

**Х. Альхаж, Н. Оруджова**  
**ЯЗЫК КАК ЗЕРКАЛО ДУШИ**

**Научный руководитель: ст. преп. М.Е. Будько**

*Кафедра белорусского и русского языков*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**H. Alhaj, N. Orudjova**  
**LANGUAGE AS A MIRROR OF THE SOUL**

**Tutor: senior lecturer M.E. Budko**

*Department of Belarusian and Russian Languages*

*Belarusian State Medical University, Minsk*

**Резюме.** В данной работе рассматривается влияние языка на формирование мировоззрения и личности многоязычных людей. Язык не только служит инструментом общения, но и отражает душевное состояние, формируя восприятие реальности.

**Ключевые слова:** язык, мировоззрение, личность, многоязычие, межкультурная компетентность.

**Resume.** This paper examines the influence of language on the formation of the worldview and personality of multilingual individuals. Language not only serves as a tool for communication but also reflects the emotional state, shaping one's perception of reality.

**Keywords:** language, worldview, personality, multilingualism, intercultural competence.

**Актуальность.** Актуальность темы обусловлена растущей глобализацией и многоязычием в современном мире, что делает изучение языков важным для личностного и культурного роста.

**Цель:** рассказать о языке как отражении душевного состояния человека, владеющего несколькими языками.

**Задачи:**

1. Исследовать влияние языка на восприятие реальности.
2. Рассмотреть взаимосвязь языка и личности.
3. Проанализировать роль языка в межкультурной компетентности и эмоциональной регуляции.

**Материалы и методы.** Для анализа использованы исследования в области психолингвистики, данные о влиянии языка на когнитивные процессы, а также примеры из практики многоязычных людей.

**Результаты и их обсуждение.** Когда человек впервые слышит иностранную речь, она кажется ему странной, непонятной. Важно, что, изучая чужой язык, индивид не просто учит новые слова, а открывает для себя новую версию себя. Попробуем разобраться в том, как язык, подобно зеркалу, не только отражает, но и формирует мировоззрение, личность, а также оказывает влияние на восприятие реальности.

Согласно Аристотелю, язык – это звук речи, издаваемый человеческими существами для выражения своих идей, эмоций, размышлений, желаний и чувств. Однако язык – это не только средство общения. Каждый язык открывает уникальные способы понимания реальности, влияя на восприятие окружающего мира. Например, структура предложений, выбор слов, культурные различия – все это имеет значение

в восприятии действительности многоязычным человеком. Недаром говорят, что язык – это своего рода рамка, через которую мы смотрим на мир.

Язык, помимо того, что он помогает нам общаться, формирует наше мировоззрение и даже личность. Представьте, что вы стали свидетелем несправедливого поступка. На родном языке вы, вероятно, сразу же отреагируете, руководствуясь интуицией и чувством справедливости. Но если вы попытаетесь сформулировать свою реакцию на иностранном языке, вы, возможно, потратите больше времени на обдумывание, взвешивая все «за» и «против», и выберете наиболее эффективный и разумный способ действий. Исследования показывают, что в ситуациях принятия решений использование иностранного языка помогает людям делать более взвешенный выбор. Это связано с тем, что другой язык создает некую психологическую дистанцию, позволяя подходить к вопросу более объективно. Этот эффект можно объяснить с точки зрения гипотезы Сепира-Уорфа, согласно которой язык оказывает влияние на наше восприятие реальности. Применение иностранного языка связано с более формализованным и аналитическим мышлением. Например, когда человек решает сложные логические задачи или принимает важные решения на иностранном языке, он, как правило, делает это более рационально, чем на родном. Таким образом, язык может не только выражать наши эмоции, но и помогать лучше контролировать их.

Имеются исследования Деборы Дебьен, показывающие влияние языка на восприятие цветовой гаммы. В частности, они изучали народность химба в Намибии, в языке которых нет четкого разделения между синим и зеленым цветами. Исследователи обнаружили, что химба испытывают трудности при различении оттенков синего и зеленого, которые легко различают носители языков, где эти цвета четко разграничены. С другой стороны, химба лучше различают оттенки зеленого, для которых в их языке есть больше названий. Это свидетельствует о том, что язык создает категории для классификации цветов. Представьте, что вы смотрите на радугу. Для человека, говорящего на языке, где различают больше оттенков, эта радуга может быть богаче и разнообразнее. Это подчеркивает, насколько язык способен влиять на наше восприятие даже простых вещей, таких как цвета.

Исследование Лиоры Бородницки продемонстрировало, что грамматический род имен существительных влияет на восприятие предметов. В немецком языке мост – женского рода, поэтому немцы чаще видят в нем красоту и элегантность, а в испанском – мост мужского рода, и испанцы, соответственно, будут описывать его как сильный и большой. Это пример того, как язык, даже через грамматические особенности, может формировать наш взгляд на мир.

Язык также влияет на пространственную ориентацию. Представьте, как вы объясняете дорогу: «Поверните налево у следующего перекрестка». Это – относительная система координат, привычная для многих из нас. Но что, если бы вы всегда говорили: «поверните на север»? Именно так ориентируются носители языка куук таайорре в Австралии, используя абсолютные координаты. Они всегда ориентируются по сторонам света, что формирует у них удивительно точное чувство направления. Такие люди могут безошибочно определить, где север, даже находясь в закрытом помещении. Но это не единственный способ связи языка и пространства.

Есть народы, которые ориентируются по конкретным ориентирам: горам, рекам, звездам... Они создают в своей голове «карту памяти», где их местоположение связано с этими видимыми вещами. Итак, мы видим, что язык может влиять на нашу пространственную ориентацию разными способами: либо с помощью абстрактных систем координат, как в случае с языком куук таайорре, либо с помощью конкретных ориентиров на местности, как в случае с коренными народами, живущими в гармонии с природой.

Существует спор о том, может ли язык влиять на личность или нет. «Гипотеза культурной адаптации» предполагает, что личность стабильна, а язык формирует восприятие культурных норм. Например, человек, говорящий на английском, может казаться более открытым, тогда как при общении на японском он будет более сдержанным, отражая нормы соответствующей культуры. Однако «гипотеза межъязыковых различий» утверждает, что смена языка может означать смену личности. Это объясняется тем, что каждый язык задает определенные рамки поведения и эмоционального выражения.

Кроме того, язык играет важную роль в эмоциональной регуляции. Особенно это касается людей, переживших травмирующие события. Когда они обсуждают свои переживания на иностранном языке, эмоциональная нагрузка может снижаться. Этот эффект используется в терапии, которая помогает переосмыслить травмирующие воспоминания. Для эмоционального дистанцирования другой язык применяют как лекарство. Таким образом, язык может быть мощным инструментом для поддержания нашего ментального здоровья, помогая нам справляться с травмами и регулировать эмоции.

Изучение языка оказывает положительное влияние и на работу мозга. Известно, что люди, говорящие на нескольких языках, в среднем на 4-5 лет позже сталкиваются с симптомами болезни Альцгеймера. Это связано с тем, что многоязычие развивает когнитивные способности, улучшая память, концентрацию и способность к многозадачности. Таким образом, язык становится союзником в борьбе за ясность ума и долголетие.

Кроме того, стоит отметить, что изучение языка не только обогащает наше восприятие мира, но и способствует развитию межкультурной компетентности. Взаимодействие с носителями других языков позволяет нам лучше понять их традиции, обычаи и ценности. Это, в свою очередь, помогает преодолевать стереотипы и предвзятости, формируя более терпимое и открытое мировоззрение. Например, во время изучения языков мы сталкиваемся с различиями в культурных контекстах. Этикет, использование жестов, невербальные сигналы – все это может значительно различаться в разных культурах. Понимание этих нюансов помогает нам не только лучше общаться, но и налаживать более глубокие связи с людьми из других стран.

Кроме того, языковая практика открывает двери в литературу, искусство и музыку других культур. Чтение книг в оригинале, слушание музыки, понимание фильмов – все это обогащает наш внутренний мир и расширяет горизонты. Например, многие произведения теряют свою глубину и оттенки при переводе, и только изучая язык, мы можем по-настоящему оценить их красоту.

Также важно упомянуть о влиянии технологий на изучение языков в современном мире. С помощью онлайн-курсов, мобильных приложений и языковых обменов мы можем общаться с носителями языка в любое время и в любом месте. Это делает процесс изучения более доступным и увлекательным, позволяя каждому найти свой собственный путь к освоению языка.

Таким образом, язык не только служит инструментом коммуникации, но и формирует наше мировоззрение и индивидуальность. Он обогащает восприятие мира, развивает межкультурную компетентность и способствует эмоциональной регуляции. Изучая новые языки, мы открываем двери в другие культуры, становимся более открытыми и терпимыми. В конечном счете, язык помогает нам лучше понять себя и окружающий мир, поддерживая наше ментальное здоровье и когнитивные способности.

#### **Выводы:**

1. Язык служит зеркалом нашей личности и мировоззрения.
2. Изучение языков способствует развитию межкультурной компетентности.
3. Многоязычие поддерживает ментальное здоровье и когнитивные способности.

#### **Литература**

1. Морозова, И. Г. Многоязычие и его влияние на социокультурную идентичность в условиях мультикультурного общества / И. Г. Морозова // Иностранные языки: теория и практика. – 2013. – №1. С. 30-37.
2. Chen, S. X. Two Languages, Two Personalities? Examining Language Effects on the Expression of Personality in a Bilingual Context / Sylvia Xiaohua Chen, Michael Harris Bond // Personality and Social Psychology Bulletin. – 2010. – №36 (11). P. 1514-1528.
3. Csatho, Z. L. The Psychological and Cognitive Effects of Speaking a Foreign Language on Personality / Zita Luca Csatho. – Режим доступа: <https://zitalucacsatho.medium.com/the-psychological-and-cognitive-effects-of-speaking-a-foreign-language-on-personality-4e451e3fd291> (дата обращения 31.05.2025).