

*Н. А. Рунги*

## **ПСИХОСОМАТИКА КАК ОДИН ИЗ ЭЛЕМЕНТОВ В СИСТЕМЕ РЕАЛИЗАЦИИ ХОЛИСТИЧЕСКОГО ПОДХОДА НА УРОКЕ КИТАЙСКОГО ЯЗЫКА ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ИНОЯЗЫЧНОЙ МЕЖКУЛЬТУРНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ**

*Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева,  
г. Чебоксары, Россия*

**Аннотация.** В настоящее время можно с уверенностью говорить о смене вектора парадигмы российского образования в рамках предмета «Иностранный язык». Сегодня китайский язык активно и уверенно завоевывает новые позиции, распространяясь с Востока во все регионы страны. Одним из направлений политики в области образования является формирование межкультурной иноязычной компетентности. В данной статье рассматривается вопрос о формировании межкультурной иноязычной компетентности с учетом психосоматического подхода в обучении тонам китайского языка. Этот подход является обязательным в преподавании тоновых языков, так как задействует новый канал восприятия, которым обычно не пользуются в преподавании европейских языков. Реализация психосоматического подхода может осуществляться как в рамках дисциплины «Практический курс китайского языка», так и вне аудитории. Указанный подход является одним из четырех основных направлений холистического подхода в обучении китайскому языку. В статье представлена авторская модель применения метода ассоциативных легенд в движении для запоминания тонов китайских лексических единиц. Автор также делится опытом проведения зарядки «Цигун» со студентами и сотрудниками вуза, что вносит дополнительный колорит из области культуры страны изучаемого языка в палитру красок урока и выходит за пределы традиционного преподавания дисциплины.

Основные положения исследовательской работы могут найти применение как в рамках преподаваемой дисциплины, так и во внеурочных мероприятиях в вузах и школах, в которых затрагиваются вопросы синологии.

Проведенная автором работа по применению психосоматических приемов на уроке китайского языка позволяет сделать вывод об эффективности использования движений телом наряду с методом использования ассоциативных легенд как непосредственно для запоминания тонов китайских слов, так и для общей активации умственной деятельности.

**Ключевые слова:** *психосоматика в обучении, меридианы, цигун, китайский язык, межкультурная иноязычная компетентность, тоны в китайском языке, холистический подход*

*N. A. Rungsh*

## **PSYCHOSOMATICS AS ONE OF THE ELEMENTS IN THE IMPLEMENTATION OF THE HOLISTIC APPROACH AT THE CHINESE LANGUAGE LESSON IN THE FORMATION OF FOREIGN LANGUAGE INTERCULTURAL COMPETENCE**

*I. Yakovlev CHSPU, Cheboksary, Russia*

**Abstract.** Today we can confidently speak about the change in the paradigm of of Russian education within the scope of the “Foreign Language” subject. The Chinese language is gaining new positions, spreading from the East to all regions of the country. One of the policy directions in the field of education is the formation of intercultural foreign language competence. The study deals with the issue of the formation of intercultural foreign language competence, taking into account the psychosomatic approach

in teaching the tones of the Chinese language. This approach is mandatory in the teaching of tone languages, as it involves a new channel of perception, which is usually not used while teaching European languages. The implementation of this approach was carried out within the framework of the discipline “Practical course of the Chinese language”, as well as outside the classroom. The psychosomatic approach is one of the four main directions of the holistic approach in teaching Chinese.

The article discusses the author's model of applying the method of associative legend in motion to memorize the tones of Chinese lexical units. The author also shares her experience of “Qigong” exercises for students and university staff, which gives an additional color the culture of the country of the studied language into the palette of colors of the lesson, which goes beyond the traditional limits of teaching disciplines.

The main conclusions of the research work can be applied both within the framework of the taught discipline and in extracurricular activities of both the university and schools dealing with issues of Sinology.

The author's work on the application of psychosomatic techniques in the Chinese language class allows us to conclude about the effectiveness of using body movements along with the method of using associative legends both directly for memorizing the tones of Chinese words and for the general activation of mental activity.

**Keywords:** *psychosomatics in learning, meridians, qigong, Chinese language, intercultural foreign language competence, tones in Chinese, holistic approach*

**Введение.** Сегодня в России довольно активно проводятся реформы по модернизации системы образования. Одним из нововведений последнего десятилетия является направление вектора на Восток. В образовательных учреждениях начального, среднего и высшего звена активно вводится китайский язык даже в тех регионах, где еще десять лет назад невозможно было найти специалистов-синологов, что диктует необходимость подготовки соответствующих кадров. Формирование иноязычной межкультурной компетенции – первоочередная задача в политике образования России.

Методологическую базу данной статьи составляют монографии и другие научные публикации, посвященные вопросам формирования межкультурной иноязычной компетентности и преподавания китайского языка, а также практический опыт российских и иностранных специалистов в этой области. Ученые Е. И. Пассов, С. Г. Тер-Минасова, И. И. Халеева, Б. Д. Парыгин, Н. В. Барышников и др. рассматривали в своих трудах различные аспекты формирования иноязычной межкультурной компетенции. Поскольку вышеперечисленные ученые являются лингвистами, понимание межкультурной компетенции они в большей мере сводят к узкоязыковой компетентности, делая акцент на языковой грамотности в контексте языкового общения между участниками коммуникации. В случае с китайским языком этого недостаточно, поскольку для того, чтобы учащиеся могли действительно понять китайскую культуру, нужно развивать у них межкультурную компетентность через призму межкультурного обучения и систематической интеграции элементов китайской культуры в обучение китайскому языку. Кроме непосредственно языкового обучения китайскому языку (обучение лексике, иероглифике, грамматике) важным представляется изучение китайской культуры, под которой мы подразумеваем и знакомство с такими фундаментальными понятиями, как 五行 (wǔ xíng У-Син), 阴阳 (yīn yáng Инь-Ян), 风水 (fēngshuǐ Фэн-Шуй), 八字 (bā zì Ба Цзы) и 气功 (qìgōng Цигун).

Термин «межкультурная компетенция» восходит к теории коммуникативной компетенции Д. Хаймса, который рассматривает общение в реальной жизни и делает акцент на развитии компетентности в культуре. Ученые У. Хантер, М. Байрам, А. Фантини, М. Беннет, Б. Шпицберг используют такие аспекты межкультурной компетенции, как *межкультурная коммуникативная компетентность, культурная компетентность, межкультурная чувствительность и глобальная компетентность*. М. Байрам [10] в своих работах приводит различие между межкультурной коммуникативной компетенцией и межкультурной

компетенцией. Он считает, что первая является более широкой категорией, в которую входит вторая. Ученый определяет межкультурную коммуникативную компетенцию как способность обеспечивать общее понимание между людьми разной социальной идентичности и способность взаимодействовать с людьми как со сложными человеческими существами с множественной идентичностью и индивидуальностью. В его модели межкультурная компетенция состоит из пяти элементов: отношений, знаний, навыков интерпретации и связи, навыков открытия и взаимодействия, а также критической культурной осведомленности. Г. М. Чен и Дж. Староста [11] считают, что межкультурная компетентность – это способность эффективно и надлежащим образом выполнять коммуникативное поведение, чтобы вызвать желаемую реакцию в конкретной среде, которая включает в себя три взаимозависимых аспекта: аффективную перспективу для развития межкультурной чувствительности, когнитивную перспективу для развития межкультурной осведомленности и поведенческую перспективу. А. Е. Фантини пишет о четырех аспектах межкультурной компетентности – это знания, отношение, навыки и осведомленность. В. Б. Вайсман выделяет три жизненно важных компонента для развития или достижения межкультурной компетентности: самопознание/осознание, опыт и знание конкретной культуры, позитивные изменения или действия.

Затрагивая вопросы преподавания китайского языка, важно также использовать психосоматические приемы задействования движений телом, которые являются одним из элементов в системе реализации холистического подхода для формирования иноязычной межкультурной компетентности.

Цель данного исследования – изучение трудов методистов в области преподавания иностранных языков по проблемам формирования иноязычной межкультурной компетентности и разработка авторского метода использования ассоциативных легенд для запоминания тонов слов китайского языка, а также включения психосоматики как необходимого компонента урока китайского языка.

Теоретической базой исследования служат труды таких ученых, как Е. И. Пассов, С. Г. Тер-Минасова, И. И. Халеева, Б. Д. Парыгин, Н. В. Барышников, Д. Хаймс, Г. М. Чен, Н. А. Демина, Л. В. Фролова, И. В. Кочергин, К. В. Волков, Н. И. Шевцова, Т. В. Иоффе, Ци Янжун, Ма Яньхуа, Ли Сунхао, Чжан Ли, Чжан Цянь и др.

**Актуальность исследуемой проблемы.** Формирование межкультурной иноязычной компетентности является основной целью обучения иностранному языку, но большинство исследований в рамках данной проблемы в нашей стране было проведено специалистами, работающими с европейскими языками. Методы и приемы, используемые для преподавания европейских языков, оказываются недостаточно эффективными для преподавания тоновых языков вообще и китайского языка в частности. Поэтому возникает необходимость определения новой парадигмы в методике преподавания китайского языка в российской школе. Актуальность исследования определяется возрастающим интересом российской школы к изучению китайского языка и отсутствием исследований по вопросам фасилитации его изучения. Значимость исследования заключается в составлении авторской методики использования ассоциативных легенд и психосоматики как одного из направлений холистического подхода в обучении китайскому языку.

**Материал и методы исследования.** Материалом исследования послужили труды ученых-синологов и методистов в области преподавания иностранных языков [1], [2], [3], [6], [7], [8], [9], [13]. В работе использовались следующие методы исследования: анализ, сравнение и обобщение.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Вопросами преподавания китайского языка занимаются ученые-синологи Н. А. Демина, Л. В. Фролова, И. В. Кочергин, К. В. Волков, Н. И. Шевцова, Т. В. Иоффе, Ци Янжун, Ма Яньхуа, Ли Сунхао, Чжан Ли, Чжан Цянь и др.

Все они единодушны во мнении, что обучение китайскому языку предполагает совершенно иной от европейских языков алгоритм действий.

Изучение китайского языка требует от студента необходимости разорвать привычный паттерн, влиться в поток энергии 气 (qì Ци), «со-настроиться» с китайской философией внутреннего ядра слова, которое является не просто набором букв, как в европейских языках, а целостным образом, пиктограммой, таящей в себе смысл, передаваемый в основных 214 ключах. Особую сложность для российского учащегося представляет необходимость соотносить слово с определенным тоном. Базовая схема развертывания мысли в китайском языке также имеет свою уникальную структуру.

Ни в российских, ни в европейских учебных заведениях не принято говорить о 气 (Ци). В китайских же школах учебный день начинается с упражнений 气功 (qìgōng Цигун) для активации психической и ментальной энергии. Под энергией подразумевается энергия 气 qì, которая является мотором любой деятельности, в том числе учебной. Древние греки были согласны с восточным пониманием мироустройства, говоря, что без энергии мы не можем ни мыслить, ни двигаться.

Использование психосоматики на уроке китайского языка является одним из четырех основных направлений холистического подхода в обучении китайскому языку. В Россию термин «психосоматика» пришел через медицинскую психологию, а не через школу, где данный термин не имеет прикладного употребления. Однако некоторые ученые, например, Е. Шовал, Т. Ширир, М. Арнон и Г. Тененбаум, говорят о необходимости включения движения в процесс обучения. Об активации мыслительной деятельности через действие также писали Д. Дьюи, Б. Саттон-Смит и Г. Гарднер. Исследования этих ученых показали, что, когда тело ребенка участвует в движении, мозг находится в состоянии более высокого возбуждения, и это помогает развивать память и высвобождает нейротрофины.

Изучение тонового иностранного языка неразрывно связано с использованием как всего тела, так и отдельных его частей (руки, шея), которые, как «костыли», помогают запомнить верный тон. Анализ контента онлайн-уроков китайского языка на любых платформах наглядно демонстрирует, насколько активно преподаватели – носители китайского языка используют движения руками.

Основываясь на теории стимула и реакции, тело отвечает на сигналы нашего мозга посредством движения, а мозг реагирует на потребности тела посредством мышления [4]. Эффект психосоматической двигательной активности значительно усилит использование метода ассоциативных ментальных легенд, описанный нами в трудах, посвященных фасилитации обучения тоновым языкам [5].

Возьмем в качестве примера иероглиф третьего тона 水 shuǐ, вода. Для ассоциативного запоминания мы используем слова *«переменчивый, непостоянный, способный трансформироваться и меняться»*. Вербализуя данное объяснение, мы физически делаем нисходяще-восходящее движение руками и корпусом. Далее переходим к ассоциативной легенде, задаем вопрос классу, почему вода произносится третьим тоном, объясняем выбор тона. Как известно, вода переменчива, имеет три состояния: лед, жидкость и пар, – как видим, слово очень удобно укладывается в легенду.

Еще один пример иероглифа третьего тона: 奶 nǎi, молоко: как и вода, слово без труда укладывается в ассоциативную легенду-объяснение, ему также подходит характеристика изменчивости и непостоянства, так как молоко превращается в кефир, ряженку, творог и т. п., т. е. тоже имеет непостоянную природу.

Запоминая слова со вторым тоном, который имеет краткую, быструю, восходящую мелодию, мы используем ассоциативный ряд со словами *о стремлении к свету, о росте, пути наверх, при этом поднимаем взор, устремляя его вверх*. Возможна ассоциация устремления взора к небесам за помощью или с благодарностью. Учитель может столкнуться

с проблемой, когда ему не всегда удается подобрать логическое объяснение тона. Например, слово второго тона 鱼 yú, рыба довольно сложно входит в легенду самостоятельно, поэтому при запоминании этого слова мы либо вспоминаем о рыбе с солитерами, из-за чего рыба всплывает наверх, либо представляем, как мы поднимаем наверх удочку, на крючке которой находится пойманная рыба. Важно представить картинку, на которой рыба именно «поднимается» наверх, при этом мы физически поднимаем руку к потолку.

Запоминая слова первого тона, мы говорим *о постоянстве, перманентности, устойчивости или высоком, небесном положении; повсеместности или вездесущности*, сочиняя легенду, почему эти слова имеют именно этот тон. Важно проговорить эту историю-легенду вслух, представляя картинку: так мы укладываем в голове ассоциативный ряд.

Слова четвертого тона характеризуются краткой нисходящей мелодией приказа. Объяснение тона слов осуществляется либо через концепт *авторитарности, диктаторства*, либо через идею *притяжения к земле и наклона*: 胖 pàng толстый, 瘦 shòu худой: оба человека «притягиваются» к земле, первый не «летает» от чрезмерного веса, второй – от недостатка сил.

Формирование иноязычной межкультурной компетентности подразумевает также погружение в иноязычную культуру. Следуя принципу использования психосоматики в обучении китайскому языку, в Чувашском государственном педагогическом университете им. И. Я. Яковлева с 2021 года мы практикуем выполнение упражнений 气功 Цигун во время большой перемены. Данная практика проводится со всеми желающими студентами и преподавателями вуза, а не только с изучающими китайский язык или обучающими ему. Этот психосоматический элемент является одним из четырех основных блоков холистического подхода в обучении иностранному языку.

**Выводы.** Анализ трудов методистов в области преподавания иностранного языка и синологов, а также апробированная в рамках преподавания китайского языка авторская методика ассоциативных легенд, использование психосоматического подхода и практика проведения 气功 Цигун органично вписываются в преподавание китайского языка как часть холистического аспекта в формировании межкультурной коммуникативной компетентности, являясь как фасилитатором запоминания тонов, так и активатором умственной деятельности студентов.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Гальскова Н. Д., Гез Н. И. Теория обучения иностранным языкам. Лингводидактика и методика : учебное пособие. – М. : Аадемия, 2006. – 363 с.
2. Демина Н. А. Методика преподавания практического китайского языка. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Вост. лит., 2006. – 88 с.
3. Кочергин И. В. Очерки методики обучения китайскому языку. – М. : ИД «Муравей», 2000. – 160 с.
4. Рунги Н. А., Сидорова Л. А. Использование мнемотехнических приемов для запоминания тона китайских иероглифов // Вестник Карагандинского университета. – 2021. – № 1(101). – DOI 10/31489/2021Ped1/93–98 .
5. Рунги Н. А., Сидорова Л. А. К вопросу о трудностях запоминания тонов китайских иероглифов // Преподавание иностранных языков в поликультурном мире: традиции, инновации, перспективы : сб. ст. III Междунар. науч.-практ. конф., г. Минск, 25 марта 2021 г. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка. – Минск, 2021. – С. 142–144.
6. Садохин А. П. Межкультурная коммуникация : учебное пособие. – М. : Альфа-М ; ИНФРА-М, 2009. – 287 с.
7. Фролова Л. В. Роль и место аудиовизуальных средств в обучении различным аспектам китайского языка [Электронный ресурс] // Междисциплинарные исследования в науке и образовании. – 2012. – № 1К. – Режим доступа : <http://mino.esrae.ru/158-1128> (дата обращения: 25.02.2023).
8. Шевцова Н. И. О преподавании разговорного аспекта китайского языка на начальном этапе обучения // Актуальные вопросы методики преподавания китайского языка : сб. метод. материалов / под ред. Бочкаревой А. Г. – Владивосток, 2010. – С. 30–32.
9. Яковлева Е. В. Современные подходы к организации обучения студентов в вузе // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2018. – № 8(197). – С. 163–167.

10. Byram M., Gribkova B., Starkey H. Developing the intercultural activities in language teaching: A practical introduction for teachers. – Strasbourg : Council of Europe, 2002. – 41 p.
11. Chen G. M., Starosta W. A review of the concept of intercultural awareness // Human Communication. – 1998. – Vol. 2. – P. 27–54.
12. Cheng Z. L., Hong L. On the cultivation of intercultural ability in English teaching in colleges // J. Anhui Agric. Univ. – 2014. – Vol. 31. – P. 11–17. – DOI 10.5116/ijme.5862.505a.
13. Willis A., Grainger P., Menzies S., Dwyer R., Simon S., Thiele C. The role of teachers in mitigating student stress to progress learning // Australian Journal of Education. – 2021. – Vol. 65, No. 2. – P. 122–138. – DOI 10.1177/0004944120982756/

Статья поступила в редакцию 28.02.2023

#### REFERENCES

1. Gal'skova N. D., Gez N. I. Teoriya obucheniya inostrannym yazykam. Lingvodidaktika i metodika : uchebnoe posobie. – M. : Aademiya, 2006. – 363 s.
2. Demina N. A. Metodika prepodavaniya prakticheskogo kitajskogo yazyka. – 2-e izd., ispr. i dop. – M. : Vost. lit., 2006. – 88 s.
3. Kochergin I. V. Ocherki metodiki obucheniya kitajskomu yazyku. – M. : ID «Muravei», 2000. – 160 s.
4. Rungsh N. A., Sidorova L. A. Ispol'zovanie mnemotekhnicheskikh priemov dlya zapominaniya tona kitajskih ieroglifov // Vestnik Karagandinskogo universiteta. – 2021. – № 1(101). – DOI 10/31489/2021Ped1/93–98 .
5. Rungsh N. A., Sidorova L. A. K voprosu o trudnostyah zapominaniya tonov kitajskih ieroglifov // Prepodavanie inostrannyh yazykov v polikul'turnom mire: tradicii, innovacii, perspektivy : sb. st. III Mezhdunar. nauch.-prakt. konf., g. Minsk, 25 marta 2021 g. / Belarus. gos. ped. un-t im. M. Tanka. – Minsk, 2021. – S. 142–144.
6. Sadohin A. P. Mezhhkul'turnaya kommunikaciya : uchebnoe posobie. – M. : Al'fa-M ; INFRA-M, 2009. – 287 s.
7. Frolova L. V. Rol' i mesto audiovizual'nyh sredstv v obuchenii razlichnym aspektam kitajskogo yazyka [Elektronnyj resurs] // Mezhdisciplinarnye issledovaniya v nauke i obrazovanii. – 2012. – № 1K. – Rezhim dostupa : <http://mino.esrae.ru/158-1128> (data obrashcheniya: 25.02.2023).
8. Shevcova N. I. O prepodavanii razgovornogo aspekta kitajskogo yazyka na nachal'nom etape obucheniya // Aktual'nye voprosy metodiki prepodavaniya kitajskogo yazyka : sb. metod. materialov / pod red. Bochkarevoj A. G. – Vladivostok, 2010. – S. 30–32.
9. Yakovleva E. V. Sovremennye podhody k organizacii obucheniya studentov v vuze // Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. – 2018. – № 8(197). – S. 163–167.
10. Byram M., Gribkova B., Starkey H. Developing the intercultural activities in language teaching: A practical introduction for teachers. – Strasbourg : Council of Europe, 2002. – 41 p.
11. Chen G. M., Starosta W. A review of the concept of intercultural awareness // Human Communication. – 1998. – Vol. 2. – P. 27–54.
12. Cheng Z. L., Hong L. On the cultivation of intercultural ability in English teaching in colleges // J. Anhui Agric. Univ. – 2014. – Vol. 31. – P. 11–17. – DOI 10.5116/ijme.5862.505a.
13. Willis A., Grainger P., Menzies S., Dwyer R., Simon S., Thiele C. The role of teachers in mitigating student stress to progress learning // Australian Journal of Education. – 2021. – Vol. 65, No. 2. – P. 122–138. – DOI 10.1177/0004944120982756/

The article was contributed on February 28, 2023

#### Сведения об авторе

*Рунгш Надежда Александровна* – кандидат педагогических наук, доцент кафедры европейских языков и лингводидактики Чувашского государственного педагогического университета им. И. Я. Яковлева, г. Чебоксары, Россия, <https://orcid.org/0000-0001-5407-0088>, [rungsh1@mail.ru](mailto:rungsh1@mail.ru)

#### Author Information

*Rungsh, Nadezhda Aleksandrovna* – Candidate of Pedagogics, Associate Professor of the Department of European Languages and Linguodidactics, I. Yakovlev CHSPU, Cheboksary, Russia, <https://orcid.org/0000-0001-5407-0088>, [rungsh1@mail.ru](mailto:rungsh1@mail.ru)