

Научная статья
УДК 37.026.6

К ВОПРОСУ О ВЛИЯНИИ ИЗУЧЕНИЯ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ НА КОГНИТИВНЫЕ СПОСОБНОСТИ

Эльвира Тимофеевна Костоусова

Уральский государственный лесотехнический университет,
Екатеринбург, Россия
elvira.1868@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются аспекты положительного влияния изучения иностранных языков на когнитивные способности человека. Приведены данные ученых о взаимосвязи изучения иностранного языка и лингвистической дистанции между родным и иностранным языками.

Ключевые слова: когнитивные способности, изучение иностранных языков, лингвистическая дистанция, когнитивный резерв

Для цитирования: Костоусова Э. Т. К вопросу о влиянии изучения иностранных языков на когнитивные способности // Эффективный ответ на современные вызовы с учетом взаимодействия человека и природы, человека и технологий = Effective reaction to modern challenges of the interaction between human and nature, human and technologies : материалы XVI Международной научно-технической конференции. Екатеринбург : УГЛТУ, 2025. С. 576–579.

Original article

ON THE ISSUE OF THE IMPACT OF LEARNING FOREIGN LANGUAGES ON COGNITIVE ABILITIES

Elvira T. Kostousova

Ural State Forest Engineering University, Ekaterinburg, Russia
elvira.1868@mail.ru

Abstract. The article is devoted to aspects of the positive impact of learning foreign languages on human cognitive abilities. The data of scientists on the relationship between learning a foreign language and the linguistic distance between native and foreign languages are presented.

Keywords: cognitive abilities, learning foreign languages, linguistic distance, cognitive reserve

For citation: Kostousova E. T. (2025) K voprosu o vliyaniy izucheniya inostrannykh yazykov na kognitivnye sposobnosti. [On the issue of the impact of learning foreign languages on cognitive abilities]. Effektivnyi otvet na sovremennye vyzovy s uchetom vzaimodeistviya cheloveka i prirody, cheloveka i tekhnologii [Effective reaction to modern challenges of the interaction between human and nature, human and technologies] : proceedings of the XVI International Scientific and Technical Conference. Ekaterinburg : USFEU, 2025. P. 576–579. (In Russ).

Изучение иностранных языков благоприятно влияет на развитие умственных способностей обучающихся. Рассмотрим основные компоненты этого влияния.

Во-первых, улучшается восприятие, анализ и обработка информации, внимание, память и речь. По утверждению С. Г. Владимировой, «овладение и обучение иностранному языку положительно влияет на умственное развитие, так как этот процесс задействует все психические функции, входящие в состав интеллекта, возникает новое речевое мышление, основанное на знании родного языка, но имеющее более сложную структуру» [1]. Растет объем рабочей памяти, так как запоминание новых слов и грамматических конструкций тренирует и развивает память.

Во-вторых, развивается эмоциональный интеллект – умение распознавать свои эмоции и эмоции других людей, управлять своим эмоциональным состоянием, эмоциями партнеров по общению, и, следовательно, человеку становится легче определить свои эмоции и справиться со стрессом и депрессией.

В-третьих, происходит постоянная тренировка мозга, что благоприятно сказывается на сохранении умственной активности в зрелом возрасте. Согласно исследованиям А. Е. Давыдовой и Е. С. Семеновой, при системном изучении иностранного языка создаются новые нейроны и связи между нейронами, в гиппокампе увеличивается серое вещество. «Обновление клеток способствует профилактике негативных изменений мозга, деменции и болезни Альцгеймера [3].

В-четвертых, развивается самодисциплина и самоконтроль. Это важное умение организовать свою деятельность и контролировать себя так, чтобы ради отдаленной цели пренебречь какими-то развлечениями. Изучение иностранного языка тренирует внимание, умение сосредоточиться, отвлечься от внешних помех, сконцентрироваться на решении задач.

В-пятых, у человека, изучающего иностранный язык, развивается многозадачность, так как переход с родного языка на иностранный язык тренирует когнитивную гибкость – способность переключаться между разными языками.

В-шестых, процесс изучения иностранного языка формирует критическое мышление и развивает креативность. Это два важные умения, которые необходимы современному человеку.

В-седьмых, изучение иностранного языка способствует развитию коммуникативных навыков, так как предполагает умение не только грамотно построить монологическое высказывание, но и выстроить диалог или полилог, услышать собеседника, доказать свою точку зрения.

Ученые из Института когнитивных нейронаук НИУ ВШЭ вместе с зарубежными коллегами опубликовали в 2023 г. исследование влияния билингвизма (владения двумя языками) на когнитивные способности человека. В результате исследования обнаружилось, что:

1) образование (в том числе владение иностранными языками), профессия, образ жизни, питание и т. д. влияют на создание когнитивного запаса человека. Чем больше у человека такой когнитивный запас, тем дольше он может им воспользоваться и замедлить процесс старения организма. Билингвизм или изучение иностранных языков благотворно влияет на память, внимание и языковой контроль, потому что, чтобы не ошибиться с выбором языка, билингв вынужден постоянно себя контролировать и уметь быстро переключаться с одного языка на другой.

2) на когнитивные способности человека также влияет лингвистическая дистанция между языками, т. е. насколько иностранный язык похож или непохож на родной язык. Лингвистическая дистанция между языками связана с уровнем владения иностранным языком. Однако не все так просто. Ученые пришли к выводу, что на начальной стадии обучения, чем более иностранный язык непохож на родной язык, тем лучше его влияние на когнитивные способности человека. На продвинутом уровне все с точностью наоборот. Чем больше иностранный язык похож на родной, тем более ярко выраженное влияние на когнитивные способности он оказывает. Это объясняется тем, что в начале обучения иностранному языку мы прилагаем больше усилий, если иностранный язык непохож на родной язык. Например, русский и китайский язык существенно отличаются друг от друга. Если лингвистическая дистанция между языками небольшая, например, между немецким и английским языками, то при продвинутом уровне обучения мы будем чаще им пользоваться, соответственно переключаться с языка на язык и развивать наш когнитивный запас. Ученые пришли к следующим выводам: языки, наиболее непохожие на родной язык, развивают когнитивные способности человека в начале обучения, а близкие языки имеют эффект во времени, они способствуют развитию мозга, когда уровень владения языком становится более высоким [2, 4].

Резюмируем. Несмотря на очевидность положительного влияния изучения иностранных языков на когнитивные способности человека, следует учитывать лингвистическую дистанцию между родным и иностранным языками и уровень владения иностранным языком.

Список источников

1. Владимирова С. Г. Влияние процесса обучения иностранному языку на интеллект человека // Верхневолжский филологический вестник, 2017. № 2. С. 71–76.
2. В НИУ ВШЭ выяснили, какой иностранный язык полезнее для мозга. URL: <https://naked-science.ru/article/column/kakoj-inostrannyj-yazyk-p> (дата обращения: 10.10.2024).
3. Давыдова А. Е., Семенова Е. С. Изучение иностранных языков как способ развития когнитивной способности человека // Актуальные вопросы лингводидактики и методики преподавания иностранных языков : сборник научных статей XXXIV Международной научно-практической конференции, посвященной 175-летию И. Я. Яковлева. Чебоксары, 2023. С. 12–18.
4. Linguistic distance dynamically modulates the effects of bilingualism on executive performance in aging / F. Gallo, A. Myachykov, M. Nelyubina [et al.]. URL: <https://www.cambridge.org/core/journals/bilingualism-language-and-cognition/article/linguistic-distance-dynamically-modulates-the-effects-of-bilingualism-on-executive-performance-in-aging/DF2BD7E927600561F1003503A38909E7> (дата обращения: 20.10.2024).

References

1. Vladimirova S. G. The influence of the process of learning a foreign language on human intelligence. Verkhnevolzhsky Philological Bulletin, 2017. № 2. P. 71–76.
2. The HSE has found out which foreign language is more useful for the brain. URL: <https://naked-science.ru/article/column/kakoj-inostrannyj-yazyk-p> (date of application: 10.10.2024).
3. Davydova A. E., Semenova E. S. Learning foreign languages as a way to develop human cognitive ability // Topical issues of linguodidactics and methods of teaching foreign languages. Collection of scientific articles of the XXXIV International Scientific and Practical Conference dedicated to the 175th anniversary of I. Ya. Yakovlev. Cheboksary 2023. P. 12–18.
4. Linguistic distance dynamically modulates the effects of bilingualism on executive performance in aging / F. Gallo, A. Myachykov, M. Nelyubina [et al.]. URL: <https://www.cambridge.org/core/journals/bilingualism-language-and-cognition/article/linguistic-distance-dynamically-modulates-the-effects-of-bilingualism-on-executive-performance-in-aging/DF2BD7E927600561F1003503A38909E7> (accessed: 20.10.2024).