

УКРАЇНСЬКІ ПАРЕМІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО САМОЗАХИСТУ: ЕТНОЛІНГВІСТИЧНИЙ ТА СТРУКТУРНО-СЕМАНТИЧНИЙ АСПЕКТИ

Науковий вісник Ужгородського університету.

Серія: Філологія. Випуск 1 (43).

УДК 811.161.2'367

DOI:10.24144/2663-6840/2020.1(43).26–32

Баган М. Українські паремії психологічного самозахисту: етнолінгвістичний та структурно-семантичний аспекти; кількість бібліографічних джерел – 21; мова українська.

Анотація. Актуальність статті зумовлена потребою вивчення паремій психологічного самозахисту, що репрезентують типові психологічно-емоційні реакції українців у стресових ситуаціях. Етнолінгвістичне й структурно-семантичне дослідження паремій психологічного самозахисту важливе для окреслення традиційних етнічних форм психологічного самозахисту та поглиблення відомостей про когнітивні та психологічно-емоційні особливості українського світосприйняття.

Мета статті – проаналізувати етнопсихологічні, етнокультурні й структурно-семантичні параметри українських паремій психологічного самозахисту. Досягненню цієї мети підпорядковане виконання таких завдань: 1) окреслити семантичне наповнення українських паремій психологічного самозахисту; 2) з'ясувати психологічно-емоційне підґрунтя формування цих паремій; 3) виявити етнічні стереотипи й вірування наших пращурів в узвичаєних формулах психологічного самозахисту; 4) визначити типові граматичні структури мовних виявів самозахисту.

Дослідження виконано за допомогою описового методу й методу лінгвокультурного аналізу. Принагідно застосовано структурний метод (для аналізу синтаксичної структури паремій) та метод функційного аналізу (для визначення функційного потенціалу паремій).

Паремії психологічного самозахисту витлумачено як узвичаєні на тлі багатомовної комунікативної практики ідіоматичні вислови, за допомогою яких мовці регулюють свій настрій в умовах стресових ситуацій. Наголошено, що паремії психологічного самозахисту не лише репрезентують стереотипні моделі поведінки народу, а й відображають його ціннісні орієнтири та домінуючі психологічно-емоційні настанови. Українські паремії психологічного самозахисту засвідчують широкий спектр емоційно-оцінних реакцій на неприємні подразники: спокійне або емоційне відмежування, покірне змирення із ситуацією, психологічне дистанціювання від неї і навіть агресивне неприйняття негараздів, висміювання їх.

Установлено, що психологічний самозахист українців традиційно ґрунтувався на християнській вірі в заступництво Бога та інших святих, а також на дохристиянських уявленнях про впливи світливих і темних сил, надії на підтримку землі та давніх оберегів. Важливим когнітивно-емоційним механізмом протидії стресу було гумористичне або парадоксальне витлумачення ситуації. Структурна специфіка українських паремій психологічного самозахисту полягає у формуванні їх на основі заперечних та бажальних конструкцій, що сприяють більш експресивному вираженню психологічного стану мовця.

Ключові слова: паремії психологічного самозахисту, захисна вербальна реакція, етнічний стереотип, заперечення, прокльон, парадокс.

Формулювання проблеми. Психологічний самозахист – важливий складник діяльності людини, що забезпечує її комфортне перебування в стресових ситуаціях. Вивчення механізмів психологічного самозахисту сприяє гармонізації людського світосприйняття, налагодженню стосунків людини з довкіллям, формуванню умінь правильно реагувати на труднощі й негаразди, що набуває особливої актуальності в умовах інформаційно насиченого сьогодення.

Окремого аналізу потребують мовні вияви психологічного самозахисту, оскільки свої реакції на стресові подразники люди часто оформлюють словесно. За визначенням фахівців, психологічний самозахист – це неусвідомлена, рефлекторна дія [Кирпенко, Бохонкова 2017, с. 20]. Тому в стресових ситуаціях у людей автоматично «вириваються» узвичаєні вислови, що в практиці мовлення закріпилися за вираженням певних емоцій і сподівань. Етнолінгвістичне й структурно-семантичне дослідження паремій психологічного самозахисту важливе для окреслення традиційних етнічних форм

психорегулювання та поглиблення відомостей про когнітивні та психологічно-емоційні особливості українського світосприйняття.

Аналіз досліджень. У науковій літературі психологічний самозахист інтерпретують як «специфічні «маневри», до яких удається людина, щоб позбутися «хворобливого емоційного матеріалу, зберегти самооцінку, не втратити почуття раціональної поведінки» [Домнич 1998, с. 35]. Інші дослідники вбачають мету психологічного самозахисту у «внутрішньопсихічній адаптації», подоланні дискомфорту когнітивних або афектних станів, запобіганні їм [Березин 2011]. Особливу увагу психологи зосереджують на вивченні захисних реакцій, що допомагають людям справитися з деструктивними думками й відчуттями. До механізмів психологічного самозахисту уналежують заперечення, придушення бажань, знецінення, уникання, пристосування, компроміс, агресію, іронію та ін. [Брилинг 2000, с. 35–56; Березин 2011; Кирпенко, Бохонкова 2017, с. 23]. О. Л. Музика й Н. О. Никончук на матеріалі усної народної творчості встановили, що укра-

інці для психологічного самозахисту практикують здебільшого заперечення, приглушення, раціоналізацію, витіснення, ідентифікацію, проєкцію, відчуження, заміщення, сновидіння [Музика, Никончук 1998, с.19].

У мовознавстві захисні паремії ще не вивчали. Особливо актуальним вважаємо етнолінгвістичний аспект дослідження, що передбачає вивчення етнотекстів з погляду відображення в них етнічної свідомості, національного характеру, духовної та матеріальної культури народу [Селіванова 2006, с. 148]. У річці етнолінгвістичного підходу паремії психологічного самозахисту тлумачимо не лише як вербальні психологічні реакції, а як культурно значущі репрезентанти світоглядних та ціннісних уявлень народу. Як слушно зазначає О. О. Селіванова, звернення до еталонів і стереотипів світосприймання лінгвокультурної спільноти дає змогу окреслити «систему ціннісної орієнтації певного етносу, ... його пріоритетні комунікативні вектори» [Селіванова 2005, 48]. Отже, вивчення паремій психологічного самозахисту важливе для уточнення відомостей про психологічно-емоційні константи українців та їхні узвичаєні моделі поведінки в непростих життєвих ситуаціях.

Мета статті – проаналізувати етнопсихологічні, етнокультурні й структурно-семантичні параметри українських паремій психологічного самозахисту. Досягненню цієї мети підпорядковане виконання таких завдань: 1) окреслити семантичне наповнення українських паремій психологічного самозахисту; 2) з'ясувати психологічно-емоційне підґрунтя формування цих паремій; 3) виявити етнічні стереотипи й вірування наших пращурів в узвичаєних формулах психологічного самозахисту; 4) визначити типові граматичні структури мовних виявів самозахисту.

Дослідження виконано за допомогою **описового методу й методу лінгвокультурного аналізу**. Принагідно застосовано **структурний метод** (для аналізу синтаксичної структури паремій) та **метод функційного аналізу** (для визначення функційного потенціалу паремій).

Виклад основного матеріалу. Аналіз українських паремій психологічного самозахисту засвідчив, що ця категорія етнотекстів найчастіше побудована на християнських світоглядних засадах. У непростих життєвих ситуаціях українці традиційно просять про заступництво Бога, Духа святого чи Матір Божу, пор.: *Нехай мене Бог боронить!* (Номис, с. 44); *Господи помилуй!* (Номис, с. 44); *Нехай Бог милує!* (Номис, с. 375); *Не дай, Господи!* (Номис, с. 375); *Хорони Боже!* (Арк., с. 10); *Дух святий з нами!* (Номис, с. 375); *Господи, пострічай! Духу святий!* (Номис, с. 530); *Крий, Боже Мати!* (Номис, с. 128); *Сохрань, Мати Боже!* (Номис, с. 128). Характерними ознаками християнських захисних паремій є оклична інтонація та лаконічна структура, що надають висловом особливої змістової виразності та прагматичної наснаженості. Безпосереднє звертання до захисника, по-перше, сприяє тіснішому духовному контакту мовця з ним,

а по-друге, підсилює впливовість паремії. Натомість представників темних сил у захисних пареміях народ волів не називати, щоб не спровокувати їхню активність, пор.: *Не при хаті згадуючи* (Номис, с. 374); *Не до нас рівняючи* (Номис, с. 374); *Не тут казано* (Номис, с. 374). Паремії, якими наші пращури відмежовувалися від злих сил, переважно мають форму заперечного речення. Вибір заперечної форми висловлення дослідники пов'язують з бажанням мовця щось відкинути, витіснити зі своєї реальності [Баган 2012, с. 46]

Деякі захисні паремії відбивають ще дохристиянські вірування наших пращурів. Зокрема, в українському лінгвокультурному просторі дуже поширені відвратно-оборонні ідіоматичні вислови з лексичним складником **цур**, пор.: *Цур йому, пек!* *А цур тобі на язык!* *Цур на Вас!* Вони широко представлені в українській класичній літературі, пор.: *Через відьом, через відьом, реку вам. – Та цур їм, не споминай їх мені, пане писарю!* (Г. Квітка-Основ'яненко); *Ой, що ж це мені верзеться в голові? Це ж грішні думки, та ще й на батьковому похороні! Батька тільки що засипали землею, а я вже грішу грішними думками. Цур їм, пек їм, тим думкам* (І. Нечуй-Левицький); *Чув я, що ви нездужали, ... Аж як розказав мені Дараган, то я аж злякався. Слава Господові, що минуло, цур йому, щоб і не згадують* (Т. Шевченко). Формування цих ідіом дослідники пов'язують з вірою давніх слов'ян у Цура (Чура) – обоготвореного предка, що оберігав родину [Жайворонок 2006, с. 632]. В оборонних висловах українці часто вживають і теонім Пек, який, за припущеннями дослідників, у дохристиянській міфології позначав божество війни, кровопролиття та всіякої біди [Жайворонок 2006, с. 436], пор.: *Пек тобі, враже, хто тобі каже!* (Номис, с.197); *– Грицьку! – закричала старуха, хрестячи руками повітря над його головою... – Пек, пек, цур та пек!* (Ю. Опільський).

У мовному вираженні самозахисту від злих сил українці поклалися також на обереги, віру в які передавали від покоління до покоління. Зокрема, у захисних пареміях фіксуємо назви рослин, які народ здавна наділяв магічною силою відганяти зло, пор.: *Нехай ёму осичина!* (Номис, с. 248); *Пек та осина!* (Номис, с. 248); *Нехай ёму хрін!* (Номис, с. 247).

Захисну функцію у давніх слов'ян виконував жест дулі. Дослідники вважають його залишком фалічного культу. Первісно жест символізував запліднення, відображав віру в силу родючості й мав оборонно-магічне застосування [Шевчук 2010; Славянские древности 1995, с. 26]. За свідченням етнографів, поліщуки показували дулю для відгону вихора, вовків, собак; за деякими переказами, вона могла відігнати навіть смерть [Славянские древности 1995, с. 26]. З часом магічна функція дулі трансформувалася, жест набув ширшого емоційно-виражального навантаження. Ним та його мовними відповідниками виражають відмову, образу, зневагу, насмішку, несхвалення, протест тощо. Проте у багатьох контекстах фіксуємо й суто захисне спрямування жесту дулі та ідіоматичних висловів із його

назвою, пор.: *Відкіля це ти, думаю, вискіпалася? Ще й з дійницією на голові! Стоїть і звіриться на мене... Я їй тиць дулю навідліг, отакечки – о! На тобі, кажу, хвостата прояво! Щезла!* (М. Кропивницький); *Я, Раїсо, буду тобі безмежно вдячний! Я радий, що ти довіряєш мені! Але ж кімната ніби не... – Дурниці! Ордер у мене в кишені! Дулю їм під ніс!* – вигукнула (Б. Когут).

Відмежування від соціальної взаємодії, що є ознакою психологічної захисної реакції, засвідчують українські паремії: *Моя хата скраю* (НСЯЗ, с. 67); *Моє діло теляче: наївся і в хлів* (НСЯЗ, с. 67); *Моє діло мірошницьке: запустив та й мовчи* (НСЯЗ, с. 67); *Я тобі не брат, ти мені не сват* (Номис, с. 232); *На всякий чмх не наздоровкаєся* (Номис, с. 232). Паремії, створені на основі допустово-протиставних відношень, передають абсолютну байдужість мовця до можливого розвитку подій, пор.: *Мені аби місяць світив, а зорі як хочуть* (НСЯЗ, с. 67); *Моє діло півняче: проспівав, а там хоч і не розвидняйсь* (НСЯЗ, с. 67). Збереглися також паремії, за допомогою яких мовці спростовують будь-який зв'язок між ними й проблемною ситуацією, пор.: *И чуть не чув, и бачить не бачив* (Номис, с. 313); *И знать не знаю, и відать не відаю* (Номис, с. 313); *Не бачили, не чули – бо плели мачули* (Номис, с. 578); *Не наше діло – попове, не нашого попа – чужого* (Номис, с. 427); *Не наш кінь, не наш віз, не нам и їздити* (Номис, с. 429). Такі паремії відображають етнічний стереотип про певну психологічну закритість українців, схильність до «притаєного існування», «звуження сфери життєвих контактів зі світом» [Кульчицький 1992, с. 53], «негативізм у віднесенні до зовнішніх умов» [Ярема 1938, с. 46]. Проте пояснювати вживання цих паремій лише пасивністю та «притаєністю» українців, на нашу думку, занадто категорично. Відмежувальні паремії – це насамперед регулятивний засіб, що допомагає мовцеві уникнути потенційно конфліктної соціальної взаємодії. У непростих соціально-політичних умовах саме тактика невторчання часто допомагала українцям вижити, що й зумовило поширення відмежувальних паремій в українській лінгвокультурі. Отже, уникання – не героїчна, але досить закономірна захисна реакція людської психіки на життєві перипетії.

Пасивну форму психологічного самозахисту репрезентують паремії, що виражають змирення з негативною ситуацією, пор.: *Де наше не пропадало* (НСЯЗ, с. 42); *Що буде, то буде* (Номис, с. 215); *Куди не кинь – клин!* (Номис, с. 116). В українському паремійному фонді чимало песимістично забарвлених прислів'їв, що відображають стереотип неволі, неможливості змінити життя на краще, пор.: *Думай не думай, а вище себе не плигнеш* (НСЯЗ, с. 42); *Дмись не дмись: волом не будеш* (НСЯЗ, с. 42); *Хоч круть, хоч верть, а все козі смерть* (Номис, с. 116); *Хоч роби и розсядься, а як нема талану, то нема* (Номис, с. 116); *Коли не пайдить, то вже ж и не пайдить!* (Номис, с. 117); *Ни було добра змалку, ни буде до останку* (Арк., с. 44). З одного боку, такі паремії засвідчують депресивні настрої мовця, з іншого боку – допомагають зберігати рів-

новагу в складних ситуаціях, не марнуючи душевних сил на переживання та розпач. Тому прислів'я, що передають змирення із ситуацією, також кваліфікуємо як пасивні форми психологічного самозахисту. Змирення нерідко ґрунтується на вірі в те, що негаразди послані людині Богом як випробування її сили духу й віри, пор.: *Що Бог дасть!* (Номис, с. 141); *Гірка життя, гірка доля – що ж робити!* *Божа воля* (Номис, с. 141); *За потерпіння дасть Бог спасіння* (Номис, с. 141).

Дещо інший психологічний ракурс сприйняття негараздів відкривають прислів'я *Згор'їла хата – хай горит і хл'їв* (Арк., с. 163); *Взяв чорт батіг, нехай бере и пужално* (Номис, с. 432); *Коли пропав віл, пропадай и батіг* (Номис, с. 432). Вони поєднують і змирення з ситуацією, і певне дистанціювання від неї, удавану байдужість до завданих збитків. Прислів'я цікаві тим, що пропагують децю буддійське ставлення до випробувань долі.

Психологічний самозахист полягає не тільки у відмежуванні від небажаної ситуації чи в змиренні з нею. Психологічно стійкіші люди не втрачають віри в успішний розвиток подій, вдаються до емоційного та вербального опору. Здатність українців до стоїчного сприйняття негараздів засвідчують прислів'я: *Не бий мене в ніс, бо я сам біс!* (Номис, с. 213); *Не страши kota салом* (Номис, с. 212); *Нехай наше лихо скаче* (Номис, с. 548); *Що згурит, то ни зунийе* (Арк., с. 64). *Бог не ведає 'ц', свин'а не зійс 'ц'* (Арк., с. 8); *Як не дасть Бог смерті, то чорти не візьмуть* (Номис, с. 211). Наявність в українському паремійному фонді як песимістично, так й оптимістично забарвлених одиниць засвідчує природну потребу народу в реалізації різних емоційних і психологічних станів. Як слушно зазначає З.Г. Коцюба, «специфічна сила фольклору і паремійного жанру як його складової полягає саме в різноманітті, протиставленні, існуванні взаємовиключних тенденцій» [Коцюба 2010, с. 97].

Характерно, що й оптимістично, і песимістично забарвлені прислів'я психологічного самозахисту здебільшого побудовані на основі заперечного судження. Якщо в прислів'ях, що описують безвихідь, заперечна конструкція зумовлена логікою мислення (ситуацію, коли *немає* виходу, *немає* щастя-долі, логічно описувати заперечним реченням), то в оптимістично забарвлених прислів'ях заперечення допомагає увиразнити опір, неприйняття ситуації, пор.: *Кат тебе не візьме!* (Номис, с. 255); *Песся мати не загине* (Номис, с. 254); *Не взяв чорт малого, а великого не озьме* (Номис, с. 254); *Хапун не вхопит* (Арк., с. 129). Це дає підстави висновувати, що «мисленнево-мовленнева операція заперечення слугує універсальним способом регуляції душевного стану мовця, оскільки, з одного боку, вона зручна для вираження його негативних відчуттів, таких як безпомічність, невпевненість, відсторонення тощо, а з іншого боку, саме заперечення уможлиблює «подолання» негативу, засвідчуючи непростий, драматичний, але цілеспрямований рух народної свідомості до позитивно-гармонійного стану буття» [Баган 2012, с. 302].

Особливим виявом психологічного захисту в українському традиційному спілкуванні здавна були прокльони. Їх вважають «дієвими засобами мовленнєвого впливу, самовпливу та маніпуляції», що мають на меті «змінити самопочуття адресата, примусити його відчувати сором, незграбність, провину, страх за своє здоров'я або за здоров'я своїх близьких, добробут тощо» [Войцехівська 2014, с. 5]. Вважаємо, що крім потужного комунікативно-прагматичного навантаження прокльони виконували й функцію психологічного регулювання, зокрема звільнення від агресії та негативних почуттів. Як влучно зазначив М.Ф. Сумцов, «прокльони так само притаманні народам, як і молитва... Побаження народжені в хвилини світлого настрою; злопобажання вилились із роздратування, в моменти підвищеного психічного настрою» [Сумцов 1896, с. 10]. З погляду психологів, агресія «також є однією з форм захисної поведінки... одним із способів розв'язання проблем, пов'язаних зі збереженням індивідуальності та тотожності, із самозахистом та зростанням почуття власної цінності, самооцінки, рівня домагань, збереження контролю над власним життям» [Кирпенко, Бохонкова 2017, с. 13].

Українські прокльони здебільшого полягали у побажанні негараздів (*Бодай тобі добра не було з твоїм мотовилом!* (І. Нечуй-Левицький); *Бач, обжерся і чужі городи прийшов толочити, щоб тобі пусто було* (М. Стельмах), фізичних пошкоджень (*Бий, бодай тобі руки посохли!* (І. Карпенко-Карий); *Бодай би вони правцем поставали з такою платнею!* (Д. Гуменна); *Щоб тобі руки й ноги петлями поскручувало! Щоб тебе чорні п'явки поспиляли...* (Г. Тютюнник), смерті (*Бодай ти вечора не діждала!* (І. Нечуй-Левицький); *Бодай тебе, Сафроне, нагла смерть на дорозі прибила* (М. Стельмах) і навіть неспокую після смерті (*А щоб тебе сира земля не прийняла!* (М. Гримич).

Прокльони яскраво відображають віру наших пращурів в існування вищих сил, які здатні відновити справедливість і покарати негідників. Це право, згідно з народною мораллю, мали Бог, Господь, святе Різдво, цариця небесна, свята п'ятниця, пор.: *А бодай же ту відьму Господь покарав!* (Лесь Мартович); *А щоб тебе побилло святе Різдво!* (О. Довженко); ... він собі таке справив, що ні до людей, ні до Бога... бодай же тебе свята П'ятниця мала! – гукнув я на Амброзія (С. Воробкевич). Прокльони відбивають і споконвічну віру українців у силу й підтримку землі, яка була для них годувальницею, але в разі провини людини могла її покарати – поглинути чи, навпаки, не прийняти, пор.: *Бодай тебе Свята земля не прийняла!* (І. Огієнко); *Ото подлі! Бодай вас свята земля живцем поглинула!* (І. Нечуй-Левицький); *Хай поб'є свята земля твою прокляту голову, щоб ти до суду-віку не найшов миру ні на сьому, ні на тому світі* (Ю. Опільський). Святістю й здатністю вирішувати долю людини наділяли також хліб, пор.: *Нехай тебе святі хліб та сіль судять* (Ю. Мушкетик).

Деякі українські прокльони зберігають залишки язичницьких вірувань, пор.: *А щоб тебе Перун забив!* (О. Палійчук); *А бодай би їх ясні громи побили, усіх тих Тетер і Цицюр* (Б. Лепкий); *Щоб на тебе Див прийшов!* (Номис, с. 193).

Досить поширені в українських прокльонах і негативно марковані виконавці злопобажань: назви темних сил (*чорт, дідько, хапун*), персоніфіковані образи хвороб (*трясця, холера, пранці, різачка, хиндя, родимець, завійна*) і негараздів (*лиха, біда, лиха година, злидні*), пор.: *А щоб тебе трясця зі світу звела!* (М. Гримич); *Бодай тобі холера в печінку!* (В. Близнаць); *Щоб тебе пранці з'їли!* (М. Костомаров); *Хай тебе хиндя попотрясе!* (Номис, с. 192); *Щоб тебе родимець побив!* (Номис, с. 192); *Щоб тебе завійна взяла!* (Номис, с. 192); ... щоб тебе чорти втопили (В. Барка); *Та щоб тебе хапун ухопив, голомозого!* (О. Ільченко); Катерина: *Хай його лиха година поб'є!* (М. Костомаров). Втручання позитивно маркованих вершителей долі, з погляду мовця, мало означати вияв вищої справедливості, що важливо для ображеної людини. А от апелювання до лихих сил сприяло посиленню інвективності та загрозливості прокльону.

Проклинаючи, людина не тільки звільняється від негативу, а й відмежується від конфліктної ситуації загалом, сигналізує про своє небажання далі сперечатися. Зокрема, цю функцію прокльонів відбивають деякі тлумачення в збірнику М. Номиса, пор.: *Нехай вони виказання, не займай їх* (Номис, с. 248); *Нехай ім кукли и теремки (нехай граюця, а я у їх більше не зостанусь)* (Номис, с. 247). Отже, прокльони поєднують кілька захисних реакцій: вивіщення над співрозмовником, відмежування від конфлікту, звільнення від негативу, розрив спілкування.

Характерною ознакою українського народно-го мовлення є жартівливі прокльони, що передають комічні, незагрозливі побажання: *Шоб тебе в л'їжку грабл'ами шукали!* (Арк. с. 64); *А бодай вас жаба хвицьнула!* (Ю. Яновський); *Нехай воно ім сницця!* (Номис, с. 248); *А бодай тебе миша вбрикнула! А щоб тобі курка на ногу настоптала! – шамкає баба лайку, схожу не то на молитву, не то на замовління од слабості та болісті* (І. Нечуй-Левицький). Такі прокльони засвідчують раціональну трансформацію негативних почуттів мовця в позитивні. Гумористичне сприйняття проблем психологи вважають одним з «найбільш продуктивних», оскільки гумор дарує емоційну розрядку і допомагає дистанціюватися від проблеми [Рыбалко 1990, С. 217–219]. За теорією З. Фрейда, дотепні, гумористичні висловлення дарують мовцеві задоволення внаслідок економії афективної затрати енергії [Фрейд 1997, с. 237].

Гумористичні паремії психологічного самозахисту побудовано переважно на основі парадоксальних словесних комплексів – прототипів, які описують нереалістичні кумедні ситуації, пор.: *Боюсь як торішнього снігу* (Номис, с. 595); *Налякав їжачка голим задом; Курзю-верзю – дайте на кутю*

гречки! (Номис, с. 569); *Ріж мою душу вареником до подушки* (Номис, с. 541); *Дай, Боже, тобі повен життє здоров'я, щоб дихать тобі було тяжко* (Номис, с. 192). Пареміологічні парадокси сприяють більшій експресивності й ефективності вербальних психологічних реакцій. Формуючи узагальнення на основі алогічних зв'язків, мовець ніби вивисується над реальним станом речей, висміює очікування співрозмовника, показує свою невразливість.

Висновки. Отже, паремії психологічного самозахисту – це узвичаєні на тлі багатомовної комунікативної практики ідіоматичні вислови, за допомогою яких мовці регулюють свій настрій в умовах стресових ситуацій. Паремії психологічного самозахисту не лише репрезентують стереотипні моделі поведінки народу, а й відображають його ціннісні орієнтири та домінуючі психологічно-емоційні настанови. Українські паремії психологічного самозахисту спростовують стереотипне уявлення про схильність українців до «притаєного існування» й засвідчують різні способи реагування на психологічні подразники: спокійне або емоційне відмежування від небажаного, покірне змирення із ситуа-

цією, психологічне дистанціювання від неї і навіть агресивне неприйняття негараздів, висміювання їх.

Психологічний самозахист українців традиційно ґрунтувався на християнській вірі в заступництво Бога та інших святих, а також на дохристиянських уявленнях про впливи світлих і темних сил, надії на підтримку землі та давніх оберегів. Важливим когнітивно-емоційним механізмом протидії стресу було гумористичне або парадоксальне витлумачення ситуації.

Структурна специфіка українських паремій психологічного самозахисту полягає у формуванні їх на основі заперечних та бажальних конструкцій, що сприяють експресивнішому вираженню психологічного стану мовця. Заперечення слугує універсальною когнітивною операцією, за допомогою якої мовці й відмежовуються від небажаного, і визнають безвихідь, і виражають опір негараздам.

Виконане дослідження відкриває перспективи для поглибленого вивчення етнопсихологічних особливостей інших паремійних одиниць, а також для зіставного аналізу паремій психологічного самозахисту в різних лінгвокультурах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Баган М.П. Категорія заперечення в українській мові: функціонально-семантичні та етнолінгвістичні вияви. Київ: Видавничий дім Дмитра Бураго, 2012. 376 с.
2. Березин Ф.Б. Механизмы интрапсихической адаптации 2011. URL: http://berezin-fb.su/trevoga_i_adaptacionnye_mehanizmy/mehanizmy_intrapsicheskoy_adaptacii/
3. Брилинг Е. Е. Защитная реакция психики в сложных ситуациях. *Психология и жизнь*. Москва: МОСУ, РПО, 2000. Вып. 1. С. 35–56.
4. Войцехівська Н. К. Прокльони та злопобажання в українському конфліктному діалогічному дискурсі. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. 2014. № 13. С. 4–8.
5. Домнич Т.М. Що треба знати про психологічний захист. *Практична психологія та соціальна робота*. 1998. № 1. С. 35–36.
6. Жайворонок В.В. Знаки української етнокультури: словник-довідник. Київ: Довіра, 2006. 703 с.
7. Кирпенко Т. М., Бохонкова Ю. О. Механізми психологічного самозахисту підлітків: монографія. Северодонецьк: вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. 176 с.
8. Коцюба З.Г. Рефлексія побутової свідомості в різномовному проverbsьальному просторі (від універсального до національного). Львів: Укрпол, 2010. 472 с.
9. Кульчицький О. Світовідчуття українця. *Українська душа*. Київ: Фенікс, 1992. С. 48–75.
10. Музика О.Л., Никончук Н.О. Механізми психологічного захисту в усній народній творчості. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. Житомир, 1998. С. 18–23.
11. Рыбалко Е. Ф. Возрастная и дифференциальная психология. Ленинград: Изд-во Ленингр. ун-та, 1990. 256 с.
12. Селіванова О. Імплікатури мовної поведінки людини в етносвідомості українців (на матеріалі фразем і паремій). *Słowo. Tekst, Czas VIII. Człowiek we frazeologii i leksyce języków słowiańskich*. Szczecin, 2005. S. 48–57.
13. Селіванова О. Сучасна лінгвістика: термінологічна енциклопедія. Полтава: Довкілля-К. 2006. 716 с.
14. Славянские древности: Этнолингвистический словарь: В 5 т. / [уклад. Т.А. Агапкина и др.]. Москва: Международные отношения. Т. 1. 1995. 584 с.; Т. 2. 1999. 697 с.; Т. 3. 2004. 699 с.
15. Сумцов Н.Ф. Пожелания и проклятия (Преимущественно малорусские). Харьков: Типография губернского правления, 1896. 26 с.
16. Фрейд З. Остроумие и его отношение к бессознательному. Санкт-Петербург: Университетская книга, 1997. 318 с.
17. Шевчук Т. Як «дуля» стала «непристойним жестом» (до питання трансформації давніх релігійних символів). 2010. URL: https://mokosha.at.ua/publ/jak_dulja_stala_nepriстойnim_zhestom/6-1-0-15
18. Ярема Я. Українська духовність в її культурно-історичних виявах. Перший український педагогічний конгрес 1935р. Львів: Рідна школа, 1938. С. 16–88.

REFERENCES

1. Bahan M.P. (2012) *Katehoriia zaperechennia v ukrainskii movi: funktsionalno-semantychni ta etnolinhvistychni vyjavy* [Category of Negation in Ukrainian Language: Functional-Semantic and Ethnolinguistic Manifestations]. Kyiv: Vydavnychi dim Dmytra Buraho. 376 s. [in Ukrainian].
2. Berezin F.B. (2011) *Mekhanyzmy yntrapsykhycheskoj adaptatsyy* [Mechanisms of intrapsychic adaptation]. URL: http://berezin-fb.su/trevoga_i_adaptacionnye_mehanizmy/mehanizmy_intrapsicheskoj_adaptacii/ [in Russian].
3. Brylynh E. E. (2000) *Zashchytnaia reaktsiia psykhyky v slozhnykh sytuatsiyakh* [The protective reaction of the psyche in difficult situations]. *Psykhologhiya y zhyzn*. Moskva: MOSU, RPO, Vyp. 1. S. 35–56 [in Russian].
4. Voitsekhivska N. K. (2014) *Proklony ta zlopobazhannia v ukrainskomu konfliktnomu dialohichnomu dyskursi* [Curses and insults in the Ukrainian conflict dialogue discourse]. *Naukovyi visnyk Mizhnarodnoho humanitarnoho universytetu*. № 13. S. 4–8 [in Ukrainian].
5. Domnych T. M. (1998) *Shcho treba znaty pro psykholohichni zakhyst* [What you need to know about psychological protection]. *Praktychna psykhologhiia ta sotsialna robota*. № 1. S. 35–36 [in Ukrainian].
6. Zhaivoronok V. V. (2006) *Znaky ukrainskoj etnokultury: slovnyk-dovidnyk* [Signs of Ukrainian ethnoculture: dictionary-reference book]. Kyiv: Dovira, 703 s. [in Ukrainian].
7. Kyrpenko T. M., Bokhonkova Yu. O. (2017). *Mekhanizmy psykholohichnoho samozakhystu pidlitkiv* [Teenagers mechanisms of psychological protection]: monohrafiia. Sievierodonetsk: vyd-vo SNU im. V. Dalia. 176 s. [in Ukrainian].
8. Kotsiuba Z. H. (2010) *Refleksii pobutovoi svidomosti v riznomovnomu proverbialnomu prostori (vid universalnogo do natsionalnogo)* [Reflection of everyday consciousness in a multilingual proverbial space (from universal to national)]. Lviv: Ukrpol. 472 s. [in Ukrainian].
9. Kulchytskyi O. (1992) *Svitovidchuvannia ukraintsia* [Ukrainian worldview]. *Ukrainska dusha*. Kyiv: Feniks. S. 48–75 [in Ukrainian].
10. Muzyka O.L., Nykonchuk N.O. (1998) *Mekhanizmy psykholohichnoho zakhystu v usnii narodnii tvorchosti* [Mechanisms of psychological protection in oral folk art]. *Visnyk Zhytomyrskoho derzhavnogo universytetu imeni Ivana Franka*. Zhytomyr. S. 18–23 [in Ukrainian].
11. Rybalko E. F. (1990) *Vozrastnaia y dyfferentsialnaia psykhologhiia* [Age and differential psychology]. Leningrad: Yzd-vo Lenynhr. un-ta. 256 s. [in Russian].
12. Selivanova O. (2005) *Implikatury movnoi povedinky liudyny v etnosvidomosti ukraintsiv (na materialii frazem i paremii)* [Implicatures of human language behavior in the ethnic consciousness of Ukrainians (based on phrases and proverbs)]. *Slovo. Tekst, Czas VIII. Człowiek wefrazeologii i leksyce języków słowiańskich*. Szczecin, S. 48–57 [in Ukrainian].
13. Selivanova O. (2006) *Suchasna linhvistyka: terminolohichna entsyklopediia* [Modern linguistics: terminological encyclopedia]. Poltava: Dovkillia-K. 716 s. [in Ukrainian].
14. *Slavianskye drevnosti: Etnolinhvystycheskyi slovar* [Slavic Antiquities: An Ethnolinguistic Dictionary]: V 5 t./ [uklad. T.A. Ahapkyna y dr.]. Moskva: Mezhdunarodnyie otnosheniya. T. 1. 1995. 584 s.; T. 2. 1999. 697 s.; T. 3. 2004. 699 s. [in Russian].
15. Sumtsov N. F. (1896) *Pozhelanya y proklyatiya (Preymushchestvenno malorusskye)* [Wishes and curses (Mostly Ukrainian)]. Kharkov: Typohrafiia hubernskoho pravleniia, 26 s. [in Russian].
16. Freid Z. (1997) *Ostroumye y eho otnosheniye k besoznatelnomu* [Wit and its attitude to the unconscious]. Sankt-Peterburg: Unyversytetskaia knyha. 318 s. [in Russian].
17. Shevchuk T. (2010) *Yak «dulia» stala «neprystoinym zhestom» (do pytannia transformatsii davnikh relihiinykh symvoliv)* [How the «fig» became an «indecent gesture» (to the question of the transformation of ancient religious symbols)]. URL: https://mokosha.at.ua/publ/jak_dulja_stala_nepriстойnim_zhestom/6-1-0-15/ [in Ukrainian].
18. Yarema Ya. (1938) *Ukrainska dukhovnist v yii kulturno-istorychnykh vyjavakh* [Ukrainian spirituality in its cultural and historical manifestations]. *Pershyi ukrainskyi pedahohichni konhres 1935 r.* Lviv: Ridna shkola. S. 16–88 [in Ukrainian].

ДЖЕРЕЛА

1. Арк. – Аркушин Г. Сказав, як два зв'язав. Народні вислови та загадки із Західного Полісся і західної частини Волині. Люблін; Луцьк, 2003. 180 с.
2. НСЯЗ – Народ скаже – як зав'яже: укр. нар. прислів'я, приказки, загадки, скоромовки / [упоряд. Н.С. Шумада]. Київ: Веселка, 1985. 173 с.
3. Номис – Українські приказки, прислів'я і таке інше / [упоряд. М. Номис]. Київ: Либідь, 1993. 768 с.

SOURCES

1. Ark. – Arkushyn H. (2003) *Skazav, yak dva zviazav. Narodni vyslovy ta zahadky iz Zakhidnoho Polissia i zakhidnoi chastyny Volyni* [He said he connected the two. Folk sayings and riddles from Western Polissya and the western part of Volyn]. Liublin; Lutsk 180 s. [in Ukrainian].
2. NSIAZ – Narod skazhe – yak zviazhe: ukr. nar. pryslivia, prykazky, zahadky, skoromovky (1985) [The

people will say – how to tie: ukr. born proverbs, sayings, riddles, colloquialisms]. [uporiad. N.S. Shumada]. Kyiv: Veselka. 173 s. [in Ukrainian].

3. Nomys – Ukrainski prykazky, pryslivia i take inshe (1993) [Ukrainian proverbs, sayings and so on]. [uporiad. M. Nomys]. Kyiv: Lybid. 768 s. [in Ukrainian].

UKRAINIAN PAREMIAS OF PSYCHOLOGICAL SELF-DEFENSE: ETHNOLINGUISTIC AND STRUCTURAL-SEMANTIC ASPECTS

Abstract. The relevance of the article is due to the need to study the paremias of psychological self-defense, which represent the typical psychological and emotional reactions of Ukrainians in stressful situations. Ethnolinguistic and structural-semantic study of paremias of psychological self-defense is important for outlining traditional ethnic forms of psychological self-defense and deepening information about cognitive and psychological-emotional features of Ukrainian worldview.

The paper aims at the studying of the ethnopsychological, ethnocultural and structural-semantic parameters of the Ukrainian precepts of psychological self-defense. The purpose of the work provides fulfilling the following tasks: 1) to outline the content of the Ukrainian paremias of psychological self-defense; 2) to find out the psychological and emotional basis for the formation of these paremias; 3) to identify ethnic stereotypes and beliefs of our ancestors in the usual formulas of psychological self-defense; 4) to determine the typical grammatical structures of linguistic manifestations of self-defense.

The investigation is grounded on the descriptive method, method of linguocultural analysis, structural method (for the analysis of the syntactic structure of paremias) and the method of functional analysis (to determine the functional advantages of paremias).

The paremias of psychological self-defense are interpreted as idiomatic phrase, which are common in the background of centuries-old communicative practice, with the help of which speakers regulate their mood in stressful situations. The author emphasizes that the paremias of psychological self-defense not only represent stereotypical models of people's behavior, but also reflect their values and dominant psychological and emotional guidelines. Ukrainian paremias of psychological self-defense show a wide range of emotional and evaluative reactions to unpleasant stimuli: calm or emotional separation, humble acceptance of the situation, psychological distancing from it and even aggressive rejection of troubles, ridiculing them.

The article proves that the psychological self-defense of Ukrainians has traditionally been based on the Christian faith in the intercession of God and other saints, as well as on pre-Christian ideas about the influence of light and dark forces, hopes for the support of the earth and ancient amulets. An important cognitive-emotional mechanism for counteracting stress was a humorous or paradoxical interpretation of the situation.

The structural specificity of the Ukrainian paremias of psychological self-defense is their formation on the basis of negative and optative constructions that contribute to a more emotional expression of the psychological state of the speaker.

Keywords: paremias of psychological self-defense, protective verbal reaction, ethnic stereotype, negation, curse, paradox.

© Баган М., 2020 р.

Мирослава Баган – доктор філологічних наук, професор, професор кафедри української філології та славістики, Київський національний лінгвістичний університет, Київ, Україна; <https://orcid.org/0000-0002-5436-2934>

Myroslava Bahan – Doctor of Philology, Professor, Professor of the Department of Ukrainian Philology and Slavic Studies, Kyiv National Linguistic University, Kyiv, Ukraine; <https://orcid.org/0000-0002-5436-2934>