

Функциональная роль ненормативной лексики и ее связь с трудностями эмоциональной саморегуляции личности

Научный руководитель – Сапоровская Мария Вячеславовна

Баркалов Александр Павлович

Студент (бакалавр)

Костромской государственной университет, Кострома, Россия

E-mail: barkalov.dorozhnoe@yandex.ru

Несмотря на социальные запреты и нормативные ограничения, ненормативная лексика широко представлена в повседневной коммуникации и активно используется в эмоционально насыщенных ситуациях. Современные исследования эмоциональной регуляции показывают, что вербализация переживаний способствует снижению интенсивности негативного аффекта и выступает механизмом управления эмоциональным состоянием [4]. В процессуальной модели регуляции эмоций Дж. Гросса подчеркивается, что способы выражения эмоций могут выполнять функцию модуляции эмоционального ответа [3]. Концепция эмоциональной дисрегуляции, лежащая в основе шкалы DERS, рассматривает регуляцию как комплексную систему, включающую осознание, принятие эмоций и способность сохранять целенаправленное поведение в условиях аффекта [2]. Экспериментальные данные о «размещении аффекта» также демонстрируют, что вербализация эмоций снижает активность миндалевидного тела и уменьшает субъективную интенсивность переживания [1].

В этой связи возникает проблемный вопрос о психологической функции ненормативной лексики: является ли ее использование исключительно коммуникативным феноменом или она может выступать инструментом эмоциональной саморегуляции?

Методический комплекс: «Шкала трудностей в регуляции эмоций» - DERS-18 (K. Gratz, L. Roemer (2016); перевод psytests.org (2024)); авторская анкета, включающая 12 утверждений, распределенных по четырем функциям ненормативной лексики (*разрядочная* — снятие психофизиологического напряжения в ситуациях острой аффективной реакции; *экспрессивная* — инструмент активного усиления вербализации; *когнитивная* — средство переключения внимания и прерывания внутреннего напряжения; *коммуникативно-прагматическая* — способ установления контакта, поддержания групповой принадлежности и регулирования межличностного взаимодействия); методы описательной статистики, коэффициент ранговой корреляции Спирмена и t-критерий Стьюдента.

Выборка исследования: 141 человек в возрасте от 17 до 53 лет ($M=26,8$; $SD=7,4$), из них 103 женщины и 38 мужчин. Исследование проводилось анонимно в онлайн-формате.

Результаты. В результате анализа описательной статистики установлено, что более 70% респондентов указали на регулярное или постоянное использование ненормативной лексики. Наиболее выраженной оказалась функция разрядки ($M=3,4$, $SD=1,1$), что свидетельствует о восприятии ненормативной лексики прежде всего как средства быстрого снятия психоэмоционального напряжения. Экспрессивная ($M=2,8$, $SD=1,1$), когнитивная ($M=2,8$, $SD=1,0$) и коммуникативно-прагматическая ($M=2,7$, $SD=1,1$) функции выражены умеренно.

Средний общий балл по DERS-18 составил $M=42$ ($SD=12,5$), что соответствует среднему уровню трудностей эмоциональной регуляции. Наиболее выраженные затруднения выявлены по подшкалам «Цели» и «Неприятие», что указывает на сложности поддержания целенаправленной активности при негативных эмоциях и склонность к непринятию собственных переживаний.

Корреляционный анализ выявил статистически значимые положительные связи между общим уровнем трудностей эмоциональной регуляции и использованием ненормативной лексики в когнитивной функции ($r=0,311$; $p=0,000$), а также в функциях разрядки и экспрессии ($p \leq 0,01$). Коммуникативно-прагматическая функция статистически значимой связи с показателями DERS-18 не продемонстрировала. Это позволяет разграничить регуляторные и социально-коммуникативные аспекты использования ненормативной лексики. При более выраженных трудностях саморегуляции ненормативная лексика используется преимущественно как средство внутреннего когнитивного переключения и аффективной разрядки.

Анализ половых различий показал более высокие показатели использования ненормативной лексики у женщин. С учетом несбалансированности выборки данный результат требует осторожной интерпретации. Можно предположить, что более частое обращение к ненормативной лексике у женщин связано с особенностями эмоциональной экспрессии и стратегий регуляции переживаний, однако полученные данные не позволяют делать однозначные выводы о характере этих различий. Поэтому данный вопрос на сегодняшний день остается проблемным и требует дальнейшего изучения на более репрезентативных и сбалансированных выборках.

Выводы. Ненормативная лексика выступает функциональным механизмом эмоциональной саморегуляции. При более выраженных трудностях регуляции эмоций она используется преимущественно как средство когнитивного переключения и аффективной разрядки, тогда как ее коммуникативно-прагматическая функция не связана с уровнем эмоциональной дисрегуляции. Наиболее выраженная связь с когнитивной функцией указывает на инструментальный характер ее использования в ситуациях внутреннего напряжения. Интенсивность употребления ненормативной лексики отражает степень трудностей управления эмоциональными состояниями. Выявленные половые различия требуют дальнейшей проверки на более сбалансированных выборках.

Источники и литература

- 1) Первичко Е.И. Эмоциональная регуляция: современные подходы к исследованию // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014.
- 2) Gratz K.L., Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation // Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment. 2004.
- 3) Gross J.J. Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations // Handbook of Emotion Regulation. 2014.
- 4) Lieberman M.D. et al. Putting feelings into words: Affect labeling disrupts amygdala activity // Psychological Science. 2011.