

Список слов и выражений по теме «In deep trouble. О стрессах, проблемах и невезении на английском языке» (www.engblog.ru)

Слово/Фраза	Перевод
Виды стрессов	
A fiasco	Провал, фиаско
A pickle	Неприятное положение
A trouble	Беда, неприятность
Affliction	Печаль, огорчение, несчастье
Failure	Провал, неудача
Hardship	Трудность, тяжелое испытание
Hoodoo	Невезение, сглаз
Loss	Потеря, утрата, проигрыш
Mischance	Неудача, несчастный случай
Misery	Горе, несчастье, страдание
Misfortune	Несчастье, беда, неудача
Mishap	Неудача, несчастье
The onus	Бремя, долг
Torment	Мучение, мука
Unfortunate	Несчастный, неблагополучный
Unlucky	Неудачный, несчастливый
To jinx	Приносить несчастье, сглазить
A run of good/bad luck	Удачная полоса / полоса невезения
An ill luckstar	Несчастливая звезда
Hard times	Сложности, тяжелые времена
Говорим о стрессах на английском языке	
A psychologist	Психолог
A way out	Выход (из ситуации)

Anticipation	Ожидание, предчувствие
Anxiety	Беспокойство, тревога, опасение
Emotions	Эмоции
Pressure	Давление
Worries	Беспокойства
Highly-pressured	Под большим давлением
Traumatic	Травмирующий
Upset and agitated	Огорченный и взволнованный
Wound up	Заведенный, на взводе
To be tired	Быть уставшим
To cope with smth	Справиться с чем-либо
To go ahead	Двигаться вперед
To manage smth	Справиться с чем-то
To oversleep	Проспать
To survive	Выживать
A comfort zone	Зона комфорта
A panic attack	Приступ паники
An immune system	Иммунная система
Stresses and strains	Стресс и напряжение
Under a lot of pressure/stress	Угнетенный, подавленный / Подверженный стрессу
To alleviate stress	Облегчать, смягчать стресс
To be late for work	Опоздать на работу
To break the heel	Сломать каблук
To combat stress	Бороться со стрессом
To counteract stress	Противодействовать, нейтрализовать стресс
To create stress	Создавать стресс
To experience stress	Переживать стресс

To fail the exam	Провалить экзамен
To feel threatened	Ощущать угрозу
To gain confidence	Обрести уверенность
To get obsessed about smth	Быть одержимым чем-либо
To get stressed out	Получить стресс
To give smb a boost	Дать кому-то толчок
To have control over smth	Контролировать что-либо
To induce stress	Вызывать, стимулировать стресс
To lose a wallet	Потерять кошелек
To minimize stress	Минимизировать стресс
To pay the debts	Выплатить долги
To place stress on someone	Создать стрессовую ситуацию для кого-либо
To push the envelope	Покинуть зону комфорта
To put someone under stress	Подвергнуть кого-либо стрессу
To reduce stress	Сокращать стресс
To relieve stress	Уменьшать, облегчать стресс
To stay inside your comfort zone	Пребывать в зоне комфорта
To step outside your comfort zone	Покинуть зону комфорта
To suffer from stress	Страдать от стресса
To thrive on stress	Получать пользу от стресса
To withdraw from society	Избегать общества
I can't take the stress of this job!	Я не могу вынести напряжение этой работы!
Как подбодрить человека на английском языке	
Fear	Страх
Anxious	Тревожный, беспокойный
To have fear for	Бояться чего-либо
To worry about...	Беспокоиться о...

As luck would have it	К счастью / к несчастью (в зависимости от контекста)
Beginner's luck!	Новичкам всегда везет!
Best of luck!	Удачи!
Better luck next time!	Повезет в другой раз!
Cheer up!	Приободрись!
Chin up!	Выше нос!
Down on your luck	Полоса невезений
I can't help thinking...	Не могу не думать о...
I'm afraid that...	Я боюсь, что...
I'm dreading	Я боюсь
I'm really nervous.	Я действительно нервничаю.
I've been worried sick about...	Я ужасно беспокоюсь о...
It's been keeping me up at night.	Это не дает мне спать по ночам.
It's not the end of the world.	На этом жизнь не заканчивается.
Just my luck!	Везет как утопленнику!
Keep trying!	Пробуй, не сдавайся!
Lighten up!	Воспринимай все легче!
Look on the bright side!	Взгляни на это с другой стороны!
Mustn't grumble!	Не жалуюсь!
No such luck!	Не тут-то было!
No use crying over spilt milk!	Слезами делу не поможешь!
Stiff upper lip!	Молодцом!
What rotten luck!	Что за невезение!
You're in luck!	Вам необыкновенно повезло (посчастливилось)!
Английские приметы	
A ladybird (ladybug, ladybeetle)	Божья коровка

A shamrock	Четырехлистный клевер
A falling star	Падающая звезда
Crossed fingers	Скрещенные пальцы
Knitting needles in the ball of threads	Спицы в клубке
The first dollar earned	Первый заработанный доллар
To open the umbrella indoors	Зонт, открытый в помещении
Walk under the ladder	Проход под лестницей
Идиомы о неприятностях и проблемах	
A vicious cycle (circle)	Замкнутый круг
At your wits' end	На грани нервного срыва, в отчаянии
To ask for trouble	Напрашиваться на неприятности
To be back to the wall	Быть загнанным в угол, оказаться в безвыходной ситуации
The tip of the iceberg	Верхушка айсберга