that is, namely, as follows*), **уступительных союзов** (*although, but, however, except*), **ярко выраженная дихотомия и использование абсолютизмов** (например, использование терминов семантической безысключительности (*forever, always, never*), усилительных наречий (*very, totally, absolutely*)), **склонность к отрицаниям**, а также большое количество **эмоциональной лексики** [10: 355].

Высокую частоту употребления средств выражения пояснения и уступительных союзов исследователь объясняет импульсивностью, нерешительностью и амбивалентностью страдающих депрессией людей [10: 359].

Использование более поляризованных, дихотомических структур для человека, страдающего депрессией, может служить проявлением защитного механизма [10: 359]. Исследователь М. Аль-Мосави и его коллега пришли к заключению, что распространенность абсолютистских слов примерно на 50% выше на тех форумах, где обсуждаются депрессия

и тревога, и примерно на 80% больше на форумах, предназначенных для общения и поддержки людей с суицидальными наклонностями. По мнению данных исследователей, абсолютистские слова являются более достоверным показателем тяжести аффективных расстройств, чем, например, слова, напрямую называющие эмоции. Помимо этого, исследователи утверждают, что абсолютистское мышление может быть рассмотрено как фактор уязвимости. Стоит также указать, что к таким словам исследователи так же, как и С. Фекете, относят термины семантической безысключительности, усилительные наречия, а также отрицательные местоимения и, наоборот, местоимения с обобщающим значением [7: 529].

Р. Харгитей и др., рассматривая психологическую природу повышенной частоты отрицаний в речи, опираются на идею того, что форма и особенно глубина «отказа» часто определяют отношения между самим индивидом и его ближайшим окружением [12: 26]. С. Фекете также отмечает, что выраженная тенденция использовать единицы, наделенные значением отрицания, может быть рассмотрена как реакция избегания или показатель оппозиционных тенденций [10: 359]. Традиционно склонность к использованию отрицаний ассоциируется с негативизмом, обесцениванием мира, психологическими кризисами, суицидальными наклонностями и причинением вреда самому себе, однако, исследование, которое провела группа ученых под руководством Р. Харгитея, предлагает более детальное рассмотрение результатов. По мнению данных специалистов, отрицания намного чаще встречаются в историях, основанных на негативном жизненном опыте, чем в историях, базирующихся на позитивном жизненном опыте. Таким образом, языковые особенности будут зависеть от самого содержания истории.

Особую важность для исследователей «депрессивного» языка представляет **эмоциональная лексика**. То, что люди с симптомами депрессии используют большое количество **слов, обозначающих эмоции**, в частности, наречия и прилагательные, не кажется удивительным. С. Демьен, рассматривая точки зрения различных исследователей, отмечает, что увеличение количества слов, обозначающих негативные эмоции, обычно воспринимается как показатель снижения интереса к социальным отношениям, повышенной концентрацией на себе и даже мыслях о смерти [8: 41]. Э. Тэкман и коллеги, сравнив регулярность употребления местоимений первого лица единственного числа и слов, называющих или маркирующих эмоции, пришли к выводу, что при переживании сложных ситуаций они используются одинаково часто и в равной мере являются показателями психологической нестабильности [20: 825].

Наиболее частыми образными средствами выражения своих эмоций можно по праву назвать метафоры и сравнения. О.А. Андреева

и Н.С. Курникова подчеркивают, что именно данные языковые средства более всего позволяют ощутить субъективность повествования [1: 286] и, соответственно, стать маркерами депрессии.

Л. МакМаллен и Дж. Конвей выделяют особые модели образных выражений, которые могут служить показателями депрессии [14: 175]. К таким моделям исследователи относят следующие:

- модель «депрессия как движение вниз», тесно связанная с моделью «депрессия как чувство упадка» (*it is like a free fall, to be down in the catacombs, to reach the lowest point*);
- модель «депрессия как тьма» (*it is like a black cloud; there is not even a glimmer of hope*);
- схожие по смысловому содержанию модели «депрессия как замкнутое пространство», «депрессия как захватчик», «депрессия как сдерживание и ограничение свободы» (*to feel trapped, there is no way to break out, the walls are closing in*) [17: 176].

Т. Шенеман и др. дополняют данный список моделью «депрессия как боль/страдание/недуг» (*to feel paralyzed, it corrodes me inside*) [18: 330]. Авторы работы в результате проведенного исследования с участием пациентов, страдающих депрессией, также делают вывод, что пациенты обычно используют метафоры, в которых прослеживается ассоциация депрессии со спуском (*work my way back up*), темнотой (*rainy day*), тяжестью (*feel heavy*) и нахождением в плену (*to break out of it*).

Л. МакМаллен и Дж. Конвей отмечают, что наиболее часто употребляемой метафорической моделью является «депрессия как движение вниз». Она базируется на идее того, что падать вниз легко, а возвращение наверх представляет собой трудное и утомительное занятие. Авторы также отмечают то, что образные выражения, построенные по данной модели, так часто встречаются в речи людей с депрессией, что опытные психотерапевты зачастую упускают из вида даже самые яркие примеры таких метафор в разговорах с пациентами [14: 174].

Т.В. Булыгина и А.Д. Шмелев соглашаются с тем, что пространственные метафоры используются, когда речь идет об описании переживаемых эмоциональных состояний [2: 277]. В пространственных метафорах движения по вертикали, к которым относится модель «депрессия как движение вниз», эмоция может выступать в качестве главного субъекта движения или в качестве самого пространства, в котором находится или движется человек. Д. Лакофф и М. Джонсон также называют такие выражения ориентационными. Основой создания метафорических именованных элементов таких ситуаций могут служить глаголы с исходным значением перемещения по вертикальной оси. Например, если говорить про русский язык, глагол «подняться» используется для описания такого изменения эмоционального состояния, как улучшения настроения (*настроение*

поднялось). Точно так же глагол «падать» используется в противоположных ситуациях для того, чтобы охарактеризовать ухудшение эмоционального фона (*настроение упало*). Д. Лакофф и М. Джонсон объясняют возникновение таких метафор культурным и физическим опытом человека, так как наше тело функционирует определенным образом в окружающем нас физическом мире и обладает определенными свойствами [5: 396]. Физической основой подобных выражений является наблюдение за поведением человека, переживающего те или иные эмоции: так, человек опускает голову, когда испытывает грусть или другие негативные эмоции, а положительные эмоции, наоборот, заставляют его выпрямиться и поднять голову [5: 397].

И.А. Гусейн-заде предполагает, что использование пространственных глаголов для выражения возникновения, усиления, ослабления или исчезновения эмоции может быть связано с представлением о том, что живые существа, находящиеся в состоянии сна (в пассивном состоянии), находятся в горизонтальном положении, а при пробуждении переходят в активное состояние, то есть поднимаются [3: 7].

В отдельную группу Э. Ривз и другие ученые выделяют образные выражения, отражающие суицидальное мышление. Они во многом схожи с теми, которые характерны для передачи состояния депрессии, но в них заключено абсолютное отсутствие контроля и недостаток энергии (*it doesn't feel like there's any way out of it, I'm stuck in it*) [17: 65].

Т. Поля и др. в своей работе фокусируются уже не на лексических единицах, а на **форме повествования и роли в текстах временных отсылок**. Они рассматривают пространственно-временные характеристики как рассказываемого события, так и самого процесса повествования, то есть пытаются выяснить, существует ли явно выраженная дистанция между событиями истории и временем/обстоятельствами ее повествования.

Авторы выделяют три формы повествования: ретроспективу, непосредственное переживание и метаповествование [16: 51]. Исследования показали, что рассказчики, придерживающиеся ретроспективной формы, воспринимаются более целостными психически и эмоционально и более позитивно оцениваются в социальном плане (тем самым имея более высокую самооценку), чем рассказчики, для историй которых характерна форма непосредственного переживания. Метаповествование занимает место где-то между этими двумя формами. Помимо этого, Т. Поля и коллеги рассмотрели связь различных форм повествования и способности человека контролировать свои эмоции: каждого из участников исследования попросили написать серию историй, а затем провели психологические тесты с целью сравнения. Результаты показали, что форма непосредственного переживания указывает на неустойчивую регуляцию эмоций, в то время как ретроспективная форма говорит о том, что человек способен справиться со своими

эмоциями надлежащим образом. Исследователи пришли к выводу о том, что восприятие читателями рассказчиков, основанное на впечатлениях от повествования, соотносится с аффективными состояниями, переживаемыми данными рассказчиками.

Таким образом, анализ теоретического материала и результатов исследований в области рассматриваемой темы показал, что среди основных языковых показателей депрессии можно перечислить следующие: частые самореференции, т.е. упоминания рассказчика о самом себе, большое количество эмоциональной лексики, в частности средств образного языка и слов, обозначающих эмоции, ярко выраженная дихотомия, проявляющаяся в использовании, например, абсолютизмов и усилительных наречий, а также склонность к отрицаниям. Некоторые исследователи добавляют к этому списку частое употребление средств пояснения и уступительных союзов. Помимо этого, маркером проблем с психическим здоровьем может выступать и сама форма повествования.

Не вызывает сомнений тот факт, что исследования, посвященные «языку депрессии», позволяют лучше узнать инструменты, способные указать на то, что человек нуждается в помощи, и, как следствие, оказать эту помощь быстро и эффективно, не допуская развития заболевания.

Список литературы

1. Андреева О. А., Курникова Н. С., 2020. Метафора и сравнение как средства передачи депрессии в романе Сильвии Плат «The Bell Jar» // Вопросы переводоведения, межкультурной коммуникации и зарубежной литературы. Чебоксары, С. 285-288. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43060107> (дата обращения: 16.10.2021).
2. Булыгина Т. В., Шмелев А. Д., 2000. Перемещение в пространстве как метафора эмоций // Логический анализ языка: языки пространств. Москва, С. 277-288.
3. Гусейн-заде И. А., 2012. Метафора движения по вертикали в образной характеристике чувств и эмоций // Вестник Томского государственного университета. Культурология и искусствоведение. №1 (5). С. 5–8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metafora-dvizheniya-po-vertikali-v-obraznoy-harakteristike-chuvstv-i-emotsiy> (дата обращения: 27.05.2021).
4. Депрессия, 2018. // Всемирная организация здравоохранения. 22 марта – URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/depression> (дата обращения: 28.02.2021).
5. Лакофф Д., Джонсон М., 1990. Метафоры, которыми мы живем // Теория метафоры. Москва, С. 387-416.
6. Слова и местоимения, которые мы употребляем, могут охарактеризовать наше психическое здоровье, 2018. // Голос. 12 марта 20 с. URL: http://socnews.by/wpcontent/uploads/2018/03/Voices_12032018.pdf (дата обращения: 19.09.2021).
7. Al-Mosaiwi M., Johnstone T., 2018. In an Absolute State: Elevated Use of Absolutist Words Is a Marker Specific to Anxiety, Depression, and Suicidal Ideation //

- Clinical Psychological Science. 6, P. 529–542. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/2167702617747074> (Accessed: 16 April 2021).
8. Demjén Z., 2017a. *Sylvia Plath and the Language of Affective States: Written Discourse and the Experience of Depression*. Bloomsbury Academic; Reprint edition. 256 p.
 9. Demjén Z., 2017b. *Sylvia Plath and the linguistics of depression* // Open Learn.– URL: <https://www.open.edu/openlearn/languages/more-languages /linguistics/sylvia-plath-and-the-linguistics-depression> (Accessed: 1 March 2021).
 10. Fekete S., 2002. *The Internet – A New Source of Data on Suicide, Depression and Anxiety: A Preliminary Study* // *Archives of Suicide Research*. 6(4). P.351-61. URL:https://www.researchgate.net/publication/233449600_The_Internet_-_A_New_Source_of_Data_on_Suicide_Depression_and_Anxiety_A_Preliminary_Study.
 11. Fludernik M., 1994. *Second-person Narrative as a Test Case for Narratology: The Limits of Realism* // *Style*. 28(3): P. 445-477. URL: <https://freidok.uni-freiburg.de/dnb/download/5099> (Accessed: 7 March 2021).
 12. Hargitai R., Naszódi M., Kis B., Nagy L., Bóna, László J., 2007. *Linguistic Markers of Depressive Dynamics in Self-Narratives:Negation and Self-Reference* // *Empirical Text and Culture Research*. №3. P. 26-38.–URL:https://www.researchgate.net/publication/290840182_Linguistic_Markers_of_Depressive_Dynamics_in_Self-Narratives_Negation_and_Self-Reference.
 13. Ireland M. E., Mehl M. R., 2014. *Natural Language Use as a Marker of Personality* // *The Oxford Handbook of Language and Social Psychology*. US: Oxford University Press, pp. 201-18. URL :https://www.researchgate.net/publication/310597242_Natural_language_use_a_s_a_marker_of_personality
 14. McMullen L. M., Conway J. B., 2002. *Conventional Metaphors for Depression* // *The Verbal Communication of Emotions*. Mahwah: Lawrence Erlbaum. P. 167-183.
 15. Pennebaker J. W., Stone L. D., 2003. *Words of Wisdom: Language Use Over the Life Span* // *Journal of Personality & Social Psychology*. 85. P.291-301.URL:https://www.researchgate.net/publication/10614540_Words_of_Wisdom_Language_Use_Over_the_Life_Span.
 16. Pólya T., Kis B., Naszódi M., László J., 2007. *Narrative Perspective and the Emotion Regulation of the Narrating Person* // *Empirical Text and Culture Research*. № 3. P. 50-61. URL: https://www.researchgate.net/publication /279542149_Narrative_Perspective_and_the_Emotion_Regulation_Narrating_Person
 17. Reeves A., Bowl R., Wheeler S., Guthrie E., 2004. *The Hardest Words: Exploring the Dialogue of Suicide in theCounselling Process – A Discourse Analysis* // *Counselling and Psychotherapy Research*. 4(1): 62-71.URL:
 18. Schoeneman T. J., Schoeneman K. A., Stallings S., 2004. “The Black Struggle”: *Metaphors of Depression in Styron’s Darkness Visible* // *Journalof Social and Clinical Psychology*. 23(3). P. 325-46.
 19. Stirman S. W., Pennebaker J. W., 2001. *Word Use in the Poetry of Suicidal and Nonsuicidal Poets* // *Psychosomatic Medicine*. 63.P. 517-522.
 20. Tackman A. M., Sbarra D. A., Carey A. L., Donnellan M. B., Horn B., Holzman N. S., Edwards T. S., Pennebaker J. W., Mehl M. R., 2019. *Depression, negative emotionality, and self-referential language: A multi-lab, multi-measure, and multi-language-task research synthesis* // *Journal of Personality and Social Psychology*. 116(5), 817–834. URL: <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi= 10.1037%2Fpspp0000187>

Об авторах:

КРЮКОВА Наталия Федоровна – доктор филологических наук, заведующий кафедрой герменевтической лингводидактики и английской филологии Тверского государственного университета, e-mail: nakrukova@mail.ru

БАЙКОВА Ольга Владимировна – доктор филологических наук, доцент, заведующий кафедрой лингвистики и перевода Вятского государственного университета, e-mail: olga-baykova@yandex.ru

LINGUISTIC MARKEDNESS OF DEPRESSION

N.F. Kryukova¹, O.V. Baykova²

¹Tver State University, Tver

²Vyatka State University, Kirov

This article deals with the study of language units that are considered indicators of depression. The relevance of this study is due to the growing scientific interest in the relationship between mental disorders and language. An analysis of the researchers' work shows that the main markers of depression in the language can be combined into certain groups of individual style attributes as language means, the unconscious usage of which is characteristic of people suffering from depression and/or mental disorders close to depression.

Keywords: *language, indicators of depression, language markers, individual speech style.*

About authors:

KRYUKOVA Natalya Fjodorovna – Doctor of Sciences (Philology), Head, Department of hermeneutical linguodidactics and English philology, Tver State University, e-mail: nakrukova@mail.ru

БАЙКОВА Olga Vladimirovna – Doctor of Philology, docent, Head of the Chair of Linguistics and Translation, Vyatka State University, e-mail: olga-baykova@yandex.ru