

КОНЦЕПТЫ "ОТДЫХ" И "СТРЕСС" В НЕМЕЦКОЙ ЛИНГВОКУЛЬТУРЕ

CONCEPTS "REST" AND "STRESS" IN GERMAN LINGUACULTURE

E. Koshkina

Annotation

The article is devoted to the analysis of the concepts REST and STRESS in German linguaculture. The aim of the research is to describe peculiarities of conceptualization of REST as one of the important parts of life's activity of German. An opposite concept STRESS is also scrutinized to make the description more realistic. The object of the research is Germans' mental representation of the concepts REST and STRESS. The subject of the research is peculiarities of conceptualization of the sphere of life which is connected with rest and stress.

Keywords: national sphere of concepts; German linguoculture; concepts "rest" and "stress"; semantic-and-cognitive approach; verbalization of the concept; distinctive and qualification features of concept; association experiment; the German language.

Кошкина Елена Геннадьевна

К.ф.н., Ст. преподаватель,

Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики"

Аннотация

Настоящая статья посвящена рассмотрению концептов "отдых" и "стресс" в немецкой лингвокультуре. Целью представленного в статье исследования является описание особенностей концептуализации такой области жизнедеятельности представителей немецкой нации, как отдых. Для более точного описания концепта "отдых" анализируется отражение на когнитивном уровне также явления "стресс". Соответственно, объектом данного исследования является ментальное представление немцев об отдыхе и стрессе, а предметом становятся особенности концептуализации этой области жизнедеятельности.

Ключевые слова:

Национальная концептосфера; немецкая лингвокультура; концепт "отдых"; концепт "стресс"; семантико-когнитивный подход; вербализация концепта; дифференциальные и классификационные признаки концепта; ассоциативный эксперимент; немецкий язык.

Различие культур сводится к отличающимся друг от друга национальным концептосферам, понимаемым как упорядоченная совокупность концептов народа. Представляется интересным выявить культурно-специфические особенности восприятия действительности в рамках определенной лингвокультуры и ее (действительности) последующего отражения на когнитивном уровне (особенности концептуализации).

В рамках настоящей статьи мы остановимся на рассмотрении особенностей концептуализации такой области жизнедеятельности представителей немецкой нации, как отдых. Кроме того, мы попытаемся проанализировать на когнитивном уровне явление "стресс", ставший в последние десятилетия неизбежной составляющей жизни современного человека.

В соответствии с логикой анализа концепта, представленной в семантико-когнитивном подходе к описанию концепта [5] круг наших задач нам видится так: инвентаризация языковых единиц, служащих вербализации концептов "отдых" и "стресс", как свободных номинантов, так и в составе устойчивых фразеологических единиц; составление номинативного и паремиологического полей; семантико-этимологический анализ инвентаризо-

ванных единиц; установление конститuentов концептов; проведение ассоциативного эксперимента среди носителей языка (русские и немцы); анализ и графическое представлений результатов эксперимента; выявление схожестей и различий; вывод об особенностях концептуализации.

Для конституирования номинативного поля к ключевому репрезентанту обоих концептов, "*Erholung*" и "*Stress*" (в нашем случае слово-репрезентант совпадает с именем концепта) и другим его прямым и косвенным номинантам был подобран ряд синонимов. Так в номинативное поле концепта ERHOLUNG вошли ключевой номинант *Erholung*, а также *Ruhe*, *Besserung*, *Ausgleich*, *Rast*, *Urlaub*, *Mittagsruhe* / *Nachtruhe*, *Kurzweil* и их синонимы, приведенные далее в табл.1.

Номинативное поле концепта STRESS было сформировано его (концепта) одноименным ключевым репрезентантом *Stress*, прямыми и косвенными номинантами *Konflikte*, *Belastung*, *Unannehmlichkeit*, *Anstrengung*, *Muhe* и их синонимами, также приведенными далее в табл.2.

Рассмотрим далее, как конституируется паремиологическое поле того и другого концепта.

Таблица 1.

<p>1. Ruhe Urlaub / Ferien Pause / Atempause Schlaf/Nickerchen Rast Siesta Stärkung Abwechslung</p>	<p>3. Ausgleich Beruhigung Ruhe Entspannung Behagen</p>	<p>5. Urlaub Erholungszeit Reisezeit Schul-, Semesterferien Muße Ruhe Freizeit</p>	<p>7. Genuss Annehmlichkeit Erfrischung Stärkung Wohltat Labsal</p>
<p>2. Besserung Entspannung Genesung / Gesundung (Neu)Belebung Erneuerung Heilung Erleichterung Wiederherstellung Festigung Regeneration Stärkung / Kraftigung</p>	<p>4. Rast Atem-, Ruhe-, Verschnaufpause / Unterbrechung Halt / Station Stillstand Ferien/Urlaub/Aufenthalt/Besuch Freizeit Mußestunde Verzögerung</p>	<p>6. Mittagsruhe / Nachtruhe Mittagspause Siesta Schlaf Dammerschlaf Nachtschlaf Schlummer Nickerchen</p>	<p>8. Kurzweil 8. Kurzweil Ablenkung Unterhaltung/Amusement Besuch Zeitvertreib Geselligkeit Änderung Vergnügen Uneinheitlichkeit Vielfalt angenehme Unterbrechung Abwechslung Belustigung</p>

[<http://synonyme.woxikon.de/>]

Таблица 2.

<p>1. Konflikte Argerlichkeiten/ Arger Probleme Scherereien Streit / Krach Unmut Missshelligkeiten</p> <p>2. Belastung Aktivität Arbeit Bemühung Beschwerlichkeit Druck Heidenarbeit / Knochenarbeit /Mordsarbeit Kopfzerbrechen Muhe / Muhseligkeit Plackerei /Plage Strapaze Überbeanspruchung, Gewichtigkeit, Hindernis Überanstrengung</p> <p>3. Unannehmlichkeit Schererei Missvergnügen, Unbequemlichkeit</p>	<p>4. Anstrengung Muhseligkeit Nervosität Plackerei Plage Qual Schlauch Schufferei Strapaze Viel Aufwand Zentnerlast / Überbelastung / Überforderung / Überlastung Geschäftigkeit große Eile Handstreich, Unterfangen Arger Beanspruchung, Aktivität Arbeit Ballast Belastung Belastungsprobe, Bemühung Beschwerde Beschwerlichkeit Beschwernis Druck Eifer Einsatz</p>	<p>Erschwernis Hundearbeit Inanspruchnahme Kraftakt / Kraftanstrengung /Kraftaufwand / Kraftverschwendung, Krampf Last Machtprobe, Mordsarbeit Muhe / Muhsal</p> <p>5. Muhe Qualerei / Qual Sklavenarbeit / Sklaverei Beschwernis Belastung Dienst Rackerei Schinderei Anstrengung Last Ballast Plage Muhsal Anspannung Strapaze Heidenarbeit Kopfzerbrechen Beschwerlichkeit Beanspruchung Plackerei</p>
--	---	---

[<http://synonyme.woxikon.de/>]

Паремиями называются устойчивые фразеологические единицы, представляющие собой целостное предложение дидактического содержания. К ним относят пословицы, поговорки, крылатые выражения, афоризмы, которые содержат ключевое слово–репрезентант концепта,

его синоним или единицу, характеризующую концепт описательно.

Этот тип языковых единиц интересен тем, что они содержат застывшее осмысление концепта, сложившееся в обществе на протяжении времени.

Ярким примером тому являются следующие пословицы:



Фразеологизм "Wer rastet, der rostet" выражает негативную оценку слишком продолжительного отдыха. Две другие говорят о том, что отдых хорош лишь тогда, когда сделана работа, и ничего не тяготит (в психологическом плане).

В паремиологическое поле концепта ERHOLUNG вошел целый ряд паремий, например [2], [3], [5]:

- In jedem Fall an jedem Ort wirkt Ruhe wie ein Zauberwort!
- Zeit fühlen - nichts tun, nichts wollen: Das ist Luxus. - Ein Augenblick der Seelenruhe ist besser, als was du erstreben magst
- Entspanne Dich. Lass Dich gehen. Au?er einigen wenigen Ausnahmen ist nichts so wichtig, wie es zuerst scheint. - Man sollte auch an Wochentagen ein paar Augenblicke Sonntag sein lassen.
- Nach getaner Arbeit ist gut ruhn - Fruh nieder und fru h auf, verlangt den Lebenslauf
- Wer rastet, der rostet - Ein schlafender Fuchs fangt kein Huhn - Ein Faulpelz hat immer frei. - Mu?iggang ist die Mutter der Laster - Unter ruhenden Stein flie?t kein Wasser
- Ein gutes Gewissen ist ein sanftes Ruhekissen - Das Schone wirkt entspannend, ohne zu langweilen.
- In der Ruhe liegt die Kraft - Sich legen bringt Segen - Im Schlaf begeht man weniger Sunden / Wer schlaf, der sundigt nicht - Gebt den Leuten mehr Schlaf - und sie werden wacher sein, wenn sie wach sind. (Kurt Tucholsky) - Traumen - die Stille, die Ruhe, die Einsamkeit genie?en und Kraft schopfen um neu beginnen zu konnen
- Liebe sechs Stunden Schule als gar keinen Schlaf - Wo Verdacht einkehrt, nimmt die Ruhe Abschied

Паремиологическое поле концепта STRESS представлено следующими фразеологизмами, например: (https://www.aphorismen.de/suche?f_thema=Stress&seite=1):

- Auch unsere Stress-Autobahn braucht eine Geschwindigkeitsbegrenzung
- Menschen tun alles, um Stress wahrend der Arbeitszeit zu vermeiden, und ihn in der Freizeit zu suchen
- Auch die Vermeidung von Stre? ist Stre? - Stress passiert nicht. Stress ist die Art, wie Du auf die Dinge reagierst. - Nicht die Menge der Arbeit verursacht den alltaglichen Stre?, sondern der Mensch, der dich ihretwegen kritisiert und unter Druck setzt. Zugegeben: Manchmal bist du selbst dieser Mensch - Der meiste Stress im Leben kommt daher, dass man sich gezwungen meint, in Konkurrenz zu anderen sich zu denken, statt mit Spa? und Freude seine Sache zu betreiben - Lass mich das kompliziert machen, ich brauche meinen Stress. - Der stressigste Stre? ist der Beziehungsstre? - Geld macht nicht glucklich! Geld schafft Stress und Stress schafft Krankheit! Lebe ausgeglichen und vergiss niemals, wer deine Freunde und Familie sind.
- Geld macht nicht glucklich! Geld schafft Stress und Stress schafft Krankheit! Lebe ausgeglichen und vergiss niemals, wer deine Freunde und Familie sind. - Dem Alltagsstre? kann nur entgehen, wer's vermeidet aufzustehen

<ul style="list-style-type: none"> - Burnout: Wir leben zu hell, uns fehlen die Nächte. - Bester Schutz vor Burnout - regelmäßig seinen Akku mit Wohlfühlseinheiten aufladen. - Stress und Sorgen führen dich niemals dahin, wo Du sein willst. - Geld macht nicht glücklich! Geld schafft Stress und Stress schafft Krankheit! Lebe ausgeglichen und vergiss niemals, wer deine Freunde und Familie sind. - Stress ist, wenn man schreiend aufwacht und bemerkt, dass man noch gar nicht eingeschlafen war - Stress ist ein Radiergummi für meine Kreativität. - In allen Ländern sind Leute, die mit Geschäften überlastet sind, allgemein unfreundlich und unbarmherzig - Der Mensch im Stress?: Ein echtes "Wirbel"-Tier!
<ul style="list-style-type: none"> - Den Stress von heute nennt man später mal die gute alte Zeit - Auch der Stress hat etwas für sich: Er gibt einem das Gefühl, dass man gebraucht wird
<ul style="list-style-type: none"> - Manche haben viel Arbeit und langen hin, und manche haben viel Stress und reden davon
<ul style="list-style-type: none"> - Weniger Stress - mehr Leben!
<ul style="list-style-type: none"> - Stress ist eine Ausrede, um nicht zuhören zu müssen.
<ul style="list-style-type: none"> - In allen Ländern sind Leute, die mit Geschäften überlastet sind, allgemein unfreundlich und unbarmherzig.

Следует отметить, что в паремиологическое поле концепта стресс вошли большей частью афоризмы, представляющие собой оригинальную законченную мысль, изреченную и записанную в лаконичной запоминающейся текстовой форме и впоследствии неоднократно воспроизводимую другими людьми, например:



[https://www.aphorismen.de/suche?f_thema=Stress&seite=2]

После того, как конституирование номинативного и паремиологического полей было завершено, мы осуществили этимологический и семантико-когнитивный анализ, опираясь на два положения:

1. семантические компоненты прямых и косвенных номинантов концепта рассматриваются как его (концепта) когнитивные дифференциальные признаки (далее КДП), понимаемые как "отдельный признак объекта, осознанный человеком и отображенный в структуре со-

ответствующего концепта как отдельный элемент его содержания" [5. С. 128];

2. смысл паремии интерпретируется также как отражение когнитивного дифференциального признака концепта.

Проведенный семантико-этимологический и когнитивный анализ инвентаризованных языковых единиц – репрезентантов концепта ERHOLUNG из номинативного

поля – позволил установить следующий набор когнитивных дифференциальных признаков концепта:

- ◆ получить новые силы (Erholung / Stärkung) / восстановить утраченные ((Neu)Belebung / Regeneration);
- ◆ отдыхать, ничего не делая, спать (Ruhe);
- ◆ быть (официально!) свободным от работы (Ferien / Urlaub);
- ◆ находиться в состоянии покоя (Ruhe / Rast);
- ◆ смена обстановки (Abwechslung) / разнообразие (Vielfalt);
- ◆ отпустить напряжение / отдохнуть (Entspannung);
- ◆ быть довольным (Behagen) / радостным от наличия ч.-л. (Genuss);
- ◆ гармония (сохранение / восстановление ("потраченных") сил (Ausgleich);
- ◆ занятие любим (Muße) / приятным (Wohltat) делом;
- ◆ освежение / утеха (Erfrischung / Labsal);
- ◆ восстановление здоровья (Genesung);
- ◆ уйти от спешки (Verzögern) / пребывать в состоянии покоя (Stille);
- ◆ развлечение (Kurzweil), получение удовольствия (Vergnügen), напр. в кругу друзей (Geselligkeit) [1].

В результате интерпретации смысла паремии как когнитивного дифференциального признака, удалось выявить следующий их набор: душевный покой, роскошь, расслабление, повсеместная потребность, волшебство, источник силы / энергии, постоянная необходимость, всегда после работы, хорошее душевное состояние (конкретно – чистая совесть) – хороший отдых, отдыхать # лениться, отдых # праздность, прекрасное способствует отдыху, источник силы / энергии, отдых – это просто, скука – плохой отдых, перерыв в работе / кофе-пауза, сон, благо, приятные моменты, условие для нового старта, доверие способствует отдыху, одиночество, тишина, продлевает жизнь.

Объединение однородных дифференциальных признаков позволило выявить следующие ККП концепта ОТДЫХ: роскошь, высокая ценность и актуальность, регулярная необходимость, своевременность отдыха, критика (продолжительного) отдыха, неправильные виды отдыха, лень / скука # отдых, источники покоя, позитивное следствие / воздействие отдыха, факторы, мешающие покою.

Что касается концепта STRESS, его набор когнитивных дифференциальных признаков оказался по результатам семантико-когнитивного анализа свободных номинантов следующим.

- ◆ заботы, печаль > физическое и / или психическое напряжение (Stress)
- ◆ раздражение + усугубление ситуации (Arger,

Argerlichkeit)

- ◆ ссора (Krach)
- ◆ упрямство > внутреннее сопротивление > конфликт (Streit)
- ◆ быть озадаченным ч.-л. > создавать ненужные сложности (Schererei)
- ◆ давление со стороны (Druck) > "давящая ситуация" (Beschwerlichkeit)
- ◆ завышенные требования и т.п. (Überlastung / Überforderung)
- ◆ душевные переживания (Last / Belastung)
- ◆ боль, страдание (Qualerei / Qual), третирование
- ◆ "маята" / напряжение (Muhe / Muhsal / Muhseligkeit + Strapaze + Schererei)
- ◆ результат крайне тяжелого / неприятного труда (Hunden-, Knochen-, Heiden-, Mordsarbeit, Schinderei)
- ◆ разрушение (Kopfzerbrechen)
- ◆ мука [как наказание Бога за содеянное] (Plage)
- ◆ сильное старание относительно ч.-л. (Eifer) [1].

Семантико-когнитивное описание единиц паремиологического поля помогло установить еще ряд характерных для концепта STRESS признаков (КДП): выгорание, деньги, спешка, необходимость "регулировать" стресс, отсутствие сна, шум, источник стресса – "накручивание" себя, источник стресса – твоё отношение к вещам, источник стресса – сравнение себя с другими, позитивный стресс, стресс свободного времени, будничный стресс, бесконтрольная ситуация, психическое расстройство, дорога в неправильную сторону, слишком много обязанностей, мобильный телефон, отсутствие радости / жизнерадостности, бессердечие + недружелюбие, жить, угождая другим, перегруз работой, болезнь, источник стресса – отношения с партнером, источник стресса – критика и давление со стороны.

Объединение однородных дифференциальных признаков позволило выявить следующие ККП концепта СТРЕСС: *резко негативная оценка, позитивная оценка стресса, борьба со стрессом, преувеличенная роль стресса в обществе (?), источники стресса (сам человек / другие люди / внешние источники), негативные последствия стресса, психически физически, высокая актуальность + глобальный характер, отсутствие стресса – наслаждение жизнью, злоупотребление ситуацией стресса (?).*

Итак, на основе ККП, выявленных в процессе анализа репрезентантов концепта – конституентов номинативного и паремиологического поля – можно сделать некоторые промежуточные выводы об особенностях концептуализации рассматриваемой области – Erholung. Проанализированный материал свидетельствует о том, что для немцев отдых имеет большое значение, он должен быть своевременным и регулярным. Важен также такой аспект, как "источники покоя" и "факторы не-отдыха". Интересно и то, что пассивное ничегонеделание не рассма-

тривается представителями немецкой нации как эффективный отдых, способный оказывать на человека позитивное воздействие.

Особенности ментального представления о СТРЕССЕ сводятся в основном к признанию высокой актуальности и глобальности проблемы и резко негативной оценке стресса. Однако нельзя упустить один необычный факт, который связан с положительной аксиологической составляющей стресса, позволяющей рассматривать его как часть интересной насыщенной активной (!молодой) жизни. Релевантной является проблема установления "источников" стресса, т.е. его причин (а они могут быть не только внешними, но и внутренними, исходящими от самого человека), а также (негативных, психических, физических) последствий и путей его преодоления. В свете выше сказанного неожиданным кажется наличие такого признака концепта как "преувеличенная роль в обществе / в жизни" и "злоупотребление ситуацией", что, предположительно, ведет к снятию с себя ответственности за происходящее – позиция: это все следствие стресса и т.д.

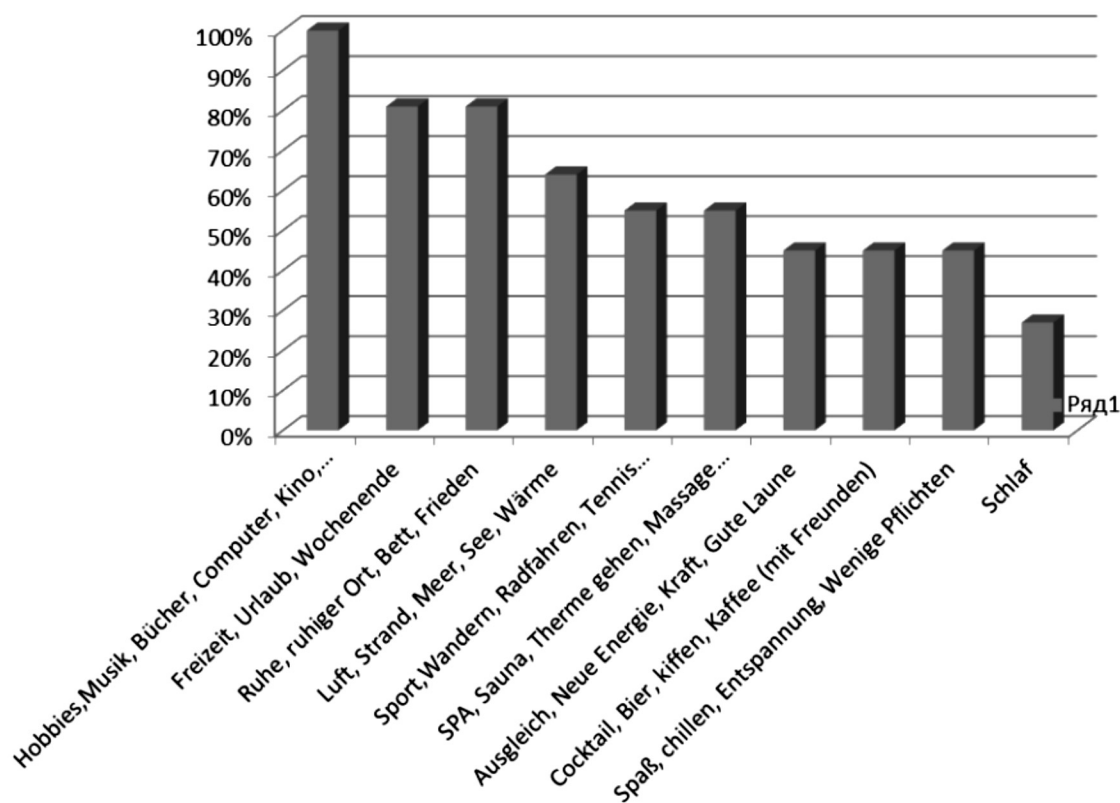
Следующий этап исследования – проведение свободного ассоциативного эксперимента и формирование ассоциативного поля – совокупности ассоциатов на стимул – ключевую лексику – репрезентант концепта, напр.: "Отдых

/ стресс для меня – это ..." (5–8 ассоциатов); "Erholung / Stress ist für mich ..." (5–8 Assoziationen). Полученные ассоциаты анализируются далее как языковые средства объективации когнитивных признаков концепта.

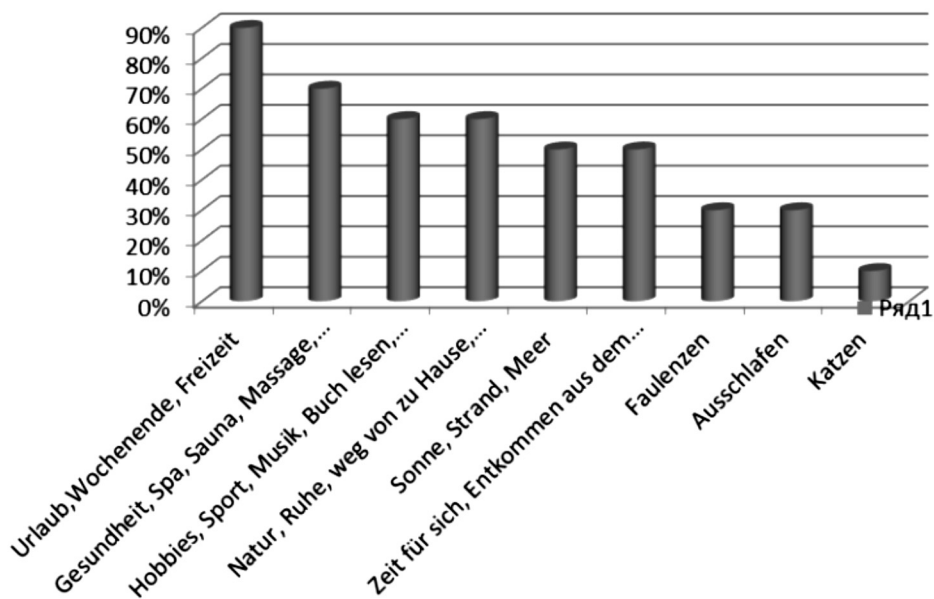
Результаты проведенного среди представителей русско- и немецкоязычной культуры (женщины и мужчины 20–40 лет) опроса были проанализированы и представлены в виде гистограмм.

На гистограммах 1 и 2 показано (в процентах), какое количество реципиентов называли тот или другой ассоциат, а также их расположение относительно друг друга по значимости, которая свидетельствует о релевантности соответствующего составляющего концепта ERHOLUNG. Гистограмма 3 представляет сравнить важность наиболее популярных ассоциатов между реципиентами женского и мужского пола.

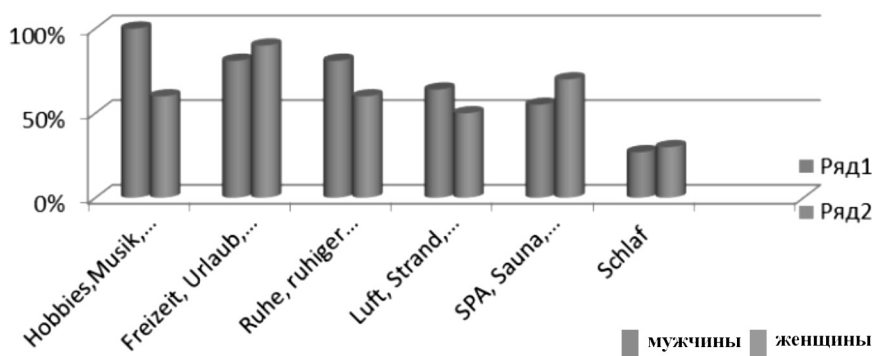
Ассоциативный эксперимент показывает, что основными характеристиками отдыха в немецком сознании являются: наличие свободного времени (каникулы / отпуск / выходные), посвящение времени любимому занятию (музыка, книги) или здоровью (SPA, сауна), тишина, природа (море, солнце), здоровый сон. Гистограмма 3 показывает процентную дифференцию, выявленную в предпочтениях мужчин и женщин.



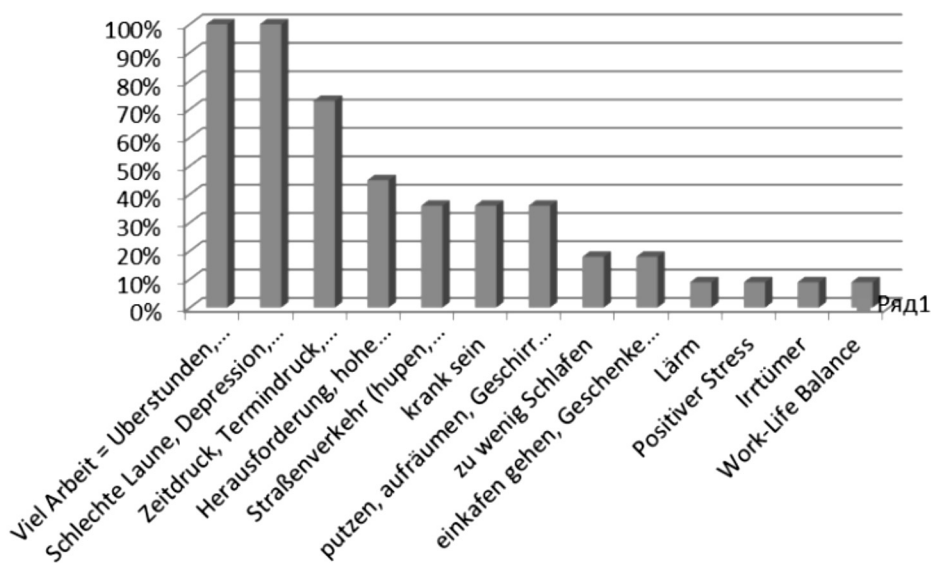
Гистограмма 1. ОТДЫХ - мужчины.



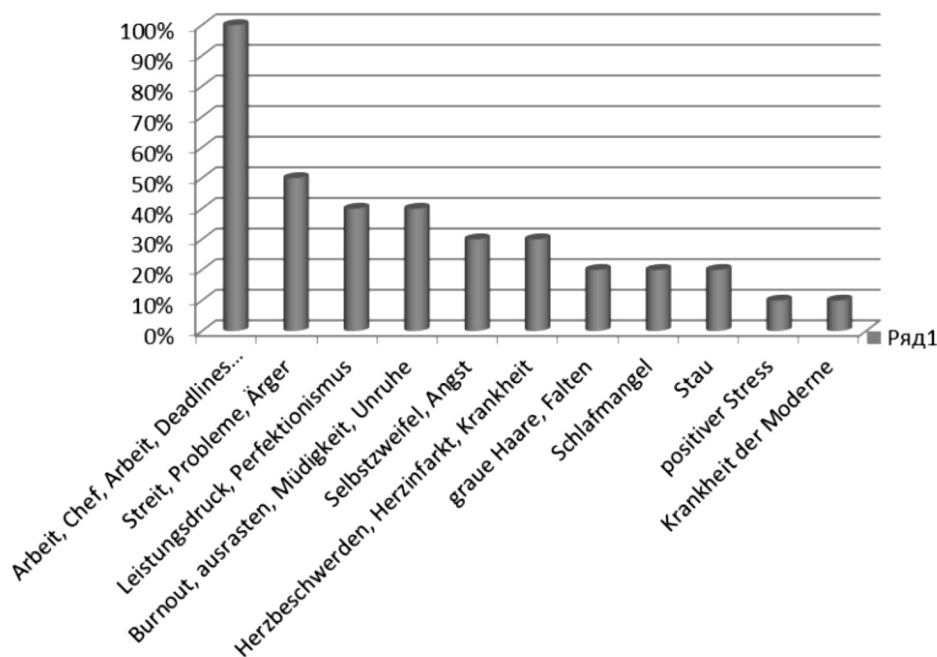
Гистограмма 2. ОТДЫХ - женщины.



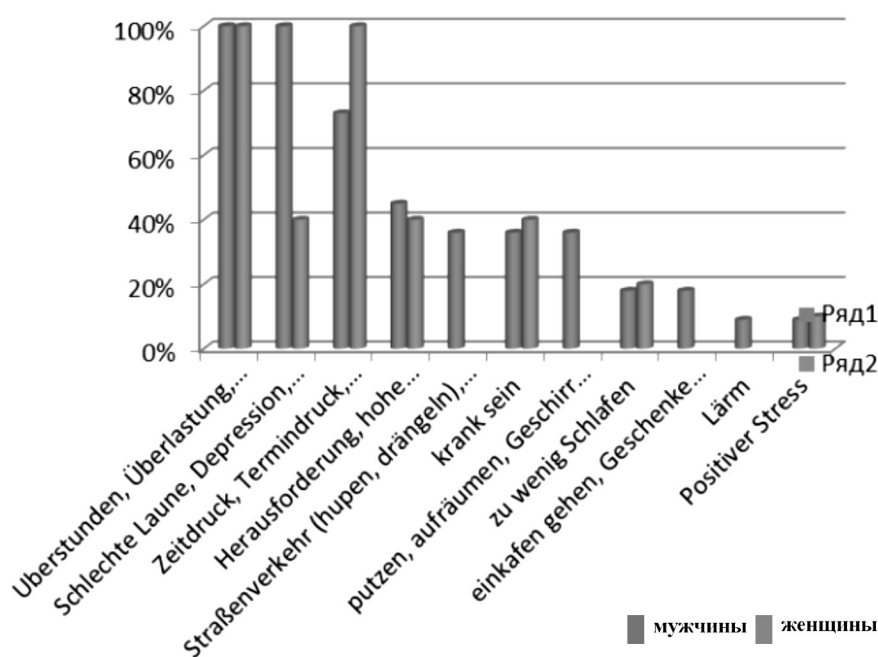
Гистограмма 3. ОТДЫХ - мужчины vs. женщины.



Гистограмма 4. СТРЕСС - мужчины.



Гистограмма 5. СТРЕСС - женщины.



Гистограмма 6. СТРЕСС - мужчины vs. женщины.

Анализ конститuentов ассоциативного поля концепта СТРЕСС позволяет рассмотреть в качестве неотъемлемых его составляющих следующий ряд признаков: чрезмерный объем работы / обязанностей / завышенных требований, сопровождаемых катастрофической нехваткой времени (цейтнот и дедлайны), неудовлетворительное физическое и психическое состояние в условиях

стресса, отсутствие времени на восполнение сил (в том числе нехватка сна) (Гистограмма 4 и 5).

Из диаграммы 6, демонстрирующей результаты эксперимента в сравнении, видим, что некоторые признаки концепта, отмеченные представителями одного пола как значимые, имеют нулевой маркер значимости у предста-

вителей другого пола. Считаю также важным отметить, что те и другие референты признают возможным существование "позитивного" стресса.

Подводя итог проведенному исследованию, можно сделать ряд выводов. И той и другой области, концептуализация которых была рассмотрена в данной статье, представители немецкой нации придают большое значение – об этом свидетельствует как высокая номинативная плотность концепта (степень детальности языкового обозначения определенного концептуального пространства, "детализация обозначаемого фрагмента реальности, его множественное вариативное обозначение" [4. С 112]), так и рекуррентность (частотность языковых единиц, номинирующих концепт).

В процессе семантико-когнитивного анализа репрезентантов концепта, подкрепленного ассоциативным

экспериментом нам удалось установить набор значимых признаков концептов, а объединив их по однородности, мы смогли увидеть, что конкретно в исследуемой области подвергается концептуализации, какая "сторона" рассматриваемой ментальной сущности является для представителей немецкой нации релевантной.

Полагаем, что поставленные в исследовании задачи были в достаточной мере решены. Обширность заявленной проблемы, однако, оставляет возможность дальнейшей ее разработки.

Высокая актуальность исследований национальных концептосфер и формируемых ими лингвокультур, позволяет продолжать работу в заданном направлении и, описывая язык, выявлять интересные лингвокультурные особенности нации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Duden. Herkunftswörterbuch. Etymologie der deutschen Sprache. Bd. 7. Dudenverlag. 2001.
2. Graf A.E. Russische und deutsche idiomatische Redewendungen. Veb verlag enzyklopadie. Leipzig. 221
3. Neues deutsch-russisches phraseologisches Wörterbuch = Новый немецко-русский фразеологический словарь. Изд.2-е, перераб. И доп. – М.: Книжный дом "ЛИБРИКОМ", 2010. – 864 с.
4. Карасик, В.И. Языковой круг: личность, концепты, дискурс. – М.: Гнозис, 2004. – 390 с.
5. Попова, З.Д., Стернин, И.А. Когнитивная лингвистика / З.Д. Попова, И.А. Стернин. – М.: АСТ: Восток-Запад, 2007. – 314 с.
6. Цвиллинг М.Я. Русско-немецкий словарь пословиц и поговорок. – 3 изд. М.: Рус.яз. 2002. – 216 с.
7. <http://synonyme.woxikon.de/>
8. https://www.aphorismen.de/suche?f_thema=Stress&seite=1
9. https://www.aphorismen.de/suche?f_thema=Stress&seite=2

© Е.Г. Кошкина, (e-lena-koshkina@yandex.ru), Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»,



Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики"