

УДК 81'25

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УСТНОГО ПЕРЕВОДЧИКА

Кузнецова Е.А.

магистрант,

*Национальный исследовательский Мордовский государственный университет
им. Н.П. Огарёва,*

Саранск, Россия

Аннотация.

Данная статья представляет собой анализ феномена профессионального стресса, который возникает в работе устного переводчика, изучаются различные научные исследования в данной области, формируются те причины и факторы, которые напрямую создают стресс в работе устного переводчика. В статье рассматривается, что представляет собой профессиональный стресс, какие научно-исследовательские работы уже реализованы в рамках изучения профессии переводчика. Работа устного переводчика характеризуется высоким интеллектуальным, психологическим, творческим напряжением, поэтому в статье будут рассматриваться специфические факторы проявления стресса. Необходимо отметить то, что с формированием профессионального стресса у переводчика может проявляться адаптация к данным факторам, а также самосовершенствование своего профессионального уровня.

Ключевые слова: стресс, профессиональный стресс, устный переводчик, деятельность устного переводчика, факторы стресса.

PROFESSIONAL STRESS IN THE ACTIVITY OF AN INTERPRETER

Kuznetsova E. A.

master student,

National Research N.P. Ogarev Mordovia State University,

Saransk, Russia

Abstract.

This article is an analysis of the phenomenon of professional stress that occurs in the work of an interpreter, various scientific studies in this field are studied, the causes and factors that directly create stress in the work of an interpreter are formed. The article deals with the professional stress and research works that have already been implemented as part of the study of the translator's profession. The work of an interpreter is characterized by high intellectual, psychological, and creative stress, so the article will consider specific stress factors. It should be noted that with the formation of professional stress in the activity of an interpreter he may show adaptation to these factors, as well as self-improvement of his professional level.

Keywords: stress, professional stress, interpreter, interpreter activity, stress factors.

В процессе развития психологии и тех научных дисциплин, которые изучают проявление стресса у специалистов в разных областях деятельности, появились разнообразные подходы к определению профессионального стресса.

Российский специалист в области психологии Н.В. Тарабрина описывает профессиональный стресс как состояние сотрудника, которое возникает у него вследствие влияния эмоциональных и экстремальных негативных факторов, напрямую связанных с выполняемыми обязанностями в рамках профессиональной деятельности. Анализируя работы Н.В. Тарабриной, можно выделить следующие разновидности профессионального стресса: [14]

1. Информационный стресс, который представляет собой состояние человека, характеризующееся влиянием повышенного количества информации при ограниченном количестве времени на ее выполнение. Перекладывая данный вариант стресса на деятельность устного переводчика, можно также выделить влияние большого количества информации в очень ограниченном промежутке времени, когда специалист должен быстро сопровождать речь

Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

человека и переводить ее, либо возникают ситуации, при которых разговор приходится видоизменять под условия общения. Большое количество информации, которую необходимо переработать, создает эмоциональное напряжение для переводчика [11;14].

2. Эмоциональный стресс, второй тип проявления профессионального стресса, сопровождается острым переживанием человека, поскольку происходит разрушение установок, ценностей и критериев сотрудника, по которым он выполняет свои профессиональные задачи. Эмоциональный стресс возникает при реальной или предполагаемой опасности, переживаниях унижения, вины, гнева и обиды, в случаях противоречий или разрыва деловых отношений с коллегами по работе или конфликта с руководством. В деятельности устного переводчика подобные процессы также могут проявляться, поскольку неправильный перевод определенного фрагмента разговора может привести к конфликту, который в дальнейшем перенесется в эмоциональную плоскость профессионального стресса [11;14].

3. Последним типом профессионального стресса по Н.В. Тарабриной является коммуникативный стресс. Он связан с возникновением недопонимания в рамках делового общения: неумение защититься от коммуникативной агрессии, неспособность сформулировать отказ там, где это необходимо, формирование раздражительности в рамках общения с коллегами. Данный тип стресса для устного переводчика наиболее характерен. Большую роль играют здесь индивидуальные психологические особенности переводчика. Для устного переводчика коммуникативный стресс является наиболее опасным, поскольку он может повлиять на способность выполнения работы. [14].

Помимо Н.В. Тарабриной изучением проявления профессионального стресса занимался Р.С. Никифоров. Он систематизировали типичные стрессоры, которые проявляются у каждого специалиста в рамках профессиональной деятельности, в него входят: условия труда, большой объем трудовой деятельности, неблагоприятное влияние факторов физической среды, Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМН Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

дефицит времени, качество оборудования, проблема статуса в профессиональной карьере, неопределённость в оплате труда, неоцененность проделанной работы, взаимоотношения на работе и внеорганизационные источники стресса [13].

Ученый предполагал, что избавление или профилактика данных стрессоров позволяет специалистам наиболее эффективно выполнять работу и проявлять высокий уровень мотивации.

Анализируя рассмотренные подходы к определению профессионального стресса и факторам влияния на проявление профессионального стресса, можно сказать, что современная жизнь, обусловленная развитием технологий и увеличением темпа жизни, может создавать новые факторы развития профессионального стресса, но и открытые ранее факторы и типы до сих пор являются актуальными в изучении профессионального стресса [4;5].

Анализируя подходы к определению профессионального стресса, можно сформировать собственное представление о том, что такое стресс в работе переводчика, отталкиваясь от особенностей трудовой деятельности.

Стресс в работе переводчика – это напряженное состояние специалиста, возникающее из-за наличия специфичных для устного перевода напряженных моментов, на которые реагирует специалист: темп речи, однократность восприятия фрагментов речи, невозможность обращения к справочной информации в ходе перевода, определенные личностные факторы, проявляющиеся в процессе общения [2;6].

Для специалиста в области устного перевода наиболее ярко формирует профессиональный стресс коммуникативный тип, который был рассмотрен выше. Это обусловлено тем, что главной направленностью в работе устного переводчика является его умение коммуницировать с людьми, анализировать полученную речь и вести постоянный диалог. Если раньше были сомнения относительно того, является ли переводчик непосредственным субъектом общения, то в современных реалиях понимание, что переводчик является

Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

равноправным участником взаимодействия между людьми, который принимает активное участие в процессе формирования коммуникативного пространства взаимодействия, неоспоримо [7].

Именно поэтому коммуникативный тип стресса является наиболее ярким проявлением профессионального напряжения и внутриличностных проблем, которые создают предпосылки для развития профессионального стресса у переводчиков. В рамках профессиональной деятельности переводчика можно выделить активную и опосредованную позицию коммуникации. В рамках активной позиции он является главным ответственным лицом в понимании диалога между людьми, а с точки зрения опосредованной коммуникации, переводчик хоть и не является главным лицом диалога, но так же отвечает за его результат [5;7].

Исходя из данных направлений коммуникации, происходит формирование тех факторов, которые создают профессиональный стресс для устного переводчика [6;7;12].

1. Высокая степень профессиональной ответственности за результат перевода - один из центральных факторов, который влияет на состояние специалиста, на проявление профессионального стресса. Особенность работы устного переводчика заключается в том, что каждый трудовой процесс является важным, за каждым общением стоит большая ответственность переводчика, поэтому если он ошибается, это напрямую создает предпосылки для стресса. Даже если ошибок в процессе работы нет, то высокий уровень ответственности предполагает высокое эмоциональное напряжение, которое, в конечном счете, приводит к профессиональному выгоранию и проявлению профессионального стресса.

2. Коммуниканты, которые ведут разговор и чью речь необходимо переводить, разговаривают одновременно. Это является второй причиной формирования профессионального стресса, поскольку переводчику необходимо быстро переводить речь обоих участников общения.

3. Обычно общение, для которого требуется переводчик, достаточно длинное, именно поэтому у специалиста возникает умственное перенапряжение и переутомление, что напрямую ведет к проявлению стресса.

4. В процессе взаимодействия коммуниканты редко делают паузы, либо делают очень длинные паузы, переводчику нужно все время заключать свое внимание в рамки диалога, поскольку, если произойдет расфокус, вернуть нить диалога будет затруднительно.

5. Коммуниканты импровизируют в процессе речи, поэтому переводчик должен уметь находить подходящие слова для перевода, точно донести мысль и эмоциональную выразительность речи, чтобы не возникло недопонимания.

6. В процессе переводческой деятельности специалист должен не только задействовать большой объем памяти или его переключения, важным компонентом является профессиональная компетентность в процессе коммуникации. Именно поэтому профессиональный подход к подготовке перед началом взаимодействия также влияет на развитие профессионального стресса. Если переводчик сможет более подробно изучить личность тех, кого он переводит, фоновую информацию о ситуации общения, проанализировать, как работали другие переводчики вместе с ними и как звучит речь коммуникантов, это позволит избежать возникновения профессионального стресса [7;12].

В данном случае можно обратиться к работе исследователя в области теории и практики перевода С.А. Корольковой, которая говорит о важности формирования рефлексивных умений переводчика. Данный набор умений и навыков позволит обеспечить способность находить оптимальные решения возникших проблем через интеграцию собственного практического опыта, тех профессиональных знаний и компетенций, которыми обладает переводчик [9].

В процессе осуществления перевода специалист выполняет как функции получателя, так и функции отправителя информации, именно поэтому рассмотренные выше факторы напрямую оказывает формирование профессионального стресса через коммуникативный тип.

Рассмотренные факторы профессионального стресса в деятельности устного переводчика проявляются, как правило, постоянно, поскольку переводчик в процессе общения выступает в роли «универсального солдата», который должен уметь получать, обрабатывать и доносить информацию до реципиента, при этом затрачивая на это минимальное количество времени, должен уметь подстраиваться под индивидуальные особенности коммуникантов и их импровизационные способности, а также быть своего рода специалистом в области конфликтных ситуаций и находить способы их решения [3].

Таким образом, современные устные переводчики должны не только знать, какие стрессовые факторы создают профессиональные трудности, но и какие средства профилактики выбирать, чтобы профессиональный стресс не смог полностью повлиять на деятельность переводчика.

В переводческой сфере вопросы, связанные с проявлением профессионального стресса, появляются каждый раз, однако, нужно больше практических усилий и научно-исследовательских работ, чтобы в полной степени изучить все факторы, причины и свойства возникновения профессионального стресса в осуществлении устного перевода.

Библиографический список

1. Авдеева Н.Н. Большой психологический словарь / [Авдеева Н. Н. и др.] ; под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. - 4-е изд., расш. - Москва : АСТ ; Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2009. - 811 с
2. Алексеева, И. С. Введение в переводоведение : учеб. пособие для студ. филол. и лингв. фак. высш. учеб. заведений. – СПб.: Филологический факультет СПбГУ / И. С. Алексеева. – М. : Издательский центр «Академия», 2004. – 352 с

3. Варданын, Л. В. Стресс как источник нарушения психологической безопасности переводчика в процессе межкультурной коммуникации / Л. В. Варданын // Новое слово в науке: перспективы развития, 2016. – № 4-1 (10). — С. 132-134.

4. Гуреева, А. А. Социокоммуникативные характеристики языковой личности переводчика (на материале русского и английского языков) : автореф. дис. ... канд. филол. наук / Гуреева Анна Андреевна. – Волгоград, 2014 – 18 с.

5. Гуреева, А. А. Адаптивность как социокоммуникативная характеристика профессиональной личности переводчика / А. А. Гуреева // Ното Loquens: Вопросы лингвистики и транслятологии : сб. ст. – Волгоград : Изд-во ВолГУ, 2014 – С. 11–19.

6. Гуреева, А. А. Коммуникативные действия переводчика в ситуации коммунального перевода / А. А. Гуреева // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 2: Языкознание. – 2013. – № 2 (18). С. 159–162

7. Котлярова, Ю. П. Переводческая компетенция как многоаспектное теоретическое понятие / Ю. П. Котлярова // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика, 2007. – № 3. Т. 13. – С. 55 – 59

8. Живага, А. Ю. Управление конфликтами и стрессами в организации: учебное пособие / А. Ю. Живага. – Южно-Сахалинск : СахГУ, 2019 – 108 с.

9. Королькова, С. А. Рефлексия и перевод / С. А. Королькова // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 2, Языкознание. – 2014 – № 2 (21). – С. 46-52.

10. Мальцева Т. В., Тихонова Е. А. Психологические ресурсы стрессоустойчивости руководителей органов внутренних дел Российской

Федерации : учебное пособие. – Москва : Академия управления МВД России, 2022 – 68 с.

11. Мельникова, М. Л. М48 Психология стресса: теория и практика [Электронный ресурс] : учебнометодическое пособие / М. Л. Мельникова ; Урал. гос. пед. ун-т ; науч. ред. Л. А. Максимова. – Электрон. дан. – Екатеринбург : [б. и.], 2018. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

12. Рудковская, А. В. Формирование психокогнитивной компетенции при обучении устному последовательному переводу / А. В. Рудковская // Rhema. Рема, 2014. – № 2. – С. 111-117

13. Смирнова Н.Н. Профессиональный стресс и стрессоустойчивость специалистов экстремального профиля деятельности: учебное пособие / Н.Н. Смирнова, А.Г. Соловьев, М.В. Корехова, И.А. Новикова. – Архангельск: Изд-во Северного государственного медицинского университета, 2017. – 161 с.

14. Тарабрина, Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н. В. Тарабрина. СПб. : Питер, 2001 . – 255 с.

Оригинальность 90%