

Содержание

Предисловие	11
Введение	15
Структура книги	18
От издательства	19
 ЧАСТЬ 1. Метафора в науке	
Глава 1. Что такое метафора	23
Источник и цель	26
Концептуальные метафоры	26
Когнитивная лингвистика	33
Влияние метафор	34
Заключение	36
Глава 2. Метафора в контексте	37
Метафора в межличностном взаимодействии	37
Заключение	47
Глава 3. Поведенческий анализ и метафоры	49
Значение последствий — даже в языке	52
Тактность — жизненно важный навык	53
Поведенческий анализ и лингвистика: плодотворный союз?	57
Заключение	59
Глава 4. Метафора: соотношение отношений	61
Два фундаментальных способа построения отношений	61
Теория реляционных фреймов и современная лингвистика	74
Метафоры и дейктическое фреймирование	75
Центральное место в метафоре часто занимают причинно-следственные связи	76
Заключение	79

Глава 5. Метафора в клинических исследованиях	81
Лингвистические исследования психотерапии	84
Недостатки исследований	86
Заключение	87
Глава 6. Что мы узнали	89
 ЧАСТЬ 2. Метафора как терапевтическое средство	
Глава 7. Три ключевые стратегии	93
Области клинического интереса	93
В поиске более фундаментальных принципов	102
ТРФ и психологическая гибкость	103
Обучение психологической гибкости	106
Заключение (и предупреждение)	111
Глава 8. Создание метафор для функционального анализа	113
Источник и цель клинической метафоры	114
Смещение источника и цели	117
Метафора в функциональном анализе	119
Глава 9. Создание метафор для развития позиции внутреннего наблюдателя	133
Глава 10. Создание метафор для выбора жизненного пути	143
Глава 11. В погоне за метафорой	151
Возвращение к трем стратегиям	153
В погоне за собственными метафорами	168
Глава 12. Совместное создание метафор	171
Совместное создание метафор с Катериной	172
Совместное создание метафор с Борисом	177
Совместное создание метафор с Андреем	183

Глава 13. Метафоры и практические упражнения	187
Практические упражнения в качестве метафор	189
Практические упражнения для Катерины	195
Экспериментальные упражнения для Андрея	200
Практические упражнения для Бориса	207
Послесловие	211
Метафоры о науке	211
Источники информации	213

Глава 1

Что такое метафора

Я абсолютно подавлен; все пошло под откос.

Я кручусь, как белка в колесе, и никак не могу вырваться из этого круга.

Голоса у меня в голове никогда не умолкают. Это настоящее осиное гнездо!

Я чувствую себя полностью опустошенным, как будто у меня внутри огромная дыра.

Подобные фигуры речи одинаково часто можно услышать как из уст пациентов, описывающих свои ментальные страдания, так и в повседневных разговорах. Вряд ли кто-то действительно поверит, что говорящий попал в огромное крутящееся колесо, такое как в клетках у хомячков и мышей, или что у кого-то в голове осы устроили настоящее гнездо. Но мы все так же часто говорим подобные вещи, объясняя одно понятие при помощи другого. И речь идет не только о людях, страдающих от тех или иных проблем. Психотерапевты также нередко прибегают к подобным образным выражениям в общении с пациентами. В некоторых формах современной поведенческой терапии, таких как ТПО (терапия принятия и ответственности), приветствуется осознанное и систематическое применение подобных способов общения. Мысли, воспоминания и эмоции во время обсуждения предстают в виде пассажиров в автобусе, дезадаптивное поведение сравнивается с копанием ямы с целью выбраться из нее, а успешная жизненная стратегия — с тем, чтобы всегда иметь при себе ключи [Hayes, Strosahl, and Wilson, 2012].

Даже если терапевт придерживается модели, в которой не уделяется особое внимание метафорам, он все равно использует образные выражения, объясняя, к примеру, философские проблемы или терапевтические практики. Психоаналитик говорит о “подсознании” и иногда вспоминает супер-эго. Таким образом, определенные феномены, происходящие в психике человека, описываются как находящиеся выше (*супер*) или ниже

(*nod*) других. Когнитивный терапевт часто описывает терапевтические взаимоотношения как “совместную работу двух ученых” [Beck, and Weishaar, 1989]. В данном случае психотерапевт поступает так же, как и все обычные люди — описывает одно понятие при помощи другого. Он использует то, что называется метафорой. Хотя метафоры вполне заслуженно гораздо шире используются в психотерапии, чем в других видах общения (подробнее об этом речь пойдет ниже), они встречаются повсеместно. Мы говорим, что Белый дом сделал заявление, если президент подписал указ. Мы называем человека с отстраненной манерой общения холодным и говорим, что от человека исходит тепло, если тот дружелюбен и проявляет понимание; отважного человека сравнивают со львом, а удачливому приписывают выигрыш джек-пота, даже если он и не подходил к игровым автоматам.

Метафоры, а также их распространенность в человеческой речи столетиями занимали умы философов и ученых, поэтому вопрос, как они работают и каким образом они связаны с языком, никоим образом не нов. За несколько веков до нашей эры Аристотель провел выдающийся анализ этого явления, и его тезисы задают направление даже современным дискуссиям. По определению Аристотеля “метафора — это приложение к одной вещи имени, принадлежащего другой” [Aristotle, 1920]. Это определение базируется на предположении, что у слов есть “реальное” значение и что метафоры (среди прочих фигур речи) представляют собой изменение их подлинного, “общепринятого” смысла. Этот основополагающий принцип, согласно которому метафоры являются вторичной функцией речи, доминирует до сих пор. Мы полагаем, что язык носит в целом более “буквальный” характер, а метафоры возникли из этой “буквальности” и используются для творческого самовыражения, например в поэзии и риторике. Время от времени появлялись альтернативные точки зрения, но они преимущественно игнорировались или отбрасывались как ложные.

Философские взгляды Аристотеля на метафоры продолжали занимать центральное место в наших взглядах на метафору на протяжении большей части XX столетия. Можно предположить, что хотя бы отчасти это связано с эмпирическим позитивизмом и его влиянием на эпистемологию¹ [Billow, 1977; Ortony, 1993]. В данной парадигме слова обозначают “факты” реального внешнего мира, а человек, который говорит, что чувствует себя загнанным, как белка в колесе, не бежит в буквальном смысле по огромно-

¹ Эпистемология или гносеология — это философско-методологическая дисциплина, в которой исследуются научное знание, его строение, структура, функционирование и развитие.

му колесу, поэтому данное выражение не считается базовой составляющей языка. Подобные фигуры речи считаются подходящими в лучшем случае поэзии и подходят только для определенных целей, но в лингвистике носят второстепенный характер.

Важно также различать живые и мертвые метафоры. В живой метафоре фигура речи легко узнаваема, она со всей очевидностью не несет в себе буквального смысла. Когда поэт Томас Транстрёмер пишет, что “созвездия топчутся в стойлах”, читатель сразу понимает, что он говорит образно, представляя созвездия в виде нетерпеливо бьющих копытами жеребцов. Сравните это со словами, что кто-то чувствует себя “подавленным” или “опустошенным”. Мы настолько привыкли к этим распространенным выражениям, что часто воспринимаем их буквально, и их изначальный метафорический характер, по-видимому, исчез. Само выражение “мертвая метафора” — это еще один пример того же самого феномена. Пример с белой в колесе может быть как живым, так и мертвым: в некоторых обстоятельствах можно предположить, что метафорическая суть фразы очевидна, но также возможно, что как говорящий, так и слушатель воспринимают только ее буквальное значение — “слишком много хлопот”.

Дальнейшее подразделение метафор на виды основывается на категории слов и фраз, которые мы называем метафорой. Вышеупомянутый пример с Белым домом относится к *метонимам*. В этом случае название одного объекта (президент США) ассоциируется с близко связанным с ним другим объектом (его резиденцией). Если вы говорите, что вам нравится Бертольд Брехт, имея в виду, что вы получаете удовольствие от чтения его пьес, то вы используете метоним. Еще один очень близкий термин — *синекдоха*, фигура речи, в которой мы говорим о чем-то, упоминая только его часть. Например, мы говорим, что “нам нужно прокормить много ртов”, конечно же, имея в виду людей. Следующий распространенный термин — это *сравнение*, представляющее образное сопоставление двух объектов. Выражение “его дом — свалка” будет метафорой, но если мы добавим слово, обозначающее сопоставление (“его дом, как свалка”), то это уже будет сравнение.

Подобным различиям уделяется особенное внимание в философских и традиционных лингвистических работах, но оно не играет особой роли в моем эмпирическом исследовании метафор, о котором идет речь в этой книге. Кроме того, границы между этими понятиями размыты и часто не имеют смысла с точки зрения целей моего исследования, поэтому мы не будем прибегать к ним в данной книге.

Еще один термин, который используется несколько иначе в научной литературе, — это *аналогия*. Ее часто считают синонимом метафоры, так как они взаимозаменяемы. Иногда аналогию рассматривают в более широком лингвистическом контексте, и тогда метафора становится ее разновидностью. Подобное терминологическое различие обретает смысл в рамках теории реляционных фреймов, так как в этой теории мы можем понять отличия метафоры от других разновидностей аналогии. Я еще вернусь к этому вопросу в главе 4.

Источник и цель

Уже Аристотель описывал метафору как перенос оригинального значения на другое понятие. Воплощение этой идеи можно увидеть даже в происхождении греческого слова *metaphorá*, где *meta* означает “над”, а *phero* — “нести”. В качестве наглядного примера мы можем сказать: «Он — просто большой плюшевый мишка». Предположительно нам уже известно одно понятие (как выглядят большие плюшевые мишки), и теперь мы знаем, что на этого человека в некотором смысле “переносятся” свойства, присущие большим плюшевым игрушкам. Схожим образом в метафоре “она — настоящий терьер” предполагается, что мы знакомы с характером терьера и теперь, благодаря метафоре, нам известно нечто об этой женщине. Предполагается, что в том или ином аспекте объект нам уже известен, и его черты определенным образом переносятся на другой объект, где первое понятие обычно считается носителем, основой или источником метафоры (плюшевый мишка/терьер), а второй — целью метафоры (мужчина/женщина). В метафоре “моя начальница — старая сварливая баба” “моя начальница” — это цель метафоры, а “старая сварливая баба” — ее источник. В выражении “у меня такое чувство, будто меня придавило камнем” цель метафоры — это чувства говорящего, а вес камня сверху — ее источник. Концепция выделения двух составляющих метафоры, ее источника и цели, нашла свое отражение во всех научных теориях метафоры, поэтому я также буду придерживаться подобного взгляда.

Концептуальные метафоры

В 1980-х годах лингвист Джордж Лакофф и философ Марк Джонсон опубликовали книгу *Метафоры, которыми мы живем*, кардинально повлиявшую на современное представление о метафорах и на исследования

в области лингвистики, философии и теории познания. В книге ставится под сомнение вторичность метафор в лингвистике и познании мира. Наоборот, авторы высказывают идею о том, что метафоры имеют первостепенное значение для существования человека и что на самом деле мы проживаем свои жизни сквозь их призму. Метафоры даже более первичны, чем сам язык. Цитируя Дэвида Лири, “все знания в конечном итоге основаны на метафорических (или подобных им) способах восприятия мира и мышления” [Leary, 1990]. Этот аргумент базируется на универсальном, естественном опыте: сталкиваясь с чем-то новым, мы всегда интерпретируем это в терминах уже известного нам. Если нечто новое — это слово, мы ищем другие слова, которые помогут нам понять значение нового слова; если новое — это событие или опыт, мы пытаемся установить связи со знакомыми обстоятельствами, которые привнесут смысл в происходящее. Абсолютно естественно толковать новое через уже известные понятия. Такая точка зрения делает относительной разницу между буквальным и метафорическим языком. И даже если во многих отношениях может быть удобным проводить подобное разделение, оно никогда не будет однозначным. Иными словами, наша способность к символизации (использованию одного понятия вместо другого) является основополагающим принципом формирования языка.

В соответствии с Лакоффом и Джонсоном наше представление о жизни базируется на так называемых *концептуальных* или *когнитивных метафорах*, т.е. на основополагающих метафорах, оказывающих существенное влияние на мышление, речь и поступки. Эти метафоры в конечном итоге берут свое начало в нашем опыте телесности и взаимодействия с окружающим миром. Простой пример тому — “верх — это хорошо, низ — это плохо”, концептуальная метафора, которая лежит в основе таких выражений, как “в последнее время все пошло под откос”, “у него высокая работоспособность” и “настроение во время встречи было на довольно низком уровне”, а также объясняет значения жестов “большой палец вверх” и “большой палец вниз”.

Еще один пример когнитивной метафоры — это восприятие жизни как путешествия и производные от него выражения, такие как “оказаться на распутье”, “наши пути пересеклись”, “образование дает хорошую стартовую позицию в жизни” и “я рад, что смог так далеко зайти” (обычно о профессиональной карьере). Вот другие примеры.

- Спор — это война. (“Твоя позиция абсолютно непробиваемая”, “Его аргументы было легко парировать”, “Она продолжала атаковать мою точку зрения”.)

- Жизнь — это игра. (“Все шансы против меня”, “Если я правильно сделаю свою ставку...”, “Ей достался неудачный жребий”).
- Идеи — это объекты. (“Мы поднимем этот вопрос на следующей встрече”, “Давайте отбросим это в сторону”).
- Идеи — это пища. (“Мне трудно переварить эту идею”, “Я сломал себе зубы об ее представления”).
- Идеи — это товары. (“Тебе нужно попробовать продать это ему”, “Твои идеи абсолютно бесценны”).
- Теории — это постройки. (“Твоя теория построена на песке”, “И в этот момент его теория рухнула”, “Фундамент этой теории...”).
- Интеллект — это машина. (“У него в голове одни винтики да колесики”, “Чувствую, что в голове у меня все заржавело”, “Мне нужно заставить крутиться заржавевшие шестеренки”).
- Влияние — это физическая сила. (“Не могу сопротивляться давлению”, “То, что он сказал, оказало на меня серьезное воздействие”, “Эта новость стала бомбой...”).

Исследователи и теоретики данной парадигмы придерживаются мнения, что метафоры — это не фигуры речи, меняющие буквальное значение слов, а скорее “коллективное подсознание”, которое влияет на наше восприятие жизни, мышление и самовыражение, а значит, это скорее концептуальное, чем лингвистическое понятие. Большинство исследований посвящены выявлению фигур речи, сравнению языков и языковых регионов и прочим эмпирическим исследованиям в той или иной форме (см. подробное описание у [Gibbs, 2008]). Предполагается, что метафора — это врожденная потребность человека, дающая возможность думать и говорить в рамках абстрактных понятий и расплывчатых представлений, на основании которых мы, тем не менее, можем создавать более конкретный и специфический опыт.

Использование понятия пространства для описания времени — это еще один пример универсальной концепции, которая стала объектом многих экспериментальных исследований [Boroditsky, 2000]. Мы говорим так, будто движемся относительно времени (“Мы идем к лучшему будущему”) или время движется относительно нас (“Лето скоро придет”). По собственному опыту мы знаем, что все меняется только в определенном направлении, и представление о том, что у “времени” есть направление, общепринято во

многих культурах. Хотя конкретные метафоры могут различаться, выражение понятия времени в пространственных метафорах — повсеместный культурный феномен. Как движется время? Вперед? Назад? Может ли оно двигаться вверх или вниз? Исследование разных культурных и языковых групп выявило значительные расхождения в этом вопросе. В английском (и шведском) мы обычно считаем, что время движется горизонтально относительно нас (“Лучшие времена еще впереди”). В мандаринском наречии, наиболее распространенном в китайском языке, речь о времени идет так, будто оно движется по вертикали (в следующем месяце — “вниз”, а в предыдущем месяце — “вверх”) [Boroditsky, 2001]. Но когда речь заходит о времени, пространственные метафоры используются во всех языках. Мы также говорим об идеях так, будто они представляют собой материальные объекты, а об организациях — как о растениях (“быстро растущая компания”). Исходя из этого, мы можем заключить, что источник метафоры более осязаемый, а целевое понятие абстрактно или относительно неясно. А нам пришло время заняться исследованием понятия, которое, как можно предположить, имеет особенное значение в психотерапии.

Концептуальные метафоры и эмоции

В соответствии с лингвистическим анализом целью метафор часто становятся эмоциональные состояния и переживания. Кстати, обратите внимание на термин “эмоциональное состояние”, исходя из которого, можно предположить, что эмоции могут занимать определенную позу и положение в пространстве. И это предположение связано с (Вот опять! Мне нужно прекратить указывать на все метафоры, которые закрались (!) в текст, иначе я буду делать это *до бесконечности*) тем фактом, что нам сложнее понять и назвать эмоции, чем многие другие, более осязаемые или конкретные понятия [Kövecses, 2002]. Эта точка зрения близка взглядам Скиннера о том, как мы учимся говорить о так называемых “личных событиях”. Я еще вернусь к этому в главе 3. И современные лингвистические исследования подтверждают, что мы именно так говорим о чувствах. Более осязаемые и лучше изученные понятия используются в качестве источника метафор об эмоциях. Большинство исследований сосредоточено на английском языке, содержащем сотни метафор об эмоциях. То же самое можно сказать и о моем родном, шведском, языке. В шведском мы “испытываем леденящий холод от страха”, “кипим от злости”, “не находим себе места от ликования”, “наполняемся радостью” и “становимся тяжелыми от горя”; нас

“может трясти”, мы “можем быть тронутыми” или “повернутыми лицом вниз (удрученными)”; у нас “могут бегать мурашки по коже от любопытства”; мы можем “раздуваться от гордости” или быть “опустошенными”. Мы взрываемся от смеха, мы выплескиваем гнев, мы жаждем любви, мы загораемся от любопытства и парим от радости.

Современный лингвистический анализ привычного метафорического способа выражать чувства показывает, что он основывается на концептуальных метафорах, которые представляют собой не только фигуры речи, но также модели мышления и поведения. Один из примеров такой концептуальной метафоры — это считать эмоции силой [Kövecses, 2010]. Даже само слово *эмоции* намекает на данный подтекст, так как происходит от латинского “из, вне” (*e*) и “двигать” (*movere*); иными словами, нечто движущееся. Шведское слово *sinnesrörelse*, которое буквально означает “ментальное движение”, еще более показательнее в этом отношении.

Одна из проблем, которые часто становятся предметом дискуссии в лингвистических работах, — это то, в какой степени эти метафоры универсальны или специфичны для конкретного языка или языковой группы [Шмаль, 2014]. Если согласно теории концептуальные метафоры коренятся в нашем опыте телесности и взаимодействия с окружающей средой, то можно предположить, что они, по крайней мере до определенной степени, универсальны. Многочисленные исследования подтверждают это.

Например, когнитивная метафора “гнев представляет собой давление” является разновидностью метафоры “эмоции суть силы” и стала объектом многочисленных исследований в разных языках. Как в английском, так и в шведском языках мы кипим или взрываемся от злости, мы бурлим или пытаемся сдержать злость и можем выплеснуть гнев. В комиксах злость часто изображают в виде небольших облачков (пара? дыма?), вырывающихся из ушей персонажа, как будто от избытка давления в его голове. Отражение концептуальной метафоры, что злость представляет собой давление, можно найти во многих языках, не связанных с англо-скандинавской группой. Похожие метафоры есть в венгерском, китайском, японском, тайванском и языке волоф, на котором разговаривают в Западной Африке [Kövecses, 2002]. Нельзя утверждать, что все когнитивные метафоры универсальны, но многие из них широко распространены, включая описание эмоциональных состояний. Хотя можно предположить, что их относительное распространение обусловлено языковым влиянием, более вероятная причина кроется в опыте телесности и их физиологическом происхождении.

Эмоции — это то, о чем мы часто говорим метафорически. Если предположить, что эмоции занимают центральное место в психотерапии, то становится вполне понятным, почему они чаще используются в общении с психотерапевтом, чем во многих других разговорных ситуациях. При обсуждении эмоций мы, так сказать, неизбежно обращаемся к метафорам.

Концептуальные метафоры и жесты

Я уже упоминал, что предположительно когнитивные метафоры оказывают влияние не только на речь и мышление, но и на наши действия, например на жесты. Прижимание пальцев к ладони с одновременно поднятым вверх большим пальцем — это практически универсальный жест, означающий “хорошо” [Müller, and Cienki, 2009]. И хотя этот жест характерен не для всех языков, его гипотетическая противоположность (“вниз — это хорошо”) не существует нигде [Lakoff, 1993]. Снова же, вероятная причина этого кроется в том, что концептуальные метафоры и производные от них выражения с незапамятных времен берут начало в нашем физическом опыте: заполнение емкости жидкостью или собирание физических объектов в кучу создает вполне физическое ощущение, что “чем больше, тем выше”. Мы хотим больше хорошего, а значит, “выше — это хорошо”.

В последние годы подобные взгляды начали распространяться на другие способы коммуникации посредством физических изображений (в рекламе, фильмах, пропаганде и пр.) и жестов. Эти способы коммуникации и их отличия от привычного общения посредством речи стали объектом многочисленных исследований [Cienki, and Müller, 2008; Forceville, 2009], которые также подтверждают концепцию, что общие метафоры (как для определенного сообщества, так и в более широком смысле) помогают эффективно предсказать использование как изображений, так и жестов. Часто жесты и “язык тела” рассматриваются как полностью отличающиеся от речи и письма способы общения, даже в том смысле, что за них отвечают разные участки головного мозга. Но как лингвистические исследования, так и последние исследования мозга свидетельствуют об обратном [Cardillo, et al., 2012; Giora, 2008; Yus, 2009]. Одну и ту же когнитивную метафору можно отследить и в речи, и в жестах, а использование метафор в целом скорее усиливает буквальный язык, а не делает акцент на различиях. Теория о различных областях мозга для метафор и буквального языка считается устаревшей [Coulson, 2008]. Последние исследования показывают, что классическая разница между буквальным и метафорическим языками в реальности весьма условна.

Современные лингвистические исследования описывают разные теоретические способы взаимосвязи жестов и речи, в особенности при использовании метафор [Müller, 2008; Cienki, and Müller, 2008].

- Сказанная фраза и сделанный одновременно жест могут отражать одну и ту же метафору (иными словами, источник и цель метафоры одинаковы в обоих случаях), например когда кто-то говорит “Тебе необходимо взвесить все варианты”, одновременно изображая ладонями чаши старинных весов, которые поочередно приподнимаются и опускаются.
- Произнесенная метафора и сделанный одновременно жест часто могут иметь одну цель, но разные источники, например когда кто-то выражает критику словами “Ты видишь все в черно-белых цветах, но существуют еще и оттенки серого” и сначала разводит руки в стороны, как бы демонстрируя противоположные мнения, а затем, говоря об оттенках серого, сводит их ближе одна к другой и слегка покачивает. В каждом случае целью является мнение другого человека, но в метафоре источником служат контрастные цвета (черный, белый и серый), а жесты демонстрируют пространственное представление.
- Сказанные и показанные жестами метафоры, само собой, могут использоваться независимо друг от друга. Точно так же, как мы можем сказать метафору, не используя метафоричные жесты, мы можем метафорически жестикулировать, говоря буквально, например когда кто-то говорит “Ты точно знаешь, что я имею в виду”, одновременно показывая указательным пальцем на воображаемый объект перед собой (“идеи суть объекты материального мира”).

Изучение жестов и их роли в общении между людьми — это отдельная значительная область исследований, которая, вполне вероятно, имеет непосредственное отношение к психотерапевтической практике. Тем не менее любое дальнейшее изучение этого вопроса выходит за рамки данной книги. Я затронул важность и метафоричность жестов, чтобы еще раз продемонстрировать основополагающее значение метафор в общении между людьми, а также то, что они проявляются не только в устной речи и письме. На самом деле они составляют его основу.

Когнитивная лингвистика

Лингвисты, которые с 1980-х годов (и со времен революционной книги Лакоффа и Джонсона) приняли теорию о том, что концептуальные метафоры служат основой речи, жестов и изображений, стали называть себя когнитивными лингвистами [Kövecses, 2010; Lakoff, 1993]. Они подчеркивают, что когнитивная функция (мышление) первична по отношению к речевой функции, на которой традиционно сосредоточено внимание лингвистов. Причина, по которой акцент делается на когнитивных или концептуальных метафорах, — это наличие скрытого от непосредственного наблюдения опыта, который определяет, как мы используем метафорический язык или соответствующие жесты. Этим авторам свойственно оспаривать традиционные лингвистические взгляды, в особенности тщательный анализ разговорной речи. Они часто пишут, что “метафоре присущ принципиально когнитивный, а не лингвистический характер”, “цель метафоры относится не к языковым понятиям, а к тому, как мы понимаем одну концепцию сквозь призму других концепций” [Lakoff, 1993] и “что нам необходимо отличать когнитивные метафоры от метафорического лингвистического выражения [Kövecses, 2010]. Они описывают конкретные метафорические выражения как поверхностные проявления глубоко скрытых концептуальных метафор. Фактически сказанная метафора указывает на существование этих скрытых структур, и весь анализ базируется именно на них.

Описание когнитивных метафор в рамках данного подхода в значительной степени совпадает с так называемыми *схемами* или *ментальными образами* теории познания. Они наблюдают за тем, что говорят или делают люди, и постулируют лежащие в основе этого структуры, которые предположительно оказывают влияние на то, что мы можем воспринимать непосредственно. Как и в когнитивистике в целом, в когнитивной лингвистике с недавних пор предпринимаются попытки описания этих скрытых структур с позиции нейробиологии [Lakoff, 2008].

Читатели, знакомые с идеями поведенческого анализа, знают, что он противоречит вышеупомянутому предположению. Я, как и многие другие, описал свою точку зрения на то, почему в поведенческом анализе отказались от приведенной выше идеи о наличии внутренних скрытых структур, которые объясняют внешнее явное поведение человека [Ramnerö, and Törneke, 2008; Skinner, 1974; Törneke, 2010; Wilson, 2001]. Чтобы не повторяться, я приведу прагматичную причину, по которой не стоит искать

скрытые причины: если мы используем метафоры в целях психотерапии для того, чтобы улучшить понимание и попытаться изменить поведение пациента, это именно то, что мы делаем, что мы можем непосредственно наблюдать и на чем нам следует фокусироваться, — ведь это все, что нам доступно.

Несмотря на вполне обоснованную критику когнитивной лингвистики, нам не следует игнорировать ее постулаты. Теоретические модели — это одно, а феномены, которые они пытаются объяснить, — это совершенно другое [Fryling, 2003]. Теории когнитивной лингвистики кажутся вполне достоверными. Люди используют метафоры так, как это описано в когнитивной лингвистике, и их использование, по-видимому, оказывает кардинальное влияние на наш жизненный опыт. Метафоры оказывают доминирующее влияние на наше повседневное общение друг с другом, будь то устно или любым другим способом. Еще в большей степени влиянию метафор, очевидно, подвержены те области, которые имеют особое значение в психотерапии, такие как чувства и другие “внутренние” феномены. В поведенческом анализе исторически сложилась тенденция игнорировать исследования, результаты которых не соответствуют их взглядам. Я считаю это ошибкой, которая может легко сбить с правильного пути. Все как раз наоборот: особенно важно рассматривать явления с точки зрения, которая отличается от нашей собственной, чтобы понять, в какой степени идеи поведенческого анализа могут способствовать научному прогрессу.

Влияние метафор

Позвольте мне закончить главу 1 кратким обзором серии экспериментов, иллюстрирующих мощное влияние метафор на нас. В 2011 и 2013 годах Тобидо и Бородицки в качестве эксперимента рассказали группе в несколько сотен людей короткую историю о вымышленном городе (Эддисон). Город был описан как процветающий всего несколько лет назад, но с тех пор в нем резко возрос уровень преступности. Текст, представленный первой половине группы, начинался словами “Преступность, словно вирус, изнуряющий город...”, за которыми следовало описание ситуации со статистическими данными о растущем уровне преступности. Текст для второй половины группы начинался словами “Преступность, словно жуткий зверь, изнуряющий город...”, за которыми следовала точно такая же статистика, как и в первом случае. После прочтения текста участников попросили ответить на два вопроса о возможной реакции полиции с целью снижения

уровня преступности в Эддисоне: “Как вы считаете, какие действия необходимо предпринять властям Эддисона, чтобы снизить уровень преступности?” и “Какую роль должна взять на себя полиция Эддисона?” Разница в ответах двух групп была очевидной. Например, в случае открытого вопроса 81% представителей группы “жуткого зверя” предложили увеличить присутствие полиции по сравнению с 31% из “вирусной” группы. Когда участников аналогичного эксперимента попросили назвать области дополнительного воздействия и предложили выбрать улучшение экономического благосостояния и реформирование образования с одной стороны или ужесточение судебных приговоров и увеличение количества полицейских патрулей — с другой, разница между двумя группами поражала. В целом метафорическое представление преступности в виде “жуткого зверя” приводило к более частому предложению в поимке и заключению в тюрьмы преступников, тогда как метафорический контекст “вируса” вызывал желание искать причины и предлагать социально ориентированные решения (снижение уровня бедности и улучшение образования).

Исследователи также просили участников рассказать, что повлияло на их предложения. Лишь небольшой процент участников упомянул метафорический контекст. В обеих группах большинство участников ссылались на статистические показатели, которые были идентичны в обеих группах. В некоторых последующих исследованиях участников прямо спрашивали о метафоре, прося заполнить пробел в тексте, который они только что прочитали: “Преступность, словно ..., изнуряющий город”. Приблизительно половина участников смогли вспомнить метафору, которую прочитали перед этим (“вирус” или “жуткий зверь”), но их способность или неспособность сделать это никак не коррелировалась с их предложениями по борьбе с преступностью. Исследователи пришли к заключению, что влияние метафор никак не связано с тем, осознают их участники или нет.

Вот еще один эксперимент, достойный упоминания. В этом случае исследователи переместили вводное предложение с единственным отличием в конец текста. В результате разница между ответами участников разных групп, которая была заметна в других экспериментах, исчезла². На основании этого исследователи сделали вывод, что наблюдаемое влияние базируется не на простой ассоциации, которая возникает у участников во время ответов на вопросы (в этом случае эффект был бы еще более выраженным), а на том, какое влияние оказывает метафора в начале текста на его чтение

² В каждом эксперименте принимали участие разные люди.

и восприятие. В соответствии с теорией Лакоффа и Джонсона понимание текста формировалось на основе этих метафор, а затем участники выражали свое мнение.

Другие эксперименты дали схожие результаты относительно использования метафор и их влияния на наши поступки. В одном из показательных исследований участников попросили прочитать комментарии относительно тенденций на фондовом рынке, описывая рост цен на акции при помощи “активных” метафор (“акции значительно выросли”) или “пассивных” (“цены на акции были значительно подняты”). После этого участников попросили предсказать будущие цены на акции. Участники “активной” группы чаще, чем участники “пассивной” группы, говорили, что рост продолжится [Morris, Sheldon, Ames, and Young, 2007].

Заключение

Метафоры более фундаментальны для языка и познания, чем считалось ранее. Это не просто “лингвистическое украшение” для поэтов и риториков, а скорее строительные блоки языка и познания в целом. Метафоры оказывают значительное влияние на наше повседневное взаимодействие и друг с другом, и с окружающей средой. Мы “живем на основе” этих метафор, и они управляют нашими действиями. В современной лингвистике содержится значительный объем информации о структуре и механизмах этого явления, и мы можем многому научиться, анализируя эти данные, даже если наши теоретические предпосылки отличаются от тех, которые доминируют в лингвистических исследованиях, начиная с 1980-х годов. Я еще вернусь к тому, как поведенческий анализ влияет на феноменологическую область, описанную в этой главе, но перед этим нам необходимо немного поближе познакомиться с лингвистическими исследованиями описанных выше взглядов. Ведь как оказывается, многие лингвисты даже сегодня придерживаются взглядов, совпадающих с заявлениями сторонников поведенческого анализа.