

ПСИХОКОРЕКЦІЯ ДЕСТРУКТИВНИХ ПРОЯВІВ МОВЛЕННЯ ЗАСОБАМИ АРТТЕРАПІЇ

PSYCHOCORRECTION OF DESTRUCTIVE MANIFESTATIONS OF SPEECH BY MEANS OF ART THERAPY

У статті актуалізовано проблему деструктивних проявів мовлення у міжособистісній взаємодії. Мовлення виступає інструментом спілкування, пізнання, психічної саморегуляції, засобом розвитку і виховання. Зазначено, що на сучасному етапі розвитку суспільства особливого значення набуває культура мовлення. Використання у мовленні інвективної лексики може спричиняти стресові стани – тривогу, фрустрацію, агресію, зниження самооцінки, депресивні розлади. Особливе занепокоєння викликає в цьому контексті особистісне становлення підлітків, котрі в умовах соціальної нестабільності та вирішення суперечливих вікових проблем потребують психологічної корекції в оволодінні ефективним мовленнєвим спілкуванням. Сучасний підліток користується великою кількістю мовленнєвих засобів: 1) емоційно-експресивною лексикою; 2) простими, короткими реченнями; 3) специфічними фразеологізмами; 4) просторічною лексикою; 5) скороченими словами; 6) сленговими одиницями. Мовленню підлітків характерне відхилення від норм літературної мови. Оскільки на сучасному етапі суспільного розвитку зростає напруженість, невизначеність моральних норм щодо нових умов життя, то це є причиною вживання в мовленнєвому спілкуванні інвективної лексики як способу демонстрації вербальної агресії. Підлітки потребують психологічної підтримки, корекції деструктивних станів, які допоможуть контролювати психоемоційний стан і самостійно знаходити вихід з постстресових ситуацій. Науково доведено, що слово має свій енергетичний заряд. Добрі слова випромінюють світло і любов. Слова ненормативної лексики мають негативну енергетику, що позначається на формуванні мислення, світосприйняття та самореалізації людини в майбутньому. При проведенні психологічної корекції деструктивних станів особливе місце займає арттерапія. Обґрунтовано можливості арттерапії у психологічній корекції деструктивних проявів мовлення. Це пов'язано з дією таких терапевтичних механізмів, як релаксація, інсайт, катарсис, розвиток навичок самоорганізації, саморегуляція мовленнєвої діяльності.

Ключові слова: мовленнєве спілкування, вербальна агресія, емоційний стан, інвектива, психологічна корекція, арттерапія.

The article actualizes the problem of destructive manifestations of speech in interpersonal interaction. Speech is a tool of communication, cognition, mental self-regulation, a means of development and education. It is noted that at the present stage of development of society, the culture of speech is of particular importance. The use of invective vocabulary in speech can cause stressful conditions: anxiety, frustration, aggression, lowered self-esteem, depressive disorders. Of particular concern in this context is the personal formation of adolescents who, in the context of social instability and the solution of controversial age-related problems, need psychological correction in mastering effective speech communication. A modern teenager uses a large number of language tools: 1) emotionally expressive vocabulary; 2) simple, short sentences; 3) specific phraseology; 4) vernacular vocabulary; 5) abbreviated words; 6) slang units. The speech of adolescents is characterized by a deviation from the norms of the literary language. As tensions and uncertainty of moral norms in relation to new living conditions are growing at the present stage of social development, this is the reason for the use of invective vocabulary in speech communication as a way of demonstrating verbal aggression. Adolescents need psychological support, correction of destructive states, which will help them control their psycho-emotional state and find a way out of post-stress situations on their own. Science has proven that words have their own energy charge. Kind words radiate light and love. Words of profanity have negative energy, which affects the formation of thinking, worldview and self-realization in the future. Art therapy has a special place in the psychological correction of destructive states. The article substantiates the possibilities of art therapy in the psychological correction of destructive manifestations of speech. This is due to the action of such therapeutic mechanisms as: relaxation, insight, catharsis, development of self-organization skills, self-regulation of speech activity.

Key words: speech communication, verbal aggression, emotional state, invective, psychological correction, art therapy.

УДК 159.922.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.54.23>

Кириченко Т.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Вступ. Мовлення як своєрідна діяльність посідає провідну роль у структурі та механізмах психічної діяльності, у процесі психічного розвитку людини, адже мовлення виступає інструментом спілкування, пізнання, саморегуляції діяльності, засобом розвитку і виховання.

Сучасна людина користується великою кількістю мовленнєвих засобів, зокрема емоційно-експресивною лексикою, простими, переважно короткими реченнями, специфічними фразеологізмами, просторічною лексикою, скороченими словами, сленговими одини-

цями тощо. Важливим показником мовленнєвої культури особистості є чистота мовлення, відсутність невластивих літературній мові елементів, що відкидаються нормами моралі (зокрема, сленги, варваризми, жаргонізми, іншомовні слова, що включаються в мовлення без усякої потреби) [6; 7].

Особливе занепокоєння викликає в цьому контексті особистісне становлення підлітків, котрі в умовах соціальної нестабільності та вирішення суперечливих вікових проблем потребують значної психологічної підтримки

в оволодінні ефективним мовленнєвим спілкуванням – умовою їх подальшого особистісного зростання. У зв'язку з цим проблема психокорекції мовленнєвого спілкування підлітків потребує ґрунтовного й усебічного вивчення, адже комунікативно-мовленнєва доцільність, культура мовлення, компетентність – обов'язкові складники успішності людини в сучасному суспільному житті.

Виклад основного матеріалу. Мовлення – це діяльність спілкування, вираження впливу повідомлення через мову. До мовлення належать говоріння (мовленнєвий акт) і результати говоріння (текст) [6].

Поняття мовленнєвого спілкування є міждисциплінарним, воно охоплює не тільки психологічний, а й психолінгвістичний аспект вивчення.

Перші спроби виокремити процес мовлення як самостійний предмет наукового аналізу сягають часів В. Гумбольдта, Ф. де Соссюра. Саме в цей період утворилось розмежування предмету дослідження психології та психолінгвістики. Психологія вивчає процеси говоріння, мовлення та мову. Психолінгвістика вивчає мовлення як систему, трактуючи його в матеріальному або ідеальному аспектах, але не ставить за мету вивчати реалізацію такої системи [6].

Мова є основним засобом передачі думок. За допомогою мови людина усвідомлює й розуміє свої думки. За визначенням О.М. Корніяки, мовлення є формою існування внутрішніх мисленнєвих дій. Саме тому процес інтеріоризації (перетворення зовнішніх дій у мисленнєві), проходячи низку етапів, обов'язково завершується етапом, коли дія коментується та контролюється вже за допомогою мовлення не зовнішнього, а внутрішнього [7].

Висловлювання як одиниця мовленнєвого спілкування завжди співвіднесене із комунікативною ситуацією та орієнтоване на учасників мовленнєвого процесу. При цьому в ньому викладається позиція мовця з урахуванням знань і можливої емоційної реакції комунікантів – слухачів (реципієнтів). Очевидно, що як розгорнуте висловлювання, так і текст включені в діяльність більш високого порядку, ніж просто мовленнєве спілкування (заради спілкування). Формування смислів засвідчує не тільки контекстне розуміння, а й розуміння мовленнєвих намірів і прихованих мотивів [6; 7].

Аналізуючи психологію мовлення, багато дослідників погоджується з тим, що розвиток свідомості нерозривно пов'язаний із мовленнєвою активністю. Мову як прояв людського духу, як безперервну дію духу на членороздільний звук, засобами якого виражаються думки, описував В. Гумбольдт.

Мову В. Гумбольдт визначав не як мертвий продукт, а як акт її постійного народження. Немає нічого глибокого, тонкого і багато-

об'ємного у психіці людини, що не переходило б у мову.

Використання у мовленні грубої лайки, нецензурної лексики – це не тільки свідчення низького рівня культури чи малого словникового запасу. Вона здатна спричиняти у респондентів стресові стани, зокрема тривогу, фрустрацію, агресію, зниження самооцінки та навіть депресію [3; 4; 9].

Для мовлення підлітків характерне відхилення від норм літературної мови.

Вживання ненормативної лексики сучасними підлітками є одним з проявів антикультурного спілкування та найбрутальнішим порушенням норм мовленнєвого етикету.

Сучасні підлітки не тільки вживають одиниці сленгу, але і трансформують їх, єднаючи до них лайливі слова. Для вираження гніву існує ціла низка вербальних і невербальних інвективних тактик. До невербальних належать: жести (кулак, покручування пальцем біля скронь тощо). До вербальних відносять нецензурну лексику, лихослів'я [5; 10].

Нецензурна лексика, як зазначають дослідники [3; 4; 9], трапляється найчастіше в розмовно-побутовому функціональному стилі і реалізується зазвичай в усній формі мовлення. Лихослів'я (лайливі слова) – це слова та вирази, які вживаються як лайка (наприклад, баран, бовдур тощо).

Соціально-педагогічну та психологічну природу лихослів'я можна описати з погляду різноманітних підходів. Так, зокрема, прихильники культурно-історичного підходу (Л.В. Виготський, О.О. Леонтьєв та ін.), як і прибічники теорії соціального наuczіння (А. Бандура ін.), наголошують на тому, що мовленнєва поведінка має регулюватися та контролюватися людиною у всіх її проявах, адже лихослів'я сягає своїм корінням у далеку глибину. Лихослів'ям можна вважати слова і висловлювання, що знецінюють особистість.

Н.В. Бончук [4] дослідив походження лихослів'я, нецензурної лайки, визначаючи їх як сакральні слова, що у стародавні часи застосовувалися слов'янськими чоловіками під час проведення обрядів і ритуалів для виклику сили роду. Уживати ці слова можна було лише шістьнадцять днів у році, а потім вони були під найсуворішою забороною.

Традиційно лихослів'я розглядають як вияв агресії (вербальної). Онтогенез лихослів'я визначається культурним середовищем, яке формує потреби індивіда, мотиви його поведінки, способи когнітивної обробки інформації, а також розвитком свідомості та самосвідомості.

Словник української мови дає таке тлумачення цього слова: «Лихослів'я – вживання лайливих, соромітних слів. Грубі, недоброчисливі слова і вирази, вживані щодо кого-небудь» [10].

Філософи та психологи для визначення цього явища використовують ще термін «інвектива», що означає: «інвектива (лат. “*Invectiva oratio*” – «лайлива мова») – різкий викривальний виступ проти кого-небудь, чого-небудь; образлива промова, лайка, випад» [8].

Інквектива (лихослів'я) може вживатися у вузькому значенні (нецензурна вихватка) і в широкому – будь-який вербальний (словесний) прояв агресивного ставлення до опонента.

Інквектива (лихослів'я) є однією з груп, які містить загальний термін «знижена мова». «Зниженість – те, що не відповідає уявленням представників певної (як правило, провідної, панівної на цьому етапі історії) субкультури про належну і правильну поведінку» [8].

На сучасному етапі розвитку суспільства особливого значення набуває культура мовлення. Сьогодні лихослів'я серед підлітків стало звичним явищем. Мова нашого суспільства насичена лихослів'ям [3; 4; 7].

За даними багатьох досліджень, найбільш активно ненормативну лексику використовують саме підлітки. На сучасному етапі суспільного розвитку зростає напруженість, невизначеність моральних норм щодо нових умов життя, що призводить до вживання нецензурних слів.

Науковці довели, що слово має свій енергетичний заряд. Добрі слова випромінюють світло, любов. Слова ненормативної лексики мають негативну енергетику, що позначається на формуванні мислення, світосприйняття та самореалізації людини в майбутньому. Несформована культурна мовленнєва поведінка порушує процес соціалізації підлітка, що позбавляє його багатьох можливостей для самореалізації у майбутньому.

Феномен лихослів'я вивчався в мовознавчому аспекті як специфічна, табуована в суспільстві лексика. Сьогодні проблему лихослів'я досліджують вчені різних галузей науки. Зокрема, вона цікавить вчених, серед яких є психологи, соціологи, біологи.

Як соціокультурне явище феномен лихослів'я досліджується у психології, де це поняття інтерпретується як соціальна проблема. У віковій психології лихослів'я розглядається у теорії агресії як різновид вербальної агресії.

Серед досліджень, присвячених поширенню лихослів'я серед школярів, здійснених за останні роки, слід виділити наукову працю Л.А. Ширококордюк [10], яка здійснила ґрунтовний науково-психологічний аналіз проблеми, окреслила її основні причини, а також визначила особливості прояву вербальної агресії у комунікації дорослих (вчителів, батьків).

Лихослів'я у підлітків має безліч причин і є проблемою, в достатній мірі недооціненою. Як зазначають науковці [3; 5; 7; 9], у соціумі наразі спостерігається доволі спокійне,

а місцями й толерантне ставлення до вживання нецензурної лексики. Розповсюдження інвективної лексики та зниження рівня соціальної критики щодо її поширення сприяє її засвоєнню дітьми. Терпиме ставлення суспільства до подібних явищ сигналізує про зміни в масовій свідомості людей, появу нових типів міжособистісних відносин і стереотипів комунікативної поведінки. Якщо ще кілька десятиліть тому вживання нецензурних слів було маркером соціального неблагополуччя комунікатора, то сьогодні лайливі слова міцно увійшли в активний словниковий запас абсолютно всіх суспільних верств.

Зазвичай психологами інвективна лексика розглядається як спосіб демонстрації вербальної агресії, яка негативно впливає на міжособистісну взаємодію людей.

Розглядаючи причини вербальної агресії у підлітковому віці, потрібно враховувати особливості психофізіологічного та психосоціального аспектів розвитку в підлітковому віці, без яких неможливо повною мірою представити причини й механізми агресивної комунікації, характерні для дитини в межах цього вікового проміжку. У підлітковому віці вона зумовлена таким протиріччям особистісного розвитку, як поєднання високого рівня тривожності з нестійкою самооцінкою та високим рівнем домагань.

За результатами досліджень [4; 5; 9] були зроблені висновки стосовно вживання підлітками ненормативної лексики. Так, найбільш схильні до вживання лихослів'я ті підлітки, які неспроможні стати неформальними лідерами, використовуючи знання, обізнаність, вміння чітко висловлювати думки і відстоювати свою позицію, хочуть висловити свій протест саме нецензурними словами. Для них це прояв вираження своєї вигаданої значущості та спроби притиснення вже існуючого позитивного лідера. Так, існує багато факторів, які впливають на формування мовленнєвої культури, але не завжди їх треба шукати в оточуючому середовищі, цілком можливо, що вони є проявом деструктивного психічного стану зростаючої особистості.

Все ж більшість дослідників вважає, що комунікативними причинами закріплення інвективної лексики є низький культурний рівень батьків, їхня неосвіченість, невихованість, які проявляються в убогості пасивного й активного словникового запасу, хибному розумінні виховних батьківських функцій. Часто це призводить до того, що різні думки, позитивні і негативні емоції висловлюються однією й тією ж лайливою мовою. Вербальна агресія часто зустрічається і проявляється і в мовленні інших категорій населення, зокрема педагогів [10]. Це зневажливе, грубе та образливе ставлення до учнів проявляється в підвищенні тону, різких вигуках, невиправдано частому

вживанні наказового способу дієслів, відсутності необхідних формул мовленнєвого етикету, грубих зауваженнях тощо.

Нецензурну лайку використовують у спілкуванні задля емоційної розрядки чи мовленнєвої агресії підлітки різного культурного, інтелектуального рівня та рівня вихованості [3].

Слід наголосити, що використання інвективи не притаманне людині як її природна ознака і є індивідуальною формою вияву негативного, а часто й агресивного ставлення до інших і до себе, невмінням зробити це у культурний та цивілізований спосіб. Психокорекцію деструктивних проявів мовлення, на нашу думку, можливо проводити за допомогою арттерапії. Це пов'язано з тим, що арттерапія не має протипоказань і характеризується певними ознаками, найголовнішими з яких є такі:

- створює позитивний емоційний настрій у групі;
- полегшує процес налагодження міжособистісної взаємодії з іншими людьми;
- підвищує адаптаційні можливості людини до повсякденного життя;
- дає змогу спокійно розглянути та обговорити реальні проблеми, які складно обговорювати;
- розвиває відчуття внутрішнього самоконтролю;
- стимулює внутрішні механізми саморегуляції та зміцнення, опираючись на здоровий потенціал особистості;
- дає змогу вибудовувати міжособистісні взаємини на основі любові.

Арттерапія – це один з найбільш ефективних способів роботи з клієнтами будь-якого віку і з будь-якими порушеннями, при цьому для особистості – це спосіб саморозкриття, самовираження, розвитку та шлях до власної гармонізації [1; 2].

Саме арттерапія є простим та ефективним способом психологічної допомоги, заснованим на творчості та грі, що має широкий діапазон вікового застосування (від дітей до людей похилого віку).

Основне завдання арттерапії полягає в тому, щоб за посередництва символів, образів, метафор, через які інформація кодується на несвідомому рівні психіки, «витягнути» певну проблему, що захована за ними, спроектувати її на свідомий рівень та пропрацювати пов'язані з нею емоції та переживання і звільнитися від застарілих чи витіснених емоцій.

Засобами творчої діяльності людина через посередництво образів, які вона використовує в арттерапії, транслює своє сприйняття світу та ставлення до нього. Будь-яка творча діяльність є терапевтичною та допомагає особі прийнятним для соціуму способом зняти напругу, що у неї нагромадилася. У продуктах творчості вигадливо переплітається інформація, джере-

лами якої є як відкриті, так і глибинні пласти людської душі.

Задовго до того, як розвинувся мовленнєвий спосіб спілкування, люди намагалися висловлювати свої почуття й емоції за допомогою малюнка. У процесі онтогенезу особа коротко повторює історію філогенетичного розвитку: не навчившись писати, а іноді і говорити, дитина може малювати.

Заняття арттерапією дозволяють ще раз пройти цей шлях видового розвитку через свій особистісний розвиток, тобто дають можливість отримати власний емоційний, тілесний та когнітивний досвід у безпечних і комфортних для себе та інших умовах, усвідомлено і продуктивно, для формування особистості в межах свого віку, а також конструктивного функціонування у подальшому житті.

Завдяки засобам арттерапії, зокрема малюванню, людина (не тільки дитина, а й дорослий) вчиться бачити свої проблеми з іншого боку, тим самим отримуючи можливість побороти свій гнів і попередити вживання лихослів'я у мовленнєвій взаємодії.

Психокорекцію деструктивних проявів мовлення, емоційних переживань, активізацію позитивних емоцій, саморегуляцію негативного простору особистості, усвідомлення та вираження власних емоцій можливо корегувати, наприклад, за допомогою таких арттерапевтичних засобів, як «9 маленьких мандал», «Монотипія», «Фігурка емоцій», «Чорний квадрат», «Страус», «Я – супергерой».

З метою вивільнення та вербалізації деструктивних емоційних станів, у тому числі й вербальної агресії, використовуються такі засоби: «Фігурка емоцій», «Розморозка емоцій», «Карта емоцій», «Страшна маска», «Діалог масок», «Без маски».

Для рефлексивного аналізу можна запропонувати таку схему:

- наведіть приклади ситуацій, які можуть провокувати лихослів'я;
- опишіть ситуацію об'єктивно, ніби її зафіксувала відеокамера;
- визначте мету вживання лайки, нецензурних слів (встановлення контролю над іншими, уникнення когось або чогось, помста, перемога в суперечці, захист своїх прав тощо);
- запишіть у стовпчик свої «лихі» слова;
- запропонуйте альтернативу у вигляді «поміркуваних» думок;
- спробуйте відчувати, які нові почуття з'явилися у вас.

У кінці робився висновок, що для того, аби не користуватись у скрутних ситуаціях інвективною лексикою, людина повинна вміти упевнено просити, адекватно відповідати на справедливу, а особливо, несправедливу критику, не дозволяти маніпулювати собою, твердо вміти відмовляти.

Висновки. Для оптимізації розвитку мовленнєвого спілкування підлітків необхідне впровадження системи заходів, спрямованих на підвищення активності спілкування, створення атмосфери доброзичливості, емоційної піднесеності, радості, встановлення взаєморозуміння, формування стосунків довіри та співпраці, пошани і рівності на основі безумовного емпатійного прийняття підлітка, конгруентності спілкування. За даними багатьох досліджень, найбільш активно ненормативну лексику використовують саме підлітки. На сучасному етапі суспільного розвитку зростає напруженість, невизначеність моральних норм щодо нових умов життя. Це призводить до вживання інвективної лексики.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Арттерапія. Інноваційні психологічні технології / за ред. О. Тіунової, Т. Шейкіної. Випуск 5. Київ ; Тернопіль : ЕЕАТА, 2018. 200 с.
2. Арттерапія. Інноваційні психологічні технології / за ред. О. Тіунової. Випуск 6. Київ ; Львів ; Тернопіль : ЕЕАТА, 2019. 224 с.
3. Бодрик Н. Дослідження проблеми лихослів'я в сім'ї та школі: як зупинити процес поширення лихослів'я серед учнів. *Психолог.* 2007. № 9. С. 20–23.
4. Бончук Н.В. Аспект лихослів'я в комунікативній поведінці підлітків та юнацтва. *Молодий вчений.* № 4 (31), 2016. С. 440–447.
5. Іваненко І.Н. Вірус лихослів'я: як вберегтися? Як зупинити поширення лихослів'я серед учнів та студентів : методична розробка тренінгового заняття. Донецьк : ДІПТ, 2011. 116 с.
6. Калмикова Л.О. Формування мовленнєвих умінь і навичок у дітей: психолінгвістичний та лінгвометодичний аспекти : навчальний посібник. Київ : НМЦВО, 2013. 300 с.
7. Корніяка О.М. Психологія комунікативної культури школяра. Київ : Міленіум, 2006. 336 с.
8. Макаренко Н.М. Інвективна лексика як форма міжособистісного спілкування. *Проблеми сучасної психології.* 2013. Вип. 22. С. 336–357.
9. Панова Н.Ю. Ненормативна лексика у молодіжному мовленні як відображення психологічних та соціальних конструктів. *Психологія.* 2015. Вип. 20. С. 24–30.
10. Широкоградюк Л.А. Лихослів'я в сім'ї та школі: психолого-педагогічний аспект. *Практична психологія та соціальна робота.* 2012. № 8. С. 19–22.