

Научная статья  
УДК 81'42  
doi: 10.17223/19986645/85/6

## **Падение в виртуальность и долгий путь наверх: концептуальные метафоры игровой зависимости в книгах жанра селф-хелп**

**Константин Сергеевич Шиляев<sup>1</sup>,  
Екатерина Михайловна Кузнецова<sup>2</sup>**

*<sup>1,2</sup> Национальный исследовательский Томский государственный университет,  
Томск, Россия  
<sup>1</sup> shilyaevc@gmail.com  
<sup>2</sup> evoinel@gmail.com*

**Аннотация.** Представлен анализ концептуальных метафор зависимости от компьютерных игр, используемых авторами книг в жанре селф-хелп для описания проблемы игровой зависимости и путей ее преодоления. Выявлены две группы концептуальных метафор: описывающие ситуацию игры и ее участников и описывающие саму зависимость и работу с ней. С опорой на частотные показатели выявлены как общие для трех авторов концептуальные метафоры игровой зависимости, так и демонстрирующие вариативность.

**Ключевые слова:** концептуальная метафора, игровая зависимость, селф-хелп, метафоры в психотерапии, текстовое варьирование метафоры

**Для цитирования:** Шиляев К.С., Кузнецова Е.М. Падение в виртуальность и долгий путь наверх: концептуальные метафоры игровой зависимости в книгах жанра селф-хелп // Вестник Томского государственного университета. Филология. 2023. № 85. С. 107–132. doi: 10.17223/19986645/85/6

Original article  
doi: 10.17223/19986645/85/6

## **Falling into virtuality and climbing back up: Conceptual metaphors of gaming addiction in self-help books**

**Konstantin S. Shilyaev<sup>1</sup>, Ekaterina M. Kuznetsova<sup>2</sup>**

*<sup>1,2</sup> National Research Tomsk State University, Tomsk, Russian Federation  
<sup>1</sup> shilyaevc@gmail.com  
<sup>2</sup> evoinel@gmail.com*

**Abstract.** The article presents an analysis of conceptual metaphors of addiction to computer games, which are found in three self-help books written in English. The authors give a brief description of gaming addiction, which is of particular interest for psychologists, psychotherapists, users and creators of computer games. Conceptual metaphor has been used as a practical means of clinical psychology and psychotherapeutic practice by representatives of various schools of psychology. Books that belong

to the self-help genre are often recommended as one of the means of rehabilitation for gaming addicts. They make heavy use of conceptual metaphor as a device for describing computer gaming addiction and ways of dealing with it. The three books chosen as sources for our analysis were written before the official diagnosis of computer gaming addiction was introduced. However, the symptoms and methods for help correspond to modern diagnostic criteria. The three books that were analyzed were written in the period from 2009 to 2012. Their authors tell about their personal experience of overcoming gaming addiction, and they use a comparatively similar quantity of metaphorically used words. Two groups of conceptual metaphors have been found. The first group includes metaphors for describing computer games, their parts and related phenomena. The second group includes metaphors for describing gaming addiction and the healing process. The following conceptual metaphors, common for all three books, describe the computer game: A GAME IS A PLACE, A GAME IS AN AGENT, A GAME IS A DRUG, A GAME IS AN AGENT OF PHYSICAL ACTION. The most frequent metaphor among those which describe addiction is ADDICTION IS A JOURNEY. Together, these two groups of conceptual metaphors provide the reader with a varied description of the phenomenon of computer games and show how a player interacts with the gaming world. This description has practical implication for therapy both for the addict and his family and friends. Conceptual metaphors dominate the texts and create a complete model of a computer game both in the text and, presumably, in the reader's cognition. Another conceptual metaphor which turned out to be very common is BRAIN OR MIND IS AN AGENT. The analysis, performed in the CMT framework, also helped to discover some clearly culture-specific metaphors, among which are A GAME IS A DRUG, BRAIN OR MIND IS AN AGENT, ADDICTION IS OVEREATING, A GAME IS SORCERY, ADDICTION IS A STORM, A GAME IS THEATER, A GAME IS A SKINNER BOX and THE BRAIN IS A MECHANISM.

**Keywords:** conceptual metaphor, gaming addiction, self-help books, metaphor in psychotherapy

**For citation:** Shilyaev, K.S. & Kuznetsova, E.M. (2023) Falling into virtuality and climbing back up: conceptual metaphors of gaming addiction in self-help books. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Filologiya – Tomsk State University Journal of Philology*. 85. pp. 107–132. (In Russian). doi: 10.17223/19986645/85/6

Психические и физические зависимости являются одной из актуальных проблем современной психиатрии и психологии. Наряду с наиболее известными и исследованными зависимостями – алкогольной, наркотической – в настоящий момент обсуждаются и анализируются такие относительно новые виды, как зависимость от еды, интернета, сексуальные зависимости и игровая зависимость. В то время как последняя долгое время ограничивалась лудоманией (бесконтрольным увлечением азартными играми), стремительный рост индустрии развлечений в области компьютерных игр и совершенствование игровых технологий и механик привели к тому, что с 1999 г. (появление игры Everquest) участились свидетельства того, что игровая зависимость нарушает и даже разрушает жизни играющих. С расцветом MMORPG (Massive Multiplayer Online Role-playing Game) проблема усугубилась, что вызвало появление книг, которые описывают феномен зависимости от компьютерных игр и предлагают советы и помощь тем, кто хочет избавиться от нее.

Несмотря на то что проблема игровой зависимости начала обсуждаться еще в конце прошлого века [1], только в мае 2019 г. Всемирная организация здравоохранения добавила игровое расстройство (gaming disorder, GD) в одиннадцатую версию Международной классификации болезней (МКБ-11, ICD-11). Такое решение вызвало большие споры среди врачей, профессионалов в области психологии, игроков и представителей игровой индустрии. Тем не менее инструменты для диагностики игровой зависимости начали появляться задолго до ее признания авторитетными ассоциациями (см. их обзор в [2]). В 2014 г. в Южной Корее игровое расстройство (internet gaming disorder, IGD) было названо угрозой номер один для здоровья нации и были введены законы, ограничивающие время игры, и открыты десятки реабилитационных клиник для зависимых геймеров [3]. Озвучиваются мнения, что около 10% населения Китая и 9% населения США подвержены этому виду зависимости [4]. Пока нет достоверных данных о том, насколько пандемия COVID-19 повлияла на количество зависимых от видеоигр, но рост онлайн-продаж игр и посещаемости социальных медиа позволяет предположить более широкое распространение зависимости, чем до пандемии [5].

Игровая индустрия реагирует на сообщения о росте зависимости по-разному. Игры, которые хорошо продаются и имеют много участников, – это дорогостоящие коммерческие проекты, в реализации которых задействованы дипломированные психологи. Появление профессии гейм-дизайнера отвечает запросу на создание аддиктивных игр, которые заставляют игрока проводить по много часов перед экраном и/или тратить реальные деньги для покупки виртуальных предметов, привилегий и т.п. Успешные компьютерные игры используют как наработки бихевиористской психологии (в особенности механизм случайного подкрепления), так и более современных течений. Возможности виртуальной самоактуализации пользователя, введение его в состояние креативного транса (flow state), механизмы автоподстройки сложности и другие инструменты преследуют одну цель – привлечь и удержать как можно больше игроков.

Исследования и клинические рекомендации также отражают, на наш взгляд, существование двух лагерей – сторонников и противников видеоигр. Первые в своих публикациях подчеркивают положительные моменты увлечения видеоиграми – улучшение зрительно-моторной координации и визуального внимания, более высокие результаты в тестах на чтение [6, 7], – однако вынуждены отмечать, что переноса навыков из игровой ситуации в реальную жизнь чаще всего не происходит. Кроме того, за гранью обзоров и рассуждений нередко остается вопрос, можно ли потратить то же тренировочное время на более или столь же продуктивные виды деятельности. Существуют, однако, исследования, показывающие, что у детей школьного возраста игры вытесняют другую продуктивную внеурочную деятельность и в целом коррелируют с более низкой успеваемостью. Кроме того, игры развивают привычку к оперированию окружением в режиме многозадачности, что снижает способность к концентрации и общую продуктивность. До сих пор ведутся ожесточенные споры по поводу влияния насилия в

видеоиграх на поведение игроков [8]. Давление со стороны противоборствующих сторон привело к тому, что Американская психологическая ассоциация выпустила специальную резолюцию, где изложила достигнутый в настоящее время консенсус и обозначила дальнейшие направления работы над актуальной проблемой игровой зависимости [9]. Ассоциация Entertainment Software Rating Board, отвечающая за присвоение возрастных ограничений компьютерным играм, также разместила на своем сайте бесплатные советы и инструменты для родителей и специалистов, которые хотят узнать больше о возможностях контроля проводимого за играми времени и методиках работы со страдающими игровой зависимостью [10].

Очевидно, что игры бывают разные и обобщать их влияние, связанное с вредом, пользой или аддиктивным потенциалом, сложно. Большинство проведенных психологических исследований носят корреляционный характер и не позволяют однозначно установить каузацию вреда или пользы от видеоигр. Некоторые авторы предлагают расценивать игру в компьютерные игры так же, как и любую другую игровую деятельность, в том числе и для детей [7. P. 46]. Существуют удачные образовательные игры или игры со значительным образовательным компонентом, хотя в обзорах [5, 7] отмечается, что исследований их эффективности пока немного. Игры, повышающие мотивацию, и игры, предполагающие активные физические действия (exergames), также удостоились позитивных оценок исследователей, однако промоутеры игровой индустрии нередко не обращают внимания на то, что все наиболее популярные игры представляют собой сугубо коммерческие продукты и с трудом могут быть отнесены к разряду креативных, обучающих и оздоравливающих игр, последние составляют лишь малую часть продаж.

В данной статье предпринимается попытка описания концептуальной метафоры как средства осмысления игровой зависимости, предлагаемого на страницах трех англоязычных книг в жанре селф-хелп. Такое описание подразумевает ответы на следующие вопросы: что использование концептуальных метафор подчеркивает в феномене игровой аддикции и компьютерных игр? Какие факторы обуславливают регулярное использование тех или иных метафор? Для ответа на данные вопросы будут исследованы как качественный аспект (выявляются и сравниваются формы языковой реализации концептуальных метафор в трех крупных текстах), так и количественный (описана их частота и ее корреляция с функциями концептуальных метафор игровой аддикции, участников ситуации формирования аддикции и ее лечения).

Для анализа языкового материала мы опираемся на теорию концептуальной метафоры (ТКМ). Хотя ТКМ неоднократно подвергалась критике, модификации и расширению [11–13], основной посыл Дж. Лакоффа и М. Джонсона был неоднократно проверен экспериментально: концептуальные метафоры оказывают влияние на то, как люди мыслят об определенных явлениях в зависимости от языкового оформления этих явлений [14, 15]. Дж. Грейди и П. Тибодо отмечают в своем обзоре, что наиболее эффективно влияют на осмысление различных явлений действительности (framing effects, рус. метафорический фрейминг) метафоры, у которых сфера-

источник знакома большому количеству людей, имеет четкие границы и богата образами (что соотносится с «конкретностью» сферы). При этом метафорические переносы (mappings, рус. связи, устанавливаемые между двумя концептуальными сферами) должны быть «удачными», т.е. точными и ясно приложимыми к сфере-цели – черта, предугаданная еще в античной риторике. Идеальные сферы-цели, в свою очередь, должны быть сложными, абстрактными и еще не связанными с сильными мнениями заинтересованных групп лиц [16].

Относительно болезни как сферы-мишени существует значительный объем литературы на тему импликаций различных метафор, например, метафор боли, диабета и рака [17], алкогольной зависимости [18]. В области клинической психологии и психотерапии метафора также представляет интерес в течение долгого времени как практический инструмент работы с клиентами [19]. Психотерапевты различных школ и теоретических убеждений с начала XX в. признавали, что умелое обращение и даже «управление метафорами» может принести пользу пациенту [20. Р. 13]. Метафора широко используется в юнгианской терапии, психодинамической межличностной терапии, АСТ-терапии. Публикации в профильных журналах иногда описывают отдельные клинические случаи использования метафоры клиентом и терапевтом, оценивают их эффективность и исход терапии [21]. Л. МакМюллен описывает психотерапию как «особо плодотворный контекст» для изучения метафоры [22]. С этим согласны и лингвисты-метафорологи [23; 24; 25. Р. 2–3].

Монография Д. Тэя подробно описывает концептуальные источники метафоризации психологических состояний, процессы поиска новых метафорических переносов и варьирование метафоры в зависимости от теоретических предпочтений психотерапевта. Д. Тэй предлагает различать следующие контекстуальные факторы, влияющие на формирование и использование определенных концептуальных метафор в психотерапевтическом дискурсе: контекст индивидуального случая пациента и его истории болезни; социокультурный контекст терапии и ее участников; теоретический контекст терапии; контекст взаимодействия между терапевтом и пациентом; ближайший окружающий контекст конкретной терапевтической сессии [20. Р. 14].

Одной из ключевых инноваций работы стало связывание психотерапевтической функциональной типологии метафор со структурной когнитивно-лингвистической типологией, а также анализ функционирования лингвистических реализаций концептуальной метафоры в зависимости от присутствующих в контексте дискурсивных маркеров типа *you know*, *I mean* и др. Книга также содержит прескриптивную часть: улучшенные автором психотерапевтические протоколы использования метафор во время бесед с пациентами [20. Р. 69, 96, 103]. Дальнейшие исследования Д. Тэя также используют психотерапевтический дискурс как поле для анализа концептуальной метафоры: проверка дискурсивной вариативности метафор, теории намеренной метафоры Г. Стейна [26], аспекты концептуализации соматики, в том числе на материале китайского языка [27, 28]. Другие исследования

посвящены концептуальным метафорам тревожных расстройств и депрессии как в терапевтическом дискурсе [29], так и в медиадискурсе [30].

В российской лингвистике изучению метафор в психиатрической практике уделено множество работ психологов и психотерапевтов [31, 32], ориентированных на типологизацию работы с метафорой и прикладную сторону проблемы. Наибольшее внимание лингвистов уделено психологическому дискурсу, как научному [33, 34], так и научно-популярному [35], в том числе медиадискурсу [36]. Для русского языка описаны базовые метафорические представления о психологии человека в наивной языковой картине мира (контейнер, верх-низ и другие параметры пространства) и их соответствия в профессиональных методиках психологов и психотерапевтов [33]. Исследуется влияние семантики метафоры на концептуализацию психических состояний у разных демографических групп и разных профессиональных сообществ психотерапевтов [37], в том числе экспериментальными методами [36].

В целом, поиск работ, посвященных изучению метафоры в психологии и психотерапии, показывает преобладание статей в научных журналах по психологии и психиатрии и книг, ориентированных на практикующих психологов и психотерапевтов. В то же время эти работы в последние годы учитывают достижения теории концептуальной метафоры [38].

В нашем исследовании одним из факторов, влияющих на то, какие метафоры используют авторы, может быть жанр произведений, составивших корпус исследования, – селф-хелп. Парадоксальным образом, хотя индустрия самосовершенствования изучается социологами, психологами и журналистами [39–42], исследователи отмечают недостаток внимания лингвистов к описанию этого жанра [43. Р. 2–3, 31]. Общим местом, выделяемым исследователями при описании этого жанра, является цель. Такие книги предоставляют читателю информацию, чтобы помочь ему изменить что-то в своей жизни или улучшить какую-то сторону своей личности без помощи других людей. Существует много категорий книг селф-хелп: книги о хобби, психологическая самопомощь, религиозная самопомощь, бизнес-учебники. Некоторые исследователи предлагают выделять два больших класса в жанре селф-хелп: обучающие книги (*how-to books*, рус. самоучители, обычно предполагающие самостоятельное освоение конкретных навыков – уход за домом, садом, игра на музыкальных инструментах и т.п.) и книги по самосовершенствованию (*self-improvement books*, рус. литература по саморазвитию, обычно рассказывающие о борьбе с вредными привычками или помогающие выработать полезные психологические и коммуникативные навыки) [43. Р. 16]. Б. Блюм пишет, что селф-хелп сливается со многими жанрами, в том числе с биографиями, художественной литературой [45]. В то же время большинство книг селф-хелп категоризируется как *non-fiction* [43. Р. 62], что ставит их вне поля научной терминологии психотерапии или научного дискурса.

Практикующие психиатры рекомендуют такие книги не в качестве замены, а в качестве поддержки психотерапии [46. Р. 59]. Библиотерапия

рассматривается как одна из форм самопомощи пациента. Существуют справочники апробированных книг, которые зарекомендовали себя в психиатрической практике – 85% клинических психиатров рекомендуют своим пациентам библиотерапию [47] с целью получения дополнительной информации о своей проблеме, помощи в принятии решений и более глубокой рефлексии.

Анализируемые нами книги написаны до официального признания медицинскими организациями диагноза интернет-зависимости и компьютерной игровой зависимости, однако описанные симптомы и методики помощи опередили свое время и коррелируют с теми, которые в настоящий момент упоминаются в официальных диагностических указаниях. «Точкой входа» для всех авторов стали собственные проблемы, справившись с которыми, они решили помогать другим зависимым и их семьям и распространять информацию об опасности неограниченного гейминга. Книги опубликованы в период с 2009 по 2012 г. и имеют сопоставимый объем и количество метафорической лексики (табл. 1).

Т а б л и ц а 1

**Информация об источниках исследования<sup>1</sup>**

Название и автор книги	Количество слов	Количество метафорических фрагментов	Количество метафорических фрагментов, деленное на количество слов
Neils Clark, P. Shavaun Scott. <i>Game Addiction: The Experience and the Effects</i>	70 234	786	0,011
Kevin Roberts. <i>Cyber Junkie. Escape the Gaming and Internet Trap</i>	57 827	558	0,009
Andrew P. Doan, Brooke Strickland, Douglas Gentile. <i>Hooked on Games</i>	37 307	371	0,010

В дискурсе трех проанализированных книг используются две группы метафор. Первая группа – метафоры для описания непосредственно компьютерных игр, их частей и связанных с ними феноменов. Вторая группа – метафора для описания зависимости. В процессе выборки мы постарались исключить метафоры, описывающие другие, схожие типы зависимостей (интернет-зависимость). Там, где контекст позволял отнести метафору и к видеоигровой зависимости, и к другим зависимостям, мы учитывали его. В дальнейшем изложении в скобках после формулы концептуальной

<sup>1</sup> Clark N., Scott P.S. *Game Addiction: The Experience and the Effects*. McFarland & Company, 2009. 211 p.; Roberts K. *Cyber Junkie. Escape the Gaming and Internet Trap*. Hazelden Publishing, 2010. 205 p.; Doan A.P., Strickland B., Gentile D. *Hooked on Games: the Lure and Cost of Video Game and Internet Addiction*, 2012. 200 p.

метафоры или ее лингвистической реализации указывается количество встретившихся сочетаний или лексем суммарно в трех текстах.

ИГРА – ЭТО МЕСТО (620)

Самой частой реализацией описания игры является слово *world* в разных комбинациях (всего 227 вхождений). Участник компьютерной игры попадает в разнообразные миры: digital world (54), secondary world (29), cyber world (26), virtual world (15), fantasy world (7), online world (7), the world of Everquest (3), gaming world (3), social world (3), another world (3), complex/interactive/make-believe/different world. Наименование игры *World of Warcraft* встречается 68 раз: игра стала самым ярким примером компьютерного продукта с высоким аддиктивным потенциалом. Другие наименования встречаются реже и также чаще всего снабжаются определением, подчеркивающим метафоричность игрового мира: space (19), place (17), (alternate) reality (14), electronic/parallel/alternate/different/cyber universe (10), land/cyberland (8), environment (4), venue/avenue (3), realm (2), a second home, refuge, dimension, surroundings. При этом метафора матрицы, которую можно было бы ожидать из-за специфики материала, встретила всего один раз – in a digital matrix.

Описанию особенностей цифровых миров отведено значительное место в каждой книге. Наиболее частым приемом является подчеркивание сходства виртуального мира с реальным и их незаметное перетекание друг в друга: like they might a real place, because in many respects they are real places (Clark); these worlds are complicated, just as complicated as you'd expect from a fully functional world (Clark). Характеристика игровых миров часто дается с помощью пояснительных придаточных предложений, описывающих пространство: the digital world, where I could save the princess and where I could matter as a person (Doan); a new world for the curious mind to explore, test, and conquer (Doan); keep us collected and happy in a world where every day is more complex than the day before (Clark); the world that cyber junkies find so compelling (Roberts).

Сама лексема *game* приобретает метафорические характеристики пространства путем частого использования с пространственными предлогами и наречиями: in, into, away from, within, inside a/the game, a/the game where. Всего такие комбинации встретились 110 раз.

Излюбленной развернутой метафорой Нилса Кларка является «цифровая гостиная» – the digital living room. Само словосочетание встречается в книге 26 раз, еще 5 раз имеется в виду цифровая гостиная с другим эпитетом (например, a new and improved living room). Цифровая гостиная – будущее мира развлечений; мир, куда попадает геймер, или мир, который сам приходит к нему. Цифровая гостиная доступна везде (some people can already step inside parts and parcels of the digital living room from wherever they want (Clark)), она является продолжением реального мира и незаметно смешивается с ним, так что в самом авторском повествовании бывает сложно понять, о реальной гостиной идет речь или виртуальной (или об их смешении): Tomorrow's "living room" might stretch across many different kinds of places;

Hundreds of millions of people play games, and countless more are on the threshold of being ushered into the digital living room (Clark).

Также в книге Н. Кларка игра уподобляется другому пространству – минному полю, игрок – саперу, аддиктивные особенности игры – минам и капканам, а сигнальные флажки сапера – осторожности в обращении с игрой: That game is a kind of minefield. Problematic structural characteristics of a game are like the mines. If a person can become familiar with those lures, we could expect him to play games as a kind of prepared minesweeper. He perceives the mines that he can mark, avoids them, and is less likely to lose a limb... The most common anecdote of “minesweeping” among gamers who claim to have learned balance is to flag specific a genre of games as a deadfall (Clark). В книге А. Доана пять раз употребляется схожая метафора игры-ловушки: the lure of the digital world is a bright and shining trap (6), а сама книга К. Робертса имеет подзаголовок *Escape the Gaming and Internet Trap*.

Регулярными проявлениями концептуальной метафоры ИГРА – ЭТО МЕСТО оказываются глаголы движения enter (26), lose (oneself, yourself, 15), escape (12), immerse (10), go into/back (7), get into (5), exit (4), dive (4), stepping inside (3), leave (3), fall (2), throw (2) oneself into, transport (2), come back, hop into, rush, visit, propel. Субъектом движения при этом выступает зависимый игрок, а предикаты движения в большинстве случаев описывают вход или выход из игрового пространства. Предикаты стативного характера в нашем материале встречаются значительно реже: live (8), exist (3), be part of (2), be in, stay.

Особое внимание авторы уделяют возможности погружения (immersion, 26) игрока и его бегства (escape (n), 14) в виртуальный мир. В исследованном материале чередуются фрагменты, где авторы повествуют об играх, и фрагменты, описывающие опыт глубокого погружения в игру, – взятые вне контекста соседних абзацев, они могли бы предстать перед читателем как описание реальности: In order to create armor and weapons for the guild, the guild needed a grandmaster blacksmith. ...But to achieve this title, I needed a lot of ore. I organized an ore train that mined ore from the mountains, far from the city (Doan).

Стирание граней и слияние с игрой – один из главных описательных приемов всех исследованных авторов: effectively blurring the lines between reality and ‘virtual’ reality. Одна из глав в книге Э. Доана (*The Melding of Worlds*) широко использует описываемую концептуальную метафору: melding (5) the digital world with the real world, [minds are being] melded with the digital world, blending of real-life play with online play. В книге К. Робертса используется метафора слияния, единения с игрой: They [kids] seem literally to merge (4) with the game; I did not want my union with my game or the cyber world interrupted; having his computer confiscated was like having a part of himself ripped out (Roberts).

Притягательность альтернативной реальности заключается в том, что она похожа на реальный мир, но в ней легче делать как возможные (explore (2), cultivate relationships, hang out, fly planes, search for love and acceptance, feel loved and accepted), так и невозможные вещи: living in a digital world with an ideal digital partner, pursuing a dream career in a digital world, tending to a

digital farm, or clearing a dungeon of all evil and then returning for a reward (Doan).

ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ ФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ (175)

В дискурсе исследованных книг игра часто предстает активным субъектом физического воздействия на игрока. Во многих контекстах присутствует метонимическая замена по принципу ЧАСТЬ ВМЕСТО ЦЕЛОГО – ЧАСТЬ/АСПЕКТ ИГРЫ ВМЕСТО ИГРЫ: art, imagery, story, design и т.п.

Самыми частыми оказались предикаты, обозначающие принуждение к физическому движению: pull (29) в сочетании с предлогами in, into, on; draw (16); take/maintain hold/to hold (10); grip (5); suck in (4); absorb. Эти реализации концептуальной метафоры во многих случаях пересекаются с метафорой ИГРА – ЭТО МЕСТО, так как игры метафорически притягивают зависимого не только к себе, но могут затянуть, засосать его во вторичные миры и удерживать его там. Игры часто приводят игрока туда: take (11) players inside, bring out/together/on (12).

В качестве объекта выступает зависимый игрок, иногда обозначаемый метонимическими заменами mind, brain. Игры тянут зависимого, как крюки и магниты: subtle, forceful, addictive pull; like magnets; magnetism seemed to draw me; the hooks that reach up to pull him under; hooks drawing people into contemporary media. Иногда лексема pull входит в состав идиом с исконно физической образностью: which can pull on psychology and physiology in many ways; pulling the rug out from under a person. Такого рода физическое воздействие иногда получает характеристику мощного – power/powerful (7).

Действия по уничтожению человека, его психики и его жизни предписываются играм с помощью разнообразных предикатов: destroy (7) и номинализованных описаний действий – destructive/destruction (7). Данная концептуальная метафора отличается значительным разнообразием глагольных лексем с семантикой причинения вреда: consume (3), damage (2), hurt, wreak havoc, take my life, carry the most destructive potential, rupture, bring disharmony, bombard, seem to be poking our brains, disrupt. Еще один набор предикатов метафорически представляет игру как преступника, грабителя и похитителя: rear its head, enter the home, sneak in, creep into my life, lurk, steal away, snatch away, grab, rope in, yank in, lock in, retain, overtake (3), take over (2) players' lives, blot out, replace (your life). Один из разделов книги Н. Кларка прямо называется *Games Might Kill You*.

Сравнимым по частотности метафорическим предикатом физического действия выступает give (33). Игры могут многое дать игрокам, и одна из важных сторон работы с аддикцией с точки зрения авторов – выяснить, что из того, что дают игры, вытесняет реальную жизнь: These video games, by removing the natural human fear of death, give players a sense of security (Doan). Это могут быть сильные эмоции (a thrill (3) of excitement, the bigger and badder thrills, a way to express it [anger], an outlet, a powerful jolt, hope, deep satisfaction, feelings of achievement), цели и мотивация к их достижению (a reason to live, a reason to have an identity, and a reason to have an ego, a sense of immortality, huge boosts to their egos, a sense of complete control, the only success,

a sense of power and purpose) или именно то, чего им не хватает в реальной жизни: some semblance of what we do not have in our real lives; a way to an escape from life; chance to test my skills; something, or someone, to fall in love with; something beyond normal gaming; experience (2), exactly what they want.

ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ НЕФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ (283)

Метафора включает широкий спектр предикатов разной семантики, большинство из которых связаны с оказанием влияния на игрока прямо или косвенно. Близки по значению к глаголу give глаголы provide (17) и offer (15), однако они были отнесены в данный раздел по причине более частой сочетаемости этих глаголов с нефизическими объектами и более абстрактным базовым значением, нежели give. Иллюстрации сочетаемости этих глаголов в Oxford Advanced Learner's Dictionary 10 также подтверждают это: Please provide the following *information*; The exhibition provides an *opportunity* for local artists to show their work; She did not provide *any evidence* to substantiate the claims. В целом только 3 из 12 примеров употребления глагола provide имеют в качестве объекта существительное конкретного характера. Для глагола offer в релевантном значении *to provide the opportunity for something; to provide access to something* таких контекстов среди словарных иллюстраций не нашлось. Синонимичный глагол supply в текстах книг встретился только один раз, так как гораздо чаще встречается с конкретными существительными в объектной позиции (15 конкретных против 4 абстрактных употреблений в OALD10). Игры же дают зависимому нечто неосознанное: a sense of purpose, a purpose, a way, an environment for instant ego fulfillment, intrigue, camaraderie, companionship, stimuli, challenge, outlet, motivations, illusions, options, a second chance и многое другое.

Игра часто выступает субъектом при сложных предикатах, включающих модальные глаголы allow (16), make (7), let (5) и близкие к ним по значению обороты с глаголами keep sb Ving sth (9), help (5), get sb to V sth (3), prevent (2), impede, make it easy for sb to V (2), facilitate, afford, cause, have sb Ving sth.

К этой группе примыкают метафорические предикаты, объединенные семантикой манипулятивного воздействия, заманивания, метафорического притяжения: lure (7), engage (5), entice (5), attract (3), control (3), appeal (2), enchant (2), stimulate, compel, enthrall, involve, trick, tempt, hypnotize, possess, tantalize.

Обе наиболее крупные группы предикатов подчеркивают пространство виртуальных возможностей, которые игры предоставляют игроку, а также спектр их влияния. С помощью модальных глаголов авторы подчеркивают совместный характер взаимодействия игры и игрока: игры позволяют, помогают, заставляют, препятствуют, но само действие совершает игрок. Можно видеть, что в метафорическом пространстве дискурса исследованных произведений тем не менее доминирует метафора игры как активного субъекта, в то время как на большей части текстового пространства все же доминирует игрок-деятель. Вероятно, стабильное присутствие метафоры игры-субъекта призвано дать более объективную картину зависимости, так как авторы произведений утверждают, что игры намеренно создаются с

использованием психологических закономерностей, эксплуатация которых создает предпосылки для формирования игровой зависимости у определенной группы пользователей.

Оставшиеся предикаты с трудом поддаются группировке, поэтому мы представим их в упорядоченном по частоте виде в качестве иллюстрации всего разнообразия действий, которыми авторы книг об игровой зависимости наделяют игры: challenge (7), create (6), grow (5), teach (4), speak (3), present (3), entertain (2), generate billions of dollars, own, connect, take on roles, tell, pair up, match, produce, shut down, become a friend, invest, describe, soothe, reward, crank up the brain's pleasure dial и др.

Во всех трех книгах встретилась метафора игры как «цифровой соски» или «нянечки» (video games are also the perfect, albeit harmful, digital pacifiers for children (Doan); video games, like television, often function as a babysitter (Roberts)), но особенно часто она встречается в книге Н. Кларка, где проблеме «экранного воспитания» детей посвящена пятая глава, которая называется *Games Are Not Babysitters*. В каждой книге лексема *babysitter* встречается в применении к игре 1–2 раза, но авторы намеренно фокусируют внимание на данной метафоре, посвящая ей несколько абзацев пояснений или целую главу.

#### ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ (117)

Одной из распространенных метафор для описания зависимостей является метафора путешествия [48]. Исследованный материал не является исключением: концептуальная метафора АДДИКЦИЯ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ имеет 117 реализаций в трех текстах. Формулировка АДДИКЦИЯ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ была продиктована самим материалом и особенностями концептуализации, предлагаемой авторами книг. Альтернативой ей могла бы служить формулировка ИЗЛЕЧЕНИЕ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ (Recovery is a journey without a definite end (Roberts)), но в текстовом пространстве эти две метафоры регулярно пересекаются и имеют очень схожие реализации на лексическом уровне. Геймер может встать на путь к формированию зависимости и идти по нему: RTS games carry enormous risk of addiction and are often “gateway games,” those games that rapidly increase the pace toward addiction (Roberts). Уже ставший зависимым человек может попытаться избежать аддиктивного цикла, включающего триггер, потерю контроля, чувство вины и т.д. [49], выскочить из него: escape (2) this destructive cycle.

Успехи и неудачи зависимого в борьбе с болезненным состоянием чаще всего описываются с помощью лексем path (19), journey (14), road (4). Зависимый предпринимает определенные шаги (step, 15) и движется (move, 6; head off, 2, head for) к цели, причем движение может быть как позитивным (вперёд – move forward, 3; progress, 3), так и негативным – slip back (3). Как правило, зависимый испытывает трудности – setback, roadblock, pitfalls in my own recovery, rough patches, hurdle.

Данная метафора взаимодействует в текстовом пространстве с метафорой ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ НЕФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ. Игры направляют зависимого по неверному пути или возвращают его к бесконтрольной игре (lead

(4) me down a very dark path; send them back into a binge). Авторы регулярно употребляют метафоры, описывающие человека, сбившегося с пути, направившегося не в ту сторону: falling off the path, stumbling toward the path, way-laid, take sb back.

Поскольку само по себе увлечение компьютерными играми не обязательно является предосудительным (ср. с наркотической зависимостью), авторы описывают начало пути к формированию зависимости как пересечение порога: In other words, behaviors that end up becoming addictive do not start that way. At some point, a threshold is reached... Once a person crosses into addiction, it becomes extraordinarily difficult for him or her to turn back (Roberts) также move into the state of addiction, on the verge of going into the addictive zone. Затем аддикция может развиваться стремительно: small steps transform into a sprint.

Аналогичным образом происходит и начало выздоровления – открывается дверь, происходит вход в другое пространство, совершается начало нового пути: he unlocked his door to recovery; enter recovery (2), start (6) the journey to healing. Часто это предполагает сознательный выбор на метафорической жизненной развилке, радикальный поворот в жизни: a fork in the road of my life, I chose the path of purpose, I had finally turned a corner. При этом метафора cross (3) используется авторами для обозначения перехода красной линии аддикции, т.е. всегда с негативным оттенком: gamers who can grasp the lines that were crossed in the past can make warning signs more immediately apparent in the future (Clark).

На пути к избавлению от зависимости отдельное место занимает поддержка проводника, который направляет и поддерживает на пути: steer my clients toward methods that worked for me; encourages and guides us on our own journeys; stay on track; many addicts come to a place where they think they can do it alone. Однако в книге Н. Кларка зависимость метафоризируется как проводник, путеводитель по вторичным, игровым мирам: Addiction, though it's worked as our sherpa, our guide through some problems and possibilities in secondary worlds, isn't the only issue that should give us pause.

**ИГРА – ЭТО НАРКОТИК (287 контекстов)**

Выделение этой метафоры, в целом непротиворечивое, требует оговорки. Авторы всех трех книг дискутируют на тему того, является ли поведенческая аддикция зависимостью в медицинском смысле слова: Even though video game addiction is not yet a medical diagnosis, it does not mean the addiction is not real (Doan). В данном анализе мы примем некоторые регулярно встречающиеся реализации в качестве метафорических на основании того, что наиболее базовое, в том числе хронологически первичное значение слова относится к сфере общепринятых зависимостей, имеющих выраженные специфические физические проявления.

Наиболее продуктивным в плане метафорического описания является корень addict-. Лексема addiction употребляется 65 раз в отношении игровой зависимости, addictive – 19, addict (n) – 49, addicted – 8 раз. Маркеры сравнения игровой зависимости и наркотической свидетельствуют в пользу

сознательный концептуализации злоупотребления играми как наркотической зависимости: Video games are a form of a digital drug that fills egos and makes people feel good; similar to drug abuse and other behavioral addictions, once an addict, always an addict (Doan) и множество других контекстов.

К зависимым от игры людям авторы применяют сленговое название наркоманов – junkie (21), в том числе в сочетаниях cyber junkie/videogame junkie. Игровому «наркоману» нужна регулярная «доза» (I needed my video game fix (10) in large amounts of time), приносящая «кайф» – high (7), euphoria (3), rush (2). Лексема drug, особенно в сочетании digital drug (22), также регулярно используется метафорически относительно компьютерных игр. Narcotics в этом же значении встретилась лишь один раз, но обращает на себя внимание употребление одним из авторов (Doan) метафоры digital heroin (5). Все авторы обращают внимание на сленговое название некогда популярной MMORPG Everquest – “Evercrack” (4).

Как и для других аддикций, для игровой зависимости характерны периоды долгого бесконтрольного употребления, обозначенные лексемой binge (27), часто в сочетании game/gaming binges. Хотя данная лексема устойчиво употребляется в значении «делать что-то с излишком, чрезмерно предаваться чему-либо», в том числе и с нематериальными значениями, ее базовое значение относится к алкоголю и еде: a short period of time when somebody does too much of a particular activity, especially eating or drinking alcohol (OALD10); a drunken revel : spree (Merriam-Webster’s Collegiate 11); If you binge, you do too much of something, such as drinking alcohol, eating, or spending money (Collins COBUILD Advanced Learner’s Dictionary 8); to eat too much of something (Cambridge Advanced Learner’s Dictionary 4).

Бесконтрольное потребление является проявлением зависимости, что описывается как нейтральными, так и сленговыми лексемами: depend/dependency (9), в том числе co-dependency (2) и hooked (13). Необходимость постоянно посвящать игре определенное время описывается как сильное неконтролируемое желание употребить наркотик – crave/cravings (13), compulsive/compulsion (4), temptations (2). Постоянное пребывание в игре способно выработать толерантность (tolerance, 3), привести к передозировке (overdose).

Процесс избавления от игровой зависимости концептуализируется как выздоровление (recover/recovery, 16), воздержание (abstinence, 3), при котором зависимый может переживать периоды возврата к употреблению, срывы (relapse, 15) и ломку (withdrawal, 4), в том числе withdrawal symptoms.

**ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПАДЕНИЕ (33)**

К концептуальным метафорам ИГРА – ЭТО МЕСТО, ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ и ИГРА – ЭТО НАРКОТИК примыкает концептуализация зарождения и развития аддиктивного поведения через нахождение человека, страдающего зависимостью, внизу. В рамках стандартной теории концептуальной метафоры она может быть описана как развитие (elaboration [50]) метафоры GOOD IS UP, BAD IS DOWN [51. P. 3]. Как правило, в исследованных текстах зависимость представлена как глубокая дыра, бездна: deep (3) in

their addiction; It took him three months to dig himself out of the hole (Roberts). Падению в нее предшествует нарушение равновесия – lose their sense of balance (5), lose their grip, imbalance. Всего же метафора баланса обнаруживается в исследованном материале 64 раза, из них 60 раз – в книге Н. Кларка.

Метафора достижения дна часто используется для концептуализации классических аддикций: достигнув низшей точки своей жизни, попав в сложные, подчас смертельно опасные обстоятельства, зависимый человек приходит в себя и начинает борьбу с зависимостью: Some gamers do keep playing, and playing, until they hit bottom (Clark; 7, в том числе hit absolute bottom). Чаще всего падение может быть обозначено лексемой fall (глаголом или существительным, всего 7 вхождений): falling into a perpetual digital hell; I fell into an “abyss of bliss”. Для обозначения продолжительного, глубокого падения авторы применяют лексему spiral (4): Video game addiction is a vicious downward spiral into deep depression (Doan), shame, denial, increased hunger for the game; spiral out of control, spiral down into cyber addiction.

Выздоровление концептуализируется как тяжелый путь наверх, который зависимому приходится преодолевать, карабкаясь: climbing (3) out of the hole of cyber addiction.

ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ОБЖОРСТВО (29)

Еще одна небольшая по количеству реализаций концептуальная метафора, примыкающая к метафоре ИГРА – ЭТО ЗАВИСИМОСТЬ, используется авторами, чтобы представить процесс бесконтрольной игры как переедание. Лексемы *crave/craving* могли бы быть отнесены сюда, так как некоторые словари уточняют, что чаще они используются с пищей в качестве объекта. Однако нам представляется, что в дискурсе рассмотренных произведений речь идет о двойной последовательной метафоризации: 1) из пищевой сферы *crave* было перенесено на сферу аддиктивных субстанций; 2) сфера химической зависимости была спроецирована на сферу игровой зависимости авторами исследуемых нами книг.

Игры представляют собой «цифровой шведский стол» (vast digital buffet (4) of video games) или кафе (24-hour café serving hot bliss; like walking into a 24-hour diner in the primary world), в котором можно найти разнообразные вкусы (different flavors, 2). В рамках данной концептуальной метафоры игроки поглощают игры в чрезмерном количестве: During the height of my gluttony for video games I gorged (2) my mind on more video games (Doan); These games provide... heavy helpings of an entertaining game (Clark). Игры выступают пищей для одержимых игроков и их эгоизма: feed (3) his obsession, в том числе feed the ego.

Авторы исследованных книг обвиняют создателей видеоигр в добавлении секретных ингредиентов – secret ingredients (7). Они устроены таким образом, что обостряют желание поиграть (whet players’ appetites for greater complexity of online interaction (Roberts)). В результате формирования зависимости игрока уже не интересует ничто другое: The person has lost the taste for other things (Clark).

## ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПРОТИВНИК (27)

Вопреки нашим ожиданиям, данная концептуальная метафора не получила большого развития в исследованном материале. Наиболее распространенной лексемой является *struggle* (9). Борьба, как правило, идет непосредственно с зависимостью и представляется как битва длиною в жизнь: *addiction is a life-long battle* (5). Борьба с зависимостью может концептуализироваться как схватка, конфронтация (*fight*, 2; *confront*, 2), в том числе с террористами или с демонами: *I felt that terrorists had taken over a part of my brain. They refused to let go and were not open to negotiation (Roberts); to battle an inner demon until I struggled with this voice (Roberts)*. Несколько раз борьба с зависимостью приобретает образ схватки с диким зверем (*beast*, 4): “*feed the beast*” of gaming obsession; *escape from the claws of gaming and Internet obsessions; feeding the beast will only make it more powerful (Clark)*.

Победить в схватке с зависимостью помогает «вооружение» информацией о специфике игровой зависимости и воздействия игр на психику: *armed yourself with a great deal of information about cyber addictions (Roberts)*.

## ИГРА – ЭТО ВОЛШЕБСТВО (27)

Несмотря на возможную положительную окраску лексем, составляющих реализации данной концептуальной метафоры, в исследованных книгах игры околдовывают игрока только в негативном смысле: *fall under the gaming spell once again*. Наиболее частыми лексемами являются *magic/magical* (10) и *enchant* (10). Игрок оказывается околдован волшебством игры: *The game was magical; characters and events of our magical reality; It casts a spell (5) on us*. Результатом этого действия является впадение игрока в состояние транса: *game or Web site that entranced (3) me; также induce trance*.

## ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО БУРЯ (12)

Еще более редкой концептуальной метафорой с большим разнообразием креативных проявлений является представление игрока как человека, терпящего кораблекрушение в опасных водах. Основой для такой метафоризации выступает устойчивое выражение *a perfect storm* (4): *the game experience hits everyone as a perfect storm (Roberts)*. Она встречается в книге К. Робертса (*You told me that I had to find an anchor, but I still feel like a ship lost at sea*), но особое развитие получает у Н. Кларка, превращаясь в авторскую аллегорию зависимости: *The storm’s high seas and gusts are the many draws to gaming. The ship is the person playing, along with his or her many unique susceptibilities. Gamers who sail flimsy boats into treacherous waters will too often sink (Clark)*. Многие элементы ситуации кораблекрушения эксплицитно проецируются на ситуацию человека, страдающего от игровой зависимости: игрок – корабль («*unsinkable*» ships), знания о закономерностях зависимости и построения игр – карты, знания приливов и отливов (*charts, knowledge of the tides*), предупреждения психологов и бывших зависимых – прогноз погоды (*advance warning on foul weather*).

## ИГРА – ЭТО ТЕАТР (9)

Еще одной редкой концептуальной метафорой является концептуализация игры как цифрового марионеточного театра: *the theatre is digital*. Данная

концептуальная метафора описывает действия игрока с помощью лексем puppeteer (3), в роли которого выступает игрок, и puppet (3) – игровой персонаж. Целью этой метафоры является подчеркивание виртуальности и искусственности всего происходящего в виртуальном мире в противовес реальному: *some of the magic comes from not being able to see the man behind the curtain. On the other, the proverbial wizard behind everything isn't going to pop out and force you to take care of your life* (Clark). Данное противопоставление должно мотивировать игрока взять под контроль собственную жизнь вместо жизни виртуального персонажа.

В проанализированных произведениях встречаются три концептуальных метафоры, призванных описать игровую зависимость с нейрофизиологической и психологической точек зрения.

#### ИГРА – ЭТО ЯЩИК СКИННЕРА (21)

А.Р. Doan так описывает воздействие современного игрового процесса на игрока: *Similar to the behavioral conditioning experiments performed by B.F. Skinner with rats and pigeons, I was being trained to push buttons by playing video games for my digital reward*. В рамках данной концептуальной метафоры игроки уподобляются подопытным крысам (rat, 7), подвергающимся бихевиористской модификации поведения: *reinforce (ment, 7), behavior (al, 7), reward (6), conditioning (4)*. Данные лексемы имеют очень специфический характер и в применении к манипуляции людьми носят выраженный негативный оттенок. В то время как в рамках психологического дискурса бихевиоризма представленные выражения относительно человека могут быть истолкованы буквально, в исследованных произведениях они явно уподобляют игрока подопытному животному.

#### МОЗГ – ЭТО МЕХАНИЗМ (30)

Эта метафора уподобляет мозг высокотехнологичному механизму, в котором используются микросхемы: *circuit/circuitry (9)*. Данный механизм может быть жестко закодирован на определенную деятельность (*Our brains are hardwired (4) to pursue certain rewards*) или, напротив, перекодирован – *gaming can rewire (4) the brain*. Иногда нейронные связи объясняются в рамках авторского преломления этой распространенной метафоры как механические: *the circuits of our brains have become intertwined; addiction incorrectly links the addictive behavior with our drive to survive. Such linkage explains* (Roberts)...

#### МОЗГ ИЛИ РАЗУМ – ЭТО АКТИВНЫЙ СУБЪЕКТ (45)

Регулярным проявлением этой концептуальной метафоры являются сочетания лексем *mind* и *brain* в субъектной позиции (7 и 29 соответственно) с предикатами, выражающими мышление, проявление воли, коммуникацию и другие действия, обыкновенно приписываемые человеку в целом: *My mind never stopped thinking about the games I was addicted to* (Doan). Данная концептуальная метафора отличается большим набором реализаций, каждая из которых повторяется 1–4 раза. В целях метафоризации авторы используют предикаты мышления и эмоций: *be obsessed, be preoccupied, zone out to reality, remember, experience, learn (2), catch up, think, understand, get used to,*

suck in, be on the lookout, collect information, rate, figure out, like, interpret, fit itself around a situation; воли: want (4), desire, control; коммуникации: tell (3), say, give the thumbs up.

Распределение метафор в текстах в процентах отражено в табл. 2. В данном случае, на наш взгляд, наиболее важны полученные ранги для каждого произведения, особенно в свете того, что нормализованный «уровень метафоричности» примерно одинаков (см. табл. 1, последняя графа).

Т а б л и ц а 2

**Распределение концептуальных метафор в трех текстах в процентах  
(упорядочено по сумме столбцов)**

Концептуальная метафора	Процент вхождений в книге А. Doan	Процент вхождений в книге К. Roberts	Процент вхождений в книге N. Clark
ИГРА – ЭТО МЕСТО	38,54	15,77	49,49
ИГРА – ЭТО НАРКОТИК	19,95	30,47	5,47
ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ НЕФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ	20,49	13,98	16,41
ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ ФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ	5,39	8,78	13,49
ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ	3,77	15,41	2,16
МОЗГ ИЛИ ТЕЛО – ЭТО АКТИВНЫЙ СУБЪЕКТ	1,35	1,43	4,07
ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПАДЕНИЕ	1,08	3,94	0,89
МОЗГ – ЭТО МЕХАНИЗМ	1,35	4,48	0,00
ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПРОТИВНИК	2,15	2,87	0,38
ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ОБЖОРСТВО	2,70	0,36	2,16
ИГРА – ЭТО ЯЩИК СКИННЕРА	3,23	0,72	0,64
ИГРА – ЭТО ВОЛШЕБСТВО	0	1,43	2,42
ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО БУРЯ	0	0,36	1,27
ИГРА – ЭТО ТЕАТР	0	0	1,15
Итого	100	100	100

Проведенный анализ позволяет сделать выводы, расширяющие и подтверждающие уже обозначенные постулаты в области исследования концептуальных метафор болезни. Во-первых, все три автора прибегают к широкой метафоризации ключевых проблематизируемых явлений – видеоигр и видеоигровой зависимости. Стремясь раскрыть секрет высокого аддиктивного потенциала видеоигр, авторы метафорически концептуализируют одни и те же аспекты игр с помощью одних и тех же метафор: концептуальная метафора ИГРА – ЭТО МЕСТО в процентном соотношении занимает первое и второе места по количеству реализаций в трех книгах; ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ НЕФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ – второе и третье; ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ ФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ – третье, четвертое и пятое; ИГРА – ЭТО НАРКОТИК – второе, третье и четвертое места. Таким образом, первые пять упорядоченных по частотности концептуальных метафор в трех книгах ограничиваются следующими: ИГРА – ЭТО МЕСТО, ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ ФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ,

ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ НЕФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ, ИГРА – ЭТО НАРКОТИК и ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ.

Количество реализаций этих пяти концептуальных метафор отражено в табл. 3.

Т а б л и ц а 3

**Первые пять наиболее частотных концептуальных метафор игровой зависимости**

Концептуальная метафора	Количество вхождений в книге А. Doan	Количество вхождений в книге К. Roberts	Количество вхождений в книге N. Clark
ИГРА – ЭТО МЕСТО	143	88	389
ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ ФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ	20	49	106
ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ НЕФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ	76	78	129
ИГРА – ЭТО НАРКОТИК	74	170	43
ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ	14	86	17

К данным в этой таблице был применен критерий хи-квадрат (в статистическом пакете R) к трем столбцам ( $X\text{-squared} = 344,9$ ,  $df = 8$ ,  $p\text{-value} < p < 0,0001$ ) и попарно (# 1,2:  $X\text{-squared} = 91.929$ ,  $df = 4$ ,  $p\text{-value} < p < 0,0001$ , # 2,3:  $X\text{-squared} = 316.91$ ,  $df = 4$ ,  $p\text{-value} < p < 0,0001$ , # 1,3:  $X\text{-squared} = 78.366$ ,  $df = 4$ ,  $p\text{-value} = p < 0,0001$ ) при уровне альфа, равном 0,05. Все различия оказались значимыми. Таким образом, можно констатировать, что, хотя авторы используют одни и те же базовые метафоры, «метафорический профиль» каждой книги индивидуален. Так, в книге Н. Кларка почти половина метафор реализуют концептуальную метафору ИГРА – ЭТО МЕСТО, что можно интерпретировать как отражение авторской интенции «сориентировать» игрока в реальном мире и виртуальном мире, сравнить и противопоставить их в качестве альтернативных миров. В книгах Э. Доана и К. Робертса значительную массу метафорических реализаций составляет концептуальная метафора ИГРА – ЭТО НАРКОТИК. Данные книги заостряют внимание читателя на проблеме официального признания игровой аддикции в качестве психического заболевания, выстраивая осторожные и в то же время регулярные метафорические переносы между наркотической и игровой зависимостью и утверждая, что существуют значимые параллели между двумя явлениями. Игра в качестве СУБЪЕКТА ДЕЙСТВИЯ стабильно присутствует во всех трех исследованных произведениях, так как объяснение ее воздействия на игрока теми или иными способами является одной из главных целей авторов. Концептуальная метафора ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ имеет особенно большое количество вхождений в книге К. Робертса. В данном случае автор развивает устойчивую концептуальную метафору английского языка, выделенную Дж. Лакоффом и М. Джонсоном, ДОЛГОВРЕМЕННОЕ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОЕ ИЗМЕНЕНИЕ – ЭТО ПУТЬ (LONGTERM PURPOSEFUL CHANGE IS A JOURNEY). Метафора изображает процесс избавления от игровой

зависимости как преодоление болезни (согласно исследованиям Е. Семино, борьба с болезнями нередко описывается с использованием этой метафоры [17]), длительное и требующее усилий, однако с вероятностью успешного исхода.

Можно полагать, что в данном случае работают две тенденции, выделенные А. Мусолффом: успешное функционирование дискурсивной метафоры обеспечивается устойчивой семантической базой, выраженной в инвариантных образ-схемах, и концептуальной гибкостью, обеспечиваемой значимыми культурными образами [52. Р. 20–25]. Концептуальные метафоры ИГРА – ЭТО МЕСТО, ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ НЕФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ, ИГРА – ЭТО СУБЪЕКТ ФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ и ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ПУТЕШЕСТВИЕ основаны на образ-схемах, выделенных М. Джонсоном (контейнер, силовая динамика, движение и др. [53. Р. 21–22, 53]). Эти метафоры лежат в основе описания, которое должно дать глубокое понимание феномена видеоигры зависимому человеку и его близким. Они доминируют на всем текстовом пространстве и создают когерентную модель абстрактного явления как в текстовом пространстве, так, предположительно, и в когниции заинтересованного читателя: формирование зависимости рассматривается как падение в физическом пространстве, а выздоровление – как долгий путь вперед и вверх. Концептуальные метафоры ИГРА – ЭТО НАРКОТИК и МОЗГ ИЛИ РАЗУМ – ЭТО АКТИВНЫЙ СУБЪЕКТ являются более культурно-специфическими, равно как и менее частотные метафоры, представленные в анализе: ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО ОБЖОРСТВО, ИГРА – ЭТО ВОЛШЕБСТВО, ЗАВИСИМОСТЬ – ЭТО БУРЯ, ИГРА – ЭТО ТЕАТР, ИГРА – ЭТО ЯЩИК СКИННЕРА и МОЗГ – ЭТО МЕХАНИЗМ. Они служат для концептуализации отдельных аспектов игровой зависимости и могут носить индивидуально-авторский характер.

Каждая исследованная книга отличается своим набором деталей, конкретизирующих языковое воплощение концептуальной метафоры. Это сближает дискурс данных книг с дискурсом психотерапевтических сеансов: исследователи отмечают, что сознательное риторическое конструирование и развитие метафоры характерно для текстов-расшифровок терапевтических сеансов [20. Р. 25]. В исследованных книгах жанра селф-хелп авторы конструируют метафорические концептуализации зависимости, подкрепляемые как цитатами из научных работ, так и личными историями авторов и их знакомых, клиентов или подопечных. Биография и текущая деятельность авторов книг позволяет полагать, что использованные ими языковые средства могут быть полезны в работе с зависимыми: Э. Доан является дипломированным врачом и имеет степень PhD в области нейронаук [54]; К. Робертс профессионально занимается организацией и ведением групп поддержки людей, страдающих от различных психологических проблем [55]; книга Н. Кларка (исследователь в области психологии игр и гейм-дизайна [56], профессор частного университета DigiPen Institute of Technology) написана в соавторстве с лицензированным психотерапевтом Шовон Скотт, в настоящий момент специализирующейся на проблематике массовых убийств и насилия [57], в том числе на проблеме связи компьютерных игр и

насилия. В связи с этим мы полагаем, что экспликация языковых средств метафоризации игровой зависимости, предпринятая в данной статье, может быть полезна не только в теоретическом (аспект текстового варьирования метафоры), но и практическом смысле. Принятие окончательного решения о действенности данных метафор и необходимости их использования в ходе терапевтических сессий принадлежит профессиональным психотерапевтам. Возможно, в будущем исследованные книги будут включены в списки одобренных профессиональными ассоциациями для применения в практике консультирования – подобная практика существует как минимум с 2003 г. (ср.: [46, 47]).

#### Список источников

1. *Young K., Pistner M., O'Mara J., Buchanan J.* Cyber Disorders: the Mental Health Concern for the New Millennium // *CyberPsychology & Behavior*. 1999. Vol. 2 (5). P. 475–479.
2. *Wölfling K., Beutel M., Müller K.* Construction of a Standardized Clinical Interview to Assess Internet Addiction: First Findings Regarding the Usefulness of AICA-C // *Journal of Addiction Research & Therapy*. 2012. Vol. 6 (January). P. 1–7.
3. *Kelly R.V.* *Massively Multiplayer Online Role-Playing Games: The People, the Addiction and the Playing Experience*. USA: McFarland Publishing, 2004. 201 p.
4. *Fam J.Y.* Prevalence of Internet Gaming Disorder in Adolescents: a Meta-Analysis across Three Decades // *Scandinavian Journal of Psychology*. 2018. Vol. 59 (5). P. 524–531.
5. *Sherer J.* Video Games from Harmless Pastime to Internet Gaming Disorder // *Technological Addictions* / ed. by P. Levounis, J. Sherer. Washington DC : American Psychiatric Association Publishing, 2022. P. 1–23.
6. *Li R.J., Polat U., Makous W., Bavelier D.* Enhancing the Contrast Sensitivity Function through Action Video Game Training // *Nature Neuroscience*. 2009. Vol. 12. P. 549–551.
7. *Hodent C.* *The Psychology of Video Games*. New York : Routledge, 2021. 117 p.
8. *Ferguson C.J.* Aggressive Video Games Research Emerges from Its Replication Crisis (Sort of) // *Current Opinion in Psychology*. 2020. Vol. 36. P. 1–6.
9. *American Psychological Association.* APA Resolution on Violent Video Games. URL: <https://www.apa.org/about/policy/resolution-violent-video-games.pdf>
10. *Entertainment Software Rating Board.* ESRB Tools for Parents. URL: <https://www.esrb.org/tools-for-parents/>
11. *Gibbs R.W.Jr.* Evaluating Conceptual Metaphor Theory // *Discourse Processes*. 2011. Vol. 48, is. 8. P. 529–562.
12. *Ibáñez F.J.R. de M., Hernández L.P.* The Contemporary Theory of Metaphor: Myths, Developments and Challenges // *Metaphor and Symbol*. 2011. Vol. 26, is. 3. P. 161–185.
13. *Steen G.* The Contemporary Theory of Metaphor – Now New and Improved! // *Review of Cognitive Linguistics*. 2011. Vol. 9, is. 1. P. 26–64.
14. *Landau M.J.* *Conceptual Metaphor in Social Psychology*. New York : Routledge, 2017. 240 p.
15. *Thibodeau P.H., Hendricks R.K., Boroditsky L.* How Linguistic Metaphor Scaffolds Reasoning // *Trends in Cognitive Science*. 2017. Vol. 21 (11). P. 852–863.
16. *Grady J.* Using Metaphor to Influence Public Perceptions and Policy: Or, How Metaphors Can Save the World // *Routledge Handbook of Metaphor and Language* / eds. by E. Semino, Z. Demjén. New York : Routledge, 2017. 542 p.
17. *Potts A., Semino E.* Cancer as a Metaphor // *Metaphor and Symbol*. 2019. Vol. 34, is. 2. P. 81–95.

18. *Нагорная А.В.* Метафорический ландшафт алкогольной аддикции в современной англоязычной культуре // Вестник Томского государственного университета. Филология. 2022. № 75. С. 120–147.
19. *Angus L.E., Rennie D.L.* Envisioning the Representational World: the Client's Experience of Metaphoric Expressiveness in Psychotherapy // Psychotherapy. 1989. Vol. 26. P. 373–379.
20. *Tay D.* Metaphor in psychotherapy // Metaphor in Psychotherapy. 2013. P. 1–219.
21. *McCurry S.M., Hayes S.C.* Clinical and Experimental Perspectives on Metaphorical Talk // Clinical Psychology Review. 1992. Vol. 12. P. 763–785.
22. *McMullen L.M.* Putting It in Context: Metaphor and Psychotherapy // The Cambridge Handbook of Metaphor and Thought / ed. by R.W. Gibbs. Cambridge : Cambridge University Press, 2008. P. 397–411.
23. *Kövecses Z.* Metaphor and Psychoanalysis: a Cognitive Linguistic View of Metaphor and Therapeutic Discourse // Journal for the Psychological Study of the Arts. 2001. URL: Available [http://psyartjournal.com/article/show/kvecses-metaphor\\_and\\_psychoanalysis\\_a\\_cognitive](http://psyartjournal.com/article/show/kvecses-metaphor_and_psychoanalysis_a_cognitive)
24. *Nayak N.P., Gibbs R.W.* Conceptual Knowledge in the Interpretation of Idioms // Journal of Experimental Psychology: General. 1990. Vol. 119 (3). P. 315–330.
25. *Semino E.* Metaphor in Discourse. Cambridge : Cambridge University Press, 2008. 260 p.
26. *Tay D.* A variational approach to deliberate metaphors // Cognitive Linguistic Studies. 2016. Vol. 3, is. 2. P. 278–299.
27. *Tay D.* Exploring the Metaphor–Body–Psychotherapy Relationship // Metaphor and Symbol. 2017. Vol. 32, is. 3. P. 178–191.
28. *Tay D., Huang J., Zeng H.* Affective and Discursive Outcomes of Symbolic Interpretations in Picture-Based Counseling: A Skin Conductance and Discourse Analytic Study // Metaphor and Symbol. 2019. Vol. 34, is. 2. P. 96–110.
29. *Coll-Florit M., Climent S., Sanfilippo M., Hernández-Encuentra E.* Metaphors of Depression. Studying First Person Accounts of Life with Depression Published in Blogs // Metaphor and Symbol. 2021. Vol. 36, is. 1. P. 1–19.
30. *Moskaluk K., Zlatev J., van de Weijer J.* “Dizziness of Freedom”: Anxiety Disorders and Metaphorical Meaning-making // Metaphor and Symbol. Vol. 37, is. 4. P. 303–322.
31. *Христинина Н.В.* Опыт использования позитивно окрашенных метафор в психотерапии // Инновационные научные исследования в современном мире: теория, методология, практика : сб. ст. по материалам I междунар. науч.-практ. конф., Уфа, 06 мая 2019 г. Уфа : Вестник науки, 2019. С. 37–44.
32. *Смирнов Д.О.* Мифологическая метафора в пространстве психотерапии // Будущее клинической психологии – 2014. Пермь, 2014. С. 109–116.
33. *Рахимова А.Р.* Метафорическое моделирование психической деятельности человека в научном психологическом дискурсе : дис. ... канд. филол. наук. Томск, 2018. 248 с.
34. *Мишанкина Н.А., Рахимова А.Р.* Метафорическое моделирование структуры психики человека в научном психологическом дискурсе // Вестник Томского государственного университета. Филология. 2015. № 3 (35). С. 57–72.
35. *Петрова Т.А.* Метафора как средство концептуализации эмоции гнева в научно-популярном психологическом дискурсе // Языки и литература в поликультурном пространстве. 2017. № 3. С. 53–57.
36. *Асланов И.А.* Метафорический фрейминг в медиатекстах и коммуникации о депрессии: результаты контент-анализа и эксперимента // Вестник Московского университета. Сер. 10: Журналистика. 2020. № 6. С. 3–22.
37. *Алексеев К.И.* Метафоры психологического дискурса: психологические законы и психологические механизмы // Прологомены. 2015. № 1. С. 4–13.

38. *Cohen M.* Metaphor: Its therapeutic use and construction: A professional guide to using metaphor in psychotherapy and counseling. Wipf and Stock Publishers, 2018. P. 11–15.
39. *Furedi F.* Therapy Culture: Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age. London : Routledge, 2004. 256 p.
40. *Lichterman P.* Self-help Reading as a Thin Culture // *Media, Culture and Society*. 1992. Vol. 14 (3). P. 421–447.
41. *McGee M.* Self-help Inc: Makeover Culture in American Life. Oxford : Oxford University Press, 2005. 308 p.
42. *Salmenniemi S., Vorona M.* Reading Self-help Literature in Russia: Governmentality, Psychology and Subjectivity // *The British Journal of Sociology*. 2014. Vol. 65 (1). P. 43–62.
43. *Koay J.* Persuasion in Self-improvement Books. London : Palgrave Macmillan, 2019. 95 p.
44. *Askehave I.* If Language is a Game—These are the Rules: A Search into the Rhetoric of the Spiritual Self-help Book // *Discourse & Society*. 2004. Vol. 15 (1). P. 5–31.
45. *Blum B.* The Self-help Compulsion: Searching for Advice in Modern Literature. New York : Columbia University Press, 2019. 344 p.
46. *Harwood T.M., L'Abate L.* Bibliotherapy // *Self-Help in Mental Health*. New York : Springer, 2010. P. 59–77.
47. *Norcross J.C. et al.* Authoritative Guide to Self-help Resources in Mental Health. New York : Guilford, 2003. 479 p.
48. *Marlatt G.A., Fromme K.* Metaphors for Addiction // *Journal of Drug Issues*. 1987. Vol. 17, is. 1. P. 9–28.
49. *Right Path.* What Does “Cycle of Addiction” Mean? URL: <https://rightpathaddiction-centers.com/what-does-cycle-of-addiction-mean/>
50. *Lakoff G., Turner M.* More than Cool Reason: A Field Guide to Poetic Metaphor. Chicago : University of Chicago press, 1989. 237 p.
51. *Kövecses Z.* Where Metaphors Come From. Oxford : Oxford University Press, 2015. 215 p.
52. *Musolff A.* The Embodiment of Europe: How do Metaphors Evolve? // *Body, Language and Mind* / eds. by R.M. Frank, R. Dirven, T. Ziemke, E. Bernárde. Vol. 2: Sociocultural Situatedness. Berlin ; New York : Mouton de Gruyter, 2008. P. 301–326.
53. *Johnson M.* Embodied Mind, Meaning, and Reason // *Embodied Mind, Meaning, and Reason*. Chicago : University of Chicago Press, 2017. 240 p.
54. *Dr. Andrew P. Doan, MPH, MD, PhD.* URL: <http://www.andrew-doan.com/>
55. *Roberts K.J.* Home – Academic, ADHD, and Cyber Addiction Support, Books, and Speaking Engagements. URL: <http://kevinjroberts.net/>
56. *Neils C.* Game Developer. URL: <https://www.gamedeveloper.com/author/neils-clark>
57. *P. Shavaun S.* Bio. URL: <https://www.pshavaunscott.com/bio.html>

## References

1. Young, K. et al. (1999) Cyber Disorders: the Mental Health Concern for the New Millennium. *CyberPsychology & Behavior*. 2 (5). pp. 475–479.
2. Wölfling, K., Beutel, M. & Müller, K. (2012) Construction of a Standardized Clinical Interview to Assess Internet Addiction: First Findings Regarding the Usefulness of AICA-C. *Journal of Addiction Research & Therapy*. 6 (January). pp. 1–7.
3. Kelly, R.V. (2004) *Massively Multiplayer Online Role-Playing Games: The People, the Addiction and the Playing Experience*. USA: McFarland Publishing.
4. Fam, J.Y. (2018) Prevalence of Internet Gaming Disorder in Adolescents: a Meta-Analysis across Three Decades. *Scandinavian Journal of Psychology*. 59 (5). pp. 524–531.

5. Sherer, J. (2022) Video Games from Harmless Pastime to Internet Gaming Disorder. In: Levounis, P. & Sherer, J. (eds) *Technological addictions*. Washington DC: American Psychiatric Association Publishing. pp. 1–23.
6. Li, R.J. et al. (2009) Enhancing the Contrast Sensitivity Function through Action Video Game Training. *Nature Neuroscience*. 12. pp. 549–551.
7. Hodent, C. (2021) *The Psychology of Video Games*. New York: Routledge.
8. Ferguson, C.J. (2020) Aggressive Video Games Research Emerges from Its Replication Crisis (Sort of). *Current Opinion in Psychology*. 36. pp. 1–6.
9. American Psychological Association. (2020) APA Resolution on Violent Video Games. [Online] Available from: <https://www.apa.org/about/policy/resolution-violent-video-games.pdf>
10. Entertainment Software Rating Board. (n.d.) *ESRB Tools for Parents*. [Online] Available from: <https://www.esrb.org/tools-for-parents/>
11. Gibbs, R.W.Jr. (2011) Evaluating Conceptual Metaphor Theory. *Discourse Processes*. 48 (8). pp. 529–562.
12. Ibáñez, F.J.R. de M. & Hernández, L.P. (2011) The Contemporary Theory of Metaphor: Myths, Developments and Challenges. *Metaphor and Symbol*. 26 (3). pp. 161–185.
13. Steen, G. (2011) The Contemporary Theory of Metaphor – Now New and Improved! *Review of Cognitive Linguistics*. 9 (1). pp. 26–64.
14. Landau, M.J. (2017) *Conceptual Metaphor in Social Psychology*. New York: Routledge.
15. Thibodeau, P.H., Hendricks, R.K. & Boroditsky, L. (2017) How Linguistic Metaphor Scaffolds Reasoning. *Trends in Cognitive Science*. 21 (11). pp. 852–863.
16. Grady, J. (2017) Using Metaphor to Influence Public Perceptions and Policy: Or, How Metaphors Can Save the World. In: Semino, E. & Demjén, Z. (eds) *Routledge Handbook of Metaphor and Language*. New York: Routledge.
17. Potts, A. & Semino, E. (2019) Cancer as a Metaphor. *Metaphor and Symbol*. 34 (2). pp. 81–95.
18. Nagornaya, A.V. (2022) Metaphoric Landscape of Alcohol Addiction in Contemporary English-Speaking Culture. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Filologiya – Tomsk State University Journal of Philology*. 75. pp. 120–147. (In Russian). doi: 10.17223/19986645/75/6
19. Angus, L.E. & Rennie, D.L. (1989) Envisioning the Representational World: the Client's Experience of Metaphoric Expressiveness in Psychotherapy. *Psychotherapy*. 26. pp. 373–379.
20. Tay, D. (2013) *Metaphor in Psychotherapy*. Hong Kong Polytechnic University. pp. 1–219.
21. McCurry, S.M. & Hayes, S.C. (1992) Clinical and Experimental Perspectives on Metaphorical Talk. *Clinical Psychology Review*. 12. pp. 763–785.
22. McMullen, L.M. (2008) Putting It in Context: Metaphor and Psychotherapy. In: Gibbs, R.W. (ed.) *The Cambridge Handbook of Metaphor and Thought*. Cambridge: Cambridge University Press. pp. 397–411.
23. Kövecses, Z. (2001) Metaphor and Psychoanalysis: a Cognitive Linguistic View of Metaphor and Therapeutic Discourse. *Journal for the Psychological Study of the Arts*. [Online] Available from: [http://psyartjournal.com/article/show/kvecses-metaphor\\_and\\_psychoanalysis\\_a\\_cognitive](http://psyartjournal.com/article/show/kvecses-metaphor_and_psychoanalysis_a_cognitive)
24. Nayak, N.P. & Gibbs, R.W. (1990) Conceptual Knowledge in the Interpretation of Idioms. *Journal of Experimental Psychology: General*. 119 (3). pp. 315–330.
25. Semino, E. (2008) *Metaphor in Discourse*. Cambridge: Cambridge University Press.
26. Tay, D. (2016) A variational approach to deliberate metaphors. *Cognitive Linguistic Studies*. 3 (2). pp. 278–299.

27. Tay, D. (2017) Exploring the Metaphor–Body–Psychotherapy Relationship. *Metaphor and Symbol*. 32 (3). pp. 178–191.
28. Tay, D., Huang, J. & Zeng, H. (2019) Affective and Discursive Outcomes of Symbolic Interpretations in Picture-Based Counseling: A Skin Conductance and Discourse Analytic Study. *Metaphor and Symbol*. 34 (2). pp. 96–110.
29. Coll-Florit, M. et al. (2021) Metaphors of Depression. Studying First Person Accounts of Life with Depression Published in Blogs. *Metaphor and Symbol*. 36 (1). pp. 1–19.
30. Moskaluk, K., Zlatev, J. & van de Weijer, J. “Dizziness of Freedom”: Anxiety Disorders and Metaphorical Meaning-making. *Metaphor and Symbol*. 37 (4). pp. 303–322.
31. Khristinina, N.V. (2019) [Experience of using metaphors with positive connotation in psychotherapy]. *Innovatsionnye nauchnye issledovaniya v sovremennom mire: teoriya, metodologiya, praktika* [Innovative scientific research in the modern world: theory, methodology, practice]. Conference Proceedings. Ufa. 06 May 2019. Ufa: Obshchestvo s ogranichennoy otvetstvennost'yu “Nauchno-izdatel'skiy tsentr “Vestnik nauki”. pp. 37–44. (In Russian).
32. Smirnov, D.O. (2014) [Mythological metaphor in psychotherapy]. *Budushchee klinicheskoy psikhologii – 2014* [Future of clinical psychology – 2014]. Proceedings of the 8th International Conference. Perm: [s.n.]. pp. 109–116.
33. Rakhimova, A.R. (2018) *Metaforicheskoe modelirovanie psikhicheskoy deyatel'nosti cheloveka v nauchnom psikhologicheskom diskurse* [Metaphorical modeling of human mental activity in scientific psychological discourse]. Philology Cand. Diss. Tomsk.
34. Mishankina, N.A. & Rakhimova, A.R. (2015) Metaphorical Modeling of Human Psyche Structure in Scientific Psychological Discourse. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Filologiya – Tomsk State University Journal of Philology*. 3 (35). pp. 57–72. (In Russian). doi: 10.17223/19986645/35/6
35. Petrova, T.A. (2017) Metafora kak sredstvo kontseptualizatsii emotsii gneva v nauchno-populyarnom psikhologicheskom diskurse [Metaphor as a means of conceptualizing the emotion of anger in popular scientific psychological discourse]. *Yazyki i literatura v polikul'turnom prostranstve*. 3. pp. 53–57.
36. Aslanov, I.A. (2020) Metaforicheskii freyming v mediatekstakh i kommunikatsii o depressii: rezul'taty kontent-analiza i eksperimenta [Metaphorical framing in media texts and communication about depression: results of content analysis and experiment]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 10: Zhurnalistika*. 6. pp. 3–22.
37. Alekseev, K.I. (2015) Metafori psikhologicheskogo diskursa: psikhologicheskie zakony i psikhologicheskie mekhanizmy [Metaphors of psychological discourse: psychological laws and psychological mechanisms]. *Prolegomeny*. 1. pp. 4–13.
38. Cohen, M. (2018) *Metaphor: Its therapeutic use and construction: A professional guide to using metaphor in psychotherapy and counseling*. Wipf and Stock Publishers. pp. 11–15.
39. Furedi, F. (2004) *Therapy Culture: Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. London: Routledge.
40. Lichterman, P. (1992) Self-help Reading as a Thin Culture. *Media, Culture and Society*. 14 (3). pp. 421–447.
41. McGee, M. (2005) *Self-help Inc: Makeover Culture in American Life*. Oxford: Oxford University Press.
42. Salmenniemi, S. & Vorona, M. (2014) Reading Self-help Literature in Russia: Governmentality, Psychology and Subjectivity. *The British Journal of Sociology*. 65 (1). pp. 43–62.
43. Koay, J. (2019) *Persuasion in Self-improvement Books*. London: Palgrave Macmillan.
44. Askehave, I. (2004) If Language is a Game—These are the Rules: A Search into the Rhetoric of the Spiritual Self-help Book. *Discourse & Society*. 15 (1). pp. 5–31.
45. Blum, B. (2019) *The Self-help Compulsion: Searching for Advice in Modern Literature*. New York: Columbia University Press.

46. Harwood, T.M. & L'Abate, L. (2010) *Bibliotherapy*. In: *Self-Help in Mental Health*. New York: Springer. pp. 59–77.
47. Norcross, J.C. et al. (2003) *Authoritative Guide to Self-help Resources in Mental Health*. New York: Guilford.
48. Marlatt, G.A. & Fromme, K. (1987) Metaphors for Addiction. *Journal of Drug Issues*. 17 (1). pp. 9–28.
49. Right Path. (n.d.) *What Does "Cycle of Addiction" Mean?* [Online] Available from: <https://rightpathaddictioncenters.com/what-does-cycle-of-addiction-mean/>
50. Lakoff, G. & Turner, M. (1989) *More than Cool Reason: A Field Guide to Poetic Metaphor*. Chicago: University of Chicago Press.
51. Kövecses, Z. (2015) *Where Metaphors Come From*. Oxford: Oxford University Press.
52. Musolff, A. (2008) The Embodiment of Europe: How do Metaphors Evolve? In: Frank, R.M. et al. (eds) *Body, Language and Mind*. Vol. 2: Sociocultural Situatedness. Berlin; New York: Mouton de Gruyter. pp. 301–326.
53. Johnson, M. (2017) Embodied Mind, Meaning, and Reason. In: *Embodied Mind, Meaning, and Reason*. Chicago: University of Chicago Press.
54. Dr. Andrew P. Doan, MPH, MD, PhD. [Online] Available from: <http://www.andrew-doan.com/>
55. Roberts, K.J. (n.d.) *Home – Academic, ADHD, and Cyber Addiction Support, Books, and Speaking Engagements*. [Online] Available from: <http://kevinjroberts.net/>
56. Neils, C. (n.d.) *Game Developer*. [Online] Available from: <https://www.gamedeveloper.com/author/neils-clark>
57. Scott, P.S. (n.d.) *Bio*. [Online] Available from: <https://www.pshavaunscott.com/bio.html>

**Информация об авторах:**

**Шиляев К.С.** – канд. филол. наук, доцент кафедры общей, компьютерной и когнитивной лингвистики Национального исследовательского Томского государственного университета (Томск, Россия). E-mail: [shilyaevc@gmail.com](mailto:shilyaevc@gmail.com)

**Кузнецова Е.М.** – канд. пед. наук, Docteur Sciences de l'Education, доцент департамента иностранных языков Национального исследовательского Томского государственного университета (Томск, Россия). E-mail: [evoinel@gmail.com](mailto:evoinel@gmail.com)

*Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.*

**Information about the authors:**

**K.S. Shilyaev**, Cand. Sci. (Philology), associate professor, National Research Tomsk State University (Tomsk, Russian Federation). E-mail: [shilyaevc@gmail.com](mailto:shilyaevc@gmail.com)

**E.M. Kuznetsova**, Cand. Sci. (Pedagogics), Docteur Sciences de l'Education, associate professor, National Research Tomsk State University (Tomsk, Russian Federation). E-mail: [evoinel@gmail.com](mailto:evoinel@gmail.com)

*The authors declare no conflicts of interests.*

*Статья поступила в редакцию 10.10.2022;  
одобрена после рецензирования 8.12.2022; принята к публикации 06.10.2023.*

*The article was submitted 10.10.2022;  
approved after reviewing 8.12.2022; accepted for publication 06.10.2023.*