

Буданова А.А.

**Метафора как средство осмысления и вербализации  
кризисных межличностных отношений\*  
в современной англоязычной культуре\***

*НИУ «Высшая школа экономики»,  
Москва, Россия, aabudanova\_1@edu.hse.ru*

*Аннотация.* В статье описывается метафорический ландшафт деструктивных межличностных отношений в современном англоязычном дискурсе, устанавливаются основные метафорические модели, концептуализирующие данный феномен, и определяется степень их частотности. Литературной базой данного исследования послужили 16 личных мемуаров, на страницах которых были отобраны 58 репрезентативных примеров метафор.

*Ключевые слова:* метафора; метафорология; метафорический ландшафт; субъективный опыт; деструктивные отношения; психология.

Поступила: 22.06.2021

Принята к печати: 06.09.2021

---

\* © Буданова А.А., 2021

Budanova A.A.

**Metaphor as a means of conceptualizing of problematic interpersonal relations in modern English-speaking culture\***

*The National Research University Higher School of Economics,  
Moscow, Russia, aabudanova\_1@edu.hse.ru*

*Abstract.* The article describes metaphorical landscape of destructive interpersonal relations in modern English-language discourse, establishes the main metaphorical models that conceptualize this phenomenon, and determines the degree of their frequency. Sixteen personal memoirs, in which 58 representative examples of metaphors were selected, constitute the empirical base of this study.

*Keywords:* metaphor; metaphor studies; metaphorical landscape; subjective experience; destructive relationships; psychology.

Received: 22.06.2021

Accepted: 06.09.2021

**Межличностные отношения  
как объект исследования**

Межличностные отношения представляют собой многогранный, динамически развивающийся социо-психологический феномен, который, в силу всеобъемлемости своей природы, является предметом научного интереса целого ряда специалистов. Вместе с тем, согласно гуманистической модели личности А. Маслоу, межличностные отношения являются одним из основных показателей целостности личности, а качество отношений напрямую влияет на удовлетворение потребности в самоактуализации [Maslow, 1954, р. 166], что привлекает интерес к данному исследованию более широкой аудитории.

Межличностные отношения – это неотъемлемая часть субъективного опыта каждого индивида. Определение субъективного опыта менялось на протяжении времени. Изначально под субъективным опытом понималась информация, полученная индивидом при непо-

---

\* © Budanova A.A., 2021

средственном взаимодействии с внешним миром [Gray, 1995, р. 660], однако со временем внешний раздражитель перестал быть обязательной составляющей – теперь под субъективным опытом подразумевается информация, полученная в том числе и из внутреннего мира субъекта, – телесные ощущения, мысленные образы, внутренняя речь и т.д. [Richardson, 1999, р. 969]. Таким образом, субъективный опыт – это посредник между «внутренней психической реальностью» и «внешней (физической) реальностью» [Winnicott, 1967, р. 372].

В начале XXI в. понятия «субъективность» и «объективность» стали подвергаться серьезной критике: поскольку объективная реальность познается через призму субъективизма, можно утверждать, что получение объективных данных о мире невозможно [Davidson, 2001, р. 42]. При этом формирование субъективного опыта напрямую зависит от внешней среды, в которой происходило восприятие отдельного объекта реальности, т.е. от объективных факторов воздействия [Davidson, 2001, р. 20–21]. Вышеописанный парадокс ставит под вопрос саму научную обоснованность объективности, что заставляет сделать значимое замечание: в данном исследовании изучаются не только деструктивные межличностные отношения, сколько субъективное восприятие данного феномена и его вербализация в современном англоязычном дискурсе.

Под межличностными отношениями понимается взаимосвязь между людьми, в основе которой лежат разнообразные эмоциональные состояния [Berengarten, 1952, р. 1219]. Данная взаимосвязь проявляется в таких аспектах совместной деятельности, как принятие общих решений и урегулирование конфликтов [Gottman, Markman, Notarius, 1977, р. 462], а также характеризуется высоким уровнем субъективизма, так как отношения начинаются с восприятия других под влиянием восприятия самого себя [Riecken, 1960, р. 481]. Помимо вышеупомянутых взаимодействия и взаимовосприятия, межличностные отношения характеризуются взаимопониманием. В рамках данного исследования также важен факт динамичности межличностных отношений: они зарождаются, развиваются, достигают пика, а затем обычно постепенно ослабевают [Huston, Levinger, 1978, р. 133]. Таким образом, можно выделить следующие основные характеристики межличностных отношений: 1) эмоциональность; 2) взаимовосприятие; 3) взаимодействие; 4) взаимопонимание; 5) субъективность; 6) динамичность.

Существует целый ряд классификаций межличностных отношений. С.В. Духновский отмечает, что «на сегодняшний день в психологии нет общепринятой и разделяемой всеми учеными <...> классификации межличностных отношений» [Духновский, 2009, с. 13]. Так, межличностные отношения можно разделить на следующие виды: формальные и неформальные [Eisenstadt, Roniger, 1984, р. 6]; сильные и слабые [Granovetter, 1973, р. 1361]; отношения знакомства, приятельские, товарищеские, дружеские, любовные, супружеские, родственные и деструктивные отношения [Обозов, 1979] и т.д. Относительно новое направление в классификации межличностных отношений – это гендерная классификация, в основе которой лежит дифференциация отношений в сфере межполового воздействия [Клецина, 2004, с. 8], где межличностные отношения изучаются как на уровне отдельно взятых индивидов, так и на уровне всего социума. В рамках данного исследования рассматриваются исключительно деструктивные межличностные отношения субъектов разных полов, находящихся в романтических или супружеских отношениях.

Следует отметить, что существуют основополагающие различия между русским и западноевропейским взглядами на межличностные отношения и гендерные отношения, в частности. В западных странах такие социокультурные явления, как поздние браки, принцип нуклеарной семьи, высокий уровень безбрачия, нейтральное, а порой и позитивное отношение к разводам считаются нормой [Свечкарева, 2005, с. 95–97]. Все большую популярность получает термин «серийная моногамность» [Ильин, 2019, с. 44]. В России межличностные отношения традиционно находятся под влиянием православной этики: безбрачие даже в XIX в. считалось преступлением, публичное выражение недовольства супругом или супругой порицалось («не выноси сор из избы»), развод и повторный брак были недопустимы. Таким образом, англоязычные авторы, по сравнению с русскоязычными, более открыты к диалогу на тему семейных проблем, что делает современную англоязычную литературу более перспективным источником метафор, вербализующих субъективный опыт деструктивных межличностных отношений, которые характеризуются дисгармонией в отношениях и выступают базисом для развития межличностного кризиса [Духновский, 2009, с. 38].

## **Вербализация опыта межличностных отношений**

Субъективный опыт межличностных отношений, как абстрактный и трудно поддающийся описанию концепт, может эффективно вербализовываться в форме метафоры [Sperber, Wilson, 2008]. До XX в. метафоре отводилась роль «дополнительной проблемы в философии языка»: ее функционал ограничивался добавлением экспрессивности, носящей оценочно-описательный характер [Lakoff, Johnson, 1980, р. 453]. Дж. Лакофф и М. Джонсон сформировали иной взгляд на метафору. В рамках теории концептуальной метафоры метафоризация – это метафорическая проекция (metaphorical mapping), переносящая некоторые характеристики домена источника (source domain) на домен цели (target domain). Доменом источника выступает некий феномен, понятие или конкретный объект, свойства которого четко осознаются индивидом; в то время как домен цели – это чаще всего более абстрактное и трудноописуемое понятие [Лакофф, Джонсон, 2004, с. 25].

Стоит отметить, что зачастую один и тот же феномен может быть описан с помощью разных концептуальных метафор. К примеру, эмоциональное состояние после разрыва отношений может осмысляться в категориях выздоровления или починки и являться метафорической проекцией концептов «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО БОЛЕЗНЬ» и «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО ПОЛОМКА», соответственно:

(1) *Now that you know what not to do, we can move on to the healthy actions you can and should take to heal yourself from heartbreak* (Labossiere, 2019).

(2) *In life, too, even greater brilliance can be found after the mending* (Harper, 2020).

Теория преднамеренной метафоры, дополняя теорию концептуальной метафоры, комбинирует ее с языковой моделью: все так же подчеркивается метафоричная природа мышления, однако метафора используется в дискурсе эксплицитно: «в качестве метафоры», «как метафора для», «метафорически говоря», «используя метафору» – привычные дискурсивные маркеры преднамеренной метафоры. Таким образом, преднамеренная метафора открыто называет домен источника и приглашает адресата взглянуть на домен цели под другим углом [Steen, 2011, р. 86]. Так, стадии бракоразводного процесса могут эксплицитно сравниваться со стадиями восприятия смерти близкого человека (отрицанием, злостью, торгом, депрессией и принятием):

(3) *The emotional levels one needs to work through during and following divorce are very much parallel to the stages one goes through at the time of death. At first, there is a denial of the events that have taken place and a consequent feeling of wanting to isolate oneself from the whole situation. Then anger, wherein one blames someone else for one's predicament. The third level is bargaining; a kind of situation in which one wants to look at the ledger to see that things are equal. This is often manifest in the custody of children and property settlements at the time of divorce. Then comes a period of depression, which is where much self-hatred, self-blame, and feelings of failure are present. Finally, after all of this, one comes to acceptance of the situation and acceptance of the self. Out of this comes hope for what can happen* (Fisher, Alberti, 2016).

## **Методика исследования**

В настоящем исследовании представлена сетка метафорических проекций, составляющих модель метафорического ландшафта деструктивных межличностных отношений в современном английском дискурсе. Под метафорическим ландшафтом понимается «психоактивный мир, возникающий внутри и вокруг клиента» [Lawley, Tompkins, 2011, p. 4] – совокупность всех метафор, служащих способом выражения того или иного концепта. Метафорический ландшафт подвижен, он состоит из ключевых и периферийных элементов, которые могут менять свое положение на разных этапах развития общества или жизни индивида. На базе современных мемуаров были выделены ключевые метафорические модели деструктивных отношений как войны, болезни и боли, природного явления, эмоциональной перезагрузки, путешествия, поломки, замкнутого пространства и средства передвижения.

Метафорический анализ строится на основе современных англоязычных мемуаров<sup>1</sup>. Выбор предмета исследования определяется характерными чертами данного жанра литературы. Мемуар – это художественное повествование, основанное на личном опыте, наблюдениях и воспоминаниях автора. Мемуары базируются не столько на фактах из биографии, сколько на личных переживаниях автора и на его видении событий, что делает данную литературу благодатной почвой для исследования метафор в силу красочности и вырази-

---

<sup>1</sup> Список источников, иллюстрирующих вербализацию опыта, представлен в конце статьи.

тельности повествования. Более того, изменчивость языка как социокультурного явления и необходимость обозначения временного интервала, которому должны соответствовать отбираемые литературные источники, также обосновывает выбор предмета исследования. Данная селекция позволит, при повторном исследовании через некоторый промежуток времени, сопоставить результаты и выявить тенденции развития языка, изменения метафорического ландшафта, культурные сдвиги в обществе. Нами были отобраны 16 личных мемуаров (датированных периодом с 2005 по 2020 г.), из которых удалось выделить 58 репрезентативных примеров метафоры.

## Результаты исследования

Одной из самых распространенных метафорических проекций кризисных межличностных отношений является когнитивная модель «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО ВОЙНА», схожая с моделью, описанной Дж. Лакоффом и М. Джонсоном «ЛЮБОВЬ – ЭТО ВОЙНА» [Лакофф, Джонсон, 2004, с. 82]. Однако, вопреки ожиданиям, в рамках данной концепции война ведется не столько между полами, сколько против внешних обстоятельств, самого кризиса в отношениях, который зачастую описывается как череда сражений, а эмоциональные травмы представляются как телесные ранения, которые кровоточат на ранних стадиях и оставляют шрамы и кровоподтеки на всю жизнь:

(4) *So even though you are clearly wounded, getting out of this broken relationship is the best thing possible, even if you didn't know it was broken until now* (Behrendt, Ruotola-Behrendt, 2005).

(5) *The scar will serve as a reminder of what you were able to overcome and the battles you've won* (Labossiere, 2019).

Особое место занимает персонификация: отношения можно «спасти», негативные эмоции и мысли могут представляться врачом, «держащим сердце в заложниках»:

(6) *We lose something we love and it seems natural to try to reconstruct it <...> hoping some part of what we've loved will still be salvageable* (Priebe, 2016).

(7) *Struggling with a disappointment so deep you may be afraid you'll disappear forever into the black hole that's now holding your heart hostage* (Kingma, 2018).

Когнитивные модели не существуют в изоляции и могут накладываться друг на друга. Так, кризисные отношения могут описываться в терминах холодной войны, пагубно влияющей на психику ребенка, которому затем приходится «исцеляться» (модель «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО ВОЙНА» сочетается с моделью «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО БОЛЕЗНЬ»):

(8) *Although it doesn't always heal the children's hurt or repair the psychological damage that the ongoing conflicts or bitter cold wars may have caused in the initial years, it does open up the possibility that the distress will not continue to escalate in the future* (Ahrons, 2009).

Метафорика боли и болезни чаще всего используется при описании разрыва отношений (расставания или развода) и восстановления после полученного опыта. Переживание кризиса в отношениях сопровождается болевыми ощущениями, схожими с телесными, которые, описываются как пульсирующая, колющая боль или даже перелом ребер:

(9) *There's nothing else to do to stop that pounding, piercing pain in your heart* (Kingma, 2018).

(10) *Being brokenhearted is like having broken ribs. On the outside it looks like nothing's wrong, but every breath hurts* (Behrendt, Ruotola-Behrendt, 2005).

В большинстве примеров период восстановления после деструктивных отношений описывается как «выздоровление», которое представляется англоязычными авторами как особо сложный процесс, порой требующий доступ к труднодоступным знаниям о том, как необходимо проводить «обряд» выздоровления:

(11) *I also know that you, like me, can and will heal from your heartbreak* (Labossiere, 2019).

(12) *Survivors of ended relationships haven't left us much of a trail as to how they made it through this painful rite of passage* (Kingma, 2018).

Особый интерес представляет преднамеренная хирургическая метафора, где развод представлен как операция, а процесс после него – выздоровление:

(13) *Divorce is a metaphorical surgery that affects all areas of life of the individual* (Fisher, Alberti, 2016).

(14) *An apt analogy would be that of the convalescence which occurs after any kind of surgery* (Fisher, Alberti, 2016).

Самыми выдающимися примерами лингвокреативности можно назвать сравнение расставания с ящиком Пандоры и аналогию между пауком и человеком, делящимся своими переживаниями в кризисных отношениях:

(15) *Once the lid popped off, I realized I had opened an excruciatingly painful Pandora's box of loss and grief* (Elliott, 2009).

(16) *Another reason why this type of situation is not healthy is because now you're involving someone else in your web of pain* (Labossiere, 2019).

Апогеем метафорики болезни является сравнение деструктивных отношений со смертью: физической или эмоциональной:

(17) *It's like a death, except that with a death you at least know for sure that the story is over: there's no going back* (Kingma, 2018).

В проанализированной англоязычной литературе боль от разрыва отношений часто представляется в виде природного ландшафта (бездны, долины), по которому человек скитается в поисках исцеления:

(18) *To do that, I had to go down into the abyss and face the pain* (Elliott, 2009).

(19) *Your healing lies in the most heartwrenching valleys of hurt* (Labossiere, 2019).

В рамках метафорической модели «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО ПРИРОДНОЕ ЯВЛЕНИЕ» при описании эмоционального состояния субъекта отношений в период кризиса авторы часто прибегают к метафорике пустыни и связанным с ней концептам пустоты:

(20) *I wrote this book to give you the tools you can use to overcome the emotional wasteland of heartbreak and free yourself from its ties, just like I managed to do* (Labossiere, 2019).

(21) *She felt herself to be without love – it seemed a kind of incapacity, a hollowness within her* (Miller, 2020).

Водная стихия (воды, волны, цунами, снежные бури, шторма) доминирует при описании эмоционального пика в отношениях – разрыва деструктивных отношений, а также характеризует эмоции, переживаемые субъектом отношений:

(22) *I realized that the aches and pains I'd experienced in the past had been like a summer rain compared to a tsunami* (Piver, 2009).

(23) *The fears you feel when you first separate are like being in a blizzard.*  
<...> *You want to hide, find a lap to curl up in, and get away from the fearful storm* (Fisher, Alberti, 2016).

(24) *We all suspect that the ending of our relationship is going to take us into some deep emotional waters* (Kingma, 2018).

В англоязычной литературе особое место занимает позитивное представление о препятствиях как вызове, об их преодолении как способе личностного роста, согласно которому кризис в отношениях может служить эмоциональной перезагрузкой. Переплетение метафорических проекций природного явления и эмоциональной перезагрузки прослеживается в следующем примере, где автор подчеркивает, что кризис в отношениях «приводит нас в воды эмоций» и «призывает нас исследовать неизведанную местность души»:

(25) *A crisis, on the other hand, leads us into emotional waters where we feel in over our head, and it calls upon us to explore unfamiliar spiritual terrain* (Kingma, 2010).

Возвращаясь к тематике болезни, стоит отметить позитивные перемены в человеке, которые могут стать очевидными после травматического опыта кризисных отношений («душа очищается и расширяется»). Таким образом, в рамках данного концепта, кризис рассматривается как «плодотворное время»:

(26) *This is the moment and these are precisely the experiences through which your emotional body is being healed, your soul is being refined and enlarged, and your life itself is taking on a new meaning* (Kingma, 2010).

(27) *As unbelievable as it may seem when you are in the throes of heartache, this can be a rich and fertile time when you are most open and ready to make your dreams come true* (Elliott, 2009).

Разрыв отношений может также переосмысляться посредством метафорики объектов материального мира («кнопки сброса», «катализатора», «приглашения к изменению», или «урока»), знаменующих переломный момент в жизни человека:

(28) *Even though it doesn't feel good, heartbreak is the best reset button for your life* (Labossiere, 2019).

(29) *Mine was a very devastating breakup that was the catalyst for the wonderful life I have now* (Elliott, 2009).

(30) *Suffering, therefore, is always an invitation to change* (Kingma, 2010).

(31) *Other times relationships are learning curves, preparing us for the ‘real thing’. It can be very hard to determine between that which is the ‘real thing’ and that which is a ‘lesson’ (Miller, 2019).*

Концепт кризиса может персонифицироваться в некий живой объект, «зажигающий огонь» под субъектом отношений или «ставящий жизнь на паузу» и включающий «режим отшельника» (Hermit-mode), тем самым инициируя изменения в жизни человека:

(32) *Heartbreak lights a fire under you and pushes you to take the steps needed toward becoming a better version of yourself (Labossiere, 2019).*

(33) *It can put your entire life on pause, and make you seriously consider finding a cave in the woods, switching on Hermit-mode, and staying there until the robots rise up (Dawson, 2014).*

Концепт путешествия – один из самых распространенных доменов источника концептуальных метафор деструктивных отношений. Частотность метафоры «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ» может быть объяснена процессуальным характером как путешествия, так и отношений: оба явления имеют начало, определенные этапы развития и конечный «пункт назначения»:

(34) *While this book does not deal with that personal crisis in depth, we have long recognized that most of the rebuilding blocks do appear in the path widows and widowers must travel (Fisher, Alberti, 2016).*

Часто встречающееся наложение метафорических проекций – это комбинация метафорики пути и болезни, где восстановление после кризиса описывается как «путь исцеления» или «исцеляющее путешествие»:

(35) *On your personal path to healing, you must commit to doing the work it takes to process through any unresolved pain and hurt lingering from your past (Labossiere, 2019).*

Карта является неотъемлемым атрибутом любого путешествия. В рамках теории концептуальной метафоры карта функционирует в двух основных аспектах: она либо отображает этапы эмоционального восстановления после деструктивных отношений, либо иллюстрирует «известную местность», за границей которой лежит «терра инкогнита, морские змеи, Левиафан» – метафорические проекции эмоционального состояния беспомощности и неизвестности:

(36) *Late afternoons as the day wanes, in bed in the middle of the night, in spite of her efforts, she finds herself at the outer edge where, in the old maps, the world drops off, and beyond is terra incognita, sea serpents, the Leviathan – Here There Be Dragons* (Alvarez, 2020).

Процесс эмоционального восстановления может также осмысляться в качестве различной местности (тоннеля, долин, лабиринта), по которым скитается участник отношений:

(37) *It was as if I were wandering through a dark tunnel and couldn't see the way out* (Rooks, 2013).

(38) *Now I want to walk through some of those valleys with you* (Rooks, 2013).

(39) *Broken Heart on Hold is meant to be a friend to walk beside you through the labyrinths of your confusion and pain* (Rooks, 2013).

Психика человека или его сердце могут быть концептуализированы как хрупкий предмет, который разбивается под воздействием внешних факторов (расставания с любимым человеком, развода, ссор родителей, пережитых ребенком):

(40) *From childhood to now, I have been broken many times* (Harper, 2020).

(41) *During one of these breakups, he started going out with someone else and my heart shattered. Into. One. Million. Pieces* (Piver, 2009).

Кризис отношений может «развалить жизнь на части», заставляя участника отношений пытаться «реставрировать» ее:

(42) *When I asked her how she was, she said, «Fine. Aside from the fact that my entire life is falling apart»* (Kingma, 2010).

(43) *We want to regain control, to have life magically restored to the way it was before the crisis – before the divorce, before the crash in the stock market, before the flood, before losing the house to foreclosure* (Kingma 2010).

Креативный взгляд на деструктивные отношения проявляется в представлении субъектов данных отношений как партнеров, исполняющих «танец дисфункции» с теми людьми, кто соответствует им по уровню «сломленности»:

(44) *A person chooses a partner with a similar degree of «brokenness» and does a dance of dysfunction where they both know the steps* (Elliott, 2009).

Негативные эмоции и боль могут переосмысляться как замкнутое пространство, которое «запирает» участника отношений и заставляет его, метафорически выражаясь, «отскакивать от стен»,

а, достигнув пика эмоционального напряжения, человек «опускается на дно», т.е. впадает в депрессию от эмоционального истощения:

(45) *A certain level of introspection is needed to allow you to evolve and attain freedom in love, rather than being locked down by the toxicity of negative emotions* (Labossiere, 2019).

(46) *We've all seen people around us going through their endings (or we've even done it once or twice ourselves), and what we see are people in pain, bouncing off the walls emotionally and having to go through radical upheavals in their lives and circumstances* (Kingma, 2018).

(47) *You've hit rock bottom* (Labossiere, 2019).

Негативные эмоции участников отношений также вербализуются в виде пузыря, который «лопается» на пике кризиса отношений:

(48) *But the bubble burst shortly thereafter. All was not well at home* (Elliott, 2009).

Транспортная метафорика зачастую характеризует эмоциональное состояние участника кризисных отношений, которое характеризуется нестабильностью («эмоциональные американские горки»), высокой скоростью перемен («как автомобили на скоростной трассе в Индианаполисе») и неконтролируемостью («тормоза внезапно сдают на извилистой горной дороге»):

(49) *Going through a divorce can be one of the more challenging and traumatic life events you can face. It will take you on a rollercoaster of emotions and push you to your limits at times* (Bagley, 2018).

(50) *Some of these things happened one at a time, with little pauses in between; a lot of them came rolling down the pike one after another like cars at the Indianapolis Speedway* (Kingma, 2010).

(51) *Just as when the brakes suddenly go out on a winding mountain road, the problems you're facing now may seem to have come flying in out of nowhere* (Kingma, 2010).

Транспортное средство также может использоваться в качестве домена источника при описании отношений как таковых: креативная метафора брака, где данные отношения представляются как лошадь, которая своей смертью знаменует развод, представлена в следующем примере:

(52) *Truth be told, I rode that horse long after it had up and died and married someone else* (Behrendt, Ruotola-Behrendt, 2005).

В приведенной ниже преднамеренной метафоре транспортом выступают не сами отношения, а влюбленные, которые на этапе зарождения отношений «ехали бок об бок», однако затем перестали ехать с той же скоростью (начало кризиса в отношениях) и однажды разбились (пик кризиса отношений: развод, разрыв):

(53) *When you and your ex got into this relationship, you were two brand-new sports cars driving side by side. You were sleek, desirable, sexy, and confident, and the ride was exhilarating. After a while you zigged when he zagged, you weren't driving the same speed anymore, one of you was always trying to catch up, and eventually you crashed and totaled the cars. <...> For those of you who don't own cars, the translation of this metaphor is that you and your ex (or soon-to-be ex) no longer share the belief that the relationship is worth fixing* (Behrendt, Ruotola-Behrendt, 2005).

Некоторые авторы проводят аналогию между эмоциями, испытываемыми в кризисных отношениях, и диким зверем или монстром, тем самым подчеркивая неконтролируемость ситуации:

(54) *Taming the mind of heartbreak is just like taming a wild animal* (Piver, 2009).

(55) *Once we digest the fact that it really is happening and that it won't go away, we begin to bargain, to try to manage the unwieldy monster* (Kingma, 2010).

Особо креативными примерами служат сравнение развода и «нити в полотне общества»; аналогия между бывшим партнером и криптонитом; параллель, проводимая между кризисными отношениями и куриным пометом, который ни при каких условиях не станет куриным салатом:

(56) *It's like my Granny always said: «Even with all the mayonnaise in the world, you can't make chicken salad out of chicken shit». Feel free to apply that wisdom to your bad relationship* (Behrendt, Ruotola-Behrendt, 2005).

(57) *Divorce is now a familiar thread in the fabric of our society* (Kingma, 2018).

(58) *But for whatever reason, getting over this guy took forever. He was my kryptonite. And like Superman, I was powerless in his wake* (Behrendt, Ruotola-Behrendt, 2005).

## **Выводы**

Одним из краеугольных камней изучения межличностных отношений является субъективный характер восприятия данного феномена, что усложняет его вербализацию и декодирование реципиентом полученной информации. За счет своей универсальности концептуальная метафора становится оптимальным средством вербализации подобных абстрактных понятий. Концептуальная метафора является одновременно и инструментом концептуализации и освоения нового знания, и методом формирования личностной, общественной и культурной картин мира, которые, в свою очередь, могут быть отражены в метафорическом ландшафте. Метафорический ландшафт деструктивных отношений представляет собой многоуровневое образование, в центре которого расположены восемь основных концептуальных моделей (деструктивные отношения как война / как болезнь и боль / как природное явление / как эмоциональная перезагрузка / как путешествие / как поломка / как замкнутое пространство / как средство передвижения). Однако существует целый ряд единичных метафор, которые составляют периферийный слой метафорического ландшафта деструктивных межличностных отношений, состоящий из следующих моделей: «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО КУРИНЫЙ ПОМЕТ», «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО ЗВЕРЬ», «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО НИТЬ» и др.

Данное многообразие концептуальных и преднамеренных метафор, вербализирующих субъективный опыт деструктивных отношений, свидетельствует об отсутствии единого концепта осмыслиения кризисных отношений. Данный факт также подчеркивает многогранность человеческого восприятия и сложность передачи субъективного опыта.

Таким образом, данное исследование подтверждает, что понятие «межличностные отношения» является благодатным полем деятельности для проведения лингвистического анализа, а полученные нами данные могут быть использованы лингвистами, филологами, социологами, психологами и психиатрами для дальнейших исследований или для решения практических задач (для составления опросов, статистики или в терапевтических целях).

Дальнейшие исследования могут быть нацелены на выявление лингвокультурных тенденций осмыслиения и вербализации субъективного опыта кризисных межличностных отношений путем анализа литературы прошлого века. Предполагается, что

метафорическая модель «ДЕСТРУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ – ЭТО ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПЕРЕЗАГРУЗКА» должна отсутствовать или занимать периферийное положение в английской литературе 1940–1960 гг., так как в то время кризис в отношениях, разрыв и развод рассматривались как исключительно негативные социальные явления. Помимо данной перспективы развития научных исследований можно предложить сравнительный анализ метафорических ландшафтов субъективного опыта деструктивных отношений в разных культурах, который может проводиться путем анализа неанглоязычных источников.

## Список литературы

- Духновский С.В. Диагностика межличностных отношений : психологический практикум. – Санкт-Петербург : Речь, 2009. – 141 с.
- Духновский С.В. Психология отношений личности. – Курган : Из-во Курганского гос. ун-та, 2014. – 379 с.
- Ильин В.И. Социальный серфинг как модель молодежного образа жизни // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2019. – № 1. – С. 28–48.
- Клецина И.С. Психология гендерных отношений: теория и практика. – Санкт-Петербург : Алетейя, 2004. – 408 с.
- Лакофф Дж., Джонсон М. Метафоры, которыми мы живем : пер. с англ. / под ред. и с предисл. А.Н. Баранова. – Москва : Едиториал УРСС, 2004. – 256 с.
- Обозов Н.Н. Межличностные отношения. – Ленинград : 1979. – 151 с.
- Свечкарева В.Р. Дихотомия Запад–Восток в контексте брачной морали // Вестник АГТУ. – 2005. – № 5. – С. 95–97.
- Berengarten S. The significance of interpersonal relationships // The American Journal of Nursing. – 1952. – Vol. 52, N 10. – P. 1219–1222.
- Davidson D. Subjective, intersubjective, objective. – New York : Clarendon Press : Oxford University Press, 2001. – 255 p. – URL: [http://epistemh.pbworks.com/w/file/fetch/45787947/0198237529%20-%20Davidson,%20Donald%20\(2001](http://epistemh.pbworks.com/w/file/fetch/45787947/0198237529%20-%20Davidson,%20Donald%20(2001)
- Eisenstadt S.N., Roniger L. Patrons, clients and friends: interpersonal relations and the structure of trust in society. – Cambridge : Cambridge University Press, 1984. – 343 p.
- Gottman J., Markman H., Notarius C. The topography of marital conflict: a sequential analysis of verbal and nonverbal behavior // Journal of Marriage and the Family. – 1977. – N 39(3). – P. 461–477.
- Granovetter M.S. The strength of weak ties // American Journal of Sociology. – 1973. – N 78. – P. 1360–1380.
- Gray J.A. The contents of consciousness: a neuropsychological conjecture // Behavioral and Brain Sciences. – 1995. – N 18(4). – P. 659–722.
- Huston T.L., Levinger G. Interpersonal attraction and relationships // Annual Review of Psychology. – 1978. – N 29(1). – P. 115–156.

- Lakoff G., Johnson M.* Conceptual metaphor in everyday language // The Journal of Philosophy. – 1980. – N 77(8). – P. 453–486. – DOI: 10.2307/2025464
- Lawley J., Tompkins P.* Metaphor, the body and healing // The Capa Quarterly. – 2011. – N 1. – P. 20–25.
- Lawley J., Tompkins P.* Symbolic modelling; emergent change through metaphor and clean language / ed. by Hall L.M., Charvet S.R. // Innovations in NLP for challenging times. – Carmarthen Wales : Crown House Publishing, 2011. – P. 61–79.
- Maslow A.H.* Motivation and personality. – New York : Harper & Row Publishers, 1954. – 166 p.
- Richardson A.* Subjective experience: its conceptual status, method of investigation, and psychological significance // The Journal of Psychology. – 1999. – N 133(5). – P. 469–485.
- Riecken H.W.* Social psychology // Annual Review of Psychology. – 1960. – Vol. 11. – P. 481.
- Sperber D., Wilson D.* The Cambridge handbook of metaphor and thought. – Cambridge : Cambridge University Press, 2008. – 247 p.
- Steen G.J.* Deliberate metaphor affords conscious metaphorical cognition // Journal of Cognitive Semiotics. – 2011. – Vol. 5(1/2). – P. 179–197.
- Steen G.J.* The contemporary theory of metaphor – now new and improved! // Review of Cognitive Linguistics. – 2011. – N 9(1). – P. 26–64.
- Winnicott D.* Playing and reality. The location of cultural experience // International Journal of Psycho-Analysis. – 1967. – Vol. 48, Part 3. – P. 368–372.

## Список источников примеров

- Ahrons C.* The Good Divorce. – HarperCollins, 2009. – 320 p.
- Alvarez J.* Afterlife. – Chapel Hill, NC : Algonquin Books, 2020. – 288 p.
- Bagley M.* Divorce: A Journey of Grief, Healing and Self Discovery (Divorce, Relationships, Self Help, Happiness, Grief, Healing). – 2018. – 15 p.
- Behrendt G., Ruotola-Behrendt A.* It's Called a Breakup Because It's Broken. – New York : Broadway Books, 2005. – 288 p.
- Dawson N.* No Breakup Can Break You: The Definitive Recovery Guide for Men. – 2014. – 98 p.
- Elliott S.J.* Getting Past Your Breakup: How to Turn a Devastating Loss into the Best Thing That Ever Happened to You. – Cambridge : Hachette Books, 2009. – 272 p.
- Fisher B., Alberti R.* Rebuilding (When Your Relationship Ends). – Oakland : New Harbinger Publications, 2016. – 328 p.
- Harper M.* The Beauty in Breaking. – London : Penguin Publishing Group, 2020. – 304 p.
- Kingma D.R.* Coming Apart. Mango Media. – Fine Communications, 2018. – 165 p.
- Kingma D.R.* The Ten Things to Do When Your Life Falls Apart: An Emotional and Spiritual Handbook. – Novato, CA : New World Library, 2010. – 240 p.
- Labossiere S.* Love After Heartbreak. Volume I. – Veenendaal : Highly Favored Publishing, 2019. – 200 p.
- Miller M.* Relationship Crisis: Solutions for couples with problems (Relationships Book 35). – 2019. – 240 p.

- Miller S.* Monogamy. – Harper, 2020. – 271 p.
- Piver S.* The Wisdom of a Broken Heart: An Uncommon Guide to Healing, Insight, and Love. – New York : Atria Books, 2009. – 240 p.
- Priebe H.* This Is Me Letting You Go. – Thought Catalog Books, 2016. – 131 p.
- Rooks L.* Broken Heart on Hold: Surviving Separation. – Colorado : David C Cook, 2013. – 192 p.

## References

- Duhnovskij, S.V. (2009). *Diagnostika mezhlichnostnyh otnoshenij*. Saint-Petersburg: Rech.
- Duhnovskij, S.V. (2014). *Psichologiya otnoshenij lichnosti*. Kurgan: Izdatel'stvo Kurganskogo gosudarstvennogo universiteta.
- Ilin, V.I. (2019). Social'nyj serfing kak model' molodezhnogo obraza zhizni. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: Ekonomicheskie i social'nye peremeny*, 1, 28–48.
- Kleicina, I.S. (2004). *Psichologiya gendernyh otnoshenij: teoriya i praktika*. Saint-Petersburg: Aletejya.
- Lakoff, Dj., Dzhonson, M. (2004). *Metafory, kotorymi my zhivem*. Moscow: Editorial URSS.
- Obozov, N.N. (1979). *Mezhlichnostnye otnosheniya*. Leningrad.
- Svechkareva, V.R. (2005). Dihotomiya Zapad-Vostok v kontekste brachnoj morali. *Vestnik AGTU*, 5, 95–97.
- Berengarten, S. (1952). The significance of interpersonal relationships. *The American Journal of Nursing*, 52(10), 1219–1222.
- Davidson, D. (2001). *Subjective, intersubjective, objective*. New York: Clarendon Press, Oxford University Press. – Retrieved from: [http://epistemh.pbworks.com/w/file/fetch/45787947/0198237529%20-%20Davidson,%20Donald%20\(2001](http://epistemh.pbworks.com/w/file/fetch/45787947/0198237529%20-%20Davidson,%20Donald%20(2001)
- Eisenstadt, S.N., Roniger, L. (1984). *Patrons, clients and friends: interpersonal relations and the structure of trust in society*. Cambridge : Cambridge University Press.
- Gottman, J., Markman, H., Notarius, C. (1977). The topography of marital conflict: a sequential analysis of verbal and nonverbal behavior. *Journal of Marriage and the Family*, 39(3), 461–477.
- Granovetter, M.S. (1973). The strength of weak ties. *American Journal of Sociology*, 78, 1360–1380.
- Gray, J.A. (1995). The contents of consciousness: A neuropsychological conjecture. *Behavioral and Brain Sciences*, 18(4), 659–722.
- Huston, T.L., Levinger, G. (1978). Interpersonal attraction and relationships. *Annual Review of Psychology*, 29(1), 115–156.
- Lakoff, G., Johnson, M. (1980). Conceptual metaphor in everyday language. *The Journal of Philosophy*, 77(8), 453–486. DOI: 10.2307/2025464
- Lawley, J., Tompkins, P. (2011). Metaphor, the body and healing. *The Capa Quarterly*, 1, 20–25.
- Lawley, J., Tompkins, P. (2011). Symbolic modelling; emergent change through metaphor and clean language. In: Hall, L.M., Charvet, S.R. (eds.) *Innovations in NLP for challenging times* (pp. 61–79). Carmarthen Wales: Crown House Publishing.
- Maslow, A.H. (1954). *Motivation and personality*. New York, Harper & Row Publishers.

- Richardson, A. (1999). Subjective experience: its conceptual status, method of investigation, and psychological significance. *The Journal of Psychology*, 133(5), 469–485.
- Riecken, H.W. (1960). Social psychology. Annual Review of Psychology, 11, 481.
- Sperber, D., Wilson, D. (2008). *The Cambridge handbook of metaphor and thought*. Cambridge University Press.
- Steen, G.J. (2011). Deliberate metaphor affords conscious metaphorical cognition. *Journal of Cognitive Semiotics*, 5(1/2), 179–197.
- Steen, G.J. (2011). The contemporary theory of metaphor – now new and improved! *Review of Cognitive Linguistics*, 9(1), 26–64.
- Winnicott, D. (1967). Playing and reality. The location of cultural experience. *International Journal of Psycho-Analysis*, 48(3), 368–372.

## Illustrations

- Ahrons, C. (2009). *The Good Divorce*. HarperCollins.
- Alvarez, J. (2020). *Afterlife*. Chapel Hill, NC: Algonquin Books.
- Bagley, M. (2018). *Divorce: A Journey of Grief, Healing and Self Discovery (Divorce, Relationships, Self Help, Happiness, Grief, Healing)*. Kindle Edition.
- Behrendt, G., Ruotola-Behrendt, A. (2005). *It's Called a Breakup Because It's Broken*. New York: Broadway Books.
- Dawson, N. (2014). *No Breakup Can Break You: The Definitive Recovery Guide for Men*. Kindle Edition.
- Elliott, S.J. (2009). *Getting Past Your Breakup: How to Turn a Devastating Loss into the Best Thing That Ever Happened to You*. Cambridge: Hachette Books.
- Fisher, B., Alberti, R. (2016). *Rebuilding (When Your Relationship Ends)*. Oakland: New Harbinger Publications.
- Harper, M. (2020). *The Beauty in Breaking*. London : Penguin Publishing Group.
- Kingma, D.R. (2018). *Coming Apart*. Fine Communications.
- Kingma, D.R. (2010). *The Ten Things to Do When Your Life Falls Apart: An Emotional and Spiritual Handbook*. Novato, CA: New World Library.
- Labossiere, S. (2019). *Love After Heartbreak. Volume I*. Veenendaal: Highly Favored Publishing.
- Miller, M. (2019). *Relationship Crisis: Solutions for couples with problems (Relationships Book 35)*. Kindle Edition.
- Miller, S. (2020). *Monogamy*. Harper.
- Piver, S. (2009). *The Wisdom of a Broken Heart: An Uncommon Guide to Healing, Insight, and Love*. New York: Atria Books.
- Priebe, H. (2016). *This Is Me Letting You Go*. Thought Catalog Books.
- Rooks, L. (2013). *Broken Heart on Hold: Surviving Separation*. Colorado: David C Cook.