

## Paměťová cvičení pro tlumočníky

Následující cvičení jsou převzata z publikace *Paměťová a jazyková cvičení pro tlumočníky* (2008) od Nadi Dingové.

Nejprve se podíváme na jedno číselné cvičení a také na radu k jeho zvládnutí.

- „Pozorně si přečtete číselnou řadu a pokuste se si ji zapamatovat. Ulehčíte si to tím, že si celou řadu rozdělíte na jednotlivá dvojčíslí, trojčíslí nebo čtyřčíslí a pokusíte se k nim najít nějaký význam (např. datum, číslo domu, velikost košile, bot, číslo tramvaje, autobusu). Maximálně po pěti minutách pak číselnou řadu zakryjte a napište v původním pořadí co nejvíce čísel, která si pamatujete.

3 3 1 8 4 8 1 0 6 2 6 4 6 9 2 2 3 5“

(Dingová, 2008, s. 21)

Následující dvě cvičení kombinují slova spolu s čísly. Jedná se v prvním případě o seznam položek nákupu, v němž se vyskytují potraviny i jejich množství, které chceme nakoupit, a ve druhém případě o položky v diáři – povinnosti pro jeden konkrétní den.

- „Dvakrát po sobě si přečtete následující seznam položek nákupu, tj. množství a druh zboží, a snažte se si co nejvíce položek zapamatovat. Pak seznam zakryjte a napište co nejvíce jeho položek.

1 litr mléka	20 dkg šunky	6 vajec
¼ kg měkkého tvarohu	1 kg rajčat	3 bílé jogurty
4 piva	10 dkg eidamu	1 máslo
10 rohlíků	1 kg jablek	0, 7 litru červeného vína
1 balení arašídů	2 l pomerančového džusu	1 gulášová polévka v prášku“

(Dingová, 2008, s. 22)

Při provádění tohoto cvičení si můžeme pomoci například seskupením uvedených potravin a nápojů do několika celků obsahujících navzájem související položky (např. mléčné výrobky – mléko, tvaroh, eidam, bílé jogurty, máslo; dále nápoje – piva, pomerančový džus, červené víno, ovoce a zeleninu – 1 kg rajčat, 1 kg jablek atd.). Vhodné je také představit si rovnou uvedené množství, např. 1 láhev mléka, 1 běžné balení tvarohu, jedno balení vajec se 6 kusy, 2 láhve pomerančového džusu atd. Domnívám se, že pomoci může také zapamatování si celkového množství položek, které chceme nakoupit. Prospěšné může být také představit si náš oblíbený obchod s potravinami a rozmístěný uvedených položek v něm. Pomůcek pro zapamatování si daných dat může být mnoho, záleží pouze na nás, kterou si vybereme.

- „Během čtyř minut se pokuste zapamatovat si níže uvedené položky v diáři i s časy, ve kterých se mají uskutečnit. Pak je zakryjte, vzpomeňte si na co nejvíce položek i se správnými časy a запиšte je do volných řádků.

08:00 kadeřnice

10:30 vyzvednout auto v servisu

11:00 čistírna

12:00 oběd s Evou – U Bílého lva

14:30 zubař  
15:30 banka  
16:00 knihovna  
18:00 cvičení  
20:00 vyvenčit psa  
21:00 zavolat Jirkovi“

(Dingová, 2008, s. 26)

Jiným typem cvičení, jehož praktikování nám může pomoci později při tlumočení, je úkol zaměřený na zapamatování si dat narození a úmrtí některých známých osobností.

- „Během pěti minut se pokuste zapamatovat si data narození a úmrtí vybraných známých osobností. Pak je zakryjte a pokuste se ke jménům doplnit správná data.

Jan Hus	1371-1415
William Shakespeare	1564-1616
Jan Amos Komenský	1592-1670
Jan Neruda	1834-1891
Alexandr Sergejevič Puškin	1799-1837
František Hrubín	1910-1971

Jan Hus	.....
William Shakespeare	.....
Jan Amos Komenský	.....
Jan Neruda	.....
Alexandr Sergejevič Puškin	.....
František Hrubín	.....“

(Dingová, 2008, s. 28)

Tlumočení do znakového jazyka probíhá buď simultánně, nebo konsekutivně. Zvláště při tomto druhém typu tlumočení nám může pomoci následující cvičení.

- Úkolem je přečíst si uvedený krátký text, potom jej zakrýt a co nejpřesněji napsat jeho znění (srov. Dingová, 2008, s. 28).

*„Vysoké Tatry: Včera dva muži unikli zranění, když se pokusili se svým dvoumotorovým lehkým letadlem nouzově přistát na hladině plesa pět kilometrů od nejvyššího místa Tatranského národního parku. Přestože voda byla ledová, doplavalí oba piloti bezpečně ke břehu.“* (Dingová, 2008, s. 23).

Možností, jak trénovat svou paměť, je mnoho a některé z nich můžeme provádět i sami doma nebo třeba cestou do práce či při běžném každodenním nákupu (viz položky nákupu). Někdy může pomoci i používat méně často diář a více tak procvičovat vlastní paměť. Na jiná cvičení je důležitá spolupráce s někým dalším, například s kolegou tlumočnickem nebo s přáteli. Je možné vytvářet si po vzoru uvedených cvičení zadání mnoha dalších podobných úkolů, a tak si pravidelně paměť trénovat. Určitým tréninkem je již samo tlumočení do jiného jazyka, pravidelným procvičováním však můžeme svou paměť dále cíleně zlepšovat a tím si alespoň částečně ulehčit průběh našich tlumočení.

Převzato ze seminární práce *Tlumočení jako předpoklad k lepší paměti* (Čížková, Peltová, 2011, FF UK)