

Riina Pirskanen ja Mikko Äärynen (toim.)

TULKIN ELÄMÄÄ

- Työtehoa ja tekemisen iloa



Toni Kari 2015



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

TULKIN ELÄMÄÄ

- työtehoa ja tekemisen iloa

Riina Pirskanen ja Mikko Äärynen (toim.)

Humanistinen ammattikorkeakoulu julkaisuja 13
Kuopio, 2015

Pirskanen, Riina ja Äärynen, Mikko (toim.)
Tulkin elämää
–työtehoa ja tekemisen iloa

Humanistinen ammattikorkeakoulu julkaisuja 13
© Riina Pirskanen, Mikko Äärynen
ja Humanistinen ammattikorkeakoulu (Humak)

Kansikuva: Toni Kari
Taitto: Emilia Reponen
Paino: Painopaikka Oy, Paikkakunta

Verkko ISBN: 978-952-456-227-0
Verkko ISSN: 2343-0672
Painettu ISSN: 3443-0664

Sisällys:

| | |
|---|----|
| Esipuhe | 9 |
| Liisa Halkosaari: Oppia italialaisilta – Eleet käyttöön puheelle tulkatessa! | 11 |
| Zita Kóbor-Laitinen: Kontekstin ja tulkinnan merkitys tulkkeen käytettävyydessä..... | 14 |
| Mikko Äärynen: Näe itsesi tulkkina | 18 |
| Marjukka Nisula: Mielikuva tulkkausprosessin tukena... | 21 |
| Outi Mäkelä: Aina valmistautuneena! | 27 |
| Hanna Putkonen-Kankaanpää: Yksi peruna kerrallaan | 33 |
| Hanna Putkonen-Kankaanpää: Miten mä pärjäsinkin?..... | 35 |
| Juha Manunen: Suomalaisen viittomakielen kielitaidon itsearviointi eurooppalaisen viitekehyksen puitteissa | 37 |
| Juha Manunen: Englanninkielisten termien kääntäminen suomalaiselle viittomakielelle..... | 40 |
| Juha Manunen: Suomen kieleen pohjautuva viittomakielinen huumori | 43 |
| Anne-Mari Jaamalainen: Kohteena kauppatori – Kuvailuharjoituksen matka ja määränpää | 45 |

| | |
|---|----|
| Liisa Halkosaari: Liian vaikea video – eväitä haastavien tekstien analysointiin | 48 |
| Hanna Purkonen-Kankaanpää: Kaksikymmentä kivaa kirjoitustulkkauksia | 50 |
| Helmi Koukka: Seistä vai tönöttää, istua vai rönnöttää – huomioita tulkin työergonomiasta | 58 |
| Riina Pirskanen: Tukea työvälineelle – tulkin päivä äänenhuollon näkökulmasta | 61 |
| Riina Pirskanen: Muistathan hengittää! Hengitys, ääni ja rentoutus puhetyössä..... | 65 |



Esipuhe

Viittomakielen tulkkien ja kirjoitustulkkien työelämä on ollut viime vuodet murroksessa. Keskustelu tulkkauksen järjestämisestä Suomessa on käynnissä, ja muutosten vaikutukset tulkkien työhön mietityttävät.

Humanistisen ammattikorkeakoulun Tulkin elämää – työtehoa ja tekemisen iloa -julkaisu keskittyy tulkin työn tukemiseen ja työssä kehittymiseen. Julkaisun artikkelien aiheet ovat tulkkaukseen tekeville, ja pyrkimyksenä onkin tuoda esiin tilanteita ja tarpeita, joita kohdataan ja joista keskustellaan tulkkauksentällä.

Julkaisu on suunnattu niin tulkkiohjelmoijille kuin ammattitulleille ja muille tulkkialalla toimivillekin. Artikkeleissa käsitellään tulkkauksen valmistautumistumista, palautetta sekä keinoja, joilla voi tukea tulkkauksen prosessia. Otetaan mallia puheelle tulkkaukseen italialaisilta, heitetään huumoria viittomanväännöillä ja tehdään mielikuvamatkoja. Työergonomialla ja äänenhuollolla on myös tärkeä osansa tulkin työhyvinvoinnissa ja työn ilon kokemuksen tavoittamisessa. Artikkeleissa pohditaan korkkiruuvina olemista ja perustavanlaatuisia kysymyksiä ”Miksi hengitän?”. Tulkin työhön vaikuttavat monet oman hallinnan ulottumattomissa olevat seikat, mutta huomioimalla omaa työtään pienilläkin keinoilla voi vaikuttaa työskentelyn sujumiseen. Kun tekemiseen löytää iloa ja sujuvuutta, työtehokin kasvaa.

Kuopio 9.12.2015

Mikko Äärynen ja Riina Pirskanen



Liisa Halkosaari

Oppia italialaisilta – Eleet käyttöön puheelle tulkatessa!

Tulkkauksen tavoitteena on eloisa, tilanteeseen sopiva ja sulautuva, miellyttävä tulke. Kun ensimmäiset askeleet tulkkausprosessin käynnistämiseksi on otettu, kannattaa varsin pian alkaa kiinnittää huomiota siihen, että tulke sekä kuulostaisi että näyttäisi luontevalta.

Puhutulta viitotulle kielelle tulkatessa tilankäyttö, eleet, kaikenlainen visuaalisuus ja eloisuus ovat selvemmin nähtävissä, ja niihin kiinnitetään enemmän huomiota. Viitotulta puhutulle kielelle tulkatessa huomio taas kiinnittyy enemmän äänensävyihin, kielellisiin lipsahduksiin tai taivutusongelmiin.

Milloin muistat kuullesi palautetta olemuksesta ja eleiden käytöstä juuri puheelle tulkkauksessa? Niillä on siinä kuitenkin tärkeä rooli. Puhe on lähtökohtaisesti aina multimodaalista, ei pelkkää ääntä.

Kehon jäykkyys kuuluu helposti äänessä, mutta lisäksi eleetön, liikkumaton tulkkaus ei yleensä solahda osaksi vilkasta keskustelua läheskään niin luontevasti. Tässä muutamia harjoituksia, joiden tavoitteena on löytää jäykkyyteen tottuneelle suomalaiselle rentoutta elehtimiseen.

Tarkkaile eleiden käyttöä ympäristössä

Seuraa ihmisiä, erityisesti sellaisia, joiden kielenkäyttöä pidät eloisana, kiinnostavana ja helposti ymmärrettävänä. Tarkkaile heidän puheen yhteydessä käyttämiään eleitä. Jos eleet Suomessa jäävät hankaliksi huomata, siirry amerikkalaisiin tai vaikkapa italialaisiin tv-ohjelmiin. Luokittele käytettyjä eleitä ja tarkkaile, missä yhteyksissä niitä käytetään.

Tietyille eleille, kuten peukalon näyttämiseksi, on muodostunut sovittu merkitys, ja ne toimivat eri tavoin kuin spontaani puheen kanssa elehtiminen. Spontaaneja eleitä voidaan luokitella eletutkija McNeillin mukaan neljään kategoriaan:

1. **Syke-eleet**, joissa sanomaa painotetaan käsien pienellä, puherytmin mukaisella edestakaisella liikkeellä, kun korostetaan jotain tai puheessa on jokin erityinen merkitys.

- 2. Osoituseleet**, joilla voidaan esimerkiksi osoittaa jonkun henkilön/ tahon/asian kytkös puhuttavaan aiheeseen. Käsi voi ojentua avonaisena kohti seminaaritalan reunaa, kun järjestäjä sanoo ”Ottakaa vapaasti mukaan erilaisia esitteitä...” jolloin osa merkityksestä välittyy vain eleen kautta. Osoituksella voidaan myös luoda puheenaiheelle paikka tilassa. Tätä tehdään siis myös puhutun kielen yhteydessä!
- 3. Ikoniset eleet**, joilla kuvataan konkreettisesti puheenaiheen kokoa, muotoa tai toimintaa – varsin tuttua viittomakielestä! Lausetta ”Ne laittoi niitä semmoseen pieneen astiaan...” on jopa vaikea kuvitella ilman jonkinlaista käsien kuvaavaa liikettä.
- 4. Metaforiset eleet** muistuttavat ikonisia, mutta niillä viitataan johonkin abstraktimpaan. Poliitikoilta näitä pitäisi olla helppo bongata esimerkiksi puhuttaessa vähemmistöistä tai talouskasvusta.

Luokittele näkemiäsi puheen kanssa käytettäviä eleitä ja pohdin niissä näkyviä merkityksiä. Älä kuitenkaan jumiutu kategorioihin, usein eleitimisessä on mukana piirteitä monesta kategoriasta. Lisäksi keholla voi tehdä yhtä ja toista: esimerkiksi jos selität jotain kävellessäsi, saatat hidastaa vauhtiasi tai pysähtyä tietyissä kohdissa.

Kun alat kiinnittää eleisiin huomiota, niitä tuntuu olevan joka puolella. Huomaatko että niitä käytetään, vaikka kuulija ei näkisi puhujaa? Tarkkaile myös omia eleitäsi ja mieti, millaisia merkityksiä ne tuovat puheeseesi. Pystytkö olemaan myös tulkatessa yhtä luonteva ja rento?

Kokeile pantomiimia ja elävöitä puhetta

Tällä harjoituksella haetaan visuaalisuutta viittomakieliseen tekstiin, mutta se toimii myös suomeksi. Lue läpi teksti kellon historiasta ja pyri esittämään se kokonaisuudessaan eleillä ja pantomiimilla. Älä jatka harjoitusta ennen kuin olet oikeasti tuottanut pantomiimin!

Ensimmäinen käyttöön otettu ajan mittari oli maahan pystytetty keppi, jonka avulla ihmiset saattoivat päätellä, kuinka suuri osa päivästä oli kulunut ja paljonko oli vielä jäljellä ennen auringonlaskua. Tikku heitti maahan varjon, joka liikkui sitä mukaa kuin Aurinko taivaalla. Aurinkokello on epäkäytännöllinen: sitä ei voi käyttää yöllä, tai jos taivas on pilvinen.

Tarkkaan ajan mittaamiseen päästiin tiimalasilla. Tiimalasissa on kaksi säiliötä päällekkäin ja aikaa mitataan hiekan valumisella ylemmästä astiasta alempaan. Kellotaulu, jossa viisari liikkui heilurin avulla, kehi-

tettiin myöhemmin. Kellojen kehityksen myötä ihmisten käsitys ajasta muuttui. Se oli ennen mielletty virraksi, mutta kellojen ansiosta se muuttuikin pieniksi jaksoiksi, ajan yksiköiksi.

(Mukailtu: Wikipedia 2015: fi.wikipedia.org/wiki/Kello)

Pantomiiimin jälkeen tuota sama teksti valitsemallasi kielellä (SVK, suomi, englanti, ruotsi...). Pyri käyttämään puheen (tai viittomisen) tukena ja havainnollistajana samoja eleitä, joita käytit äsken pantomiimissa. Kuvaa tuotoksesi – tuliko tekstistä eloisampaa, luontevampaa ja helpommin ymmärrettävää, kuin mitä se olisi ilman eleitä?

LÄHTEET

Haddington, P. & Kääntä, L. Keho, kieli ja vuorovaikutus. Multimodaalinen näkökulma sosiaaliseen toimintaan. SKS:n toimituksia 1337. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.

Halkosaari, L. 2013: Osoitukset kielen ja eleiden rajapinnalla. Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201302191245>

Intersubjektivisuus vuorovaikutuksessa -hanke. Suomen Akatemian huipputyö 2012–2017. www.intersubjectivity.fi

McNeill, D. 1992: Hand and mind: what gestures reveal about thought. Chicago: University of Chicago

Zita Kóbor-Laitinen

Kontekstin ja tulkinnan merkitys tulkkeen käytettävyydessä

Roman Jakobson jakaa kääntämisen kolmeen alajiini: kielensisäiseen, kielenväliseen ja merkkijärjestelmien väliseen kääntämiseen (1992 [1959], 144–151). Jakobsonin mukaan kielensisäisessä kääntämisessä ilmaistaan asiat toisin sanoin; muotoillaan merkitykset toisenlaisin kielellisin keinoin, esimerkiksi parafrasien tai kiertoilmausten avulla. Kielensisäisen kääntämisen keinoja ovat myös referointi, lainaus ja viittaus. Viitottujen kielten tulkkauksen parissa on perinteisesti ajateltu, että eri asiakasryhmät tarvitsevat itselleen räätälöityä palvelua, jonka perusteena on nimenomaan kielensisäinen tulkkaus. Sirpa Laurén (2006, 199–225) on esittänyt jaottelun niistä kielensisäisen tulkkauksen muodoista, jotka ovat käytössä kuurosokeiden, huonokuuloisten, kuuroutuneiden ja sisäkorvaistutteen saaneiden asiakkaiden parissa. Nykyisin asiakasryhmien sijaan on tapana puhua tulkkauksen kentän monimuotoisuudesta ja asiakkaiden yksilöllisistä tarpeista. Vaikka Kelan asiakasrekisterissä on määritelty usein vain yksi tulkkauksen muoto asiakkaan henkilökohtaisessa profiilissa, kommunikaatiomenetelmien ja käytettyjen kielten kirjo vaihtelee monien asiakkaiden kohdalla tilanteen ja kontekstin antamia raameja kunnioittaen.

Kielten väliseen viestintään saattaa kuulua kielensisäistä tulkkausta muistuttavia elementtejä. Kun tulkataan viitotun ja puhutun kielen välillä, tulkkauskielten välisen siirron lisäksi saatetaan tarvita myös nopeita kielensisäisiä siirtoja niin viitotussa kuin puhutussakin kieliaineuksessa. Nämä kielensisäiset siirrot eivät ole pelkästään tyyli- tai rekisterikysymyksiä, vaan tilanteen ja kohderyhmän tarpeita palvelevia toimenpiteitä, joiden avulla varmistetaan tulkkauksen hyvä laatu ja vuorovaikutuksen kitkattomuus. On tärkeää, että tulkki ymmärtää tulkkauksen tilanne- ja kulttuurisidonnaisuuden sekä huomaa asiakkaiden yksilölliset tarpeet ja osaa reagoida sanattomiinkin pyyntöihin viestin tarkennuksesta tai vuorovaikutukseen vaikuttavien yksityiskohtien korjaamisesta. Tavotteena on, että asiakkaat kokevat tulkkauksen onnistuneeksi huolimatta käytetyistä kielistä, viestintäkanavista tai kommunikaatiomuodoista. Marja Koskela ja Heli Katajamäki (2012) korostavat, että intertekstuaalisten piirteiden rinnalla on hyvä huomioida myös viestintätilanteen interdiskursiivisia piirteitä.

Diskurssia eli tietyssä kontekstissa tapahtuvaa kielellistä vuorovaikutusta voidaan tarkastella sosiaalisena käytäntönä. Tällöin sosiaalinen konteksti on keskeisempi kuin itse teksti ja sen ominaisuudet. Lingvistikseen näkökulmasta

taas itse teksti nousee keskeiseksi. Geneerisestä näkökulmasta katsottuna tarkastellaan diskurssia genrenä, jolloin sekä teksti että tilanteen sosiaalinen ulottuvuus otetaan huomioon. (Bathia 2010.)

Diskurssiyhteisö määrittää vuorovaikutustilanteeseen liittyviä kielellisiä ja kulttuurisia ratkaisuja niin tulkkauksessa kuin suorassa kommunikaatiossakin. Sen lisäksi, että tulkin on tunnistettava juuri käsillä oleva tekstilaji, on hänen reagoitava nopeasti ja joustavasti tilanteessa eteen tuleviin, viestintään vaikuttaviin seikkoihin ja muutoksiin. Koska genrerajat saattavat hämärtyä diskurssissa, oikean viestintästrategian soveltaminen on tulkin keskeisiä työvälineitä. Tulkkauksen konventiot eivät sinänsä muodosta raameja viestintätilanteessa toteutuville tekstuaalisille valinnoille, vaan ne tapahtuvat tulkin ja keskustelukumppaneiden välisenä yhteistyönä. Tekstin tärkein ominaisuus on tällöin käytettävyys (Tuominen, Suojanen & Koskinen 2015). Tulkki testaa tulkkeen käytettävyyttä samalla kun tuottaa tulketta ja tekee tarvittavat korjausliikkeet tilanteen niin vaatiessa. Tiittula ja Hirvonen (2015, 271) huomauttavat, että modaaliteetista toiseen liikkuminen vaatii uudenlaista osaamista: eri modaaliteettien (esimerkiksi visuaalisen ja auditiivisen) toiminnan ja merkityksen tuntemista sekä taitoa valita oikea kanava ja keinot viestin välittämiseen.

Jotta tulkkiopiskelijat ymmärtäisivät, millaiset tekijät vaikuttavat tulkkeen käytettävyyteen, voidaan soveltaa Christiane Nordin (1991) tekstinanalyysimallia kielensisäisissä ja kielten välisissä käännös- ja tulkkausharjoituksissa. Nordin mallin mukaan tekstin ominaisuuksia voidaan jakaa tekstinulkoisiin ja tekstensisäisiin piirteisiin. Näitä tarkastelemalla ja huomioon ottamalla syntyy näkemys siitä, millä tavalla tekstiä kannattaa kääntää/tulkata, jotta se on vastaanottajilleen adekvaatti ja relevantti. Opiskelijoille voidaan antaa teksti, josta he tekevät kielensisäistä käännöstä tai tuottavat käyttökelpoista tulketta niin, että käyvät ensin läpi yksin, parin kanssa tai pienryhmässä Nordin kategoriat ja muokkaavat sitten käännöksensä/valmistelevat tulkkeensa tehtävänannossa määritellylle kohderyhmälle sopivaksi.

Nordin mallin kategoriat ovat seuraavat:

1. Tekstinulkoiset (ekstratekstuaaliset) piirteet

- a. lähettäjä/tekstin laatija (kirjoittaja, puhuja, tulkki yms.)
- b. lähettäjän/tekstin laatijan intentio
- c. vastaanottaja/kohderyhmä
- d. kanava
- e. paikka
- f. aika
- g. tekstin funktio

2. Tekstinsisäiset (intratekstuaaliset) piirteet

- a. tematiikka
- b. sisältö
- c. yhteiseksi oletettu tieto
- d. tekstin jäsentely
- e. ulkoasu ja nonverbaalisuus
- f. sanasto
- g. kieliopilliset rakenteet

Tulkkiopiskelijoille voidaan antaa lehtorin valitsema suomenkielinen tai viittottu lähdeteksti ja määritellä toimeksianto: mihin tilanteeseen ja millaiselle kohderyhmälle teksti tulee kääntää tai tulkata. Opiskelijat analysoivat ensin lähdetekstin Nordin kategorioiden avulla, sitten miettivät ja suunnittelevat, miten toimeksianto kannattaa toteuttaa ja millaisia strategioita ja menettelytapoja se vaatii. Malli ja tehtävänanto sopivat niin kielensisäisten kuin kielten välisten harjoitusten pohjaksi.

Jo kentällä olevat tulkkausalan ammattilaiset voivat käyttää Nordin tekstianalyysimallia erilaisten toimeksiantojen yhteydessä valmistautumisen työvälineenä tai toimeksiannon suorittamisen jälkeiseen reflektointiin. Tiedostamalla ei pelkästään tekstin vaan vuorovaikutustilanteeseen osallistuvan diskurssiyhteisön ja koko kontekstin sisäiset ja ulkoiset piirteet tulkkauksen ja tulkkeen laatu kohenee.

LÄHTEET

Bathia, Vijay K. 2010. Interdiscursivity in professional communication. *Discourse & Communication* 21:1. 32–50.

Jakobson, R. 1992 [1959]. On linguistic aspects of translation. Teoksessa Schulte, Raine & Biguenet, John (toim.), *Theories of translation: an anthology of essays from Dryden to Derrida*. Chicago: University of Chicago Press, s. 144–151.

Koskela, Merja & Katajamäki, Heli (2012). Ammattikielisten tekstien tutkimisesta –esimerkkinä tilintarkastuskertomus. Teoksessa: Heikkinen, Vesa, Voutilainen, Eero, Lauerma, Petri, Tiililä, Ulla & Lounela, Mikko (toim.). *Genreanalyysi – tekstilajitutkimuksen käytäntöä*. Kotimaisten kielten keskuksen verkkojulkaisuja 29. Helsinki: Kotimaisten kielten keskus, s.455–473.

Laurén, Sirpa 2009. Kielen sisäinen tulkkaus. Teoksessa: Hytönen, Niina & Rissanen, Terhi (toim.) *Käden käänteessä. Viittomakielen kääntämisen ja tulkkauksen teoriaa sekä käytäntöä*. Helsinki: Finn Lectura, s. 199–226.

Nord, Christiane 1991. *Text Analysis in Translation: Theory, Methodology, and Didactic Application of a Model for Translation-Oriented Text Analysis*. Amsterdam: Rodopi.

Tiittula, Liisa & Hirvonen, Maija 2015. Intermodaalinen kääntäminen ja tulkkaus. Teoksessa: Aaltonen, Sirkku, Siponkoski, Nestori & Abdallah, Kristiina (toim.) *Käännetyt maailmat: Johdatus käänösviestintään*. Helsinki: Gaudeamus, s. 252–271.

Tuominen, Tiina, Suojanen, Tytti & Koskinen, Kaisa 2015. Kääntämisen ja käytettävyyden kohtaamisia. Käyttäjäkeskeisyys kääntäjän työkaluna. Teoksessa: Aaltonen, Sirkku, Siponkoski, Nestori & Abdallah, Kristiina (toim.) *Käännetyt maailmat: Johdatus käänösviestintään*. Helsinki: Gaudeamus, s. 234–251.

Mikko Äärynen

Näe itsesi tulkkina

Visualisointi tarkoittaa, että näemme jotain mielessämme mielikuvana. Emme siis pelkästään ajattele asiaa tai tapahtumaa, vaan todella näemme sen sisäisesti silmissämme kuvina tai elokuvana. Visualisointi ja mentaali-valmennus ovat urheilumaailmasta tuttuja metodeja. On helppo ymmärtää, miksi uimarit visualisoivat radan mielessään hetki ennen kilpailusuoritusta ja kuvittelevat, kuinka täydellisesti onnistunut uintisuoritus tulee etenemään veto vedolta. Etukäteen eletty ja suunniteltu matka on helpompi toteuttaa. Visualisointi vaatii eläytymistä ja keskittymistä. Se on lähes meditatiivista, eikä se onnistu kaikilta heti. Pienellä harjoittelulla opit kuitenkin pääsemään nopeasti visualisointitilaan.

Jalkapalloilija makaa nurmella silmät suljettuina. Mielikuvassaan hän asettaa pelipallon maahan kulmapotkua varten. Hänen katseensa käy maali-verkon siinä kohdassa, johon hän aikoo kohta pallon potkaista. Yleisö mylvii. Aurinko häikäisee. Hän pyyhkii hikeä kasvoiltaan pelipaitansa helmaan. Kentällä pelaajat ovat sijoittuneet etukäteen sovituille paikoille ja maalivahti liikkuu maalin edessä. Tuomari viheltää pilliin, ja veto lähtee. Kengän kosketus on täydellinen ja pallon lentorata optimaalinen. Hienoinen loppukierre ja pallo uppoaa suunnitellusti takakulmasta sisään.

Urheilijat käyvät tulevan tilanteen mielessään läpi ja kuvittelevat yksityiskohtaisesti, miten peli tai yksittäinen tilanne etenee. Jotkut näkevät tilanteen heistä itsestään katsoen, toiset taas katsovat itseään ulkoapäin kuin yleisönä. Yhteistä on se, että he näkevät aina mielessään, miten haluavat toimia. Uimari näkee parhaan mahdollisen uintilinjan, jääkiekkoilija täydellisen b-pisteen aloituksen ja ampumahiihtäjä virheettömästi suoritettun makuuammunta-paikan.

Mentaaliharjoittelusta ja visualisoinnista tehdyt tutkimukset näyttävät toteen, että visualisointi on varsin tehokas harjoituskeino. Ruotsissa tehdyssä tutkimuksessa joukko samantasoisia golfin pelaajia jaettiin kahteen ryhmään. Toinen ryhmä harjoitteli normaaliin tapaan kuten ennenkin ja toinen ryhmä pelkästään visualisoimalla. Jälkeenpäin testiryhmät menestyivät täsmälleen yhtä hyvin. Aivot eivät erota todellista tai kuviteltua tilannetta. Aivot itse asiassa pitävät tutuista asioista.

Visualisoinnilla vahvistetaan tilanteen hallinnan kykyä ja keskitetään ajatus onnistuneeseen suoritukseen. Tilanteen kulku visualisoidaan siten, että kaikki sujuu parhaalla mahdollisella tavalla. Tämä saattaa aiheuttaa risti-riitaisia tuntemuksia, koska usein mieleen nousee tilanteita, joissa suoritus voi mennä jollain tavalla pieleen. Visualisoinnilla pyritään pääsemään eroon virheistä tai muista häiriötekijöistä, eikä niitä saisi ajatella. Usein juuri virhesuorituksen ajattelu johtaa todellisessakin tilanteessa virhesuoritukseen. Visualisoinnin avulla opitaan luottamaan itseän ja omiin kykyihin. Vahvistuvan itseluottamuksen ansiosta urheilija pystyy hallitsemaan itseään paremmin ja yltää helpommin rentoon ja tehokkaaseen suoritukseen.

Visualisointi on yhtä tehokasta työmaailmassa kuin huippu-urheilussakin. Tulkki voi kuvitella oman työpäivänsä tilanteet samaan tapaan kuin urheilija kuvittelee tavallisen harjoituspäivän. Visualisoinnissa vaikutetaan tietoisesti omaan mieleen ja ajatteluun, ja sitä kautta se näkyy tekemisessämme.

Miten matkustan tulkkauspaikalle? Miltä siellä näyttää? Näe tilanne mielessäsi. Ketä on paikalla, missä he istuvat? Kuvittele mielessäsi itsesi tulkkina erilaisissa tilanteissa - miltä sinusta tuntuu, kun tulkkaus ja vuorovaikutustilanne sujuu hyvin? Voit myös kuvitella tilanteen, jossa jokin menee vikaan - miten reagoit ja löydät ratkaisun? Epäonnistumiset valtaavat mielen liiankin helposti, joten keskity pääosin onnistuneen tulkkauksen visualisointiin. Visualisointi antaa sinulle mahdollisuuden miettiä rauhassa tulevaa tapahtumaa. Kun kaikki lopulta todella tapahtuu, on tilanne jo tuttu.

Mieti myös tarkoin, mitä oikeasti tavoittelet tulevassa työtilanteessa. Onnistunutta vuorovaikutustilannetta, sujuvaa tilanteen hallintaa vilkkaassa keskustelussa, uuden kommunikaatiolaitteen haltuunottoa, kehittymistä tulkkinä? Tavoite ohjaa sinua kanavoimaan energiasi oikein ja auttaa keskittymään. Tämä puolestaan parantaa mahdollisuuksia saavuttaa asetettu tavoite. Oikean ja hyvän tavoitteen tunnistaa siitä, kun pelkkä sen ajattelu tuottaa mielihyvää.

Niin kuin monen muunkin taidon oppimisessa, on toistojen määrä tärkeää myös visualisointitaidon kehittämisessä. Voit toistaa onnistuneen mielikuva-harjoituksen useamman kerran peräkkäin tai vain sulkea hetkiseksi silmäsi ja kuvitella tulevan tilanteen lyhyesti ennen tulkkauksen alkamista.

Visualisointiharjoitus

Istuudu ja sulje silmät. Voit tehdä harjoituksen myös silmät avoinna, mikäli se tuntuu sinusta paremmalta.

Ota mukava asento. Jos haluat, voit laskea molemmat jalkapohjat maata vasten ja irrottaa selkäsi tuolin selkämyksestä.

Hengitä rauhallisesti pari kolme kertaa syvään ja tunnustele, missä hengityksesi kulkee ja tuntuu.

Voit korjata asentoasi mukavammaksi. Anna hengityksesi kulkea nyt vapaana. Älä tee mitään toimia hengityksesi eteen, vaan anna sen virrata omaan tahtiinsa.

Rentoudu.

Näe tuleva tilanne sellaisena kuin sen haluaisit toteutuvan.

Tunne, että tilanne tapahtuu juuri nyt. Näe itsesi työtilanteessa ja näe, kuinka hoidat asian hyvin.

Aistit tilanteen näkemällä, kuulemalla äänet, haistat tuoksut, tunnet kosketuksen, maistat maut. Tunnet oman sekä muiden tilanteessa olevien läsnäolon. Näe itsesi vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa.

Anna itsesi kokea tilanne elävästi. Näe itsesi tulkkina tilanteessa.

Toista onnistunut mielikuva useampaan kertaan.

Kun olet lopettamassa harjoitusta, kuuntele taas hengitystäsi. Tunne kehosi. Hengitä pari kertaan syvään. Anna hengityksen virrata normaalisti ja avaa pikku hiljaa silmäsi.

LÄHTEET

Larssen, Erik Bertrand 2014. Paras. Suom. Päivi Kivelä. Helsinki: Bazar Kustannus Oy.

Marjukka Nisula

Mielikuva tulkkausprosessin tukena

Mitä ei ymmärrä, ei voi tulkata. Merkitys ja ymmärtäminen kuuluvat yhteen. Ymmärtäminen liittyy kuvitteluun, puhutaan myös kuvatajunnasta, joka muodostuu havainnoista, mielikuvista ja mielikuvituksesta. Mielikuvat ovat aistien jäämiä asioista, joita olemme kohdanneet maailmassa, ja asioiden ymmärtäminen edellyttää riittävää kokemusta ja mielikuvia. Suomalaisen viittomakielen opetusmateriaalin pioneeri Juha Paunu kirjoittaa Viito elävästi 1 johdannossa viittomakielen perustuvan näkemiseen. Oppikirjassa on paljon harjoituksia, joissa kuvitellaan, miltä toiminnat näyttävät, ja muun muassa taivutetaan verbaaleja syntyneen mielikuvan pohjalta.

Tyypillinen ilmiö on, että viittomakielen tunneilla opiskelijat ovat taitavia tuottamaan kieliopillisesti koherenttia kieltä. Opiskelijat käyttävät reaalisuusperiaatteeseen pohjautuvaa mielikuvaa tukena ja onnistuvat hyvin muun muassa tilankäytössä. Klassinen kielentuottamisharjoitus on kertoa viittomakielellä oman huoneen sisustuksesta, jolloin opiskelijat sijoittavat viittomatilaan oikeaoppisesti huonekalujen viittomia. Toinen vastaava reaalisuusperiaatetta hyödyntävä harjoitus on niin sanotun näkemisen harjoittelun avulla taivuttaa verbaalia katsoa: katsoa nuorallatanssijaa tai katsoa salaa vierustoverin paperia.

Tulkaaminen – tuttua ja tuntematonta

Kun tulkkio opiskelijat aloittavat tulkaamisen, viittomakielisessä tulokieleessä on melko paljon virheellisyttä. Tähän on usein syynä suomenkielisen lähtökielen interferenssi, jossa sanasto ja lauserakenteet siirtyvät kohdetekstiin. Tulkkio opiskelija ei ennätä irrottautumaan suomenkielisestä lähtökielestä ja muodostamaan siitä mielikuvaa, vaan hakee muistista viittomavastineita suomen kielen sanoille. Vastaava ilmiö tapahtuu, kun ammattitulkki joutuu tulkaamaan asiiasältöä, jota hän ei ymmärrä. Tulkki ei pysty muodostamaan mielessään 'kuvaa' tapahtuneesta, vaan joutuu hakemaan muistista viittomia, jotka vastaavat suomenkielisen lähtötekstin sanastoa. Tällöin ei kuitenkaan ole tulokielenä kyse suomalaisesta viittomakielestä, vaan suomen kielestä.

Nina Isolahti (2013, 78) toteaa väitöstutkimuksessaan että tulkkausprosessissa on kyse viestin vastaanottamisesta, sen merkityksen ymmärtämisestä

ja merkityksen ilmaisemisesta toisen kommunikaatiojärjestelmän merkein. Kommunikaatiojärjestelmän merkit viittaavat kielen kielioppiin ja sanastoon. Tulkin tulee siis ymmärtää vastaanotettu sanoma ja muodostaa siitä subjektiivinen merkitys kertakuulemalla. Tämä edellyttää tulkilta asiasisällön hallintaa, asioiden mieleen painamista ja nopeaa tulokielisten ratkaisujen tekemistä. Tulkatessa tärkeintä on lähtökielen merkityssisällön välittäminen, ei niinkään muotovastaavuus. Kyse on tulkin merkitysrepresentaation syntymisestä, jota muun muassa Tommola (2006, 20) avaa 'kuvan' avulla. 'Kuva' syntyy viestin merkityssisällöstä kognitiivisten prosessien ja ajattelun avulla. Tämä edellyttää viestin syvätason ymmärtämistä, ja syvätason ymmärtäminen mahdollistaa kuvittelukyvyyn (mm. Leino 1993; Mylläri 2006; Tommola 2006; Turunen 1988).

Mielikuvaa voi harjoitella

Jokaiselle meistä mielikuva on tuttu käsite, mutta olemmeko tietoisia mielikuvan syntymisestä? Kiinnitämmekö mielikuvaan huomiomme, kun luemme tai kuuntelemme uutisia? Mielikuva on jokaisen henkilökohtainen, emmekä pääse katsomaan toisen mielikuvaa. Mielikuvat perustuvat kuitenkin todelliseen elämään ja ovat siinä mielessä jaettavissa. Mielikuvia syntyy jokaiselle huomaamatta ja tiedostamatta, ja niistä voi kertoa toiselle. Havainnoista jää mielikuvia muistiin ja niihin voi palata. (mm. Leino 1993; Mylläri 2006; Turunen 1988.) Siksi on myös tärkeää, että tulkki hankkii mahdollisimman paljon visuaalista tietoa tulevan toimeksiannon aiheesta.

Mielikuvan työstäminen on kuvittelua. Itsenäistä harjoittelua mielikuvien tuottamisessa ovat muun muassa kaunokirjallisuuden lukeminen ja musiikin kuuntelu. Merkittävän tapahtuman kertominen ääneen perustuu tapahtuneen visuaaliseen muistikuvaan. Mielikuva on muistamista esimerkiksi, kun kerromme jonkun tietyn reitin toiselle. Silloin hyödynnämme mielikuvaa matkasta.

Radion puheohjelmien kuunteleminen autolla ajaessa ja samaan aikaan tietoinen kuullun visualisointi eli kuvittelu harjaannuttaa mielikuvien syntymistä. Kuuntelu ja mielikuvan tietoinen työstäminen auttavat jäsentämään asiasisältöä. Lukeminen, kuunteleminen ja kertominen tukevat mielikuvaharjoitteita.

Ohjatut mielikuvaharjoitteet

Ohjattuja mielikuvaharjoituksia voi tehdä ryhmässä. Mielikuvaharjoitusten alussa kannattaa rauhoittaa tilanne, kuunnella musiikkia tai pitää muutama minuutti kestävä hengähdystauko. Mindfulness-harjoitukset auttavat tyhjentämään mielen ja keskittymään mielikuvan syntymiseen.

Alussa, ennen tulkkausharjoittelua opiskelijat vain kuuntelevat suomenkielistä tekstiä. Tekstejä on saatavilla nettitalloina, dvd:nä tai tekstejä voi lukea ääneen. Suomenkielisten lähtötekstien tulee olla helpotajuisia ja osittain tuttuja. Näin ollen opiskelijan on helppo keskittyä kuvitteluun. Harjoittelun alussa opiskelijalle tulee painottaa kuvittelun merkitystä tulevassa tulkkausprosessissa. Tavoite on tehdä mielikuvan muodostamisesta tietoinen tapahtuma. Kuuntelemisen jälkeen opiskelija kertoo, millainen mielikuva hänelle kuulemastaan syntyi. Kertominen jäsentää mielikuvaa ja luo yhteistä ymmärrystä kuullusta.

Seuraavassa vaiheessa opiskelijat piirtävät paperille kuvan tai käsitekartan syntyneestä mielikuvasta. Ohjaajan kannattaa selventää opiskelijoille, että piirtäminen palvelee tulkkausprosessin osavaihetta, muistia, eikä piirustustaidolla ole merkitystä. On tärkeää, että lukijan lukemismuisti on luonnollinen ja elävä, niin että kuultua on helppo ottaa vastaan. Piirtäminen voi tapahtua samaan aikaan kuullun kanssa. Piirroksen avulla jälkikäteen opiskelija kertoo parille, miten hän hahmottaa asioiden välisiä suhteita, mihin mielikuvassa sijoittuvat konkreettiset asiat (mummon mökki, opintotuki, jne.) ja miten mielikuvan perusteella eri toiminnot ikään kuin taipuvat; meneekö mummo mökkiin vai tuleeko hän sieltä pois, hakeeko joku opintotukea vai myönnetäänkö opintotuki jollekin.

Opiskelija kertoo ääneen syntyneestä mielikuvasta, ja samalla hän voi käyttää käsiään osoittamaan ympärillään olevaa reaali-ilmaa, missä toimijat ja niiden kohteet sijaitsevat mielikuvassa. Tässä vaiheessa harjoitusta voi painottaa mielikuvan todellisuuden luonnetta ja ohjata opiskelijat seuraavaan vaiheeseen harjoitusta, jossa tulkataan lähtöteksti viittomakielelle. Paritulkkausessa mielikuvan ääneen selostaminen mahdollistaa parin yhteisen viittomakielisen tulokielen kieliopillisen muokkaamisen. Parit voivat sopia etukäteen tilankäyttöön pohjautuvista ratkaisuista. Tulkkauksen laatu paranee.

Varsinaisessa tulkkausharjoituksessa kuunnellaan suomenkielinen teksti uudelleen ja keskitytään hakemaan muistista tulokielisiä viittomia. Puuttuvat viittomat kerrataan yhdessä ja huomioidaan viittomakielen peruslausetyypit. Tämän jälkeen suomenkielinen lähtöteksti tulkataan joko konsekutiivisesti tai simultaanisesti suomalaiselle viittomakielelle. Lehtorin tulee painottaa, että mielikuva palvelee viittomakielen kielioppirakennetta monipuolisessa tilankäytössä. Opiskelijoita tuetaan rohkeasti sijoittamaan nominaalit ja verbaalit syntyneen mielikuvan mukaan ympärillä olevaan viittomatalaan ja käyttämään kokijanäkökulmaa. Tulokset tallennetaan videokielistudiossa, mikä mahdollistaa tulkkeiden analysoinnin.

Seuraavassa esittelen muutamia tulkkausharjoituksia, joissa mielikuvan muodostamisella on oleellinen tehtävä.

Uutisten tulkkaus kannattaa aloittaa selkouutisista.

1. Kuuntele selkouutinen

- <http://www.yle.fi/selkouutiset/>
- muodosta uutissähkeistä mielikuvia
- avaa mielikuvan kautta asioiden välisiä suhteita – keskity siihen, että paikannat asioita suhteessa itseesi, eli pyrit tuottamaan kokijanäkökulmaa mahdollisimman monessa eri asiakokonaisuudessa
- selosta ääneen parille, miten asiat paikantuvat mielessäsi toisiinsa

2. Valmistele uutisen tulkkaus

- Glossaa suomenkielinen uutinen
- Käytä glosseissa tilankäytön koodeja
- UKRAINA HALLITUS TIEDOTTAA – 4-3/ KANSA ÄÄNNESTYS PERUA my
- Harjoittele tulkaamaan uutinen apupaperin kanssa, niin että katsekontakti ei ole paperissa vaan noudattaa SVK:n kielioppia ja kontakti pysyy samaan aikaan vastaanottajassa eli kamerassa. Huomaa, että myös uutistekstissä tulee toteuttaa tilankäyttöä!

3. Tulkaa uutinen ja tallenna se

Kuuntele ja kuvittele

- Jätevesikaivon asentaminen <http://www.youtube.com/watch?v=SKx-XIFAC4WY>
- Kuuntele ensin seloste ilman, että katsot videota
- Mitä sanoja et ymmärrä?
- Mitä toimintaa et ymmärrä?
- Katso video jätevesikaivon asentamisesta
- Pysäytä nauha, jos et ymmärrä mitä nauhalla tapahtuu. ja pyri selvittämään toiminnan sisältö parisi kanssa

Tulkaa uudelleen jätevesikaivon asentaminen. Huomaa, että käytät oikein tilasuhteita (kasetti, mitata).

Tukea mielikuvaharjoitukseen

Youtubesta löytyy eri alojen videoita, joiden avulla voi valmistautua ennakoon vaikka ammattipiiston talonrakennuslinjan oppitunnille.

Googlen hakutoiminta tarjoaa videotiedostoja pitkön letityksestä hevosen kavion vuolemiseen. Oleellista on, että tulkki ymmärtää visuaalisen tietoperustan, miten esimerkiksi VUOLLA viitotaan, kun kyseessä on puu, kaviö, kivi.

Draama- ja pantomiimiharjoitukset kehittävät opiskelijan luovuutta ilmaista asioita ilman suomen kieltä. Pantomiimiharjoituksista saa suoraan tukea verbaalien taipumiseen: Minä heitän tikkaa - opiskelijat luonnostaan kuvaavat mimiikalla ensin tikkataulun ja sitten vasta 'heittävät' sitä kohti 'tikan'.

Näkökulmarajoituksessa kuulija asettuu tarinan eri henkilöiden aseisiin ja paikkoihin mielikuvassa. Opiskelijaa pyydetään kuvailemaan maisemaa ja tilanteita eri perspektiivistä. Mummo roikkuu katosta: Ole mummo, joka roikkuu 1. sormien varassa katosta, 2. hirressä, 3. köysi vyötärön ympärillä. Katso mummoa alhaalta lattialta ylöspäin, katso mummoa ullakon luukusta alaspäin.

Tilankäytön tärkeys

Kun lähtökielenä on tulkin äidinkieli ja asiasisältö on tulkille tuttu, on tulkkien helppo muodostaa viestistä merkityksiä ja luoda mielikuvia. Lähtökielen vastineiden tuottaminen tulkille vieraalla kielellä, suomalaisella viittomakielellä, edellyttää tulkilta sekä viittomaston että kielioppirakenteiden hallintaa. Yksi tärkeimmistä kielioppirakenteista, joka pitää hallita, on viittomakielen tilankäyttö. Tilankäyttöön perustuu vastaanotetun viittomakielisen viestin ymmärrettävyys. Tilankäytön monipuolinen hallinta tarkoittaa, että asiat ovat paikantuneet viittomatilaan loogisesti ja teksti on sidosteista. Asiakkaan ei tarvitse muodostaa vastaanotetun viestin irrallisista viittomista uudelleen merkityksiä, vaan tulkkausta on helppo ottaa vastaan. Uskon vahvasti, että tulkkausprosessissa tulkkia auttaa mielikuvan muodostuminen.

LÄHTEET

Jantunen Tommi 2003. Johdatus suomalaisen viittomakielen rakenteeseen. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.

Leino Pentti 1993. Polysemia – kielen moniselitteisyys. Kieli 7: Suomen kielen kognitiivista kielioppia 1. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Mylläri Terttu 2006. Mielikuvat transformatiivisen oppimisen välineenä. Tutkimus mielikuvaoppimisesta luontevan esiintymistavan löytämiseksi. Käyttätymistieteellinen tiedekunta, Helsingin yliopisto. Lisensiaatintyö.

Paunu, Juha 1981. Viito elävästi. Viittomakielen alkeistason harjoituksia. Oppilaan kirja. Hämeenlinna: Kuurojen Liitto ry.

Rissanen Terhi 2006. Viittomakielen rakenteen visuaalisuudesta ja ikonisuudesta. Teoksessa Hytönen Niina. ja Rissanen Terhi. (toim.) Käden käänteessä. Helsinki: Oy FINN L.

Tommola, Jorma 2006. Muoto ja merkitys kääntämisessä ja tulkkauksessa. Teoksessa Jorma Tommola (toim.) Kieli ja kulttuuri kääntäjän apuvälineenä. Englannin kielen kääntäminen ja tulkkaus, Turun yliopisto

Outi Mäkelä

Aina valmistautuneena!

”Ei ole mahdollista” on epätoisi kommentti tulkkaustoimeksiantoihin valmistautumisesta puhuttaessa. Ennen kuin ihmisen kaukosiirto (teleportaatio) on mahdollista, valmistautuminen tulkkaustoimeksiantoihin on mahdollista tavalla tai toisella.

Käytettävissä oleva aika, apuvälineet, lähteet, materiaalit ja tieto vaikuttavat siihen, miten tulkkaustoimeksiantoon on mahdollista valmistautua. Valmistautumisstrategia valikoituu yksilöllisten ominaisuuksien ja mieltymysten sekä vallitsevien olosuhteiden mukaan. Toiminnallisesta näkökulmasta mahdollisuudet toimeksiantoon valmistautumiseen vaihtelevat mm. tiedonhausta mielikuvitteluun, lukemisesta muistiinpanojen tekemiseen sekä toimeksianton vaihtoehtoisten toteutuvuuksien hahmottelusta harjoitteiden tekemiseen.

Tämän artikkelin tarkoituksena on pureutua toiminnallisten vaihtoehtojen sijaan toimeksiannon sisällöllisten ulottuvuuksien hahmottamiseen. Asioita, joihin on mahdollista ja hyvä valmistautua, on lukuisia. Ulkoiset ja yksilölliset tekijät vaikuttavat siihen, millainen valmistautumiskoektailista milloinkin tulee.

Toimeksiannoissa on monia sisällöllisiä ulottuvuuksia. Käsitelen niihin valmistautumista ideoimieni valmistautumiskorttien avulla. Korttien tarkoituksena on toimia konkreettisena työkaluna ja muistilistana tosielämän toimeksiantoihin valmistautumista varten. Ideoin valmistautumiskortit hyödyntäen Napierin, McKeen & Goswellin (2006, 76) kirjaamaa valmistautumiseen liittyvää listaa, jota olen täydentänyt omilla kokemuksillani.

Kuka?

- Osallistujat (kuurot, kuulevat)?
- Osallistujien roolit/tehtävät?
- Tahot, joita osallistujat edustavat?
- Millaisia asetelmia tilanteessa on (ihmisten väliset suhteet, valtasuhteet, tms.)?
- Kuka osallistujista viittoo, kuka puhuu, kuka viittoo ja puhuu?
- Millaisia puhujia/viittojia?
- Kuka on yhteyshenkilö?
- Onko tilaisuudessa muita tulkkeja?
- Onko minulla tulkipari/tiimi? Kuka/keitä he ovat?

Mitä?

- Millaisesta tilanteesta on kyse (kokous, oppitunti, asiointi, esiintyminen, ...)?
- Mikä on tilanteen sisältö ja konteksti?
- Onko substanssi hallussa?
- Onko tilanne kertaluontoinen vai osa kokonaisuutta/jatkumoa?
- Onko jotain (ja mitä) ollut ennen tätä?
- Millaisia tavoitteita (osallistujilla) tilanteeseen liittyy?
- Mitä tavoitteita itse tilanteella on?
- Toimintaympäristön fyysiset ja psyykkiset tekijät
 - Näkyvyys, kuuluvuus, ilmapiiri (tuttavuus, vieraskoreus, jännitteet), jne.

Missä?

- Missä tilaisuus on?
- Miten osallistujat sijoittuvat tilanteessa?
- Missä muut kohteet (näyttö, valkokangas, havaintomateriaali, tutkimuspöytä jne.) sijaitsevat?
- Missä on tulkin paikka?

Kielet/menetelmät?

- Mitkä kielet/menetelmät tilaisuudessa ovat läsnä?
- Ovatko menetelmät hallussa?
- Liittykö toimeksiantoon erityisterminologiaa, ammatti- tai erikoiskieltä, josta tulkin tulisi tietää?
- Ovatko käsitteet hallussa?
- Mikä on tilaisuuden ”pääkieli”?
- Tulkaussuunnat? Mille kielille tulkataan?
- Tilanteen mukainen kielenkäyttö? Sopivan tyylin/rekisterin valinta?

Materiaalit ja välineet?

- Onko etukäteismateriaalia saatavilla?
 - Muistiot, pöytäkirjat, power pointit, puheen hahmotelmat, tallenteet jne.
- Löytyykö toimeksiantoon liittyvää tietoa muista lähteistä?
 - Tietoa: Sisältö, osallistujat, paikka, tilaisuus, taustat, jne.
 - Lähteitä: Verkko, kollega, järjestäjä, kirjallisuus, esitteet, jne.
- Millaisia havainto- tai oheismateriaaleja tilanteessa on läsnä/käytössä?
 - Ääni/kuvamateriaali, taideteos, apuvälineet, tekniset laitteet tms.
- Tarvitaanko mikrofonia?
- Tulkin henkilökohtaiset tarvikkeet
 - Vesipullo, muistiinpanovälineet, puhelin, oheismateriaalit, jne.
- Onko valaistus sopiva?
- Työskentelyolosuhteet/työturvallisuus?
 - Ergonomia, turvallisuus, tarvittavat suojavarusteet, tuoli, riittävä valaistus, jne.

Käytännön järjestelyt?

- Tulkkauspaikalle matkustaminen
 - Reitit, aikataulut, maksut, kestot, ...
- Pukeutuminen
 - Vaatteet, kengät, laukku, korut, meikki, ...
- Vireystila
- Tiimityöskentelystrategioista sopiminen
 - Vastuut, merkit, tuki, jne.
- Työskentelystä sopiminen
 - Tautot, sijoittuminen, yms.
- Reflektointi
 - Osaaminen, ajatukset, asenteet, pelot, jne.

Valmistautumiskortit eivät tyhjentäneet pajatsoa, mutta toivottavasti ne toimivat hyvänä alkupääomana tehokkaiden valmistautumisstrategioiden kartuttamiseen. Niiden tavoitteena on olla avuksi toimeksiantoihin valmistautumisessa ja sen hahmottamisessa, millainen mahdollisuuksien kirjo valmistautumiseen liittyy. Suunnataan näiden ajatusten virittäminä kohti uusia toimeksiantoja ”aina valmistautuneena”!

Tehtävä:

Millaisin kysymyksiin lähdet valmistautumaan?

Seuraavassa on hahmoteltu kolme tosielämän toimeksiantoa. Esimerkki-toimeksiantojen avulla on tarkoitus mallintaa ja kokeilla sitä, miten edellä esiteltyjä valmistautumiskortteja voi hyödyntää toimeksiantoihin valmistautumisessa. Lisäksi tavoitteena on konkretisoida sitä, miten moninaiset valmistautumismahdollisuudet toimeksiantoihin liittyy käytettävissä olevasta ajasta, välineistä, lähteistä, materiaaleista, tiedoista tai henkilökohtaisista ominaisuuksista riippumatta. Kysymys siis kuuluu: ”Millaisin kysymyksiin lähtisit valmistautumaan esimerkkitoimeksiantoihin?”

Esimerkkitoimeksianto 1: Toimeksianto on välitetty sinulle torstaina 12.11.2015 klo 19.45.

Aika: Perjantai 13.11.2015 klo 10 - 15.30

Tilaaaja/yhteyshenkilö: Eeva Salmi

Paikka: Humanistinen ammattikorkeakoulu, TKI-Ilkka, Valkea talo, Ilkantie 4, Helsinki, luokka C2.41 + Kuopion kampuksen ja TKI-Oton videoneuvottelutilat (Etäyhteys Helsinki - Kuopio)

Osallistujat: Humak/Viittomakielen ja tulkkauksen koulutus/Henkilöstön koulutuspäivä

Sisältö: Koulutuspäivän teema: Tulkkauspalvelut. Vierailijoita puhumassa seuraavista aiheista: Tulkkauspalvelun tuottaminen, Kilpailutus yrityksen näkökulmasta sekä Tulkkauspalvelulain toteuttaminen.

Esimerkkitoimeksianto 2: Toimeksianto on välitetty sinulle perjantaina 16.10.2015 klo 15.

Aika: Maanantai 19.10.2015 klo 8.30 - 11.30

Tilaja/yhteyshenkilö: Outi Mäkelä

Paikka: Humanistinen ammattikorkeakoulu, TKI Ilkka, Valkea talo, Ilkantie 4, Helsinki, luokka C3.59

Osallistujat: Humak/Pääkaupunkiseudun alueyksikkö/Viittomakielen ja tulkkauksen koulutuksen henkilöstön palaveri

Sisältö: Arjen juoksevia asioita.

**Esimerkkitoimeksianto 3:Toimeksianto on välitetty sinulle keski-
viikkona 4.2.2015.**

Aika: Torstai 5.3.2015 klo 9 - 16

Tilaja/yhteyshenkilö: Päivi Rainò/Humanistinen ammattikorkeakoulu

Paikka: Valkea talo, TKI Ilkka, Valkea talo, Ilkantie 4, Helsinki, Auditorio

Osallistujat: Humakin ja Kyamkin henkilöstö ja opiskelijat, läsnäolevat sekä etäyhteydellä mukaan tulevat konferenssiosallistujat

Sisältö: Kansainvälinen konferenssi From Intercultural Encounters to Interprofessional Development (IEID).

LÄHTEET

Napier, J., McKee, R. & Goswell, D. 2006. Sign Language Interpreting. Theory & practice in Australia & New Zealand. The Federation Press, Sydney, NSW.

Nicodemus, B. & Swabey, L. 2011. Esitelmä. Efsli konferenssi: "Sight translation, sight interpreting meeting at the cross modes: Sign language interpreters as translators" 16.-18.9.2011. Vietri sul Mare, Italy.

Hanna Putkonen-Kankaanpää

Yksi peruna kerrallaan

Mielikuvaharjoitukset lienevät sinulle tuttuja. Kuvittelet tulkkaustilanteen etukäteen. Tunnet tuolin allasi, näet kuulevan asiakkaan vieressäsi, kuoron edessäsi. Aurinko paistaa ikkunasta. Linnut laulavat kevään kunniaksi. Tulkkiparisi selaa uudella iPadillasi sähköisenä liitetiedostona sinulle etukäteen saapuneita PowerPoint -dioja, ja taitaapa luennoitsija jo aloitella juuri ennen luentoa saamasi Prezi-esityksen käsittelyäkin.

Kuuro asiakkaasi nyökyttelee ymmärtävästi – vai ymmärtävästi! Ymmärtääkö hän puhujaa, sinun tulkkaustasi, vai ymmärtääkö hän sinua? Ymmärtääkö hän, miksi oikaiset asentoasi, miksi poskesi alkavat punertua ja otsasi hiota? Ymmärtääkö hän tuskaasi, joka kumpuaa kaikista niistä ärsykkeistä, joita vastaanotat sekä visuaalisesti että auditiivisesti?

Sinä ymmärrät itseäsi. Sinä analysointiin ja itsearviointiin tottuneena osaat sanoa, mitä kaikkea työssäsi juuri tuolla hetkellä tapahtuu. Haluaisit sulkea ikkunan. Linnut kuuluvat pihapuihin – laulakoot siellä, jotta sinulla olisi yksi asia vähemmän tulkattavana. Ikkunoissa on sälekaihtimet. Haluaisit sulkea ne, jotta aurinko ei paistaisi silmiisi ja voisit nopeasti nähdä esitettyt diat. Haluaisit vinkata tulkkiparillesi, että hän ottaisi tulkkausvuoron, jotta voit pyyhkiä hien otsaltasi.

Olet monitaituri, moniosaaja ja selviät vaikka mistä – olethan tulkki. Mutta ei sinun silti tarvitse tehdä kaikkea samaan aikaan. Sinä voit valita, mitä teet ja milloin teet. Yksi asia kerrallaan. Ensimmäisenä hoidetaan fasilitetit kuntoon. Linnun laulu, vaikka niin kaunista onkin, on sivuseikka. Kirkas aurinko sen sijaan ei.

Tulkkaustilanteessa sinun on samalla tavalla priorisoitava asioita. Tärkeintä on kommunikointi. Viestin tulee välittyä keskustelijalta toiselle. On tärkeää keskittyä kokonaisuuksiin ja tulkattavien hyvään oloon. Tulkkina sinulla on valtava mahdollisuus saada aikaan miellyttävä kokemus molemmille osapuolille. Kun se on hallinnassa, voit ryhtyä työskentelemään hienojakoisempien asioiden parissa. Tässä vaiheessa voit ja ehdit miettiä, miten kulttuurisesti tulkkat ”vasta kun lehmät lentävät” tai mitä viittojan nopea sormitus tarkoittaa. Kokonaisuudet huomioidaan ennen nyansseja.

Työpaikalla on sitten analysoinnin vuoro. Itsearviointiin tottuneet tulkki-opiskelijat jatkavat itsensä kehittämistä yhä valmistuttuaan.

- Miksi en muistanut MIELENKIINTOINEN-viittomaa?
- Miksi viitoin ITSEKSESI väärässä paikassa?
- Miksi en selvittänyt asioita itselleni vielä vähän paremmin etukäteen?

Itsensä kehittäminen on hyvä asia. Itsearviointi on hyvä asia. Itsensä syyttämisen ja virhekeskeisessä arvioinnissa ei ole mieltä. Usko siis itseesi. Osaat, pystyt ja voit edelleenkin kehittyä. Mutta tee tämä kaikki yksi asia kerrallaan. Keskity tulkkauksessa yhteen asiaan kerrallaan. Yksi peruna kerrallaan.

Hanna Putkonen-Kankaanpää

Miten mä pärjäsin?

Kokous on päättynyt! Viime sanoikseen puheenjohtaja vielä kiittää tulkkeja. Sinä mietit, miten tulkkaus oikeasti sujui. Onnistuitko? Mitä olisit voinut tehdä toisin? Ovatko puheenjohtajan kiitossanat vain kaunista sanahelinää? Tulkkipöytätyön aikana vaaditaan, pyydetään ja ohjataan itsearviointiin. Mitä osaan, mitä en osaa, missä voin kehittyä? Olet taitava etsimään virheitä itsestäsi. On korjattavaa, on kehittymistä vaativia seikkoja. Tiedät, että kehittyminen jatkuu yhä senkin jälkeen, kun olet saanut todistuksesi. Missä on parannettavaa? Edistytkö? Kehittyminen ja oppiminen ovat mahtavia asioita, kunhan muistat olla myös tyytyväinen itseesi. Kaikissa asioissa on aina kaksi puolta.

Oletko kokeillut positiivisen viikon viettämistä, ehkä jopa kuukauden tai puolen vuoden positiivisuutta? Voisitko aktiivisesti etsiä hyviä puolia itsestäsi ja tulkkipöytätyöstäsi? Keskittyisit vain onnistumisiini, vain siihen, mikä meni hyvin, vaikka vertaamalla työtäsi edelliseen tulkkauskeskitykseen.

Tulkkauskeskityksessä on usein vain kaksi henkilöä, jotka osaavat ja toisella voivat antaa ammatillista palautetta toistensa työstä. Sinä ja kollegasi taidatte molemmat lähtökielekset ja tiedätte tilanteen kokonaiskulun tapahtumiseen ja muuttujineen. Voitte toki sanoa tilanteen jälkeen heipat toisillenne ja toivoa tai jättää toivomatta uutta kollegiaalista tapaamista. Mutta voitte myös pysähtyä antamaan täsmäpalautetta toisillenne. Voitte jakaa kokemuksianne ja jatkaa kehittymistä yhdessä.

Ideoimme jokin vuosi sitten kirjoitustulkkausta opiskelevien päättöseminaariin osallistuneiden opiskelijoiden kanssa laminoituja infokortteja tulkkipöytätyölle. Ensimmäisessä kortissa voisi olla tiivistettynä kolme kärkitoivetta siitä, miten sinä haluat itseäsi tuettavan:

- Odota aika kauan, minulla on pitkä viive.
- Sormitukset ovat minulle kauhean vaikeita, olethan valmiina auttamaan.
- Kirjoitatko numerot aina apupaperille, isoilla numeroilla

Toisessa kortissa voisi olla tulkki kollegalle tiedoksi ne seikat, jotka olet asettanut kehittämiskohteiksesi:

- Opettelen syksyn aikana eri maiden viittomat.
- Irrotan kyynänpäät kyljistäni.
- Osoitan yhdenvertaista huomioon ottamista molempia tulkattavia osapuolia kohtaan.

Kolmannessa kortissa voisi olla kysymyksiä palautetta varten:

- Jäikö tulkkeestani jotain pois?
- Olivatko viittomiäni suunnat oikein?
- Selviääkö lauseistani kielteisyys?

Nämä kolme korttia antaisit kollegallesi ennen tulkkaustilanteen alkamista. Hän luki ne läpi ja ehtiessään voisi miettiä vastauksia juuri niihin asioihin, jotka olet määritellyt kehittämiskohteiksesi. Voitte korttien ja niissä olevien kysymysten perusteella keskustella rakentavasti erilaisista asioista, ei henkilökohtaisista ominaisuuksista. Kollegasi ei näin tarvitse tulkkaustilanteen jälkeen vesipullojanne ja tablettejanne keräillessänne arvailla, mitä haluat tietää tai mistä asioista voi sinulle sanoa. Ehditte jutella positiivisesti yhdessä yhteisestä työstä tai omista kehittämiskohteistanne. Matkalla seuraavaan tulkkaustoimeksiantoon sinulla ja kollegallasi on hyvä mieli. Tiedät, missä kohden kuljet polullasi, odotat uusia haasteita ja jaksat kohti uusia toimeksiantoja.

Juha Manunen

Suomalaisen viittomakielen kieli- taidon itsearviointi eurooppalaisen viitekehyksen puitteissa

Tässä artikkelissa johdattelen suomalaisen viittomakielen itsearviointiin eurooppalaisen viitekehyksen puitteissa. Tehtävä soveltuu niin viittomakielen tulkikoulutuksen opiskelijoille osana tietyn opintojakson itsenäistä tehtävää kuin valmistuneille ammattitulleille osana työelämän oppimisprosessia. Itsearviointia voi soveltaa myös viitotulle puheelle.

Eurooppalaisessa viitekehysessä on kuusiportainen taitotasoasteikko, jonka yksityiskohtaisten kielitaidon kriteereiden avulla on helppo kuvailla ja vertailla erilaisissa opiskelukonteksteissa hankittuja pätevyyskykyjä. Yhteinen eurooppalainen viitekehys on otettu käyttöön kaikkialla Euroopassa. Taulukko sisältää seuraavat tasot: A1 (peruskielitaito), A2 (peruskielitaito), B1 (itsenäisen kielenkäyttäjän kielitaito), B2 (itsenäisen kielenkäyttäjän kielitaito), C1 (taitavan kielenkäyttäjän kielitaito) ja C2 (taitavan kielenkäyttäjän kielitaito). Tällä hetkellä ei ole saatavissa suomalaisen viittomakielen kielitaitoon sovellettua taitotasoasteikkoa, joten puhuttujen kielten taitotasoasteikko toimii toistaiseksi pohjana soveltuvin kriteerein.

Itsenäistä arviointia varten etsi internetistä eurooppalaisen viitekehyksen taulukko, tutki se rauhassa läpi ja tarkkaile kolmea osa-aluetta kymmenen alla olevan johdattelevan kysymyksen avulla. Kirjoita mieleen tulevat asiat muistiin ja pyydä myös palautetta muilta tämänhetkisestä kielitaidostasi.

1. Viitotun ymmärtäminen

- (Vastaa taulukon kuullun ymmärtämistä ja luetun ymmärtämistä) Etsi internetistä viittomakielistä materiaalia (esimerkiksi Viittomakieliset uutiset, Kuurojen Liiton Viittomakielinen Netti-TV, Viittomakielinen kirjasto, Suomi.fi:n sivusto) ja valitse muutama erillainen, toisistaan poikkeava viitottu teksti mielenkiintosi mukaan.
1. Millaisia viitottujen tekstien aiheita koet ymmärtäväsi helposti, entä millaisten aiheiden ymmärtäminen on vaikeaa?
 2. Minkä asioiden koet vaikuttavan viitottujen tekstien ymmärrettävyyteen?
 3. Koetko osaavasi erottaa eri tekstilajien ja -tyylien viitottuja tekstejä

toisistaan (kerronta, asiatyö, tiedotus, mainonta, ohjeistus)?

4. Koetko viittojen kielitaustan vaikuttavan viitottujen tekstien ymmärrettävyyteen?
5. Tunnistatko viitottujen tekstien sisältämät monimutkaiset rakenteet?
6. Koetko erityisalojen viittomistojen vaikuttavan viitottujen tekstien ymmärrettävyyteen?
7. Koetko suomalaisen viittomakielen variaatioiden (sosiaalisten, iän mukaisten ja alueellisten) vaikuttavan viitottujen tekstien ymmärrettävyyteen?
8. Minkä pituisia viitottuja tekstejä koet pystyväsi seuraamaan kohtuullisen hyvin, vaikka aika ajoittain saattaa tulla pieniä epäselvyyksiä?
9. Koetko viittomisnopeuden vaikuttavan viitottujen tekstien ymmärrettävyyteen?
10. Tarvitsetko usein viitotun tekstin toistoa ymmärtääksesi asiasisältöä paremmin?

2. Viittomakielinen vuorovaikutus

- (Vastaa taulukon suullista vuorovaikutusta ja puheen tuottamista)
Käy lyhyt tai pitkä vapaamuotoinen keskustelu kielenkäyttäjän tai kielenkäyttäjien kanssa ja arvioi vuorovaikutustaitojasi ja viitotun tuottamista.
1. Miten sujuvasti koet voitasi keskustella natiivikielenkäyttäjien kanssa?
 2. Tunnetko hyvin viittomakieliseen keskustelukulttuuriin kuuluvat tavat?
 3. Koetko ymmärtäväsi toisten osapuolten esittämät perustelut ja osavasi esittää perustelut samasta aiheesta?
 4. Tunnetko hyvin suomalaisen viittomakielen idiomaattisia ilmauksia ja osaatko käyttää niitä?
 5. Millaisista aiheista koet olevan helppoa keskustella natiivikielenkäyttäjien kanssa ja millaiset aiheet ovat vastaavasti haastavia?
 6. Koetko kielenkäyttäjien taustan vaikuttavan merkittävästi keskustelun sujuvuuteen?
 7. Koetko pystyväsi keskittymään keskusteluun huolimatta ympäristössä olevista satunnaisista häiriöistä?

8. Koetko osaavasi keksiä kiertoilmauksia sellaisille käsitteille, joille et heti löytänyt vakiintunutta viittomakielistä vastinetta?
9. Joudutko usein sormittamaan sellaisia käsitteitä, joille et heti löytänyt vakiintunutta viittomakielistä vastinetta?
10. Koetko ymmärtäväsi vaivatta erilaisia käsialoja ja osaavasi muokata viittomistyyliäsi eri-ikäisten kielenkäyttäjien mukaan?

3. Viitotun tuottaminen

- (Vastaa taulukon kirjoittamista)
Valitse yksi aihe, josta tuotat vapaamuotoisen viitotun tekstin nauhalle itsenäistä analysointia varten. Vaihtoehtoisesti voit tuottaa viitotun tekstin kasvokkain toiselle kielenkäyttäjälle, joka antaa siitä palautetta.
1. Koetko pystyväsi tuottamaan selkeän, jäsennetyn ja loogisen viitotun tekstin?
 2. Osaatko soveltaa vaivatta suomalaisen viittomakielen syntaktisia elementtejä?
 3. Osaatko käyttää niin kieliopillista kuin tunteellista non-manuaalisuutta luontevasti?
 4. Hallitsetko viittomien foneettista tarkkuutta?
 5. Koetko pystyväsi tuottamaan eri lajien ja tyylien viitottuja tekstejä (kerronta, asiatyly, tiedotus, mainonta, ohjeistus)?
 6. Koetko hallitsevasi suomalaisen viittomakielen nominaalien ja verbaalien taivutusta monipuolisesti?
 7. Koetko osaavasi tuottaa monimutkaisia lauserakenteita?
 8. Koetko osaavasi soveltaa viitotun tekstin sidostamiskeinoja?
 9. Koetko viittomavarastosi olevan riittävä eriaiheisten viitottujen tekstien tuottamiseen?
 10. Koetko voitavasi tuottaa viitottuja tekstejä normaalilla viittomisnopeudella?

Juha Manunen

Englanninkielisten termien kääntäminen suomalaiselle viittomakielelle

Suomen kielen nuoret lainasanat voi jakaa kolmeen ryhmään sen mukaan, miten ne ovat rakenteeltaan ja kirjoitusasultaan sulautuneet suomen kielen sanastoon. Kotoistuneita sanoja eli yleislainoja, kuten kahvi, paraati ja virus, ei enää erota vierasperäisiksi, sillä ne muistuttavat rakenteeltaan kielen vanhoja sanoja. Varsinaiset vierassanat eli erityislainat ovat osittain mukautuneet kotoisten sanojen äännerakenteeseen, mutta voivat kuitenkin sisältää kotoisille sanoille outoja konsonanttiihtymiä ja päätteaineiksia, kuten esimerkiksi triviaali, šakki ja dedusoida. Vierasperäiset sanat eli sitaattilainat kirjoitetaan ja usein äännetäänkin lähtökielen tapaan. Nämä sanat ovat usein henkilön- tai paikannimiä, mutta sitaattilainat koskettavat myös sellaisia uusia lainasanoja, joille ei ole vakiintunut suomenkielistä muotoa tai jotka halutaan muista syistä säilyttää alkuperäisessä asussaan. Esimerkkejä näistä ovat vaikkapa camping, laudatur ja San Franciscon kuuluisa Golden Gate -silta. Yleensä myös alkukielen mukaiset kirjainten lisämerkit säilytetään, kuten esimerkiksi sanoissa déjà-vu, Uuspöld ja Dvořák. (Iisa, Oittinen & Piehl 2012, 164; Itkonen 2012, 41.)

Englanninkieliset termit lainautuvat myös suomalaisen viittomakieleen kirjoitetun muodon kautta. Nämä kääntyvät usein suomalaiselle viittomakielelle suorina lainoina sanaa tai sanoja vastaavalla viittomalla tai viittomilla. Esimerkkejä suorista käännoksistä ovat:

Apple (yhdysvaltalainen suuryritys) > suomalaisen viittomakielen viittoma OMENA (Suvin artikkeli 1027)

Greenpeace (kansainvälinen riippumaton ympäristöjärjestö) > suomalaisen viittomakielen yhdysviittoma VIHREÄ+RAUHA (Suvin artikkelit 424 ja 261)

Shell Beach (rannikko Länsi-Australiassa) > suomalaisen viittomakielen yhdysviittoma SIMPUKKA+RANTA

Joillekin englanninkielisille termeille on muodostunut tai lainautunut kiinteä viittoma. Esimerkiksi Facebookista käytetään suoran käännoksen KASVOT+KIRJA (Suvin artikkelit 608 ja 220) lisäksi yksikäätisenä /B/-käsimuodolla oikeanpuolisella poskella tai kaksikäätisenä /B/-käsimuodolla molemmilla poskilla pienellä kääntöliikkeellä tuotettavaa viittomaa. Tietokoneiden käyttöjärjestelmästä Windows on käytössä kahdenlaista

viittomavastinetta: kumpikin viittoma kuvailee visuaalisesti tietokoneen näyttöruutua, mutta toisessa on käsimuotona /W/ alusta loppuun ja toisessa alkukäsi-muotona /W/, joka lopussa muuttuu käsimuodoksi /S/ (SignWiki).

Suorien käännösten yhteydessä huuliassa voi säilyä alkuperäisen englanninkielisen sanan kirjoitusasu tai mahdollisesti englannin kielen ääntämistä muistuttava sanahahmo. Olisi helposti harhaanjohtavaa, jos kertoessa esimerkiksi Apples-ta käyttäisi suomalaisen viittomakielen viittomaa vastaavaa suomenkielistä sanahahmoa [omena]. Korrektia olisi siis käyttää sanahahmoja [apple] tai [apə].

Viittomakielen tulkkauksessa voi luoda ja käyttää rohkeasti suoria käännöksiä, mikäli tietää asiakkaan tai asiakkaiden ymmärtävän helposti englanninkielisiä termejä tilanteen pohjalta. Tarpeen vaatiessa voi käyttää myös termien sormitusta.

Harjoitus

Selvitä suomalaisen viittomakielen verkkomateriaalin tai natiivikielenkäyttäjien kanssa käytävien keskustelujen avulla, onko seuraaville englanninkielisille termeille käytössä vakiintunutta viittomaa, vai käytetäänkö sanan tai sanojen pohjalta suoraa käännöstä. Voit kokeilla lauseiden kääntämistä suomalaiselle viittomakielelle kirjoittamalla hakusanat esimerkiksi Googleen.

Angry Birds, Batman, Bestman, Big Brother, Birdbox, Black Horse, Blue-tooth, Blue Dragon, Coffee House, Cowboy, Dragon Ball, Dressmann, Dropbox, Europcar, FaceTime, FilmTown, Firefox, Freestyle, Golden Gate Bridge, Handsfree, Hangout, Honeywell, Hot dog, Hotmail, Ice Marathon, Ideapark, InterCity, LadyLine, Men Basic, Mind map, Movie Maker, Nightwish, Nordplus, Paintball, Personal Trainer, Photoshop, PowerPoint, Prepaid, QuickTime, Radio City, Sign Line, South Park, Spice Ice, Stand up, Super Bowl, Superfood, Take away, Western, Winterfest, Workshop, YouTube

LÄHTEET

Iisa, Katariina, Oittinen, Hannu & Piehl, Aino 2012. Kielenhuollon käsikirja. Helsinki: Suomen Yrityskirjat Oy.

Itkonen, Terho 2012. Uusi kieliopas. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

SignWiki – Suomalaisen viittomakielen wikisanakirja. IRC-osoite <http://finsl.signwiki.org>.

Suvi – Suomalaisen viittomakielen verkkosanakirja 2003. Helsinki: Kuurojen Liitto ry.

IRC-osoite <http://suvi.viittomat.net>

Juha Manunen

Suomen kieleen pohjautuva viittomakielinen huumori

Niin puhutuissa kuin viitotuissa kielissä on monenmuotoista huumoria. Yhdenlainen viitottujen kielten huumorin muoto pohjautuu ympäristössä vallitsevaan puhuttuun ja kirjoitettuun kieleen, koska osa sujuvista viittoista on taustaltaan vahvasti kaksikielisiä niin viitotussa kuin puhutussakin kielessä. Viittomanväännöt pohjautuvat vastaaviin puhutun ja kirjoitetun kielen sanoihin. Tämänkaltainen kielileikki on mahdollista siinä tapauksessa, kun molemmat keskustelun osapuolet hallitsevat hyvin molemmat kielet ja osaat rekonstruoida viittomanvääntöjen alkuperää. Alla on joitakin esimerkkejä brittiläisestä viittomakielestä (British Sign Language, BSL). (Sutton-Spen-
ce & Woll 1999, 267.):

FELLOW SHIP < fellowship
ONE-PERSON-MEET-FOUR-PERSON < met a four < metaphor
I CAN'T STOP < me no pause < menopause
MY CROW WAVING ja VERY-SMALL-WAVE < microwave

Vastaavanlainen huumorin muoto on käytössä myös suomalaisessa viittomakielessä. Esimerkkejä suomen kielen sanoihin pohjautuvista viittomanväännöistä:

HIRVI (Suvin artikkeli 979) < hirvittävä
JO+JO (Suvin artikkeli 219) < jojo
MUSTA+SUKKA < mustasukkainen
PALA+VERI (Suvin artikkelit 899 ja 961) < palaveri
RADIO+AKTIIVINEN < radioaktiivinen
SILMÄ+PUUTTUA (Suvin artikkelit 561 ja 1074) < silmitön, silmittömän

Viittomanväännöt voivat pohjautua suomen kielen kaksi- tai monimerkityksisiin sanoihin:

OS-2 KÄYDÄ JO NAURAA? (Nauru-saarella vai nauramassa)
VOI VOI (harmi vai margariini)
EILEN TALO PALAA / KUKA+EI-MITÄÄN LOUKKAANTUA (sattua vai ottaa pahasti)
OS-1 LUKEA JO HYVÄ KIRJA (mielenkiintoinen vai herkullinen)
MAAPALLO OLLA VAIPPA (kuori vai vaippa)

LEVY PITÄÄ POLTTAA (tietokoneella vai tulitikulla)

Viittomakielentulkkien on hyvä tietää ja ymmärtää tämänkaltaista viittomakielistä huumoria, sillä vahvasti kaksikieliset kielenkäyttäjät saattavat keskenään käyttää viittomanvääntöjä huumorimielessä. Kun tulkkaa näitä viittomanvääntöjä suomen kielelle päin, luonnollisesti huumorin tarkoitus sinänsä ei välity, jolloin tulkkien kannattaa osana kulttuuritulkausta selittää lyhyesti toiselle osapuolelle, mistä näissä viittomanväännöissä on kyse.

Harjoitus

Miten viittoisit seuraavat sanat käyttäen humoristista viittomanvääntöä?
auringonotto, ei hajuakaan, ei harmainta aavistustakaan, kaksipiippuinen, kattokruunu, kenkälusikka, kuivausrumpu, käsittämätön, laskuvarjo, lautakunta, lentopallo, maanalainen, mikroaaltouuni, Mitä kuuluu?, nimenomaan, olennainen, ottaa / vetää herne nenään, patalaiska, pilvenpiirtäjä, pitkävihainen, päätön, silitysrauta, silmälasit, sukupolvi, sukupuoli, syrjähyppy, tulivuori, uskomaton, valopää, vetoketju, ylioppilas, älyvapaa

LÄHTEET

Sutton-Spence, Rachel & Woll, Bencie 1999. *The Linguistics of British Sign Language: An Introduction*. Cambridge: Cambridge University Press.

Suvi – Suomalaisen viittomakielen verkkosanakirja. Helsinki: Kuurojen Liitto ry. IRC-osoite

<http://suvi.viittomat.net>

Anne-Mari Jaamalainen

Kohteena kauppatori – Kuvailuharjoituksen matka ja määränpää

Laatimani kuvailuharjoitus sijoittuu Kuopion kaupunkiin. Vieraillessasi Kuopiossa voit käydä kokeilemassa juuri tämän reitin. Muuten voit sovittaa harjoituksen omaan kotikaupunkiisi ja toriympäristöön soveltuvaksi.

Olet opiskellut kuvailun perusteita ja vähän jo harjoitellutkin, mutta ehkä vielä mietit, mitä kaikkea voisit kuvailla. Kuvailulla on tarkoitus antaa tietoa ympäristöstä, ihmisistä ja toiminnoista. Miksikö? - Jotta kuvailun vastaanottaja saisi tietoa, kokemuksia, tunteita ja voisi toimia ympäristössä. Kuvailun lähtökohtana voivat olla kuurosokean henkilön toiveet. Mutta jos niitä ei ole, tulkkina sinun pitää olla aktiivinen kuvailemaan ympäristöäsi. Siksi kannattaa harjaannuttaa itseään havainnoimaan erilaisia asioita ympäristöstä. Visuaalisen lukutaidon lisäksi tarvitset tulkkina kykyä kielellistää visuaalisia kokemuksia. Seuraava harjoitus on yksi esimerkki siitä, mitä voisit kuvailla matkalla kohteeseen ja kohteessa. Mahdollisuuksia on monia, mutta ehkä esimerkki auttaa sinua jäsentämään niitä.

Saat kuvailuharjoitustilauksen asiakastietoineen ja kohteineen. Tee reittisuunnitelma. Selvitä, missä pääkohde sijaitsee ja tutki reittivaihtoehtoja. Huomioi reittisuunnitelmaa tehdessäsi kuvailua vastaanottavan henkilön kommunikaatiomenetelmä. Vastaanottaako hän kielellistä kuvailua puheella vai viittoen? Mitä muita kuvailun menetelmiä hän toivoo käytettävän? Mikäli kuvailun vastaanottaja on huonokuuloinen, mieti miten liikenteen melu vaikuttaa kuvailun onnistumiseen. Ovatko vilkasliikenteiset pääkadut sopivia vai valitsetko kenties rauhallisemmat rännikadut, joissa ei ole autoliikennettä? Ovatko jalankulkuväylät kapeita ja ruuhkaisia, onnistuuko kuvailu kohteisiin pysähdellen? Onko reitillä jalankulkua hankaloittavia tietöitä tai rakennustöitä tiedossa? Onko tilauksessa mainittu tasapaino-ongelmista? Miten torin mukulakivillä liikkuminen onnistuu?

Tutki myös vaihtoehtoisia reittejä. Yritä skannata päähäsi ainakin vaihtoehtoisten reittien katuverkoston karttakuvaa, jos vaikka suunnittelemasi reitti vaihtuu toiseksi. Jos kuvailun vastaanottaja toivookin sinun menevän Puistokadulle, tiedät mihin suuntaan lähteä. Mikäli mahdollista, selvitä myös etukäteen, onko henkilö käynyt paikassa aiemmin, mistä hän on kiinnostunut kohteessa ja mikä on matkan tarkoitus.

Valmistaudu kuvailuun kävelemällä valitsemasi reitti läpi. Mitä voisit kuvaila? Tarkkaile reitin varrella olevia kohteita, mitä näet? Rakennuksia, mutta mitä rakennuksia? Ovatko ne liiketiloja, toimistorakennuksia, kerrostaloja, ravintoloita, kahviloita, apteekkeja, museoita? Harjoittele nimeämään näkemiäsi kohteita. Kuljet reittilläsi erinimisiä katuja, harjoittele kohdistamaan huomiosi katujen nimikyltteihin. Tällöin voit tarvittaessa kuvaila, että esimerkiksi Aapelin kauppakeskus on Kauppakadun ja Haapaniemenkadun kulmassa. Harjaannuta katsettasi huomioimaan myös kylttejä ylätasolla. Näet ihmisiä, mitä heistä voisit kertoa matkalla kohteeseen? Tori kuhisee vastaan silinterihatussa ja kirkkaanvihreässä takissaan Kuopio tanssii ja soi -viikon kulkueen kanssa ja heiluttaa iloisesti kättään ohikulkijoille.

Onko jotain muuta erityistä, mielenkiintoista, mikä pistää silmään? Huomaa, että ihmiset kiinnostuvat eri asioista. Siksi voisit laajentaa huomiotasi myös sinua ei niin kiinnostaviinkin kohteisiin. Harjaannuta silmiäsi tunnistamaan vaikkapa keskustan joulukauden alkaminen, vaalien aika, jäätelökioskien ilmestyminen. Kuka on lehtitelineiden iltalehtien otsikoissa tänään? Näet matkalla myös luontoa, puistoja, puita, kukkia, eläimiä. Voisitko kertoa, että syksyllä lehdet ovat tippuneet puista, talvella puiden oksat taipuvat tykkylumesta, keväällä koivut ovat hiirenkorvalla, sorsapoikue ui rannassa? Ehkä matkan varrella on taidettakin, voisiko veistökseen tutustua? Huomaat, että voisit kuvaila matkalla kohteeseen vaikka mitä! Mutta ei kuitenkaan kaikkea, ei liikaa, et ole kaupunkiopas.

Kun saavut pääkohteeseen torille, katsele rauhassa toria ja sen kulku-reittejä. Ovatko kojut jotenkin ryhmittyneet eri väylille? Voisitko nimetä väylillä jotkin maamerkit? Anttila - Sokos -väylä? Mistä löytyvät käsityö-kojut, mistä marjat ja vihannekset, entä kesäkukat, Hanna Partasen liha-piirakat tai tuottajien suoramyyntipaikat? Turisti voisi olla kiinnostunut kaikesta torin tarjonnasta. Osaisitko nyt kertoa, mitä kaikkea torilta löytyy? Torikojut ovat siitä kiitollisia kuvailtavia, että niissä on useimmiten selkeästi nimetyt tuotteet. Ensin on hyvä hahmottaa, mitä päätuoteryhmiä kussakin kojussa on. Esimerkiksi Myllysellä on myynnissä marjoja, vihanneksia ja sieniä. Marjoista voisit kertoa lisäinformaationa, ovatko ne suomalaisia vai ulkomaisia tai luomua. Kausituotteiden hinnat saattavat kiinnostavat, mikä on mansikan hinta tänään? Myyntikojujen nimien kuvailulla on väliä, itse kullakin saattaa olla suosikkipaikkoja, joissa asioi mieluiten. Kenen myyntikojulla on jonoa eniten? Torireissulla saattavat jano ja nälkä yllättää, joten katsasta myös torin kahviotarjonta ja kesällä jäätelökioskit.

Huolellisen valmistautumisen jälkeen voit tehdä nauhoitetun reittikuvailun ja kauppatorikohteen kuvailun yksisuuntaisena kielellisenä kuvailuna

puheella. Mikäli videoit parisi kanssa harjoituksen, voit palata tallennetta tutkimalla siihen, mitä tällä kertaa poimit kuvailtavaksi.

Ole kuvailijana aktiivinen ja välitä vastaanottajalle tietoa, kokemuksia ja elämyksiä. Kuvailun vastaanottaja reagoi ja antaa palautetta sen mukaan, kiinnostuuko hän kohteesta ja haluaako hän kuvailua jatkettavan. Näkemisen taitosi kehittyvät koko ajan. Kun harjaannutat näkemistäsi, sinulla on kyky rikastuttaa monen ihmisen elämää taidollasi. Kuvailun vastaanottaja ei saa toista samanlaista kuvailua. Näkemisen taitosi on ainutlaatuinen.

LÄHTEET

Lahtinen, R., Palmer, R. & Lahtinen, M. 2009. Aisti kuvailu. Helsinki: Art-Print Oy.

Liisa Halkosaari

Liian vaikea video – eväitä haastavien tekstien analysointiin

Muutaman kuukauden opintojen jälkeen ei kielenoppija vielä luultavasti ymmärrä oudommista murteista tai käsialoista juuri mitään. Kuurojen senioreiden viittomat tarinat menevät täysin yli hilseen – mutta voisiko videoista silti saada irti jotain? Tarjoilenkin tässä tehtävän ”liian vaikeaa” videota varten. Tavoitteena on oppia tekemään tarkkoja havaintoja kielen muodosta – taidosta on hyötyä myöhemmin kieliopillisten sääntöjen oppimisessa.

Havainnointitehtävä

Tehtävää voi soveltaa hyvin Viittomakielisen kirjaston videovarantoihin, tässä käytetään kirjaston ohjelmaa Kalevi Alajoki – raudanluja lentopalloilija, ensimmäiset 7-8 minuuttia (tulkattuun valmentajan videohaastatteluun asti). Optimitilanteessa videon pituuden tulisi olla huomattavasti lyhempi, 1–2 minuuttia.

Video: <http://www.viittomakielinenkirjasto.fi/fi/kalevi-alajoki-raudanluja-lentopalloilija>

Ohjeistus

Katso video tarvittaessa läpi vähintään 5-10 kertaa ennen kuin luovutat. Kuuntele käännös vasta sen jälkeen. Tee tehtävä mielellään parin kanssa. Tarkoituksena ei ole ymmärtää viitottua, vaan kiinnittää huomiota yksityiskohtiin.

Tilankäyttö

Alussa (n. 2:00) Kalevi kertoo lentopalloseuroista eri puolella Suomea. Mitkä kaupungit mainitaan ja mihin kohtaa tilassa ne paikannetaan?

Kalevi vertailee (n. 6:00) kahta tahoja, jotka sijoittuvat tilassa kauas toisistaan (hyvä että kameraan mahtuvat). Mitä saat selville tahoista, mitä niihin liitetään? Tätä ennen Valppaasta kerrottaessa (ehkä n. 4:00) jotain paikannetaan katseella ja monikollisella osoituksella ylös (kuuntele käännös: ”me oltiin Suomessa ainoa joukkue, joka...” – mihin ylöspäin osoituksella viitataan?

Non-manuaaliset elementit

Poimi videosta kaikki kohdat, joissa Kalevi nostaa kulmakarvoja viittoessaan. Mitä voit päätellä niistä? Poimi kohdat, joissa hän sulkee silmänsä – onko niissä jotain yhteneväistä?

Tee yleisiä havaintoja katseen käytöstä: mihin Kalevi katsoo? Mikä merkitys katseen suuntaamisella on?

Kiinnitä huomio huulioon: poimi kohdat, joissa suu on selvästi kokonaan kiinni tai jopa puristettuna tiukasti kiinni. Missä yhteydessä sitä ilmenee? Entä pystytkö poimimaan viittomat, joiden aikana suu on kiinni puristettuna? Ovatko ne mielestäsi verbaaleja vai nominaaleja? Tarkkaile kehon käyttöä – milloin koko ylävartalo liikkuu selvästi? Pohdi, mitä merkitystä se kantaa?

Numeraalit

Videossa Kalevin viittomisessa esiintyy paljon numeraaleja, hän kertoo joukkueista, lentopallon divareista, mestaruuksien määrästä, sijoituksista... Yritä poimia kaikki numeraalit! Tarkista lopulta puhutusta käännöksestä, montako siinä on – huomaa että käännöksessä toistoja on luultavasti vähennetty.

- Ensimmäinen pidempi puheenvuoro muistoista, alkaen n. 2:00, n. 6-7 kpl
- Toinen pätkä Valppaan vahvuuksista, alkaen n. 3:00, n. 13 kpl
- Raison Loimu -kysymyksen vastaus, alkaen n. 5:00, n. 10 kpl
- Taidoista, alkaen 6:00-7:00, n. 5-8 kpl

Kuuntele lopuksi katsomasi pätkän käännös, ja vielä uudestaan sama ilman käännöstä. Tässä vaiheessa viittominen alkaa luultavasti jo näyttää vähän selkeämmältä!

Hanna Putkonen-Kankaanpää

Kaksikymmentä kivaa kirjoitustulkkauharjoitusta

Kuulin.

En kuule enää.

Tai en ainakaan saa selvää siitä, mitä muut puhuvat.

Otan siis mukaani tulkin, kirjoitustulkin.

Tulkilta vaaditaan paljon, kirjoitustulkilta vielä muun lisäksi erityisesti hyvää kirjoitusnopeutta, mielellään loistavaa. Nopeuden kehittämiseen ei ole oikotietä, harjoittelu auttaa. Se voi kuitenkin olla kivaa ja monipuolista. Tähän artikkeliin on koottu kaksikymmentä erilaista vihjettä siitä, miten sinusta voi tulla nopea kirjoittaja. Tulkkaukseen ei oteta kantaa, vain nopeuteen.

Kirjoituksessa käytetään kirjoitustulkki-käsitteen ohella pelkkää tulkki-käsitettä.

1. TypingMaster-ohjelma

Monet kirjoitustulkit käyttävät kymmensormijärjestelmää. Se ei ole välttämättömyys nopeutta ajatellen, mutta se on yksi erittäin hyvä vaihtoehto. Kymmensormijärjestelmän voi opetella monella tavalla. Suomalainen Typing Master Finland Oy on kehittänyt opetusohjelman, jota voi käyttää myös internetissä. Ohjelma sekä opettaa kymmensormijärjestelmän tekniikan että kehittää erilaisin harjoituksin kirjoittajan nopeutta. Ohjelmaan voi tutustua osoitteessa <http://www.typingmaster.com/fi/pro/order.asp>.

2. Katse

Kun kirjoitat, mieti, mihin katsot. Sormien tuijottaminen hidastaa kirjoittamista. Sormien vilkaiseminen aika ajoin ei ole vaarallista, mutta luota tuntoaistiisi. Löydät kyllä etusormiesi alle oikeat pienin nystyröin merkityt f- ja j-kirjaimet. Niiden avulla löydät muutkin näppäimet oikeiden sormien alle.

Jotkut tulkit pitävät katseensa näytössä. He keskittyvät, lukevat ja tarkistavat kirjoittamansa. Toiset tulkit pitävät katseensa missä tahansa kiintopisteessä ja keskittyvät vain kuuntelemiseen.

Paras vaihtoehto lienee katseen elävä käyttäminen. Tulkilta vaaditaan koko ääniympäristön havaitsemista, ja toisinaan siihen on liitettävä myös visuaalinen ympäristö. Yhden kohteen tuijottaminen ei palvele elävää kirjoittamista. Kirjoittamiseen on helppo tuoda katseella ja päällä mukaan elementtejä siitä, missä jokin äänilähde on tai mitä tulkkausta käyttävän asiakkaan kannattaa vilkaista tulkkeen ohella.

Harjoitellessasi katseen käyttöä istu tietokoneesi kanssa elävässä ympäristössä. Keskity tulkkaamaan pääasiallisesti yhtä puhujaa, mutta ota mukaan myös mahdollisimman monia muita ääniä, sellaisia, jotka herättävät kenen tahansa kuulijan huomion. Ole kuitenkin tarkkana siinä, että tulkkeesi punainen lanka säilyy.

3. Virheet

Lukemiseen ja lukemisen ymmärtämiseen ei tarvita jokaisen sanan täysin oikein kirjoittamista. Sanasta voi puuttua kirjaimia (jäkiekko), kirjaimet voivat olla väärässä järjestyksessä (jääkiekko) tai niitä voi olla liikaa (jääkiekkko). Lukija ymmärtää asian kuitenkin aivan hyvin. Virheitä enemmän lukijaa häiritsee jatkuva korjaaminen. Askelpalautin (backspace) –näppäimen ahkera käyttäminen ja ehkä vielä lisäksi kursorin kohdistaminen oikeaan paikkaan hidastaa kirjoittamista ja niin ollen myös esityksen seuraamista huomattavasti. Joka tapauksessa lukija on nähnyt virheen, ymmärtänyt sanan oikein ja haluaa seurata puhetta reaaliaikaisesti.

Kokonaan toinen asia on asiavirheiden olemassaolo. Tulkin on oltava täysin varma siitä, että esimerkiksi osoitteet, ajat ja nimet tulevat oikein. Jos näihin tulee virheitä, ne on korjattava. Kirjoitustulkeille luodut lyhennelstat löytyvät esimerkiksi Kuulokynnyn sivuilta: <http://www.kuulokynnys.fi/kuulokynnys/tulkkauspalvelut/tulkkausmenetelmat/kirjoitustulkkaus/>. Siellä tulkkia opastetaan käyttämään virheen kohdalla xxx-merkkiä. Jos siis tulkki huomaa kirjoittaneensa aiemmin tapaamisen olevan tiistaina ja myöhemmin selviää, että se onkin torstaina, tulkki ei ryhdy etsimään virheellistä kohtaa, vaan kirjoittaa sujuvasti: xxx torstaina tapaamme pääovella.

Kirjoitustulkki käyttää työssään muitakin erikoismerkkejä. Ne kannattaa opetella hyvin. Niiden käytön tulee olla automaattista, mikäli asiakas ne hallitsee ja haluaa niitä käytettävän.

4. Lyhenteet

Erilaiset lyhenteet nopeuttavat kirjoittamista. Jos asiakkaalle sopii, että niitä käytetään, tulkin kannattaa nopeuttaa kirjoittamistaan mahdollisimman lyhyillä tai lyhennetyillä sanoilla. Tulkin käytössä ovat kaikki (suomen) kielen viralliset lyhenteet ja sen lisäksi myös erityisesti kirjoitustulkkaustilanteisiin luodut erikoislyhenteet.

Lyhenteiden käyttämisessä kannattaa huomioida se, että tekstin tulee olla ymmärrettävää. Sanoja on mukava katkaista, mutta ymmärrettävyyden kustannuksella ei voi nopeuttaa lisätä. Toinen seikka, joka liittyy lyhenteisiin ja kirjoitustulkkaukseen, on pisteen käyttäminen. Useisiin suomen kielen lyhenteisiin liittyy piste (jne.). Kirjoitustulkkauksesta ne jätetään kuitenkin pois lausekokonaisuuden ymmärrettävyyden vuoksi: Koivu, haapa, vaahtera jne ovat lehtipuita.

Kirjoitustulkkien käyttämiä lyhenteitä on koottu Kuulokynnyksen sivuille: <http://www.kuulokynnys.fi/kuulokynnys/tulkkauspalvelut/tulkkausmenetelmät/kirjoitustulkkaus/>.

Lyhenteitä voi harjoitella kirjoittamalla molempiin suuntiin järjettömiäkin kokonaisuuksia. Mitähän tarkoittavat seuraavat lauseet:

K-tulkki istuu tyryn rytyn ajan joryn huoneessa.

KHL ja SKS tapaavat Vatalla ja tekevät str-luonnoksen yhteistä tmk-työtä varten.

5. Hymiöt

Kirjoitukseen on joskus vaikea saada puheen ilmaisuvoimaa kirjoittamalla näkyväksi vain sanottuja sanoja. Käyttökelpoisia ja nopeita ovat jo melko yleisesti ainakin pikaviestimissä käytössä olevat hymiöt. Tulkin käyttäjän yksilölliset tarpeet ja toiveet sekä tilaisuuden luonne huomioon ottaen kirjoitustulkki voi käyttää ainakin yleisimpiä hymiöitä. Näitä ovat esimerkiksi ☺ ja ☹, jotka tehdään näppäinyhdistelmillä : - ja) tai (. Luonnollisesti näidenkin käyttöä kannattaa harjoitella, nopeus on valttia ☺!

6. Sanelut

Koska kirjoitustulkki kirjoittaa kuullun perusteella, on olennaista harjoitella tulkkaamalla juuri puhetta, ei niinkään lukemalla tekstiä ja kirjoittamalla sitä. Pyydä siis ketä tahansa tuttavaasi, ystävääsi tai sukulaistasi puhumaan – mitä tahansa. Kun aloitat nopeusharjoittelun, saa puhe olla hidasta. Puhuja voi seurata näytöltä kirjoittamistasi. Jotta kehittyisit, hän voi rytmittää puhettaan hiukan kirjoitusvauhtiasi nopeammaksi. Vähitellen huomaat, miten nopeutesi kasvaa. Huomioithan, että vaikka virheitä ei tarvitse korjata, ei nopeutta pidä nostaa virheiden kustannuksella. Opettele ensin kirjoittamaan hitaasti ja oikein ja lisää vähitellen nopeutta. Pyri aina mahdollisimman virheettömään kirjoitukseen.

7. Kirja

Jos ystäväsi ei keksi itse puhuttavaa, voit antaa hänelle kirjan. Hän voi lukea sinulle ääneen kesken olevaa dekkaria tai rakkausromaanin, kenties asiategstiä. Kaikesta luetusta on hyötyä ja iloa. Kuuntelemalla toisen kirjoittamaa oma sanavarastosi kasvaa. Opit uusia käsitteitä, vaihtoehtoisia synonyymeja ja asiat tulevat tutuiksi. Kuten kenen tahansa tulkin, myös kirjoitustulkin suuri avu on mahdollisimman kattava yleissivistys. Mitä enemmän tiedät mistä tahansa asiasta, sitä helpompi sinun on tulkata sitä. Aivosi on helpompi prosessoida asiaa, voit tehdä loistavia tulkkausratkaisuja ja pysyt mukana asiassa puhenopeudesta riippumatta.

8. Äänitallenteet

Astetta nopeampaa ja anteeksiantamattomampaa vauhtia löydät äänitallenteilta. Voit luonnollisesti itse tallentaa puhetta tai luettua esimerkiksi tietokoneella. Juttele mukavia tai pyydä joku muu puhumaan vaikka lomasuunnitelmista. Ääniviestit ovat oivia tulkattavia, eikä niiden tekeminen ole vaikeaa. Puhe saa olla hyvin luonnollista naurahduksineen ja miettimisäänineen. Se on juuri sitä, mitä sinä ammatissasi tulkkaat. Äänitteillä on se hyvä puoli, että niihin voi aina palata uudestaan ja uudestaan. Hyviä äänitteitä voi tulkata tai pikakirjoittaa useita kertoja. Niistä voi myös mitata kirjoitusnopeuden. Mikä onkaan mukavampaa kuin nähdä oman nopeutensa kasvaminen!

9. Radio

Ehtymätön lähde kirjoitusharjoituksille on radio ja sen lukuisat eri kanavat. Yle Puhe lähettää aina puhuttua ohjelmaa. Sen lisäksi voit harjoitella kirjoitusnopeuttasi ja tulkkaustaitoasikin käyttäen minkä tahansa kanavan ohjelmaa. Käytettävissäsi on myös monia muita kieliä kuin vain suomi. Kirjoitustulkki kirjoittaa lähtökohtaisesti aina sitä kieltä, mitä hän kuulee. Näin ollen asiakkailla on tarvetta myös niille tulkeille, jotka osaavat kirjoittaa muutakin kuin suomea.

10. Uutiset

Uutiset ovat erittäin nopeaa puhumista ja lukemista. Niiden tulkkaamiseen tarvitaan todellakin yleissivistystä, tulkkaustaitoa ja tiivistämistä. Mikäli koet tarvitsevasi haastetta, avaa itsellesi Yle Areenan uutiset ja heittäydy haasteisiin.

11. Dialogi

Kun kaksi tai useampi henkilö on puhumassa, on kirjoitustulkin osoitettava, kuka kulloinkin on äänessä. Se tapahtuu yksinkertaisesti niin, että rivin alkuun kirjoitetaan puhujan nimi (etu- tai sukunimi tai molemmat tai vain nimikirjaimet – tai nimen ensimmäinen kirjain). Näin tulkkausta seuraava henkilö tietää, kuka mitäkin sanoo. Nopeaa dialogia voi kirjoittaa tulkkaamalla uutisia, rauhallisempaa dialogia löytää esimerkiksi kuunnelmista. Myös teatteriesityksen tulkkaaminen on mainiota eri ihmisten välisen puheen näkyväksi tuomista. Teatteria on myös radiossa kuunnelmina.

12. Kokoukset

Kokoukset ovat mitä parhainta henkilöltä toiselle vaihtuvan puheen tulkkausmateriaalia. Suomessa on kymmeniä tuhansia yhdistyksiä. Jokainen niistä järjestää oman alansa kokouksia. Ehkä sinäkin kuulut johonkin yhdistykseen. Voit varmasti mennä johonkin kokoukseen ei niinkään jäsenenä, vaan harjoittelemaan kirjoitusnopeutesi kehittämistä. Tai voisitko mennä ystäväsi yhdistyksen kokoukseen? Muistathan kuitenkin, että sihteerin ja kirjoitustulkin työ ja tehtävät ovat erilaiset. Et voi toimia molemmissa tehtävissä samaan aikaan.

13. Murre ja puhekieli

Uutisissa ja kirjoissa oleva kieli on suurimmaksi osaksi yleiskieltä tai kirja-kieltä. Puheet ja puhe-esitykset sen sijaan ovat elävämpää puhuntaa tai murretta. Kirjoitustulkin ammattitaitoa on välittää asiakkaalle tieto ja kokemus siitä, millaista kieltä, sanastoa ja tyyliä puhuja käyttää. Murteen lukeminen on usein raskasta, hidasta ja vaikeaa, joten tulkin on ammattitaidollaan nostettava näkyväksi sopivasti ja sopivassa kohdin murteellisia sanoja, sanontatapoja ja muita ilmaisuja. Murteen käyttäminen on harkittu teko puhujalta, niinpä on syytä tehdä se myös tulkkauksen seuraajalle näkyväksi. Koska murteen kirjoittaminen ei varsinkaan sitä osaamattomalle ole helppoa, sitä kannattaa harjoitella. Internetissä on Kotimaisten kielten keskuksen verkkosivuilla erilaisia murrenäytteitä. Osoite on: http://www.kotus.fi/aineistot/puhutun_kielen_aineistot/murreaanitteita/suomen_murrekirjan_aanitteet.

14. Suomea ennen, nyt ja huomenna

Joskus tuntuu, että omaan kuuloon ei voi luottaa. Tulkki kuulee puhujan ilmaisun, mutta ei ymmärrä sitä tai ei voi uskoa korviaan. Kieli muuttuu, ja murteiden lisäksi aivan tavallinen suomi on nykyisin erilaista kuin se oli muutama kymmenen vuotta sitten. Uudissanoja ja sanontatapoja syntyy jatkuvasti lisää. Kannattaa istua ja kirjoittaa aktiivisesti kuunnellen eri-ikäisten puhetta, sekä myös eri ammattiryhmien edustajien puhetta. Netistä löytyy esimerkiksi Urbaani sanakirja, jonka sivuilta voi löytää määritelmiä monille nuorten käyttämille ilmaisuille. Osoite on: <http://urbanisanakirja.com/>.

15. Numeronäppäimet

Hankalia, vaan ei mahdottomia, ja joka tapauksessa niin äärettömän tärkeitä, ovat näppäimistön ylimmällä rivillä olevat numeronäppäimet. Vaikka kirjoitustulkin on hyvä pystyä kirjoittamaan katsomatta ruutuun tai edes sormiin, on osoitteiden ja päivämäärien kohdalla lähes välttämätöntä tarkistaa, että kirjoituksessa ei ole virheitä.

Hyvää harjoitusmateriaalia ovat erilaiset kokkiohjelmat ja ruokareseptit. Niissä yhdistyvät niin numerot kuin erilaiset tilavuusmitatkin.

Vaikka kirjoitustulkki yleensä kirjoittaa tietokoneellaan koko rivin täyteen rivi kerrallaan, voi tällaisissa kohdin kokeilla myös erilaisia asetteluja, reseptien tapaan. Joka tapauksessa oma tietokone ja kirjoitustulkkauksessa

käytettävät laitteet ja ohjelmat on tunnettava kuin omat taskunsa. Erilaisia kirjoittamista helpottavia ja nopeuttavia mahdollisuuksia kannattaa käyttää hyväksi.

16. Aikataulut

Numeroiden hallintaa on hyvä harjoitella myös erilaisten aikataulujen avulla. Linja-autojen tai junien reitit ovat pysäkkikohtaisesti ja minuutilleen kirjattuna verkkoon. Tiedostoista voi tehdä itse tai jonkun ystävän kanssa yksinkertaisia äänitiedostoja harjoitusmateriaaleiksi.

Linja-auto lähtee Helsingistä kello 13.28 Turkuun Kampista laiturilta 25. Bussiyhtiö on nimeltään J. Vainion liikenne Oy. Kyseessä on Express-vuoro. Bussi saapuu Turun linja-autoasemalle kello 15.45 ajettuaan 167 kilometriä.

17. Ergonomia

Jotta kirjoitustulkkina jaksaa pitkään, kannattaa omasta henkisestä ja fyysisestä hyvinvoinnista pitää huolta. Hyvään ergonomiaan kuuluu sormien ja käsien lämmittely ennen työn aloittamista. Hartiat tulee pitää rentoina alhaalla. Näppäimistö voi olla pöydällä tai omien reisien päällä liukumattomalla alustalla. Kyynärvarsien tulee olla noin 90-asteen kulmassa, samoin lonkat ja polvet.

Huolehdi paitsi asennostasi, myös mahdollisimman hyvistä laitteista, etenkin näppäimistöstä. Sen tulisi olla kosketukseltaan keveä ja hiljainen. Tuolia tai pöytää ei aina voi valita, mutta jos suinkin mahdollista, valitse tarjolla olevista paras.

18. Vierasperäiset sanat

Silloin tällöin yhä enenevässä määrin suomenkieliseen puheeseen tulee mukaan niin kutsuttuja vierasperäisiä sanoja, nimiä tai ilmaisuja. Kirjoitustulkkin on hyödyllistä osata perussanastoa ja sanojen kirjoittamista. Kirjoitustulkki ei käänne suomeksi kuulemaansa, vaan kirjoittaa sillä kielellä, jota hän kuulee. Periaatteena on kirjoittaa kuten kuuleekin, mutta osoittaa luonnollisesti yleissivistystä, jos tulkki osaa kirjoittaa perussanat niin kuin ne oikein kirjoitetaan. Virheitä ei pidä pelätä, ja tarpeen mukaan voi sanan perään liittää lyhenneluettelossa olevan merkin (?), joka tarkoittaa, ettei tulkki ole varma

sanan kirjoitusasusta tai siitä, mitä hän kuuli. Luonnollisesti tulkki on tilausta vastaanottaessaan tietoinen siitä, mitä kieltä tulkkauksilanteessa käytetään.

19. Isot kirjaimet ja välimerkit

Periaatteessa kirjoitustulkki kirjoittaa hyvää kieltä kieliopillisesti oikein tuoden tulkkaukseen mukaan puhekielisyyspiirteitä ja esittäjän persoonaa. Jos kuitenkin sattuu niin, että tulkki ei ehdi kirjoittaa kaikkea sitä, mitä tulkatessa pitäisi, on jostain tingittävä. Tulkki voi pyytää puhujaa hidastamaan puhevauhtiaan tai pyytää puhujia puhumaan vuorotellen. Joskus tällainen ammatillinen puheenvuoro auttaa ja tilanne etenee onnistuneesti loppuun asti. Joskus taas tulkin on nopeutettava tekniikkaansa. Silloin esimerkiksi isojen kirjaimien ja välimerkkien pois jättäminen voi auttaa. Tilanteessa voi tehdä monia sitä helpottavia ratkaisuja.

20. Kirjoitusnopeuden mittaaminen

Kirjoitusnopeuden kehittymistä on mukava seurata. Muistathan, että se ei ole tasaista. Jos aloitat nollassa, nopeus kehittyy suurin harppauksin. Sitten eteneminen hidastuu, ja välillä voi tulla jopa takapakkia. Asioimistulkkauksessa, kun tilanteessa on läsnä kuuleva ja kuuroutunut, pärjää, jos lyöntinopeus on vähintään 9000 lyöntiä puolessa tunnissa. Hyvä tulkki kirjoittaa jopa 15 000 lyöntiä puolessa tunnissa. Mutta hänkään ei siis kirjoita kaikkea, vaan todellakin tulkkaa ja tiivistää puhujan sanomaa.

Jotta harjoittelu olisi tavoitteellista ja voit nähdä tuloksesi, sinun kannattaa tehdä erilaisia testejä. TypingMaster-ohjelmassa voit seurata edistymistäsi kirjoittaessasi luettua tekstiä. Kirjoitustulkille on kuitenkin tärkeämpää kirjoittaa kuullun perusteella. Sitä varten tarvitsit tekstin ja mielellään tekstille lukijan. Lue tekstiä kymmenen minuutin pätkä ja tallenna luettu. Lue kirjoitettu hyvin tasaisella nopeudella niin, että saat saman merkkimäärän jokaiselle minuutille. Kirjoita puhuttu mahdollisimman tarkasti. Laske sitten, montako merkkiä ehdit kirjoittaa. Virheet kannattaa poistaa, pyrihän realistiseen tulokseen. Kerro lopulta tulos kolmella, jotta saat tietää, montako merkkiä ehdit puolessa tunnissa kirjoittaa. Laita tulos muistiin ja uusi testi sopivin väliajoin. Esimerkiksi Excel-ohjelmalla voi piirtää itsellesi kuvion, josta näet kehittymisesi.

Kirjoitusnopeutta ja kirjoitustulkausta voi siis harjoitella monilla tavoilla. Aloita hitaasti ja jatka tavoitteellisesti pyrkien pitkäjänteisesti aina nopeampaan suoritukseen. Hyvänkin tulkin kannattaa harjoitella pitääkseen taitoaan yllä.

Helmi Koukka

Seistä vai tönöttää, istua vai röhnöttää – huomioita tulkin työergonomiasta

Tulkin fyysisen työergonomian peruspilari on tulkki itse - oma keho, sen asento tulkkauksen aikana, lihaskunto ja liikunnan määrä. Usein tulkit tyytyvät istumaan mitä merkillisimmillä tuoleilla ja jakkaroilla, tekevät työtä niska korkkiruuvien lailla kohti tulkkiparia tai takana olevaa valkokangasta kiertyneenä, istuvat avoimen ikkunan ääressä vedossa ja ajavat pitkiä matkoja ilman taukoja. Tulkin työssä on paljon itsestä riippumattomia tekijöitä, kuten puhujan vauhti, mutta pienilläkin keinoilla voi vaikuttaa omaan työergonomiaan.

Istuminen on myrkyä

Sanotaan, että istuminen ei ole ihmiselle hyväksi, mutta tulkki joutuu tekemään työtä istuen tai seisten aina tilanteen mukaan. Hyvä tuoli on tulkille yhtä tärkeä kuin toimistotyötä tekeväälle. Ihannetilanteessa tulkilla on säädettävä työtuoli, josta voi säätää oikean istumakorkeuden ja tarvittavan tuen alaselälle.

Usein sopivan tuolin järjestäminen ei tunnu helpolta, koska opiskelutulkauksessa opetustilat vaihtuvat ja asioimistulkki käy eri paikoissa tulkkaamassa. Varsinkin ennen pidempää tulkkausta tulkin kannattaa kuitenkin käyttää hiukan aikaa sopivan tuolin valintaan ja hankintaan. Etukäteisvierailu, soitto tilaisuuden järjestäjälle tai saapuminen riittävän aikaisin tulkkauspaikalle kannattaa. Käsinojaton toimistotuoli tai sellainen, jonka käsinojien korkeutta voi laskea, järjestyy usein hyvin helposti.

Tuolin korkeuden säätömahdollisuus on tärkeä, koska tulkkejakin on pitkiä ja pätkiä. Hyvä tuki vartalolle ja sitä kautta käsien työlle saadaan, kun pidetään molemmat jalat tukevasti lattiassa. Tuolin pitää siis olla sopivan korkuinen. Ja todellakin – molemmat jalat lattiassa. Jalat ristissä istuminen on myrkyä koko selälle, siitä johtuvat monet päänsäryt ja niska-hartiavaivat. Selkä on kuin vetoketju, jumi yhdessä kohdassa siirtyy nopeasti koko rakenteeseen.

Kääntyvä työtuoli on tärkeä myös paritulkauksessa, jolloin voi kääntyä tuolin avulla katsomaan paria eikä tarvitse vääntää niskaa. Samoin silloin, kun

on välttämätöntä katsoa selän takana olevaa valkokangasta tai taulua, liikkeen voi tehdä mieluummin tuolilla niska rentona.

Vatsa sisään ja rinta ulos?

Hyvä ryhti lähtee keskivartalon hallitusta asennosta, se ei synny vetämällä lapaluita taakse ja työntämällä rintaa eteen ja leukaa ylös, kuten vanhoissa kotimaisissa armeijakomedioissa. Niska pitkänä, keskivartalo napakkana ja hartiat rentoina jaksaa tulkata pidempään. Hyvää ryhtiä kannattaa ylläpitää myös istuessa. Pää painaa useita kiloja. Roikkuessaan vartalon keskilinjan etupuolella se rasittaa paljon niskan lihaksia ja aiheuttaa nopeasti vaivoja. Näin käy helposti etenkin istuessa - viittoessa, autolla ajaessa tai tietokoneen ääressä.

Välillä on hyvä pyöristää selkä ja kohentaa sitten taas ryhtiä. Tiivistä vatsa napakaksi, kuvittele lanka pääläelle kohottamaan päälakea ja takaraivoa kohti kattoa, vedä leukaa sisään (kaksarille, sanoisi teini) ja rentouta hartiat. Kuormitus yläniskaan vähenee ja niska kiittää.

Hartiat ja kädet rentoina

Tulkatessa on tärkeää viittoa selkeästi, napakoilla ja täsmällisillä käsimuodoilla. Tulkin kannattaa kuitenkin kiinnittää huomiota, ettei purista tai jännitä käsiään turhaan. Viittomat voivat olla selkeitä olematta ”yliartikuloituja”. Jos tulkkaustilanne sisältää jatkuvasti paljon sormituksia, on tärkeä kiinnittää huomiota siihen, jännittykö koko käsivarsi vai onnistuisiko sormitus rennommin, selkeyden kuitenkaan kärsimättä. Pikkutaukojen aikana kättä voi pikaisesta rentouttaa: ravistella, pyöritellä ranteita molempiin suuntiin, venytellä käsivarren lihaksia. Jos selän takana olevasta ikkunasta vetää, kannattaa pyytää ikkunan sulkemista, koska veto tekee hallaa. Tulkilla on oikeus kunnollisiin työolosuhteisiin. Niiden turvaamisessa voi itse olla aktiivinen.

On hyvä opetella havainnoimaan itseään ja erottamaan jännittyneen ja rennon lihaksen ero. Näin voi myös tulkkauksen aikana tietoisesti yrittää välillä rentouttaa itseään. Hartiat rennoksi, molemmat jalat lattiaan, älä purista, älä jännitä, leuka rennoksi, niska pitkäksi... Kun oppii havainnoimaan omaa olemistaan, voi alkaa myös ohjata itseään. Tulkki Tomeralla on tapana vaikeassa tai jännittävässä tulkkaustilanteessa puristaa leuka tiukaksi. Huulio kärsii ja päänsärky jyskyttää työpäivän jälkeen. ”Niska pitkäksi, leuka rennoksi”, hän hokee itselleen. ”Pää on selkärangan jatke, eikä edessä roikkuva möykky”, muistuttaa tulkki Taitava itseään, ja ryhti kohenee heti.

Vapaa-ajalla voi myös olla tekijöitä, jotka kuormittavat lihaksistoa. Kyse on usein vain ilmiön huomaamisesta, jotta voi tehdä pienen mutta tärkeän muutoksen: haravoidessa voi kokeilla haravaa välillä toisin päin käteen, neuoessa pudottaa hartioita alas ja tarkistaa istuma-asento, autoilla ehkä lisätä tyyny ristiselän taakse. Ja vuoteeseen vaihdetaan totta kai hyvä tyyny.

Taukoja tarvitaan

Tulkkaus on kuin liukuhihnatyötä, eikä hinnan etenemisvauhtiin usein voi itse vaikuttaa. Kun joku puhuu, tulkin kädet käyvät, kun joku puhuu nopeasti, tulkin kädet käyvät samaan tahtiin. Kunnan taukoja ei voi pitää oman tuntemuksensa mukaan. Kun tauon hetki koittaa, kannattaa tehdä pientä taukojumppaa, venytellä ja pyöritellä käsiä ja hartioita vaikka vessareissulla. Omatoiminen työvälineiden huolto on erittäin tärkeää, eikä kannata odottaa koko pitkää työpäivää, että pääsisi illalla liikkumaan.

Liikunnasta lisää voimia

Viittominen tapahtuu käsillä, mutta tuki käsien liikkeelle lähtee vartalosta. On tärkeää pitää keskivartalon tukilihakset kunnossa ja työskennellä hyvässä seisoma- tai istuma-asennossa. Lihasjännitykset laukeavat palauttavalla liikunnalla ja venyttelyllä. Ihmisestä riippuen laji voisi olla vaikkapa lenkkeily, uinti, vesijuoksu tai hiihto. On tärkeä kiinnittää huomiota myös tukilihasten (syvät selkä- ja vatsalihakset) voiman lisäämiseen esimerkiksi jumpalla tai kuntosaliharjoittelulla. Jos työpäivän jälkeen ei jaksa enää liikkua, voi se olla merkki huonosta kunnosta. Liikuntaa lisäämällä voimat ja jaksaminen kasvavat. Tulkin tärkeimpiä työvälineitä – omaa kieli- ja tulkkaustaitoa sekä käsiä – ei voi vaihtaa, joten niiden säännöllinen huolto ja ylläpito kannattaa. Tulkille sopivia liikuntalajeja etsiessäni sain fysioterapeutilta hyvän neuvon: ”Than mikä laji vain käy, kunhan pidät siitä niin paljon, että liikunta tuottaa iloa ja sinun tulee lähdettyä liikkeelle.” Ei kannata kuitenkaan keskittyä pelkästään hartioiden jumppaamiseen, vaan pistää koko tulkki liikkeelle.

Työterveyslaitoksen sivuilla on oivallisia pieniä taukojumppa- ja venyttelyohjeita. http://www.ttl.fi/fi/ergonomia/tyon_fyysisia_kuormitustekijoi-ta/tauta_tyotasi/sivut/default.aspx

Riina Pirskanen

Tukea työvälinoelle – tulkin päivä äänenuollon näkökulmasta

Aamusta päivä alkaa

Kun aamuauriongon ensisäteet kurkistelevat vasta vaivoin verhojen raosta, herää viittomakielen tulkki hyvin levänneenä mukavasta vuoteestaan. Hän sujauttaa jalkaansa pehmeät aamutossut, venyttelee ja avaa verhot uudelle aamulle. Tervetuloa haastava, kiinnostava ja innostava työpäivä, tuo aina niin pirteä ja optimistinen työmyyrä toivottaa. Tänä mahdollisuuksien päivänä ystävämme tulkki aikoo keskittyä huolehtimaan arvokkaasta työinstrumentista – äänestään. Mutta miten? Tervetuloa mukaan tulkin päivään.

Aamutossuinen tulkki arvostaa lempeää herätystä. Venytysliikkeiden jälkeen hän haukottelee hartaasti rentouttaen samalla kurkunpäättään. Keittiössä hän kaataa itselleen ensimmäisenä lasin vettä. Äänihuulien limakalvojen kuivuminen rasittaa ääntä, joten niitä on muistettava voidella. Aamusta asti tulkki siis huolehtii nesteytyksestään. Kahvi ja muut kofeiinipitoiset juomat ovat diureetteja, jotka poistavat nestettä kudoksista, joista myös äänihuulet koostuvat. Näitä juomia siis nautitaan maltilla pitäen aina mielessä perussääntö: yhtä kahvi- tai teekupillista kohden on nautittava yksi lasi vettä. Aamupalalla tulkki syö terveellisesti, mutta välttää maitoa ja banaania, sillä ne lisäävät limaisuutta kurkussa. Myös kodin ilmankosteudesta äänityöläinen muistaa huolehtia, ja aamupalan yhteydessä tulkkimme huiskii keittiön tasot mikrokuutioliinalla. Pölyinen ja kuiva ilma on myrkkä äänihuulille.

Mikäli olo on aamulla flunssainen, kannattaa äänityöläisen luoda silmäys kalenteriin. Jos päiväohjelma sisältää paljon puhumista etenkin isoissa tiloissa, on syytä harkita tarkkaan, voiko töihin mennä. Flunssassa on järkevää välttää puhumista, ja jos ääni on mennyt, kuiskaaminen on ehdottomasti kiellettyä. Se rasittaa ääntä enemmän kuin huutaminen. Myös rykimisen tulkki jättää tekemättä, kaikenlainen kakominen on kuin pyörremyrsky äänihuulissa ja jättää jälkeensä tuhoja. Muusikoiden kikka karheaan kurkkuun on nauttia kupillinen sitruunamehulla ja hunajalla terästettyä kuumaa vettä. Myös aptekin carmolis-pastilleilla on kannattajansa äänityöläisten parissa. Niistä on saatavilla myös tuju, nestemäinen versio, jota voi käyttää höyryhengitykseen tai tiputella kuumaan juomaan. Paras keino hoitaa ärhäkkää flunssaa on tietenkin palata vuoteeseen ja levätä.

Työmatkan tehokäyttöä

Mutta tänä aamuna tulkkimme on elämänsä kunnossa ja lähtee työhön iloisin mielin. Äänen tuottaminen on lihastyötä, joten työmatka on oiva tilaisuus lämmitellä lihaksia. Eli ei muuta kuin tossua toisen eteen! Mikäli tulkin on matkan aikana pompattava bussin kyytiin, voi siellä tehdä vartalonkiertoja ja vuorohiihtoliikettä. Ne rentouttavat kurkunpäättä ja parentalihaksia. Kaikki mukaan, kehottaa tulkki kanssamatkustajiaan.

Jos ulkona sattuu olemaan pakkasta, tulkki muistaa olla hiljaa – pakkasella puhuminen rasittaa ääntä. Mutta bussimatalla hoituu myös äänen lempeä herättely: hyräilyllä ja pehmeällä hmmm-äänellä on hyvä aloittaa. Siitä siirrytään rrrr-äänteeseen, jota voi kokeilla rullaillen eri korkeuksien välillä. Hyvä r-harjoitus on laittaa kädet niskan ja kaulan kohdalle ja sanoa rennosti hurr. Se auttaa aktivoimaan kehon omaa resonaatiota eli myötävärsähtelyä, joka vahvistaa puheääntä. Mam mem mim mom muu -rallatus saa seuraavaksi huulet resonoimaan. Kanssamatkustajille tulkki hymyilee leveästi.

Artikulaatiota napakoittaakseen tulkillä on mielessä hyvä kieliharjoitus: hampaiden pesu kielellä. Yhtä tarkasti kuin kotona harjallaan tulkki käy kielien kärjellä läpi kaikki hammaspinnat, kahteen otteeseen. ”Purho Pirhiäinen piriisi Purasen pirtissä”, tulkki testailee harjoituksen toimivuutta. Kylläpä onkin ketteräkielinen puhetyöläinen, mainiota! Suun ja äänihuulien kuivumista tulkki ehkäisee hörppäämällä vettä aina mukanaan kulkevasta vesipullosta. Kuivumiseen ja karheuden tunteeseen voivat auttaa myös kurkkupastillit, jotka usein lisäävät syljeneritystä. Turhaa yskimistä on vältettävä.

Erilaiset työolosuhteet

Viittomakielen tulkin päivään mahtuu monenlaisia työtehtäviä. Äänen tuottamisen kannalta haasteena voivat olla hankalat työasennot, kumartuminen, vartalon kierto, käsien kannattelu tai pään kallistelu esimerkiksi puhelimesa puhuttaessa. Tilanteiden asettamien puitteiden rajoissa tulkki huolehtii hyvästä ryhdistä: hartiat ovat rennot, selkä suorassa eikä leuka painu liian alas tai vastaavasti työnny eteenpäin, jolloin kurkunpään lihakset jännittyvät turhaan. Rintamasuunta on hyvä pyrkiä pitämään sinne, mihin puheensakin suuntaa, jotta kaula ja kurkunpää eivät taistuessaan vaikeuta äänen kulkua. Seistessä paino on hyvä pitää tasaisesti molemmilla jaloilla ja välttää turhaa puolelta toiselle heilumista. Tulkki on tukevasti kiinni alustassa.

Myös hengitystekniikka on puhetyöläisen ystävä. Jos hengittäessä hartiat kohoavat, on tekniikkaa syytä tarkistaa. Taloudellinen ja luonnollinen hengitystapa lähtee palleasta, sisäänhengityksessä rintakehä kohoaa ja vyötärö

laajenee kyljistä. Äänihuulia ei rasiteta turhaan prässäämällä niitä liialla ilmalla, eli keuhkoja ei puhuessa puristeta kovalla paineella tyhjiksi asti. Hengityslihasten toimintaa voi testata syvähengitysharjoituksella tuottamalla napakkaa sssssss-ääntä uloshengityksellä noin viiden sekunnin ajan. Ilma virtaa ulos ja vajuminen tuntuu vyötärön seudulla. Kun lihasten sitten antaa rentoutua, ilma virtaa itsestään sisään. Hengityslihakset paikannettu!

Tulkin työpäivä on usein liikkumista paikasta ja tilasta toiseen. Suurissa tiloissa ongelmana on etäisyys puhujan ja kuulijan välillä. Ääntä ei ole syytä ylikäyttää, ja puhetyöläisille suositellaan äänentoistoon turvautumista aina, mikäli se on mahdollista ja tarpeen. Myös taustamelu tai ulkona puhuminen ovat haasteita äänenkäytölle. Tulkin on syytä kuunnella ja säästää omaa ääntään ja optimoida niin äänen voimakkuus kuin korkeuskin tilanteen mukaan. Niin ja ei kuiskailla!

Tauko on tarpeen

Työtehtävien väliin jää taukoja, jolloin tulkki lepuuttaa ääntään. Jos päivä on muuten täynnä puhumista, tauolla kannattaa olla kuuntelijan roolissa. Jos kahvihammasta kolottaa, on syytä muistaa jälleen nauttia riittävästi vettä. Päivän aikana puhetyötä tekevän olisi joka tapauksessa juotava 1,5 – 2 litraa vettä. Vaikka kylmä vesi virkistää ja maistuu hyvältä, äänihuulten voiteluun sopii parhaiten huoneenlämpöinen, puhdas vesi.

Ruokaillessa on syytä välttää voimakkaasti maustettuja ja hyvin rasvaisia ruokia, jottei alkaisi närästää. Närästyksessä voimakkaat mahahapot nousevat kurkkuun ja ärsyttävät äänihuulien limakalvoja rasittaen näin ääntä. Taukotupakoinnista tulkki on luopunut jo opiskelujensa alkuvaiheessa ja osaa välttää myös passiivisen tupakoinnin vaaroja. Taulla on hyvä myös liikkua mahdollisuuksien mukaan, vähintäänkin pyöritellään hartioita ja tehdään muutama vartalonkierto ja kylkivenytys. Notkea ääni notkeassa kehossa.

Työpäivän jälkeen tulkki suuntaa järkevästi valittujen harrastustensa pariin. Äänen tuotto tosiaan on lihastyötä, joten tulkin iltahjelmaan kuuluu mielekästä urheilua ja yleiskunnosta huolehtimista. Kuntoilu auttaa irrottautumaan työpäivän haasteista ja poistaa näin myös stressiä, joka omalta osaltaan rasittaa ääntä mittavasti. Moni puhetyöläinen on myös todennut kuorolaulun olevan loistavaa äänenhuoltoa ja vähentävän säännöllisesti harrastettuna äänen väsymistä. Laulunopettajilta saa mainioita vinkkejä esimerkiksi äänen avaamiseen ja hengitystekniikkaan. Jumpan kautta kuoroon siis, tuumii ponneva tulkkimme.

Vauhdikkaan päivän jälkeen mieli, keho ja ääni kaipaavat lepoa. Yömyssyä tulkin ei kannata järin usein kumota, sillä myös alkoholi on voimakas diureetti, joka aiheuttaa kudosten kuivumista, vaikeuttaa niiden aineenvaihduntaa ja ärsyttää lisäksi limakalvoja. Kevyt iltapala, muutama kiinnostava artikkeli Kielisillasta ja hyvää yötä! Päivä on paketoitu, ja ääni kiittää äänen huoltajaa.

Tulkin huoneentaulu:

1. Juo päivän mittaan riittävästi vettä ja vältä runsasta kofeiinipitoisten juomien nauttimista.
2. Lepuuta flunssaista ääntä ja pyri rykimään mahdollisimman vähän.
3. Äänen tuotto on lihastyötä: lämmittele siis äänen lisäksi myös kehosi.
4. Muista hyvä työasento, suora selkä ja rennot hartiat.
5. Harjoittele hengitystekniikka kuntoon, käytä pallea!
6. Hyödynnä äänentoistolaitteita, jos mahdollista.
7. Älä kuiskaile.
8. Pidä työpäivän aika taukoja ja huolehdi riittävästä yöunista.
9. Varo närästystä aiheuttavia ruokia.
10. Liity kuoroon!

LÄHTEET

Sihvo, Marketta 2007. Terve ääni. Äänen hoidon ABC. Helsinki: Kirjapaja OY.

Aalto, Anna -Liisa & Parviainen Kati 1998. Auta ääntäsi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Riina Pirskanen

Muistathan hengittää! Hengitys, ääni ja rentoutus puhetyössä

Miksi hengitän?

Yksinkertaisimmillaan hengitys on elintoiminto, joka varmistaa hapensaannin ja siten pitää meitä elossa. Hengitys on kuitenkin myös portti mielensäisiin kokemuksiin. Se paljastaa tunnetilamme ja vointimme: hermostuneen ihmisen hengitys on nopeaa, jännitys kiihdyttää hengityksen rytmiä ja tekee siitä pinnallista. Pinnallinen hengitys puolestaan kiihdyttää tunnetilaa entisestään, tekee olosta epämukavan ja vaikeuttaa puhumista. Rentoutuneen ja levollisen henkilön hengitysrytmi on tasainen, hapensaanti riittävä ja olo miellyttävä. Hengitys on siis osa toimintakykyä ja myös väline hyvinvoinnin kasvattamiseen.

Hengitykselle voi asettaa tavoitteita. Puhetyöläiselle olennaista on käyttää koko keuhkojen tilavuutta syvähengityksen avulla. Syvyyttä voi säädellä riippuen puhejakson pituudesta tai käytetyn äänen voimakkuudesta. On myös syytä pyrkiä luonnolliseen hengitykseen, jolloin kuulijoille ei tule mieleen hengitys tai sen puute, vaan hengitys tapahtuu kuulumattomasti ja automaattisesti. Lisäksi hengitystekniikan periaatteeksi tulisi ottaa tietynlainen taloudellisuus: kaikki ylimääräinen, tietoinen ponnistelu on karsittava hengitystapahtumasta. Uloshengityksen kestoa säätelee teksti - ei hapen vajuus - ja hengitys on annosteltava niin, ettei jäljellä olevaa ilmaa ammenneta tyhjiin.

Harjoituksia:

Olennaista on omaksua pallea- eli syvähengitystapa. Tällöin sisäänhengitys tapahtuu ns. alhaalta ylöspäin, eli ensimmäisenä pullistuu pallea, sitten täyttyvät keuhkojen alaosat ja vasta lopuksi yläosat. Työn tekevät siis pallean alueen syvät lihakset. Omaa hengitystekniikkaa voi tunnustella maakaamalla selällään lattialla toinen käsi vatsalla ja toinen rintalastalla. Vatsan tulisi palleahengityksessä liikkua ylös alas. Mikäli rintakehä liikkuu, voi kokeilla nostaa selinmakuulla ylävartalon ylös kyynärpäiden varaan, jolloin rintakehä ikään kuin lukittuu ja hengittäminen ohjautuu oikeaan paikkaan. Samoin voi kokeilla ns. isäntämiehen asentoa, jossa istutaan tuolin reunalla jalat harallaan lantion leveydellä, polvet 90 asteen kulmassa ja nojataan

kyynärpäillä polviin. Kädet voi ristiä. Siinä hengittelessä tuntee vatsan luonnostaan liikkuvan sisään ja ulos, ja pallea hoitaa hengitystyötä. Sisäänhengitystä voi paikantaa myös nuuhkimalla ilmaa, jolloin pallea laajentuu. Halveksuvaan sävyyn tehty hymähdys Hmm! taas supistaa nopeasti palleaa ja osoittaa, missä uloshengityksen aikana tulisi tapahtua liikettä.

Hengitysharjoituksissa käytetään usein apuna mielikuvia, kuten kynttilän puhaltamista. Voi myös kuvitella vatsansa sisään ilmapallon, johon ensin imetään ilmaa, jolloin ”pallo” pullistuu, ja josta sitten varovasti ja hitaasti päästetään ilma ulos, jolloin vatsa vuorostaan litistyy. Hengityksen paikalle voi myös kuvitella hissin, jonka pohjakerros sijaitsee häntäluun kohdalla. Hissin lähtiessä liikkeelle hengitetään ilmaa sisään häntäluun kautta, ja hissi nousee ylös läpi koko kehon kerrosten aina otsalohkoon asti. Plim! Matkustajat astuvat ulos, pidätä hengitystäsi vielä hetki kunnes uudet pääsevät kyytiin, ja sitten uloshengityksellä hissi matkaa otsalohkosta takaisin häntäluukerrokseen. Harjoitusta voi tehostaa lisäämällä sisäänhengitysmatkaan äänen hii ja uloshengityksen alastuloon äänen hoo.

Omaa ääntä etsimässä

Puhetyöläisten joukkoon mahtuu monenlaista äänenkäyttäjää: on kovaa ja hiljaista, herkkää ja väsynyttä, käheää ja kirkasta ääntä. Lähtökohtaeroista huolimatta jokaista ääntä voi treenata ja jokaisesta äänestä on pidettävä huolta. Viittomakielen tulkki on viestinnän välikappale, jonka työnteon edellytys on toimiva ääni. Toimivan äänenkäytön kriteerit puhujan kannalta täytyvät, kun ääni muodostuu vaivatta ja vastaa tilanteen tarpeita, ääni toimii jatkuvasti ja häiriöttömästi ja on vivahteikas sekä ilmaisuvoimainen. Kuuntelijalle olennaista on, että ääni kuuluu, ääntäminen on selvää, puhe sujuvaa ja äänenkäyttö tilanteeseen ja aiheeseen sopivaa. Viittomakielen tulkki tarvitsee myös tietoa yhteisöistä, muuttuvista konteksteista ja eri puhekuulttuureista. Liian poikkeava äänenkäyttö ja puhetapa voivat aiheuttaa kuulijoissa kielteisiä reaktioita ja jopa estää viestin perillemenon.

Harjoituksia:

Hyvä äänenkäyttö lähtee hyvästä asennosta. Työskentele mieluiten seisten tukevasti paino molemmilla jaloilla, vältä polvien lukitsemista. Anna käsien roikkua sivuilla rentona, hytkyttele vartaloasi ja tuota perusääntä. Tähän voi yhdistää hengitysharjoituksen hissin, eli kuvitella matalan äänen lähtevän liikkeelle häntäluusta ja nousevan otsaan asti siten, että samalla äänenkorkeus nousee. Jatka hytkyttelyä. Ja sitten takaisin pohjakerrokseen äänenkorkeuden liukuessa korkeasta matalaan.

Äänen resonointia voi kokeilla A-O-U-M-harjoituksella. Resonointipaikkaa voi tunnustella kädellä harjoitusta tehdessään. Aaaaa-ääntä tuottaessa resonointi tuntuu rintakehän yläosassa, Ooooo soi hieman ylempänä kurkussa, Uuuuuu poskissa ja nenäonteloissa ja Mmmmm päässä sekä huulis- sa. Alueet voi käydä läpi yhden hengityksen aikana, kokeilla ääniteitä useita kertoja ja vaihdella äänen korkeutta. Tärkeintä on tuottaa ääni mahdollisimman pakottomasti ja välillä voi pysähtyä hengittelemään.

Kokemusta rennosti tuotetusta, elastisesti tuetusta äänestä voi harjoittaa hymähdyksillä ja hyminäliu'uilla. Harjoitus rentouttaa kurkunpäättä, ja se sopii hyvin niin äänen avaamiseen kuin jäähdyttelyynkin. Kylkien annetaan avautua sisäänhengityksellä ja uloshengitys tuo pehmeästi ilmoille myöntelevän hymähdyksen hmm. Ääni on joustava ja pehmeä. Tässä voi kokeilla myös erilaisia sarjoja: hm – hmm, hm – hm – hmm. Seuraavaksi siirrytään pitkäkestoiseen hyminään, jota voi rullailla ylös alas pysytellen kuitenkin puheäänikorkeuksilla. Pohjalla säilytetään tasainen hengitys ja mahdollisimman rento kurkunpää. Tavoittele vaivattomuuden tunnetta. Lisää sitten hyminän perään jokin vokaali. Vokaali kajahtaa soinnikkaasti ja rennosti ensin lyhyenä, sitten pitkänä.

hmma hmmaa hmmmammaa
hmme hmme hmmmemeeee

Käy näin läpi kaikki vokaalit a, e, i, o, u, y, ä, ö.

Hymistelyä on hyvä jatkaa useampia minuutteja työpäivän aluksi ja työpäivän päätteeksi.

Kurkunpäällä on kolme perusasentoa: lepoasento, nielemisasento - jolloin kurkunpää on lepoasennon yläpuolella - ja haukottelu, jolloin kurkunpää laskee lepoasennon alapuolelle. Jos puhuessa tai puhumisen jälkeen tuntee kipua tai palan tunnetta kurkussa, on usein synnä liian kireä äänentuottotapa, jolloin kurkunpää on jäänyt liian korkeaan asentoon. Kurkunpään elastisuus ja liikkuvuus on olennainen osa rentoa ja vaivatonta äänenkäyttöä. Kurkunpäättä on syytä harjoittaa lihaksen tavoin!

Tee harjoitus peilin edessä ja tunnustele kädelläsi kurkunpäättä. Toista kah- teen kertaan:

bbaa – bbee – bbii – bboo – bbuu – bbyy – bbää – bböö

jabbaa – jebbee – jibbii – jobboo - jubbuu – jybyyy – jäbbää – jöbböö

Varo ettei b-äänne pääse luiskahtamaan m-äänteeksi, säilytä soinnillisuus. Kokeile venykö b! Jatka harjoitusta vielä:

jaddaa – jeddee – jiddii – joddoo – judduu – jyddy – jäddää – jöddöö
jaggaa – jeggee – jiggii – joggoo – jugguu – jyggyy – jäggää – jöggöö

Sarjat voi tehdä pari kertaa päivässä, mutta etenkin pitkinä työpäivinä kannattaa varoa, ettei kurkunpää väsy liikaa.

Artikulaatioharjoituksia:

Selkeä artikulaatio auttaa erityisesti akustiikaltaan haastavissa tiloissa tapahtuvaa työskentelyä. Artikulaation apuna käytetään kasvojen lihaksia ja kieltä, ja niitä on artikulaation yhteydessä myös harjoitettava. Suussaan voi jauhtaa kuvitteellista purkkaa. 80-luvun lapset muistavat jättimäiset Hubba-Bubba-mällit, joiden syönti totisesti sai leukaperät lämpenemään. Lisäksi voi hangata huuliaan ripeästi yhteen ikään kuin levittäisi huulirasvaa. Kasvolihaksia rentouttava ja voimistava harjoitus on myös hupaisan näköinen ”viinirypäle-rusina”. Siinä kasvot, suu ja silmät levitetään mahdollisimman soikeiksi ja sileiksi, kuten rypäle, ja sitten nopealla vaihdolla mahdollisimman rusinaksi: kurttuun suppuun ja ryttyyn. Tätä voi toistella useita kertoja ja tehdä erimittaisia jännityksiä ja nopeita vaihdoksia.

Artikulaation selkeyttä ja kirkkautta voi harjoittaa sanomalla vuorotellen B-G-D ja P-K-T. Yksinkertaisia äänneitä pyritään tuottamaan tarkasti ja vaivattomasti. B-G-D tapahtuu luonnollisesti suun takaosassa, kun taas P-K-T napuu kevyesti suun etuosassa. Yritä olla sanomatta äänneen mukana vokaalia, keskity vain äänneisiin. Kokeile vaihtaa järjestystä: Bgd, Gdb, Dbg ja Pkt, Ktp, Tpk. Harjoituksen edetessä voi yrittää kasvattaa nopeutta antamatta selkeyden kärsiä.

Huollettu ääni kestää satunnaista huutamista, ja myös huudoilla voi harjoittaa niin artikulaatiota kuin äänen voimakkuuden säätelyäkin. Yhdistä huutoihin mielikuvaharjoite. Huuda ensin viereiseen huoneeseen, sitten ikkunasta pihalle, pellon toiselle puolelle ja lopulta vastarannalle:

Hae kannu! Mene pois! Laiva hoi! Mä rakastan sua!

Eläydy tilanteeseen, älä pidättele, vaan anna raikaa ja nauti äänesi voimasta!

Rentouta rutiinilla

Kaikenlainen lihasjännitys niska- ja hartiaseudulla, kasvoissa ja purentalihaksissa vaikuttaa äänen muodostamiseen. Moni puhetyöläinen hoidattaa jumituksiaan hierojan käsittelyssä säännöllisesti, mikä onkin varsin suositeltavaa. Rento ääni rennossa ruumiissa! Rentoutusharjoitukset voi kuitenkin ottaa osaksi jokapäiväistä äänenhuoltorutiiniaan. Jo hyvin omaksuttu palleahengitystekniikka toimii sellaisenaan rentouden ylläpitäjänä. Stressin tai jännityksen kiristäessä kehoa ja mieltä voi ajatukset suunnata milloin vain hetkeksi omaan hengitystekniikkaan, keskittyä pallean käyttöön ja antaa mielen tyhjentyä mietteistä. Palleahengityksen tietoinen aktivoiminen ja hengitysrytmin syventäminen sekä samanaikainen rauhoittaminen lisäävät yleensä lähes välittömästi rauhallisuuden tunnetta.

Lihasten vuorottainen jännittäminen ja rentouttaminen on myös hyvä harjoitus. Voit toistaa hengitysharjoituksena tehdyn ilmapallon puhaltamisen myös siten, että puhallat kaiken ilman ulos ja pidätät hengitystäsi vatsalihakset jännittyneinä viisi sekuntia. Rentouta vatsalihakset vasta sisäänhengityksellä. Toista niin monta kertaa, että vatsalihakset rentoutuvat kunnolla ja keskity hengityksen sijaan nimenomaan jännityksen ja rentoutuksen vuorotteluun pallean seudulla. Samaan tapaan voit myös nostaa olkapäät ulohengityksellä korviin, jännittää lihaksia viisi sekuntia hengitystä pidättäen, ja sitten rentoutus sisäänhengityksellä.

Moni kärsii kasvolihasten jännityksestä ja erityisesti leukaperien jäykkyydestä. Aiemmin tehty viinirypäle - rusina -harjoitus aktivoi kasvolihaksia, ja sen tehtyään voi kevyesti sormenpäillä naputellen käydä läpi kasvojen alueen leuasta poskipäihin ja ohimojen kautta otsalle päätyen. Rentoutukseen voi pyrkiä sulkemalla silmänsä ja antamalla kasvojensa ikään kuin valua alaspäin kuin sulava vaha. Leuan rentoutusta voi harjoitella antamalla leuan pudota alas ja nostamalla sitä kädellä ylös niin että suu sulkeutuu. Kun leuan saa rennoksi, voi harjoitusta jatkaa liikuttamalla leukaa kädellä ylös alas niin, että hampaat napsuvat yhteen.

Tärkeiden lihasten liikkuvuus helpottaa työskentelyä ja edesauttaa rentoutusta. Muista siis venytellä ainakin niskaa, rintalihaksia ja kylkiä. Pään pudotus eteen ja sivuille eri kulmissa on monille tuttu niskavenytys. Siinä on kuitenkin hyvä muistaa, ettei anna pään retkahtaa liian rajusti, vaan voimistaa venytystä pikkuhiljaa. Kylkiä venyttäessäsi astu vasen jalka ristiin oikean taakse, nosta vasen käsi ylös ja taivuta oikealle. Anna katseesi painua lattiaan oikean olkapään yli. Ja sama toiseen suuntaan. Rintalihasta voi venyttää asettamalla kämmenen seinää vasten käsi yläviistoon suunnattuna ja kiertämällä vartaloa vastakkaiseen suuntaan. Tehoa venytykseen saa vaihtelemalla käden kulmausta ja syventämällä tai loiven-

tamalla kyynärpäähän koukistusta. Seinänpuoleinen jalka voi olla hieman edempänä ja keskivartalo pidetään tuettuna, ettei selkä pääse painumaan notkolle.

Helpotusta, ei kuormitusta

Äänenhuollosta ei ole syytä ottaa liikaa paineita, eikä harjoitusten tehtävänä ole kuormittaa puhetyöläistä jälleen uudella asialla, joka työpäivän aikana pitäisi saada tehtyä. Tosiasia kuitenkin on, että jossain vaiheessa työelämää hoitamaton ääni alkaa oireilla, ja silloin työnteko vaikeutuu ja hyvinvoinnin taso laskee. Helpot ja nopeat harjoitukset ennaltaehkäisevät ongelmien syntymistä, eikä niiden tekemiseen tarvita välttämättä kuin vartti aamusta, toinen illasta. Internetistä harjoituksia löytyy paljon, joten niitä voi helposti vaihdella omien tarpeiden ja mieltymysten mukaan.

LÄHTEET

Martin, Minna: Hengitysharjoituksia. Viitattu 12.11.2015.
<http://www.hengittavamieli.fi/tiedostot/Hengitysharjoitukset.pdf>

Apajalahti, Minna: Ääniharjoituksia. Viitattu 12.11.15.
ideaeverstas.wikispaces.com/file/view/koottu+äänimatsku.doc

Tulkin elämää – työtehoa ja tekemisen iloa -julkaisu sisältää 16 artikkelia, joissa kirjoitetaan tulkkausenttä puhuttavista aiheista käytännönläheisesti. Kirjoittajat esittelevät tapoja, joilla tukea tulkkausprosessia sekä tulkkinä toimimista. Artikkeleissa on mukana myös harjoituksia, joiden kautta voi kehittää tulketta ja pohtia ammatillista osaamistaan ja kehittymistavoitteita. Harjoitukset sopivat niin alan opiskelijoille kuin jo työtehtävissä toimiville.

Verkko ISBN: 978-952-456-227-0

Verkko ISSN: 2343-0672

Painettu ISSN: 3443-0664



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU