

# ТЕЗАУРУС ЭМОЦИЙ



## РУКОВОДСТВО ДЛЯ ПИСАТЕЛЕЙ И СЦЕНАРИСТОВ

**Бекка Пульизи**  
**Анджела Акерман**  
**Тезаурус эмоций. Руководство**  
**для писателей и сценаристов**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=64786132](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=64786132)*

*Тезаурус эмоций: Руководство для писателей и сценаристов: Альпина  
нон-фикшн; Москва; 2021  
ISBN 9785001394570*

### **Аннотация**

Любой сценарист и прозаик знает, как сложно описать эмоции человека. Анджела Акерман и Бекка Пульизи, авторы с большим опытом и стажем, не раз сталкивались с этой проблемой сами и решили помочь пишущим людям: в своей книге они исследовали и систематизировали 130 различных эмоций и предложили уникальный навигатор по миру конструирования противоречивых, достоверных и впечатляющих характеров и персонажей.

В дополнение к словарю они подготовили компактный учебный материал, в котором дают рецепт литературного описания эмоций по принципу «не называй – показывай».

Кроме того, «Тезаурус эмоций» рассматривает важную роль подтекста, диалога и предыстории, помогает соотносить

различные эмоции друг с другом и дает пищу и повод для творческого мозгового штурма.

# Содержание

Предисловие ко второму изданию	8
Сила эмоций	10
Как показать эмоции	12
Изучение персонажа: что нужно знать, чтобы описать подлинную эмоцию	15
Базовые реакции	20
Демонстративный или сдержанный	22
Зоны комфорта	23
Стимул и реакция	24
Эмоциональная чувствительность и эмоциональная нестабильность	26
Использование диалога для передачи эмоций	30
Опирайтесь на личность и предысторию персонажа	32
Сочетайте вербальные и невербальные элементы	34
Осторожнее с указателями	36
Показывайте изменение эмоций с помощью голосовых сигналов	38
Усиьте действенность диалога	40
Подтекст: что скрыто за словами?	42
Другие методы демонстрации скрытых эмоций	47
Недостаточная и чрезмерная реакции	47

Подсказки тела	49
«Бей, беги или замри»	50
Пассивно-агрессивные реакции	52
Незаезженные эмоции: еще несколько советов	53
Покопайтесь в собственных воспоминаниях	54
Наблюдайте за людьми	56
Делайте заметки, когда смотрите телевизор	57
Типичные проблемы при описании невербальных проявлений эмоций	58
Пересказ	59
Шаблонные эмоции	62
Мелодрама	64
Перекося в сторону языка тела	68
Конец ознакомительного фрагмента.	69

# **Анджела Акерман, Бекка Пульизи Тезаурус эмоций. Руководство для писателей и сценаристов**

Переводчик *Наталья Колпакова*

Редактор *Ольга Нижельская*

Издатель *П. Подкосов*

Руководитель проекта *И. Серёгина*

Корректоры *О. Петрова, Е. Чудинова*

Компьютерная верстка *А. Фоминов*

Дизайн обложки *Ю. Буга*

*Фото иллюстрации на обложке istockphoto*

© Angela Ackerman & Becca Puglisi, 2019

Published by special arrangement with 2 Seas Literary Agency  
and SAS Lester Literary Agency & Associates

© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО  
«Альпина нон-фикшн», 2021

*Все права защищены. Данная электронная книга предна-*

значена исключительно для частного использования в личных (некоммерческих) целях. Электронная книга, ее части, фрагменты и элементы, включая текст, изображения и иное, не подлежат копированию и любому другому использованию без разрешения правообладателя. В частности, запрещено такое использование, в результате которого электронная книга, ее часть, фрагмент или элемент станут доступными ограниченному или неопределенному кругу лиц, в том числе посредством сети интернет, независимо от того, будет предоставляться доступ за плату или безвозмездно.

Копирование, воспроизведение и иное использование электронной книги, ее частей, фрагментов и элементов, выходящее за пределы частного использования в личных (некоммерческих) целях, без согласия правообладателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.



Посвящается  
А. А. Д. и С. Д. Дж.,  
с глубочайшей любовью

# Предисловие ко второму изданию

Первая публикация «Тезауруса эмоций» почти семь лет назад стоила нам больших нервов. Это был наш первый небеллетристический проект, и всего, чего мы не знали о самиздате, хватило бы еще на одну книгу. Однако мы прекрасно понимали, что сами постоянно сталкиваемся с трудностью: как передать эмоции персонажа, чтобы увлечь читателей. Это серьезная проблема, поскольку читатель может погрузиться в книгу лишь тогда, когда абсолютно ясно, *что* переживает герой. Мы хотели быть уверены, что чувства нашего героя пробудят эмоциональные воспоминания читателя, вызовут эмпатию, еще больше вовлекут в повествование. Подозревая, что с этой проблемой сталкиваются и другие авторы, мы решили создать «Тезаурус эмоций». Мы не понимали, насколько типична эта проблема, пока не увидели откликов на нашу книгу, – они до сих пор нас поражают и смущают.

Когда наши предположения подтвердились, мы еще глубже изучили вопрос, узнали много нового и поняли, что нам есть чем поделиться. Так мы решили выпустить обновленную редакцию «Тезауруса эмоций».

Учебный материал первой части книги, как и в прежней версии, представляет собой уникальный рецепт литературного описания эмоций в сочетании с советами по схеме «не



называй – показывай», но с рядом полезных дополнений. Часть была расширена и теперь включает раздел о том, как можно и нужно использовать диалог, чтобы передать чувства персонажа. Мы также рассмотрели важную роль подтекста в реальном разговоре и то, как его можно написать, чтобы показать скрытые эмоции. Поскольку в характеристике персонажа огромную роль играет его предыстория, мы добавили информацию о том, что надо изучить, чтобы описать травмирующие события в жизни героев и их эмоциональный спектр, – это позволит вам реалистично и согласованно прописывать их реакции.

Что касается эмоций как таковых, у нас теперь в общей сложности 130 позиций, каждая из которых включает физические признаки, мысли и внутренние ощущения, позволяющие вам, при осмысленном выборе, создавать идеальные реакции своих персонажей. Мы добавили глаголы-усилители, чтобы вы могли выбрать более яркие слова для описания соответствующих действий, и словосочетания для нарастающих и слабеющих эмоций, помогающие представить, в какой момент герой готов перейти к следующему этапу.

В общем, мы надеемся, что вторая редакция «Тезауруса эмоций» будет еще полезнее, чем ее предшественница. Наша цель, как всегда, – снабдить вас методами и инструментами мозгового штурма, с которыми будет проще прописать свежо и выразительно любые эмоциональные моменты.

# Сила эмоций

Все успешные романы, независимо от жанра, имеют одно общее – эмоциональность. Она лежит в основе любого решения, действия и слова персонажа, то есть всего, что двигает повествование вперед. Без эмоций личное путешествие героя бесцельно и неинтересно. Сюжетная линия становится иссохшим руслом бессмысленных событий, на чтение о которых ни один читатель не станет тратить время. Почему? Прежде всего потому, что читатели берут в руки книгу ради эмоционального опыта. Они читают, чтобы соотнести себя с героями, которые их развлекают, а испытания, выпадающие на долю героя, могут сделать более осмысленным жизненный путь самого читателя.

Мы эмоциональные существа, нас переполняют чувства. Они направляют наш выбор, определяют, с кем мы проводим время, и диктуют наши ценности. Эмоции также питают нашу коммуникацию, позволяя делиться значимой информацией и убеждениями с другими людьми. Может показаться, что этот обмен по большей части происходит в разговоре, но исследования свидетельствуют, что до 93 % коммуникаций имеют невербальный характер. Даже в случаях, когда мы пытаемся не выказывать своих чувств, мы все равно передаем сообщения посредством языка тела и голосовыми сигналами. Каждый из нас умеет прекрасно «считывать»

других людей, даже если те не говорят ни слова.

Мы, писатели, должны переносить на страницу свой дар наблюдательности. У читателей высокие ожидания. Они не хотят, чтобы им говорили, что чувствует герой; они хотят сами ощущать его эмоции. Для этого мы должны добиться, чтобы читателю было интересно и понятно, каким образом персонаж выражает свои переживания. К счастью, средства передачи эмоций поддаются особым настройкам, и, немного попотев, автор может научиться описывать оригинальные и достоверные реакции каждого участника сюжета.

# Как показать эмоции

**Диалог** мы используем для того, чтобы изложить свои идеи, мысли и нужды, причем то, как мы их передаем, зависит от нашего эмоционального состояния. Нами всегда движет то, что мы чувствуем, но переживания редко выражаются непосредственно в диалоге. Поэтому, хотя диалог является проверенным средством раскрытия эмоций, он редко справляется с этой задачей сам по себе. Чтобы передать чувства, писатель должен использовать и невербальную коммуникацию, в которой можно выделить четыре дополнительных средства: голосовые сигналы, язык тела, мысли и инстинктивные реакции.

**Голосовые сигналы** – это изменения голоса, дающие читателям ценные подсказки об эмоциональном состоянии говорящего. В разговоре не всегда бывает время подумать о том, как реагировать, поэтому если человек может спрятать свои истинные чувства, тщательно подбирая слова, то звучание его голоса или поток слов контролировать труднее. Колебания, изменение тона или высоты звучания голоса, внезапное ускорение словесного потока – все это красноречивые показатели того, что эмоции персонажа стали иными и что в разговоре подразумевается больше, чем кажется на первый взгляд.

Голосовые сигналы особенно полезны для демонстрации

чувств действующего лица, не являющегося POV-персонажем<sup>1</sup>, поскольку в большинстве описаний его точки зрения невозможно передать его непосредственные мысли читателю.

**Язык тела** – понятие, описывающее внешние реакции нашего тела, когда мы что-то чувствуем. Чем сильнее чувство, тем значительнее эти проявления и тем хуже наше сознание контролирует ситуацию. Поскольку все персонажи имеют уникальный характер, то будут выражать себя каждый по-своему. Если соединить огромное количество физических сигналов и форм поведения, описанных в этой книге, с индивидуальностью каждого героя, то возможности писателя для демонстрации эмоций с помощью языка тела становятся безграничны.

**Мысли** служат окном в умственный процесс, который связан с эмоциональным опытом. Внутренний монолог героя не всегда рационален и может перескакивать с одного на другое с невероятной скоростью, но использование мысленного отклика для выражения эмоций – это хороший способ сообщить, как герой видит мир. Кроме того, мысли дают дополнительный подтекст, иллюстрируя, как люди, места и события влияют на POV-персонажа, и помогают показать его позицию.

**Инстинктивные реакции** – самая эффективная фор-

---

<sup>1</sup> POV-персонаж (от англ. *point of view* – точка зрения) – действующее лицо, глазами которого читатель смотрит на происходящие события. – Прим. пер.

ма невербальной коммуникации, требующая особенно осторожного использования. Такие внутренние ощущения, как сердцебиение, головокружение, выбросы адреналина, являются первичными и неконтролируемыми, провоцирующими реакцию «бей, беги или замри». Поскольку они инстинктивны, их испытывают все люди. Читатели тоже люди, следовательно, узнают их и соотнесут себя с ними на первичном уровне.

Сама природа этих обостренных реакций требует от писателя быть особенно внимательным при их использовании. Если слишком упираться на внутренние ощущения, получишь мелодраму. Кроме того, в силу ограниченности интуитивных реакций автор рискует, описывая их, непреднамеренно использовать словесные клише. При работе с этим типом невербальной коммуникации требуется деликатность, поскольку малым здесь достигается многое.

# Изучение персонажа: что нужно знать, чтобы описать подлинную эмоцию

В реальном мире не существует двух одинаковых людей. Это означает, что каждый из нас выражает эмоции по-своему. Одни люди считают совершенно естественным делиться своими чувствами с окружающими, не испытывая почти или совсем никакого неудобства от того, что их эмоции видны всем. Другие приходят в ужас от одной только мысли раскрыть свои чувства и избегают ситуаций, чреватых опасностью сделать человека уязвимым. Большинство находится где-то между этими крайностями. Сам спектр открытости переживаний называется **эмоциональным диапазоном** и влияет не только на то, какие чувства демонстрирует человек, но и на то, когда и как они проявляются. Каждый из нас относится к определенной области спектра, но ситуации, когда эмоции усиливаются, могут сдвинуть нас в ту или иную сторону.

Интересно, что, хотя все мы уникальны в степени открытости, источник этой индивидуальности у всех нас общий – это наше коллективное прошлое. Воспитание, образование, жизненный опыт, убеждения и черты личности – все они определяют, кто мы и как именно показываем миру свое

эмоциональное «я».

Одной из важнейших задач писателя является создание правдоподобных персонажей, поэтому мы стремимся к этой индивидуальности, решая вопрос о том, как они будут себя проявлять. Самое лучшее, что можно сделать, – не пожалев времени, покопаться в предыстории каждого героя и разыскать детали, подсказывающие нам, как выстраивать его реакции.

Разработка предыстории персонажей часто не одобряется, поскольку некоторые писатели вываливают эту информацию на сцену в качестве вступления, полагая, что читатели должны знать каждую деталь и в полной мере понимать, какие силы влияют на жизнь персонажа. В действительности предыстория нужна больше писателю, чем читателю. Как GPS помогает ориентироваться в незнакомом городе, так и понимание ключевых деталей предыдущей жизни героя упрощает описание его действий и решений так, чтобы они соответствовали его личности. Это не только вовлекает читателя в активную разработку образа, но и делает ближе, а также демонстрирует эмоции героя в конкретных поступках и нервно-психических процессах.

То, в какой мере потребуется прорабатывать предысторию каждого персонажа, зависит от его роли в повествовании, но поскольку каждый человек – продукт прошлого, есть две общие для всех области, заслуживающие изучения: **важные люди** в жизни вашего героя и **опыт**, наложивший на него



свой отпечаток.

Поскольку мы социальные существа, то, прокладывая себе путь в жизни, склонны оглядываться на других, особенно самых близких. Благодаря этому формируются наши убеждения и ценности и мы учимся, как себя вести и что чувствовать. К сожалению, люди, имеющие к нам максимальный доступ и оказывающие наибольшее влияние, не всегда бывают самыми заботливыми или социализированными, вследствие чего не все наши уроки в жизни оказываются позитивными. Это важно помнить, размышляя о том, что именно в прошлом ваших персонажей служило им примером или влияло на них. Спросите себя: «Какие люди сформировали взгляды моего персонажа, определили его эмоции и какие установки и формы поведения ему передали – конструктивные или неконструктивные?»

Например, героиня, которую в детстве бил один из родителей всякий раз, когда она плакала, усваивает негласный урок: лучше прятать эмоции, чем открыто делиться ими. После подобных многократных случаев обесценивания героиня, скорее всего, станет уклончивой или даже лживой в том, чтобы показать свои чувства. Она уверена: любая откровенность приведет к осмеянию и осуждению.

Аналогично люди, оказывающие положительное влияние на вашего персонажа, передадут ему здоровое отношение к эмоциям. Герой, старший брат которого говорит о своих чувствах, используя их, чтобы влиять на других в позитивном

ключе, поймет, что эмоции очень действенны и могут быть инструментом перемен. Если наш персонаж берет пример со своего старшего брата, то, скорее всего, он усвоит то же отношение и будет вести себя так же, понимая, что другие люди устанавливают с ним более прочные связи при проявлении им своих чувств.

Как важные люди в жизни вашего персонажа формируют его способ выражения эмоций, так и определенный опыт может играть направляющую роль. Представьте стихийное бедствие, например наводнение, уничтожающее почти весь район, где живет персонаж. В конечном счете он совершенно раздавлен гибелью своего дома и чувствует бессилие, видя горе соседей, переживших такую же утрату. Когда появляется команда телевизионщиков, он, не в силах совладать со своими чувствами, перед камерой теряет контроль над собой, в результате чего жители уцелевшей части города начинают оказывать массовую помощь пострадавшим. Люди приносят пищу, предлагают кров, помогают разбирать завалы и делятся всем необходимым. Эта волна сострадания и эмпатии не только ослабляет отчаяние персонажа, но и внушает уверенность, что, делясь своими эмоциями, получишь самое необходимое. Он приобретает этот опыт и, по всей вероятности, будет и в дальнейшем открыто проявлять свои чувства.

Помимо этих двух важных аспектов предыстории, заслуживают внимания и другие области, помогающие сфокусироваться на том, как показать эмоции каждого действующе-

ГО лица.

# Базовые реакции

Чтобы понять, как персонаж может реагировать на важные моменты конфликта и поворотные точки сюжета, мы должны задать базу – то, как он ведет себя в повседневных ситуациях. Возьмем типичный сценарий – «длинная очередь в кассу магазина». Перед вашим персонажем шесть человек, в том числе тот, кого сейчас обслуживают, причем он не только набрал больше разрешенных пятнадцати товаров, но и без конца спрашивает, что сколько стоит. Как отреагирует ваш персонаж? Будет спокойно ждать, ненавидя задержку, но понимая, что ругаться бесполезно? Или, потоптавшись минуту в бессильной злости, швырнет на пол корзину и заорет, чтобы открыли другие кассы?

В первом случае эмоциональная база персонажа очевидна: потребуется намного больше, чем несколько минут, чтобы он завелся. Если же реакцией по умолчанию является второе, то мы знаем: едва жизнь начнет подбрасывать подлянки, пушка его ярости выстрелит.

Формирование этой базы поможет сохранять последовательность на протяжении всего повествования. Если вы захотите сдвинуть персонажа ближе к одному из полюсов его эмоционального диапазона, то будете знать, насколько сильно следует повернуть рукоятку. Так что представьте несколько сценариев, которые могли бы быть частью повседневно-

го существования героя: не заводится машина, он опоздал к назначенному времени, проснулся больным или в последнюю минуту изменились планы. Очень полезно представить героев в подобных ситуациях и почувствовать, как они будут реагировать.

# Демонстративный или сдержанный

Еще один аспект, который следует рассмотреть, определяя эмоциональный диапазон своего персонажа, – это естественный для него уровень экспрессивности. Одни люди более сдержанны, другие демонстративны, и это предпочтение формирует используемые ими типы выражения эмоций.

Представьте себе героиню, узнавшую, что ее взрослые дети, живущие за границей, приедут домой на Рождество. Если персонаж сдержан, он присядет, чтобы справиться со счастливой неожиданностью, и засияет широкой улыбкой. Ее голос может зазвенеть, или же она потянется к мужу и быстро сожмет его ладонь. Героиня демонстративного склада отреагирует живее: вскочит, чтобы заключить мужа в объятия, или станет бурно жестикулировать, тараторя все, что приходит ей в голову в связи с радостным известием. Понимание склонностей вашего персонажа поможет вам соответствующим образом выстроить его язык тела и голосовые сигналы.

# Зоны комфорта

Не все чувствуют себя комфортно, делаясь эмоциями в любой ситуации. Экспрессивность вашего персонажа, скорее всего, будет разной в зависимости от того, где он находится и с кем. Наедине с собой люди обычно не сдерживаются, но, если вокруг другие, может включиться более высокая степень самоконтроля. Если человек чувствует себя объектом всеобщего внимания или боится, что его осуждают, то может обуздать свои эмоции. Однако, если ваш персонаж окружен людьми, которым доверяет или которые испытывают такие же эмоции, ему будет легче выразить свои чувства. Как правило, если персонаж считает, что можно без опаски проявить то, что он ощущает, он так и поступает; в противном случае – нет. Стройте сцены, имея это в виду.

Помните, что зона комфорта персонажа распространяется и на диалог. Одни люди предпочитают больше сообщать о своих переживаниях, другие не откровенничают. Аналогично вашему герою будет проще открыться определенным людям, поэтому пусть характер их отношений диктует, насколько откровенен будет каждый разговор. Идеи о том, как передать скрытые эмоции, смотрите в разделе о подтексте.

# Стимул и реакция

Не все персонажи имеют одинаковые интересы, страхи или убеждения, поэтому их чувства в сценарии будут различаться, пробуждая разные эмоции. Представьте, что по столу, за которым обедают три ваши героини, бежит паук. Карла первой замечает, как он пробирается через завалы пустых оберток и пакетиков с солью. Она сдавленно вскрикивает и отшатывается, так что ножки ее стула скрипят по полу. Дайана, заметившая паука второй, откидывается на спинку стула и скрещивает руки на груди. Наконец, многоногую тварь видит Тереза. Она улыбается, подцепляет паука соломинкой и запускает его подальше от компании.

Один и тот же момент, один и тот же стимул и... три разные реакции. Такова природа эмоций. Отклик Карлы продиктован страхом. Дайана проявляет осторожность: понимая, что паук не опасен, тем не менее защищает свое личное пространство – очевидно, она не хочет, чтобы насекомое приближалось к ней. Тереза совершенно не обеспокоена и хочет лишь отправить паука по его делам, пока кто-то из ее спутниц (скорее всего, Карла) не потребовал его уничтожить.

Что касается разных обстоятельств, мы не можем предполагать, что все персонажи будут одинаково на них реагировать или хотя бы чувствовать одно и то же. Жизненный опыт



и личность в конечном счете определяют то, как ваш персонаж откликается на каждую конкретную ситуацию. Картина может осложняться, если участники события рассматривают ситуацию каждый со своей точки зрения, но эта рассогласованность может обернуться преимуществом для писателя, стать еще одним отличным способом отразить оригинальность поведения, управляемого эмоциями.

# Эмоциональная чувствительность и эмоциональная нестабильность

Уникальность эмоционального диапазона персонажа окончательно определяет понимание того, какого рода чувствительность и неуверенность в нем таится. Каждый персонаж имеет болевые точки – эмоции, которых избегает, поскольку они некомфортны или вызывают чувство незащищенности. Всякий раз, как одна из этих эмоций вступает в дело, ваш персонаж будет чувствовать себя загнанным в угол, что вызовет инстинктивную защитную реакцию «бей, беги или замри».

Эти мощные, но непостоянные реакции – прекрасная возможность показать глубинные слои характера героя и дать читателям подсказку о его **эмоциональной ране**, то есть болезненном событии, которое ваш герой перенес, но через которое так и не перешагнул. Как якорь в беспокойных водах жизни, эта старая травма создает эмоциональное трение и мешает герою чувствовать всю полноту счастья и успеха. Если вы описываете историю о том, как персонаж менялся, то эмоциональная рана может пустить жизнь вашей героини под откос. Ее необходимо изучить и преодолеть, чтобы героиня могла вырасти и превратиться в более сильную личность, способную справиться с препятствиями, стоящими между ней и целью всего повествования.

Чтобы проиллюстрировать силу влияния эмоциональной чувствительности и показать, как ее можно использовать, рассмотрим следующий пример.

После церемонии все разбрелись, и сад наполнился голосами. Линда вдохнула аромат магнолии из своего букета и выдохнула, избавляясь от последней дрожи. Свадьба прошла идеально: ветер вел себя прилично, всем гостям хватило стульев и ни одна из подружек невесты не споткнулась и не запуталась в платье во время шествия по травяной дорожке. Наконец-то можно расслабиться.

Сара, невеста, стояла посреди лужайки, разговаривая с несколькими гостями. Солнце сияло на ее щеках и играло в россыпи хрустальных бусин на ее платье и фате – действительно, красивая невеста. После испытаний, через которые пришлось пройти ее подруге в последние годы, – смерть матери, череда выкидышей – Сара заслужила этот идеальный день рядом с Томом.

Линда навестила фотографов, расположившихся у старого дуба, и велела им приготовиться. Свидетельница со стороны невесты, она должна была следить, чтобы все шло по плану, и направилась к невесте.

Она уже почти дошла до Сары, когда та бросилась к пожилой женщине в подобающем ее годам пурпурном платье и заключила ее в объятия:

– Бабуля, ты все-таки приехала!

Бабуля?! Линда резко остановилась.

– Глупышка! Задержка рейса не помешала бы мне увидеть тебя в такой важный день. – Она отодвинулась и потрепала Сару за щеку: – Какая красавица!

Сара взяла морщинистые руки бабушки в свои:

– Надеюсь, ты знаешь, что это для меня значит, твое присутствие здесь. Ты всегда обо мне заботилась и...

– Я люблю тебя, детка. И всегда буду любить. За твою мать и за себя.

Глаза Линды наполнились горячими слезами, а грудь, наоборот, сдавил ледяной груз. Этот момент, прекрасный момент, убивал ее.

– Ну, бабуля, погоди! Я разыщу свою свидетельницу, хочу вас познакомить. Она мне как сестра, и только благодаря ей я еще в здравом рассудке.

Линда бросилась за спины гостей. Сквозь шум разговора послышался голос Сары, звавшей ее по имени, и Линда ускорила шаг, направляясь к французскому окну, чтобы скрыться в доме. Свет был слишком ярким, в розовом саду чересчур сладко пахло. Она задыхалась. Но не могла сказать своей лучшей подруге, что встреча с ее бабушкой – самое мучительное для Линды, что можно было бы представить.

Из этого примера очевидно, что в прошлом Линды произошло какое-то травматичное событие с участием ее бабушки. Что бы это ни было, темное пятно настолько велико, что Линде невыносимо видеть, как ее лучшая подруга наслаждается моментом любви и поддержки со своей бабулей, поэтому она убегает.

Эта ситуация не только проливает свет на эмоциональную чувствительность Линды, но и приоткрывает окно в ее прошлое – захватывающе и оригинально. Теперь читатели захотят узнать больше и продолжают читать в надежде выяснить, что же случилось. Кроме того, они начинают сопереживать Линде, чувствуя боль, когда ей больно, и желают ей найти счастье, чтобы она могла освободиться от тяжелого прошлого.

Очертив эмоциональную чувствительность персонажа, вы можете использовать ее для написания сцен, вызывающих сильные чувства. Это легко сделать через обстановку. Включение в нее **триггеров** (как, например, внезапное появление бабушки невесты), чтобы пробудить эти эмоциональные нестабильности или затронуть оставленную прошлым рану, позволяет вам раскрыть чувства POV-персонажа. Это также помогает читателям понять, что именно вызывает обостренную реакцию.

# **Использование диалога для передачи эмоций**

Как только вы поняли, что за человек ваш герой и какой эмоциональный отклик ему свойственен, вы можете писать. Как уже отмечалось, коммуникация происходит одновременно на вербальном и невербальном уровнях, и писатели должны хорошо научиться использовать оба эти аспекта, чтобы показать эмоциональное состояние персонажа. Начнем с первого.

Диалог – основной способ нашей коммуникации с другими людьми, используемый, чтобы делиться идеями и информацией. Кроме того, это очень важный элемент нашей связи с людьми. Именно из стремления к более тесным отношениям мы идем пить кофе с друзьями, устраиваем свидания с возлюбленными и выпрашиваем своих детей, как у них прошел день: мы хотим упрочить наши связи, и самый надежный способ добиться этого – поделиться своими чувствами с другими. Это происходит, поскольку проявление эмоций предполагает уязвимость – необходимость отбросить защитную броню и обнажить ранимое сердце, – что почти всегда приводит к углублению отношений.

Нет ничего естественнее, чем выявить эмоции персонажей в их разговоре друг с другом. Важно использовать этот

элемент правильно, потому что читатели прекрасно знают, как выглядят эти вербальные взаимодействия в реальной жизни. Если вы хотите написать убедительный для читателя диалог, демонстрирующий чувства вашего героя, прислушайтесь к следующим советам.

## Опирайтесь на личность и предысторию персонажа

Именно для этого вы проделали всю ту работу, о которой шла речь в предыдущем разделе, – поскольку от того, что за личность ваш персонаж, зависит его эмоциональный отклик на обстоятельства. Например, представим человека, вынужденного начать сложный разговор с начальником. Как пройдет разговор, по большей части зависит от личности героя. Вот как это может выглядеть, если он робок или не уверен в себе.

Джейсон робко постучал в дверной косяк. Начальница не удостоила его взглядом, продолжив просматривать цифры в отчете о продажах.

– Мм, миссис Свонсон?

Тишина.

Он потоптался, не зная, как начать. Нельзя ему облажаться! Нельзя пропустить еще одну игру Кристины.

Джейсон сделал полшага:

– Мм... насчет этих выходных... Я знаю, вы прислали письмо, что я нужен на работе, но... Это... у меня вроде как уже были планы...

– Отмените их, – ответила она голосом, не более милосердным, чем ее красный маркер.

Не дождавшись ответа, миссис Свонсон взглянула на



него. Он тут же опустил глаза.

Этот диалог имеет смысл, если у героя характер как у Джейсона. Однако с уверенным и не боящимся конфронтации персонажем он прошел бы иначе.

Громко постучав, Доминик распахнул дверь:

– Позвольте, миссис Свонсон!

Молчание.

Он откашлялся, сжимая дверную ручку:

– Я не могу работать в эти выходные. У меня другие планы.

– Отмените их, – ответила она, не удостоив Доминика взглядом.

Внутри все закипело, и он аж выпрямился.

– Вы не можете взвалить на меня работу в последнюю минуту! – Его голос звучал громче – что ж, плевать! – Я могу задержаться вечером в понедельник, но не в эти выходные. Это максимум.

Наконец миссис Свонсон обратила внимание на Доминика и устремила на него свой фирменный взгляд, который он встретил, не дрогнув. Если она думает, что запугает его игрой в гляделки, значит, она не сталкивалась с ним в его двенадцать лет!

Оба персонажа в сценарии были нервными, но эта эмоция проявлялась по-разному в зависимости от характера каждого. Поэтому так важно заранее изучить предысторию своих героев, чтобы знать их склонности и вероятные реакции, когда становится жарко.

# Сочетайте вербальные и невербальные элементы

Рассматривая диалог, мы почти всегда приравниваем его к речи. В действительности диалог не сводится к произносимым словам. Язык тела – еще один компонент любого взаимодействия. Упустив его, вы получите диалог неестественный, и читатели утратят связь с повествованием. Рассмотрим для примера разговор Джейсона с начальницей, сохранив только речь:

– Мм, миссис Свонсон?

– Мм... насчет выходных... Я знаю, вы прислали письмо, что я нужен на работе, но... Это... у меня вроде как уже были планы...

– Отмените их.

Диалог по-прежнему передает нервозность Джейсона, но очень мало говорит о его личности и выглядит нелепо, поскольку диалоги такими не бывают. Люди меняют положение тела, когда говорят, расхаживают из угла в угол и могут даже взаимодействовать с предметами, чтобы собраться с мыслями. Эти движения, важные для раскрытия эмоций, могут также характеризовать личность персонажа, убивая двух зайцев одним выстрелом и добавляя сцене многоплановость.

Небольшие действия, происходящие во время разговора, Браун и Кинг, авторы прекрасного пособия «Саморедактирование для писателей-прозаиков», называют битами. Биты служат многим целям, в том числе показывают, что чувствует персонаж в связи с произносимыми им же словами. Биты Джейсона (робкий стук в дверь, топтание на месте и шаркающие шаги, неспособность выдержать взгляд начальницы) четко и ясно выражают его нервозность. Накапливаясь, они достигают второй цели, раскрывая и его личность.

Голосовые сигналы – изменения звучания голоса и паттернов речи – также присутствуют, когда героя обуревают эмоции. Мы видим это в нерешительности Джейсона и в окрепшем голосе Доминика.

Итак, создавая беседу, тщательно обдумывайте слова персонажа, но уделите внимание тому, как эмоции скажутся на его голосе. Обязательно включите биты, сообщающие читателю, что чувствует персонаж, а также добавляющие штрихи к его личности.

# Осторожнее с указателями

Поскольку мы говорим о словах, стоящих за словами, давайте коснемся указателей в диалогической речи. Это фразы, сообщающие читателю, кто говорит: *он сказал, она пробормотала, они прокричали* и т. д. Вариантов множество, и некоторые действительно выражают эмоции. Слова, сказанные шепотом, однозначно передают чувства, как и в случаях, когда их проямляли, провизжали или пропели. Однако через какое-то время эти необычные указатели начинают колоть глаза и могут придать вашему тексту преувеличенный или мелодраматичный характер.

Это реже случается с обычным «сказал», настолько привычным, что оно почти незаметно на странице. Если вы не злоупотребляете этим словом, то можете использовать его применительно ко всем персонажам, и это не будет выглядеть повтором. Что же касается выразительных указателей, есть правило: приберегите их для важных сцен или остроэмоциональных моментов. Используйте их время от времени, и они будут работать на ваше повествование, а не против него.

Важно помнить, что указатели нужны не всегда. Если вы боитесь, что читатели не поймут, кто говорит, то можете решить эту проблему с помощью хорошо прописанных битов. Вернемся к приведенным примерам: хотя персонажи обме-

нялись лишь несколькими словами, в каждом имеется одно прямое указание. Однако благодаря битам, связанным с каждым говорящим, следить за диалогом легко.

# Показывайте изменение эмоций с помощью голосовых сигналов

Как уже было сказано, сам голос является средством, с помощью которого можно показать эмоциональное состояние персонажа. Он меняется одним из первых, когда нас обуревают сильное чувство, и в первое мгновение это очень трудно скрыть. Если вы сумеете уловить этот момент утраты контроля над голосом, то сможете ясно сообщить читателю, что эмоции кипят. Для этого поэкспериментируйте со следующими голосовыми элементами.

**Высота.** Становится ли голос высоким и пронзительным или низким и рокоочущим?

**Громкость.** Переходит ли персонаж к почти крику? Падает ли голос практически до шепота? Очевидно ли, что герой пытается сохранить разумную громкость голоса?

**Тон.** Когда человек приходит в возбуждение, меняется ли его ясная речь на задыхающуюся или хриплую? Когда персонаж вот-вот заплачет, становится ли его голос ломким или надтреснутым? Теряет ли он всякое выражение и становится монотонным, когда накатывает гнев?

**Паттерны речи.** Ваша говорливая героиня вдруг замолкает? У ее робкого, спотыкающегося на каждом слове собеседника начинается словоизвержение? В диалогической ре-

чи хорошо образованного героя начинает хромать грамматика? Персонаж начинает заикаться или шепелявить?

**Выбор слов.** Какие слова, не используемые персонажем в обычной ситуации, могут проскользнуть в его словарь на пике эмоций? Проклятия и брань? Слова и фразы его родного языка? Истертые банальности?

Если вы установили базовый уровень обычной речи и голосовых паттернов персонажа, то изменение может подсказать читателю, что произошел эмоциональный сдвиг. Одно предупреждение: многие из этих указателей применимы к нескольким чувствам. Дрожащий голос способен выражать печаль, страх, неуверенность, злость или нервозность, и без дополнительной информации читатель не будет знать, что именно чувствует герой. Поэтому важно объединять голосовые сигналы с мыслями (если используемый фокус это позволяет) или языком тела. Сообщив контекст ситуации, вы также проясните ее для читателя.

# Усильте действенность диалога

Реальный разговор носит комплексный характер; хотя главное его содержание – обмен знаниями или их получение, это редко единственная цель взаимодействия. Однако в повествованиях мы часто используем диалог лишь для одного: чтобы открыть информацию читателю или другому персонажу. Это может оборачиваться информационным вбросом, когда автор вываливает посреди действия объемный фрагмент предыстории или нарратива. Информационных вбросов следует избегать, поскольку это скучно и замедляет развитие действия, а следовательно, интерес читателя угасает.

Это не значит, что диалог – неподходящее средство передачи информации, подходящее! Просто это не должно быть его единственной целью. Чтобы речевые взаимодействия персонажей были острыми и многомерными, спросите себя: «Чего мой герой хочет добиться этим разговором?»

Люди вступают в коммуникацию друг с другом по разным причинам: одни – для общения, другие хотят поддержки (*Ух ты, Анна, ты такая проницательная!*). Властный человек стремится обрести контроль, доминируя в вербальных взаимодействиях с окружающими. Другая личность желает почувствовать свою значимость, перемалывая с соседями свежие сплетни. Список бесконечен.

Если вы знаете цель персонажа в разговоре, то лучше



представляете себе, что он мог бы сделать, чтобы ее достичь: направить разговор в определенную сторону, манипулировать собеседником, избегать каких-то тем, отстраняться в определенные моменты и т. д. Это поможет вам понять, к чему приведет разговор.

Важно также отметить, что участники беседы могут стремиться к разным целям. Это приводит часто к внутреннему конфликту, поскольку противоположные цели порождают ситуацию, когда кто-то из них – возможно, оба – не получит желаемого. Представим, что героиня А заводит разговор, питая нежные чувства к герою Б, который отвечает только потому, что, продемонстрировав к ней дружеское расположение, может получить желаемое (уважение, деловые связи, алиби и т. д.). Кто-то в этом сценарии неизбежно столкнется с препятствием – сразу или по ходу разговора, – а разочарование в ожиданиях обычно приводит к эмоциональному всплеску, что всегда помогает удержать интерес читателя.

Итак, безусловно, вербальные обмены персонажей следует использовать, чтобы раскрыть информацию, которую вы хотите сообщить, но использовать не в вакууме. Делайте беседу интересной, учитывая цель каждого персонажа и применяя это знание для того, чтобы в обмен репликами добавить эмоций.

# Подтекст: что скрыто за словами?

Написать реалистичный и выразительный диалог нелегко. Это может потребовать хитроумных приемов, но на помощь вам приходит множество ресурсов, и после достаточной практики этому можно научиться. Однако, если мы хотим написать по-настоящему живой диалог, мы должны иметь в виду еще одну истину, а именно: наши коммуникации с другими людьми редко бывают прямолинейными. Может казаться, что мы просто перекидываемся репликами, но, если заглянуть глубже, выясняется, что в какой-то мере наши беседы тщательно выстроены. Мы утаиваем информацию, скрываем эмоции, ходим вокруг да около, не говорим напрямую, что на самом деле имеем в виду, избегаем определенных тем, преуменьшаем недостатки или акцентируем достоинства – и вследствие этого разговоры не бывают искренними до конца.

Так, если мы напишем безупречно честный диалог наших персонажей, они будут выглядеть нелепыми, поскольку обычно люди ведут себя друг с другом не так. Подтекст – огромная часть диалога, связанная, как правило, так или иначе с эмоциями, поэтому мы должны уметь включать его во взаимодействия своих героев.

Попросту говоря, **подтекст** – это подспудный смысл. В разговоре имеются всевозможные очевидные вещи, проис-

ходящие у всех на глазах: слова, демонстрируемые «приемлемые» эмоции. Есть, однако, и скрытые элементы, которыми персонажу неуютно делиться: его подлинное мнение, истинное желание, то, чего он боится, эмоции, из-за которых он чувствует себя уязвимым. Эти подспудные элементы и есть подтекст, и они важны, поскольку персонаж хочет и активно стремится (часто на подсознательном уровне), чтобы они остались скрытыми. Это приводит к кажущемуся противоречию между словами и действиями героя, пытающегося убедительно сообщить нечто, не являющееся на 100 % правдой.

Рассмотрим, например, разговор дочери-подростка с отцом.

– Как вечеринка?

Дион изобразила улыбку и зарылась в инстаграм:

– Отлично.

– Я знал, что тебе понравится. Кто еще был?

У нее пересохло во рту, но она не осмелилась сглотнуть – только не сейчас, когда папа смотрит на нее поверх кофейной чашки! Несмотря на ранний час, глаза у него были ясные, взгляд испытующий – два прожектора, прорезающих клубящийся над чашкой пар.

– Как всегда. Сара, Аллегра, Джордан, – она пожала плечами. *Здесь не на что смотреть. Проехали!*

– А Трей? Я вчера столкнулся в офисе с его мамой, и она сказала, что он идет.

– А, да. Наверное, он тоже был. – Она стала быстрее прокручивать ленту, картинки так и замелькали на экране.

– Кажется, он славный мальчик. Не пригласить ли их с мамой к нам на ужин?

У Дион скрутило живот.

– Ну, не знаю... – голос у нее дрогнул, и она совладала с ним, засунув руки под себя, чтобы не давать им двигаться. – Мы вроде как не из одной компании.

– Вот как, – папа подхватил яблоко с блюда и поднялся, собираясь уходить. – Ладно, подумай об этом. Нет ничего плохого в том, чтобы расширить свой круг и познакомиться с новыми людьми.

Когда его шаги зазвучали на лестнице, Дион судорожно выдохнула. Как может ее папа быть таким умным в работе и таким тупицей, когда дело касается людей?

Очевидно, Дион не искренна со своим отцом. Она делает вид, что все прекрасно, но в действительности мы видим другую историю: на вечеринке что-то произошло, в этом участвовал мальчик, которого она теперь избегает, и она не хочет, чтобы папа об этом узнал. Если папу держат в неведении, читатель узнаёт истинные эмоции Дион: нервозность, страх и, возможно, чувство вины.

В этом и состоит прелесть подтекста в диалоге. Он позволяет персонажу прибегать к любым уловкам, которые тот считает необходимым применять в отношении других, в то

же время раскрывая читателю его настоящие чувства и мотивы. Это еще и прекрасный способ добавить напряжение и конфликт. Без подтекста эта сцена довольно скучна: просто разговор двух людей за завтраком. С подтекстом мы едва ли не воочию видим, как разворачивается повествование: Дион отчаянно пытается сохранить тайну, хотя это дается ей все труднее – и даже может навредить.

Как же включить подтекст в разговоры персонажей, не сбив читателя с толку? По иронии метод весьма прямолинеен. Нужно лишь соединить средства показа эмоций, которые уже были рассмотрены: диалог, голосовые сигналы, язык тела, мысли и инстинктивные реакции. Чтобы увидеть их в действии, давайте более подробно рассмотрим, как они использовались в примере с Дион.

Прежде всего у нас есть диалог, которому нельзя верить; в какой-то мере все мы становимся немного деревянными, начиная говорить, и Дион не исключение. Ее слова незримо кричат *«все нормально»*: на вечеринке ничего не произошло и она ничего особенного не испытывает. Однако язык ее тела (приклеенная улыбка, лихорадочное листание соцсети, дрожащие руки) и инстинктивные реакции (пересохло во рту, скрутило желудок) рассказывают другую историю. Ее мысли также совершенно искренни: именно так они работают, когда человек остается наедине с собой.

Невербальные средства – словно раздражающие младшие братья и сестры, которые вторгаются в диалог и раскрывают

истинные эмоции. Когда вы собираете их воедино, они дополняют нарратив и рисуют перед читателем всю картину.

# **Другие методы демонстрации скрытых эмоций**

## **Недостаточная и чрезмерная реакции**

Если вы проработали предысторию персонажа, то знаете, как он будет реагировать на обычные стимулы, и сможете это описать убедительно. Читатели знакомятся с эмоциональным диапазоном персонажа и представляют, чего от него ждать. Поэтому, когда он реагирует на ситуацию неожиданно, это становится для читателя сигналом, предупреждающим: «Обрати внимание! Это важно».

Иногда это случается с чрезмерной реакцией; в обыденных, казалось бы, обстоятельствах персонаж выходит из себя. Это не только сообщает читателю, что происходит нечто необычное, но и дает персонажу возможность сорваться с катушек и создать новые проблемы, усугубляя ситуацию.

Недостаточная реакция более управляема, поэтому приносит меньше дополнительного конфликта, но столь же эффективна для раскрытия спрятанных эмоций. Представим ситуацию, которая, как известно читателю, должна ошеломить или встревожить героя, но она случается и... либо ничего, либо очевидно контролируемая реакция. Чрезмерно

сдержанный отклик прекрасно демонстрирует, что герой боится проявить истинные чувства, и может быть хорошим способом, чтобы указать на нераскрытую эмоцию.

Любое повествование должно включать сценарии, нарушающие спокойствие персонажей и заставляющие их реагировать необычно. В большинстве случаев триггеры будут связаны с предысторией. Изучив раны и уязвимые точки своих героев, вы сумеете найти определенные ситуации или людей, с помощью которых можно будет провоцировать героев на эмоциональный отклик.



# Подсказки тела

Как бы ловко персонажи ни скрывали собственные чувства, у них есть свои «фишки» – малозаметные неосознанные проявления, свидетельствующие о неискренности. Вы, автор, должны досконально знать своих героев. Внимательно изучите их и выясните, что может происходить с их телом, когда они нечестны.

Это может быть физический сигнал или поведение, например прикрывать рот, вертеть на пальце обручальное кольцо или покусывать губу. Возможно, это один из голосовых сигналов, рассмотренных ранее, или настоящий тик, скажем подергивание мышцы или слишком частое моргание. Поймите, что имеет смысл для вашего персонажа, и используйте эту фишку, когда он что-то скрывает. Читатели обратят на это внимание и догадаются, что, когда это происходит, все не так, как кажется.

## «Бей, беги или замри»

В самом общем смысле «бей, беги или замри» – это физиологическая реакция тела на реальную или кажущуюся угрозу. Мы наблюдаем ее в повседневных взаимодействиях: когда человек вторгается в чье-то пространство, внезапно останавливается или буквально спасается бегством. Это случается и в меньшем масштабе в наших разговорах.

Помните: у каждого персонажа есть скрытая причина взаимодействия с другими. Если этой причине что-то угрожает или герой чувствует себя в опасности, срабатывает рефлекс «бей, беги или замри». Вы можете очень эффективно это использовать, если знаете, какой отклик свойственен вашему герою.

Воинственные реакции носят характер конфронтации и могут выражаться в том, что персонаж поворачивается лицом к противнику, чтобы смотреть прямо на него, напыживается, чтобы казаться крупнее, или оскорбляет оппонента, чтобы заставить его перейти в наступление. Персонажи, склонные к бегству, будут демонстрировать реакции, связанные с дистанцированием от чего-либо: менять предмет беседы, отстраняться от разговора, делать шаг назад, чтобы оказаться вне группы, или выдумывать причины уйти. Если вызвать у персонажа страх или тревогу, он может просто застыть, утратив способность анализировать ситуацию или

подбирать нужные слова, не в силах действовать, пока какое-то внешнее воздействие не освободит его.

Когда персонажи проявляют в разговоре реакцию «бей, беги или замри», то, даже если их эмоции неочевидны, читатель понимает, что они чувствуют угрозу. Это не только вызывает к ним сочувствие, но может также создать интригу, поскольку читатель сосредоточивает внимание на происходящем, пытаясь выяснить, почему они так реагируют.

# Пассивно-агрессивные реакции

Пассивная агрессия – замаскированный способ выражения гнева. Если персонаж зол, но не чувствует себя вправе проявить злость, то зачастую прибегает к приемам, которые помогают ему отомстить оппоненту и скрыть его истинные чувства. Используя сарказм, преподнося оскорбления как шутки, отвешивая сомнительные комплименты и не объясняя, что они на самом деле имеют в виду (*У нас все хорошо* или *Я сейчас же этим займусь*), персонажи имеют возможность выразить свои чувства неявно, так, что другие, возможно, их не распознают или не будут знать, как себя вести.

Использовать этот прием может быть сложно, поскольку пассивная агрессия по определению маскирует правду. Однако вы можете раскрыть ее посредством мыслей персонажа, физических сигналов, которые персонажи подают в уединении (в особенности сразу после разговора), и их проявлений в моменты, когда другой человек не смотрит на них.

# **Незаезженные эмоции: еще несколько советов**

Описать эмоции так, чтобы вызвать отклик читателя, нелегко, ведь необходимо учесть очень многое. Самое трудное – написать нечто свежее и в то же время узнаваемое, что вводило бы читателей в эмоциональное состояние персонажа, заставляя их пережить момент действия вместе с ним. Наш тезаурус поможет вам найти оригинальные способы выражения эмоций, которые можно превратить в уникальные описания, соответствующие характеру вашего героя, но, если вам нужны дополнительные идеи, попробуйте использовать следующие приемы.

# **Покопайтесь в собственных воспоминаниях**

Оторвитесь ненадолго от клавиатуры и подумайте, что чувствует ваш персонаж. Эмоций может быть несколько, но одна из них будет первопричиной остальных. После того как определите ее, вспомните момент, когда испытывали то же самое. Затем, если вам это комфортно, восстановите пережитый момент в памяти, и пусть ваше тело откликнется на воспоминание. Допустим, мы работаем с чувством вины. Что вы замечаете в своем теле – может быть, слабый кислый привкус во рту? Или у вас сводит внутренности? Ощущается боль или спазм в горле?

Если вам это поможет, встаньте и походите. Обращайте внимание на то, как двигается ваше тело в момент воспоминания о вашей вине. Вы обхватили себя руками или ссутулились? Ваши глаза закрыты или открыты? Вы не можете оставаться на месте, вам тревожно или неудобно?

Постарайтесь сосредоточиться на своих мыслях – они могут создать окно, в которое читатель ясно увидит, что чувствует персонаж и чем вызвана его реакция. Ваши мысли крутятся вокруг людей, участвовавших в той ситуации, которых вы, например, подвели? Или вы думаете о том, как было бы ужасно, если бы ваш секрет раскрылся? Действительно, что бы вы сделали, если бы кто-нибудь вошел в этот момент

в комнату и спросил вас о тех обстоятельствах?

Продолжайте исследовать себя, обращайтесь внимание на все аспекты своего «я», внутренние и внешние, пока не найдете проявления или отклик, подходящие вашему персонажу. Затем опишите их оригинально, в соответствии с его личностью и эмоциональным диапазоном.

# Наблюдайте за людьми

Разумеется, вы не хотите прослыть мерзким шпионом, но, наблюдая за людьми, можно наткнуться на прекрасные идеи в отношении языка тела (и диалога, если удастся подслушать их разговор). Ищите возможности для этого в повседневной жизни: когда ждете счет в ресторане, делаете покупки в магазине, стоите у стойки, пока бариста готовит вам кофе. Ведите себя уважительно, но не избегайте мест, где возможны сильные эмоции, поскольку люди, испытывающие очевидное горе, радость или разочарование, – настоящий кладезь уникальных телесных проявлений.

Если вам удалось стать свидетелем чужого разговора, обращайтесь особое внимание на голосовые сигналы и паттерны речи. Заставляйте себя подмечать изменения высоты голоса, запинания, откашливания и другие приметы скрытых эмоций или истинных намерений говорящего.



## **Делайте заметки, когда смотрите телевизор**

Еще один проверенный способ наблюдать за тем, как люди выражают широкий спектр эмоций, – просмотр телевизионных программ и фильмов. Если перед актерами не стоит особой задачи разрушить «четвертую стену», они не имеют возможности поделиться со зрителями внутренним монологом. То есть они должны показать, что чувствуют, посредством действия и диалога. Возьмите ручку и записывайте все удачно поданные сигналы, которые могли бы включить в собственное повествование.

Если вы не любитель кино, то можете делать заметки во время чтения, обращая внимание на то, как другие авторы описывают язык тела, выражения лица, голосовые сигналы, внутренние ощущения и мысли. Вы никогда не используете все это напрямую в собственной работе, но знакомство с убедительным, волнующим описанием эмоций – хороший способ понять, как выглядит мастерская их демонстрация, и получить более ясное представление о том, как сделать это самому, но по-своему.

# **Типичные проблемы при описании невербальных проявлений эмоций**

К настоящему моменту должно быть ясно, что необходима и вербальная, и невербальная коммуникация, и эти две формы могут использоваться в паре для передачи эмоций персонажа. Мы подробно рассмотрели вербальный компонент. Теперь посмотрим на типичные ловушки, связанные с невербальными проявлениями эмоций, и научимся их избегать.

# Пересказ

По определению невербальную эмоцию невозможно высказать. Ее нужно показать. Поэтому о ней трудно писать, ведь рассказывать проще, чем показывать. Рассмотрим пример:

С печалью в глазах мистер Пэкстон сообщил ей новости: «Мне очень жаль, Джоан, но ваша должность в компании больше не требуется».

На мгновение Джоан охватил гнев, какого она ни разу в жизни не испытывала.

Написать этот диалог довольно легко – но нелегко читать. Читатели не дураки и не нуждаются, чтобы им разжевывали очевидное. Они не хотят, чтобы им объясняли сцены, а именно это происходит, когда писатель сообщает, что чувствует персонаж. Другой проблемой пересказа является то, что он создает дистанцию между читателем и вашим героем, а это редко идет на пользу. В приведенном примере читатель видит, что мистер Пэкстон неохотно сообщает Джоан скверную новость, а Джоан злится из-за нее. Однако вам мало, чтобы читатели поняли, что произошло; вам нужно, чтобы они почувствовали эмоции и пережили их вместе с персонажем. Для этого писатель должен показать физические и внутренние реакции персонажа, а не просто их поименовать.

Джоан присела на краешек стула, вытянувшись как

струна, и взглянула мистеру Пэкстону прямо в лицо. Она отдала им шестнадцать лет – даже дни, когда болела сама или когда болели дети, – мотаясь по всему городку в душном автобусе. И вот он даже не смотрит на нее, только теребит ее личное дело и перекладывает дорогие безделушки на своем столе. Может быть, он не хочет сообщать ей новости, но она не собирается упрощать для него этот момент.

Дешевый кожаный сумочка пошел складками под ее пальцами, и она ослабила хватку. Там, внутри, была фотография ее детей – не хотелось бы ее измять.

Мистер Пэкстон в сотый раз прочистил горло. «Джоан... Миссис Бенсон... так сложилось, что ваша должность в нашей компании больше не...»

Джоан вскочила, швырнув стул изо всей силы. Вылетая из кабинета, она слышала, как он с грохотом ударился о стену.

Эта сцена дает читателю гораздо лучшую возможность разделить гнев Джоан. Благодаря использованию мыслей, подробностей, связанных с ощущениями, хорошо подобранных сравнений, особых глаголов и телесных сигналов, соответствующих представленным эмоциям, читатели могут видеть, что Джоан в ярости, но они и чувствуют эту ярость – по напряженности ее позы, дешевому кожаному, который она стискивает, по силе, с которой она отправила стул через всю комнату, просто вскочив на ноги.

Подобный пример многое раскрывает и о персонаже.

Джоан едва сводит концы с концами. У нее на руках дети. Она способна на гнев, но сильна духом, предана семье и горда. Эта информация делает более выпуклым характер Джоан, а саму ее более близкой читателям.

Чтобы показать, нужно поработать больше, чем чтобы рассказать, об этом свидетельствует один лишь подсчет числа слов, но это окупается: читатель становится ближе к персонажу и начинает больше ему сочувствовать. Изредка допустимо только сказать читателю, что чувствует герой: когда вам нужно сообщить информацию быстро или требуется лаконичное предложение, чтобы передать изменение настроения или внимания. Однако в 99 случаях из 100 проделайте дополнительную работу, чтобы показать эмоции, – это окупится.

# Шаблонные эмоции

*Улыбка – до ушей.*

*Глаза налились слезами, и вот уже слезинка покатилась по щеке.*

*Дрожь в ногах не унималась.*

Литературные клише ругают не зря. Это признак писательской лени, следствие готовности автора довольствоваться легко давшейся фразой, поскольку придумать что-то новое трудно. Писатели часто впадают в шаблонность, потому что формально эти избитые фразы выполняют свою функцию. Улыбка свидетельствует о счастье так же отчетливо, как и дрожь в коленях выдает страх. К сожалению, подобным фразам не хватает глубины, поскольку они не оставляют места для спектра эмоций. Единственная слезинка говорит вам, что героиня горюет, но насколько сильно? Достаточно, чтобы заплакать? Закричать? Сорваться в истерику? Она проплачет хотя бы пять минут? Чтобы почувствовать связь с вашим персонажем, читатели должны знать глубину переживаемых им эмоций.

Описывая определенную эмоцию, не забывайте думать о своем теле и о том, что в нем происходит, когда вы чувствуете то же самое. Для любой эмоции существуют буквально десятки внутренних и внешних изменений, которые, если их

описать, покажут читателю, что чувствует герой. Списки этого тезауруса – прекрасный источник идей, но ваши собственные наблюдения не менее ценны.

Далее, вы должны хорошо знать своего героя. Люди все делают по-разному – даже повседневные дела вроде чистки зубов, вождения автомобиля или приготовления ужина. Эмоции не исключение. Не каждый персонаж станет кричать и швыряться предметами в гнев. Одни говорят тихим голосом. Другие вообще замолкают. Многие, по разным причинам, скрывают свой гнев и ведут себя так, словно совсем не рассержены. Что бы ни испытывал персонаж, описывайте эмоции особым для него или для нее образом, и почти гарантированно напишете нечто новое и выразительное.

# Мелодрама

Если бы все эмоции имели одинаковую интенсивность, их проще было бы описывать, но эмоции различаются силой. Рассмотрим, к примеру, страх. В зависимости от серьезности ситуации человек может чувствовать все что угодно – от смутного беспокойства до тревоги, безумного страха или смертельного ужаса. Крайние эмоции требуют крайних описаний, а относительно легкие и изображаться должны соответственно. К сожалению, многие авторы совершают ошибку, поскольку считают: чтобы быть захватывающей, эмоция должна быть драматичной. Грустные люди должны заливаться слезами. Жизнерадостные персонажи – выражать веселость, подпрыгивая до потолка. Подобные описания создают мелодраму, что вызывает у читателя недоверие, поскольку в реальности эмоции не всегда столь демонстративны.

Чтобы избежать мелодрамы, осознайте, что эмоции имеют спектр проявлений, от слабых до крайних. В каждой ситуации вы должны знать, в какой точке этого спектра находится персонаж, и выбирать подходящие слова. Если экстремальные эмоции требуют экстремальных индикаторов, то умеренные должны передаваться сдержанно. Индикаторы эмоций промежуточной силы находятся где-то посередине.

Кроме того, очень важно, чтобы эмоция вашего персонажа развивалась по плавной дуге. Рассмотрим такой пример.



Мак, свесив одну руку из окна автомобиля, постучал другой по рулю. Он улыбнулся Дане, но она не отреагировала, продолжая накручивать на палец многострадальный локон.

– Волнуешься из-за собеседования? – спросил он.

– Немного. Отличный шанс, но как не вовремя! Слишком много всего навалилось, – вздохнула она. – Думаю, не пора ли притормозить. Чтобы было проще.

– Прекрасная мысль, – Мак кивнул в ритме песни, несущейся из радиоприемника, и замахал рукой байкеру, промчавшемуся мимо них на харлее.

– Хорошо, что ты согласен, – она повернулась к нему. – Считаю, нам нужно расстаться.

Его нога соскользнула с педали газа. Воздух сгустился, стало трудно дышать. Машину понесло к разделительной линии, но он и не пытался с ней совладать, не заботясь о том, будет ли жить или умрет.

Если бы у Мака не было для этого психологической причины, он бы не перескочил от умиротворенности к депрессии всего за секунду. Реалистическое развитие предполагало бы движение от чувства благополучия к потрясению, затем к неверию и, наконец, к отчаянию. Если тщательно выстроить эту эмоциональную дугу, ее можно изобразить относительно немногими словами.

– Хорошо, что ты согласен, – она повернулась к нему. – Думаю, нам нужно расстаться.

Его нога соскользнула с педали газа:

– О чем это ты?

– Мак, у нас давно к этому шло, ты и сам знаешь.

Он стиснул руль и глубоко вздохнул. Да, в последнее время между ними не все ладилось, и она твердила, что ей нужно какое-то время для себя, но всегда уступала. И уж точно ни разу не говорила, что им нужно расстаться!

– Послушай, Дана...

– Не надо, прошу тебя. На этот раз ты меня не переубедишь. – Она уставилась в приборную доску. – Мне жаль!

У него скрутило все внутренности. Он метнул в нее взгляд, но она уже привалилась к дверце, расслабленно уронив руки на колени.

Между ними все было кончено.

Добейтесь, чтобы чувства вашего персонажа развивались реалистично. Тщательно выстройте эмоциональное путешествие в пределах сцены, чтобы избежать чрезмерных реакций, не имеющих смысла.

Из этого вовсе не следует, что в реальной жизни не бывает крайних проявлений эмоций. Рождение, смерть, утрата, изменения – некоторые ситуации требуют сильного отклика, который может продолжаться некоторое время. Многие писатели, в похвальной попытке сохранить достоверность, пытаются воспроизводить эти события в реальном времени. Это приводит к длинным абзацам или даже страницам сильных эмоций и неизбежно – к мелодраме. Хотя в реальной жизни подобная интенсивность чувств может сохранять-

ся долго, это практически невозможно сделать с помощью письменного слова, так чтобы удержать внимание читателя.

В таких ситуациях во избежание мелодрамы – сокращайте. Этот метод часто применяется и к другим сценариям из реальной жизни, например разговорам. Пустую болтовню выбрасывают, чтобы сохранить темп повествования. Обсуждение повседневных дел также режут, поскольку читателю не нужно (или не хочется) следить за помывкой всей машины, шаг за шагом, пока Боб излагает возникшую проблему. Аналогично и высокоэмоциональные сцены должны быть достаточно протяженными, чтобы сообщить всю необходимую информацию, но не настолько длинными, чтобы читатели потеряли интерес. Хорошо опишите эмоцию, вызовите у читателя сочувствие, извлеките максимум из слов, которые используете, но не злоупотребляйте.

# Перекус в сторону языка тела

Не устанем повторять: язык тела невероятно важен для показа эмоций персонажа читателю. Без него разговоры будут казаться натянутыми и неестественными, а читателям, чтобы понять эмоциональное состояние героя, придется исходить исключительно из сказанных слов, которым – как мы знаем – не всегда можно доверять.

Во многих аспектах писательства все зависит от контекста, и передача эмоций не исключение. Без соответствующего контекста читатели не могут быть уверены, что именно чувствует герой. О чем свидетельствуют беспокойные пальцы – о восторге, нервозности, неловкости или нетерпении? Даже если прибавить учащенное сердцебиение, количество вариантов не уменьшается. Выпавший фрагмент, необходимый читателю, – это ответ на вопрос *почему*: «Почему персонаж так себя ведет?» Соответствующий контекст отвечает на этот вопрос, причем часто – посредством мыслей и высказываний персонажа.

Когда человека охватывает сильная эмоция, он обычно не мыслит в терминах этого чувства. Счастливый человек не думает о себе: «Я так счастлив!» – поскольку и так это знает. Он думает о причине счастья – например, мысленно считая дни до приезда любимого человека или припоминая недавний звонок из администрации колледжа.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.