

## Филологические науки

УДК 81

**М.А. ГУЛЯЕВА, Д.А. ШИНКАРЕНКО**  
(Волгоград)

### КЛЮЧЕВЫЕ ПЕРЕМЕННЫЕ ТОКСИЧНОЙ КОММУНИКАЦИИ

*Анализируются основные переменные, влияющие на ход и течение токсичной коммуникации. На токсичную коммуникацию, как динамичный процесс общения, влияют различные внешние факторы: тип коммуниканта, вовлеченного в интеракцию; взаимоотношения между участниками общения, их социальная роль; форма, которую приобретает токсичная коммуникация. Объединяет все переменные токсичная личность, образ которой в повседневном бытовом дискурсе характеризуется собирательностью всех негативных качеств человека.*

**Ключевые слова:** теория коммуникации, межличностная коммуникация, токсичная коммуникация, токсичная личность, деструктивное общение.

---

**MARIANNA GULYAEVA, DARINA SHINKARENKO**  
(Volgograd)

### THE KEY VARIABLES OF THE TOXIC COMMUNICATION

*The article deals with the analysis of the basic variables, having influence on the development and movement of the toxic communication. The different external factors, such as the type of the communicant, involved in the interaction; the relationships between the participants of the communication, their social role; the form that the toxic communication acquires, influence on the toxic communication as the dynamic process of the communication. The toxic personality unites all the variables, its image in the everyday discourse is characterized by the collectiveness of all the negative qualities of the man.*

**Key words:** theory of communication, interpersonal communication, toxic communication, toxic personality, destructive communication.

Известно, что коммуникативный процесс представляет собой сложную систему, где все элементы тесно взаимосвязаны между собой, существуют в динамике и меняются под влиянием множества факторов. От этих факторов во многом зависит как сам характер, так и исход коммуникации. В данной статье речь пойдет о ряде факторов, которые приобретая те или иные характеристики и оказываясь в определенных условиях, оказывают деструктивный эффект на процесс общения. В центре внимания популярное на сегодняшний день понятие – «токсичная коммуникация», которая относится к одной из форм проявления деструктивной коммуникации. Цель настоящей статьи – проанализировать и описать некоторые факторы (переменные) коммуникации, способные при определенных условиях и в особых обстоятельствах повернуть ход общения в деструктивное русло. Среди таких факторов мы выделяем участников общения, взаимоотношения между коммуникантами и формы токсичной коммуникации.

Прежде всего отметим, что на сегодняшний день понятие «токсичность» не получило широкого научного обоснования в лингвистике и все еще рассматривается как околонучный термин [1, с. 137]. Однако, основываясь на проведенном анализе теоретической литературы и дефиниционном анализе лексикографических источников, который показал наличие многообразных вариантов, раскрывающих контекстуальную семантику слова «токсичный», мы предприняли попытку дать свое определение исследуемому феномену. В рамках настоящего исследования мы трактуем токсичную коммуникацию как интеракцию, основанную на негативных эмоциях, проходящую в условиях неблагоприятного воздействия одного из коммуникантов на другого (или на другую группу коммуникантов) и не приносящую удовлетворения ее участникам.

Далее обратимся подробнее к каждому фактору.

#### *Участники общения*

Основным действующим лицом любого общения является личность. Именно личности адресанта и адресата объединяют все факторы коммуникативного процесса. Сегодня понятие «*токсичная личность*» приобрело особую популярность и используется повсеместно. Однако границы понятия сильно размыты и невозможно точно определить, какой человек является токсичным, а какой нет, т. к. каждый человек вкладывает в это понятие свой собственный жизненный опыт, знания, полученные из различных источников. Дж. Казарелла, доктор медицинских наук, доцент кафедры психиатрии Университета Эмори, указывает, что токсичной личностью сейчас называют любого человека, чье поведение негативно влияет на жизнь другого человека, провоцирует межличностные конфликты, приносит стресс, неприятности, эмоциональную или физическую боль [10]. Как утверждает Дж. Казарелла, токсичная личность характеризуется непоследовательностью, требованием к повышенному вниманию к своей персоне, любовью к драматизации ситуаций, отсутствием уважения к личным границам человека, применением манипуляций [Там же]. Манипуляции необходимы токсичному человеку для достижения собственных целей, поэтому он может открыто лгать, исказить правду, преувеличить или умалчивать некоторую информацию.

Термины психологического дискурса распространяются в массовой культуре, постепенно теряя свой первоначальный смысл. «Токсичность», «токсичная личность» появились в массовой культуре именно с целью облегчения объяснения ситуаций деструктивного поведения людей. Таким образом, сейчас на просторах Интернета можно найти множество тестов и анкет на выявление токсичного человека, токсичных отношений, токсичных друзей. Токсичная личность в таких опросах – это собирательный образ проблем и явлений, с которыми сталкиваются люди в процессе общения. К основным характеристикам такой личности относят: завышенная самооценка, любовь к драматизации ситуации, мелочность, лживость, неуважительное отношение к окружающим, модель отношений «повелевай, контролируй, запрещай», неконтролируемость эмоций, нежелание слушать точку зрения других людей, отказ от общения в случае конфликта, нежелание признавать свои ошибки, желание полностью контролировать ситуацию или партнера и т. д. Токсичная личность объединяет в себе все негативные качества, которые неблагоприятно влияют на процесс коммуникации. Помимо понятия «токсичная личность» в бытовом общении используется и другая номинация – «токсик», которая также обозначает токсичного человека, от общения с которым коммуникант ощущает дискомфорт и негативные эмоции.

Поскольку токсичная коммуникация относится к деструктивной форме общения, то составляющие деструктивной коммуникации, в том числе и тип коммуниканта, будут составляющими и токсичного общения. Согласно Я.А. Волковой и Н.Н. Панченко, которые рассматривают деструктивное общение с позиций как адресанта, так и адресата, можно выделить следующие типы коммуникантов: хам, клеветник/доносчик, шантажист, склочник/скандалист, коммуникативный садист, моббер, ревнивец, сплетник, человеконенавистник, льстец [2, с. 110–116].

Главная цель хама в процессе общения – это открытое оскорбление другой коммуникативной личности, осознание собственной безнаказанности. Клеветник же старается нанести морально-психологический или даже физический урон с помощью распространения недостоверной информации. Коммуникативный тип личности «шантажист» искусно пользуется манипулятивными тактиками и стратегиями психологического давления для достижения собственных целей в процессе общения. Основной целью коммуникативного садиста также является нанесения урона (психологического, морального, эмоционального) своему собеседнику, и Я.А. Волкова в коллективной монографии «Эмотивная лингвоэкология в современном коммуникативном пространстве» указывает, что коммуникативный садист обычно использует такие коммуникативные приемы как угрозы, словесные издевательства и оскорбления [6, с. 331]. Моббер (от англ. *“a mob – a large, angry crowd, especially one that could easily become violent”* [9]), как отмечают О.А. Дмитриева и Я.А. Волкова, – это тип коммуниканта, который старается унижить другую личность в процессе общения, понизить его социальный ста-

тус, оскорбить и лишить его достоинства [3, с. 84]. Под ревнивцем понимается агрессивный, неуверенный в себе, эгоистичный коммуникативный тип личности, который сомневается в верности своего партнера, и который проявляет свою агрессию, сомнение как открыто, так и скрытно. Сплетник является потенциально деструктивной личностью, т. к. он только косвенно негативно воздействует на другую коммуникативную личность [2, с. 116], тем не менее, в контексте токсичной коммуникации сплетника можно отнести к активной коммуникативной личности, потому что в процессе общения он все равно выражает свое отношение к другой личности негативно, говоря за его спиной. Человеконенавистник или мизантроп, в процессе общения пытается либо дистанцироваться, либо прекратить коммуникацию нередко в грубой, агрессивной форме. Лстец, как тип коммуниканта, является неоднозначным представителем токсичной коммуникации, т. к., с одной стороны, такой человек несет положительную интенцию (похвала собеседнику), однако, с другой стороны, в похвале заложен обман, эгоистичные цели лстеца.

#### *Взаимоотношения между коммуникантами*

Фактор, от которого во многом зависит характер и степень токсичности общения. Человек живет в социуме и имеет различные социальные роли. Впервые понятие токсичности как поведения, которое негативно воздействует на морально-психологическое, эмоциональное и физическое состояние человека, стали рассматривать в контексте деловых и рабочих отношений, отношений между работниками и начальством. Как указывает А. Кочеткова, «о токсичном менеджменте как явлении говорят уже давно: в США первые научные исследования на эту тему относятся к 1950-м годам» [4, с. 68]. Следовательно, между коммуникантами складываются рабочие отношения, а социальная роль – работник: *“Toxic Culture Is Driving the Great Resignation (MIT Sloan Management Review 11.01.2022)”*; *«Теперь – это не ваша должностная обязанность. Как выйти из токсичных трудовых отношений (и не потерять работу) (Inc. Russia 9.12.2022)»*. Токсичность может проявляться и в семейных отношениях, где коммуникант имеет роль либо партнера, либо родителя, либо ребенка: *“Is your family toxic? (OprahDaily.com 6.10.21)”*; *“How to Deal With Toxic Parents (WebMD 14.09.2021)”*; *«Миллионы людей страдают от токсичных отношений. Как из них выйти? (Лента.ру 6.08.2022)»*; *«Токсичная, атакующая, жертвенная мать: как поведение родителей отпечатывается на нас (Forbes Women 19.11.2022)»*. Все чаще в околонучной литературе и публицистических статьях можно встретить словосочетание «токсичные друзья»: *“15 Signs You’re In A Toxic Friendship – And How To GTFO (Women’s Health 9.11.2021)”*; *«Токсичные друзья: 10 признаков того, что дружбу пора заканчивать (Harper’s BAZAAR Kazakhstan 6.11.2021)»*. Дружеские отношения и социальная роль «друг» также влияет на ход токсичного общения. Рядом с токсичным другом человек чувствует постоянное эмоциональное давление с его стороны, которое затем сопровождается опустошением и осознанием, что дружеские отношения приобретают характер не поддержки, а бремени. В контексте отношений *гражданин – государство* понятие токсичности в переносном значении сегодня встречается достаточно редко, чаще всего «токсичность» и «государство» пересекаются в контексте экологической ситуации, степени загрязнения территории токсичными отходами, однако в медиа встречается понятие токсичной коммуникации в разрезе «токсичности» государства: *“The toxic and divisive state of our country has completely altered my generation’s perception of the world (Los Angeles Times 4.06.2022)”*. С точки зрения экономических, товарно-денежных отношений в обществе также возникает понятие токсичной коммуникации между производителями и потребителями каких-либо услуг или товаров: *“New research on how to manage toxic clients (Forbes.com 26.10.2022)”*; *«Кто такие токсичные клиенты и как с ними расставаться: инструкция для бухгалтера-аутсорсера (Клерк.ру 24.11.2020)»*. Из этого следует, что токсичное общение происходит и на уровне социальных ролей *продавец – покупатель*.

#### *Форма коммуникации*

Токсичная коммуникация, как и любая другая форма общения, может приобретать различные формы – опосредованную и неопосредованную, прямую и косвенную, письменную и устную. В свя-

зи с доступностью практического материала для последующего анализа наш особый интерес вызывает именно опосредованная письменная форма токсичной коммуникации, широко распространенная в онлайн-общении.

Социальные сети и медиа-платформы стали одними из наиболее значимых с культурной точки зрения технологическими инновациями нашего века. Развитие новых способов коммуникации привело к неограниченному распространению информации, развитию контактов и обменов между людьми, которым больше не препятствует ни географические границы, ни физические ограничения. Предполагалось, что легкое распространение данных, информации и знаний будет способствовать принятию обобщенных решений, культурным обменам и координации деятельности в виртуальном и реальном мире.

Тем не менее, социальные сети стали также и платформой, которая дает возможность людям безнаказанно распространять материалы, наносящие вред другим людям. Недавно появившийся термин «онлайн-токсичность» охватывает сообщения непристойного характера, прямые и косвенные оскорбления на расовой, гендерной, этнической почве, грубые и агрессивные, а также пассивно-агрессивные, унижающие достоинство, высказывания, которые распространяются на онлайн-платформах. Токсичность может проявлять себя как чрезмерным использованием ненормативной лексики и откровенно разжигающих ненависть высказываний, а также с виду безобидными и вполне нормативными по форме, но оскорбительными по содержанию комментариями.

Основоположник киберпсихологии, профессор психологии в университете Райдер (США) Дж.Р. Сулер проанализировал общение в виртуальном пространстве и заметил, что оно сильно отличается от живого общения. Дж. Сулер объяснил причины данного явления с помощью эффекта растормаживания в Сети (англ. *online disinhibition effect*), в основе которого лежат шесть основных факторов: диссоциативная анонимность, невидимость, асинхронность, солипсическая интроекция, диссоциативное воображение, минимизация власти [11]. Идея, лежащая в основе этого эффекта, заключается в том, что скрытая идентичность, обмен сообщениями не в режиме реального времени, наличие «воображаемого собеседника», возможность самому выбирать роли и отсутствие социальной иерархии в киберпространстве, подобно алкоголю, ослабляют запреты, заставляя человека чувствовать себя менее скованными и способными выразить себя более свободно.

Это растормаживание может действовать в двух противоположных направлениях. Иногда люди делятся очень личными вещами о себе, раскрывают тайные эмоции, страхи, желания. Они проявляют доброту и великодушие в сети, делая все возможное, чтобы помочь другим. Например, под видео и записями в социальных сетях можно встретить подбадривающие комментарии, цель которых поддержать человека, похвалить за работу автора: *“She’s a total package! Beauty, elegance, talent, strong, and brain. Do you agree?”*; *«Это просто терапевтическое интервью. В одном человеке соединились красота, ум, душа и умение делиться всем этим щедро»*. Анонимность дает возможность написать искренние слова восхищения и любви, которые многие в современном мире боятся сказать в реальном мире: *“There are no words to express how much I love this incredible woman”*; *«Потрясающий человек! Давно так ни кем не впечатлялась и не вдохновлялась! Спасибо за интервью! Счастья и удачи во всем»*. Такой вид растормаживания Дж. Сулер называет положительным (или безобидным) (англ. *benign disinhibition*).

Однако эффект онлайн-растормаживания не всегда положительный. Это также может привести к «токсичному» (или «токсическому») растормаживанию (англ. *toxic disinhibition*), которое проявляется в грубых высказываниях, резкой критике, ненависти, гневе или даже в угрозах. В сети люди чувствуют свою безнаказанность, поэтому пишут оскорбительные высказывания, которые бы никогда не сказали, общаясь вживую: *“Selena is a deceiver & a hypocrite. Craves fame & wants to be in the spotlight always. Sold her soul long time & fooled the world for years. TIME THE TRUTH GOT EXPOSED”*, *“She is totally FAKE”*, *“The most arrogant Kardashian”*; *“Hi Kendall. Who the fck are you again and what have you done to deserve the attention”*. В данном случае Интернет-пользователи в комментариях под интервью с известными людьми открыто критикуют их личностные качества и поведение.

Экраны телефона или компьютера отдаляют людей от социальных норм, которые существуют в обществе, все установленные ограничения, которые сдерживают человека при личном общении, в онлайн-пространстве не работают. Благодаря свободе и анонимности, пользователи имеют возможность вымещать свои обиды, неудовлетворенность от реальной жизни, внутренние проблемы, зависть в виртуальное пространство, таким образом, вымещая свою злость на других людях. Например, нередко это комментарии, касающиеся внешности человека *«Когда я ее впервые увидела, то первое, о чем я подумала – какая некрасивая девушка, как бледная моль. А человек она хороший, даже очень»*; *«Вам такой макияж не идет, как будто двое суток не спали»*; обесценивания достижений *«Мама была честный налоговый инспектор, смешно, а папа у нас кто? Вот эти ромашковые истории про с НУЛЯ сбивают с пути наивных девчонок»*; *«Фартовая баба, что еще тут скажешь»*. Зачастую люди критикуют не столько самого человека, а сколько результат его деятельности, продукт или проект, который он создал, намеренно выделяя и указывая на какие-то недостатки. *«Все, что она сказала уже не ново, все эти мысли уже кем-то когда-то говорились сто тысяч раз. Коллекция одежды такая же безликая, как и героиня интервью»*; *«Такой мировой бренд, что я первый раз о нем слышу... но девушка молодец»*; *«За такую цену я бы купила что-то итальянское, а не какой-то блеклый ширпотреб»*. Материал исследования показывает, что иногда с помощью негатива, выплескиваемого на других пользователей в виртуальном пространстве, люди стараются оправдать свои собственные неудачи в жизни, мотивируя свою несостоятельность отсутствием поддержки, материальных средств, влиятельных родственников и т. д. Выказывать свое недовольство в сети проще – онлайн-среда способствует дегуманизации, т. е. другой человек становится «бес-телесным», и это приводит к уплощению переживаний, к отсутствию мультисенсорного взаимодействия как в реальной жизни, напоминающего, что люди состоят из плоти и крови, что они ранимы и чувствительны.

В заключение отметим, что токсичная коммуникация представляет собой динамичный процесс общения, во главе которого стоит личность коммуниканта, которая объединяет все факторы коммуникативного процесса. Токсичная коммуникация может проявиться во всех сферах жизни человека, независимо от характера взаимоотношений между участниками. В большей степени токсичная коммуникация реализуется в виртуальном пространстве, т. к. такая среда дает ощущение безграничной свободы и анонимности.

### Литература

1. Буряковская В.А., Дмитриева О.А. Квазинаучный термин «токсичный» в современной блогосфере (на материале русского, английского и французского языков) // Изв. Волгоград. гос. пед. ун-та. 2022. № 5(168). С. 132–137.
2. Волкова Я.А., Панченко Н.Н. Типология деструктивных коммуникативных личностей // Известия Волгоград. гос. пед. ун-та. 2016. № 2(106). С. 110–117.
3. Дмитриева О.А., Волкова Я.А. Моббинг как тактика деструктивного институционального общения // Известия Волгоград. гос. пед. ун-та. 2015. № 8(103). С. 83–88.
4. Кочеткова А. Всадник без головы // Бизнес-журнал. 2014. № 8(221). С. 68–73.
5. Марина Голомаздина. История бренда 12 Storeez. Потеря сына – как пережить утрату? [Электронный ресурс]. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=JHDgsu9sC1s> (дата обращения: 01.04.2023).
6. Эмотивная лингвоэкология в современном коммуникативном пространстве: коллективная монография / науч. ред. проф. В.И. Шаховский. Волгоград: Изд-во ВГСПУ «Перемена», 2013.
7. 73 Questions With Kendall Jenner // Vogue. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=lsFPbgK1v9I> (дата обращения: 01.04.2023).
8. 73 Questions With Selena Gomez // Vogue. [Электронный ресурс]. URL: [https://www.youtube.com/watch?v=\\_GFkHA5EZdE](https://www.youtube.com/watch?v=_GFkHA5EZdE) (дата обращения: 01.04.2023).
9. Mob // Cambridge Dictionary online [Электронный ресурс]. URL: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/mob> (дата обращения: 01/04/2023).
10. Signs of a toxic person // WebMD. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.webmd.com/mental-health/signs-toxic-person#:~:text=A%20toxic%20person%20is%20anyone,upset%20others%20along%20the%20way> (дата обращения: 01.03.2023).
11. Suler J. The Online Disinhibition Effect. [Электронный ресурс]. URL: [https://www.researchgate.net/publication/8451443\\_The\\_Online\\_Disinhibition\\_Effect](https://www.researchgate.net/publication/8451443_The_Online_Disinhibition_Effect) (дата обращения: 01.03.2023).