ФИЛОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ЯЗЫКОЗНАНИЕ

М.С. СОКОЛОВА
(Волгоград)

МЕЖЛИЧНОСТНАЯ АДАПТАЦИЯ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПОЗИТИВНОЙ КОММУНИКАЦИИ: ГРАНИЦЫ ДОПУСТИМОСТИ*

Межличностная адаптация рассматривается как процесс, при благоприятных условиях выступающий одним из факторов оптимизации общения. Как положительное явление адаптация к собеседнику, тем не менее, имеет границы допустимости, переход которых может отрицательно воздействовать на ход интеракции, приводить к конформизму, утрате собственного «Я», полному подчинению коммуникативной инициативе и стилю общения собеседника. Автор предлагает обзор границ допустимости адаптации, определяемых степенью ее выраженности, оправданности, уместности и, как следствие, оказывающих влияние на исход коммуникации.

Ключевые слова: *межличностная адаптация, позитивная коммуникация, границы допустимости, оправданность, уместность, избыточность, недостаточность.*

Адаптация к собеседнику занимает существенное место в сфере межличностных отношений. Вступая во взаимодействие, человек коммуникативно адаптируется к той ситуации, участником которой он является: выбирает язык общения и стиль поведения, соответствующие имеющейся коммуникативной интенции, адресату, месту и обстоятельствам. В работе *межличностная адаптация* трактуется как приспособление, актуализируемое на основании контекстуальных условий общения, статусно-ролевых и ситуативно-коммуникативных ролей его участников и проявляющееся в изменениях коммуникативного поведения личности с целью оптимизации общения или осуществления позитивной коммуникации. Под *позитивной коммуникацией,* вслед за О.А. Леонтович, мы понимаем «взаимодействие, основанное на положительных эмоциях, направленное на взаимопонимание и приносящее удовлетворение всем участникам» [2].

Актуальность темы обусловлена следующими положениями: 1) человеческое взаимодействие предполагает осознанное или неосознанное коммуникативное приспособление к собеседнику в контексте текущей или предполагаемой ситуации с целью благоприятного развития взаимоотношений; 2) наряду с положительными свойствами адаптации как средства оптимизации общения у нее есть и отрицательные стороны, связанные с нарушением «зоны комфорта» одного или обоих участников интеракции; 3) полученные выводы возможно использовать как практические рекомендации в лекционных курсах по теории коммуникации, психо- и социолингвистике, на научных семинарах, в тренингах по обучению навыкам общения, способствующим гармонизации межличностных отношений.

Научная новизна рассматриваемой темы определяется тем, что, во-первых, проводится комплексный многоаспектный анализ адаптации как составляющей позитивной коммуникации; во-вторых, выявляются и исследуются факторы, конструктивно или деструктивно влияющие на характер течения интеракции и ее исход.

Задача предлагаемой статьи – обозначить границы допустимости межличностной адаптации, выход за которые может способствовать гармонизации общения или провоцировать коммуникативные неудачи.

При исследовании адаптации к собеседнику как составляющей позитивной коммуникации мы основываемся на позиции *интеракциональности* ([15; 5; 3; 1] и др.). Существующая в теории коммуникации интеракционная модель позволяет анализировать и описывать коммуникативное приспособление как двусто-

* Публикация подготовлена в рамках научного проекта № 16-34-00016, поддержанного РГНФ.

© Соколова М.С., 2016

ронний процесс, в котором действия участников интеракции взаимообусловлены, ориентированы на поиск общего смысла в процессе общения при сохранении собственного Я, а также достижение результата общения совместными усилиями. Изучение межличностной адаптации в рамках данной модели дает возможность отследить, являются ли коммуникативные действия адресанта ситуативно- и адресно-оправданными или, наоборот, избыточными / недостаточными, что, в свою очередь, подтверждает положение о том, что способы взаимодействия, возможные в конкретной коммуникативной ситуации, отличаются различной степенью эффективности ([14; 4] и др.).

Исследовательский материал представлен картотекой записи устной речи из бытового и институционального дискурса (350 коммуникативных ситуаций), видеофильмами (общей длительностью около 57 часов), а также художественными произведениями конца XX – начала XXI в. на русском и английском языках (общим объемом 4100 страниц). *Единицей анализа* является коммуникативная ситуация, в рамках которой возможно идентифицировать адаптацию к собеседнику.

Итак, существующее разнообразие устанавливаемых человеком взаимоотношений, а также исполняемых им социальных ролей обусловливает необходимость адаптироваться к собеседнику в контексте текущего взаимодействия. Адаптация охватывает человеческие взаимоотношения во всем их многообразии и является неотъемлемой характеристикой межличностной коммуникации (G.Phillipsen, 1968; [11; 7] и др.).

Осознанная адаптация, как правило, выражается в прогнозировании своих коммуникативных действий по отношению к собеседнику (*Усевшись на последней парте лекционного зала, Лена обдумывала план действий…; По дороге сюда он тщательно продумал, как будет себя вести. Он точно знал, что надо сказать …*), в выборе способа самопрезентации (*You had better change your frock now <…> I always dress for the evening when Mr. Rochester is here*), диалогизованной внутренней речи (*Задумчиво насупив брови, она обдумывала каждое слово, которое скажет им при встрече…; Направляясь к дому по полю, она тщательно обдумала, что скажет им…; Прежде чем позвонить, она долго и тщательно обдумывала, что ему скажет…*) и т. д.

Выбранный способ общения (стиль, тональность, языковое выражение, коммуникативная дистанция и др.) определяет не только ход развития взаимоотношений, но и результат взаимодействия. В качестве иллюстрации рассмотрим ситуацию из семейной сферы общения, где В. Токарева в своем рассказе описывает, с одной стороны, действия дочери (Нонна) и зятя (Царенков) по отношению к маме (теще) (тетя Тося), препятствующие установлению благожелательных отношений (1); с другой стороны, предлагается авторский вариант коммуникативного поведения, который мог бы способствовать достижению успеха в общении в рамках данной ситуации (2).

1. Тетя Тося выдерживала паузу, глядя на дочь бессмысленным взором, а потом начинала громко рыдать, выкрикивая упреки. Из соседних квартир выглядывали соседи. Нонна готова была провалиться сквозь землю. Выходил Царенков. Строго спрашивал: – В чем дело? Нонна торопливо уходила в дом, бросив мать на лестнице. Царенков уходил следом за Нонной [8, с. 57–58].

2. Им обоим не приходило в голову, что такие конфликты легко разрешаются лаской. Надо было просто обнять тетю Тосю за плечи и сказать теплые слова, типа «труженица ты наша, пчелка полосатая…». Тетя Тося трудилась, как пчелка, и жужжала и жалила, как пчела. Но она созидала. И хотела поощрения своему труду, хотя бы словесного. Но Нонна была занята только мужем. Царенков – только собой. И бедной тете Тосе только и оставалось выть на лестнице, взывать к сочувствию. Она и выла [Там же, с. 58].

Один из ключевых вопросов, возникающих в процессе изучения вариативности коммуникативного поведения личности в том или ином ситуативном контексте, заключается в следующем: всегда ли адаптацию к собеседнику следует характеризовать как явление, оказывающее положительное влияние на взаимодействие в целом и результат коммуникации в частности? Анализ исследовательского материала позволяет говорить о существующей вероятности отрицательного воздействия попытки приспособиться к собеседнику на ход интеракции. Это выражается в конформизме, утрате собственного Я, полном подчинении коммуникативной инициативе и стилю общения собеседника. Важно отметить, что адаптация в её отрицательном проявлении приводит

не только к кризису идентичности, психоэмоциональному истощению, ощущению определенной степени дискомфорта при общении с собеседником, но и появлению негативных, часто неконтролируемых эмоций. Приведем пример из книги “Committed: a skeptic makes peace with marriage” (E. Gilbert), где Элизабет пытается скрыть свое внутреннее недовольство личными отношениями с Фелипе, исполняя «роль» беззаботной и веселой спутницы. В результате она испытывает неконтролируемое раздражение по отношению к себе и партнеру:

As I hauled the ever more reluctant Felipe from one Southeast Asian activity to the next (exotic markets! temples! waterfalls!), he became only less relaxed, less accommodating, less comforted. I, in turn, reacted to his befouled humor the way I'd been taught by my mother to react to a man's befouled humor: by becoming only more cheerful, more upbeat, more obnoxiously chipper. I buried my own frustrations and homesickness under a guise of indefatigable optimism, barreling forth with an aggressively sunny demeanor, as though I could somehow force Felipe into a state of lighthearted gladness by the sheer power of my magnetic, tireless merrymaking. Astonishingly, this did not work. Over time, I became irritated with him – exasperated by his impatience, grumpiness, lethargy. Moreover, I became irritated with myself, annoyed by the false notes in my voice as I tried to engage Felipe in whatever curiosity I'd dragged him to this time. (Oh, darling–look! They're selling rats for food! Oh, darling–look! The mommy elephant is washing her baby! Oh, darling-look! This hotel room has such an interesting view of the slaughterhouse!) [12].

Сказанное выше позволяет сформулировать новые вопросы: можно ли говорить о существовании границ допустимости адаптации? Если да, то чем они определяются? При всем существующем многообразии способов общения, а также возможности выбирать, как взаимодействовать с конкретным собеседником в рамках той или иной ситуации, тем не менее, можно говорить о неких пределах приспособления к собеседнику, за которыми это явление становится неэффективным. Границы допустимости адаптации – это, с одной стороны, некий пусковой механизм, предписывающий личности действовать в рамках коммуникативного «стандарта» с целью оптимизации взаимодействия; с другой стороны – это выход за рамки дозволенной или требуемой формы общения, который провоцирует возникновение сложностей в процессе интеракции. И в том и в другом случае границы адаптации подразумевают определенную степень выхода из зоны «комфорта», собственной или собеседника, т. к. это будет связано с нарушением баланса: 1) внутреннего (когерентности личности адресанта) или 2) внешнего (когерентности с собеседником или требованиями среды). Приведем соответствующие примеры:

1. *Gretchen felt guilty about the cigarette smoke but you couldn’t ask people not to smoke because a four-year-old boy on another floor might not like it* [10].

2. *<…> у Тани вспыхнула любовь к пожилому (так Дине казалось) человеку, Александру Сергеевичу Веденяпину <...> он вскоре начал звонить, и мама потребовала однажды, чтобы Таня объяснила наконец, по какому праву этот пожилой человек звонит по утрам и беспокоит весь дом. Случилась ужасная сцена. Сидели вечером, – отец задержался в госпитале, пили чай с прошлогодним вареньем, сахара было уже не достать, – и мама сказала, что сегодня Веденяпин звонил целый день, и нужно ему втолковать наконец ... Но Таня, вдруг ставшая такого же цвета, как ягоды этой горчившей смородины, закричала, чтобы ее оставили в покое, что она давным-давно взрослая и никто не смеет делать ей никаких замечаний. – Но я тебе – мать, – сказала тогда мама, и у нее раздулись ноздри. – Ты все же должна выбирать выражения ...* [6].

Другими словами, под *границами адаптации* следует понимать явление, заключающееся в актуализации или блокировании каких-либо конкретных коммуникативных действий (использование языковых и неязыковых средств, коммуникативных стратегий, поведенческих паттернов), обусловливающих дальнейший характер взаимодействия. Можно выделить три фактора, которые определяют границы межличностной адаптации: 1) ситуативный, обусловленный сферой, формой и условиями общения, наличием/отсутствием физических помех, характером взаимоотношений между коммуникантами; 2) адресный, связанный с характеристиками / параметрами собеседника (возрастом, гендером, социальным статусом и национально-культурной принадлежностью); 3) индивидуально-личностный, относящийся к сфере адресанта, его уровню образованности, особенностям самоидентификации, морально-нравственным качествам,

коммуникабельности, адаптационному потенциалу и др.

Подобное разделение факторов весьма условно, т. к. в ситуации реального общения наблюдается их комплексное влияние на поведение адресанта. Проиллюстрируем, каким образом устанавливается коммуникативная дистанция (границы дозволенного поведения по отношению к себе) одной из подруг, имеющей более высокий социальный статус в силу рода своей деятельности (актриса в театре), а также как жена профессора, принадлежащего к «творческой элите»:

Увидев подругу детства, я метнулась в ее сторону, чтобы внезапно возникнуть, удивить, завизжать от радости и крепко обняться. Я почти добежала и вдруг резко затормозила. Нонна увидела меня, узнала и протянула руку лодочкой, дескать, «Здравствуй». Она определила дистанцию в полметра, на расстоянии вытянутой руки, и мне ничего не осталось, как остановиться и пожать ее протянутые пальцы. Я наткнулась на ее официальное лицо, холодный кивок. Дескать: помню, помню, но не более того [8, с. 45].

Исследование показало, что адаптация к собеседнику может быть ситуативно- и адресно-оправданной либо, напротив, недостаточной / избыточной. Под *уместностью адаптации* мы понимаем прагматическую оправданность её проявления по отношению к собеседнику в конкретной ситуации, способствующей гармоничному общению. В свою очередь, оправданность коммуникативного поведения определяется достижением достаточной степени взаимопонимания между участниками интеракции; степенью комфортности, испытываемой обоими коммуникантами в процессе общения; эффективностью коммуникации. Приводимое ниже объяснение учительницы, как правильно следует держать ручку при письме, иллюстрирует уместную адаптацию к одной из родительниц с точки зрения не только доступности и иллюстративности передачи информации, но и личного характера беседы:

– Давайте отойдем, – взяла меня под локоть Светлана Александровна. <...> Вася неправильно держит ручку, – шепотом сказала учительница. – Обратите внимание. Поправляйте его дома. Знаете, куда должен смотреть кончик ручки?

– Куда? – испугалась я, все еще не веря, что речь идет не о чем-то ужасном, а о ручке.

– В плечо. – Светлана Александровна показала на мое плечо. – И пальцы должны быть, как клювик. Понимаете?

– Нет, – честно ответила я.

– Клювик. – Светлана Александровна сложила пальцы на воображаемой ручке и пошевелила указательным пальцем, изображая клювик. – А Вася держит тремя пальцами. Вот так, – учительница показала как, – это не клювик.

– Хорошо. Буду поправлять. Спасибо [9].

В свою очередь, неуместность коммуникативного поведения может быть определена одним из участников интеракции или посторонним лицом и вербализована в виде прямого или непрямого указания. Недостаточная или чрезмерная адаптация, как правило, вызывает отрицательную реакцию со стороны собеседника, латентную (сопровождаемую внутренними негативными переживаниями) или открыто выражаемую, как в следующем примере:

– Кушать будешь? – спросила Роза. – У нас сегодня супчик из белых грибов. И пловчик с баранинкой.

– Что? – переспросила Людмила.

– Плов ...

– Так и говори: плов. А то пловчик, супчик, как одушевленные. Прямо дети ...

Роза исподлобья глядела на дочь. Не понимая, чем та недовольна. Для Розы любить – значит накормить. А что еще [8, с. 138].

Подведем итоги.

1. Процесс коммуникативной адаптации можно характеризовать с точки зрения границ допустимости, которые определяются степенью ее выраженности, оправданности и уместности. Это и определяет необходимость характеризовать адаптацию с точки зрения её уместного (ситуативно- и адресно-оправданного) и неуместного недостаточного или избыточного выражения. Неуместность поведения может определяться адресантом, адресатом или посторонним лицом.

2. Границы приспособления к собеседнику устанавливаются в зависимости от ситуативного, адресного и индивидуально-личностного факторов. Границы межличностной адаптации скорее размыты, чем четко очерчены. Это обусловлено существующими индивидуальными различиями в представлении о коммуникативном приспособлении, его целесообразности и формах проявления, а также неодинаковыми требования-

ми, предъявляемыми коммуникативной средой в отношении твердо установленных, универсальных рамок допустимого и недопустимого поведения.

3. При анализе межличностной адаптации с точки зрения границ допустимости и степени выраженности внимание акцентируется на таких ключевых признаках коммуникативного приспособления, как интерактивность, конгруэнтность и эффективность.

4. Адаптация к собеседнику как составляющая позитивной коммуникации представляет собой сознательную модификацию поведения, основанную на способности ориентироваться в различных ситуациях общения и выбирать способы взаимодействия, наиболее эффективные и оптимальные для обоих коммуникантов в рамках определенного контекста взаимодействия.

Список литературы

1. Леонтович О.А. Введение в межкультурную коммуникацию: учеб. пособие. М.: ИТДГК «Гнозис», 2007.
2. Леонтович О.А. Позитивная коммуникация: постановка проблемы // Вестник РУДН. Сер.: Лингвистика. 2015. № 1. С. 164–177.
3. Макаров М.Л. Основы теории дискурса. М.: ИТДГК «Гнозис», 2003.
4. Маслов Е.В. Управление персоналом предприятия: учеб. пособие / под ред. П.В. Шеметова. М.: ИНФРА-М; Новосибирск: НГАЭиУ, 1999.
5. Матурана У. Биология познания // Язык и интеллект. М.: Прогресс, 1995. С. 95–142.
6. Муравьева И. Холод черемухи [Электронный ресурс]. URL: http://e-libra.ru/read/347329-holod-cheremuhi.html (дата обращения: 10.07.2016).
7. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Эксмо, 2010.
8. Токарева В. Террор любовью: повести и рассказы. М.: АСТ, 2014.
9. Трауб М. Дневник мамы первоклассника [Электронный ресурс]. URL: http://e-libra.ru/read/207229-dnevnik-mamy-pervoklassnika.html (дата обращения: 06.07.2016).
10. Шоу И. Богач, бедняк: Книга для чтения на английском языке. СПб.: КАРО, 2008.
11. Burgoon J.K., Stern L., &Dillma L. Interpersonal Adaptation: Dyadic Interaction Patterns. Cambridge: Hardcover Cambridge University Press, 2005.
12. Gilbert E. Committed: a skeptic makes peace with marriage. L.: Bloomsbury, 2010.
13. Philips L. Human adaptation and his failures. N.Y. and L.: Academic Press, 1968.
14. Phillipsen G. & Albrecht T. Developing communication theories. Albany, NY: SUNY Press, 1997. P. 85–118.
15. Schiffrin D. Approaches to Discourse. Oxford; Cambridge, MA, 1994.

* * *

1. Leontovich O.A. Vvedenie v mezhkul'turnuju kommunikaciju: ucheb. posobie. M.: ITDGK «Gnozis», 2007.
2. Leontovich O.A. Pozitivnaja kommunikacija: postanovka problemy // Vestnik RUDN. Ser.: Lingvistika. 2015. № 1. S. 164–177.
3. Makarov M.L. Osnovy teorii diskursa. M.: ITDGK «Gnozis», 2003.
4. Maslov E.V. Upravlenie personalom predprijatija: ucheb. posobie / pod red. P.V. Shemetova. M.: INFRA-M; Novosibirsk: NGAJeiU, 1999.
5. Maturana U. Biologija poznanija // Jazyk i intellekt. M.: Progress, 1995. S. 95–142.
6. Murav'eva I. Holod cheremuhi [Jelektronnyj resurs]. URL: http://e-libra.ru/read/347329-holod-cheremuhi.html (data obrashhenija: 10.07.2016).
7. Nalchadzhjan A.A. Psihologicheskaja adaptacija: mehanizmy i strategii. 2-e izd., pererab. i dop. M.: Jeksmo, 2010.
8. Tokareva V. Terror ljubov'ju: povesti i rasskazy. M.: AST, 2014.
9. Traub M. Dnevnik mamy pervoklassnika [Jelektronnyj resurs]. URL: http://e-libra.ru/read/207229-dnevnik-mamy-pervoklassnika.html (data obrashhenija: 06.07.2016).
10. Shou I. Bogach, bednjak: Kniga dlja chtenija na anglijskom jazyke. SPb.: KARO, 2008.

Interpersonal adaptation as a component of positive communication: borderlines

Interpersonal adaptation is considered to be a process that could become one of the factors to optimize communication. As a positive phenomenon the adaptation to an interlocutor, however, has borderlines that might have negative impact on the interaction, lead to conformism, lack of "I", complete subordination to communicative initiative and an interlocutor's communicative style. The author represents the review of the borderlines of adaptation determined by the level it is expressed, approved, relevant and, as a result, influencing the outcome of communication.

Key words: *interpersonal adaptation, positive communication, borderlines, reason, relevance, excess, lack.*

(Статья поступила в редакцию 22.07.2016)