

В РИТМЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ: ПОДРАЖАНИЕ И КООРДИНАЦИЯ В МЕЖЛИЧНОСТНОЙ СИНХРОНИЗАЦИИ ПОВЕДЕНИЯ

Насибуллоев Камил Исхакович,

кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры психологии религии и педагогики Международной исламской академии Узбекистана

<https://doi.org/10.53885/edinres.2024.04.2.082>

Аннотация. В статье раскрывается, как подражание и координация формируют основу межличностной синхронизации, укрепляя взаимопонимание и социальные связи. Исследуя данные из социальной психологии, когнитивных наук и лингвистики, демонстрируется, что синхронные действия и коммуникативные модели улучшают групповую работу и общение. Особое внимание уделяется влиянию этих процессов на социальные взаимодействия, подчеркивая их роль в обогащении коллективной деятельности. Статья поднимает вопросы о механизмах, лежащих в основе синхронизации, и обсуждает, как подражание и координация влияют на формирование и развитие межличностных отношений. Представлено обсуждение ограничений существующих исследований и предложены направления для будущих работ, что делает статью особенно актуальной для исследователей, заинтересованных в понимании динамики социальных взаимодействий.

Ключевые слова: взаимопонимание, когнитивные процессы, лингвистическое выравнивание, невербальное взаимодействие, мимикрия, эмоциональное заражение.

ОЙНАНИШ РИТМИ: БИР-БИРИГА ТАҚЛИД ҚИЛИШ ВА МУВОФИҚЛАШУВ ОРҚАЛИ ШАХСЛАРАРО ХАТТИ-ҲАРАКАТЛАР СИНХРОНИЗАЦИЯСИ

Насибуллоев Камил Исхакович,

психология фанлари номзоди, Ўзбекистон Халқаро Ислом Академиясининг диний психология ва педагогика кафедраси катта ўқитувчиси

Аннотация. Мақолада тақлид қилиш ва мувофиқлашув шахслараро синхронизация асосини қандай шакллантириши ва ўзаро тушуниш ҳамда ижтимоий алоқаларни мустаҳкамлашни очиб беради. Ижтимоий психология, когнитив фанлар ва лингвистика соҳасидаги маълумотларни ўрганиш орқали, синхрон ҳаракатлар ва коммуникатив моделлар гуруҳ ишини ва мулоқотни яхшилашни кўрсатади. Бу жараёнларнинг ижтимоий муносабатларга таъсирига алоҳида эътибор берилди, уларнинг жамоавий фаолиятни бойитишидаги ролни таъкидлайди. Мақолада синхронизациянинг асосий механизмлари ва тақлид ҳамда мувофиқлашувнинг шахслараро муносабатлар шаклланиши ва ривожланишига қандай таъсир кўрсатиши муҳокама қилинади. Мавжуд тадқиқотларнинг чекланганлиги ва келажак ишлари учун йўналишлар муҳокама қилинган, бу мақолани ижтимоий муносабатлар динамикасини тушунишга қизиққан тадқиқотчилар учун айниқса долзарб қилади.

Калит сўзлар: ўзаро тушуниш, когнитив жараёнлар, лингвистик мослашув, ноутруксоз мулоқот, мимикрия, эмоционал юқиш.

IN THE RHYTHM OF INTERACTION: IMITATION AND COORDINATION IN INTERPERSONAL SYNCHRONIZATION OF BEHAVIOR

Nasibullov Kamil Iskhakovich,

Candidate of Psychological Sciences, senior lecturer at the Department of Psychology of Religion and Pedagogy of the International Islamic Academy of Uzbekistan

Annotation. The article reveals how imitation and coordination form the basis of interpersonal synchronization, strengthening mutual understanding and social bonds. Examining evidence from social psychology, cognitive science, and linguistics, it is demonstrated that synchronous activities and communication patterns improve group performance. Particular attention

is paid to the influence of these processes on social interactions, emphasizing their role in enriching collective activities. The article raises questions about the mechanisms underlying synchronization and discusses how imitation and coordination influence the formation and development of interpersonal relationships. A discussion of the limitations of existing research is presented and directions for future work are suggested, making the article particularly relevant to researchers interested in understanding the dynamics of social interactions.

Key words: mutual understanding, cognitive processes, linguistic alignment, nonverbal interaction, mimicry, emotional contagion.

В современном мире, где коммуникация играет ключевую роль в межличностных отношениях, важность понимания механизмов синхронизации поведения между людьми не может быть переоценена. Межличностная синхронизация, феномен, охватывающий широкий спектр взаимодействий — от неосознанных жестов до сложных лингвистических структур, стала предметом изучения в различных областях науки. Настоящая обзорная статья призвана исследовать многоаспектность межличностной синхронизации, охватывая её проявления как в человеческом общении, так и в поведении животных, и раскрывая её влияние на формирование и укрепление социальных связей. Изучение межличностной синхронизации находится на стыке различных дисциплин, целью которых является анализ процессов, благодаря которым собеседники в ходе диалога со временем начинают демонстрировать сходство в своих действиях, мышлении и эмоциях. Разнообразие исследовательских подходов к вопросу синхронности привело к многообразию используемых терминов, среди которых выделяются: аккомодация (Giles, Coupland, & Coupland, 1991), согласованность (Pickering & Garrod, 2004), координация (Richardson & Dale, 2005), связывание (Shockley, Santana, & Fowler, 2003), вовлеченность (Brennan, & Clark, 1996), мимикрия (Chartrand, & Bargh, 1999) и социальная настройка (Valdesolo, & DeSteno, 2011).

Целью данного обзора является не только представить существующие теоретические подходы и эмпирические данные, но и выявить пробелы в знаниях, стимулируя тем самым дальнейшие исследования в данной области. Особое внимание уделено вопросам, как и почему синхронизация возникает в межличностных взаимодействиях, каковы её последствия для взаимопонимания и совместной деятельности, а также какие механизмы лежат в основе этого процесса. Введение в тему межличностной синхронизации открывает дверь к более глубокому пониманию сложных механизмов человеческого взаимодействия, предлагая новые перспективы для исследований и практического применения.

Пространственно-временная структурированность поведения является важнейшим элементом в организации живых систем, подчеркивая универсальность синхронизации в живой природе. Это явление особенно заметно у животных, например, рыбы в косяках координируют движения, синхронизируя направление и скорость (Partridge, 1981), птицы стаями совместно взлетают и приземляются (Ward, Axford, & Krause, 2002), а самцы и самки комаров согласовывают взмахи крыльев (Cator, Arthur, Harrington, & Hoy, 2009).

В области исследования синхронизации широко обсуждаются понятия имитации и координации. Человеческие общества также демонстрируют способности к имитации как в пространственной, так и в временной организации поведения. Имитация может быть также обозначена терминами мимикрия (Chartrand & Bargh, 1999) или эмоциональное заражение (Gambetta, 1988; Hatfield et al., 1994). Интерес к непреднамеренной имитации, как, например, распространение зевка (Platek et al., 2003) или синхронизация случайных действий, подчеркивает бессознательный аспект таких взаимодействий (Chartrand & Bargh, 1999). При этом социальные эффекты подражания, улучшающие взаимодействие

и увеличивающие убедительность коммуникации (Chartrand & Bargh, 1999; Bailenson & Yee, 2005), подчеркивают значимость данного процесса для гармоничного социального взаимодействия. Имитацию можно рассматривать как один из инстинктивных методов упрощения межличностного взаимодействия посредством ограничения диапазона возможных действий благодаря взаимной адаптации участников. Со временем, становясь всё более схожими, люди значительно снижают когнитивные усилия, необходимые для общения. Подтверждением этого служат исследования, демонстрирующие поведенческую мимирию (Chartrand & Van Baaren, 2009) и языковое согласование в интеракции (Pickering & Ferreira, 2008; Pickering & Garrod, 2004), где участники имитируют позы, жесты и другие манеры поведения друг друга. Экспериментальные данные также показывают распространение мимирии, жестов и зевоты среди участников общения (Louwerse et al., 2012; Platek, 2010), указывают на явление языкового согласования, при котором собеседники склонны подражать языковым структурам друг друга, что способствует созданию новых предложений с использованием аналогичной синтаксической структуры (Vock, 1986; Branigan et al., 2000).

Координация в социально-психологических исследованиях описывается как взаимодействие (Clark, 1996) или совместное действие (Fowler, Richardson, Marsh, & Shockley, 2008). Существуют доказательства того, что люди способны координировать своё поведение, не прибегая к прямому подражанию, особенно в ситуациях, требующих совместной работы над задачами с чётко определённой структурой (Sebanz, Bekkering, & Knoblich, 2006). Эти феномены включают в себя выполнение сложно скоординированных, но взаимодополняющих действий. Например, когда два человека вместе поднимают предмет, общаются по телефону или осуществляют финансовую операцию, их действия должны различаться, но быть точно синхронизированными по времени, чтобы предотвратить падение предмета, недопонимание в разговоре или путаницу в транзакции (Clark, 1996). Аналогично, в процессе диалога люди умело координируют свои реплики, чтобы вопросы и ответы следовали друг за другом в правильной последовательности, что поддерживает плавность и логичность общения (Schegloff & Sacks, 1973).

На протяжении десятилетий социальные психологи уделяли внимание изучению телесной координации во времени, происходящей в рамках социальных взаимодействий (Condon and Ogston, 1967; Davis, 1982; Dittman & Llewellyn, 1968; Kendon, 1970). Эти исследования отличаются от работ по поведенческой мимирии, где акцент делался преимущественно на подсознательном соответствии поведения людей (Chartrand and Bargh, 1999), выделяя вместо этого, как движения участников синхронизируются во времени в процессе социальной координации (Condon and Ogston, 1967; Newton et al., 1987). Основное внимание в этих социально-психологических исследованиях уделялось выявлению роли интерактивной синхронности (Condon and Ogston, 1967) в человеческом общении и отношениях (Kendon, 1970). Было отмечено, что такая социальная моторная координация способствует улучшению взаимопонимания и сотрудничества между людьми (Bernieri, 1988), а также оказывается нарушена при патологии, включая преждевременные роды (Feldman and Eidelman, 2007), аутизм (Isenhower et al., 2012) и шизофрению (Condon and Ogston, 1967).

Координация воспринимается как в значительной степени сознательный процесс, целенаправленная попытка участия в коллективной деятельности, где участники синхронизируют свои усилия для достижения общей цели, работая над одной задачей и используя те же физические объекты. В отличие от имитации, координация не всегда подразумевает повторение действий друг друга, поскольку действия часто являются дополнительными. Имитация, с другой стороны, часто происходит на подсознательном и автоматическом уровне, и не требует синхронизации по времени, служа связующим звеном в обществе. Синхронизация действий включает в себя как временное, так

и формальное согласование, объединяя элементы и координации, и имитации. Это предполагает, что синхронизация может объединять функциональные аспекты обоих процессов, предоставляя преимущества, связанные как с решением задач, так и с социальной связью.

Теория языкового согласования акцентирует внимание на процессах, через которые участники диалога имитируют и адаптируют свои действия и концептуальные модели для достижения гармонии в языковом общении. Синхронизация в системах с множеством взаимодействующих элементов описывается как взаимное влияние компонентов, стремящихся к согласованности действий в пределах определённой временной рамки (Pikovsky, Rosenblum & Kurths, 2001), уменьшая тем самым вариабельность и повышая регулярность своих действий. Наблюдается выравнивание в выборе тем и лексических единиц (Brennan & Clark, 1996), а также в акценте и скорости речи (Giles, Coupland, & Coupland, 1991). Исследования подчёркивают тенденцию к унификации организации пауз, тонов, интенсивности и качества голоса в ходе разговора (De Looze & Rauzy, 2012; Kousidis & Dorran, 2009).

Выравнивание на одном канале общения часто облегчает аналогичные процессы на других каналах, демонстрируя взаимосвязь между различными аспектами лингвистического и невербального взаимодействия (Louwerse et al., 2012). Такое согласование может происходить благодаря бессознательным механизмам, связывающим восприятие с действием: структурное предварительное активирование, когда наблюдение за чьим-то поведением способствует подготовке к собственному аналогичному действию (Pickering & Ferreira, 2008). Однако, помимо бессознательных процессов, существуют и сознательные стратегии согласования, когда участники стремятся учитывать друг друга, разрабатывая общие концептуальные соглашения о выборе слов и фраз (Brennan et al., 2010; Clark & Brennan, 1991).

В контексте анализа диалога Гаррод и Пикеринг (2009) утверждают, что взаимодействие между двумя собеседниками становится ещё более скоординированным: они предлагают идею, что, когда один из участников формирует мысленную структуру, другой не только воспринимает её, но и создаёт схожую в своём сознании. Этот процесс, по их мнению, необходим для эффективного понимания, поскольку высказанная одним участником структура должна мгновенно находить отклик и активировать аналогичную структуру в уме другого. Согласно этой модели, высокая степень координации в диалоге достигается благодаря последовательному повторению на всех уровнях лингвистической обработки — от фонетики и лексики до синтаксиса, семантики и контекстуального уровня. Этот процесс ещё больше усиливается через включение невербальных средств коммуникации, таких как жесты, движения тела и взгляды, которые сопровождают речь.

Однако, применительно к модели разговора, простое принятие синхронизации как основы может привести к неправильным выводам. При чрезмерном расширении предположения о синхронизации следовало ожидать идеальной координации в диалоге, ведущей к чрезмерной имитации лексических и синтаксических структур. Это не находит подтверждения ни в систематическом анализе разговоров, ни в соответствующих исследованиях социального взаимодействия. В действительности, поведенческая мимикрия оказывается в значительной мере зависимой от контекста и избирательной, подверженной воздействию различных прагматических и когнитивных факторов, таких как принадлежность к группе, групповая идентичность, а также индивидуалистические и коллективистские ориентации (см. обзор Van Baaren, Janssen, Chartrand, & Dijksterhuis, 2009).

Взаимодополнение поведения и распределение ролей являются ключевыми элементами успеха во множестве групповых задач. Это касается как сложных операций,

таких как управление самолётом и кораблём (Hutchins, 1995a, 1995b), так и повседневных действий, например, телефонных разговоров (Schegloff, 1986). Лингвистическое взаимодействие играет роль в формировании и изменении функциональных связей между участниками, эффективно организуя распределение когнитивных задач и действий в соответствии с требованиями задач (Raczaszek-Leonardi & Cowley, 2012). При этом лингвистическое согласование часто выполняет определённые социальные функции и адаптируется под специфические потребности взаимодействия, например, для координации упоминаний и внимания (Shockley, Richardson & Dale, 2009), но не всегда присутствует в других контекстах.

Критический анализ представленных в статье исследований выявляет как значимые достижения, так и определённые ограничения в понимании механизмов и функций межличностной синхронизации. Исследования в области синхронности, охватывающие поведенческие, лингвистические и эмоциональные аспекты, предоставляют обширную базу данных, но также порождают вопросы касательно методологии, интерпретации результатов и применимости выводов.

Ограничения методологии.

1. Гомогенность выборки. Многие исследования основываются на ограниченных и гомогенных выборках, таких как студенты университетов, что может не полностью отражать широкий спектр социальных и культурных контекстов. Разнообразие участников по возрасту, культурной принадлежности и социальному статусу могло бы расширить понимание синхронности.

2. Лабораторные условия. Большинство экспериментов проводилось в лабораторных условиях, которые могут не полностью воспроизводить сложность и динамику реальных социальных взаимодействий. Натуралистические исследования в естественных условиях могли бы предоставить более глубокое понимание механизмов синхронизации.

3. Измерение синхронизации. Методы измерения синхронизации во многих исследованиях зависят от визуального анализа и субъективной интерпретации, что может вносить элементы предвзятости. Развитие и применение объективных количественных методик измерения синхронности могло бы улучшить надёжность и валидность результатов.

Альтернативные интерпретации.

1. Контекстуальные факторы. Влияние социального контекста и индивидуальных различий на межличностную синхронизацию требует более глубокого анализа. Например, в какой степени синхронизация является результатом сознательных усилий по адаптации к собеседнику, а в какой — автоматическим процессом? Рассмотрение этих факторов может привести к новому пониманию механизмов синхронизации.

2. Роль синхронизации в конфликтах. Хотя многие исследования фокусируются на положительных аспектах синхронизации, таких как укрепление социальной связи и улучшение коммуникации, важно также рассмотреть, как синхронизация может играть роль в эскалации конфликтов или недопонимании. Анализ этих ситуаций может раскрыть двойственную природу синхронности.

3. Технологические исследования синхронизации. С развитием технологий и цифровой коммуникации возникает вопрос о том, как синхронизация происходит в виртуальных взаимодействиях. Исследование этого аспекта может расширить понимание синхронности за пределы физического пространства.

В заключение, данная обзорная статья подчеркивает центральную роль межличностной синхронизации в понимании механизмов человеческого взаимодействия. Освещение многочисленных аспектов синхронности — от поведенческих и лингвистических до эмоциональных и когнитивных — позволяет оценить её важность как для фундаментальных, так и для прикладных наук. Синхронизация действий,

мыслей и эмоций между людьми не только способствует глубокому взаимопониманию и социальной связности, но и играет важную роль в формировании человеческой культуры и общества в целом.

Анализ существующих исследований выявил как консенсусы, так и значительные пробелы в знаниях о механизмах и функциях синхронизации. В частности, становится очевидной необходимость более глубокого изучения условий и факторов, которые способствуют или, наоборот, препятствуют процессам синхронизации в различных социальных контекстах. Также важным направлением будущих исследований является разработка методов, которые могли бы использоваться для сознательного управления синхронизацией в образовательной, терапевтической и межкультурной коммуникации.

Помимо теоретического вклада, понимание синхронизации имеет значительные практические перспективы. В образовании, например, методы, основанные на синхронизации, могут способствовать более эффективному взаимодействию между учителем и учениками, а в психотерапии — помочь укрепить эмпатическую связь между терапевтом и клиентом. В межкультурной коммуникации осознание и управление синхронизацией может способствовать снижению конфликтов и улучшению взаимопонимания между представителями разных культур.

Таким образом, межличностная синхронизация открывает новые горизонты для понимания человеческой природы. Она предлагает интересную перспективу на взаимодействие индивидов, подчеркивая важность гармонии и взаимопонимания в развитии здоровых, согласованных и поддерживающих отношений. По мере продвижения исследований в этой области ожидается, что наше понимание синхронизации будет углубляться, предоставляя новые инструменты для укрепления социальной связности и обогащения человеческого общения.

Литература.

1. Bailenson, J. N., & Yee, N. (2005). Digital chameleons: Automatic assimilation of nonverbal gestures in immersive virtual environments. *Psychological Science*, 16, 814–819.
2. Bernieri, F. J. (1988). Coordinated movement and rapport in teacher-student interactions. *Journal of Nonverbal Behavior*, 12, 120–138.
3. Bock, J. K. (1986). Syntactic persistence in language production. *Cognitive Psychology*, 18, 355–387.
4. Branigan, H. P., Pickering, M. J., & Cleland, A. A. (2000). Syntactic co-ordination in dialogue. *Cognition*, 75, 13–25.
5. Brennan, S. E., & Clark, H. H. (1996). Conceptual pacts and lexical choice in conversation. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 22, 1482–1493.
6. Brennan, S. E., Galati, A., & Kuhlen, A. K. (2010). Two minds, one dialog: coordinating speaking and understanding. *Psychology of Learning and Motivation*, 53, 301–344.
7. Cator, L. J., Arthur, B. J., Harrington, L. C., & Hoy, R. R. (2009). Harmonic convergence in the love songs of the dengue vector mosquito. *Science*, 323, 1077–1079.
8. Chartrand, T. L., & Bargh, J. A. (1999). The chameleon effect: The perception-behavior link and social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 893–910.
9. Chartrand, T. L., & Van Baaren, R. (2009). Human mimicry. *Advances in Experimental Social Psychology*, 41, 219–274.
10. Clark, H. H. (1996). *Using language*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
11. Clark, H. H., & Brennan, S. E. (1991). Grounding in communication. In L. B. Resnick (Ed.), *Perspectives on socially shared cognition* (pp. 127–149). Washington: American Psychological Association.