

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Филологический факультет

Кафедра немецкой филологии

Стахеева Дарья Владимировна

ВЕРБАЛИЗАЦИЯ СТРЕССА В НЕМЕЦКОЯЗЫЧНОЙ ПУБЛИЦИСТИКЕ,
ВОЗМОЖНОСТИ И ТРУДНОСТИ ПЕРЕВОДА НА РУССКИЙ

Выпускная квалификационная работа магистра

Научный руководитель: ст. преп.
ЛИПИС Галина Владимировна

Санкт-Петербург

2016

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава I. Перевод как вид лингвистической деятельности. Возможности и трудности перевода.....	5
§1. Теория и практика перевода.....	5
§2. Понятия переводческих соответствий и переводческих трансформаций.....	7
2.1 Классификации переводческих соответствий.....	8
2.2 Классификации переводческих трансформаций.....	12
§3. Трудности перевода.....	21
3.1 Термины как проблема перевода.....	21
3.2 Типология ошибок при переводе.....	25
Выводы по главе I:.....	29
Глава II. Вербализация понятия «Stress» в немецкоязычной публицистике. Немецко-русские соответствия понятия «Stress».....	30
§1. Характеристика научно-публицистических текстов.....	30
§2. Характеристика материала.....	32
§3. Что такое Stress?.....	34
§4. Вербализация понятия «Stress».....	43
4.1 Основные способы вербализации понятия «Stress».....	43
4.2 Расширенное семантическое поле понятия «Stress».....	71
§5. Метафорические номинации понятия «Stress». Особенности их перевода.....	88
Выводы по главе II:.....	94
Заключение.....	95
Библиографический список.....	97
Приложение.....	103

Введение

Настоящая работа посвящена способам вербализации понятия «стресс» в немецкоязычной публицистике, а также трудностям и возможностям его перевода на русский язык. Лексема «стресс» является не только термином в психологии и медицине, это слово стало очень распространенным в обыденной коммуникации, которое имеет много разных значений в зависимости от контекста.

Особенно интересными нам представляются способы перевода «стресса» на русский язык, ведь разнообразие собранных примеров определяет подход к их анализу. С переводом связаны определенные трудности, которым мы также уделили внимание.

Объектом данного исследования послужили научно-популярные тексты – источники понятия «стресса».

Предметом работы являются конкретные случаи употребления наименований стресса.

Цель данной работы – проанализировать примеры вербализации стресса, рассмотреть возможности их перевода, а также обозначить трудности, связанные с их переводом. Общая цель определила круг конкретных *задач* и порядок их решения:

- составить корпус примеров-номинаций стресса;
- систематизировать все примеры по разным критериям;
- составить лексико-семантическое поле «стресса»;
- проанализировать частотность употребления лексем;
- определить варианты перевода примеров;
- выявить сложности при переводе наименований стресса.

Актуальность исследования обусловлена его предметом – способами вербализации стресса, широко распространенной в современном обществе лексемы с большим набором контекстуальных синонимов. Собранный корпус примеров имеет прикладное значение для использования, например, в качестве глоссария.

Научная новизна настоящей работы заключается в том, что мы изучаем понятие стресса с точки зрения способов его вербализации и перевода на русский язык.

Методы, которые были использованы в настоящей работе: метод сплошной выборки, метод классификации, метод контекстуального анализа и метод статистического анализа.

Работа состоит из введения, основной части, заключения и библиографического списка. Основная часть исследования традиционно разделяется на две главы – теоретическую и практическую, в конце каждой из которых приводятся выводы.

В первой главе даётся краткий обзор теоретических основ: приводятся понятия и классификации переводческих соответствий и трансформаций, разбирается проблема перевода терминологической лексики и систематизируются частотные переводческие ошибки.

Во второй главе дается характеристика научно-популярного стиля и анализируемого материала, составляется лексико-семантическое поле понятия «стресс», описываются способы вербализации стресса и приводятся варианты перевода, а также разбираются метафорические номинации стресса и их перевод на русский язык.

Глава I. Перевод как вид лингвистической деятельности. Возможности и трудности перевода

§1. Теория и практика перевода

Перевод как вид деятельности существует с давних времен. Благодаря ему происходит коммуникация между представителями разных культур, носителями разных языков. Значение этой деятельности трудно переоценить, и это уже неоднократно было подтверждено.

Перевод изучается уже с давних времен, а вопросы перевода всегда занимали людей, ведь с ним связаны самые разные сферы нашей жизни. Изучая перевод, мы помимо языка изучаем культуру, историю, литературу и психологию. Происходящие в быстроразвивающемся мире изменения способствуют появлению новых переводческих проблем, которые, в свою очередь, требуют новых решений.

Безусловно, перевод важен и для индивидуального развития человека. Он обогащает нас новыми знаниями в различных областях науки, позволяет взглянуть на обыденные вещи с другой стороны, учит концентрации, усидчивости и дисциплине, способствует развитию новых навыков.

На сегодняшний день существует немалое количество трудов и исследований, посвященных теории перевода. Эта отрасль лингвистики особенно активно развивалась в XX веке. В последнее время не меньшее внимание стали уделять практической стороне перевода: постоянно появляются новые методы обучения как письменному, так и устному переводу, совершенствуются подходы к переводу разных типов текста.

Перевод в лингвистическом смысле – это «сопоставление двух или нескольких языков с целью отыскания семантических соответствий между их единицами, обычно для двуязычной лексикографии, для сопоставительных

семантических исследований и т. п. Передача информации, содержащейся в данном произведении речи средствами другого языка»¹. Это определение перевода отражает некоторые этапы настоящего исследования. Во-первых, для нее актуально сопоставление понятия «стресс» и близких понятий с их номинациями на русском языке. Во-вторых, мы сравниваем синонимичные лексемы в обоих языках для установления семантических соответствий при переводе с немецкого языка на русский. Таким образом, работа строится на обширном практическом анализе способов вербализации стресса и переводе его номинаций.

Необходимо отметить, что практическая составляющая такого исследования неотделима от теории перевода. Поэтому сначала важно рассмотреть основные способы перевода, т. е. существующие переводческие трансформации, определив заранее, что можно считать переводческим соответствием. Уже на этом этапе могут появиться сложности, связанные с переводом некоторых лексем. Это обуславливает необходимость обозначить трудности, возникающие в процессе перевода, и систематизировать возможные ошибки.

Таким образом, практическая часть исследования может быть выполнена успешно только при условии, что она подкреплена теоретической базой. Ведь перевод призван нивелировать расхождения между двумя разными языковыми системами для получения качественного продукта переводческой деятельности. А в связи с тем, что не только лексические единицы, но и нормы языков могут не совпадать друг с другом, требуется предварительная работа, направленная на изучение этих различий.

¹ Ахманова О. С. Словарь лингвистических терминов. Издательство «Советская энциклопедия», Москва – 1966, 597 с., с. 306

§2. Понятия переводческих соответствий и переводческих трансформаций

В теории перевода существует несколько определений переводческого соответствия, что не в последнюю очередь связано со статусом этого понятия относительно понятия переводческой трансформации. Разделяя эти переводческие преобразования, мы рассмотрим их в разных частях этой главы.

Один из наиболее авторитетных теоретиков перевода Комиссаров В. Н. даёт следующее определение переводческому соответствию: это «единица переводящего языка, регулярно используемая для перевода данной единицы исходного языка»¹.

Необходимо помнить, что переводческие соответствия не следует искать путем сопоставления единиц, которые занимают одно и то же место в системе исходного и переводящего языков. Переводческие соответствия извлекаются из контекстов равноценных с коммуникативной точки зрения ситуаций.

В отличие от переводческого соответствия переводческая трансформация, по мнению Комиссарова В. Н., - это «преобразование, с помощью которого можно осуществить переход от единицы оригинала к единице перевода в указанном смысле»², т. е. это способ перевода, который можно использовать, когда в переводящем языке отсутствует словарное соответствие. Латышев Л. К. указывает на то, что «переводческие трансформации представляют собой особый вид перефразирования – межъязыковое перефразирование, которое,

¹ Комиссаров В. Н. Теория перевода (лингвистические аспекты), Учеб. для ин-тов и фак. иностр. яз. - М.: Высш. шк., 1990. - 253 с., с. 135

² Комиссаров В. Н., *op. cit.* с. 172

конечно, имеет существенные отличия от перефразирования (трансформаций) в рамках одного языка»³.

2.1 Классификации переводческих соответствий

Свою классификацию переводческих соответствий предлагали многие специалисты в области как теоретического переводоведения, так и практического перевода. В этих классификациях много общего, но также много различий, которые указывают на некоторые спорные моменты в подборе того или иного соответствия и раскрывают всю трудность применения теории перевода на практике. Из существующих классификаций переводческих соответствий мы выбрали наиболее обширные, которые и рассмотрим далее на примере нашего материала.

Одной из самых известных является классификация переводческих соответствий В. Н. Комиссарова, которая включает в себя их следующие разновидности: единичные (постоянные) и множественные (вариантные), лексические, грамматические и фразеологические, одноуровневые и межуровневые, регулярные и нерегулярные (окказиональные), а также безэквивалентные (нулевые).

Начнем с того, что переводческие соответствия имеют единицы разных уровней, поэтому следует различать одноуровневые и межуровневые соответствия. Обычным случаем является установление переводческих соответствий между единицами одного уровня, а значит, к одноуровневым можно отнести следующие виды соответствий: на уровне фонем (*Stress* – стресс), на уровне морфем (*Unglück* – неудача), на уровне слов (*Missmut* – недовольство), на уровне словосочетаний (*kollektiver Burnout* – коллективное «выгорание») и на уровне предложений (*Ich hatte das Gefühl, ich arbeite im leeren Raum.* – У меня возникало чувство, словно я работаю в безвоздушном

³ Латышев Л. К. *Übersetzungslehre in Wort und Beispiel* = Курс перевода: Эквивалентность перевода и способы ее достижения. Для изучающих нем. яз.- М.: Междунар. отношения, 1981. – 248с., с. 175

пространстве). Реже устанавливаются межуровневые переводческие соответствия: *keine Ruhe finden* – беспокоиться, тревожиться (лексико-фонетическое соответствие).

Большее пространство для размышления предлагают единичные (постоянные) и множественные (вариантные) переводческие соответствия. Единичное (постоянное) соответствие – «это наиболее устойчивый постоянный способ перевода данной единицы исходного языка, используемый во всех (или почти во всех) случаях ее появления в оригинале и в этом смысле относительно независимый от контекста».¹ Единичными соответствиями обладают термины, имена собственные и географические названия. Термины составляют большую часть нашего материала, однако только немногие из них обладают единичным соответствием, как например *Neurasthenie* (неврастения), *Nervosität* (нервность, нервозность), *Dysthymie* (дистимия) и т. д. В. Н. Комиссаров указывает и на то, что постоянное значение может иметь как всё слово, так и только одно из его значений. В нашем случае все три приведённых термина обладают только одной специальной семой, которой соответствует определённое значение в переводящем языке.

Множественное (вариантное) соответствие – «это несколько регулярных способов перевода данной единицы исходного языка, выбор между которыми определяется условиями контекста. В этих случаях каждое из вариантных соответствий лишь частично передает значение исходной единицы, аналогичной ей по значению».² Так, например, лексеме *Melancholie* соответствуют следующие слова: меланхолия, грусть, уныние. Примечательно, что первый вариант перевода был заимствован русским языком из польского только в XVIII веке и имело изначально более узкое значение и ограниченную дистрибуцию, в отличие от двух других соответствий. Это подтверждает мысль о том, что однозначные лексемы обладают множественными соответствиями. Однако они есть и у разных значений многозначных лексем. Например, слово *Störung* имеет три значения, каждому из

¹ Комиссаров В. Н. op. cit., с. 139

² Комиссаров В. Н. op. cit., с. 140

которых можно найти несколько переводческих соответствий: 1. беспокойство, помеха; 2. помеха, неисправность (тех.); 3. расстройство, нарушение (мед.).

Все вышеперечисленные соответствия являются лексическими. Нередко встречаются и грамматические соответствия, для которых в отличие от лексических не обнаруживаются единичные соответствия, а множественные соответствия грамматическим единицам исходного языка отличаются от множественных соответствий лексических единиц. Об этом говорит В. Н. Комиссаров.¹ Однако грамматические соответствия необходимо рассматривать на примере более крупных единиц, а не отдельных лексем.

Все упомянутые соответствия можно назвать регулярными, т. к. перевод осуществляется с помощью выбора того или иного частичного соответствия, имеющегося в переводящем языке. Зачастую невозможно подобрать даже частичные переводческие соответствия языковым единицам, и в этом случае переводчик прибегает к нерегулярному соответствию, или контекстуальной замене (оказиональному соответствию), которая представляет собой «нерегулярный, исключительный способ перевода единицы оригинала, пригодный лишь для данного контекста»². Рассмотрим в качестве примера такое предложение: *Das Pensum macht platt* (имеется в виду *Pensum in der Schule* относительно *Schüler*). Глагол *plattmachen* имеет следующие значения: 1. a. j-n umbringen, körperlich erledigen, vernichten; b. etwas zerstören, vernichten; 2. jemanden zurechtweisen, heftig tadeln. Таким образом, ни одно из толкований не подходит в качестве перевода этого глагола в данном контексте, ведь он подразумевает использование глагола в переносном значении. В этом случае необходимо подобрать оказиональное соответствие, которое было бы пригодно для этого предложения. Следовательно, возможен перевод «тяготеть над», «давить на», «гнести», «удручать» и т. д.. Нередко приходится искать нерегулярные соответствия в связи со стилистическим регистром текста, который имеет определённую окрашенность.

¹ Комиссаров В. Н. op. cit., с. 141

² Комиссаров В. Н. op. cit., с. 145

Отдельно нужно отметить безэквивалентные соответствия, которые необходимо находить для единиц исходного языка, не имеющих прямых соответствий в переводящем языке. В. Н. Комиссаров отмечает, что «безэквивалентная лексика обнаруживается, главным образом, среди неологизмов, среди слов, называющих специфические понятия и национальные реалии, и среди малоизвестных имен и названий».¹ В случае с безэквивалентной лексикой переводчик должен подбирать подходящий окказиональный вариант перевода единицы исходного языка, поэтому В. Н. Комиссаров выделяет несколько видов окказиональных соответствий безэквивалентной лексике: соответствия – заимствования, т. е. воспроизведение формы иностранного слова в переводящем языке; соответствия – кальки, т. е. воспроизведение морфемного состава или составной части слова или устойчивого словосочетания; соответствия – аналоги, или ближайшая по значению единица в переводящем языке; соответствия – лексические замены, или использование одного из видов переводческих трансформаций и перевод-описание, т. е. раскрытие значения безэквивалентного слова при помощи развёрнутого словосочетания. На нашем материале трудно найти примеры подобных соответствий, т. к. в корпусе примеров нет безэквивалентной лексики. Однако подробнее об этом мы скажем в разделе о переводческих трансформациях.

Не менее трудную проблему представляют собой фразеологические единицы, к которым нужно подбирать соответствия, ведь это, как правило, устойчивые словосочетания в виде идиом, пословиц и поговорок, которые обладают переносным значением и ярко выраженной образностью. Относительно нашего материала проблема поиска соответствий фразеологическим единицам не является актуальной.

Свою классификацию переводческих соответствий предложил Я. И. Рецкер. Для начала в его классификации необходимо выделить эквивалентные и вариантыные соответствия. Эквивалентные соответствия подразделяются на полные и частичные, а также абсолютные и относительные. Полное соответствие охватывает полное значение слова, а не только какое-либо одно из его значений: например, *Pubert ätskrise* – пубертатный кризис, кризис пубертатного возраста, кризис полового созревания,

¹ Комиссаров В. Н. *op. cit.*, с. 148

подростковый кризис, или *Schlafstörung* – нарушение сна, расстройство сна. Частичное соответствие по Рецкеру – это такая единица в переводящем языке, которая отображает только одно из значений единицы в исходном языке, например, слово *Tortur* обозначает «пытка» или «мучение», и, соответственно, каждое из этих двух значений является только частичным соответствием оригинальному слову. Абсолютный эквивалент представляет собой приемлемое соответствие единице в исходном языке: *Nichtbefriedigung der Bedürfnisse* – неудовлетворение потребностей. Относительные эквивалентные соответствия отличаются некоторыми характеристиками, такими как стилистическая и экспрессивная окраска, что относительно редко встречается в научно-публицистических текстах.

«Вариантные соответствия устанавливаются между словами в том случае, когда в языке перевода существует несколько слов для передачи одного и того же значения исходного слова.»¹ Между вариантными соответствиями Я. И. Рецкера и вариантным (множественным) соответствием В. Н. Комиссарова можно провести аналогию: *Qual* – мучение/мучения, мука/муки, страдания, или *Schwäche* – слабость, бессилие; слабая сторона, недостаток, слабое место; слабость, предпочтение.

Самые распространённые виды переводческих соответствий, описанные в классификациях, в частности полное и частичное соответствие, а также его полное отсутствие, т. е. окказиональное соответствие или безэквивалентность, можно встретить и в классификации переводческих соответствий Бархударова Л. С. на уровне референциальных значений.

2.2 Классификации переводческих трансформаций

Ознакомившись с существующими определениями переводческих трансформаций, мы рассмотрели их виды, а также их классификации, которые предложили многие теоретики перевода. Безусловно, классификации переводческих трансформаций отличаются друг от друга, однако многие

¹ Рецкер Я. И. Теория перевода и переводческая практика. Очерки лингвистической теории перевода/Дополнения и комментарии Д. И. Ермоловича. – 3-е изд., стереотип. – М.: «Р. Валент», 2007. – 244 с., с. 18

авторы классификаций сходятся в следующем: самые крупные группы составляют лексические и грамматические трансформации. Нередко можно встретить отдельную группу стилистических или семантических трансформаций. Часть говорит и о смешанном виде переводческих трансформаций. Несмотря на разнообразие классификаций, мы более подробно остановимся на лексических трансформациях, которые на нашем материале особенно актуальны.

Некоторые общие черты всех классификаций переводческих трансформаций объединяет классификация, предложенная Комиссаровым В. Н. В основе его классификации лежат три основных группы трансформаций, каждая из которых подразумевает следующие виды трансформаций:

1. лексические трансформации:
 - транскрибирование
 - транслитерация
 - калькирование
 - лексико-семантические замены (конкретизация, генерализация, модуляция)
2. грамматические трансформации:
 - синтаксическое уподобление (дословный перевод)
 - членение предложения
 - объединение предложений
 - грамматические замены (формы слова, части речи или члена предложения)
3. лексико-грамматические трансформации:
 - антонимический перевод
 - экспликация (описательный перевод)
 - компенсация

Основные группы переводческих трансформаций – лексические и грамматические – можно встретить и в классификации Рецкера Я. И.:

1. лексические трансформации:

- приём дифференциации значений
- приём конкретизации значений
- приём генерализации значений
- приём смыслового развития
- антонимический перевод
- приём целостного преобразования
- приём компенсации

2. грамматические трансформации:

- замена частей речи
- замена членов предложения

Лексико-семантические замены по Комиссарову В. Н. – конкретизация, генерализация и модуляция – упоминаются почти в каждой классификации переводческих трансформаций. Сам Комиссаров В. Н. определяет лексико-семантические замены как «способ перевода лексических единиц оригинала путем использования в переводе единиц переводящего языка, значение которых не совпадает со значениями исходных единиц, но может быть выведено из них с помощью определенного типа логических преобразований»¹.

Так, *конкретизация* – это «замена слова или словосочетания исходного языка с более широким предметно-логическим значением словом и словосочетанием переводящего языка с более узким значением. В результате применения этой трансформации создаваемое соответствие и исходная лексическая единица оказываются в логических отношениях включения: единица исходного языка выражает родовое понятие, а единица переводящего языка - входящее в нее видовое понятие.»²

¹ Комиссаров В. Н., Теория перевода (лингвистические аспекты): Учеб. для ин-тов и фак. иностр. яз. - М.: Высш. шк., 1990. - 253 с., с. 174

² Комиссаров В. Н. *op. cit.* с. 174

Генерализацией называется «замена единицы исходного языка, имеющей более узкое значение, единицей переводящего языка с более широким значением, т.е. преобразование, обратное конкретизации. Создаваемое соответствие выражает родовое понятие, включающее исходное видовое.»¹

Модуляцию Комиссаров В. Н. называет еще смысловым развитием и определяет её как «замену слова или словосочетания исходного языка единицей переводящего языка, значение которой логически выводится из значения исходной единицы. Наиболее часто значения соотнесенных слов в оригинале и переводе оказываются при этом связанными причинно-следственными отношениями.»² Для сравнения, Рецкер Я. И. характеризует приём смыслового развития «заменой словарного соответствия при переводе контекстуальным, логически связанным с ним»³.

Рассмотрим понятие *Leistungsdruck*, одно из самых частотных среди всех наших примеров. Адекватный и понятный перевод этого понятия возможен только с помощью определённой трансформации, т. к. это слово можно встретить в разных контекстах с общей темой – стресс. Данный вид психического давления может быть как у обычного взрослого человека, связанного конкретными профессионально-трудовыми обязательствами на работе, так и у учащегося, на которого давит необходимость хорошо учиться. Соответственно, это может быть «психологическое давление, связанное с работой» или «психологическое напряжение, связанное с учебой». В этом случае при переводе происходит трансформация-конкретизация, т. к. уточняется причина этого расстройства. Можно утверждать, что при переводе была использована и трансформация-модуляция, или смысловое развитие понятия, т. к. устанавливается причинная связь между оригиналом и переводом. Кроме того, понятие можно перевести как «необходимость всё успеть» или «необходимость многое сделать». Во всех вариантах перевода,

¹ Комиссаров В. Н. *op. cit.* с. 176

² Комиссаров В. Н. *op. cit.* с. 177

³ Рецкер Я. И. Теория перевода и переводческая практика. Очерки лингвистической теории перевода/Дополнения и комментарии Д. И. Ермоловича. – 3-е изд., стереотип. – М.: «Р. Валент», 2007. – 244 с., с. 51

вероятно, использована и компенсация, в результате которой в переводе восстанавливается упущенная в оригинале (или понятная только в контексте) деталь (о компенсации речь пойдет дальше). В целом, вышеназванные переводы являются описательными, а значит, имеет место еще один вид переводческой трансформации. Конечно, вариант перевода этой лексемы зависит от контекста, т. к. элемент композита *Leistung*- сам по себе многозначен. Не стоит забывать и то, что *Leistung* – это еще «достижение», «успех», «положительный результат», а стресс - далеко не всегда отрицательное явление, поэтому значение слова *Leistungsdruck* потенциально еще шире.

Миньяр-Белоручев Р. К. добавляет в свою классификацию группу семантических трансформаций:

1. лексические трансформации

- генерализация
- конкретизация

2. грамматические трансформации

- пассивизация
- замена частей речи
- замена членов предложения
- объединение предложений
- членение предложений

3. семантические трансформации

- метафорические замены
- синонимические замены
- логическое развитие понятий
- антонимический перевод
- приём компенсации

Среди семантических трансформаций можно увидеть *логическое развитие* понятий, которое соотносится со смысловым развитием у

Комиссарова В. Н. и Рецкера Я. И. Логическое развитие понятий у Миньяр-Белоручева Р. К. – это «прием перевода, который заключается в замене при переводе одного понятия другим, связанным с первым как причина и следствие, часть и целое, орудие и деятель»¹.

Так, одной из самых распространённых причин стресса является явление, которое называется *Termindruck*. Для понимания смысла композита дословный перевод его составляющих не продуктивен. Следовательно, появляется необходимость применить при переводе трансформацию. Здесь, как и во многих подобных случаях, подходит описательный перевод – «трудности, связанные с соблюдением сроков» или «острая нехватка времени». В данных переводах видно использование как приёма компенсации, так и приёма конкретизации. Очевидно, в этом случае, важен контекст, чтобы разобраться, о чём именно идёт речь. Именно этим и вызвано использование добавочных элементов в переводе. Возможно, здесь речь идёт и о метафорической замене, о которой говорит Миньяр-Белоручев Р. К. Только в данном случае это своеобразная обратная метафорическая замена, т. к. метафорический перенос есть в оригинале, а в переводе мы от него избавляемся.

Антонимический перевод определяется Рецкером Я. И. как «замена какого-либо понятия, выраженного в подлиннике, противоположным понятием в переводе с соответствующей перестройкой всего высказывания для сохранения неизменного плана содержания»², а Комиссаровым В. Н. как «лексико-грамматическую трансформацию, при которой замена утвердительной формы в оригинале на отрицательную форму в переводе или, наоборот, отрицательной на утвердительную сопровождается заменой лексической единицы исходного языка на единицу переводящего языка с противоположным значением»³.

¹ Миньяр-Белоручев Р. К. Теория и методы перевода. – М.: Московский лицей, 1996. – 208 с., с. 97

² Рецкер Я. И. *op. cit.* с. 54

³ Комиссаров В. Н. *op. cit.* с. 183

Экспликация или *описательный перевод* по Комиссарову В. Н. – это «лексико-грамматическая трансформация, при которой лексическая единица исходного языка заменяется словосочетанием, эксплицирующим ее значение, т.е. дающим более или менее полное объяснение или определение этого значения на переводящем языке»¹. Описательный перевод значится и в классификации Фитермана А. М. и Левицкой Т. Р., которые отнесли этот тип трансформации к стилистическим трансформациям.

Приём *компенсации* упоминается в классификациях переводческих трансформаций Комиссарова В. Н., Рецкера Я. И., Миньяр-Белоручева Л. К., Фитермана А. М. и Левицкой Т. Р., Швейцера А. Д. и Бархударова Л. С. Согласно определению Комиссарова В. Н., компенсация в переводе – это «способ перевода, при котором элементы смысла, утраченные при переводе единицы исходного языка в оригинале, передаются в тексте перевода каким-либо другим средством, причем необязательно в том же самом месте текста, что и в оригинале. Таким образом, восполняется («компенсируется») утраченный смысл, и, в целом, содержание оригинала воспроизводится с большей полнотой.»²

Среди переводческих трансформаций немало и всевозможных замен и добавлений, которые Фитерман А. М. и Левицкая Т. Р., например, вносят в категорию лексических трансформаций. Бархударов Л. С. называет следующие виды замен: замена форм слова, замена частей речи, замена членов предложения, синтаксические замены в сложном предложении, лексические замены (конкретизация, генерализация, замена следствия причиной и наоборот), антонимический перевод и компенсация. Здесь необходимо обратить внимание на то, что уже упомянутые конкретизация и генерализация относятся, согласно классификации Бархударова Л. С., к группе лексических замен, т. к. при переводе таким способом заменяется элемент языка исходного текста. Кроме того, Бархударов Л. С. выделяет перестановки в отдельную группу трансформаций: изменение порядка слов и

¹ Комиссаров В. Н. *op. cit.* с. 185

² Комиссаров В. Н. *op. cit.* с. 185

словосочетаний в структуре предложения, изменение порядка следования частей сложного предложения и перестановка самостоятельных предложений в строе текста.

Примечательно наличие в классификации Комиссарова В. Н. таких переводческих трансформаций, как *транслитерация* и *транскрибирование*, отсутствующие в классификациях других учёных. «Транскрипция и транслитерация - это способы перевода лексической единицы оригинала путем воссоздания ее формы с помощью букв переводящего языка. При транскрипции воспроизводится звуковая форма иноязычного слова, а при транслитерации его графическая форма (буквенный состав). Ведущим способом в современной переводческой практике является транскрипция с сохранением некоторых элементов транслитерации.»¹

Вернёмся к примеру *Termindruck*. Ещё один возможный перевод этого понятия – это «цейтнот», который является результатом транслитерации оригинального слова. Эта переводческая трансформация является достаточно важным источником заимствований в языке. Еще один пример транслитерации – *Multitasking*. Транслитерация здесь частичная, т. к. ей поддается только первый корень составного слова: «мультизадачность». Очевидно, транслитерации в этом случае вообще лучше избежать, т. к. в переводящем языке уже есть слово, передающее нужный смысл: «многозадачность». В зависимости от контекста лексему можно переводить и по-другому. Этот термин распространен в области компьютерных технологий, он может означать режим многозадачности, программирование, тип управления и т. д. Кроме того, здесь можно говорить и о калькировании.

Комиссаров В. Н. выделяет в качестве лексической трансформации *калькирование* – «способ перевода лексической единицы оригинала путем замены ее составных частей - морфем или слов (в случае устойчивых словосочетаний) их лексическими соответствиями в переводящем языке. Сущность калькирования заключается в создании нового слова или

¹ Комиссаров В. Н. *op. cit.* с. 173

устойчивого сочетания в переводящем языке, копирующего структуру исходной лексической единицы.»¹

В целом, классификация Латышева Л. К. имеет сходие с другими классификациями переводческих трансформаций черты и содержит следующие трансформации: лексические трансформации (отклонения от прямых словарных соответствий, это контекстуально-синонимические замены лексем), стилистические трансформации (изменение стилистической окраски переводимой единицы), морфологические трансформации (замена одной части речи другой или несколькими частями речи), синтаксические трансформации (изменение синтаксических функций слов и словосочетаний), семантические трансформации (преобразования, выходящие за рамки чисто языковых модификаций) и смешанные трансформации. Кроме того, Латышев Л. К. упоминает ещё два вида распространённых переводческих трансформаций: антонимический перевод и *конверсную трансформацию* – «преобразование исходной фразы, в результате которого получается новая фраза, отображающая то же самое, что и исходная фраза – отношение между элементами ситуации действительности, но описывающая это отношение с другого конца»²

Интересна классификация переводческих трансформаций Швейцера А. Д. Дело в том, что он, классифицируя трансформации, говорит не об их видах, а об уровнях, на которых возможно применение трансформаций:

1. трансформации на компонентном уровне – замена морфологических средств лексическими, другими морфологическими, синтаксическими или фразеологическими и т. д.;
2. трансформации на прагматическом уровне – компенсации, замена одних стилистических средств другими, замена аллюзий (реалий) на аналогичные, интерпретирующий приём (поясняющий перевод и переводческие компенсации);

¹ Комиссаров В. Н. *op. cit.* с. 173-174

² Латышев Л. К. *Übersetzungslehre in Wort und Beispiel* = Курс перевода: Эквивалентность перевода и способы её достижения. Для изучающих нем. яз. – М.: Междунар. отношения, 1981. – 248 с., с. 183-184

3. трансформации на референциальном уровне – конкретизация, генерализация, замена реалий, перевод с помощью реметафоризации, метонимическая трансформация, реметафоризация, деметафоризация;
4. трансформации на стилистическом уровне – компрессия (эллипсис, семантическое стяжение, опущение избыточных элементов, лексическое свёртывание), расширение.

Из этой классификации видно, что на одном уровне могут быть и лексические, и грамматические трансформации.

Таким образом, из обзора основных классификаций переводческих трансформаций становится ясно, что деление трансформаций на некие виды и выстраивание их типологий носит условный характер. Ведь в большинстве случаев каждая из вышеназванных трансформаций вряд ли встречается в чистом виде, она, как правило, сочетает в себе ещё какую-нибудь трансформацию. Вместе они преобразуют исходный язык и с их помощью осуществляется процесс адекватного перевода.

§3. Трудности перевода

3.1 Термины как проблема перевода

В межкультурной профессиональной коммуникации перевод служит для преодоления языковых и культурных барьеров и, таким образом, пониманию. Поэтому в науке перевод играет важную роль. Однако нужно помнить, что в специальном тексте переплетены общеязыковые и профессиональные феномены, а развитие профессиональных языков также имеет большое значение, т. к. их лексикон постоянно растет в связи с развивающимися знаниями человека.

Термины – эта та категория лексики, которая может вызвать немало проблем при переводе. Они являются неотъемлемой частью специальных

текстов, а также свойственны научно-публицистическому стилю, в котором они хоть и не так широко используются, однако представляют определенный интерес с точки зрения перевода и введения их в контекст.

Для того чтобы в целом компетентно и адекватно переводить специальные тексты, с большим количеством сложной терминологии, необходимо иметь базовые знания в той или иной области. Кроме того, решающую роль играет знание того, что стоит за определенным термином как на языке исходного текста, так и на переводящем языке. Это имеет важное значение при решении проблем перевода, а также для того, чтобы предугадывать эти проблемы и по возможности предотвращать их.

Зачастую один и тот же термин по-разному понимается в разных языках. Эта несогласованность возникает в связи с отличающейся иерархией некоторых понятий и, соответственно, терминов, а иерархия эта имеет культурную специфику. Кроме того, причина несоответствия терминов может быть связана с тем, что в одном из языков отсутствует нужный эквивалент. Сложность специальных текстов заключается еще и в том, что при переводе нужно избегать полисемию и синонимию терминов, ведь подобные тексты должны отличаться абсолютной точностью и однозначностью. В них допустимо использование только абсолютных синонимов или гиперонимов.

Согласно Словарю лингвистических терминов, термин – это «слово или словосочетание специального (научного, технического и т. п.) языка, создаваемое (принимаемое, заимствуемое и т. п.) для точного выражения специальных понятий и обозначения специальных предметов»¹. Термин не только обозначает какое-либо понятие, но и обязательно основан на определении понятия. Терминологическая лексика отвлеченная и обобщенная, и именно поэтому ей чужда образность и эмоциональность.

Известно, что научная терминология системна, т. е. термин может быть понят и определен именно в системе предметной сферы. Поэтому существуют функциональные ограничения его употребления. В статьях

¹ Ахманова О. С. *op. cit.*, с. 463

научно-публицистического стиля присутствуют помимо общей научной терминологии еще и узкоспециальные термины, которые представляют наибольшую сложность при переводе: у таких терминов далеко не всегда есть точный эквивалент в переводящем языке.

Необходимо помнить и то, что термины – это не только имена существительные. Терминологической лексикой могут быть любые части речи с соответствующим значением. Однако не все термины однозначны. Однозначным термин считается, если он соответствует наименованию одного понятия, т. е. когда другие наименования с близким значением к нему не применимы.

С точки зрения материала настоящей работы определенный интерес представляют наименования болезней и медицинских диагнозов. Они представляют собой медицинскую терминологию со своими особенностями и трудностями. Один из самых распространенных примеров – это *Burnout-Syndrom* («...die in Gefahr sind, ein Burnout-Syndrom zu entwickeln, zur angstausslösenden Bedrohung wandeln») – «синдром (эмоционального) выгорания», «психическое истощение». Основная сложность в переводе этого термина – это английское слово *Burnout*, которое попало в немецкий язык и которое в русском языке необходимо передать другим способом.

Есть еще три диагноза: *Baby Blues*, *Wochenbettpsychose* и *Wochenbettdepression*. В источнике нашего материала описываются они следующим образом: «*In einigen Anzeichen ähnelt die Wochenbettdepression dem berühmten Baby Blues, der Heulkrise in den ersten paar Tagen nach der Geburt. Der erwischt mindestens jede zweite Mutter und verschwindet von allein wieder. Hält die Stimmungskrise jedoch länger als zehn Tage an, handelt es sich um eine behandlungsbedürftige Wochenbettdepression. Eine andere Krankheit wiederum ist die Wochenbettpsychose. Sie tritt sehr selten auf, bei etwa zwei von tausend Müttern.*» Таким образом, значение первого термина (*Baby Blues*) можно передать описательно, исходя из смысла, - «послеродовая хандра» и добавить оригинальный вариант для того круга читателей, которые знакомы с

данной проблематикой и которым может понадобиться этот термин: «бэби блюз (Baby Blues)». *Wochenbettdepression* – это «послеродовая депрессия», а *Wochenbettpsychose* – «послеродовой психоз». Разница между двумя последними примерами не велика, но, т. к. она очевидна в исходном языке, то необходимо ее передать и в переводе.

Примечательна лексема *Tinnitus*, которая поясняется в одной из статей следующим образом: «Im Ausland wird das Massenleiden der Deutschen bereits als eine „german disease“ verspottet». В русском языке у нее есть эквивалент – «шум/звон в ушах», «тиннитус». Среди других примеров - *Demenz* – «слабоумие», «деменция», *Herzrasen* – «тахикардия», «учащенное сердцебиение», *Neurasthenie* – «неврастения», а также *Dysthymie* – «дистимия»¹ («Bei der Dysthymie handelt es sich um eine melancholische bis depressive Verstimmung, die chronisch geworden ist...»). Интересно выражение *Slipping-Slopes-Syndrom* («Ich nenne es „Slipping-Slopes-Syndrom“ – das Gefühl, auf rutschenden Abhängen zu stehen»), по всей видимости, окказиональный термин, сформировавшийся на английском языке. Подходящим переводом был бы такой же образный вариант: «чувство, словно человек стоит на скользком склоне/обрыве», «ощущение, когда земля уходит из-под ног», «синдром скользкого обрыва».

3.2 Типология ошибок при переводе

Для осуществления адекватного перевода с одного языка на другой необходимо принимать во внимание вероятность совершения ошибок при переводе, а для этого нужно иметь представление о том, какие именно

¹ переходящее расстройство настроения без видимой причины, преимущественно с преобладанием отрицательных эмоций и снижением влечений (Словарь медицинских терминов: http://www.lib.ru/NTL/MED/slowar_a-k.txt)

ошибки и в каких случаях могут возникнуть, чем они могут быть обусловлены и как их избежать и исправить.

Проблемой переводческих ошибок и их классификацией занимались В. Н. Комиссаров, Н. К. Гарбовский, Р. К. Миньяр-Белоручев, Л. К. Латышев, Н. Я. Галь и другие отечественные и зарубежные ученые.

Существует несколько типологий переводческих ошибок. Одна из самых больших принадлежит В. Н. Комиссарову, на которого ссылается А. Б. Зайцев в своем труде «Основы письменного перевода»¹ и отмечает, что все переводческие ошибки делятся на:

1. ошибки, возникающие под воздействием языка оригинала или текста оригинала с связи с незнанием или непониманием особенностей иностранного языка, либо в связи с невысокой осведомленностью о культуре иностранного языка и о любых других культурах, в связи с небольшим запасом знаний о мире в целом, т. е. это недостаток экстралингвистических или фоновых знаний;
2. ошибки, не связанные с владением языком оригинала, возникающие из-за недостаточно высокого уровня владения языком перевода, т. е. нехватка или отсутствие языковых знаний, либо из-за пробелов в представлениях о культуре переводящего языка, либо о мире в целом;
3. смешанные ошибки, которые появляются в случае, если неверное понимание определенных элементов текста оригинала приводит к тому, что переводчик, ориентируясь на нормы иностранного языка, нарушает нормы переводящего языка и при этом, возможно, искажает фрагмент содержания текста оригинала в тексте перевода.

Если рассматривать нарушение переводческой эквивалентности и несоблюдение адекватности перевода, то тут можно выделить:

¹ Зайцев А. Б. Основы письменного перевода - Изд. 4-е. - Москва : URSS Либроком, 2013. – 123 с., с. 115-121

1. полные смысловые ошибки - искажают смысл элемента текста оригинала, так что перевод этого элемента оказывается неэквивалентным;
2. частичные смысловые ошибки - приводят к искажению смысла каких-либо элементов текста оригинала, например, неоправданная генерализация, в результате которой теряются важные элементы содержания, неоправданное снижение или увеличение экспрессивности, в некоторых случаях нарушение темарематических отношений в высказывании;
3. несмысловые ошибки - ведут к нарушению грамматической и стилистической нормы языка перевода и бывают двух видов:
 - ошибка возникает как смешанная ошибка, какой-либо элемент текста на иностранном языке заставляет переводчика выбрать для его передачи элемент в переводящем языке, который не будет искажать смысл, но приведет к нарушениям стилистической или грамматической нормы переводящего языка;
 - ошибка появляется, если переводчик недостаточно хорошо владеет языком перевода и допускает нарушения норм переводящего языка, которые возникают не под воздействием иностранного языка или текста на иностранном языке.

Н. К. Гарбовский говорит о следующих разновидностях переводческих ошибок¹:

1. Недостаточное владение языком оригинала;
2. Недостаточный когнитивный опыт, недостаток знаний об описываемой в исходном тексте области окружающей действительности;
3. Невнимательное отношение к системе смыслов, заключенной в исходном тексте, непонимание того, что автор говорит о предмете;

¹ Гарбовский Н. К. Теория перевода: Учебник. М.: Изд-во Моск. ун-та, 2004. - 544 с., с. 514

4. Неумение различить особенности индивидуального стиля автора исходного речевого произведения.

Недостаток знаний в той области, к которой относится переводимый текст, - это одна из самых распространенных проблем в переводе, т. к. достаточно большая доля материала для перевода приходится на специальные и узкоспециальные тексты. Трудности могут возникнуть и при переводе текстов научно-популярного стиля, отличающегося, например, наличием определенного количества терминологической лексики.

Кроме того, ошибочное понимание может возникнуть на разных уровнях. На прагматическом уровне ошибки могут из-за того, что переводчик неверно воспринимает или интерпретирует иллокуцию высказывания, интенцию текста. Это может быть связано с особенностями авторского языка, его индивидуального стиля. Ошибки на семантическом уровне обусловлены непониманием переводчиком смысла отдельных высказываний, а на синтаксическом уровне ошибки могут быть вызваны неправильной трактовкой логических отношений между разными членами предложения.

Безусловно, все типы ошибок взаимосвязаны и иногда взаимообусловлены. Но изучать их и учиться избегать можно и по отдельности, рассматривая конкретные случаи. Ведь целью является создание гармоничного текста, который в полной мере и по разным критериям должен соответствовать оригиналу.

Таким образом, перевод можно считать удавшимся, если получившийся текст легко и понятно читается и воспринимается на слух реципиентом, когда нет никаких признаков того, что в основе этого продукта лежит иноязычный текст, когда отсутствуют анахронизмы, алогизмы и несоответствия другого рода.

Выводы по главе I:

В первой части настоящей работы мы разработали теоретическую основу для проведения дальнейшего исследования. Дав определение переводческому соответствию, мы рассмотрели существующие в теории перевода

классификации соответствий и выяснили, что они имеются на разных языковых уровнях, а иногда и вовсе отсутствуют, благодаря чему речь заходит о безэквивалентной лексике – примечательном для перевода явлении.

Переводческие трансформации – это различные способы перевода с одного языка на другой, которые предполагают определенные преобразования единиц перевода в переводящем языке. Переводческие трансформации также были неоднократно систематизированы разными учеными. Они используются переводчиком, когда в переводящем языке нет адекватного эквивалента оригинальной единице перевода.

В процессе перевода могут возникнуть разные трудности, из-за этого появляются ошибки. Они могут быть связаны с недостаточной компетенцией переводчика либо в области языка оригинала, либо в области языка перевода. Иногда ошибки имеют смешанный характер. Кроме того, различают смысловые и несмысловые ошибки. Важную роль при переводе играет индивидуальный стиль автора, его система смыслов, а также сфера, к которой относится тот или иной текст. Все это также может спровоцировать ряд ошибок при переводе.

Терминологичность – одна из особенностей текстов, которые послужили источником материала для нашей работы. Терминологическая лексика может стать еще одной причиной появления ошибок в переводе, ведь для перевода терминологии важен принцип эквивалентности и соотнесенность терминов, принадлежащих разным языкам, друг с другом.

Глава II. Вербализация понятия «Stress» в немецкоязычной публицистике. Немецко-русские соответствия понятия «Stress»

§1. Характеристика научно-публицистических текстов

Основным источником материала для нашего исследования послужили два специальных выпуска научно-популярных журналов, в связи с чем необходимо обратить внимание на стиль и характеристики текстов, которые изобилуют интересующим нас лексиконом.

Научно-популярные журналы можно смело причислить к текстам научно-публицистического стиля, который сочетает в себе целый ряд черт, свойственных как научному, так и публицистическому стилю. Тексты научно-публицистического стиля адресованы широкой аудитории, всем интересующимся проблемами данной отрасли науки, не являющимся специалистами. Основная функция таких текстов – информирование, а целью автора является сообщение широкому кругу читателей о достижениях в конкретной области.

Научно-популярные статьи содержат элементы научной публицистики. Они написаны книжным, литературным языком. Таким статьям присущи логичность, стройность, смысловая точность, полнота высказывания и информационная насыщенность. Для них характерны специальная терминология, средства речевой экспрессии (ею можно объяснить дополнительную задачу текста - популяризацию), разные публицистические приемы и литературно-разговорные клише.

Лексика научно-публицистического стиля неоднородна. В нем можно найти достаточно много «книжных» слов, активно используется разговорная лексика – все это объясняется специальными стилистическими целями. Еще одно экспрессивное средство текстов, в основном, публицистического стиля – это широкое употребление иноязычных заимствований и интернационализмов.

Для научно-публицистических текстов, выделяемых в газетно-публицистическом подстиле, типичным является сочетание научного и популяризаторского, при этом ведущая роль отводится собственно научному стилю. Это позволяет рассматривать разные научно-публицистические жанры как смешанные, например, в рамках научного или публицистического стиля.

В рамках научного стиля функционируют разные речевые жанры, но основная функция у них общая – информативная, передача сообщения. В целом, это функция заключается в объяснении, которое вбирает в себя еще и хранение знания (это уже аккумулятивная функция), приобретение нового знания (когнитивная функция), а также передачу специальной информации (коммуникативная функция).

В системе научного стиля можно выделить академический (рассчитан на осведомленного читателя) и популярный подстили (рассчитан на непрофессионала). В качестве основных черт научного стиля выступают смысловая точность, логичность, информативность, объективность, обобщенность и скрытая эмоциональность. Этому стилю свойственно употребление отвлеченной лексики (терминологический пласт), даже конкретные по своему значению понятия иногда получают в научном тексте обобщенное значение.

С точки зрения синтаксиса высказывания отличаются полнотой, часто употребляются клишированные структуры, союзные слова, сложносочиненные и –подчиненные предложения, сложные конструкции отягощены различными обособленными оборотами. Лексическое оформление характеризуется общенаучными и узкоспециальными терминами, и термины эти однозначны, стилистически и эмоционально нейтральны.

Научные тексты содержат фактические сведения, результаты конкретного научного исследования. Они предназначаются, как правило, для узкого круга специалистов с высоким уровнем профессиональной и теоретической подготовки в той или иной сфере деятельности. Поэтому среди требований к таким текстам - актуальность и достоверность сведений, полнота охвата источников и краткость изложения.

Как только текст научного характера переходит в категорию научно-популярного, появляется потребность популяризовать информацию и сделать язык более понятным для широких масс читателей. В связи с этим появляются образные формулировки, экспрессивный синтаксис,

художественные приемы и т. д. В таком тексте уже более отчетливо прослеживаются характеристики другого стиля – публицистического.

В отличие от научного стиля, в публицистике сочетаются две функции – информативная и экспрессивная, или воздействующая. Сообщая фактическую информацию, автор текста выражает свое отношение к ней. К основным характеристикам публицистических текстов относятся доступность и простота изложения, которые проявляются в относительно несложных синтаксических структурах, четких смысловых и грамматических связях, в употреблении общеупотребительной лексики и пояснении используемой терминологии.

Функция информирования в публицистических текстах проявляется в фактологической точности, использовании научной, общественно-политической, официально-деловой терминологии, профессионализмов и лексики из разных областей знаний. В целом, публицистические тексты отличает официальность, сдержанность, обобщенность и абстрагированность в изложении.

§2. Характеристика материала

Для составления корпуса примеров мы использовали, по большей части, два основных источника – 2 научно-популярных журнала Der Spiegel из серии Wissen 1/2011 (Das überforderte Ich. Stress, Burnout, Depression) и GEO kompakt 09/2014 (Wege aus dem Stress. Wie sich Burnout, Ängste, und Depressionen überwinden lassen). Таким образом, был собран корпус примеров в объеме около 2300 единиц с учетом повторов. Без повторов всего насчитывается порядка 1000 единиц примеров.

Примерами для анализа при отборе считались все языковые единицы лексического и синтаксического уровня, несущие в себе значение любого типа расстройства, которое попадает под категорию стресса. В настоящей работе приведены следующие виды примеров:

- отдельные слова (*Bitternis, Pein, Depression* и т. д.);
- словосочетания: именные со схемой существительное + существительное (*Gefühl der Hilflosigkeit, Zustand der Hoffnungslosigkeit*), прилагательное + существительное (*chronische Belastung, bipolare Störung*), глагольные (*Freude verlieren, Kraft verglummt*);
- простые предложения (*Sorge, dass unser Ansehen Schaden nehmen könnte, dass wir versagen, einer Herausforderung nicht gewachsen sind*).

Для наглядности мы приводим таблицу, в которой отражена повторяемость основных понятий:

Пример	Количество отдельных лексем	Количество производных	Всего однокоренных	Процент от общего количества примеров
Stress	99	106	205	9%
Krankheit	94	145	239	10%
Depression	181	165	346	15%
Störung	89	6	95	4%
Angst	67	14	81	3.5%
Leiden	27	40	67	3%
Burnout	119	26	145	6%
Belastung	36	17	53	2%
Druck	49	3	52	2%
Anspannung	6	9	15	0.5%

Очевидно, что в центре нашего исследования находится несколько понятий, которые наиболее часто встречаются в анализируемых текстах. Учет их повторяемости и наличия однокоренных лексем важно для изучения их функционирования в разных контекстах и для статистики: видно, какие слова формируют понятие стресса и его лексико-семантическое поле в немецком языке.

§3. Что такое Stress?

Перед тем, как начать разбираться в способах вербализации понятия «стресс», необходимо выяснить, что стоит за этим понятием. Сейчас это достаточно частотная лексема, которая активно используется представителями разных сфер деятельности для описания некоего нервного состояния, причины которого кроются во влиянии каких-то внешних факторов на физическое и эмоциональное самочувствие, деятельность индивида и его окружение. До того как это слово вошло в широкое употребление, оно использовалось специалистами в качестве медицинского термина. Однако еще до этого далеко не всегда у людей была возможность точно описать своё состояние, в т. ч. в связи с малой изученностью вопроса.

Ощущения, напоминающие те, что испытывает человек, подверженный стрессу, люди замечали на себе еще более 2000 лет назад. На протяжении веков нечто вроде меланхолии неоднократно обнаруживалось у разных деятелей культуры и просто выдающихся личностей. Краткому историческому обзору этого явления посвящена одна из статей журнала. Еще во времена Аристотеля у выдающихся мужей, философов, государственных деятелей и поэтов отмечались определенные болезненные приступы, резкие перепады настроения, беспричинная грусть. Хотя эти поведенческие характеристики уже тогда говорили об особой меланхоличности персонажей, зачастую они свидетельствовали об исключительности своих современников. Более того, они были неким знаком того, что человек, страдающий от меланхолии, способен на особые достижения и принятие гениальных решений.

Позже о меланхолии стали совершенно отчетливо говорить как о черте, отличающей великие умы. Живописцы, мыслители, поэты и властители считались наиболее задумчивыми, а потому склонными к меланхолии. Это распространенное явление находило выражение в литературных произведениях и живописи. Возможно, человечество должно быть

благодарно таким проявлениям поведения и характера за величайшие предметы искусства, которые были созданы творцом в не лучшем расположении духа, однако, вероятно, именно такие расстройства могли быть причиной некоего озарением, снизошедшим на него и побудившим к созданию шедевра. А мы сегодня имеем удовольствие их созерцать.

По сравнению со взглядами на меланхолию в Античности, во времена Поздней Римской Империи любые проявления меланхоличности считались абсолютно негативными, почти пороком. Она отождествлялась с ленью сердца, а это считалось смертным грехом. Несмотря на это в более поздние времена к меланхолии вернулась слава символа чувствительного интеллектуала, которая свидетельствовала о ранимости и хрупкости, но в тоже время о благородстве, великодушии, самодостаточности и свободолюбии человека.

Таким образом, история показывает, что меланхолия, возможно, - это одна из тех особенностей, которые отличают человека от животного, которые, в конце концов, делают человека человеком. Ведь именно она свидетельствовала в разные эпохи об интеллектуальной зрелости индивида.

Сегодня стресс – это, помимо всего прочего, термин, который используется в психологии и медицине. Так, Словарь психологических терминов дает следующую характеристику стрессу: это «понятие, введенное Г. Селье в 1936 г. для обозначения обширного круга состояний психического напряжения, обусловленных выполнением деятельности в особенно сложных условиях и возникающих в ответ на разнообразные экстремальные воздействия — стрессоры»¹. В словаре также указывается, что это «понятие первоначально возникло в физиологии для обозначения неспецифической реакции организма («общего адаптационного синдрома») в ответ на любое неблагоприятное воздействие (Г. Селье), позднее оно стало использоваться для описания состояний индивида в экстремальных условиях на физиологическом, психологическом и поведенческом уровнях». Для

¹ Словарь психологических терминов, http://www.psychologist.ru/dictionary_of_terms/index.htm?id=2462

настоящей работы важно, что «в зависимости от выраженности стресс может оказывать и положительное, мобилизующее, и отрицательное влияние на деятельность — дистресс».

Известно, что само слово *Stress* в немецкий язык пришло из английского, а образовано оно было от лексемы *Distress*, которая имеет самостоятельное значение (отрицательная форма стресса). В этимологическом словаре Duden поясняется: *Zugrunde liegt engl. stress “Druck, Anspannung”, das aus Distress “Sorge, Kummer” gekürzt ist*¹. В русский язык понятие «стресса» пришло также из английского. В английском языке “*stress*” имеет значение «напряжение», «давление», «гнет», в немецком языке (“*Stress*”) - “*erhöhte Beanspruchung, Belastung physischer oder psychischer Art*”², «стресс», «напряжение», т. е. словарные значения этого слова в двух языках совпадают не полностью, но сема «напряжение», которая в большинстве случаев выступает в качестве основной при использовании понятия «стресс», является у них общей.

Словарь медицинских терминов определяет стресс как «состояние напряжения реактивности организма, возникающее у человека при действии чрезвычайных или патологических раздражителей и проявляющееся адаптационным синдромом»³.

Однако, если не ограничиваться специальными определениями стресса и внимательно проанализировать собранные примеры, то можно увидеть многообразие значений этого термина. Ранее мы уже упоминали, что слово часто используется в разных контекстах и, соответственно, имеет разные коннотации в зависимости от контекста. Это значит, что стресс – это индивидуальная и сугубо субъективная ситуация, трактовка которой зависит от того, кто и как ее воспринимает.

¹ Duden 07. Das Herkunftswörterbuch: Etymologie der deutschen Sprache. Die Geschichte der deutschen Wörter bis zur Gegenwart. Bibliographisches Institut, Berlin; Auflage: 4., überarb. Aufl. 960 S., S. 822

² <http://www.duden.de/rechtschreibung/Stress>

³ Словарь медицинских терминов, электронная версия Д. Расторгуева http://www.lib.ru/NTL/MED/slowar_s-x.txt

Очевидно, что одна из сфер, в которой часто встречается понятие стресса, - это работа. Возможно, это даже одна из основных причин развития стресса. С одной стороны, это постоянное давление, необходимость справляться со своими обязанностями, соответствовать требованиям и в целом успевать всё сделать. С другой стороны, это и конкуренция, стремление стать лучше и успешнее, получить повышение, увидеть результаты своего труда. Большая вероятность заработать истощение из-за трудовой деятельности появляется у тех, кто не испытывает радости и удовлетворения от своей работы, ведь в таком случае нет стремления достичь определенного результата. Еще один фактор, связанный с работой, - это увольнение. Потеряв место работы, люди часто впадают в депрессию.

От стресса не застрахованы врачи, в обязанности которых входит лечение и уход за пациентами, в т. ч. находящимися в депрессивном состоянии. Отдельный случай – это не только физическое, но и моральное состояние солдат, вернувшихся с войны. В связи с увиденным и пережитым у многих нарушается психическое здоровье, им требуется специальная помощь. Спортсмены – еще одна категория людей, к которым предъявляют высокие требования, которые вынуждены постоянно искать мотивацию для достижения хороших результатов и успеха, что может привести к эмоциональному выгоранию.

У некоторых предпосылки к развитию стресса проявляются еще в детстве. Этому способствуют самые разные события, которые переживает ребенок. Во-первых, причиной может быть домашнее насилие: был ли ребенок его непосредственной жертвой или наблюдал его со стороны по отношению к другим людям – всё это оставляет отпечаток на его психике и может сказаться на дальнейшем развитии личности. Большое количество школьников подвержено стрессу, они находятся в том возрасте, когда давление на них оказывает не только семья, но и требования, которые к ним предъявляют в ходе учебы. В целом у молодежи такая ситуация осложняется еще и переходным возрастом, когда происходит активное развитие организма.

Помимо описанных выше ситуаций есть, конечно, масса других, более индивидуальных и зависящих от конкретной ситуации. Например, послеродовая депрессия – распространенная форма стресса, от которой можно и нужно избавиться. Важно и то, что от такой депрессии может пострадать не только мать, но и ее ребенок, а также вся семья.

Необходимо заметить и то, что стресс может быть не только отрицательным, но и положительным, хотя среди наших примеров намного больше внимания уделяется именно отрицательному стрессу. Это говорит о том, что сама лексема, в первую очередь, ассоциируется у большинства людей с негативным опытом, с неким нарушением или расстройством. Что касается положительного стресса, то он известен как эустресс и имеет свойство побуждать человека к совершению действия, он придает импульс для разворачивания дальнейшей деятельности.

Положительный стресс, как правило, вызван положительными эмоциями. Считается, что радостные события действуют на настроение человека исключительно благоприятно, однако это не так, они представляют собой определенный вид стресса. Ведь какое бы важное и радостное для нас событие ни случилось – будь то поездка в отпуск, свадьба, повышение на работе или просто удачное стечение обстоятельств в течение дня – оно обязательно повлияет на эмоциональный настрой человека. Поэтому при рассмотрении стресса в разных ситуациях важно иметь в виду, что подобные переживания также являются стрессом, хоть и положительным.

Для того чтобы иметь полноценное представление о понятии «стресс» в немецком языке и его функционировании в разных контекстах (в основном в немецкоязычной публицистике), необходимо рассмотреть немецкий эквивалент слова «стресс» (Stress) в ряду его синонимов и других лексем, которые передают те же семы в соответствующих отрезках текста. Для этого мы составили несколько вариантов лексико-семантического поля понятия

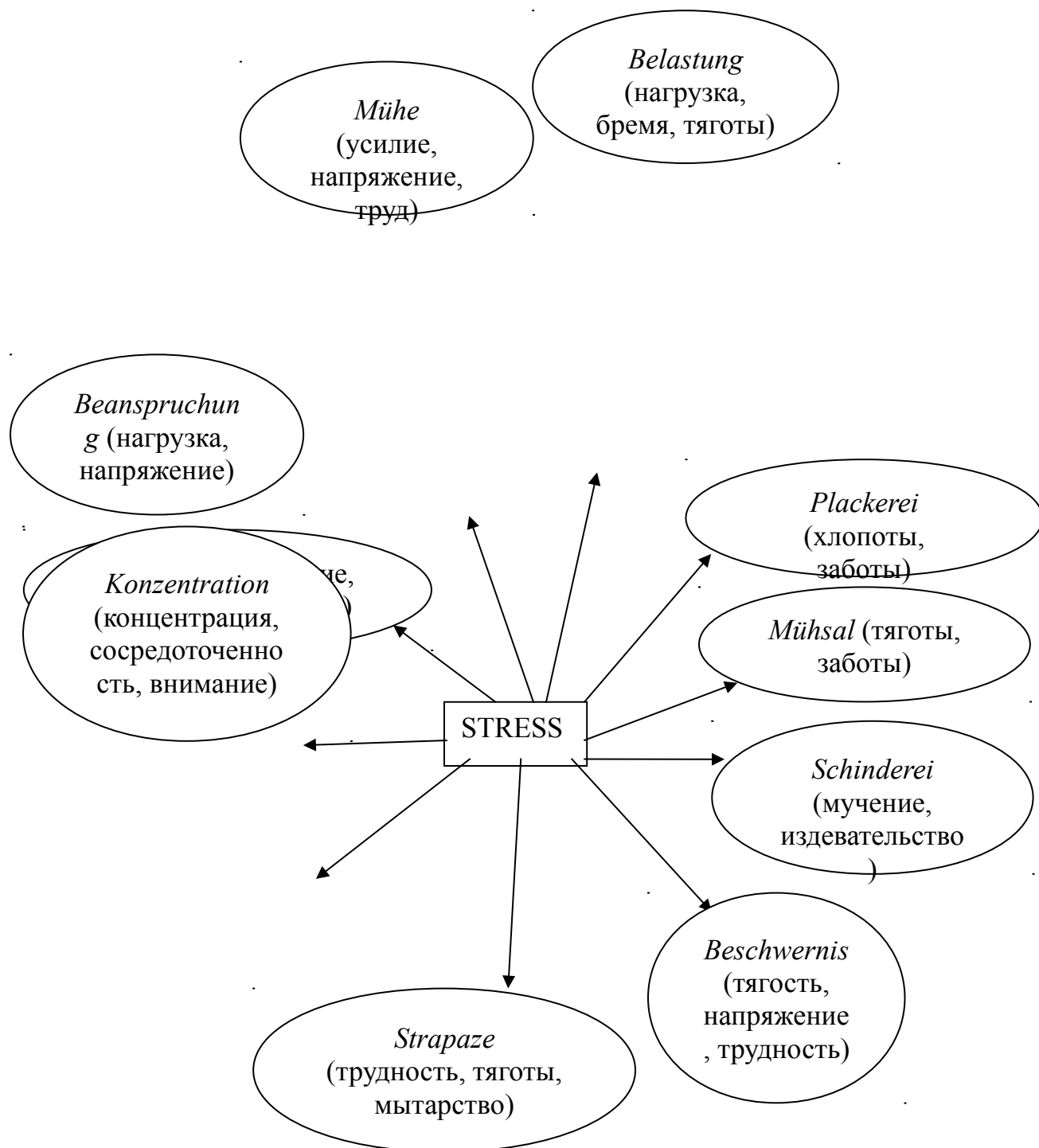
Stress с лексико-семантическими подгруппами, в рамках которых лексемы связаны друг с другом разными типами связи.

Составлять лексико-семантические группы можно по разным принципам. Сначала мы обратились к синонимичным слову Stress единицам. Словарь Duden выделяет два значения слова *Stress*:

1. erhöhte Beanspruchung, Belastung physischer oder psychischer Art
2. Ärger (umgangssprachlich)¹

В зависимости от значения слова и, соответственно, синонимов этих значений, мы составили два лексико-семантических поля. Первое поле построено на основе опорного понятия Stress с синонимами к его первому словарному значению:

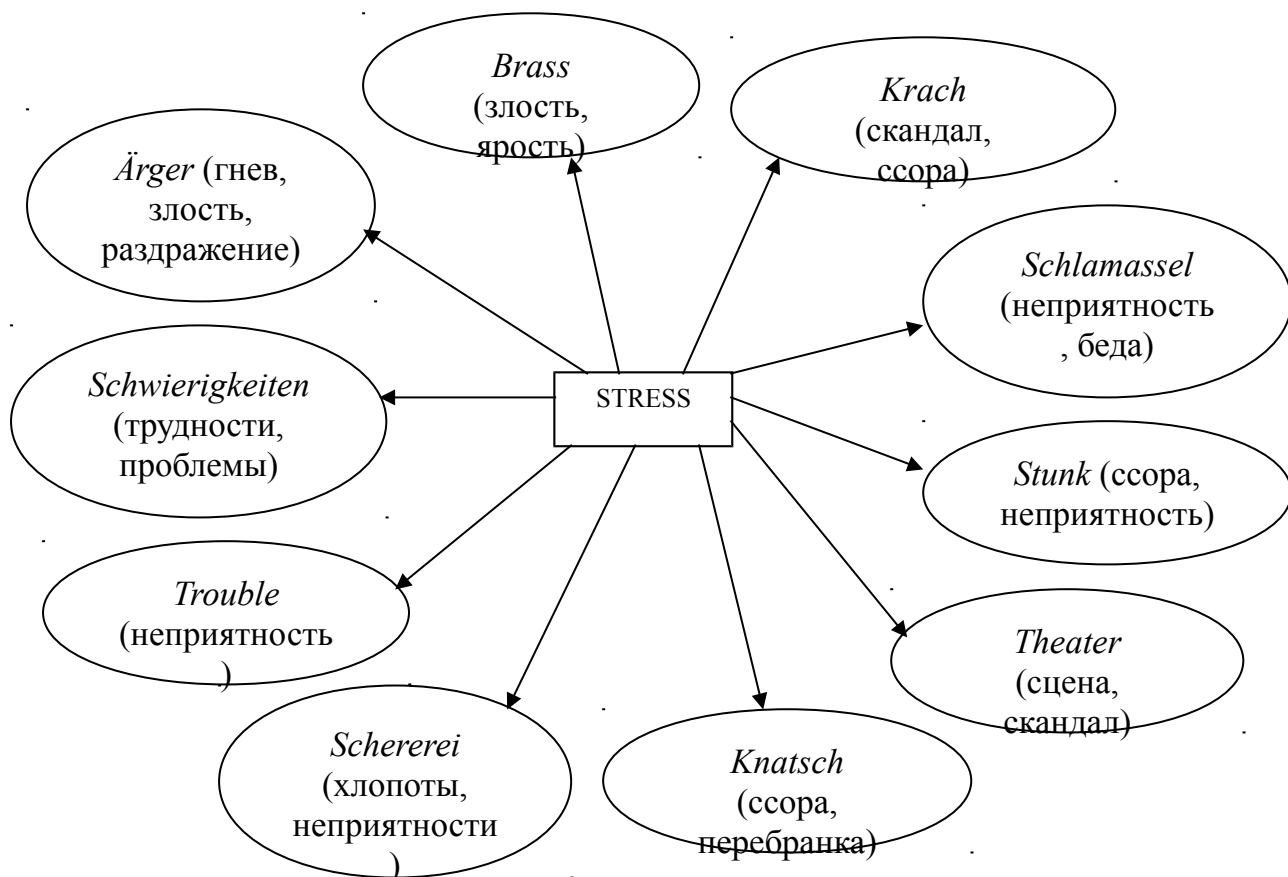
¹ <http://www.duden.de/rechtschreibung/Stress>



Лексемы *Beschwernis* и *Mühsal* относятся к более высокому стилю, *Plackerei* – разговорный вариант, а слово *Schinderei* имеет уничижительный оттенок.

Другое лексико-семантическое поле основано на втором словарном значении лексемы *Stress*, которое имеет разговорную коннотацию. Здесь синонимы тоже различаются стилистически: к разговорным вариантам относятся *Brass*, *Krach*, *Schlamassel*, *Knatsch*, *Schererei* и *Trouble*,

заимствованное из английского языка. *Stunk* и *Theater* даются в словаре с пометой разговорно-уничижительного стиля.



Помимо лексико-семантического поля с элементами, связанными между собой и ядром синонимическими отношениями, необходимо составить еще одну классификацию с несколькими видами связи между ее элементами. Для удобства мы оформили ее в виде таблицы, т. к. элементов здесь будет намного больше, но мы приведем только некоторые примеры:

STRESS	
Похожие на стресс явления	Krankheit, Erkrankung, Leiden, Druck, Störung, Depression, Burnout, Belastung,

		Krise, Anspannung
Однокоренные стресса и КОМПОЗИТЫ		Stressfaktor, Stresshormon, Stressor, Stresssystem, Stresspegel, Stresslevel
Признаки стресса		Beklemmung, Anstrengung, Benommenheit, Frustration, Melancholie, Besorgnis, Nervosität, Bitternis, Larmoyanz, Reizbarkeit, Pein, Plage, Dunkelheit, Entmutigung, Tristesse, Zusammenbruch, Unruhe, Missmut, Verzweiflung
Чувства при стрессе		Qual, Leid, Sorge, Not, Schmerz, Pein, Kummer, Elend missmutig, dünnhäutig, schuldig, abgemagert, süchtig, freudlos, kraftlos, tieftraurig, wehleidig, lustlos, aggressiv, labil, sensibel, wertlos, mutlos, zerbrechlich, gebrechlich, krank, un gelenk, unzufrieden, unkonzentriert, verwundet, erschlagen, hektisch, stumm, ausgelaugt
Причины стресса		Anforderungen, Bedrohung, Beschleunigung, Gefahr, Erschöpfung, Mobbing, Trauma, Verachtung, Verlust, Versagen, Zwang, Unfähigkeit
Люди	Страдающие от стресса	Stressgeplagte, Stressgefährdete, Gestresste, Depressive, Depressive, Ängstliche, Kranke, Erkrankte, Leidende, Betroffene, Patient, Opfer, Klient, Ausbrenner, Ausgebrannte, Bedürftige, Erschöpfte, Gefährdete, Gepeinigte, Getriebene, Melancholiker, Trauernde, Überforderte, Verzweifelte, Verrückte, Resignierte, Apathische
	Занимающиеся лечением стресса	Stressforscher, Stressexpert

В данной таблице расширенного лексико-семантического поля понятия «стресс» представлено несколько тематических подгрупп элементов поля с разными связями. Например, родовидовая связь объединяет ядро поля (*Stress*) с примерами похожих на стресс явлений. В общем, *Störung* можно считать составляющей стресса, а такие понятия, как *Krankheit* или *Depression*, вполне могут быть гиперонимами по отношению к понятию *Stress*, который для них будет являться гипонимом. В целом, гиперо-гипонимические отношения объединяют достаточно большое количество единиц в этом поле.

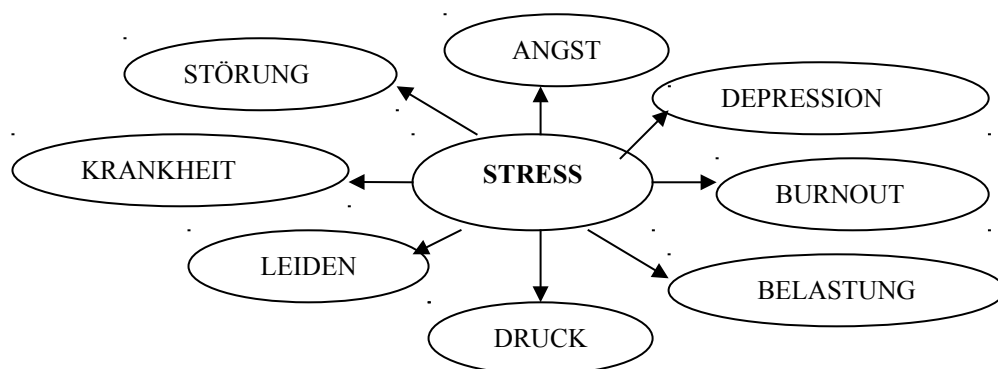
Примечательно и то, что среди элементов этого поля есть разные части речи. Составленная таблица является более широким лексико-семантическим полем по сравнению с синонимическими полями, поэтому здесь могут быть представлены не только одна часть речи, но и несколько, а иногда и словосочетания. В одном из следующих параграфов более подробно будут рассмотрены словосочетания, которыми также могут выражаться стрессовые состояния.

В основе данных лексико-семантических полей лежит понятие «стресс», однако не только оно составляет его ядро. В ядро входят также номинации похожих на стресс явлений, например, *Depression*, *Burnout*, *Störung*, *Belastung* и другие. Периферийная лексика отличается от ядра поля тем, что она несколько по-другому ассоциируется с основным понятием (в нашем случае - *Stress*), у нее не такие тесные семантические связи с ядром, т. е. их связывает меньшее количество сем. Тем не менее некоторые периферийные понятия могут быть совершенно неожиданным образом связаны с ядром поля. Примером является любая положительная эмоция, которая далеко не сразу и не всегда ассоциируется со стрессом, хотя таковым, безусловно, является.

§4. Вербализация понятия «Stress»

4.1 Основные способы вербализации понятия «Stress»

Для описания состояния стресса и аналогичных ему используется большое количество лексических единиц, однако некоторые из них употребляются значительно чаще, чем другие. Поэтому мы выбрали несколько наиболее употребительных лексем, чтобы составить к ним словарные гнезда на основе данного материала и проанализировать их функционирование в контексте в порядке частеречной принадлежности. Так, наиболее частотными существительными, относящимися к понятию «стресс», являются следующие:



1. Stress

Несмотря на то что лексема *Stress* не является самой частотной среди наших примеров, начать рассмотрение примеров следует именно с нее, поскольку она является ядром лексико-семантического поля, которое нас интересует. Нужно заметить, что в этой главе, как и в других главах настоящей работы, мы рассматриваем не только само явление стресса, но и последствия, симптомы, а также наименования людей, которые страдают от него или изучают его. Это необходимо для того, чтобы проследить функционирование лексемы *Stress* в разных контекстах, в разной сочетаемости и рассмотреть возможности ее перевода на русский язык, для поиска соответствий.

Stress – «напряжение», «нагрузка», «стресс»¹. Разновидности стресса вербализуются следующим образом: *anhaltender Stress* – «продолжительный/длительный стресс» («*Zudem reduziert anhaltender Stress die Freisetzung des Botenstoffes...*»), *beruflicher Stress* – «профессиональный стресс» («*Brav berichtete ich von meinem beruflichen Stress...*»), *normaler Stress* – «эустресс», «позитивный стресс» («*Normaler Stress führt zu höherer Leistungsfähigkeit...*»), *chronischer Stress* – «хронический стресс» («*...wie sich chronischer Stress auf den Körper auswirkt*»), *erheblicher Stress* – «серьезный/тяжелый стресс» («*...die zu erheblichem Stress führen*»), *negativer Stress* – «дистресс», «негативный стресс» («*Negativer Stress entwickelt sich...*»), *permanenter Stress* – «постоянный стресс» («*Wer permanenten Stress hat...*»), *pränataler Stress* – «предродовой/пренатальный стресс» («*Pränataler Stress beeinflusst...*»), *quälender Stress* – «мучительный стресс» («*Auf einmal erscheint der quälender Stress wie weggefegt*»), *schädigender Stress* – «вредный стресс», «негативный стресс» («*...kann auch vor schädigendem Stress und Depressionen schützen*»).

Встречается большое количество композитов с элементом *Stress*, причем это обозначения не только самого расстройства, но и всего, что может быть с ним связано. Мы выделили несколько тематических групп:

- наименования самого стресса как расстройства или заболевания, его разновидности

Первая подгруппа – это сам стресс, опыт его переживания. Здесь – два понятия: *Stresserfahrung* и *Stresserlebnis*. Несмотря на то что композит уточняет, что в одном случае это «*Erfahrungen*», а в другом – «*Erlebnis*», связанные со стрессом, обе лексемы можно перевести односложно – «стресс», при этом из контекста видно, что никакой потери не происходит: «*Nicht nur aktuelle Stresserfahrungen...erscheinen den Betroffenen...sinnentleert*

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 404

und bedrückend.», «*Ausgelöst werden kann eine Depression von einem starken Stresserlebnis...*» или «*Ein Börsenmakler kämpft sicherlich mit ähnlichen Stresserlebnissen wie...*»). Второе понятие можно перевести как «пережитый стресс».

К первой подгруппе можно отнести и стресс как заболевание, определенную проблему со здоровьем: *Stresserkrankungen* – «заболевания/болезни из-за стресса» («*...Menschen, die unter Stresserkrankungen leiden...*»), его абсолютный синоним *Stresskrankheiten* – «заболевания/болезни из-за стресса» («*Könnte es Kulturen geben, in denen Stresskrankheiten gar nicht vorkommen?*»), *Stressprobleme* – «проблемы из-за стресса», «проблемы, связанные со стрессом» («*...ein Netzwerk gegen Stressprobleme bei Profi-Fußballern*»).

Вторая подгруппа – это стресс как реакция организма на что-либо: *biologische Stressreaktion* – «биологическая реакция на стресс», «стрессовая реакция организма» («*Die biologische Stressreaktion beginnt im Hypothalamus...*») и *normale Stressreaktion* – «нормальная стрессовая реакция» («*Doch die normale Stressreaktion...kann...zu einer Depression führen*»).

Третья подгруппа – виды стресса: *Dauerstress* – «длительный стресс», «затяжной стресс» («*...Menschen klagen über Dauerstress...*»), *Extremstress* – «острый стресс» («*Peter Zimmermann über seelischen Extremstress...*»), *Schulstress* – «школьный стресс» («*Schulstress und Mobbing werden in Deutschland immer öfter als Ursache erkannt...*»), *Sozialstress* – «социальный стресс» («*Ausbrenner opfern sich häufig für andere auf und geraten in Sozialstress*») и еще один пример - *Freizeitstress* – «стресс в свободное от работы время», «стресс досуга» («*...gelangen nicht wenige Menschen somit in „Freizeitstress“: Sie verplanen wie unter Zwang jedes Wochenende, organisieren Urlaubstage so, dass sie möglichst viel in möglichst kurzer Zeit erleben.*»). В последнем случае для полного понимания необходим описательный перевод в виде разъяснения, как в оригинальном предложении-примере.

- управление стрессом

Существительные, обозначающие избавление от стресса: *Stressabbau* – «снижение/уменьшение/преодоление стресса», *Stressbewältigung* – «преодоление стресса» («...lernte dort unterschiedliche *Stressbewältigungsmethoden* kennen»), *Stressreduktion* – «сокращение/уменьшение стресса» («*standardisierendes Programm zur Stressreduktion*»), *Stressresistenz* – «устойчивость/сопротивляемость стрессу».

- другие понятия, связанные со стрессом

Уровень стресса обозначается двумя способами: *Stresspegel* («...die sich in einem ständigen Arbeitsmodus mit hohem Stresspegel befinden...») и *Stresslevel* («Der Stresslevel hat sich anscheinend bei den meisten Menschen erhöht»), факторы стресса - *Stressfaktoren* («Zu den Auslösern gehör...Stressfaktoren wie...»), предрасположенность или подверженность стрессу - *Stressanfälligkeit* («Pränataler Stress beeinflusst die spätere Stressanfälligkeit»), стрессовые гормоны - *Stresshormone* («Bei vielen Depressiven sind die Stresshormone erhöht»), уровень стрессовых гормонов - *Stresshormonpegel* («So drosseln anhaltend hohe Stresshormonpegel die Produktion...»), стрессор или стресс-фактор - *Stressoren* («Kinder reagieren...auf kleine Stressoren hochexplosiv») и стрессовая система - *Stresssystem* («...doch das biologische Stresssystem ist nicht für die moderne Welt geschaffen...»).

- наименования людей, занимающихся лечением стресса или страдающих от него

В этой группе встречаются как обозначения специалистов, занимающихся лечением стресса (*Stressforscherin* – «исследователь/эксперт в

области стресса»), так и обозначения тех, кто страдает от расстройства: *Stressgeplagte* («...beides hat sich bei Stressgeplagten bewährt») – в немецком языке это обозначение не нейтрально, его можно перевести как «измученный стрессом», но возможен и более нейтральный вариант – «страдающий от стресса».

Последний пример – это субстантивированное причастие, которое само по себе нередко встречается в текстах: *stressgeplagt* («In einer stressgeplagten Gesellschaft...») – «в страдающем от стресса обществе» или «*Stressgeplagte Menschen profitieren...von dem angstlösenden Effekt...*» - «страдающие от стресса люди», «подверженные стрессу люди».

К прилагательным-композициям можно отнести следующие примеры: *stressbedingte Krankheiten* – «заболевания, обусловленные стрессом», «заболевания, связанные со стрессом» («*Menschen in helfenden Berufen leiden besonders häufig unter stressbedingten Krankheiten*»), *stressgefährdet* – «подверженный стрессу» («*Pfleger und Ärzte sind besonders stressgefährdet*») и *stressrobust* – «стрессоустойчивый» («*Wie wächst ein Kind zu einem stressrobusten Erwachsenen heran?*»).

Существуют причастия, не являющиеся частью композита: *gestresst* – «эмоционально истощенные дети» («*emotional gestresste Kinder*»), «измученные стрессом», «страдающие от стресса», «находящиеся в состоянии стресса» («*gestresste Lehrer, gestresste Eltern, gestresste Schüler*»), «стрессовый», «вызывающий стресс» («*Was Menschen als stressend erleben, ist höchst subjektiv...*»), «стрессовые ситуации» («*stressige Situationen*»).

Последний пример из рассматриваемого гнезда слов – понятие *Distress*. Слово в немецком языке заимствовано из английского, как и его сокращенная версия – слово *Stress*. В русском языке есть понятие дистресса – отрицательной формы стресса.

2. Krankheit

Стресс – это в некоторых случаях заболевание, поэтому в немецком языке это понятие зачастую вербализуется лексемами с основой *krank*. Данное гнездо слов широко представлено в нашем материале. Больше всего – имен существительных, они являются номинацией как самих болезней, так и людей, страдающих от них.

Одна из первых проблем перевода, которая встречается в этом гнезде, – это разница между понятиями *Krankheit* и *Erkrankung*: *Krankheit* – «болезнь», «недуг», «недомогание», «заболевание»¹, *Erkrankung* – «заболевание». Вероятно, *Krankheit* – это длительное заболевание, здесь подчеркивается продолжительность, а *Erkrankung* – заболевание, вспыхнувшее внезапно, начальная стадия болезни, слово указывает на сам факт начала заболевания, что можно подтвердить и значением неотделяемого префикса *er-*, который указывает на начинательность, переход в определенное состояние².

Примеров с этими лексемами достаточно много, что позволяет нам рассмотреть возможные варианты их перевода. Оба слова встречаются в следующем предложении: *Nehmen Sie die manisch-depressive Erkrankung, die nicht zu Unrecht auch die CEO-Krankheit (Chief Executive Officer) genannt wird.* Выражение *manisch-depressive Erkrankung* можно перевести как «маниакально-депрессивное заболевание», но есть еще вариант «маниакально-депрессивный психоз», который является более распространенным. Кроме того, известен вариант «биполярное аффективное расстройство», который отображает суть еще одного немецкого наименования этого заболевания – *bipolare Störung* или *bipolare Depression*, оба – сокращенные версии полного наименования расстройства. Часто встречаются варианты *depressive Erkrankung* или *manische Erkrankung*. Во втором случае (*CEO-Krankheit*) речь идет об иносказании, которое применяется в отношении первого случая. Такая номинация указывает на того, кто подвержен этому расстройству – высшие должностные лица

¹ Большой немецко-русский словарь. В 3 т. Авт-сост. Е. И. Лепинг, Н. И. Филичева, М. Я. Цвиллинг и др.; под общ. рук. О. И. Москальской. – 11-е изд., стереотип. – М.: Рус. яз. – Медиа, 2008. – 760, [8] с., с. 745

² Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурысов Р. З. *op. cit.* с. 132

компаний, которые, несмотря на успехи в своей деятельности, подвержены истощению. Поэтому здесь уместен описательный перевод, например «заболевание начальника/руководителя» или «заболевание управленцев», которые обобщают оригинальный вариант.

Примером того, как заболевание получает название в честь того, кто им болел, является и метафоричное *elisabethanische Krankheit* – «елизаветинское заболевание» или «болезнь Елизаветы» («...*hieß Melancholie nach der überaus gebildeten Herrscherin die „Elisabethanische Krankheit“ ...*»). Здесь речь идет о том, как называли этот недуг во времена правления королевы Елизаветы I в Англии, которая страдала от меланхолии.

Достаточно много примеров сочетания одного из вышеуказанных существительных с именем прилагательным: *schwere Erkrankung* или *schwere Krankheit* – «тяжелое заболевание» или «тяжелая болезнь» в следующих предложениях: «...*dass es sich um eine schwere Erkrankung handelte...*», «*ob es einen Unfall gab oder eine schwere Erkrankung*». *Mittelschwere Erkrankung* в предложении «*Auch bei einer mittelschweren Erkrankung muss nicht sofort eine Psychopille her...*» можно перевести как «заболевание средней тяжести».

Seelische Krankheit соответствует не только «душевному расстройству», «душевной болезни», но и «психическому заболеванию» и «психическому расстройству», последний вариант – наиболее вероятный. Здесь интересно сравнение прилагательных *seelisch* и *psychisch*, они в большинстве контекстов синонимичны и взаимозаменяемы: «*Betrachtet man jedoch die Gesamtheit der seelischen Krankheiten von Männern und Frauen in Deutschland...*», «*Dauerstress aber kann gravierende körperliche Folgen haben und eine schwere psychische Krankheit auslösen*», «*berhaupt werden psychische Erkrankungen häufiger diagnostiziert...*» и т. д.

Встречаются примеры почти дословного перевода: *organische Krankheit* – «физиологическое заболевание» («*Eine Depression ist eine organische Krankheit wie Rheuma*»), *chronische Krankheit* – «хроническое заболевание» («*Ohne Behandlung laufen sie Gefahr, dass ihre Krankheit chronisch wird*»),

ernsthafte Erkrankung – «серьезное заболевание», *gefährliche Krankheit* – «опасное заболевание» («*Die Depression nach der Geburt ist eine verbreitete und gefährliche Krankheit*»), *lebensbedrohliche Krankheit* – «заболевание, опасное для жизни» или «заболевание, угрожающее жизни», *tödliche Krankheit* – «смертельное заболевание», *stressbedingte Krankheiten* – «заболевания, обусловленные/вызванные стрессом».

Смысл прилагательного в словосочетании *leise Krankheit* в предложении «*Depressionen bei Jugendlichen sind eine “leise” Krankheit...*» понятен в контексте, но может вызвать определенные сложности при переводе, ведь даже в оригинале прилагательное взято в кавычки, т. е. мы имеем дело здесь с переносным значением. В данном случае речь идет о едва заметном заболевании, которое далеко не всегда ярко выражено или имеет конкретные проявления. Таким образом, при переводе это значение можно описать, («постепенно развивающееся заболевание»), т. е. оно, вероятно, может проявиться не сразу.

Пример *die menschlichste Krankheit* любопытен тем, что определение к существительному стоит в сравнительной форме, которая не свойственна для относительного прилагательного *menschlich*. Принимая во внимание контекст («*...die Depression sei die menschlichste Krankheit, die man sich vorstellen kann*»), перевод может быть следующим: «Депрессия – это самое «человеческое» заболевание, которое можно себе представить».

В корпусе примеров имеются также именные словосочетания с двумя существительными, например, *Krankheit Depression* в предложении «*Sehen Sie ... die Gefahr einer Dramatisierung der Krankheit Depression?*». Здесь подчеркивается, что депрессия в некоторых случаях является заболеванием, а не просто временным расстройством, однако в понимании самой мысли само слово *Krankheit* играет не самую важную роль, поэтому его можно опустить. Еще один пример - *Krankheit des Ausnahmemenschen* («*...prägte Melancholie das Image des Intellektuellen. Sie sei „die Krankheit des Ausnahmemenschen“ ...*») – в котором слово *Krankheit* имеет общее генерализирующее значение и

поэтому не требует конкретизации или других приемов перевода. *Krankheit des Gehirns* – «заболевание (головного) мозга» («*Die Depression ist also...eine Krankheit des Gehirns.*»), *Opfer der Erkrankung* – «жертва заболевания» («*Man wird zum Opfer der Erkrankung...*»), *leichtere Formen der Krankheit* – «легкие формы заболевания» («*...erkranken...an einer Depression...die auch leichtere Formen der Krankheit miteinschließt.*»).

Отдельная тема – наименование тех, кто страдает от заболеваний: *Kranke* и *Erkrankte*. – «больной», «пациент»¹, *Erkrankte* – субстантивация от *erkranken*, т. е. «заболевший», «больной». Последнее существительное указывает на некую временность такого состояния, а *Kranke*, скорее, - на хроническое заболевание. Существительное *Kranke* встречается в следующем примере: «*...verpflichtet, alle stationär behandlungsbedürftigen psychisch Kranken...aufzunehmen.*» («психически больные»). А существительное *Erkrankte*, скорее всего, уместнее перевести как «заболевший» («*die Gesamtzahl der Erkrankten*»).

Определенные проблемы могут возникнуть при переводе композитов, которыми так богат немецкий язык. Атрибутивный компонент композитов является определяющим, поэтому такие композиты можно переводить именными словосочетаниями-управлениями или словосочетаниями-согласованиями: *Krankheitsbedrohung* – «угроза/опасность заболевания» («*Wir haben Angst...vor neuen Krankheitsbedrohungen...*»), *Krankheitsbild* – «картина болезни», «картина заболевания», «клиническая картина», «синдром заболевания» («*Dazu sind auch Krankheitsbilder viel zu verschieden.*»), *Geisteskrankheit* – «психическое расстройство», «душевное заболевание», «психическая болезнь», *Gemütskrankheit* – «душевная болезнь», «психическое заболевание» («*...wurden sie als Gemütskrankheiten bezeichnet.*»), *Suchterkrankungen* – «болезнь зависимости», «зависимость», «аддикция», *Stresserkrankung* или *Stresskrankheit* – «заболевание, вызванное стрессом», «заболевание, связанное со стрессом», *Volkskrankheit* – «массовая болезнь»,

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 744

«распространенное заболевание» (...*Therapeuten sind aber auf die Volkskrankheit nur mangelhaft vorbereitet.*)), *Wohlstandskrankheit* – «заболевание благосостоятельных людей» («*Sind Depression und Burnout vor allem Wohlstandskrankheiten?*»), *Zeitkrankheit* – «заболевание нашего времени» («*Burnout, die neue Zeitkrankheit, ...*»). Среди подобных композитов есть и те, которые имеют устоявшийся перевод, т. е. адекватный эквивалент в русском языке: *Angsterkrankung* – «невроз страха», «невроз тревоги». Следующий пример – не композит, но приставка придает целому слову совершенно другое значение: *Vorerkrankung* – «прежнее заболевание» («*Soldaten, die ein gutes soziales Umfeld und keine Vorerkrankungen haben, ...*»), т. е. возможные заболевания, которые пациент перенес раньше.

Еще одна группа примеров с корнем *krank* – это имена прилагательные и причастия. *Krank* – больной, *erkrankt* – «больной», «заболевший», «пораженный» («*die erkrankten Männer*»). Примеры *schwer krank* («*...ihr Mann wurde schwer krank.*») – «тяжело заболел», «страдал от тяжелой болезни» и *schwerkranke* – «тяжелобольной» («*...schwerkranke Menschen...*») показывают степень болезни, но это прилагательное может относиться не только к человеку: *krankte Psyche* – «больная душа», «нарушенная психика» («*Manche Menschen zerbrechen unter dem Druck ihrer kranken Psyche.*»). Значение прилагательного *suchtkrank*, как правило, зависит от контекста, в котором конкретизируется сама зависимость – «...-зависимый», «страдающий от ... зависимости», «склонный к ... зависимости/пристрастию» («*...dass jeder depressiv oder suchtkrank endet...*»). *Krank aussehen* – «выглядеть больным» («*Er sah sehr krank aus...*»), *krank sein* – «быть больным», «болеть» («*...der psychisch krank ist.*»), *krank werden* – «заболеть» («*...werde ein Drittel der Deutschen irgendwann im Leben mal psychisch krank.*»). *Krank machen* в предложении «*Nichtanerkennung...macht krank*» или в «*Ständiger Streit...könne krank machen...*» можно перевести как «негативно влияет/сказывается на здоровье». Другой пример – «*Trauer macht krank*». *Sich krank melden* – «заявить/сообщить о своей болезни», «взять

больничный» («*Sie meldet sich krank, der Hausarzt schickt sie in eine Kurklinik*»), отсюда – *Krankmeldung* – «сообщение о заболевании», «больничный лист», «лист нетрудоспособности» («*Ängste und Depressionen werden häufig erst erkannt, wenn es regelmäßig zu Krankmeldungen kommt...*»).

Глагол *krankschreiben* означает «выдать больничный лист», в нашем материале есть следующие примеры: *krankgeschrieben* – «быть на больничном», «отсутствовать по болезни» («*Wegen psychischer Leiden waren deutsche Arbeitnehmer im Jahr 2008 fast zehn Millionen Tage krankgeschrieben*»), *krankschreiben lassen* – «взять больничный лист» («*Drei Tage vor dem Ende des Arbeitsverhältnisses ließ sie sich krankschreiben*»); «*Sogar bei akuten körperlichen Beschwerden wollen sich viele Leute nicht krankschreiben lassen*»), *Krankschreibung* – «выдача больничного листка» («*...nach längerer erfolgloser Krankschreibung in die Klinik einweisen*»).

Krankhaft – «болезненный», «нездоровый», «патологический»¹. Это прилагательное сочетается со следующими существительными: *krankhafte Erschöpfung* – «болезненное истощение/изнеможение/усталось» («*...Kollegen können eine krankhafte Erschöpfung ebenso fördern...*»), *krankhafte Störung* – «страх/опасение болезненного расстройства» («*...wenn eine Furch zur krankhaften Störung wird...* »), *krankhafte Traurigkeit* – «болезненная печаль/грусть» («*Krankhafte Traurigkeit komme in allen Kulturen hervor*»), *krankhafte Veränderung der Stimmung* – «болезненное изменение настроения».

3. Depression

Второе по частотности слово, появляющееся в контексте, связанном со стрессом, – *Depression*. Его немецкий словарь определяет следующим образом: 1. a. (Medizin, Psychologie) sich in tiefer Niedergeschlagenheit u. a. ausdrückende seelische Erkrankung b. (umgangssprachlich) Traurigkeit².

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 745

² <http://www.duden.de/rechtschreibung/Depression>

Depression – «депрессия», «подавленность», «угнетенное состояние»¹. В нашем материале также немало определений и пояснений к этому слову. Так, в журнале *Der Spiegel* даны такие объяснения:

- «*Depression ist eine komplexe Erkrankung...*» - «Депрессия – это сложное заболевание», «заболевание со многими симптомами»
- «*...die Depression sei das komplexeste Krankheitsbild, das es gibt*» - «...депрессия является сложнейшим из существующих синдромов»
- «*Die Depression ist, biologisch gesehen, eine schwere Stoffwechselstörung des Gehirns.*» - «С биологической точки зрения, депрессия – это тяжелое нарушение обмена веществ в мозге.»
- «*... haben die Ärzte drei Begriffe zur Auswahl, wenn sie Patienten mit krankhafter Erschöpfung behandeln wollen: Depression, Anpassungsstörung oder Neurasthenie...*» - «...Леча пациентов с болезненным истощением, врачи могут поставить один из трех диагнозов: депрессия, нарушение адаптации и неврастения...»
- «*...die Depression ist ein Abbild all des Bösen*» - «...депрессия – это образ всего дурного»

В журнале *GEO* указано, что «*Depression ist weder die Ursache noch der Auslöser eines Burnouts, sondern eine mögliche Folge*». Однако то, что стоит за понятием *Burnout* и как можно его переводить, речь пойдет ниже.

Отсюда можно сделать вывод, что *Stress*, рассмотренный ранее, и *Depression* – два разных «явления», в медицине и психологии они четко разграничиваются. *Depression* – «депрессия», «подавленность», «угнетенное состояние»².

Саму лексему практически всегда можно переводить словом «депрессия» на русский язык, что можно подтвердить контекстом. *Depression* часто сочетается с прилагательными: *akute Depression* – «острая депрессия» («*Abgesehen von bestimmten schrecklichen Erinnerungen hinterlässt eine akute Depression wenig bleibende Wunden*»), *behandlungsbedürftige Depression* –

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 332

² Москальская О. И., *op. cit.*, с. 332

«депрессия, требующая лечения» («*Rund vier Millionen Menschen leiden in Deutschland an einer behandlungsbedürftigen Depression...*»), *behandlungsbedürftige Wochenbettdepression* - «послеродовая депрессия, требующая лечения» («*Hält die Stimmungskrise jedoch länger als zehn Tage an, handelt es sich um eine behandlungsbedürftige Wochenbettdepression*»), *klinische Depression* – «клиническая депрессия» («*Bei rund drei Vierteln der Betroffenen steigert sich das Leiden zu einer klinischen Depression*»), *kollektive Depression* – «коллективная депрессия» («*Was...beobachteten, waren eine kollektive Depression und...*»), *leichte Depression* – «легкая депрессия» («*Vieles spricht bei einer leichten Depression für eine Psychotherapie*»), *massive Depression* – «тяжелая депрессия» («*Doch ob nun leichter Burnout oder massive Depression, ...*»), *milde Depression* – «легкая депрессия» («*...durchleiden sehr viele Mütter eine milde Depression...*»), *mittelschwere Depression* – «депрессия средней тяжести» («*Auf eine Psychotherapie...sprechen bis zu 60 Prozent der Patienten mit leichten bis mittelschweren Depressionen gut an.*»), *postpartale Depression* - «послеродовая депрессия» («*In Indien gilt eine Frau mit postpartaler Depression schon mal als von Geistern besessen*»), *schwere Depression* – «тяжелая депрессия» («*...erkrankt jeder zehnte Deutsche einmal in seinem Leben an einer schweren Depression*»), *schwerste Depression* – «тяжелейшая депрессия» («*Bei...untherapierbaren schwersten Depressionen...*»), *starke Depression* – «сильная/тяжелая депрессия» («*Ihr Mann ging zum Arzt, der tatsächlich eine starke Depression erkannte*»), *tiefe Depression* – «глубокая депрессия» («*...der von euphorischem Taumel bis zu den “öden Eisbär-Zonen” tiefer Depression jede Stimmung kannte,...*»), *tiefste Depression* – «глубочайшая депрессия» («*Und doch sind...Phantasien...für das in tiefste Depression verfallene Gemüt in Wahrheit nichts anderes als...*»).

Достаточно широкая дистрибуция у производного прилагательного – *depressiv*. Оно сочетается не только с глаголами (*depressiv machen* или *depressiv werden*), но и, в первую очередь, со следующими существительными: *depressive Anfälle*, *depressive Episode*, *depressive Episoden*, *depressive*

Erkrankungen, depressive Gefühle, depressive Krankheitsbilder, depressive Phase, depressive Reaktionen, depressive Stimmungen, schwer depressive Stimmung, depressive Stimmungszustände, depressive Störungen, depressive Symptome, depressive Erkrankungen, depressive Verstimmungen, manisch-depressive Erkrankung, depressive Phasen, depressive Erkrankung.

В целом основа *Depression* очень продуктивна: среди примеров встречаются обозначения лиц, страдающих от депрессии, (*der Depressive*), а также лиц, занимающихся лечением депрессии (*Depression-Expertin* или *Depressionsexpertin*). Помимо этого, представлены и композиты: *Trauer-Depression, Winterdepression, Depressionsforschung, Depressionsrisiko, Depressionstherapien, Erschöpfungsdepression.*

4. Störung

Störung – «беспокойство», «помеха», «нарушение», «расстройство»¹. Это понятие довольно широкое, поэтому оно фигурирует в разнообразных контекстах, обозначая множество видов медицинских и психологических расстройств.

Самое часто встречающееся сочетание с лексемой *Störung* - *psychische Störung* – «психическое расстройство» («*Krankschreibungen aufgrund psychischer Störungen haben erheblich zugenommen*»). Другие примеры включают *affective Störung* – «аффективное расстройство» («*Sie werden den affektiven Störungen zugeordnet*»), *externalisierende Störung* – «экстернализирующее расстройство», т. е. поведенческие нарушения у детей, вызванные внешними факторами («*Schüler mit sogenannten „externalisierenden Störungen“ wie etwa Aufmerksamkeitsdefiziten, Hyperaktivität und Aggressivität...*»), *krankhafte Störung* – «болезненное расстройство» («*Was im Gehirn abläuft, wenn eine Furcht zur krankhaften Störung wird...*»), *neurotische und somatoforme Störung* – «невротическое и

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 398

соматоформное расстройство» («*Angststörungen werden den neurotischen und somatoformen Störungen...zugeordnet*»), *pathologische Störung* – «патологическое расстройство» («*...traumatische Erfahrung, die zu einer frühen pathologischen Störung führen kann*»), *phobische Störung* – «фобическое расстройство» («*chronische Angst ist ein Problem, das als Angststörung oder phobische Störung bezeichnet wird...*»), *seelische Störungen* – «душевное расстройство» («*Manche seelischen Störungen kommen aus heiterem Himmel*»), а также *emotionale Störung* – «эмоциональное расстройство», *psychosomatische Störung* – «психосоматическое расстройство» и *körperliche Störung* – «физическое расстройство». *Bipolare Störung* – «биполярное расстройство» («*...da Depressionen auch Phasen der bipolaren Störung sein können*») – синоним к *manisch-depressive Erkrankung* или к *depressive Störung* – «депрессивное расстройство» («*Menschen mit einer depressiven Störung...*»). Разновидность последнего - *rezidivierende depressive Störung* – «рецидивирующее депрессивное расстройство» («*Depressionen finden sich... als rezidivierende depressive Störungen...*»).

Среди композитов с элементом *-störung* есть следующие примеры: *Angststörung* – «тревожное расстройство/психоз», «невроз страха/тревоги» («*Auch bei Angststörungen hat sich das Verfahren bewährt*»), *Anpassungsstörung* – «нарушение адаптации» («*Fachleute sprechen manchmal von einer Anpassungsstörung*»), *Belastungsstörung* – «стрессовое расстройство» («*Auch posttraumatische Belastungsstörungen sind inzwischen weniger tabuisiert...*»), *Bindungsstörung* – «расстройство привязанности», «нарушение привязанности» («*Bindungsstörungen aus der Kindheit können auch noch bei Erwachsenen erfolgreich behandelt werden*»), *Stoffwechselstörung* – «нарушение обмена веществ», «метаболическое нарушение» («*Die Depression ist, biologisch gesehen, eine schwere Stoffwechselstörung des Gehirns*»), *Instinktstörung* – «нарушение/расстройство инстинкта» («*Die verheerende Instinktstörung war jedoch, dass ich nicht schlafen konnte*»), *Panikstörung* – «паническое расстройство» («*...sprechen Psychologen von einer*

Panikstörung»), *posttraumatische Belastungsstörung* – «посттравматическое стрессовое расстройство» («*Eine posttraumatische Belastungsstörung ist die Folge von Extremstress für die Seele*»), *Stimmungsstörung* – «эмоциональное расстройство» («*...wie ich bereits in die Gewalt einer Stimmungsstörung geraten war*»), *Schlafstörung* – «нарушение/расстройство сна» («*Nicht selten geraten sie so sehr in Stress, dass sie Ängste und Schlafstörungen ausprägen*») как гипероним и его гипоним - *Ein- und Durchschlafstörung* – «нарушение засыпания и поддержания сна» («*...leiden weltweit zwischen zehn und 30 Prozent der Menschen unter Ein- und Durchschlafstörungen*»), а также *Bewegungsstörung* – «нарушение моторных функций организма», «расстройство движений», «нарушение/расстройство моторики» и *Konzentrationsstörung* – «нарушение концентрации».

Другие примеры с однокоренным элементом – это *bindungsgestört* («*...behandelt bindungsgestörte Kinder intensiv...*») – «дети с расстройством/нарушением привязанности» (речь идет об отклонениях в социальном поведении детей), *emotional gestört* («*emotional gestörte Kinder*») – «дети с эмоциональным расстройством», *gestörte Bindungserfahrungen* («*...sind besonders Frauen mit gestörten Bindungserfahrungen betroffen*») – «женщины, у которых было расстройство привязанности в детстве», *Verstörung* – «расстройство» («*Wer in den Abgrund menschlicher Unzulänglichkeit geblickt hat, bleibt im Bannkreis der Verstörung*»), *Störungsbild* – «картина расстройства» («*...befasst sich seit 25 Jahren mit dem Störungsbild...*»).

5. Angst

Значение слова *Angst* указывает на самостоятельное чувство, не имеющее, казалось бы, ничего общего с понятиями *Stress*, *Depression* или *Burnout*. Однако это ощущение является, как правило, частью всех переживаний, связанных с упомянутыми синдромами и расстройствами.

Более того, в некоторых контекстах страх синонимичен этим расстройствам. Это понятие – одно из самых часто встречающихся в контексте стресса. Словарь определяет *Angst* как «страх», «боязнь», «тоска», «тревога»¹.

Вот некоторые контексты, в которых используется понятие «страх»: *Ängste* – «страхи» («...*schlucken fast 800000 Menschen regelmäßig Tabletten, um Stress, Ängste und Konflikte auszuhalten*»), *emporwallende Angst* – «сильный/огромный/чрезмерный/нарастающий страх» («*Grund für emporwallende Angst*»), *irrationale Angst* – «иррациональный страх» («*Dann befällt Pia eine irrationale Angst.*»), *übersteigerte Angst* – «преувеличенный/завышенный/чрезмерный страх» («*Auch permanenter psychischer Druck führt zu übersteigerten Ängsten*»), *krankhafte Angst* – «болезненный страх», *unangemessene chronische Angst* – «неадекватный/сильный хронический страх» («*Unangemessene chronische Angst ist dagegen ein Problem*»).

Примеры с дериватами: *ängstlich* – «боязливый», «пугливый», «испуганный», «исполненный страха» («*Väter werden sensibler und oft ängstlicher*»), *der/die Ängstliche* – «испытывающий страх», «склонный к хроническому страху» («...*könnte notfalls der Lebenspartner den Ängstlichen... begleiten*»), *Ängstlichkeit* – «тревожность», «боязливость», «пугливость» («*Ängstlichkeit und Appetitlosigkeit werden zum Dauerzustand*»).

Встречается достаточно много примеров со словом *Angst* в виде словосочетаний и с распространенными определениями: *Angst vor Jobverlust* – «страх потерять работу», *Angst davor, dem Erschöpfungszustand nie wieder zu entkommen* – «боязнь никогда не избавиться от состояния истощения/изнеможения», *Angst vor Bakterien, neuen Krankheitsbedrohungen, Verkehrsunfällen, Alter und Einsamkeit* – «боязнь бактерий, новых угроз заболевания, дорожно-транспортных происшествий, возраста и одиночества», *Angst vor dem Alleinsein, zu lauten Geräuschen oder Dunkelheit* – «боязнь одиночества, громкого шума или темноты», *Angst vor dem Tod* –

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 100

«страх перед смертью», *Angst vor Verlust, Versagen, Gewalt, Naturkatastrophen oder finanzieller Not* – «страх перед потерей, неудачей, насилием, природными катастрофами или материальной нуждой», *Angst, als Globalisierungsoffer zu enden* – «страх стать/кончить жертвой глобализации», *Angst, nicht mehr mitzukommen, abzurutschen* – «страх не успеть/отстать, потерпеть крах», *Angst, stehen zu bleiben, zurückzufallen* – «страх остановиться, отстать».

Сложные слова с корнем *-angst-*: *Todesangst* – «смертельный страх», «страх смерти» («*er hatte Todesangst*»), *Versagensangst* – «страх перед провалом/неудачей» («*...leiden unter Versagensängsten*»), *Existenzängste* – «экзистенциальный страх» («*ich entwickelte Katastrophenphantasien und Existenzängste*»), *Angstgefühle* – «чувства страха/тревоги», *Angstanfälle* – «приступы страха» («*Erschreckende, sprunghafte Angstanfälle traten auf*»), *Angsterkrankung* – «тревожное расстройство», «тревожный невроз», «невроз страха» («*...angeblich 25 Prozent der Bevölkerung an einer Angsterkrankung oder an einer Depression leiden...*») или *Angststörung* («*...ein Problem, das als Angststörung bezeichnet wird*»), *Angstreaktion* – «реакция страха» («*Immer wieder können derartige Momente jene angeborene, archaische Angstreaktion in Gang setzen*»), *Angstzustände* – «тревожное состояние», «состояние страха», «тревожность» («*Irgendwann stürzte er in eine tiefe Krise mit schlimmen Angstzuständen*»).

Важную роль в вышеприведенных примерах играет валентность имен существительных. Она поддается описанию сложнее, чем валентность глаголов, однако говорит многое о значении некоторых слов и словосочетаний. Существительные, описывающие состояние (в нашем случае – *Angst*), могут быть одновалентными (*Angst des Kranken*) и двухвалентными (*Angst des Kranken vor dem Tod*)¹. И в том, и в другом случае речь идет о правой валентности, которая указывает на новую информацию, некуюokkaзиональность, в отличие от левой атрибутивной валентности. Среди

¹ Степанова М. Д., Хельбиг Г. Части речи и проблема валентности в современном немецком языке, «Высшая школа» М., 1978, 258 с., с. 213

наших примеров левая валентность чаще всего встречается в качестве атрибутивного элемента композита, например, *Todesangst*.

Причастное *angstauslösend* со значением «вызывающий страх» встречается два раза: *angstauslösende Bedrohung* – «угроза/опасность, вызывающая страх» («...*die in Gefahr sind, ein Burnout-Syndrom zu entwickeln, zur angstauslösenden Bedrohung wandeln*»), *angstauslösender Reiz* – «раздражитель/раздражение, вызывающее страх» («*Die Konfrontation mit den jeweiligen angstauslösenden Reizen soll sie eines erfahren lassen*»).

6. Leiden

Одна из самых продуктивных основ среди наших примеров – это, безусловно, *leiden*. Существительное *Leiden* имеет достаточно общее значение и из-за этого встречается в самых разнообразных контекстах. В целом можно выделить три лексемы, которые наиболее часто употребляются в контексте стресса: *Leiden* (существительное), *leiden* (глагол) и *Leid*.

Как известно, глагол *leiden* имеет вариативную валентность – употребляется с предлогом *an* или *unter*. Предлог *an* употребляется в контексте болезней, а *unter* имеет более широкую дистрибуцию употребления: это могут быть продолжительные боли, страдания, муки, предлог используется в случае страдания от другого человека и т. д. Основные значения глагола – «страдать», «пострадать», «терпеть», «переносить», «испытывать»¹. Известны следующие случаи употребления: *leiden unter* – «страдать от» («*sie leiden darunter, dass die Partnerin sich ihnen weniger zuwendet*»), *am Burnout-Syndrom leiden* – «страдать от эмоционального выгорания» («*Er sagte mir auf den Kopf zu, dass ich am Burnout-Syndrom leide...*»), *an Depressionen leiden* – «страдать от депрессий» («*Warum Frauen doppelt so häufig wie Männer an Depressionen leiden*»), *leiden an psychischer Störung* – «страдать от психического расстройства» («*Frauen leiden nicht*

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 27

häufiger als Männer an psychischen Störungen»), leiden unter Alpträumen – «страдать от ночных кошмаров» («zahlreiche Soldaten leiden unter Alpträumen»), leiden unter Überlastung im Beruf – «страдать от перегрузки на работе», «страдать от профессиональной перегрузки» («Immer mehr Patienten leiden unter Überlastung im Beruf»), unter Burnout leiden – «страдать от эмоционального выгорания» («Fast jeder dritte Klinikarzt leiden unter einem Burnout»), unter Erschöpfungszuständen leiden – «страдать от состояния истощения», «подвергаться состоянию истощения» («Auch er kann unter Erschöpfungszuständen leiden»), unter Sinnleere wie unter krankhaften Anfällen leiden – «страдать от бессмысленности/потерянности и от болезненных припадков» («...dass sie unter Sinnleere wie unter krankhaften Anfällen litten»), unter tiefer Depression leiden – «страдать от глубокой депрессии» («Viele Menschen, die unter tiefer Depression litten...»), unter Zeitdruck und Arbeitsüberlastung leiden – «страдать от нехватки времени и перегрузки на работе» («Jeder dritte Krankenpfleger gab...an, massiv unter Zeitdruck und Arbeitsüberlastung zu leiden»).

Глаголы *durchleiden* и *erleiden* отличаются приставками, которые меняют смысл глагола *leiden*, оттенки можно уловить только в контексте, но их сложно передать её на русский язык. Так, в словосочетании *graue Stunden durchleiden* лексически подчеркивается продолжительность мучительного опыта: происходит это не только за счет временного показателя *Stunden*, но и с помощью приставки *durch-*. Поэтому значение глагола *durchleiden* можно передать как «вытерпеть, измучиться» - со значением конечности, преодоления. Глагол *erleiden* благодаря приставке *er-* в предложении «*Sven... erlitt einen Burnout*» получает значение начала, перехода в определенное состояние, возможно, всё же процесса, но завершённого. При переводе получается «он страдал от эмоционального выгорания», «он перенес синдром выгорания», т. к. добавленный приставкой оттенок значения далеко не всегда возможно и нужно передавать в переводящем языке.

Существительное *Leiden* означает «страдание», «недуг», «болезнь»¹. Оно встречается в следующих контекстах: *das Leiden* – «страдание» («*das Leiden der Anderen*»), *körperliches Leiden* – «физические страдания», «боль» («*der könnte ein gravierendes körperlichen Leiden haben*»), *psychisches Leiden* – «психическое заболевание/недуг» («*Bei den psychischen Leiden führt dies zu...*»), *subjektives Leiden* – «субъективное страдание» («*Wenn eine individuelle Disposition vorliegt, gelingt die nötige Anpassung an Veränderungen schlecht und führt zu subjektivem Leiden*»), *Leidensdruck* – «груз/тяжесть страданий» («*Mein Leidensdruck war immens*»), *Volksleiden* – «национальный недуг», «распространенный недуг» («*Stresserkrankungen sind ein Volksleiden der vernetzten, beschleunigten Welt*»).

Leid – «страдание», «горе», «печаль», «несчастье», «огорчение», «боль»². Лексема употребляется реже, чем другие однокоренные слова, однако значение у нее более широкое: *Leid* – «страдание/боль» («*Manche Frauen ertragen ihr Leid urplötzlich nicht mehr*»), *seelisches Leid* – «душевное страдание» («*...die sich nach langem seelischen Leid das Leben nahm*»), *tiefes und anhaltendes Leid* – «затяжные/постоянные и глубокие страдания» («*Dass der Tod eines vertrauten Kollegen manchmal tiefes und anhaltendes Leid auslöst...*»).

Еще один пример – причастие и субстантивированное причастие с основой *leid-*: *leidende Seele* – «страдающая душа» («*Kennzeichen des sensiblen Intellektuellen, der „schönen“, an der Welt leidenden Seele*»), *Leidende* – «страдающий/больной/пациент» («*Doch ist es für einen Leidenden nicht gleichgültig...*»).

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 27

² Москальская О. И., *op. cit.*, с. 27

7. Burnout

Burnout – один из самых сложных терминов в нашем корпусе примеров для перевода на русский язык. В то же время он один из самых распространенных в научной публицистике данной темы. Слово *Burnout* заимствовано из английского языка, в котором оно приобрело новый оттенок значения (в области психологии) только в 70-ых гг. XX века. Существительное активно употребляется в немецком языке, однако до сих пор не закрепились в ряде немецких словарей, в том числе в переводных словарях. Кроме того, оно приобрело статус термина, благодаря чему отчасти оно так быстро распространилось.

Немецкий словарь Duden определяет термин следующим образом: *Burnout* - Syndrom des Ausgebranntseins, der völligen psychischen und körperlichen Erschöpfung¹. В проанализированных нами журналах неоднократно было дано определение этого слова или, по крайней мере, описание симптомов обозначаемого им нарушения. Так, в журнале *Der Spiegel* специалист отвечает на вопрос журналиста: «Ist Burnout oft nur der schickere Begriff für eine Zustand, den Sie als Depression bezeichnen?» – «Das trifft für leichtere Depressionen zu. Im Begriff Burnout steckt ein Stück Schuldzuweisung an andere mit drin». *Kernsymptome des Burnout-Syndroms* – «основные симптомы синдрома выгорания»:

- *emotionale Erschöpfung* – эмоциональное истощение
- *eingeschränkte Leistungsfähigkeit* – ограниченная работоспособность
- *Depersonalisierung* - деперсонализация

Сложным является ответ на вопрос о переводе этого понятия на русский язык. Такое явление как *Burnout* часто именуется синдромом, поэтому возможны такие варианты перевода: «синдром выгорания», «эмоциональное выгорание», «психическое истощение», «моральное истощение», т. е.

¹ http://www.duden.de/rechtschreibung/Burn_out_Syndrom

состояние человека, когда он чувствует себя полностью истощенным психически и физически, это хроническая усталость или истощение.

Первый пример касается самого термина *Burnout*: *Burnout-Kritiker* – «критики термина «Burnout». Специалисты называют этот синдром по-разному, нет единого мнения, поэтому среди экспертов есть и противники термина *Burnout*: «Doch ist es für einen Leidenden nicht gleichgültig, ob der Arzt von „Depression“ oder „Burnout“ spricht?» - «Da streiten die Gelehrten. Die populäre Vokabel Burnout, geben Fachleute zu bedenken, ermögliche vor allem Männern einen offeneren, heilsameren Umgang mit der Krankheit». Вполне вероятно, что *Burnout* используется в качестве эвфемизма для слова *Depression* или *Stress*.

Встречаются следующие композиты с элементом *Burnout*: *Burnout-Behandlung* – «лечение истощения/синдрома выгорания» («*In einer erfolgreichen Burnout-Behandlung müsse Abgrenzung neu gelernt werden*»), *Burnout-Betroffene* – «страдающие от психического истощения» («*Burnout-Betroffene etwa bemerkten ihr Ausbrennen meist längere Zeit nicht*»), *Burnout-Epidemie* – «эпидемия синдрома выгорания», *Burnout-Gefährdete* – «подвергнутые эмоциональному выгоранию», «склонные к эмоциональному выгоранию» («*Genau das könnten Burnout-Gefährdete nämlich nicht mehr*»), *Burnout-Klient* – «пациент с синдромом выгорания» («*...seriöse Behandlungskonzepte für Burnout-Klienten angeboten werden*»), *Burnout-Patient* – «пациент с синдромом выгорания» («*Wunschzettel von Burnout-Patienten in einer psychosomatischen Klinik*»), *Burnout-Persönlichkeit* («*Frau P. hat eine typische Burnout-Persönlichkeit*») – «типичный человек, страдающий от психического истощения», *Burnout-Phase* – «фаза синдрома выгорания» («*Sie r u t s c h t e i n Burnout-Phase 3* ») , *Burnout-Prävention* – «предотвращение/профилактика синдрома выгорания» («*Spezialistin für Burnout-Prävention*»), *Burnout-Raten* – «процент/количество заболеваний эмоциональным выгоранием» («*Zusammenhang zwischen...und steigenden Burnout-Raten*»), *Burnout-Risiko* – «риск заработать психическое истощение»

(«*Testen Sie ihr Burnout-Risiko*»), *Burnout-Symptome* – «симптомы синдрома выгорания» («*ein Viertel aller Bundespolizisten zeigt Burnout-Symptome*»).

Другие примеры - *kollektiver Burnout* – «коллективное психическое истощение» («*wir erleben heute fast einen kulturellen, einen kollektiven Burnout*»), *leichter Burnout* – «легкое/небольшое эмоциональное выгорание», *Ausfall durch Burnout* – «отсутствие на работе из-за истощения» («*Firmen wappnen sich gegen Ausfälle durch Burnout*»), *Burnout nach Kündigung* – «синдром выгорания из-за/после увольнения».

Интересно функционирование лексемы *Burnout* с глаголами: от синдрома можно страдать, а можно им и болеть: *an Burnout erkranken* – «подвергаться эмоциональному выгоранию» («*...dass immer mehr Menschen an Burnout und Depressionen erkranken*»), *am Burnout-Syndrom leiden* – «страдать синдромом эмоционального выгорания» («*Er sagte mir auf den Kopf zu, dass ich am Burnout-Syndrom leide...* »), *unter Burnout leiden* – «страдать от эмоционального выгорания» («*Fast jeder dritte Klinikarzt leiden unter einem Burnout*»). Глагол *leiden*, как уже ранее замечено, используется с двумя разными предлогами в зависимости от контекста (*an* или *unter*), а иногда и с предлогом *durch*. В нашем случае термин *Burnout* встречается как с предлогом *an*, так и с предлогом *unter*, что говорит о сложном характере синдрома и разных проявлениях и ощущениях у людей, страдающих от него.

8. Belastung

Слово *Belastung* («нагрузка», «груз», «ноша», «напряжение», «бремя», «тяготы»¹) обозначает, как правило, причину стресса или депрессии и поэтому является очень продуктивной основой для разных контекстов. Существительное образовано от глагола *belasten* – «отягощать», «обременять» («*Personen und Situationen, die sie belasten können*»). Но есть и другие дериваты: *belastbar* – «стрессоустойчивый», «способный выдерживать

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 230

нагрузку» («*Kinder sind ... wenig belastbar*»), *belastet* – «отягощенный/напряженный» («*In 80 Prozent der Fälle waren die Patienten schon vor der Traumatisierung belastet*»), *psychisch sehr belastet* – «психически/душевно обремененный/отягощенный» («*Früher sei man auf psychisch sehr belastete Schüler vor allem an Hauptschulen getroffen...*») или *seelisch belastet* («*Künftig sollen seelisch belastete schwäbische AOK-Patienten zwar weiterhin zuerst zum Hausarzt*»), *schwerbelastet* – «сильно отягощенный» («*Wenn ich schwerbelastete Workaholics aus dem Verkehr ziehe...*»), *vorbelastetes Kind* – «(уже) испытывавший психологическую нагрузку» («*...kommt ein derart vorbelastetes Kind schneller an seine Belastungsgrenze*»).

Примеры именных словосочетаний: *chronische Belastung* – «хроническая усталость» («*normale Stressreaktion kann bei chronischer Belastung zu einer Depression führen*»), *finanzielle Belastungen* – «финансовые проблемы» («*Dazu kommen weiche Faktoren wie finanzielle Belastungen*»), *private Belastungen* – «личные проблемы» («*Gesellschaftliche Veränderungen, der wachsende Druck in der Arbeitswelt und private Belastungen treffen alle*»), *psychische Belastung* – «психические/душевные проблемы» («*Psychische Belastungen, auf die kein Anästhesist vorbereitet ist*»), *psychosoziale Belastungen* – «психологическая и социальная нагрузка» («*Zu den Auslösern gehören Leistungsforderungen und psychosoziale Belastungen*»), *psychotische Belastungen* – «психотические проблемы» («*Psychose, in der sich ohne Zweifel die psychotische Belastung zeigt*»), *Zeitliche Belastung* – «временная нагрузка» («*Die zeitliche Belastung durch den Job war enorm*»).

Примеры композитов достаточно разнообразны: *Belastungsgrenze* – «предельная/максимальная нагрузка» («*...kommt ein derart vorbelastetes Kind schneller an seine Belastungsgrenze*»), *Arbeitsbelastung* – «нагрузка на работе», «профессиональная нагрузка/усталость» («*Schlimmer als eine Arbeitsbelastung ist Nichtanerkennung*»), *Belastungssituation* – «стрессовая ситуация» («*ich befinde mich in einer Belastungssituation*»), *Belastungsstörungen* – «стрессовая усталость» («*Auch posttraumatische Belastungsstörungen sind inzwischen*

weniger tabuisiert ... »), Dauerbelastung – «длительная/продолжительная/постоянная нагрузка» (« ... die Zeugungsfähigkeit von Männern unter Dauerbelastung abnimmt»), Dreifachbelastung – «тройная нагрузка» («Das Ergebnis ist oft eine Dreifachbelastung durch Beruf, Familie und Haushalt»), posttraumatische Belastungsstörung – «посттравматическое расстройство» («Eine posttraumatische Belastungsstörung ist die Folge von Extremstress für die Seele»), psychosomatische Belastungssymptome – «психосоматические симптомы стресса/перегрузки» («Dann können sich auch psychosomatische Belastungssymptome entwickeln»).

9. Druck

В нашем корпусе примеров эта лексема используется в переносном значении и обозначает «давление», «тяжесть», «гнет»¹. Встречается в разных контекстах и сочетаниях: *anhaltender Druck* – «постоянное давление/напряжение», *außergewöhnlicher Druck* – «особо сильное давление/напряжение» («Frühe Belastungen hinterlassen „Narben“ im Gehirn, die bei außergewöhnlichem Druck aufbrechen können»), *steigender Druck* – «нарастающее/увеличивающееся/высокое давление/гнет» («Der steigende Druck geht auf veränderte Arbeitsbedingungen zurück»), *seelischer Druck* – «психическое давление» («...Mitarbeiter unter seelischen Druck geraten»), *wachsender Druck* – «растущее/возрастающее/усиливающееся/увеличивающееся/высокое давление» («Gesellschaftliche Veränderungen, der wachsende Druck in der Arbeitswelt und private Belastungen treffen alle»). Среди именных словосочетаний с существительным есть такие, как *Druck der Öffentlichkeit* – «давление со стороны общественности» («Der Druck der Öffentlichkeit wird immer da sein») или *Druck im Job* – «давление на работе» («Der Druck im Job

¹ Москальская О. И., *op. cit.*, с. 361

war groß...»). Еще один пример - Druck von innen und von außen – «давление внутреннее и внешнее» («Offenbar wächst der Druck von beiden Seiten - von innen und von außen»).

Распространено использование словосочетания «под давлением»: *unter Druck* – «находящийся под давлением» («Aber nicht alle Menschen reagieren unter Druck gleich...»), *sich unter Druck setzen* – «давить на себя», «оказываться под давлением» («...hätten hohe Ansprüche an sich selbst und setzten sich stark unter Druck»), *unter Druck stehen* – «находиться под давлением», «испытывать давление» («...steht auch der Trainer unter Druck» или «Wenn man über lange Zeit unter hohem psychischen Druck steht...» или «... auch werdende Mütter oft unter starkem Druck stehen»).

Среди композитов есть следующие примеры: *Leidensdruck* – «тяжесть/груз страдания» («Mein Leidensdruck war immens»), *Konkurrenzdruck* – «давление конкуренции», *Leistungsdruck* – «психическое давление/напряжение из-за необходимости добиваться результатов» («Die aktiven stellen sich selbst unter einen strengen Leistungsdruck»), *unter Zeitdruck* – «страдать из-за нехватки времени», «быть в напряжении из-за нехватки времени» («ich werde bedroht oder stehe unter enormem Zeitdruck» или «Jeder dritte Krankenpfleger gab...an, massiv unter Zeitdruck und Arbeitsüberlastung zu leiden»).

Интересным примером является слово *Termindruck*. Его можно перевести как «цейтнот», «нехватка времени», «плотный график». Само по себе *Termin* означает «срок», «дата», «встреча», «прием». Слово встречается очень часто в немецкой речи, как устной, так и письменной, однако точный эквивалент этого понятия отсутствует в русском языке, поэтому передача на русский язык любой единицы языка с таким элементом, как *Termin*, представляет собой вызов переводчику.

4.2 Расширенное семантическое поле понятия «Stress»

В предыдущей главе мы рассмотрели самые частотные варианты вербализации понятия «стресс» в немецкоязычной публицистике. Однако кроме них лексико-семантическое поле этого понятия составляет целый ряд других лексем. Хотя они не так часто встречаются в нашем материале, эти лексемы представляют не меньший интерес для контекстуального анализа, т. к. затрагивают не только само расстройство, но и являются обозначением причин, побочных эффектов, отклонений или последствий психического заболевания.

Все подобранные примеры можно разделить на несколько тематических групп. Деление это имеет условный характер в связи с тем, что некоторые из лексем можно отнести к нескольким группам.

- синонимичные номинации стресса

К этой группе относятся, прежде всего, понятия, имеющие общие семы с лексемой «Stress», т. е. они могут быть контекстуальными синонимами и взаимозаменяемы в отдельных случаях. Чаще всего это конкретизированные обозначения психических или физических отклонений, связанных со стрессом. По отношению к самому понятию «стресс» указанные далее примеры могут быть гипонимами или гиперонимами.

Среди часто встречающихся лексем – «Anspannung»: *chronische seelische Anspannung* – «хроническое психическое напряжение» («*Steht die Mutter unter chronischer seelischer Anspannung, ...*»), *stete Anspannung* – «постоянное напряжение» («*...verursachen eine stete Anspannung*»), *starke Anspannung* – «сильное напряжение» («*Meine Klienten sind Menschen unter starker Anspannung, mit hoher Verantwortung*»), *Angespanntsein* – «состояние напряженности» («*...ob Müdigkeit oder Angespanntsein, Frustration oder Aggressivität – viele Anzeichen lassen sich allzu leicht als vorübergehende*

Unpässlichkeiten abtun»), *Hochspannung* – «сильное напряжение/давление» («*Gemeinsam sorgen die Hormone dafür, dass der ganze Körper blitzschnell auf Hochspannung umschaltet*»).

Есть также несколько групп однокоренных лексем, например: *Krise* – «кризис», «кризисная ситуация» («*Millionen Menschen klagen über Dauerstress, Burnout und Depressionen und suchen nach Wegen aus der Krise*») и *Krisis* – «кризис», «кризисная ситуация» («*Und der Wolke – der greifbar gewordenen Krisis – gehörte Alkohol...*»). Другая группа - *Trübsal* – «печаль», «хандра», «уныние» («*Eigentlich schreibe er, um die eigene Trübsal zu verscheuchen*»), *Trübsinn* – «хандра», «уныние» («*Es erscheint für den Laien fast ungeheuerlich – doch ob Heiterkeit, Trübsinn, Freude oder Melancholie*») и *Trübung* – «помутнение», «омрачение» («*...und damit wohl auch indirekt einer Trübung des Gemüts vorbeugen*»). *Frust* – «разочарование», «фрустрация», «хандра» («*...sich nicht von negativen Gefühlen – Angst oder Frust etwa – mitreißen zu lassen*») и *Frustration* – «разочарование», «фрустрация», «расстройство» («*...ob Müdigkeit oder Angespanntsein, Frustration oder Aggressivität – viele Anzeichen lassen sich allzu leicht als vorübergehende Unpässlichkeiten abtun*»). В последней группе представлена, по сути, одна лексема, вариант *Frust* – сокращенный от *Frustration*.

Среди других примеров: *Anstrengung* – «напряжение», перенапряжение», «нагрузка» («*Dem Ausbrennen geht häufig eine Zeit frustrierender Anstrengungen voraus*»), *Beklemmung* – «подавленность», «угнетенное состояние» («*Anfangs bekam ich regelrecht Beklemmungen...*»), *Benommenheit* – «оцепенелость», «помрачение сознания» («*...verursachte eine verzweifelte, unangenehme Benommenheit*»), *Besorgnis* – «опасение», «тревога», «обеспокоенность» («*Freilich erfassen Besorgnis und Furcht nicht jeden Menschengleichmaßen...*»), *Bitternis* – «горечь» («*Natürlich ließen sich Weltschmerz, Bitternis und Sinnzweifel nicht einfach verbieten*»), *Düsternis* – «угрюмость», «мрачность» («*kein Raum für vorproduktive Düsternis...*»), *Dunkelheit* – «мрак», «неизвестность» («*Weg aus der Dunkelheit*»), *Entmutigung*

– «уныние», «отчаяние», «разочарование», «потеря веры в себя» («... das den teuflischen Kreislauf von Erschöpfung und Entmutigung in Gang setzte»), Ermüdung – «утомление», «усталость», «изнурение» («Konkurrenzbewusstsein und Erfolgsbedürfnis, die anfällig sind für Ermüdung und Stress»), Erschöpfung – «истощение», «изнеможение», «усталость», «утомление», «изнурение» («Die Fachleute dort beschleunigten ihm eine emotionale und psychische Erschöpfung oder psychische Erschöpfung»), Larmoyanz – «сентиментальность», «плаксивость», «чувствительность», «слезливость» («Eine Befindlichkeit, hinter der sich Unlust und Larmoyanz verbergen lassen?»), Lustlosigkeit – «отсутствие желания» («Lustlosigkeit machte sich breit»), Nervenschwäche – «неврастения», «слабонервность» («Um 1900 wird die sogenannte Neurasthenie, die Nervenschwäche, als eine durch erhöhtes Tempo ausgelöste Krankheit beschrieben»), Nervosität – «нервозность» («Den macht die eigene Nervosität noch nervöser»), Niedergeschlagenheit – «удрученность», «подавленность», «угнетенность» («... Stress und anhaltende Niedergeschlagenheit andererseits sehr wohl auf die physische Gesundheit auswirken»), Pein – «мучение», «страдание» («In welcher Weise genau psychische Pein eine Depression herbeiführt, ist bei weitem noch nicht geklärt»), Plage – «мука», «мучение», «страдание» («Stress, der zu einer echten Plage werden kann»), Qual – «мука», «мучение», «страдание», «терзание» («... die mit den Qualen einer zum Selbstmord neigenden Schwermut ringen...»), Reizbarkeit – «раздражительность», «раздражимость», «обидчивость», «возбудимость» («Gemeinsam ist ihnen allen eine steigende innere Unruhe, erhöhte Reizbarkeit, Unausgeschlafenheit...»), Seelenfinsternis – «угнетенное состояние», «безысходность» («Bei manchen setzt die Seelenfinsternis schleichend ein...»), Seelennot – «душевная пытка», «внутренняя потребность в чем-либо» («Tatsächlich sind verschiedene Formen der Seelennot weit verbreitet...»), Sorge – «беспокойство» («Andere haben panische Sorge um das Kind»), Stimmungstief – «перепады настроения», «хандра» («Bei 5 bis 20 Prozent aller Gebärenden tritt zwei bis sechs Wochen nach der Geburt ihres

Kindes ein behandlungsbedürftiges Stimmungstief auf») , *Schwermut* – «меланхолия», «грусть», «уныние», «тоска», «печаль» («...*die mit den Qualen einer zum Selbstmord neigenden Schwermut ringen...*»), *Trauer* – «скорбь», «траур», «печаль» («*Der Tunnel der Kraftlosigkeit umschließt eine Trauer*»), *Tristesse* – «печаль», «уныние», «меланхолия» («*Für so einen Weltschmerzverein lag es ja nahe, Tristesse mit Genialität zu koppeln*»), *Zusammenbruch* – «срыв», «нервное истощение», «упадок сил» («...*brennen förmlich aus, oft bis zum totalen Zusammenbruch*»), *Melancholie* – «меланхолия» и *Weinerlichkeit* – «плаксивость».

По частотности употребления все лексемы разные, однако у ряда лексем есть общие аффиксы, указывающие на конкретное значение. Поэтому в этой части, как и в последующих, мы проанализируем отдельные подгруппы слов, которые объединяет определенный префикс или суффикс.

Продуктивный частотный префикс *un-* имеет значение отрицания, противоположности, отрицательной оценки¹ как, например, в слове *Unruhe* – «волнение», «беспокойство», «тревога» («*depressive Störungen, die sich durch Unruhe äußerten*»), *innere Unruhe* – «внутренне волнение» («*gemeinsam ist ihnen allen eine steigende innere Unruhe*»), *psychomotorische Unruhe* – «психомоторное волнение» («*Episoden reizbarer Stimmung mit psychomotorischer Unruhe...*»), *konstante Beunruhigungen* – «постоянное беспокойство/тревога» («*spielen auch konstante Beunruhigungen eine Rolle*»). Другие примеры с префиксом *un-*: *Unlust* – «нежелание», «отвращение» («*Eine Befindlichkeit, hinter der sich Unlust und Larmoyanz verbergen lassen?*»), *Unmut* – «недовольство», «досада», «негодование» («*Stress und Unmut entstehen, wenn...*»), *Unpässlichkeit* – «недомогание», «нездоровье» («*Viele Anzeichen lassen sich allzu leicht als vorübergehende Unpässlichkeiten abtun*»), *Unsicherheit* – «неуверенность», «ненадежность», «сомнительность», «опасность» («*Sorgen und Unsicherheit prägen das Lebensgefühl vieler Menschen*»), *Unwohlsein* – «недомогание», «нездоровье» («*Sodass wir nicht*

¹ Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурысов Р. З. и др.; под рук. Степановой М. Д. Словарь словообразовательных элементов немецкого языка. – М.: Рус. яз., 1979. – 536 с., с. 429

allein ein vages Unwohlsein empfinden...») и *Unzufriedenheit* – «недовольство», «проблема», «расстройство».

Продуктивный частотный полупрефикс *über-* со значением превышения нормы, предела, достижения крайней степени чего-либо¹ встречается в двух примерах: *Überdruss* – «пресыщение», «скука» («*Begeisterung schlägt um in Überdruss*») и *Überforderung* – «перенапряжение», «перегрузка», «завышенное/чрезмерное требование» («*...bei dem durch eine allmähliche Veränderung aus einer Belastung eine Überlastung wird, aus einer Herausforderung eine Überforderung*»).

Непродуктивный нечастотный полупрефикс *aus-* придает существительным значение нахождения предмета вне чего-либо²: *Ausbrennen* – «эмоциональное выгорание» («*Dem Ausbrennen geht häufig eine Zeit frustrierender Anstrengungen voraus*»), эта лексема – немецкий вариант термина *Burnout*, заимствованного из английского языка; *Ausgebranntsein* – «состояние эмоционального истощения/выгорания».

Продуктивный частотный префикс *miß-* имеет значение неправильности, недостаточности, неудачи, отклонения от нормы³: *Missmut* – «дурное настроение», «досада», «недовольство», «уныние», «угрюмость».

Продуктивный частотный префикс *ver-* означает неправильное или неудачное по своим результатам действие, имеет оттенок отрицательности, использования, израсходования, переработки, преграждения пути, запираания, создания препятствия, уничтожения, лишения жизни, гибели: *Verheerung* – «опустошение», «разорение», «разрушение» («*Verheerungen, die sich in meinem Kopf abspielten*»), *Verkümmerung der Nerven* – «расшатывание/взвинчивание нервов» («*... und die damit einhergehende Verkümmerung der Nerven*»), *Verstimmung* – «расстройство», «дурное настроение», «подавленность» («*...dass Menschen mit Übergewicht statistisch häufiger als andere an depressiven Verstimmungen leiden*»), *Verzweiflung* –

¹ Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурясов Р. З. *op. cit.* с. 420

² Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурясов Р. З. *op. cit.* с. 73

³ Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурясов Р. З. *op. cit.* с. 309

«отчаяние», «безнадежность» («...gleicht die Verzweiflung dem diabolischen Unbehagen»).

Еще одна группа примеров с элементом *selbst-*, указывающим на действие человека относительно него самого: *Selbstaussbeutung* – «насилие над собой» («...treiben die Menschen in die Selbstaussbeutung...»), *Selbstmitleid* – «жалость/сострадание к самому себе» («depressive Gefühle wie Hilflosigkeit und Selbstmitleid sind die Folge»), *Selbsterstörung* – «саморазрушение» («... dass in meinem Haus viele Dinge bereits potentielle Hilfsmittel zu meiner Selbsterstörung geworden waren») и *Selbstzweifel* – «сомнение в себе», «неуверенность в себе» («Ewig plagen mich Selbstzweifel...»).

- признаки стресса и его побочные явления

В этом разделе также есть примеры с показательными аффиксами. Лексемы с префиксом *un-*: *Unbehagen* – «неприятное чувство/ощущение», «неловкость», «неудобство», «дискомфорт», «неудовольствие», «недомогание» («*Unbehagen drückte er weg*»), *Unlust* – «неохота», «нежелание», «отвращение» («*Eine Befindlichkeit, hinter der sich Unlust und Larmoyanz verbergen lassen?*»), *Unordnung* – «беспорядок», «хаос», «неурядица» («*Der Vorwurf, Melancholie sei Unordnung im Kopf*»), *Ungewissheit* – «неопределенность», «неизвестность» и *Unkonzentriertheit* – «несосредоточенность», «несобранность».

Примеры с префиксом *ver-*: *Verdrängung* – «подавление» («*Es ist nicht der berufliche Stress, der einen krank macht, sondern die Verdrängung von Gefühlen*») и *Verunsicherung* – «вселение неуверенности/сомнения» («*Was zu einer permanenten Atemlosigkeit und Verunsicherung führt...*»).

Кроме того, можно выделить еще одну группу лексем с продуктивным частотным компонентом сложных слов *los-*, «лишенный, освобожденный от чего-либо». Полусуффикс имеет значение отсутствия признака¹:

¹ Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурясов Р. З. *op. cit.* с. 289-290

Hoffnungslosigkeit – «безнадежность», «безысходность» («*Das Gefühl verdichtet sich zu einer dauerhaften Hoffnungslosigkeit*»), *Hilflosigkeit* – «беспомощность» («*Angst...zu akuten Gefühlen der Hilflosigkeit führt*»), *Energielosigkeit* – «отсутствие энергии/сил» («*Die Hauptsymptome der Schwermut – Energielosigkeit, tiefe Traurigkeit und Interessenverlust*»), *Ausweglosigkeit* – «безвыходность», «безысходность» («*Als Gipfel klassischer Poesie galt der Showdown fataler Ausweglosigkeit in der Tragödie*»), *Antriebslosigkeit* – «безучастность», «индифферентность», «отсутствие стимула/побуждения/желания/всякого интереса» («*Traurigkeit und Antriebslosigkeit hat wohl jeder erlebt*»), *Atemlosigkeit* – «бездыханность» («*Was zu einer permanenten Atemlosigkeit und Verunsicherung führt...*»), *Rastlosigkeit* – «неутомимость», «неугомонность» («*Bei Rastlosigkeit einen Pol der Ruhe finden*») и *Kraftlosigkeit* – «слабость», «бессилие», «истощение» («*Er führt von Antriebs- und Kraftlosigkeit zu Depressionen*»).

Другие примеры - *Aggressivität* – «агрессивность» («*...ob Müdigkeit oder Angespanntsein, Frustration oder Aggressivität – viele Anzeichen lassen sich allzu leicht als vorübergehende Unpässlichkeiten abtun*»), *Ärger* – «гнев», «злость», «огорчение», «раздражение», «неприятность» («*Ärger drückte er weg*»), *Argwohn* – «недоверие», «подозрение», «нехорошее предчувствие» («*negative Gefühle wie Argwohn oder Angst*»), *Auffälligkeit* – «отклонение от нормы» («*Hinweise für psychische Auffälligkeiten*»), *Bedeutungsverlust* – «потеря смысла чего-либо» («*Der plötzliche Bedeutungsverlust lässt den Serotonin-Level absacken*»), *eigene Wertlosigkeit* – «падение самооценки» («*häufiges Gefühl ihrer eigenen Wertlosigkeit*»), *Ekel* – «отвращение» («*heftiger Ekel*»), *Energieverschleiß* – «отсутствие энергии», «уменьшение энергичности» («*Ein anderes Konzept bezweckt...den Energieverschleiß im Berufsleben gering zu halten*»), *Entzugsschmerzen* – «боль лишения/потери» («*...dass ich keineswegs unter Entzugsschmerzen zu leiden hatte*»), *Erstarrung* – «онемение», «оцепенение», «окостенение» («*innere Erstarrung*»), *Furcht* – «страх», «боязнь» («*Furcht vor dem nächsten Arbeitstag*»), *Gleichgültigkeit* –

«равнодушие», «безразличие», «незаинтересованность» («*Durch seine Gleichgültigkeit gelangt er in einen Teufelskreis*»), Horror – «ужас» («*Raffiniert spielten Künstler mit dem Horror der Vergänglichkeit*»), Kontrollverlust – «потеря/утрата контроля» («*die Kombination aus Kontrollverlust, Angst und sinkendem Selbstvertrauen*»), Langeweile – «скука», «тоска» («*Einsamkeit und Langeweile nehmen zu*»), Manie – «мания» («*Die haben hier alle eine Manie*»), Müdigkeit – «усталость», «утомление» («*...ob Müdigkeit oder Angespanntsein, Frustration oder Aggressivität – viele Anzeichen lassen sich allzu leicht als vorübergehende Unpässlichkeiten abtun*»), Panik – «паника» («*Anspannung, die in Panik umschlagen kann*»), Panikattacke – «приступ паники» («*...und wie sich Panikattacken überwinden lassen*»), Phobie – «фобия», «навязчивый страх» («*Dazu gehören alle Arten von Phobien*»), Plackerei – «мучение», «хлопоты», «заботы» («*...angesichts der elenden Plackerei des Lebens...*»), Reiz – «раздражение», «возбуждение» («*Konfrontation mit den angstlösenden Reizen*»), Reizbarkeit – «раздражительность», «вспыльчивость», «возбудимость» («*Depression, die in Reizbarkeit äußert*»), Schock – «шок», «потрясение», «удар» («*Nach dem Schock beginnt die Phase...*»), Schrecken – «страх», «испуг», «ужас» («*ihre Schrecken sind überwältigend*»), Schwäche – «слабость», «бессилие», «истощение», «немоощь» («*Trauernde wollen ihre Schwäche und ihren Schmerz nicht zeigen*»), Schwachsinn – «слабоумие» («*Ich spürte, wie ein Wind von den Flügeln des Schwachsinn über mich hinstrich*»), Selbstschädigung – «нанесение себе вреда» («*...mit allen Konsequenzen bis hin zur Selbstschädigung*»), Selbsttötung – «самоубийство» («*Gedanken an den Tod, Suizidplanung bis hin zur Selbsttötung*»), Sinnestäuschung – «обман чувства/восприятия» («*Weil sie mit Wahnvorstellungen und Sinnestäuschungen einhergeht...*»), Vulnerabilität – «ранимость», «уязвимость» («*Die Vulnerabilität, die von einem Missbrauch herrühren kann...*»), Widerwille – «отвращение», «антипатия» («*...dass sich Widerwille gegen die Arbeit aufbaut*»), Wirren – «отклонения» («*Depressionen bei Jugendlichen...werden als Pubertätswirren missdeutet*»), а также *aggressives Verhalten* – «агрессивное

поведение», *Depersonalisierung* – «деперсонализация», *Erregung* – «волнение», «возбуждение», «беспокойство», *Zorn* – «гнев», «ярость» и *Wahnsinn* – «безумие», «помешательство», «сумасшествие», «безрассудство», «иррациональное поведение».

- причины стресса

Ряд понятий можно отнести к номинациям причин стресса: *Alarmbereitschaft* – «боевая готовность» («*Von entspannter Ruhe zu höchster Alarmbereitschaft*»), *Anforderungen* – «требования», «запросы» («*ein Übermaß an Anforderungen*»), *Bedrohung* – «угроза», «опасность» («*...ein Burnout-Syndrom zu entwickeln, zur angstlösenden Bedrohung wandeln*»), *Beschleunigung* – «ускорение темпа» («*Wann in der Geschichte hat diese Beschleunigung begonnen?*»), *Drang* – «натиск», «напор» («*Ein guter Mensch in seinem dunklen Drange*»), *Erschöpfung* – «истощение», «изнеможение», «утомление», «усталость», «изнурение» («*psychische Erschöpfung am Arbeitsplatz*»), *Gefahr* – «опасность», «риск» («*die Gefahr, depressiv zu werden*»), *Hetze* – «спешка», «суматоха» («*Der afrikanische Bauer kennt diese Art Hetze aber nicht?*»), *Mobbing* – «издевательство», «притеснения», «психическое давление», «моббинг» («*Mobbing am Arbeitsplatz*»), *Strapaze* – «трудность», «тяготы» («*ein Leben ohne Strapazen*»), *Trauma* – «травма» («*Posttraumatische Belastungsstörung – die Erkrankung, auch Trauma genannt,...*»), *Trennungsschmerz* – «боль расставания/разлуки» («*Die Therapeutin diagnostiziert „heftigen Trennungsschmerz“*»), *Unfähigkeit* – «неспособность», «невозможность» («*Die Unfähigkeit, froh zu sein*»), *Verachtung* – «презрение», «пренебрежение» («*...riet der kantige Moralist weiter zur Lebensverachtung*»), *Verlust* – «потеря», «утрата» («*Er leidet unter dem Verlust seines Selbstwertgefühls*»), *Versagen* – «провал», «неудача» («*...wenn ihre gut gemeinten Aufmunterungen nur sein Gefühl des Versagens verstärken*»), *Zwang* –

«принуждение», «давление», «стеснение», «внутренняя потребность» («*der Zwang zur Perfektion*»).

- наименования человека, страдающего от стресса

Интересны обозначения людей, страдающих от психических расстройств. Некоторые из них мы уже упоминали в предыдущей главе: *der/die Ängstliche* – «испытывающий страх», «склонный к хроническому страху» («*...könnte notfalls der Lebenspartner den Ängstlichen...begleiten*»), *der/die Depressive* – «страдающий от депрессии», «подверженный депрессии» («*Der Depressive wird sich selbst fremd*»), *der/die Kranke* – «больной», «пациент» («*Darum brauche der Kranke auch die Unterstützung anderer*»), *der/die Erkrankte* – «больной», «заболевший» («*Das sagt noch nichts über die Gesamtanzahl der Erkrankten aus*»), *der/die Stressgeplagte* – «измученный стрессом», «страдающий от стресса», «находящийся в состоянии стресса» («*...beides hat sich bei Stressgeplagten bewährt*») и *der/die Leidende* – «страдающий/больной/пациент» («*Doch ist es für einen Leidenden nicht gleichgültig...*»).

Среди наших примеров есть существительные общего значения, которые могут быть применены к страдающим от разных заболеваний или расстройств, например: *Patient* – «пациент» («*Wunschzettel von Burnout-Patienten in einer psychosomatischen Klinik*»), *der/die Betroffene* – «пострадавший», «страдающий» («*Betroffene müssen mit ihrem Brummen leben*»), *Opfer* – «жертва» («*Man wird zum Opfer der Erkrankung*») и *Klient* – «клиент» («*Behandlungskonzepte für Burnout-Klienten*»).

Большинство существительных, обозначающих человека, страдающего от стресса или его проявлений, является субстантивированными причастиями: *Ausbrenner* или *der/die Ausgebrannte* – «эмоционально выгоревший/перегоревший» («*Ausbrenner opfern sich häufig für andere auf*») или «*Nur wer gebrannt hat, kann ausbrennen, das ehrt den „Ausgebrannten“ und*

macht Burnout zu einer gesellschaftlich akzeptierten Diagnose»), *der/die Bedürftige* – «нуждающийся в лечении», «человек, которому необходимо лечение» («*Doch es gibt eine weitere Gruppe von Bedürftigen...*»), *der/die Erschöpfte* – «истощенный», «изнуренный», «эмоционально измученный» («*Die Tagesklinik für Erschöpfte*»), *der/die Gefährdete* – «подверженный эмоциональному выгоранию» («*Genau das könnten Burnout-Gefährdete nicht mehr*»), *der/die Gepeinigte* – «измученный человек», «страдающий от чего-либо» («*Dem Gepeinigten wird schwindelig und heiß*»), *der/die Getriebene* – «измотанный», «доведённый до ... состояния» («*Wir treiben dahin... Wir werden zu Getriebenen*»), *Melancholiker* – «меланхолик» («*Alle hervorragenden Männer seien Melancholiker gewesen*»), *der/die Trauernde* – «скорбящий», «потерявший близкого человека» («*Tausende Trauernde stecken jedes Jahr in Deutschland nach dem Tod eines geliebten Menschen in diesem Tunnel der Kraftlosigkeit fest*») , *der/die Überforderte* – «перегруженный», «перенапряженный» , *die Verzweifelten* – «отчаявшийся», «павший духом» («*Da sitzen sie dann vor ihm, die Verzweifelten, Überforderten, Höchstbelasteten*») , а также *der/die Verrückte* – «сумасшедший», «помешанный» , «безумный» , «помешанный» , *der/die Resignierte* – «сдавшийся», «разочарованный», «примирившийся к чем-либо» и *der/die Apathische* – «апатичный».

- имена прилагательные и причастия

В этом разделе мы рассмотрим прилагательные и причастия, которые описывают субъекты и объекты стрессовых ситуаций. Для их анализа вы выделили несколько групп примеров: лексемы, описывающие состояние человека, и примеры, характеризующие стрессовую ситуацию и эмоции и ощущения. В каждой группе рассматриваются прилагательные, а затем причастия. Прилагательные мы разделили по морфологическому признаку.

Прилагательные, описывающие состояние или характер человека, находящегося в стрессовой ситуации, отличаются разными способами образования, в т. ч. аффиксами. Самая большая группа – это прилагательные с продуктивным частотным суффиксом –ig, обозначающим «сходство или подобие с чем-либо, наличие признака при характеристике свойств, способностей, состояния человека, снабженность чем-либо»¹: *dünnhäutig* – «ранимый», «чувствительный», «обидчивый» («*Die sich selbst nicht mehr wiedererkennen, weil sie so dünnhäutig geworden sind*»), *missmutig* – «недовольный», «угрюмый» («*Wer sich einen Infekt zugezogen hat, hat keinen Appetit, fühlt sich schlapp und missmutig*»), *schuldig* – «виновный», «виноватый» («*...aber er fühlte sich auch schuldig*»), *süchtig* – «одержимый зависимостью» («*Es gibt kaum einen direkteren Weg als den Verlust der Arbeit, um schwermütig, süchtig und krank zu werden*»), *unruhig* – «беспокойный», «взволнованный», «встревоженный» («*Andere sind besonders unruhig*»), *traurig* – «печальный», «грустный», «несчастный» («*Kinder dürfen traurig sein*»), *tieftraurig* – «глубоко опечаленный», «очень грустный» («*tieftraurige Kinder*»), *wehleidig* – «ноющий», «жалобный», «жалостный» («*Ist die Gesellschaft härter oder vielleicht wehleidiger geworden...?*») и *wenig handlungsfähig* – «мало дееспособный» («*Personen werden immer weniger handlungsfähig*»).

Следующая группа – прилагательные с полусуффиксом –los, значение которого мы уже поясняли в разделе с именами существительными: *freudlos* – «безрадостный», *lustlos* – «безрадостный», «вялый», «апатичный» («*Richard O. fühlte sich lustlos, freudlos, unkonzentriert*»), *kraftlos* – «бессильный», «немошный» («*Statt erfrischt und tatkräftig aufzuwachen, fühlt man sich zerschlagen und kraftlos*»), *mutlos* – «подавленный», «угнетенный» («*Schließlich war sie so mutlos, dass sie morgens nicht mehr aufstehen konnte*»), *wertlos* – «ненужный», «бесполезный» («*Mit dem Ende der Fruchtbarkeit fühlen sich viele Frauen plötzlich wertlos*») и *hilflos* – «беспомощный» («*Neu-*

¹ Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурысов Р. З. *op. cit.* с. 232-235

Arbeitslose fühlen sich oft hilflos und ohnmächtig, sind niedergeschlagen, nervös, frustriert»).

Еще один частотный суффикс прилагательных – это –lich со значением принадлежности, отнесенности к чему-либо, качеств, свойств, признаков, пассивности, направленности на что-либо¹: *ängstlich* – «боязливый», «трусливый», «пугливый» («*Die Väter werden sensibler und oft ängstlicher*»), *zerbrechlich* – «хрупкий», «ранимый» («*Die 57-Jährige wirkt zerbrechlich*»), *gebrechlich* – «слабый», «хрупкий», «немогущий» («*Ich fühlte mich benommen, überstrapaziert, vor allem merkwürdig gebrechlich*») и *überempfindlich* – «крайне/слишком/чрезмерно/сверхчувствительный» («*...als wäre mein Körper tatsächlich zerbrechlich, überempfindlich geworden, irgendwie verrenkt und ungelent*»).

Суффикс –bar имеет значение пассивности, возможности действия над объектом, активного свойства, способности объекта к чему-либо: *reizbar* – «раздражительный», «обидчивый», «вспыльчивый» («*Zwei bis vier Prozent der Väter entwickeln sogar selbst eine postpartale Depression, sie sind dann zum Beispiel reizbar und aggressiv*») и *belastbar* – «стрессоустойчивый» («*Diese Kinder sind wenig belastbar*»).

Нечастотный суффикс заимствованных прилагательных –il придает им значение наличия признака при характеристике свойств, склонностей человека, значение возможности действия²: *labil* – «слабый», «неустойчивый» («*Ein Mensch kann also im Büro stressresistent sein, bei einer Trennung von einem Partner dagegen labil?*»). Еще один суффикс заимствованных прилагательных (видоизмененный вариант суффикса –abel) – –ibel со значением пассивности совершения действия³: *sensibel* – «чувствительный», «восприимчивый», «впечатлительный» («*Die Väter werden sensibler und oft ängstlicher*»).

Кроме того, в нашем материале встретились по одному прилагательному с другими суффиксами. Частотный суффикс заимствованных прилагательных

¹ Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурысов Р. З. *op. cit.* с. 279-282

² Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурысов Р. З. *op. cit.* с. 240

³ Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурысов Р. З. *op. cit.* с. 227

–iv придает прилагательным значение наличия признака при характеристике свойств, склонностей человека или объекта¹: *aggressiv* – «агрессивный» («*Zwei bis vier Prozent der Väter entwickeln sogar selbst eine postpartale Depression, sie sind dann zum Beispiel reizbar und aggressiv*»). Продуктивный суффикс прилагательных –isch также имеет значение наличия признака при характеристике состояния или склонностей человека²: *mürrisch* – «угрюмый», «мрачный» («*Auch Michelangelo Buonarroti, für seine Zeitgenossen ein mürrischer Dickkopf...*»). –ös – частотный суффикс заимствованных прилагательных, обозначающий наличие признака при характеристике свойств или состояния человека³: *nervös* – «нервный», «раздражительный» («*Neu-Arbeitslose fühlen sich oft hilflos und ohnmächtig, sind niedergeschlagen, nervös, frustriert*»).

Другие примеры: *düster* – «мрачный», «угрюмый» («*Aus dem normalen Jungen war ein düsterer Grübler geworden*»), *krank* – «больной» («*Er sah sehr krank aus, abgemagert, wie ausgespuckt*»), *psychisch krank* – «психически больной» («*...ließ erkennen, dass er psychisch kranke Menschen ablehnte*»), *suchtkrank* – «страдающий от какой-либо зависимости» («*Was aber nicht heißt, dass jeder depressiv oder suchtkrank endet, der ohne Therapie lebt*»), *schlapp* – «вялый», «обессиленный» («*Wer sich einen Infekt zugezogen hat, hat keinen Appetit, fühlt sich schlapp und misshmutig*»), *ungelenk* – «неловкий», «неуклюжий» («*...als wäre mein Körper tatsächlich zerbrechlich, überempfindlich geworden, irgendwie verrenkt und ungelent*»), *müde* – «усталый», «утомленный» («*Sie fühlte sich ständig müde*»), *unsicher* – «неуверенный» («*Die Kollegen fühlen sich meist unsicher*») и *unzufrieden* – «недовольный», «неудовлетворенный» («*... dass nur jeder Siebte zufrieden ist mit seinem Job*»).

Имеется достаточно большой корпус примеров-причастий. Примеры, описывающие человека, страдающего от стресса, - это, как правило, причастия II, которые могут переводиться на русский язык причастием,

¹ Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурысов Р. З. *op. cit.* с. 256

² Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурысов Р. З. *op. cit.* с. 248-249

³ Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурысов Р. З. *op. cit.* с. 336

прилагательным или иметь вариативные возможности перевода: *abgemagert* – «исхудалый» («*Er sah sehr krank aus, abgemagert, wie ausgespuckt*»), *ausgebrannt* – «эмоционально выгоревший/истощенный» («*Porträt einer ausgebrannten Arbeitslosen*»), *ausgelaugt* – «изнуренный», «истощенный», *überfordert* – «перенапряженный», «перегруженный», *gereizt* – «раздраженный» («*Viele Beschäftigte fühlen sich zunehmend überfordert, gereizt, ausgelaugt*»), *emotional gefährdet* – «на грани эмоционального срыва» («*...ist das Baby zwar nicht unmittelbar körperlich gefährdet, aber es ist emotional gefährdet*»), *enttäuscht* – «разочарованный» («*Klar war Florian enttäuscht*»), *erkrankt* – «больной», «заболевший» («*Häufig zeigen die erkrankten Männer andere Symptome als Frauen*»), *erschlagen* – «разбитый», «ошеломленный» («*Doch eines Morgens wacht Helena auf und fühlt sich wie erschlagen*»), *erschöpft* – «изнуренный», «обессиленный», «уставший» («*sie fühlen sich übermäßig erschöpft*»), *frustriert* – «разочарованный», *niedergeschlagen* – «удрученный», «подавленный», «угнетенный» («*Neu-Arbeitslose fühlen sich oft hilflos und ohnmächtig, sind niedergeschlagen, nervös, frustriert*»), *gekränkt* – «обиженный», «уязвленный» («*...dann erleben sie, dass alte Leute gekränkt sind*»), *genervt* – «нервный», «измученный» («*Genervt angelte er nach den Latschen*»), *gequält* – «замученный», «истерзанный» («*Die meisten Menschen... werden von tödlicher Bedrohung gequält*»), *gestresst* – «измученный стрессом» («*gestresste Lehrer, gestresste Eltern, gestresste Schüler*»), *getrieben* – «доведенный», «измотанный» («*...fühlen sich die meisten Deutschen wie getrieben*»), *stressgeplagt* – «измученный стрессом» («*stressgeplagte Gesellschaft*»), *traumatisiert* – «травмированный» («*...deren Mütter depressiv oder traumatisiert werden*»), *benommen* – «удрученный», «ошеломленный», *überstrapaziert* – «измученный» («*Ich fühlte mich benommen, überstrapaziert, vor allem merkwürdig gebrechlich*»), *unkonzentriert* – «рассеянный», «несобранный», «несосредоточенный» («*Richard O. fühlte sich lustlos, freudlos, unkonzentriert*»), *zerschlagen* – «разбитый», «измученный» («*Statt erfrischt und tatkräftig aufzuwachen, fühlt man sich zerschlagen und kraftlos*»), *verzweifelt* –

«отчаявшийся», «разочарованный» («...war so verzweifelt,...»), *verwundet* – «раненый», «задетый» («Denn die Heilung einer verwundeten Psyche kann dauern»), *deprimiert* – «подавленный», «удрученный» («Von Schuldgefühlen gequält, verzweifelt, elendiglich deprimiert...»), *ermattet* – «выбившийся из сил», «измотанный» («...Gruppe, die sich als „enthusiastisch, aber ermattet“ beschreibt»), *übergangen* – «обделенный», «ущемленный» («...etwa wenn sich der Betroffene bei einer Beförderung übergangen fühlt») и *überfrachtet* – «перегруженный», «перенапряженный» («Ich fühle mich aus meiner Welt gefallen und betrachte sie aus der Distanz: so überfrachtet, so kraftraubend»).

Отдельно мы выделили прилагательные и причастия, описывающие стрессовую ситуацию или обстоятельства. С прилагательными есть следующие примеры: *akut* – «тяжелый», «острый» («Abgesehen von bestimmten schrecklichen Erinnerungen hinterlässt eine akute Depression wenig bleibende Wunden»), *peinlich* – «мучительный», «неловкий», «неприятный» («Kann nicht zum Frühstück, wäre mir zu peinlich»), *stressig* – «напряженный», «утомительный» («80 Prozent der Deutschen empfinden ihr Leben als stressig»), *manisch* – «маниакальный» («...dass Menschen in leicht manischen Zuständen ungeheuer produktiv und erfinderisch sein können»), *kalt* – «бесчувственный», «безразличный», «равнодушный», *stumm* – «молчаливый», «неразговорчивый» («Die Welt um mich herum scheint stumm, tot, leer, kalt, sie schweigt»), *schwermütig* – «унылый», «тоскливый», «меланхолический» («Schwermütige Einsicht in die Begrenztheit aller irdischen Möglichkeiten») и *hektisch* – «суебивый», «нервный», «сумбурный» («Weshalb ist unser Leben heutzutage so hektisch?»).

Примечательно, что среди примеров-причастий встретился только один с причастием II: *zusammengebrochen* – «сломленный», «разбитый» («...sei ihre Welt „zusammengebrochen“ oder „aus den Angeln geraten“»). Однако намного больше примеров с причастием I: *angstausslösend* – «вызывающий страх» («...kann sich zur angstausslösenden Bedrohung wandeln»), *anstrengend* – «утомительный» («...wenn es im Leben anstrengend wird»), *bedrückend* –

«угнетающий», «удручающий», «тяжкий» («*Ganze Lebensabschnitte erscheinen den Betroffenen...sinnentleert und bedrückend*»), *kraftraubend* – «отбирающий много сил» («*Ich fühle mich aus meiner Welt gefallen und betrachte sie aus der Distanz: so überfrachtet, so kraftraubend*»), *quälend* – «мучительный», «истязавший», «томительный», «удручающий» («*Auf einmal erscheint der quälende Stress wie weggefegt*»), *schädigend* – «вредный» («*...kann auch vor schädigendem Stress und Depressionen schützen*»), *stressend* – «вызывающий стресс» («*Was Menschen als stressend erleben, ist höchst subjektiv...*») и *sinnentleert* – «лишенный смысла» («*Ganze Lebensabschnitte erscheinen den Betroffenen...sinnentleert und bedrückend*»).

Последняя группа в этом разделе – это причастия и прилагательные, характеризующие чувства и ощущения человека, подверженного стрессу: *phobisch* – «фобический» («*ein Problem, das als Angststörung oder phobische Störung bezeichnet wird*»), *krankhaft* – «болезненный» («*Was hilft am besten gegen krankhafte Erschöpfung und Niedergeschlagenheit?*») , *panisch* – «панический» («*Andere haben panische Sorge um das Kind*»), *traumatisch* – «травматический» («*das ist eine traumatische Erfahrung*»), *verheerend* – «разрушительный», «губительный» («*So verheerend wirkt dauerhaftes Wachsein...*») , *zermürend* – «изматывающий», «изнурительный» («*zermürendes Gefühl der Erschöpfung*») , *verfallen* – «впадший», «предавшийся» («*das in tiefste Depression verfallene Gemüt*»), *depressiv* – «депрессивный» («*...dass Menschen mit Übergewicht statistisch häufiger als andere an depressiven Verstimmungen leiden*») и *gedrückt* – «подавленный», «удрученный» («*gedrückte oder schwer depressive Stimmung*»).

- глаголы

Среди всех примеров вербализации стресса, стрессовой ситуации или состояния глаголов не так уж много, и мы выбрали здесь только те, которые

ранее не упоминались в виде однокоренных других частей речи: *abarbeiten* – «изнурять работой», «наработаться до изнеможения» («*Ich habe mich abgearbeitet*»), *klagen* – «жаловаться» («*Millionen Menschen klagen über Dauerstress*»), *sich schämen* – «стыдиться», стесняться («*Jemand, der in einer manischen Phase war, schämt sich im Nachhinein...*»), *sich verkriechen* – «забиваться», «прятаться» («*Depressive Jugendliche verkriechen sich oft tagelang zu Hause*»), *sich zurückziehen* – «отстраняться», «обособляться», «уединяться» («*...umso weiter zog sie sich zurück*»), *verdüstern* – «мрачнеть», «омрачать» («*...warum die weibliche Seele sich so viel häufiger verdüstert als die männliche...*»), *zerbrechen* – «ломаться», «сломаться» («*Der Verlust des Jobs ist für Menschen...eine Katastrophe. Manche zerbrechen daran*») и *zermürben* – «изнурять», «выматывать» («*Nicht mehr eine permanente Kontrolle zermürbt uns...*»).

§5. Метафорические номинации понятия «Stress». Особенности их перевода

Часто состояние стресса вербализируется описательно, для этого могут использоваться сравнения и иносказания. В этой части мы проанализируем несколько примеров, в основе которых лежит метафорическая номинация стресса. Перевод таких лексем или целых словосочетаний затруднен в связи с переносом значения одного из компонентов метафоры по разным признакам.

В зависимости от количества метафоризированных компонентов метафоры принято говорить о простых и развернутых метафорах¹. Сначала мы рассмотрим простые метафоры, в которых только один компонент имеет метафорическое значение.

Один их примеров простой метафоры - *jede Kraft verglimmt*. Значение глагола *verglimmen* – «тлеть», «догорать», т. е. глагол используется с существительным «огонь». В нашем же случае речь идет о силах человека,

¹ Москвин В. П., Русская метафора: Очерк семиотической теории. Изд. 2-е, перераб. и доп. М.: ЛЕНАНД, 2006. – 184 с., с. 137

которые иссякли, вследствие чего он ощущает слабость и истощение, не только физическое, но и, возможно, моральное. В переводе можно взять более общее значение глагола *verglimmen* – «исчезать», например, или переводить тоже с использованием метафорического переноса: «затухает внутренний огонь», «гаснет внутренний огонек». Данный пример можно отнести к глагольной метафоре – в ее основе лежит глагол.

Рассмотренная выше метафора является одночленной по структуре, т. е. только одно слово в ее составе отличается употреблением в несвойственном ему контексте. Одночленной метафорой можно считать и словосочетание *seelisches Unwetter*. Носитель переносного значения - *Unwetter* – «непогода», «буря», «шторм», «плохая погода». Возможный вариант перевода – «психическое/душевное расстройство/нарушение» («*Auch Gebete sollten die seelischen Unwetter vertreiben*»).

Выражение *Tunnel der Kraftlosigkeit* («*Tausende Trauernde stecken jedes Jahr in Deutschland nach dem Tod eines geliebten Menschen in diesem Tunnel der Kraftlosigkeit fest*») также метафорично, т. к. понятию *Tunnel* не свойственная сочетаемость с абстрактными существительными. Однако с помощью использования этой лексемы автор показывает безысходность ситуации, невозможность ее исправить. Именно поэтому *слабость, бессилие* – это не «дорога» или «путь», например, а именно «тоннель»: здесь подчеркивается некая ограниченность, изолированность. В данном случае единственная возможность адекватной передачи смысла выражения – это, в первую очередь, удачный перевод лексемы *Tunnel*: «оказаться в тупике», «обессилить». Этот пример интересен еще и тем, что его можно отнести к двум видам метафоры: субстантивной и генетивной – такие разновидности метафоры выделяет Брандес М. П.¹ В ее основе лежит существительное – *Tunnel* – носитель переносного значения, а структура метафоры заключается в сочетании двух существительных, которые связаны друг с другом родительным падежом.

¹ Брандес М. П. Стилистика текста. Теор. Курс: Учебник – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Прогресс – Традиция; ИНФРА-М, 2004, - 416 с., с. 371

Смысл словосочетания *seelische Finsternis* вполне очевиден, но при этом его нельзя понимать дословно. В переносном смысле используется существительное *Finsternis* - «темнота», «мрак», «тьма». Однако при переводе всего словосочетания нужно учитывать, как такие значения сочетаются с атрибутом «душевный» или «психологический». Таким образом, одним из вариантов перевода словосочетания может быть «психологическое/душевное расстройство». Другой способ перевода – описательный, с помощью которого переводчик уходит от буквализмов, подбирая адекватный, но не дословный перевод: «психическое расстройство», «психическое истощение», «состояние безысходности», «безнадежность», «отчаяние» и т. д. («*Bei manchen setzt die Seelenfinsternis schleichend ein...*»).

Seelenfinsternis – абсолютный синоним словосочетанию *seelische Finsternis*. Это пример простой метафоры, выраженной всего лишь одной лексемой. Есть и другие подобные случаи, когда простая метафора выражена только одним словом, например, *Seelennot* с элементом *Not* – «беда», «нужда», «проблема» («*Tatsächlich sind verschiedene Formen der Seelennot weit verbreitet...*»). Здесь метафорический перенос скрывается именно во втором элементе композита. Вариантами перевода могли бы быть «душевное истощение», «душевное переживание», «душевное потрясение», «психическое раздражение», «помрачение сознания».

В слове *Gemütsverdüsterung* («*Seine symbolhaften Bilder erzählen auf den folgenden Seiten von den verschiedenen Formen der Gemütsverdüsterung*») также второй элемент используется в переносном значении: это существительное, образованное от глагола со словарным значением «заволакивать (небо тучами)», «омрачать», «затмевать». Очевидно, что у этого глагола совершенно конкретная, а поэтому ограниченная дистрибуция, что не мешает сочетать его с лексемой *Gemüt* в одном контексте и при этом сохранить общий образ. Таким образом, *Gemütsverdüsterung* – это «эмоциональное

напряжение», «дурное расположение духа», «нездоровое душевное состояние».

Alarmbereitschaft со значением «состояние боевой готовности» тоже является своеобразной метафорой, т. к. в предложении *Von entspannter Ruhe zu höchster Alarmbereitschaft...* имеется в виду не тот бой, о котором можно подумать, если это понятие вырвано из контекста. Здесь речь идет о способности организма человека быть готовым к разным ситуациям, в т. ч. стрессовым, и уметь справляться с ними. В данном случае словарное значение слова может использоваться в качестве перевода в этом контексте.

Описывая частотность заболевания стрессом и подверженность многих людей этому расстройству, автор одной из статей именуется стресс «*Volkskrankheit*» – «распространенное заболевание», «массовая болезнь» (... *Therapeuten sind aber auf die Volkskrankheit nur mangelhaft vorbereitet.*). Заболевание это достаточно распространенное в современном обществе – этим можно объяснить такую примечательную номинацию, хотя стрессу подвержены, конечно, не только немцы. Отсюда еще один вариант перевода – «распространенное заболевание». Поэтому можно сказать, что значение первого элемента композита даже несколько преувеличено, что позволяет говорить не только о метафоричности лексемы, но и о ее гиперболичности.

Отдельную категорию метафор формируют развернутые метафоры – более сложные по своей структуре и механизму метафоризации смысла. Вышеупомянутое выражение *jede Kraft verglimmt* мы перевели как «затухает внутренний огонь», «гаснет внутренний огонек». Такую же внутреннюю форму имеет пример *ein inneres Feuer erlischt*. Если в первом случае мы понимаем, что речь идет о силах, которые исчерпываются, то во втором случае смысл всего выражения становится ясным только в контексте. Вариант перевода «затухает внутренний огонь» полностью передает значение всей метафоры *ein inneres Feuer erlischt*.

Примечательно выражение *der schwarze Hund*, или в оригинале *Black Dog*. В источнике указано, что таким образом свое состояние описывал

Уинстон Черчилль: «Black Dog», schwarzer Hund, nannte der englische Premierminister Winston Churchill die dunklen Phasen seiner manisch-depressiven Erkrankung». Это индивидуальная метафора, использованная окказионально.

В пример можно привести еще одну ситуацию, связанную со стрессом: «Stehen bleiben heißt immer: zurück rutschen. Wir befinden uns quasi auf Rolltreppen abwärts. Wenn ich sage: So, jetzt habe ich, was ich brauche, befinde ich mich schon auf dem Weg nach unten. Ich nenne es das “Slipping-Slopes-Syndrom” - das Gefühl, auf rutschenden Abhängen zu stehen.» Чувство, словно человек стоит на скользком склоне/обрыве, ощущение, когда земля уходит из-под ног специалист назвал «синдромом скользкого обрыва», «эффектом оползня». Очевидно, что эта метафора развернута в описание целой ситуации, схожей по ощущениям с состоянием человека, переживающего некий эмоциональный кризис.

Интересны некоторые иносказательные номинации стресса или, скорее всего, меланхолии. Так, в античные времена нечто похожее на меланхолию называли *das Image des Intellektuellen* или *Krankheit des Ausnahmemenschen*. Вероятно, ей были подвержены, в основном, представители интеллектуальной элиты или знати, поэтому она была частью, как бы сказали сегодня, имиджа интеллектуального человека, а также «заболеванием избранных».

В одном из предыдущих параграфов мы уже приводили пример именного словосочетания *Elisabethanische Krankheit* - «елизаветинское заболевание» или «болезнь Елизаветы» («...hieß Melancholie nach der überaus gebildeten Herrscherin die „Elisabethanische Krankheit“...»), недуг, получивший известность во времена английской королевы Елизаветы I, страдавшей приступами меланхолии.

Еще одна аллегория встречается в следующем предложении: «Auch nervöse Kulturgrößen der französischen Romantik sahen in ihr (in der Melancholie) das «Übel des Jahrhunderts»». Как известно, в эпоху романтизма меланхоличная рефлексия была неотъемлемой частью времяпрепровождения

творческих личностей и великих умов, за что получила название «недуга столетия».

Несколько видоизмененный фразеологизм *aus den Angeln geraten* встречается в предложении «Mit dem Verlust des Jobs sei ihre Welt „zusammengebrochen“ oder „aus den Angeln geraten“». Возможно, это усеченный или разговорный вариант фразеологических единиц с таким же значением: *aus den Angeln heben* – «сбить с толку», «перевернуть вверх дном», *aus den Angeln gerissen sein* – «быть выбитым из колеи» и *zwischen Tür und Angel stehen/stecken/geraten* – «быть в затруднении / нерешительности», «не знать, как быть». Перевод фразеологизмов, с одной стороны, облегчается поиском эквивалента в переводящем языке, а с другой стороны, требует более тщательной проработки его внутренней формы и смысла в случае, если аналог в целевом языке отсутствует, а оратор развивает создаваемый фразеологической единицей образ.

Выводы по главе II:

Источники материала для нашего исследования – это тексты научно-популярного стиля, которые характеризуются логичностью, полнотой высказывания и информационной насыщенностью, а также наличием специальной терминологии, клише, заимствований и отвлеченной лексики.

Один из основных вопросов данной работы – определение понятия «стресс». В первую очередь, это термин из области медицины и психологии. Однако само понятие интересно тем, что, попав в разговорную речь, оно стало намного чаще употребляться именно в обиходном языке. Более того, под стрессом подразумевают любое переживание или опыт, вызывающее неприятные эмоции, требующее усилия. В связи с этим вырисовывается обширное лексико-семантическое поле этого понятия. Для полноценного представления понятия «стресс» нужно учитывать и то, что под ним можно понимать нечто положительное.

Самые часто используемые способы вербализации стресса в немецкой публицистике – это Krankheit, Störung, Angst, Burnout, Leiden, Depression, Belastung и Druck. Примеры с этими лексемами составляют достаточную большую часть от общего корпуса примеров. Помимо них есть еще много разнообразных способов номинации стресса, а также его причин, признаков и наименований человека, страдающего от стресса. Среди примеров есть немало имен прилагательных и причастий, описывающих состояние угнетенного стрессом человека, а также других частей речи. Способы их перевода вариативны, зависят от контекста.

Несмотря на обилие способов прямой номинации стресса существуют примеры метафорического обозначения стресса. Их перевод особенно интересен, т. к. привлекается использование разных видов не прямой номинации в переводящем языке, в т. ч. развернутых метафор и аллегорий.

Заключение

В настоящей работе мы обратились к проблеме перевода номинаций стресса, среди которых были не только отдельные слова и словосочетания, но и целые предложения, иногда примеры метафорического употребления.

Проанализировав большое количество примеров вербализации стресса, мы проследили их функционирование и коннотации. Мы также выявили разные способы их перевода на русский язык и обратили внимание на проблемы и трудности, связанные с переводом номинаций стресса.

Корпус подобранных для анализа примеров оказался неоднородным, что свидетельствует о разном понимании понятия «стресс». Используемые номинации стресса отличаются оттенками значения, зависящими от контекста, в котором употребляются, вариантами перевода на русский язык.

Что касается самого слова «стресс», то его значения проявляются в разных жизненных и коммуникативных ситуациях. Так, одно из важнейших заключений, которое можно сделать на основании настоящего исследования, - это, что «стресс» далеко не всегда является сугубо отрицательным явлением. Появившись в науке в качестве термина для обозначения медицинского или психического отклонения от нормы, эта лексема попала в разговорную речь и стала достаточно часто употребляться в значении любого переживания или трудности. Соответственно, слово имело исключительно отрицательную коннотацию. Нужно отметить, что в современном русском языке эта коннотация сохраняется. Однако если углубиться, например, в специальную медицинскую терминологию, то можно сделать вывод, что стресс бывает и положительным, ведь многие радостные события в жизни человека так или иначе сопряжены с эмоциональными переживаниями, т. е. отклонениями, а значит – со стрессом.

Наши ожидания относительно многообразия способов вербализации стресса полностью оправдались. Большое количество синонимов появляется у лексем, когда она переходит в категорию частотных слов. Так произошло и со словом «стресс», которое обладает не только разными прямыми номинациями, но и косвенными. Часто вместо этого слова используются его метафорические обозначения и аллегории. Отсюда следует другой вывод: в современном языке, как немецком, так и русском, значение лексем «стресс» значительно расширилось, ею стали обозначать переживания, вызванные

любыми сложностями в повседневной жизни. Таким образом, семантика этого понятия претерпела серьезные изменения с тех пор, как оно появилось в науке. Термин всё меньше воспринимается как таковой, он стал общеупотребительным словом.

В связи с этим в дальнейшем было бы интересно исследовать конкретные стрессовые ситуации, например, на материале художественной литературы, чтобы проследить варианты их номинации, а также вербализацию чувств, которые испытывают герои.

Библиографический список

1. Алексеева И. С. Введение в переводоведение : учебное пособие для филологических и лингвистических факультетов вузов / И. С. Алексеева. - Москва : Academia ; СПб. : Изд-во СПбГУ, 2004. – 346 с.

2. Алексеева И. С. Профессиональное обучение переводчика. Учебное пособие по устному и письменному переводу для переводчиков и преподавателей. – СПб.: Институт иностранных языков, 2000. – 192 с.
3. Бархударов Л. С. Язык и перевод: вопросы общей и частной теории переводов / Л. С. Бархударов. - М. : Международные отношения, 1975. - 239 с.
4. Брандес М. П. Стилистика текста. Теор. Курс: Учебник – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Прогресс –Традиция;ИНФРА-М, 2004, - 416 с.
5. В а н н и к о в Ю . В . О едином комплексе переводческих дисциплину/Вопросы теории и техники перевода/Отв. ред. А.Г. Назарян. - М., 1970.
6. Виноградов, В. С. Введение в переводоведение: общие и лексические вопросы / В. С. Виноградов. - Москва : Изд-во ин-та общего среднего образования Рос. акад. образования, 2001. - 224 с.
7. Влахов В. Непереводимое в переводе/ С. Влахов, С. Флорин ; под ред. Вл. Россельса. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Высшая школа, 1986. - 416 с.
8. Гак, В. Г. Языковые преобразования: монография / В. Г. Гак. - Москва : Языки русской культуры, 1998. - 768 с.
9. Гальперин И. Р. Текст как объект лингвистического исследования/ И. Р. Гальперин. - 4-е изд., стер. - Москва : URSS : КомКнига, 2006. – 137 с.
10. Гарбовский, Н. К. Теория перевода: учебник для вузов / Н. К. Гарбовский. - Москва. : Изд-во МГУ, 2004. – 542 с.
11. Ермолович Д.И. Имена и названия в переводе. // Мосты: Журнал переводчиков, №1. – М.: «Р.Валент», 2004
12. Ермолович Д.И. Теория перевода и ономастика. // Перевод и стилистические ресурсы языка. – М.: МГЛУ, 2004. (Вестник МГЛУ; вып. 488. Серия «Лингвистика»).

13. Катфорд, Джон К. Лингвистическая теория перевода: об одном аспекте прикладной лингвистики / Д. К. Катфорд ; пер. с англ. В. Д. Мазо. - Москва : Едиториал УРСС, 2004. – 207 с.
14. Колпащикова Ф. К., Русская вербализация эмоциональных состояний на фоне англо-американской: (коммуникативно-ситуативный, лингвокогнитивный и социокультурный аспекты) : автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. филол. наук : специальность 10.02.01 <Рус. яз.> / - Новосибирск, 2007. – 26 с.
15. Комиссаров В.Н. Лингвистические основы научно-технического перевода//Пособие по научно-техническому переводу. - М., 1980. - Ч. I.
16. Комиссаров, В. Н. Общая теория перевода: проблемы переводоведения в освещении зарубеж. ученых (учеб. пособие) / В. Н. Комиссаров ; Московский государственный лингвистический университет. Кафедра лингвистической прагматики и межкультурной коммуникации. - Москва : ЧеРо, 2000. - 136 с.
17. Комиссаров В.Н. Современное переводоведение. – М., «ЭТС», 2001.
18. Комиссаров, В. Н. Теория перевода: Лингвистич. аспекты: Учеб. для ин-тов и фак. иностр. яз / В. Н. Комиссаров. - Москва : Высшая школа, 1990. - 253 с.
19. Латышев Л. К. Übersetzungslehre in Wort und Beispiel = Курс перевода: Эквивалентность перевода и способы её достижения. Для изучающих нем. яз. – М.: Междунар. отношения, 1981. – 248 с.
20. Латышев Л.К. Курс перевода (эквивалентность перевода и способы ее достижения). - М., 1981.
21. Латышев, Л. К. Перевод: теория, практика и методика преподавания: Учеб. пособие для студ. перевод. фак. вузов / Л. К. Латышев, А. Л. Семенов. - Москва. : Академия, 2003. - 192 с.
22. Латышев, Л. К. Технология перевода: Учеб. пособие по подготовке переводчиков (с нем. яз.) / Л. К. Латышев. - Москва : Нви-Тезаурус, 2000. - 280 с.

23. Левицкая, Т. Р. Пособие по переводу с английского языка на русский: Для студ. язык. вузов и фак-тов / Т. Р. Левицкая, А. М. Фитерман. - Москва : Высшая школа, 1973. - 136 с.
24. Левицкая, Т. Р. Проблемы перевода: На материале соврем. англ. яз / Т. Р. Левицкая, А. М. Фитерман. - Москва : Международные отношения, 1976. - 205 с.
25. Миньяр-Белоручев Р. К. Общая теория перевода и устный перевод/ Р. К. Миньяр-Белоручев. - М. : Воениздат, 1980. - 237 с.
26. Миньяр-Белоручев, Р. К. Теория и методы перевода: учебное пособие / Р. К. Миньяр-Белоручев. - Москва : Московский лицей, 1996. - 208 с.
27. Москвин В. П., Русская метафора: Очерк семиотической теории. Изд. 2-е, перераб. и доп. М.: ЛЕНАНД, 2006. – 184 с.
28. Ревзин И. И., Розенцвейг В. Ю. Основы общего и машинного перевода. – М., 1964.
29. Рецкер, Я. И. Теория перевода и переводческая практика: очерки лингвистической теории перевода / Я. И. Рецкер. - Москва : Международные отношения, 1974. - 216 с.
30. Семенов А. Л. Основы общей теории перевода и переводческой деятельности: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Лингвистика и межкультурная коммуникация" / А. Л. Семенов. - Москва : Academia, 2008. – 159 с.
31. Степанова М. Д., Хельбиг Г. Части речи и проблема валентности в современном немецком языке, «Высшая школа» М., 1978, 258 с.
32. Федоров, А. В. Основы общей теории перевода: лингвистический очерк: учеб. пособие для ин-тов и фак. иностр. яз / А. В. Федоров. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Высшая школа, 1968. - 396 с.
33. Швейцер А.Д. Перевод и лингвистика. (Газетно-информационный и военно-публицистический перевод.) - М., 1973.

34. Швейцер, А. Д. Теория перевода: Статус. Проблемы. Аспекты / А. Д. Швейцер; Ред. В. Н. Ярцева ; Академия наук СССР (М.). Институт языкознания. - Москва : Наука, 1988. - 215 с.
35. Kussmaul, Paul. Kreatives Übersetzen. Stauffenburg Verlag, Tübingen, 2010, 215 S.
36. Kussmaul, Paul. Training the Translator, 1995, 176 S.
37. Schmidt, Heide (Hrsg.). Modelle der Translation: Festschriften für Albrecht Neubert = Models of Translation/Gerd Wotjak. Frankfurt am Main: Vervuert, 1997, 346 S.
38. Schneiders, Franz Wolfgang. Allgemeine Übersetzungstheorie. Verstehen und Wiedergeben. Romanistischer Verlag, Bonn, 2007, 247 S.
39. Siever, Holger. Übersetzen und Interpretation. Die Herausbildung der Übersetzungswissenschaft als eigenständige wissenschaftliche Disziplin im deutschen Sprachraum von 1960 bis 2000. Peter Lang, Internationaler Verlag der Wissenschaften, Frankfurt am Main, 2010, 384 S.
40. Snell-Hornby, Mary (Hrsg.). Übersetzungswissenschaft – eine Neuorientierung: zur Integrierung von Theorie und Praxis – 2., durchges. Aufl. – Tübingen; Basel: Francke, 1994, 390 S.
41. Snell-Hornby, Mary, Hönig, Hans G./Kußmaul, Paul, Schmitt, Peter A. (Hrsg.). Handbuch Translation. Zweite, verbesserte Auflage. Stauffenburg Verlag, Tübingen, 2006, 434 S.
42. Snell-Hornby, Mary. Translation Studies. An integrated approach. John Benjamin Publishing Company. Amsterdam/Philadelphia, 1998, 163 p.
43. Stolze, Radegundis. Fachübersetzen – Ein Lehrbuch für Theorie und Praxis. Frank und Timme, Berlin, 2009, 416 S.
44. Störig, Hans Joachim (Hrsg.). Das Problem des Übersetzens, wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt, 1963, 489 S.
45. Text Typology and Translation, edited by Anna Trosborg, 1997, 345 S.
46. Will, Martin. Dolmetschorientierte Terminologiearbeit. Modell und Methode. Gunter Narr Verlag, Tübingen, 2009, 223 S.

47. Wilss, Wolfram. Übersetzungsunterricht: eine Einführung; begriffliche Grundlagen und methodische Orientierungen, Tübingen, 1996, 229 S.
48. Witte, Heidrun. Die Kulturkompetenz des Translators. Begriffliche Grundlegung und Didaktisierung. Stauffenberg Verlag, Tübingen, 2007, 235 S.

Список словарей:

1. Ахманова О. С. Словарь лингвистических терминов, Издательство «Советская энциклопедия», Москва – 1966, 597 с.
2. Большой немецко-русский словарь. В 3 т. Авт-сост. Е. И. Лепинг, Н. И. Филичева, М. Я. Цвиллинг и др.; под общ. рук. О. И. Москальской. – 11-е изд., стереотип. – М.: Рус. яз. – Медиа, 2008. – 760, [8] с.
3. Зуев А. Н., Молчанова И. Д., Мурясов Р. З. и др.; под рук. Степановой М. Д. Словарь словообразовательных элементов немецкого языка. – М.: Рус. яз., 1979. – 536 с., с. 429
4. Duden 07. Das Herkunftswörterbuch: Etymologie der deutschen Sprache. Die Geschichte der deutschen Wörter bis zur Gegenwart. Bibliographisches Institut, Berlin; Auflage: 4., überarb. Aufl. 960 S.

Интернет-источники:

1. Словарь медицинских терминов:
http://www.lib.ru/NTL/MED/slowar_a-k.txt
2. Словарь психологических терминов:
http://www.psychologist.ru/dictionary_of_terms/index.htm?id=2462
3. Словарь медицинских терминов, электронная версия Д. Расторгуева:
http://www.lib.ru/NTL/MED/slowar_s-x.txt
4. <http://www.duden.de/rechtschreibung/Stress>

5. Лингвистический энциклопедический словарь Ярцевой В. Н.:
<http://tapemark.narod.ru/les/index.html>

Источники материала:

1. Der Spiegel Wissen, 1/2011 Das überforderte Ich. Stress, Burnout, Depression
2. GEO kompakt 09/2014 Wege aus dem Stress. Wie sich Burnout, Ängste, und Depressionen überwinden lassen

Приложение:

Angst – krankhafte Angst, Angst davor, dem Erschöpfungszustand nie wieder zu entkommen, vor neuen Krankheitsbedrohungen, Verkehrsunfällen, Alter und Einsamkeit, vor unserer Sicherheit, unserer Zukunftschancen, Angst vor dem Alleinsein, zu lauten Geräuschen oder Dunkelheit, Angst vor dem Tod, Angst vor Verlust, Versagen, Gewalt, Naturkatastrophen oder finanzieller Not, Angst, als Globalisierungsoffer zu enden, Angstgefühle, Angst, nicht mehr mitzukommen, abzurutschen, zurückzufallen, Angst, stehen zu bleiben, zurückzufallen, Angstanfälle, chronische Angst, angstausslösende Bedrohung, angstausslösender Reiz, Angsterkrankung, ängstlich, Ängstliche, Ängstlichkeit, Angstreaktion, Angstzustände, emporwallende Angst, irrationale Angst, mit Angst reagieren, Todesangst, Versagensangst, Angst vor Jobverlust

Anspannung – permanente Anspannung, chronische Anspannung, seelische Anspannung, innere Anspannung, permanente Anspannung, stete Anspannung, Angespanntsein

Belastung – an Belastungsgrenze kommen, Arbeitsbelastung, belastbar, belasten, Belastungssituation, chronische Belastung, Dauerbelastung, Höchstbelastete, posttraumatische Belastungen, private Belastungen, psychische Belastung, psychisch sehr belastet, psychosomatische Belastungssymptome, psychosoziale Belastungen, psychotische Belastung, schwer belastet, seelisch belastet, vorbelastetes Kind, zeitliche Belastung

Burnout - Burnout-Epidemie, am Burnout-Syndrom leiden, an Burnout-Syndrom erkranken, Burnout nach Kündigung, Burnout-Behandlung, Burnout-Betroffene, Burnout-Epidemie, Burnout-Expertin, Burnout-Gefährdete, Burnout-Klienten, Burnout-Kritiker, Burnout-Patienten, Burnout-Persönlichkeit, Burnout-Phase, Burnout-Prävention, Burnout-Raten, Burnout-Risiko, Burnout-Symptome, leichter Burnout, regelrechter Burnout

Druck – Konkurrenzdruck, strenger Leistungsdruck, Termindruck, anhaltender Druck, außergewöhnlicher Druck, Bildungsdruck, steigender Druck, Druck der Öffentlichkeit, Druck im Job, Druck von innen und von außen, immenser Leidensdruck, seelischer Druck, sich stark unter Druck setzen, unter Druck stehen, unter enormem Zeitdruck, unter hohem psychischen Druck stehen, wachsender Druck in der Arbeitswelt

Störung - psychische Störung, affektive Störungen, Angststörungen, Anpassungsstörungen, posttraumatische Belastungsstörungen, Bewegungsstörung, Bindungsstörung, bipolare Störungen, Stoffwechselstörung, depressive Störungen, Ein- und Durchschlafstörungen, emotionale Störungen, externalisierende Störungen, internalisierende Störungen, frühe Störung der Entwicklung, frühkindliche Störung, psychosomatische Störungen, Instinktstörung, Konzentrationsstörungen, krankhafte Störung, neurotische Störungen, Behandlungsstörungen, somatoforme Störungen, Panikstörung, pathologische Störung, phobische Störung, seelische Störungen, Stimmungsstörungen, Störungsbild, körperliche Störungen, Verstörung, rezidivierende Störung

Stress – Stressresistenz, Stresserfahrungen, anhaltender Stress, beruflicher Stress, biologische Stressreaktion, chronischer Stress, Dauerstress im Job, Haushalt, Schule, Studium, die stressfördernde Autonomie, Distress, emotional gestresst, erheblicher Stress, Freizeitstress, hoher Stresspegel, negativer Stress, normaler Stress, normale / ungebremste Stressreaktion, permanenter Stress, Extremstress, pränataler Stress, quälender Stress, schädigender Stress, Schulstress, Sozialstress, starkes Stresserlebnis, Stress auf der Arbeit, Stressabbau, Symptomstress, zu viel Stress haben, Stressanfälligkeit, stressbedingte, Krankheiten, Stressbewältigung, stressend, Stresserkrankungen, Stresserlebnisse, Stressfaktoren, Stressfallen, Stressforscherin, stressgefährdet, Stressgeplagte, stressgeplagter Mensch, Stresshormone, Stresshormonpegel, stressig, Stresskrankheiten, Stresslevel,

Stressoren, Stresspegel, Stressprobleme, Stressreaktion, Stressreduktion, Stressresistenz, stressrobust, Stresssystem

Krankheit - lebensbedrohliche Krankheit, an Depression erkranken, behandlungsbedürftige psychisch Kranke, CEO-Krankheit, chronische Krankheit, Krankheitsbild, komplexe Erkrankung, menschliche Krankheit, suchtkrank, depressive Erkrankungen, manische Erkrankungen, Kranke, Erkrankte, manisch-depressive Erkrankung, potentiell tödliche Krankheit, elisabethanische Krankheit, ernsthafte Erkrankung, gefährliche Krankheit, Geisteskrankheit, Gemütskrankheit, lebensbedrohliche Krankheit, leise Krankheit, mittelschwere Erkrankung, organische Krankheit, Suchterkrankungen, schwer krank, schwere Krankheit, seelische Krankheit, sich krank melden, suchtkrank, krank machen, krankhafte Anfälle, Volkskrankheit, Vorerkrankung, Wohlstandskrankheit, krank aussehen, krank machen, krank sein, krank werden, kranke Psyche, krankgeschrieben, krankhafte Erschöpfung, krankhafte Traurigkeit, krankhafte Veränderung der Stimmung, Krankheit bricht aus, Krankheit des Ausnahmemenschen, Krankheit des Gehirns, Krankheitsbilder, Krankheitslast, krankheitsverursachende Mechanismen, Krankmeldungen, krankschreiben
krankschreiben lassen, Krankschreibung

Depression - akute Depression, an Depressionen leiden, depressive Verstimmung, Erschöpfungsdepression, Ausbruch der Depression, behandlungsbedürftige Depression, Wochenbettdepression, bipolare Depression, chronisch Depressive, schwere depressive Stimmung, klinische Depression, kollektive Depression, depressive Phasen, leichte Depression, massive Depression, milde Depression, mittelschwere Depression, postpartale Depression, schwere Depression, starke Depression, tiefe Depression, Trauer-Depression, unter Depression leiden, Winterdepression, Depression-Expertin, depressionsfördernd wirken, Depressionsforschung, Depressionsrisiko, Depressionstherapien, depressiv machen, depressiv werden, depressive Anfälle, depressive Episode, depressive

Gefühle, depressive Krankheitsbilder, depressive Phase, depressive Reaktionen, depressive Stimmungen, depressive Stimmungszustände, depressive Symptome, Depressivität, Erschöpfungsdepression

Erschöpfung – einsetzende Erschöpfung, am Rand der Erschöpfung, Erschöpfungsdepression, chronischer Erschöpfungszustand, das erschöpfte Selbst, einsetzende Erschöpfung, emotionale Erschöpfung, psychische Erschöpfung, schwer erschöpft, sich erschöpfen, totale Erschöpfung, vollkommen erschöpft, zermürbendes Gefühl der Erschöpfung, Zustand der totalen Erschöpfung, erschöpfen, Erschöpfte, Erschöpfungsdepression, Erschöpfungsphase, Erschöpfungssymptome

Leiden – Leidende, durchleiden, erleiden, körperliches Leiden, psychisches Leiden, seelisches Leid, Selbstmitleid, subjektives Leiden, tiefes und anhaltendes Leid, unter Depression leiden, wehleidiger werden, Leid, leiden unter Alpträumen, leiden unter Überlastung im Beruf, leidende Seele

Другие имена существительные:

Aggressivität, Anforderung, Appetitlosigkeit, Arbeitsunfähigkeit, Ausbrennen, Ausbrenner, Ausgebranntsein, Dauerunruhe, Einsamkeit, Entspannung, Gleichgültigkeit, Hektik, Herausforderung, Hilflosigkeit, Hoffnungslosigkeit, Initiativlosigkeit, Intensität, Langeweile, Larmoyanz, Last, Leiden, Melancholie, Nervenschwäche, Neurasthenie, Pein, Qual, Schlaflosigkeit, Schwächeempfinden, Schwermut, Selbstmitleid, Trauer, Überdross, Überforderung, Überlastung, Unbehagen, Unerträglichkeit, Unlust, Verdruss, Verflachung, Verspannung, Verzweiflung, Widerwille, Zusammenbruch, Zärtlichkeit, Antriebslosigkeit, Kraftlosigkeit, Arbeitsunfähigkeit, Unbehagen, Argwohn, Beschwerden, Baby Blues, Bedeutungsverlust, Bedürftige, Beklemmungen, Benommenheit, Besorgnis, Ausgebrannte, Ausgebranntsein, Ausweglosigkeit, Bildungszwang, Bitternis, Black

Dog, Trauma, Traumatisierende, Dauerqual, Demenz, Depersonalisierung, Drang, Gefolterte, Gepeinigte, Apathischen, Beanspruchung, Verzweifelte, Überforderten, Disposition, Resignierten, Mobbing, Düsternis, Dunkelheit, Dysthymie, Elend, Energieverschleiss, Energielosigkeit, Intensität, Entmutigung, Entsolidarisierung, Entzugsschmerzen, Erregung, Existenzängste, Flucht, Hektik, Gleichgültigkeit, Gleichmut, Getriebenen, Grauen, Tinnitus, Hetze, Herausforderung, Panik, Identitätskrise, Höchstleistungen, Initiativlosigkeit, Interesselosigkeit, Interessenverlust, Katastrophenphantasien, Terminhetze, Larmoyanz, Langeweile, Lebenskrise, Lebensverachtung, Leeregefühl, Liebesqual, Lebensekel, Zusammenbruch, Zeitknappheit, Schuldgefühle, Wochenbettpsychose, Wahnsinn, Vulnerabilität, Verzweiflung, Verunsicherung, Verrückter, Verlust, Verflachung, Verdüsterung, Verdruss, Unwohlsein, Unpässlichkeiten, Unbehagen, Tristesse, Trübsal, Trübsinn, Traurigkeit, Traumatisierung, Trauernde, Suizid, Sorge, Sinnzweifel, Sinnkrise, Sinnverlust, Seelenfinsternis, Seelenpein, Seelenqual, Seelennot, Schwachsinn, Schuldgefühl, Schrecken, Schmerz, Erregung, Rastlosigkeit, Plackerei, Ungewissheit, Neurasthenie, Nervosität, Nervenschwäche, Melancholie, Unmut, Sinnestäuschungen, Sinnzweifeln, Strapazen, Widerwille, Wut, Zorn, Unwohlsein, Teilnahmslosigkeit, Todesbedrohung, Todeswunsch, Pein, Plage, Dystymie, Gemütsverdüsterung, Ermüdung, Frust, Frustration, Heulkrise

Выражения:

das seelische Dunkel, das verfallene Gemüt, das Vertrauen ins Leben verlieren, eigene Wertlosigkeit, düsterer Grübler, der Zustand unrealistischer Hoffnungslosigkeit, der Zwang zur Perfektion, destruktive Denkmuster, diabolischer Unbehagen, emotionale Armut, seelische Beschwerden, seelische Krise, der Reiz des Unbekannten, akute Gefühle der Hilflosigkeit, an ihre Grenzen geraten, an psychische Grenzen stoßen, andauernde Alarmbereitschaft, ein inneres

Feuer erlischt jede Kraft verglimmt zermürbendes Gefühl der Erschöpfung, sich durch übermäßige Anforderungen an Energie, Stärke oder Ressourcen erschöpfen, herzlose, zynische Haltung gegenüber Arbeit, krankhafte Veränderung der Stimmung, Freude an Dingen verlieren, Verzweiflung auf die Arbeit, mit Angst und Mut reagieren, aggressives Verhalten, überhöhter Energieeinsatz, reduziertes Engagement, alle Lust verlieren, auf dem Zahnfleisch gehen, Ausbruch der Depression, Auslöschung der Seele, beklemmendes Gefühl der Überforderung, Beschleunigungsgesellschaft, beständige Dynamik, betäubt fühlen, chronische Überforderung, das „Slipping-Slopes-Syndrom“, das Gefühl, aufrutschenden Abhängen zu stehen, das Gefühl der Zeitknappheit, das Gefühl, ich verliere mein Selbst das Gefühl, nicht zur Ruhe kommen zu können, frustrierende Anstrengungen, Gefühl der Unangemessenheit, Gefühl der Verpflichtung, Gefühl des Versagens, Gefühl von Hilflosigkeit, Gefühl, im nächsten Moment an einem Herzinfarkt zu sterben, Gefühle der Überforderung und Ohnmacht, gestörte Bindungserfahrungen, geringes Selbstbewusstsein, ernster Anfall, euphorische oder reizbare Stimmung, existenzielle Krise, Freude an Dingen verlieren, heftiger Ekel, heftiger Trennungsschmerz, höchste Alarmbereitschaft, Horror der Vergänglichkeit, innere Erstarrung, innere Leere, innere Peitsche, innere Unruhe, Last der Psyche, peinigendes Gefühl des Mangels, Reaktion auf äußere Reize, reduziertes Engagement, schlimme Lebenserfahrung, überhöhter Energieeinsatz, übertriebenes Pflichtbewusstsein, übertriebene Vorsicht, Unfähigkeit, froh zu sein, Unordnung im Kopf, Verarmung des Privatlebens, Verdrängung von Gefühlen, Verkümmern der Nerven, Verlust des Selbstwertgefühls, verwundete Psyche, Trübung des Gemüts, Tunnel der Kraftlosigkeit, Übel des Jahrhunderts, traumatische Erfahrung, traumatische Erlebnisse, traumatische Schäden an der Psyche, Marter des Wachseins

Имена прилагательные и причастия:

aggressiv, abgearbeitet, abgemagert, ausgespuckt, anstrengend, ausgelöst, ausgebrannt, ausgelaugt, depressiv, entkräftet, erschöpft, erwerbsunfähig, frustriert, gereizt, gestresst, kraftlos, krankgeschrieben, missmutig, müde, schwermütig, strapaziös, stressbedingt, stressgeplagt, stressig, überfordert, unaufmerksam, unkonzentriert, unzufrieden, verbittert, zusammengebrochen, deprimiert, dünnhäutig, entkräftet, ermattet, erschlagen, erwerbsunfähig, frustriert, gefährdet, gehetzt, rastlos, genervt, gequält, gereizt, gekränkt, gemobbt, unkonzentriert, unzufrieden, verbittert, unbefriedigt, unaufmerksam, überstrapaziert, überreizt, verzweifelt, überfordert, überwältigt, handlungsfähig, zerbrechlich, verheerend, geschlagen, getrieben

Глаголы:

ausbrennen, auslaugen, ausruhen, befürchten, belasten, entspannen, erschöpfen, sich abnutzen, sich unterschätzen, versagen, zusammenbrechen, zurückziehen, zermürben, zerbrechen, sich unterschätzen, sich verkriechen, sich zerschlagen, sich zurückziehen, fürchten