

## ВЕРБАЛИЗАЦИЯ ЯВЛЕНИЯ «СТРЕСС» ЧЕРЕЗ НЕОЛОГИЗМЫ

В данной статье рассматриваются неологизмы, обозначающие стресс и способы борьбы с ним в англоязычном дискурсе. Анализируется специфика данного пласта лексики, проводится категоризация неологизмов в зависимости от когнитивно-прагматического аспекта. На примере англоязычных неологизмов рассматриваются: номинация явлений волнующих современных людей, изменение картины мира и ценностных приоритетов. Раскрываются понятия «стресс», «неологизм». Дается подробный семантический анализ ключевых лексем, при помощи которого раскрываются способы борьбы со стрессом.

**Ключевые слова:** неологизм; стресс; картина мира; семантика; интердискурсивность; антонимические пары; медицинский дискурс.

This article discusses neologisms denoting stress and ways to deal with it in the English discourse. The specificity of this layer of vocabulary is analyzed, the categorization of neologisms is carried out depending on the cognitive-pragmatic aspect. On the example of English-language neologisms, the following are considered: the nomination of the phenomena of exciting modern people, the change in the picture of the world and value priorities. The concepts of "stress", "neologism" are revealed. A detailed semantic analysis of key lexemes is given, with the help of which ways of dealing with stress are revealed.

**Key words:** neologism; stress; picture of the world; semantics; interdiscursivity; antonymic pairs; medical discourse.

*Nonce* (adj.) Термин, описывающий лингвистическую форму, которую говорящий сознательно изобретает или случайно использует в одном случае: «одноразовое» слово или «одноразовое» образование (которое может включать единицы большего размера, чем слово). Многие факторы объясняют их использование, например, говорящий не может вспомнить конкретное слово, поэтому придумывает альтернативное приближение, или обстоятельства вынуждают его создавать новую форму. Формы «одноразового использования» время от времени принимаются сообществом – и в этом случае они по определению перестают быть «одноразовыми» (формами, используемыми «на один раз») и становятся *неологизмами* [5, с. 329].

Лексический состав языка динамичен и меняется исторически в соответствии с новыми задачами коммуникации и практическим использованием языка. Существенной особенностью словарного состава является его непосредственная обращенность к явлениям действительности, поэтому именно в лексике отражаются все изменения, происходящие в общественной жизни, что неизбежно влечет за собой создание новых наименований [1, с. 27].

В данной статье рассмотрим неологизмы, номинирующие стресс, характеризующие попытки людей бороться с ним или нивелировать его последствия.

Стресс – сложное функциональное состояние организма, характеризующееся сдвигами в деятельности нейрофизиологических систем всех уровней: от психических процессов до гормоносекреции [4, с. 140]. В 30-50-е годы XX века Г. Селье разработал биологическую, или, как ее еще называют, физиологическую, теорию стресса, основное положение которой гласит, что стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявляемое ему тре-

бование [4, с.139]. Понятие об эмоциональном стрессе вводит Р. Лазарус. По его мнению, эмоциональный стресс связан с активизацией познавательной деятельности, посредством которой человек определяет для себя степень угрозы и сопоставляет возникающие трудности с собственными возможностями их преодоления [4, с.140].

Материалом исследования послужили неологизмы, взятые из современных лексикографических источников: Cambridge Dictionaries Online и Urban Dictionary.

Проведенный анализ позволил выделить следующие группы неологизмов.

**Первая группа включает неологизмы, характеризующие неразрывную связь окружающего мира и человека.**

*Skychology* [6] *the act of looking up at the sky, thought by some people to be good for your wellbeing* 'Некоторые люди считают, что смотреть на небо полезно для хорошего самочувствия'.

*Soil bathing* [6] *the practice of immersing your body in wet earth as a way of improving your mental health* 'Практика погружения тела во влажную землю как способ улучшения психического здоровья'.

*Dirty wellness* [7] *activities that involve being outside in nature and getting dirty, thought to be good for people's physical and mental health* 'Считается, что проводить время на природе, испачкаться полезно для физического и психического здоровья людей'.

*Brown noise* [6] *a type of sound that resembles a low rumble or the noise the sea makes, thought by some people to encourage sleep and relaxation* 'По мнению некоторых людей, звуки, напоминающие рокот или шум моря, способствуют сну и расслаблению'.

*Green noise* [6] *a mixture of sounds or electrical signals that resembles sounds heard in nature, such as waterfalls or rustling leaves, and is thought to help people to relax* 'Считается, что звуки или электрические сигналы, которые напоминают звуки природы, такие как шум водопада или шелест листьев, помогают людям расслабиться'.

*Sound healing* [7] *a type of meditation that involves listening to the human voice and different objects that produce sound* 'Тип медитации, который включает в себя прослушивание человеческого голоса и звуков, производимых различными объектами'.

*Spiritual bath* [7] *a ritual that involves having a bath to encourage wellbeing, with oils, herbs, flowers etc. added to the water and in a relaxing environment, for example with candles and soft music* 'Ритуал для улучшения самочувствия, который включает в себя ванну с добавлением в воду масел, трав, цветов и т. д. в расслабляющей обстановке, например, со свечами и тихой музыкой'.

В данной группе можно выделить ключевые лексемы и лексические пары: *sky – wellbeing; soil, earth – mental health; outside, nature – physical and mental health; noise the sea, rumble – relaxation; herbs, oils, flowers – wellbeing*.

*Sky* 'небо' «the expanse of air over any given point on the earth» 'пространство воздуха над землей'. *Earth* 'земля' «*soil, especially productive soil*» 'Почва, в особенности плодородная'. *Flower* 'цветок' «*a plant that blooms*» 'растение, которое цветет'. *Sea* 'море' «*the continuous body of salt water*

*covering most part of the earth's surface*» 'Соленая вода, покрывающая большую часть поверхности земли'. *Nature* 'природа' «the world of living things» 'мир живых существ'. *Wellbeing* 'Здоровье, благосостояние' «*the condition of being contented, healthy, successful*; «*welfare*» 'Состояние удовлетворенности, успешности, здоровья; благосостояния'. *Mental health* 'психическое здоровье' «*a state of emotional and psychological well-being in which an individual is able to use his or her cognitive and emotional capabilities, function in society, and the ordinary demands of everyday life*» 'Состояние эмоционального и психологического благополучия, при котором человек может использовать свои когнитивные и эмоциональные способности, функционировать в обществе и выполнять обычные требования повседневной жизни'. *Physical health* 'физическое здоровье' «*is the well-being of the body and the proper functioning of the organism of individuals*» 'Это хорошее самочувствие, правильное функционирование организма'.

Семантический анализ демонстрирует, что левый компонент этих лексических пар объединяет в себе представления о ресурсах природы, говорит о компонентах окружающего нас мира. А правый компонент – это лексические единицы, характеризующие благополучие человека.

Таким образом, подтверждается, что связь человека и природы очень прочная. Здесь звучит идея сознательного использования ресурсов природы для отдыха, восстановления сил и здоровья.

Еще в 1974 году Б. Марголис, В. Кроэс и Р. Куинн опубликовали статью «Трудовой стресс: незарегистрированная профессиональная опасность» [4, с.143]. Стресс оказывает положительное влияние на результаты труда лишь до тех пор, пока он не превысил определенного критического уровня. При превышении же этого уровня в организме развивается процесс гипермобилизации, который влечет за собой нарушение механизмов саморегуляции и ухудшение результатов деятельности, вплоть до ее срыва. Этот стресс, превышающий критический уровень, есть не что иное, как дистресс [2, с. 145].

**Во вторую группу включены неологизмы, относящиеся к стрессовым ситуациям связанных с работой.**

*Rage applying* [7] «*the activity of impulsively applying for several new jobs only because your present job is currently making you unhappy or angry*» 'Импульсивная подача заявления на несколько новых вакансий только потому, что ваша нынешняя работа делает вас несчастным или злым'.

*Quiet thriving* [6] «*the activity of making small changes to the way you work to help you feel happier and more fulfilled in your job*» 'Деятельность по внесению небольших изменений в то как вы работаете, чтобы помочь вам чувствовать себя счастливее и более удовлетворенным своей работой'.

*Sunday scaries* [6] «*a feeling of stress or anxiety experienced by someone on a Sunday before they have to go back to work the next day after the weekend*» 'Стресс или беспокойство, испытываемое человеком перед началом рабочей недели'. *Milestone anxiety* [7] «*a condition in which someone feels frightened or very worried because they have not achieved the same things in life as other people of the same age*» 'Состояние, при котором кто-то чувствует себя напуганным или очень обеспокоенным, потому что он не достиг в жизни того

же, что и другие люди того же возраста'. *Rage, unhappy, angry, scare, stress, anxiety, frightened, very worried* являются ведущими лексемами в данной группе. *Rage* «*violent, explosive anger*» 'яростный, взрывной гнев'. *Angry* «*feeling or showing anger*» 'чувствовать или демонстрировать гнев'. *Scare* «*sudden fear; alarm*» 'Внезапный страх, тревога'. *Anxiety* «*state of uneasiness and apprehension, as about future uncertainties*» 'Беспокойство и опасение из-за неуверенности в будущем'. *Worry* «*to feel uneasy or concerned about something*» 'беспокоиться о чем-то'.

Также в этой группе обращает на себя внимание антонимическая по левому компоненту пара: *rage applying – quiet thriving. Quiet* 'Покой, спокойствие, мир'. *Rage* 'Ярость, бешенство, гнев'. Здесь виден и «революционный» подход к решению вопроса, а именно, смена места работы, наличие множества вариантов, так и «эволюционный» путь – улучшение условий труда посредством легких, нерадикальных перемен. Выбор зависит от условий, уровня стресса и типа личности.

А пара *Sunday scares – milestone anxiety* интересна с точки зрения времени. Здесь очевидны переживания и страхи, связанные с вопросами времени. Это могут быть короткие периоды, например, дни, недели или же целые этапы жизни, например, годы, десятилетия...

Анализируя данные неологизмы, становится ясно почему набирает такую популярность дауншифтинг, почему так много последователей философии «замедления». Или же нужно следовать совету Конфуция: «Выбери себе работу по душе, и тебе не придется работать ни одного дня в своей жизни». Но и в том, и в другом случае необходимо сначала найти путь к себе, понять себя, отринуть оценочные реалии окружающего мира и ненужные сравнения.

**В следующую группу включены неологизмы, характеризующие явления, созданные самим человеком с целью нивелирования последствий стресса.**

*Mind gym* [б] «*a place or club where you can go to do classes and have treatments that improve your mental health*» 'Место или клуб, где вы можете упражняться и улучшать свое психическое здоровье'. *Dopamine decor* [б] «*the trend of using bright colours and patterns when decorating and furnishing your home to make you happier and improve your mental health*» 'Использование ярких цветов в интерьере дома, чтобы сделать вас счастливее и улучшить психическое здоровье'. *Hipstoric* [б] «*a way of decorating your home where old furniture, ornaments etc. are combined with a modern style. Combining old with new, this popular eclectic aesthetic is an easy way to add a unique and personal touch to the home and infuse it with a sense of nostalgia*» 'Дизайнерское решение для дома, где старая мебель, украшения и т. д. сочетаются с современным стилем. Сочетание старого с новым, эта популярная эклектичная эстетика, – простой способ добавить уникальность и индивидуальность дому и наполнить его чувством ностальгии'. *Wearapy* [б] «*the activity of wearing particular clothes as a form of therapy, with the clothes chosen to make the wearer feel happy or comforted etc*» 'Ношение определенной одежды в качестве формы терапии, при этом дается предпочтение одежде,

которая дает человеку ощущение счастья и комфорта'. *Scream pot* [6] «*a type of clay pot that you can scream into as a way of releasing negative emotions such as anger and frustration*» 'Глиняный горшок, в который вы можете кричать, чтобы выпустить негативные эмоции, такие как гнев и разочарование'. *Rage room* [7] «*room where people can pay to smash up objects with the aim of feeling less stressed afterwards*» 'Комната, где за определенную плату люди могут разбивать предметы. Это помогает снять стресс'. *Stealth help* [7] «*a type of book that uses a story or an account of someone's experience to inspire its readers to achieve goals and overcome problems*» 'Книги, описывающие жизнь или опыт других людей, вдохновляющие читателей или созданные для помощи в преодолении проблем'.

Ключевые лексемы в этой подгруппе: *treatment, improve, relaxation, bright colours and patterns*, следствие данных действий *mental health, make you happier, sense of nostalgia, relaxation, achieve goals, overcome problems, to inspire*. Как видим, комфортные места, уют дома, имитация природных явлений, теплые и милые дизайнерские решения помогают побороть растущее напряжение.

Особый интерес представляет в данной группе фраза *Dopamine decor*. Дофамин – это нейромедиатор. Депрессивные состояния часто связаны со снижением в нервных клетках содержания дофамина и норадреналина. Гиперсекреция дофамина в височной доле мозга наблюдается при шизофрении. Недостаточность дофамина в черной субстанции мозга приводит к болезни Паркинсона. Это одна из самых распространенных неврологических болезней (частота встречаемости 1:200 среди людей старше 60 лет) [3, с. 274]. Эти примеры свидетельствуют о том, что данная лексема из медицинского дискурса, является темой серьезных научных работ в области медицины, но люди, даже не имеющие отношения к медицине, сегодня осведомлены о роли дофамина, серотонина и т.д. Возможно, это связано с повышением уровня стресса, фобий и желанием преодолеть их.

Акцент на яркие цвета и наличие колоративов (*green noise*) также демонстрируют разные способы решения проблемы.

И отдельно выделен неологизм, подчеркивающий важность связи с самим собой. Это показывает, как важно доверять себе, своим чувствам.

*Sensehacking* «*the activity of stimulating all five senses in order to become happier and healthier*» 'Деятельность по стимуляции всех пяти органов чувств, чтобы стать более счастливым и здоровым' [7].

Таким образом, проведя анализ неологизмов, связанных со стрессом, характеризующих его, можно выделить ключевые моменты: 1) большая скорость прироста неолексик в данной области это признак высокого уровня стресса и проблем связанных с ним; 2) интердискурсивность (экологический дискурс, медицинский дискурс...) также указывает на предыдущий пункт; 3) умение бороться со стрессом доказано неологизмами, призванных нивелировать его. Следовательно, анализируя специфику данного пласта лексики, проводя категоризацию неологизмов в зависимости от когнитивно-прагматического аспекта, раскрываются современная картина мира и ценностные приоритеты современного человека и обосновывается важность исследовательской работы в этой области.

## СПИСОК ЦИТИРУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Катермина В. В. Политическая неонимация в массмедийном дискурсе // Журнал политическая лингвистика. 2016. С. 27–33.
2. Котик М. А. Психология и безопасность: монография по психологии труда. Таллин: Валгус, 1989. 448 с.
3. Северин Е. С., Алейникова Т.Л., Осипов Е.В., Силаева С.А. Биологическая химия: учебник. М.: ООО «Медицинское информационное агентство», 2008. 364 с.
4. Юнусова С. Г., Розенталь А.Н., Т.В. Балтина Т.В. Стресс. Биологические и психологические аспекты // Ученые записки казанского государственного университета Том 150, кн. 3. Гуманитарные науки. 2008. С. 139–150.
5. Crystal D. A Dictionary of Linguistics and Phonetics 6th edition. Blackwell Publishing, 2008. 529 с.
6. Cambridge Dictionaries Online. URL: <http://dictionaryblog.cambridge.org/tag/neologisms> (дата обращения: 20.04.2023)
7. Urban Dictionary. URL: <http://www.urbandictionary.com/> (дата обращения: 20.04.2023).