

УДК 159.9.07  
ББК 88.4

**Е.А. Степанова**

## **СЕМАНТИЧЕСКИЕ ЛИНИИ ПРОТИВОПОСТАВЛЕНИЯ В КНИГАХ ПО ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ**

Статья посвящена использованию приёма контраста в книгах по психологии и психотерапии. Автор рассматривается данный приём как средство речевого воздействия, т.е. средство перестройки имплицитной картины мира адресата. Описываются основные линии семантического противопоставления, проходящие через большинство психологических и психотерапевтических сюжетов.

**Ключевые слова:** *контраст, психология, психотерапия, речевое воздействие, линия семантического противопоставления.*

**Степанова Елизавета Александровна** – ассистент кафедры перевода и информационных технологий в лингвистике факультета лингвистики и словесности Южного федерального университета

Тел.: 8-904-44-16-304

E-mail: Lizaveta\_013@mail.ru

Книги по психологии и психотерапии являются ярким примером произведений, построенных по принципу контраста. Прежде всего это касается содержания этих книг, основанных на противопоставлении различных понятий и явлений.

Для обозначения сквозных сюжетных мотивов и тем данных книг мы будем использовать термин «*линия семантического противопоставления*» [Ильченко, с. 5] по аналогии с термином «*основная сюжетная линия произведения*» применительно к смыслу целого произведения.

В результате проведённого анализа книг по психологии и психотерапии англоязычных авторов мы выделили основную линию семантического противопоставления, проходящую через большинство психологических и психотерапевтических сюжетов. Такой линией, участвующей в создании антонимического макроконтекста, является противопоставление **гармоничные / дисгармоничные отношения с окружающим миром и с собой**. Доминантность данного противопоставления объясняется функциями книг в рассматриваемых областях знаний, цель которых – помочь читателю достигнуть идеальной, гармоничной жизни и, в частности, преодолеть всевозможные проблемы и пороки, найти пути самосовершенствования. Для наибольшего воздействия на читателя и убедительности всё это описывается психологами и психотерапевтами в противопоставлении, на контрасте с жизнью, полной межличностных проблем, зависимостей и депрессий. За счет

этого происходит перестройка имплицитной картины мира читателя, которая может осуществляться в результате различных форм внешнего речевого воздействия [Боева-Омелечко, с. 158]: художественного слова, медицинской беседы, психологического тренинга и т.д. Психолог или психотерапевт могут помочь изменить картину мира пациента или читателя на контрастную путём изменения его мыслей.

Наряду с основной контрастной линией мы выделили ряд так или иначе связанных с ней семантических противопоставлений, которые являются составной частью книг по психологии и психотерапии и, входя в микроконтексты, участвуют в создании всего макроконтраста данных книг. К таким семантическим оппозициям мы можем отнести следующие:

- здоровый – вредный образ жизни;
- наличие / отсутствие успешности;
- восприятие жизни мужчинами / женщинами.

Поскольку круг проблем, решаемых психологами и психотерапевтами, достаточно обширен, то мы ограничиваемся данным количеством основных семантических линий противопоставления, однако каждая из них включает в себя широкий спектр проблем. К ним относятся следующие: помощь в преодолении всевозможных зависимостей, таких как табакокурение, наркомания, алкоголизм, чревоугодие; помощь в решении межличностных проблем, в частности, между мужчинами и женщинами, а также помощь в приобретении уверенности, достижении успеха.

Рассмотрим подробнее реализацию каждого из вышеуказанных противопоставлений на примере психологических и психотерапевтических сюжетов.

**Здоровый – вредный образ жизни.** Данная оппозиция наиболее ярко представлена в книгах по психотерапии такого всемирно известного писателя, как Аллен Карр. В их основе лежит описание жизни людей, имеющих разнообразные зависимости и проблемы, к которым можно отнести табакокурение и алкоголизм.

Здесь мы можем выделить несколько семантических линий противопоставления, а именно *ужасная жизнь зависимого курящего человека / счастливая жизнь некурящего человека*. А. Карр изображает жизнь курящего человека как нечто страшное, как жизнь, полную зла. Он детально описывает негативные стороны этой жизни и страхи, с которыми сталкивается курильщик, собирающийся бросить курить. Приведем примеры:

Some say cigarettes are very enjoyable. They aren't. They are *filthy, disgusting* objects [Carr, p. 20].

It is drug *addiction* and a *disease* [Carr, p. 79].

They taste *awful* [Carr, p. 22].

It is slowly but steadily *destroying* them [Carr, p. 37].

Freedom from the *slavery* [Carr, p. 43]... but the next day back with the *depression* [Carr, p. 19].

Cigarettes *ruin* meals. They *destroy* your sense of taste and smell [Carr, p. 42].

One of the great *evils* about smoking is that it fools us into believing that nicotine gives us courage, when in fact it gradually and imperceptibly *dissipates* it [Carr, p. 53].

It was this effect that smoking was having on my health that most fills me with *horror* [Carr, p. 53]... the health risks, the waste of money and the sheer stupidity of being a smoker [Carr, p. 57].

Курильщикам достаточно трудно признаться самим себе, что курение – это зависимость и что вся их жизнь начинает превращаться в рабство. Абсолютно у каждого курящего человека на нашей планете сложился стереотип, что курение – это наслаждение, бросить курить практически невозможно, и в принципе в этом нет особой необходимости. Однако А. Карр пытается сломать привычные стереотипы, сложившиеся в обществе, и убеждает читателя в том, что курение зло, путем создания контрастной картины поистине счастливой жизни без никотиновой зависимости.

Obviously, the less you smoke, *the better* you are [Carr, p. 65].

When I finally stopped it was like *magic* [Carr, p. 19].

When I finally did, it was not *easy*, but *enjoyable* [Carr, p. 23].

The truth that it is ridiculously *easy* [Carr, p. 60].

I emphasize that I don't just mean how you would feel healthier and have more energy, but how you would feel more confident and relaxed and better able to concentrate [Carr, p. 55].

It is not the non-smoker who is being deprived but the poor smoker who is forfeiting a lifetime of: HEALTH, ENERGY, WEALTH, PEACE OF MIND, CONFIDENCE, COURAGE SELF-RESPECT, HAPPINESS, FREEDOM. And what does he gain from these considerable sacrifices? ABSOLUTELY NOTHING-except the illusion of trying to get back to the state of peace, tranquility and confidence that the non-smoker enjoys all the time [Carr, p. 35].

Принцип контраста в данной линии семантического противопоставления реализуется за счет контрастных тематических групп слов с антонимичными семами «болезнь», «зло», «депрессия», «рабство», «ужас», «разрушение», с одной стороны, и слов с семами «здоровье», «наслаждение», «счастье», «благо», «лёгкость», «волшебство» – с другой. Именно данные контрастные тематические группы помогают автору воздействовать на читателя и изменять его имплицитную картину мира, т.е. его стереотипы восприятия ситуации.

Это важно, поскольку стереотипы повсюду, они захватили нашу жизнь и влияют на нашу неспособность и нежелание бороться с вредными привычками и фобиями. Курящий человек никогда не сможет признаться себе, что он действительно болен и находится в ловушке, из которой трудно выбраться, и в беде, которую нужно преодолевать. Только внешнее воздействие может помочь зависимому человеку осознать весь

масштаб проблемы. С помощью контрастного противопоставления автор воздействует на читателя, доказывая ему, что курение – серьезная зависимость и болезнь, с которой необходимо бороться.

Следует отметить, что противопоставление здорового и вредного образа жизни проходит через все книги Аллена Карра, в которых описываются зависимости человека, пути их преодоления и избавления от них. В этих книгах подробно рассказывается о коварных ловушках, подстерегающих каждого, кто принял решение избавиться от пагубных привычек. Контрастное сопоставление помогает читателю обрести уверенность в себе и в своих силах, чтобы навсегда порвать с зависимостями и фобиями.

**Наличие / отсутствие успешности.** Данная оппозиция представлена в книгах Дейла Карнеги и Дэвида Престона, известных психологов и авторов ряда книг по самосовершенствованию, навыкам успешного общения, ораторскому искусству. Автор оказывает воздействие на читателя, используя антонимы *successful / unsuccessful* (спикер). При этом он дает советы по ораторскому искусству, правильное владение которым приведёт читателя к успешному ведению переговоров. Например:

It is precisely the application of these small things that makes much of the difference between the *successful* and the *unsuccessful* speaker [Carnegie, p. 37].

В книгах вышеуказанных авторов также мы можем выделить линию семантического противопоставления *уверенность / неуверенность*. Необходимо отметить, что контрастное сопоставление уверенности и неуверенности проходит через огромное количество книг психологов и психотерапевтов. На сегодня проблема отсутствия уверенности является очень актуальной. Миллионы людей страдают от низкой самооценки, и десятки миллионов безуспешно пытаются её повысить. Конкретные шаги и действенные способы воздействия на читателя с помощью контрастного сопоставления, применяемые в данных книгах, помогают ему почувствовать себя сильным, умным, уверенным и преуспевающим. Приведем примеры контрастного воздействия на читателя в данной семантической линии противопоставления:

What do *confident* people do that *unconfident* people do not? [Preston, p. 15].

В данном примере антонимичные семы «уверенность» / «неуверенность» содержатся в структурах значений слов *confident* и *unconfident*.

В следующем примере автор показывает читателю, что уверенность должна проявляться не только внешне, но и внутренне, используя при этом антонимы *outside* и *inside*. ... You not only appear confident on the *outside* but also feel completely at ease with yourself *inside* [Preston, p. 18].

**Восприятие жизни мужчинами / женщинами.** Данная оппозиция является ведущей в книгах известного психолога – эксперта в области

отношений между мужчинами и женщинами, автора 17 книг, Джона Грея.

Образы выходцев с разных планет, встретившихся на Земле и забывших о своём происхождении, остроумно использованы автором, чтобы объяснить, почему мужчины и женщины живут, словно в разных измерениях, почему одни и те же чувства и желания они выражают на «разных языках». Тем, кто вдруг оказался в разладе с любимым человеком, чьи семейные отношения дали трещину, эти, написанные в мягкой и подчас ироничной манере книги, помогают находить выход из тупиковых ситуаций, легче преодолеть кризисы в отношениях с партнёром, принять безболезненные решения в конфликтных ситуациях, не доводя их до драмы.

Выходцы с разных планет противопоставляются друг другу автором в разных сферах жизни и разнообразными приемами. Тем самым мы можем выделить несколько линий семантического противопоставления в рамках единой линии **восприятие жизни мужчинами / женщинами**.

Так, одной из ведущих линий является *разное отношение мужчин и женщин к любви*. Например:

Generally speaking, men and women heal from wounds *differently* [Gray, 1996, p. 155].

It is hard to *forgive* if your partner does not *apologize* and work toward correcting the mistake [Gray, 1996, p. 151].

When a man is the victim, he needs to first withdraw and look at his feelings... when a woman is a victim, it is the *other way* around [Gray, 1996, p. 154].

The importance of discovering how men and women give and receive love *differently* is a recurring theme in the success stories of loving couples [Gray, 1996, p. 109].

Men need to overcome their resistance to *giving love* while women must overcome their resistance to *receiving* it [Gray, 1998, p. 11].

Women usually need to talk more about their feelings, *while* men need some time to withdraw before they can, eventually, talk about their feelings [Gray, 1996, p. 155].

Данные примеры направлены на достижение одной цели – воздействовать на читателя с целью убеждения, что мужчины и женщины – абсолютно разные люди, с абсолютно разными взглядами на одни и те же вещи. Доказывая и убеждая читателя в этом, автор оказывает поистине трансформирующее влияние на стереотипы читателя.

Следующей линией, которую мы можем выделить в рассматриваемых книгах, является *разное отношение мужчин и женщин к сексу*. Например:

It becomes a problem when she initiates sex *more* of the time. Gradually, he will initiate sex *less* and lose interest [Gray, 1995, p. 199].

As a man gets older, he may need a little *more* foreplay to become fully aroused, while a woman may sometimes require less [Gray, 1995, p. 260].

In the first stage, the man *takes* and the woman *gives* [Gray, 1995, p. 222].

She relaxes and focuses on *receiving*... while he focuses on *giving* [Gray, 1995, p. 222].

Д. Грей оказывает воздействие на читателя, используя индивидуально-авторские антонимы, противопоставляющие друг другу *секс и романтику (sex and romance)*. Он утверждает, что мужчина хочет секса, а женщина хочет романтики, и только узнав и признав это, читателю удастся достичь подлинной гармонии в интимных отношениях. Д. Грей разводит указанные понятия по разные стороны, достигая при этом максимального контраста и описывая максимальную разницу между восприятием мужчины и женщины.

Доказывая с помощью контрастного противопоставления, что мужчины и женщины абсолютно разные, Д. Грей подводит читателя к выходу из сложных межличностных ситуаций. Главной целью автора, на наш взгляд, является представление мужчин и женщин как контрастных личностей. Автор достигает своей цели не только при помощи системных и индивидуально-авторских антонимов, но также при помощи контраста смысла. Главным инструментом при этом является прилагательное *different*, которое семантически уже в себе несет некое противопоставление и сравнение одного предмета с другим. Приведем примеры:

It reveals how men and women *differ* in all areas of their lives. Not only do men and women communicate *differently* but they think, feel, perceive, react, respond, love, need, and appreciate differently. They almost seem to be from *different* planets, speaking *different* languages and needing *different* nourishment [Gray, 1998, p. 5].

Women think out loud... but men process information very *differently*... they first silently mull over [Gray, 1998, p. 68].

While Martians tend to pull away and *silently think* about what's bothering them, Venusians feel an instinctive need to *talk about* what's bothering them [Gray, 1998, p. 11].

Martians value power, competency, efficiency and achievement... Venusians have *different values*. They value love, communication, beauty and relationships [Gray, 1998, p. 16, 18].

Все вышеперечисленные примеры семантической линии противопоставления восприятия жизни мужчинами / женщинами описывают основной источник возникновения всех межличностных проблем, а именно различный подход мужчин и женщин к решению большинства вопросов, тогда как для настоящего взаимопонимания необходим особый общий язык. Автор воздействует на читателя, помогая ему этот язык найти и освоить. У читателя, который в свою очередь овладел этим языком, исчезает большинство причин неудач в любви, семье и в деловых отношениях.

Основываясь на результатах проведённого анализа сюжетных линий в книгах по психологии и психотерапии, построенных по принципу

контраста, мы можем утверждать, что контраст на уровне содержания играет важную роль в раскрытии основной темы в речевой практике психологов и психотерапевтов – борьбы противоположных начал и противопоставления вредного и здорового образов жизни, наличия и отсутствия успешности, разного восприятия жизни мужчинами и женщинами. Контраст как средство воздействия участвует в формировании семантического единства данных книг. Для большей выразительности и убедительности психологи и психотерапевты в своих книгах представляют все гармоничное на контрасте с негармоничным, а именно с человеческими зависимостями и фобиями, межличностными и внутренними конфликтами и проблемами. Кроме того, являясь одним из типов выдвижения, контраст позволяет привлечь внимание читателей к наиболее важным аспектам каждого из приведённых сюжетов и подчеркнуть противопоставленность их частей.

### Литература

*Боева-Омелечко Н.Б.* Индивидуально-авторская антонимия как проявление лингвокреативного потенциала личности // *Личность и модусы ее реализации в языке: кол. монография.* М.; Иркутск, 2008.

*Ильченко А.В.* Библия как образец текста, построенный по принципу контраста: дис. ... канд. филол. наук. Ростов н/Д., 2008.

*Carnegie D.* *The Art of Public Speaking.* N.Y., 1915.

*Carr A.* *Easy Way to Stop Smoking.* N.Y., 1999.

*Gray J.* *Mars and Venus in the Bedroom.* N.Y., 1995.

*Gray J.* *Men are from Mars, Women are from Venus.* N.Y., 1996.

*Gray J.* *Men are from Mars, Women are from Venus.* N.Y., 1998.

*Preston D. L.* *365 Steps to Self-confidence.* UK, 2007.