

Tartu Ülikool
Maailma keelte ja kultuuride instituut

Kati London
TOM VANDERBILTI RAAMATU „BEGINNERS. THE CURIOUS POWER OF
LIFELONG LEARNING“ VALITUD PEATÜKKIDE TÕLGE JA
TÕLKEANALÜÜS
Magistritöö

Juhendaja:
Kaja Kährik, MA
Kaasjuhendaja:
Sirje Kupp-Sazonov, PhD

Tartu
2025

SISUKORD

Sissejuhatus	3
1. Sihttekst	5
Teine peatükk. Õppimise õppimine.....	5
Kuuks peatükk. Kuidas me õpime uusi asju.....	17
2. Teoreetiline raamistik.....	35
2.1 <i>Skopos</i> -teooria ja eneseabiõpiku tõlke sihtgrupp ja eesmärk.....	35
2.2 Tekstitüpoloogia.....	37
2.3 Teksti funktsioonide mudelid.....	39
3. Tõlkeanalüüs.....	42
3.1. Mõõtühikute teisendamine ja arvude tõlkimine.....	42
3.2. Täpsustava lisandi kasutamine kultuurispetsiifiliste viidete puhul.....	45
3.3. Tehniliste ja erialaste terminite selgitused.....	47
3.4. Kujundlike väljendite asendused.....	49
3.5. Sihttekstist sõnade väljajätmine.....	53
3.6. Tõlkeanalüüsi järeldused.....	57
Kokkuvõte	59
Kasutatud kirjandus	61
Summary	64
Lisad	67
Lisa 1. Lõputöö autori kinnitus.....	67

SISSEJUHATUS

Magistritöö aluseks on Tom Vanderbilti eneseabiõpiku „Beginners“ kahe peatüki tõlge ja nende analüüs. Sõnaveebi järgi on *beginner* ehk algaja inimene, kes on mingis tegevuses vilumuseta või väheste kogemustega, mingil alal hiljaaegu tegutsema hakanu (Sõnaveeb 2025). Teose valisin isiklikust huvist ja see kõnetas mind, kuna ma ise olen samuti tihti algaja rollis olnud ja hea näide sellest, et kunagi pole liiga hilja selleks, et vahetada karjääri, kontoritöölt minna hoopis tööle loomade varjupaika, hakata ettevõtjaks, minna 37-aastasena uuesti ülikooli, õppida malet mängima või esimest korda elus kätte võtta kudumisvardad. Selles teoses väidetakse, et mis iganes vanuses uute asjade õppimine on arendav ja ajule kasulik.

Tom Vanderbilt kirjutab ise eelkõige disaini, tehnoloogia, teaduse ja kultuuri valdkonnaga seotud väljaannetele. Lugejad peavad tema teost „Beginners“ suurepäraseks, inspireerivaks, isegi elumuutvaks (Goodreads 2025). Oma raamatus asub ta leidma vastuseid küsimustele: Miks ainult lapsed peaksid kogema uute igapäevaste väljakutsetega silmitsi seismise lõbu? Kas meil oleks kasu uute oskuste omandamisest, isegi kui algselt tundub, et me oleme täiesti lootusetud? Mida õppimine teeb meie ajule? (Vanderbilt 2021: kaanetekst)

Oma teekonnal uute oskuste õppimisel jagab ta kogemusi selliste uute oskuste omandamisel nagu laulmine, žongleerimine, male, surfamine jt. Tema raamatut peetakse vaimukaks, intelligentseks, inspireerivaks ja üllatavalt sügavamõtteliseks. (Goodreads 2025).

Tõlkimise seisukohast on see teos huvitav, kuna selle valdkonna (isiklik areng, hariduslik psühholoogia) teoste tõlkeid eesti keelde ega selle nüansse ei ole kuigi palju uuritud. Nii palju kui ma ise olen sedalaadi eneseabiraamatuid lugenud, siis on lugedes mulle tihti silma jäänud laused või väljendid, mis ei kõla eesti keeles loomulikult.

Tõlkimiseks valisin Vanderbilti raamatu teise ja kuuenda peatüki. Teine peatükk annab väga hea ülevaate autori stiilist, keelekasutusest ja keskendub sellele, mis on

algajaks olemise raskused, võrreldes seda imikute kõndima õppimise protsessiga. Kuues peatükk on lõbus ja hariv sissevaade žongleerimisega alustamisse.

Magistritöö praktilise osa eesmärgiks on saavutada selline tõlge, mis tunduks sihtkeele lugejale loomulik, aga samas säilitaks lähteteksti mõtte. Eneseabiõpikute tõlked on väärt uurimist, kuna need moodustavad märkimisväärse osa eneseabi valdkonna raamatuturust (Yılmaz Gümüş 2012: 119).

Magistritöö teoreetilises osas on püstitatud järgmised uurimisküsimused:

- Kuidas rakendada *skopos*-teooriat ja tekstitüpoloogia põhimõtteid eneseabiõpiku tõlkes, et saavutada sihtteksti loomulikkus ja eesmärgipärasus eesti keeles?
- Millised on peamised raskused/probleemid, mis tõlkimisel ette tulevad?
- Milliseid strateegiaid on tõlkeprobleemide lahendamiseks võimalik rakendada?

Magistritöös tuginen suuresti *skopos*-teooriale. Skopos rõhutab tõlke eesmärgi ja sihtrühma vajadusi. See aitab mõista, kuidas tõlkida isikliku arengu/hariduspsühholoogia raamatut nii, et see oleks lugejale loogiline ja motiveeriv.

Töö on jaotatud kolmeks osaks: sihttekst, teoreetiline raamistik ja tõlkeanalüüs. Esimeses osas on sihttekst ehk magistritöö raames tõlgitud peatükid. Teises osas annan ülevaate teoreetilisest raamistikust, kus tutvustan kasutatavat tõlketooriat, eneseabiõpiku sihtgruppi ja eesmärgi, tekstitüpoloogiat ja teksti funktsioonide mudeleid. Kolmandas osas analüüsin peamisi tõlkeprobleeme, mis tõlkimisel ette tulid, kirjeldan strateegiaid, mida nende lahendamiseks kasutasin, ja püüan leida vastused esitatud uurimisküsimustele.

1. SIHTTEKST

TEINE PEATÜKK

ÕPPIMISE ÕPPIMINE

Mida saavad imikud meile heaks algajaks olemise kohta õpetada

SÜNDINUD MAHA KUKKUMA IMIKUD KUI ÕPPIMISMASINAD

Kui ma valmistusin sukelduma algajaks olemise maailma, siis tundus mõistlik alustada kõige algajamatest algajatest üldse: imikutest.

Nad saavad maailma, mis on täis eredat valgust, helide ja lõhnade tulva, äkilise ehmatava gravitatsiooni mõjusse. Neil on mis iganes tegevuse jaoks kõige piiratumad võimalused. Kui nemad saavad algajaks olemisega hakkama, siis saan ka mina. Ühel kevadhommikul suundusin ühte riigi parimasse paika, kus uurida imikute käitumist, õnneks oli see ainult metroosõidu kaugusel: imikute tegevuslabor, New Yorgi Ülikooli neuroteaduskeskuse neljandal korrusel.

Seal nägin seltskondlikku aasta ja kolme kuu vanust Lilyt, kes vapralt kohanes teadmise, et tema kehakaal oli just tõusnud 15 protsenti. Tema tilluke ingellik nägu oli täis segadust, kui ta kulges seadmetega varustatud survetundlikul matil kindlameelselt edasi oma naeratava ja meelitava ema poole, kes pakkus talle peotäie Cheeriose krõbinaid. Nimetagem seda väikeseks sammuks teaduse jaoks, aga suureks hüppeks näljase beebi jaoks.

Lilyl oli seljas talvekombe, millel oli enamus voodrist välja rebitud ja asendatud raskustega. Kuigi see võis nii välja paista, siis ei, ta ei osalenud mingis beebide treeninglaagris. Selle eesmärk, nii nagu Jennifer Rachwani, üks teadlastest laboris,

mulle selgitas, oli mõista, kuidas imikud reageerivad, kui kõndimine nende jaoks raskemaks teha. Kuidas lisaraskused mõjutavad imikute kõndimist? Kas see muudab nende valmisolekut kõndida mänguasja või oma ema suunas?

Kombe oli viimistletud täiusliku tasakaalu saavutamiseks: seda oli vaja muuta just täpselt õigel viisil, et see mõjutaks beebide käitumist. Näiteks kui raskused paigutati ainult pahkludele ja mitte võrdselt terve kombe ulatuses, siis beebid lihtsalt istusid maha.

Tabavalt nimetatud tegevuslaboris, mis näeb välja nagu akadeemilise maailma varjulises nurgakeses asuv lastehoiukeskus – polsterdatud seinad, plekikindlad vaibad, hunnik mänguasju – imikud ronivad alla järskudest kaldteedest, paterdavad järskude kallakute suunas, tõttavad üle kuristike reguleeritavatel kõndimisradadel, ja mürgeldavad lõputult. Nad teevad seda teadlaste valvsa pilgu all, kes istuvad teises ruumis, märkmikud ja salatikaunid nina ees, hoolikalt videoekraane jälgides.

Kogu selle imikuparkuuri mõte – ärge muretsege, keegi ei saa haiget – on mõista, kuidas imikud omandavad ühte elu suurimat oskust: liikumist. Millal nad õpivad roomama või kõndima? Kuidas nad seda teevad, ja mida nad otsustavad oma uudset õpitud oskustega teha?

Laborijuht Karen Adolph, kelle rahustava hääle taga kõlab terav huumorimeel, on pärast mitmeid aastaid vaatlemist õppinud palju selle kohta, kuidas imikud ringi liiguvad. Igas tunnis läbib keskmine väikelaps (aasta kuni pooleteise vanuses) umbes kaheksa jalgpalliväljaku pikkuse tee, tehes umbes 2400 sammu. Seda on rohkem kui keskmisel *täiskasvanul* Ameerikas. Ligi 30 protsenti igast tunnist on pühendatud liikumisele. Imikute kõndimine jaguneb umbes 160ks eraldi etapikeseks, millest mõni vaid sammu või kahe pikkune. Nad siksakitavad, nad pöörduvad oma sammudes tagasi, ja nagu Adolph märkis, siis mõnikord nad „teevad mitmeid samme sama jalaga.“ Kuigi see teeb kõndimise keerulisemaks, hoiavad äsja kõndima õppinud imikud tihtipeale käes esemeid – koguni kuni 38 korral tunnis.

Enne kõndima õppimist on nad vaevu paigal. Nad „lohistavad, tõmbavad ja tõstavad oma kehasid,“ nagu Adolph kirjeldas. Nad roomavad kõikvõimalikel viisidel. Umbes viiendik neist lohistab end pepu peal – jah, nii seda nimetatakse.

Pikaaegne hüpotees oli, et imikud liiguvad alati millegi suunas: sõbralik hooldaja, ahvatlev mänguasi. Ja mõnikord nad seda teevadki. Aga nagu tegevuslabori uuringud on näidanud, siis enamik jalutuskäike ei näi olevat suunatud mingi ilmselge sihtkoha poole. Imikud kõnnivad ühe koha peal, peatuvad eikusagil, ja sageli näivad komistavat huvitavate esemete otsa või mingitesse kohtadesse täiesti juhuslikult. Silmaseire tarkvara näitab, et kõndimist alustades vaatavad nad harva mingi eesmärgi poole.

Huvitaval kombel, nagu näitas üks eksperiment, ajendas tühi ruum imikuid kõndima täpselt sama palju kui ruum täis mänguasju. Liikumine ise tundub olevat juba auhind omaette.

Umbes 2,6 miljonit sammu, või umbes kuus kuud hiljem, saavad Adolphi hinnangul imikutest vilunud kõndijad (täiskasvanuliku sujuvuse saavutavad nad 5–7 aastaseks saades). Oma teekonna jooksul tuleb neil ette kukkumisi – väga palju. Imikud kukuvad keskmiselt 17 korda tunnis. Algajad kõndijad, kellel on raskusi tasakaalu hoidmisega praktiliselt igal sammul, vaarudes frankensteiniliku kõnnakuga, mis kulgeb rohkem laiusesse kui pikkusesse, võivad koperdada kuni 30 korda tunnis. Adolphi üks õnnetutest katsealustest tabas maad peaaegu 70 korda tunnis.

Enamus neist on „head kukkumised“. Beebid on sündinud kukkuma. „Neil on lõdvad lihased, nad on pontsakad,“ ütles Adolph. „Nad on põrkuvad ja pehmed.“ Nii nagu moodsatel autodel, on neil kokkupõrkel löökkkoormust hajutavad tsoonid ja turvapadjad. „Ma võiksin sulle näidata mitmeid ilusaid videoid beebide kukkumisest,“ ütles ta mulle elevusega oma kontoris. „Need on tõeliselt hüpnootilised. Nende kukkumine on kui graatsilise lehe lendamine.“

Adolphi silmis on beebid algajatest algajamad. Ka kõige igapäevasemad tegevused, nagu näiteks istumine, on nende jaoks uued ja proovilepanevad. Istuma õppimine nõuab mitmeid nädalaid harjutamist ja pidevat häälestamist; isegi paigal

istudes õõtsuvad imikud õrnalt, nagu tänapühade paraadi hõljuvad dekoratsioonid, püüdes tasakaalu säilitada.

Õnneks asuvad nad täiuslikus õppekeskkonnas. „Neil on kõik olemas,“ ütles Adolph. „Nad on ülimateeritud uusi asju õppima ja olema osa maailmast. Neid ei saa peaaegu miski heidutada.“ Erinevalt täiskasvanutest ei saa nad negatiivset tagasisidet oma eksimuste eest – nende vead, kui neid üldse tehakse, võivad hoopis põhjustada veelgi külluslikumat vanemlikku tähelepanu – ja nad saavad väga harva haiget.

Nende oskus olla „kehv“, ja et kõik ka sellega rahul on, mängib olulist rolli selles, kuidas nad paremaks saavad. Imikud on õppimismasinad, järelejätmatult uudishimulikud ja nende arengus on eksimine loomulik ja ootuspärane. Nad teevad 14 000 sammu päevas sellise ebaõnnestumise määraga, mis oleks sügavalt heidutav – võib olla isegi katastroofiline – täiskasvanud algajate jaoks, kes püüavad uut oskust omandada.

„Me ei ole põrkuvad, madala lihastoonusega ega paksud,“ ütles Adolph. Meie luud on nüüd haprad; kukkumisel on palju tõsisemad tagajärjed.“

Ja ometi me kukume. USA Tööohutuse ja Töötervishoiu Ameti sõnul maksavad kukkumised töökohal ainuüksi USAs ligikaudu 70 miljardit dollarit. Üks viis nende vältimiseks on muuta keskkond ohutumaks. Aga kas me suudame *õpetada* inimesi mitte kukkuma?

Nagu me imikute pealt juba teame, siis selleks, et õppida mitte kukkuma, tuleb kukkuda. Seega, kuidas me saame seda teha ohutult? „Libisemise simulaatoris“, mida kasutavad ettevõtted nagu UPS, pannakse koolitatavad püstiasendis rakmetesse, sellisele pinnale, mis muutub ootamatult ebastabiilseks või libedaks. Selle asemel, et kuulata loengut tööõnnetuste teemal, õpivad töötajad „kineetiliselt“, see tähendab siis praktiseerides oma kehadega, kuidas vältida kukkumist. Selle tehnoloogia kasutuselevõttu on vastavates töökohtades seostatud kukkumiste arvu vähenemisega.

Üks probleeme vanemas eas, kus kukkumised on niivõrd ohtlikud, on see, et me oleme üritanud terve elu kukkumisi vältida nii palju kui võimalik. Ja seega oleme veidi roostes. Me oleme algajad just siis, kui kaalul on kõige enam. Sellest tulenevalt siis ka

„täiskasvanute parkuuri“ ja teiste „kukkuma õppimiste“ kursused vanuritele, mis õpetavad mitte ainult kukkumise vältimist, vaid parimat viisi kukkumiseks. Nagu me oleksime taas algajad, naasemas tagasi oma varaseima mina juurde, otsides julgust.

Tekib küsimus, kas ilma oskusega nii palju kukkuda, beebid üldse õpiksid kõndima? Kas oleksime üldse nii järjekindlad õppimises, kui see näib nii tabamatu?

ESIMESED SAMMUD: KÕNDIMINE ON ÕPPIMINE

Algajate kõndijate kõrge ebaõnnestumise määr tõstatab huvitava küsimuse. Nagu Adolph kirjutab: „Miks peaks vilunud roomajad loobuma eeldatavasti stabiilsest, neljakäpukil asendist, mille omandamiseks kulus neil kuid, selleks et liikuda ebakindlas püstises asendis, kus kukkumine on tavapärane?“

Ta lisab, et vastus suuremale küsimusele, miks lapsed loobuvad hästi lihvitud olemasolevatest oskustest selleks, et kohmakalt uusi juurde omandada, ei ole tegelikult teada. Võib olla nad tahavad lihtsalt teha seda, mida suuremad inimesed nende ümber teevad.

Siiski, isegi halvasti kõndimisel on tulemused kohe tuntavad. See on midagi sellist, millele meie täiskasvanud algajatena peaksime rohkem tähelepanu pöörama, kui kaalume, kas lahkuda oma oskuste „mugavustsoonist“ ja astuda ebakindlasse, ebaõnnestumistega pikitud oskusõppimise maastikku.

„Imikud on oma halvasti kõndimise esimesel nädalal kiiremad kui kahekümne esimesel roomamise nädalal,“ ütles Adolph. Beebid läbivad nüüd kolm korda pikema distantsi kui varasemalt. „Ootamatult on laps su vaateväljast kadunud,“ ütleb ta, „ja jookseb kööki, et midagi alla tõmmata.“

Kuigi nad kukuvad algajatena palju, siis tuleb välja, et nad kukkusid tegelikult siis sama palju (võttes arvesse, kui palju nad liikusid), kui nad roomasid.

Miks siis mitte kõndida? Sellel uuel oskusel on igasuguseid eeliseid. See vabastab nende käed. See võimaldab neil rohkem näha (roomavad imikud vaatavad enamasti maha). See aitab neil saavutada „sotsiaalset eneseteadlikkust.“ See annab neile

teatava kontrolli oma keskkonna üle. Isegi lapsevanemad räägivad kõndivate imikutega teistmoodi kui roomavate imikutega; mitte üllatuslikult, hakkab sõna „ei“ palju sagedamini kõlama.

Imikute jaoks ei ole liikumine lihtsalt mingi asi, mida õpitakse. See on õppimine ise. Näiteks imikud, keda kantakse süles, õpivad ümbritseva kohta vähem kui imikud, kes ise edasi liiguvad. „Tajutav informatsioon ei tule niisama,“ ütleb Adolph. „Sa pead selleks midagi *tegema*.“

Adolphi sõnul sõltub kõndimise oskus rohkem kogemusest kui vanusest – mida rohkem samme, seda parem kõndija. Tublisti ringi liikunud üheteistkümnekuune võib edestada tõrksat aasta ja nelja kuu vanust. Arenguetapid ei ole nii täpsed, kui võiks arvata. Mõned imikud hakkavad kõndima väga varakult või väga hilja; mõned jätavad roomamise vahele; mõned alustavad kõndimist, ja jätkavad roomamist paar päeva hiljem.

Minu enda tütar, minu ja mu naise hämminguks – kujutage ette paanikas guugeldamist – ootas, kuni ta oli poolteist aastat siin planeedil olnud, enne kui hakkas kõndima. Võib-olla ta arvas, et roomamine on täiesti piisav liikumisviis meie hubase Brooklyni korteri jaoks. Ometi olime meie, ärevad vanemad, valmis. Isegi kui tema veel ei olnud.

Kõndimist peeti justkui üheks arenguetapiks, üheks „neuromuskulaarse adaptiooni“ etapiks, mis lihtsalt maagiliselt juhtub. Aga beebid *õpivad* kõndima; lihtsalt sellepärast, et me ei „õpeta“ neid kõndima, ei tähenda, et nad ei õpi. Adolphi sõnul hakkavad imikud lastehoidudes varem kõndima („kui sa seda mänguasja ei saa, siis keegi teine saab selle enne kätte“). Teatud kultuurides harjutatakse ja rõhutatakse kõndimist entusiastlikult – Lääne lapsevanem võib last üle koormata Mozarti või sõnakaartidega – tulemuseks on imikud, kes kõnnivad enne aastaseks saamist.

Ajend on ju siiski olemas. Imikud liigutavad oma jalgu pidevalt juba enne sündimist. Kui imikut hoida nii, et ta jalad vaevu maha ulatuvad, hakkavad nad üsna naljakalt marssima. Imiku „sammumisrefleks“ kaob tavaliselt kaheksandal nädalal. See

algne sammumine ununeb imikutel varsti ära, sest juhtiva teooria kohaselt muutuvad nende jalad järgneva kasvuspurdi tõttu liiga raskeks, et see seda vaeva väärt oleks.

Mõtiskledes, kas seda liikumisviisi saab säilitada, hakkas psühholoog Philip Zelazo 1970ndate alguses andma oma pojale, kes sel ajal oli paar kuud vana, igapäevaseid trennisessioone vastsündinu sammumises.

Zelazo teatas, et selle pideva liikumise tulemusena hakkas tema poeg kõndima seitsme ja poole kuu vanuselt, mis on tublisti normist varem. Sellest pojast endast sai arengupsühholoog, ja nagu Adolph naljatles, „Iga kord, kui ma teda konverentsidel näen, ma jälgin, kuidas ta kõnnib.“ Imelaps või mitte, ei ole tema kõnnakus midagi silmatorkavalt erakordset.

Teistes kultuurides, nagu Paraguays elavate Aché inimeste puhul – põlisrahvaste korilaste kogukond, kes liigub sageli läbi tihedate ja ohtlike metsade – kantakse lapsi peaaegu pidevalt; traditsiooniliselt hakkavad nad kõndima umbes kahe aasta vanuselt.

Kas hilinevad kõndimine kahjustab neid?

„Mitte pikas plaanis,“ ütleb Adolph. „Need Aché indiaanlased kasutavad juba kaheksa-aastaselt matšeesid ja ronivad palmipuudel.“

Suurem osa teaduslikest uuringutest on jõudnud järeldusele, et lapsed, kes jõuavad mootorsete oskuste versta-postideni varem, ei ole nendes hiljem paremad. Minu hilja kõndimist alustanud tütre-st on saanud ülimalt sportlik tütarlaps. Siin peitub õppetund igas vanuses algajatele: igaüks meist alustab mingi oskuse omandamist veidi erineva ajakava kohaselt, aga aja jooksul – ja eeldades, et me harjutame sama palju – jõuame tegelikult üksteisele järele.

*

Imikud ei õpi mitte ainult konkreetseid oskusi, vaid tundub, et nad õpivad ka õppimist ennast. See väljend tuleb tuntud arengupsühholoogilt Harry Harlow'lt. Ahvidega tehtud katsetes leidis Harlow, et mida rohkem teste (või õppekogumeid) ta

neile tegi, seda paremini neil läks. Nad õppisid, kuidas uut informatsiooni kiiremini töödelda.

Sarnast mustrit märgati ka tegevuslabori katsete seerias, kus tutvustati imikutele erinevaid uudseid situatsioone, nagu võimalust järsust kallakust alla laskuda. Tulemused olid üllatavad. Imikud, keda ootas ees hirmutav kolmekümne kuue kraadne langus, proovisid seda kogunud roomajatena vältida, või siis vähemalt läheneda sellele ettevaatusega, aegamisi välja mõeldes erinevaid viise, kuidas allapoole jõuda. Algajad kõndijad aga söötsid rõõmsalt kallakute poole või tõttasid kaljudelt alla – tavaliselt koolitatud juhendaja päästvate käte vahele.

„Algajad kõndijad proovivad täiesti pööratud kõrguseid,“ ütleb Adolph. „Need beebid käituvad, nagu neil poleks aimugi enda võimete piiridest.“ Adolph ütles, et asi ei ole selles, et nad oleks täiesti pimestatud ohtlikust olukorrast või selle näilistest riskidest. „Me oleme teinud katseid, kus ema ütleb neile: „Ei! Vaata seda kallakut!“, ja laps lihtsalt vaatab teda, justkui mõeldes: „Ma ei tea, miks sa karjud, minu jaoks tundub see täiesti okei.“ Adolph lõi seepeale oma käed kokku ja ütles, „Põmaki“.

„See ei ole nii nagu beebid ei arvestaks sellega,“ ütles Adolph. „Nad lihtsalt ei tea.“

Aga kas imikud ei oleks pidanud juba roomamise käigus aru saama kallaku raskustest ja mõistma selle potentsiaalseid riske? Milles seisneb siis kogu see õppimine, kuidas õppida asju? Esmapilgul näib see mõistatuslik isegi Adolphile. „Kas nad ei ole lihtsalt kognitiivselt piisavalt arenenud, et luua seoseid? Kas nad on niivõrd huvitatud õppimisest, et alustavad iga kord täiesti puhtalt lehelt?“

Adolph on oletanud, et imikud õpivad õppima sama „probleemiruumi“ piirides. Roomamine on üks probleem. Kõndimine aga täiesti teine. Teabe kogumine on erinev (näiteks nägemine – kõndides asub pilk hoopis kõrgemal). Kaasatud lihased on erinevad, liigutused on erinevad, tasakaalunõuded on erinevad. Pole mingeid tõendeid, et roomamisoskused „kanduvad üle“ kõndimisele.

Ja nagu Adolph välja tõi, on beebil nüüd erinev keha. Beebid kasvavad hämmastavate episoodiliste hüpetega; on täheldatud, et nad ärkavad peaaegu 2,5 cm

pikemana kui magama minnes. Nende pea ümbermõõt võib üleöö kasvada peaaegu 0,8 cm.

Mis iganes toimis roomava imiku puhul, ei toimi enam kõndiva imiku puhul. Adolph ütles: „Sa õpid liikuma selle kehaga, mis sul on.“ Seega nad peavad kõike uuesti õppima – uuesti algajatena – ja nagu Adolph on märkinud, „see protsess ei ole kiirem teisel või kolmandal korral.“

Aga kas ei oleks kasulik neid raskesti õpitud teadmisi alles hoida? Ta raputas pead. Ta ütles, et beebid ei soovi luua jäävaid seoseid, ja tegelikult nad ei peakski. „Miks ma peaksin õppima, et viieteist sentimeetrine aste on riskantne?“ küsib Adolph. „Järgmine nädal olen ma parem kõndija ja ma olen pikem.“ See ei ole siis enam riskantne.

Teiste sõnadega, nad õpivad tänase maailma jaoks, mitte eelse. Maailm on pidevalt muutumises, seega beebid peavad pidevalt muutma lahendusi oma probleemidele.

Huvitaval kombel ei näi nad eriti oma vigadest õppivat. Ühes Adolphi uuringutes osalenud beebi kukkus kodus trepist alla ja ta viidi traumapunkti. Mõned päevad hiljem oli ta tagasi laboris ja otsekohe sööstis pea ees järskudest kallakutest alla.

Kas ei oleks *hea* mõte omandada eluterve hirm ootamatute kukkumiste ees? „Sa ei taha, et beebi õpiks „ära tee seda, sa kukud,“ sest nad kukuvad kogu aeg,“ ütles Adolph mulle. Seega kui nad kukuvad, siis ei hakka nad analüüsima, vaid tõusevad lihtsalt püsti. Adolph küsis: „Kui sa oleksid beebi, siis mida sa nendest kukkumistest õppima peaksid?“ „*Sa ei taha, et beebi õpiks loobuma.*“

Beebid seisavad pidevalt silmitsi uue normaalsusega. Rangetest ja kindlatest reeglitest selle kohta, mis toimib ja mis mitte, on vähe kasu. Adolph ütles, et „enamus ajast teevad nad asju, mida nad varem pole teinud.“

Tõeliste algajatena vajavad nad mingisugust õppimist – õppida õppimist – mis on paindlik, mis põhineb avastamisel, mis võimaldab neil kohaneda uudsete olukordadega, mis aktsepteerib rohkelt vigu, sageli ilma mõjuva põhjuseta, protsessi osana.

Nad kogevad kukkumist kukkumise järel, kuni nende aju ja keha lõpuks, sammhaaval, õpivad, kuidas igasugustes olukordades püsti jääda.

Imikud elavad justkui algaja moto järgi: kui sa ei õpi ebaõnnestuma, siis sa ebaõnnestud õppimises.

*

Algajate õppijatena võime imikutelt veel mõningaid tähtsaid õppetunde võtta (sa olid ju ise ka kunagi üks nendest). Enne kui liigume edasi täiskasvanute uute asjade õppimise maailma, mõelgem selle peale:

1. Meil kõigil on peidetud võimeid, mida saab avada. Umbes kaheksa nädala möödudes kaotavad vastsündinud „sammumise” impulsi, millega nad on sündinud. Või kas ikka kaotavad? Pane ta vette ja ta hakkab jälle marssima. See võime oli kogu aeg olemas – tal lihtsalt tuli otsustada (või teda tuli veidi julgustada), et seda kasutada.

2. Oskuste omandamine võtab aega. Imikud veedavad kuue kuu jooksul umbes kolmandiku oma päevast kõndimist harjutades (ja ei omanda seda tegelikult täielikult enne mitme aasta möödumist). Mõttele sellele järgmisel korral, kui muretsed oma tenniseservi või oskuse pärast maalida pilvi, kui tegeled sellega vaid korra nädalas tund aega. Neid ei nimetata ilmaasjata esimesteks sammudeks.

3. Ebaõnnestumine on õppimise oluline osa. Meil on kalduvus mäletada tähtsaid saavutusi (näiteks päeva, mil laps esimest korda kõndima hakkas), aga unustame paljud, paljud kukkumised, mis sellele eelnesid. Iga eredama sündmuse taga on suur kogus „kulissidetagust” materjali täis vigu.

4. Muuda oma harjutamise viisi. Üks viimaste aastakümnete olulisemaid avastusi õppimise teaduses on see, kui kasulik on nn vahelduv harjutamine.

Kui harjutame erinevaid oskusi vaheldumisi – mitte ei tee pikki, üksluised kordusharjutusi ühe ja sama oskusega – siis võib meie sooritus harjutamise ajal küll kehvem tunduda, kuid pikaajaliselt paraneb see märgatavalt. Kuna peame rohkem

pingutama, et meenutada erinevaid harjutusi ja nende lahendamise viise, suudame neid paremini sooritada.

Imikud rakendavad tahtlikult või tahtmatult sama lähenemist kõndima õppimisel: selle asemel et liikuda mehhaaniliselt pikki sirgeid teid, võtavad nad ette täiesti juhuslikke jalutuskäike, mis on täis peatumisi, uusi algusi, erinevaid mustreid ja liikumisi, mitmekesiseid pindasid ja keskkondi. Nad ei tee kunagi kahte samasugust jalutuskäiku.

Ja see on hea. Sa ei tahaks õpetada imikule üht „õiget“ kõndimisviisi, mida ta peab täpselt järgima. Vaheldusrikkus on õppimise puhul võtmetähtsusega. See, mis paistab esialgu kohmakuse või kaootilisusena, võib tegelikult olla algaja erinevate võimalike lahenduste avastamine – ja see aitab õppida kiiremini.

5. Sinu areng ei pruugi olla sirgjooneline. Õppimine toimub järk-järgult. Etapid on vaid ligikaudsed mõõdupuud. Areng ei kulge alati ühtlaselt ühes suunas. Imikud võivad õppida kõndima, seejärel pöörduda lühiajaliselt tagasi roomama.

Progress on sageli U-kujuline, mis tähendab, et lapsed (ja täiskasvanud) võivad enne paremaks saamist kehvemaks muutuda. Näiteks grammatikareegleid õppima hakkavad lapsed „rakendavad“ oma uusi (kuid veel puudulikke) teadmisi sageli innukalt ülearu. Kui nad varem nimetasid õigesti „jalad“, ütlevad nüüd „jalgad“. Nad on arenguliselt, piltlikult öeldes, hetkeks iseendast ette jõudnud, kuid nad jõuavad järele.

6. Oskused kanduvad harva üle. Imikud ei võta roomamise ajal õpitud oskusi kuigi palju kaasa kõndimisse. See ei olegi nii ebatavaline. Oskuste õppimine on igas vanuses pigem väga spetsiifiline. Võiks arvata, et inimesed, kes laborikatses seisavad mugavalt püsti kõikuva platvormi peal, saavad hästi hakkama ka redelil ronimise katses – sest mõlemad oskused hõlmavad tasakaalu. Kuid enam kui pool sajandit kestnud uuringud on leidnud oskuste vahel väga vähe seoseid. Ühes oskuses hea olemine annab harva automaatselt eelise teises oskuses.

7. Ole alati võimalikkuse piiril. Nagu Adolph on märkinud, õpivad väikelapsed kõige paremini siis, kui nad tegutsevad oma oskuste piiri lähedal. Just selles „lähima arengu tsoonis“ – selle vahel, kus nad oskavad midagi teha ja kus nad üritavad midagi

osata – otsivad nad igasugust võimalikku tuge. Pea meeles: kui miski tundub liiga lihtne, siis sa tõenäoliselt ei õpi.

8. Oskuste omandamine avab uusi maailmu. Imikud, kes õpivad kõndima, saavad äkitselt liikuda rohkematesse kohtadesse ja teha rohkem asju. See on õppetund, mida võiksime endaga elu lõpuni kaasas kanda.

9. Eesmärgid on head, aga hoia silmad lahti võimaluste jaoks. Kõndimist õppivad imikud ei näi olevat motiveeritud kindlatest eesmärkidest; nad lihtsalt liiguvad – ja satuvad huvitavatesse olukordadesse juhuslikult. Arengupsühholoog Esther Thelen – kes leidis oma kutsumuse täiesti juhuslikult, võttes „igavleva koduperenaisena” ühe kursuse, et laiendada oma huvisid igapäevaelu toimetustest kaugemale – märkis, et me võiksime võtta eeskujuna „improviseerivast imikust” ja meeles pidada: osa elust seisneb selles, et tuleb ära kasutada juhuseid ja võimalusi, mis ette satuvad.

Kui sa oled midagi õppimas, ära unusta ka neid väikeseid põikeid ja kõrvalteid, millele tee peal satud. Kõndima õppimise eesmärk ei pruugi olla lihtsalt kõndimine ise, vaid kõigi nende uute, heade asjade ja kohtade avastamine, mida kõndimine endaga kaasa tuua võib.

Proovime nüüd midagi õppida.

KUUES PEATÜKK

KUIDAS ME ÕPIME UUSI ASJU

ESEMETE ÕHUS HOIDMISE KUNST

Pärast kuid kestnud pusimist erinevate oskustega tundus mõistlik astuda samm tagasi ja mõelda hoopis sellele, kuidas me üldse oskusi omandame. Aga ma ei tahtnud teha lihtsalt mingit teoreetilist õppeharjutust – ma tahtsin *midagi* õppida õppimise enda kaudu.

Žongleerimine tundus selleks ideaalne. See on peaaegu täielikult motoorne oskus; erinevalt näiteks kõndimisest pole mingit praktilist põhjust hoida mitut eset õhus – peale selle, et tõestada, et see on võimalik.

Žongleerimist on juba ammu kasutatud lihtsa ja mugava viisina inimvõimete uurimiseks. See jõudis kiiresti ka psühholoogiaalasesse kirjandusse. Uuring, mis aitas levitada arusaama oskuste omandamise protsessist? Osalejad žongleerisid. Ja mida on kujutatud ühe enimkasutatud õpiku, Richard A. Magilli „Motor Learning: Concepts and Applications“¹, kaanel? Loomulikult žonglööri!

Nagu selgitas liikumisteaduse teadlane Peter Beek Amsterdami Vabast Ülikoolist (hollandi keeles Amsterdam Vrije Universiteit), kellega ma ühel pärastlõunal tema kabinetis istusin, on mitmeid põhjuseid, miks žongleerimine on õppimise uurimiseks äärmiselt kasulik.

Sa vajad tegevust, mida saab lihtsasti laboris katsetada. Sa vajad tegevust, mida keegi ei oska kohe, vaid mida peab õppima. Samas ei tohi see olla nii raske, et inimesed kohe alla annavad. Enamik inimesi suudab kolme palliga žongleerimise selgeks saada

¹ Tõlkija tõlge: Motoorsete oskuste omandamine: põhimõtted ja praktikad

paari päevaga.² Žongleerimises on edu lihtne mõõta: sa kas hoiad palle õhus või pillad need maha. Ja lõpuks – õppimist toetab motivatsioon, ning erinevalt tüüpilistest veidrastest ja üksluistest ülesannetest, mida motoorsete oskuste uuringutes kasutatakse – näiteks kursori liigutamine juhtkangiga või kindlas järjekorras numbrite toksimine – on žongleerimine tegelikult lõbus.

Erinevalt mõnest teisest oskusest, mida ma püüdsin omandada, ei olnud žongleerimine kunagi mu eluunistus. Ma tahtsin seda õppida, et õppimise enda kohta rohkem teada saada. Aga ma ei saanud jätta mõtlemata, et see võiks olla päris kaval peotrikk. Mõni kuu hiljem, kui käisin oma tütrega erinevatel sünnipäevadel, muutus žongleerimine peaaegu et „issi-supervõimeks“.

Oskuste puhul on asi nii, et kui oled omandanud isegi kõige algelisemad oskused millestki, näiteks žongleerimisest, oled juba eristunud suuremast osast inimkonnast. Küsitule kasvõi oma sõpru või töökaaslasi – tõenäoliselt suudavad vaid vähesed neist osavalt kolme palliga žongleerida. Neljaga? Veelgi vähem. Viiega? No siis surfad sa juba žongleerimishuviliste foorumites.

See on üks oskuste õppimise varjatud boonuseid: meistriks saamine võib võtta aastaid, aga juba vähese aja ja vaevaga oled õppinud midagi, mida paljud ei oska – ja mida ka sina ise veel hiljuti ei osanud. Kolme palliga žongleerimine võib tunduda justkui tühine saavutus, aga minu jaoks oli see kunagi täiesti võimatu... kuni see äkitselt ja justkui võluväl enam ei olnud.

*

Esimene samm oli õpetaja leidmine. New Yorgis, kus kohalikel teadetetahvritel ripub kuulutusi igasuguste tundide kohta – improvisatsiooniteater, vorstitegu, tarokaartide lugemine – polnud see mingi probleem. Leidsin kiiresti Heather Wolfi, kes

² Autori märkus: Kolme palli peetakse üldiselt žongleerimise tegelikuks algpunktiks, mida laiemalt määratletakse kui võimet käsitseda rohkem objekte, kui inimesel on käsi.

pidas ettevõtmist nimega JuggleFit („Õpi žongleerima – hea tervise ja terava mõistuse nimel“). Ta elas vaid ühe linnaosa kaugusel.

Kohvitassi taga lähedalasuva pargi rohelisuses rääkis ta mulle oma loo. Ta lõpetas California Ülikoolis Los Angeleses (UCLA) sotsioloogia eriala, kuid pöördus tagasi oma tõelise kire – elektribassi mängimise – juurde ning astus Los Angelese Muusikainstituuti. Ühel päeval märkas ta teadetetahvlil töökuulutust: Ringling Bros. tsirkus otsis bassimängijat.

„Ma isegi ei teadnud, et tsirkusel bänd on,“ ütles ta mulle. „Ma lihtsalt olin alati tahtnud tuurile minna.“ Järgmised kuus aastat elas ta tsirkuserongil. Ühel hooajal kuulutati välja uus etendus, mille jaoks kogu trupp – välja arvatud muusikud – pidi oskama žongleerida. Ta mõtles, et kui kõik teised õpivad, siis õpib tema ka. Ta jätkas harjutamist ja õppis lõpuks žongleerima viie palliga – see on tase, kus võib end juba kogunud žonglööriks pidada.

„Ma ei ole linna parim žonglör,“ ütles ta, ent lisas newyorklasele omase enesekindlusega: „Aga ma usun küll, et olen linna parim žongleerimisõpetaja.“ Ta selgitas, et eksperdid võivad olla unustanud, mis tunne on olla alles algaja. Seda olin kuulnud ka mitmelt mootorsete oskuste teadlaselt: kuigi see võib kõlada ägedalt, ei pruugi olla hea mõte panna Michael Jordanit või Lionel Messit õpetama su last korvpalli- või jalgpallilaagris. Nad oskavad küll ise erakordselt hästi mängida, aga neil oleks keeruline seletada, mida nad täpselt teevad, rääkimata sellest, et see üheksa-aastasele samm-sammult lahti mõtestada.

Nagu ikka New Yorgi ettevõtluses, oli Wolfi žongleerimine kõrvaltegevus. Kirgliku linnuvaatlejana veetis ta enamiku oma ajast töötades Cornelli Ülikooli ornitoloogia labori veebilehe kallal. Tema toanaaber töötas kunagi Ringlingi tsirkuses klounina. „Ta pole enam tsirkuses, aga tuuritab igal pool, selliste inimestega nagu näiteks Britney Spears. New Yorgis pakutakse klounidele tegelikult päris palju tööd.“

Nädal hiljem olime minu elutoas. Ta võttis välja kolm värvilist sallikest. Tunnetades mu kerget peettumust – kus on pallid? – ütles ta, et „žongleerimine aeglubis“ aitab mul mitte ainult õhus liikumismustrit jälgida, vaid tõstab ka minu

enesekindlust. Üks viis oskuste õppimise parendamiseks, nagu teadusuuringud on viidanud, on muuta oskused alguses lihtsamaks.

Kui hoidsin paremas käes kahte sallikest ja vasakus (dominantstes) ühte, palus ta mul lihtsalt visata sallid, ükshaaval, pea kohal paikneva kujuteldava kasti ülemistesse nurkadesse. Ma tegin seda ja sallid langesid põrandale. Ei midagi keerulist. Järgmisena soovis ta, et viskaksin ja siis püüaksin sallid ühe korra kinni. Ei midagi hullu. Siis palus ta mul seda protsessi pidevalt korrata. See muutus kiiresti üle jõu käivaks ja mu sallide virvarr nägi välja nagu ma oleksin pööraselt rüüstanud Macy'i kaubamaja sooduspakkumiste riulit.

„Ma oskan veidi mõtteid lugeda, kui õpetan inimestele žongleerimist,“ ütles Wolf, „ja ma näen, et sa vaatad seda kui mustrit.“

„Viska lihtsalt nurkadesse,“ kordas ta. „Ära mõtle sellele, kuidas sa kogumustrit viskad, lihtsalt viska.“ Wolf ei tahtnud, et ma mõtleksin ka püüdmisele; kui ma lihtsalt jätkaksin nurkadesse viskamist, liiguksid mu käed sinna, kuhu nad püüdmise jaoks peaksid minema.

„Žongleerimise õppimise võti,“ ütles ta, „on mitte mõelda.“

KUIDAS MÕTLEMINE ÕPPIMIST TAKISTAB

„Peaaegu kõik oskavad jalgrattaga sõita,“ märkis füüsik David Jones, „kuid peaaegu keegi ei tea, kuidas ta seda tegelikult teeb.“

Küsi keskmiselt ratturilt, kuidas rattaga pöörata, ja ta vastab ilmselt: „Keera leistung sinna suunda, kuhu minna tahad.“ Aga tehniliselt pole see päris tõsi. Nagu rattafännid alates Wilbur Wrightist on märkinud – selleks, et pöörata vasakule, *pead esmalt keerama paremale*.³

³ Autori märkus: Füüsik Joel Fajansil on nutikas meetod, kuidas seda „vastupööramist“ ise kogeda. Sõites allamäge (et ei peaks väntama), võta vasak käsi juhtraualt ära. Samal ajal aseta parem käsi, peopesa avatud, parema juhtraua peale ja avalda sellele veidi survet. Kuna su peopesa on avatud, saab ratas pöörata ainult vasakule. Aga sina liigud paremale. Vt Joel Fajans „Steering in Bicycles and Motorcycles,“ *American Journal of Physics* 68, nr 7, 2000, lk 654–59.

Vähesed teavad seda, sest vähesed on sellest üldse teadlikud. Ja me ei ole sellest teadlikud just seetõttu, et selle fakti teadmine, või vähemalt selle peale mõtlemine sõidu ajal, ei aita meil tegelikult paremini sõita.

Oskuste juures on huvitav see, et me ei tea täpselt, kuidas me seda teeme. Seepärast ei ole kirjalikud juhised oskuste õppimisel sageli abiks. „Teadmised aitavad,“ kirjutas Jerome Bruner, „ainult siis, kui need muutuvad harjumusteks.“

Algajate probleem on see, et nad mõtlevad pidevalt sellele, *kuidas nad oskust sooritavad*. Kui me püüame mõelda mõne „automaatseks“ muutunud oskuse, näiteks kõndimise peale, kipub meie sooritus hoopis halvenema – seda seletab „reinvesteerimise“ teooria, mille on välja pakkunud mootorsete oskuste õppimise ekspert Rich Masters.

Näiteks insuldi saanud inimesed kannatavad sageli „asümmeetrilise kõnnaku“ või lonkamise all. Nad peavad uuesti kõndima õppima, kuid kuna nad on endale teadvustanud, kuidas nad kõnnivad, mõtlevad nad kõndimise mehhaanikale, mis muudab selle veelgi *mehaanilisemaks*. Et hästi kõndima õppida, peavad nad õppima ilma, et nad sellele teadlikult mõtleksid. „Nipp,“ nagu Masters on kirjeldanud, „on panna inimesi liikuma õppima, ilma et nad ise teaks, et nad õpivad.“

Kui muutume milleski osavaks, muutub see tegevus automaatseks. Me ei pea selle peale enam eriti mõtlema, sest meie aju töötab justkui virtuaalsel autopiloodil, tehes pidevalt ennustusi – ja enamasti on need ennustused õiged.

Nagu selgitas mulle ühel pärastlõunasel külaskäigul Johns Hopkinsi Ülikooli inimaju füsioloogia ja stimuleerimise labori andekas, Argentiinas sündinud direktor Pablo Celnik, teeb aju seda nii tõhususe huvides kui ka loomupärase viiteaja tõttu.

„Sinu aju saab tagasisidet selle kohta, mida sa parajasti teed, ja see võtab aega – umbes 80 kuni 100 millisekundit,“ selgitas ta mulle. „Me elame minevikus. Kõik, mida me praegu näeme, toimus motoorse keskuse jaoks tegelikult umbes 100 millisekundit tagasi.“

Need ennustused aitavad meil igapäevaelus toime tulla. Kui need osutuvad valeks, hakkame otsima põhjuseid. Kui komistame kõnniteel, jõuab info juhtunu kohta

meie aju saja millisekundi hilinemisega – ja jääme süüdistavalt vaatama seda solvavat pragu kõnniteel. See üllatus ei klappinud sellega, mida meie aju ootas. Kui aga proovime end kõditada, ei juhtu midagi – sest me juba teame, mida see tunne endast kujutab. Väikeaju on selle aistingusignaali „tühistanud“, neuronid on maha surutud. Üllatust pole, mudel püsib puutumatusena.

Kui astud esimest korda seiskunud eskalaatorile, teed ettevaatlikult mõned sammud. Võid isegi „tunda“, justkui see liiguks. Seda sellepärast, et su aju on ennast paljude korduste abil treeninud. See on valmis töötavaks eskalaatoriks; see on selle juba ette ära *ennustanud*. Me teame oma peas, et eskalaator on katki, aga keha käitub justkui see töötaks.

ROBOTIKS OLEMINE, AJA AEGLUSTAMINE, JA
KORDAMINE ILMA KORDUSETA:
KUIDAS ME OSKUSTES PAREMAKS MUUTUME

Peatselt sai selgeks, et žongleerimine ei osutunud päris selliseks oskuseks, nagu olin arvanud.

Nagu paljudel algajatel, oli ka minu sisemine ettekujutus žongleerimisest see, mida nimetatakse „rõngamustriks“ – kolm eset liiguvad päripäeva poolkaares. Kuid rõngamuster on tegelikult palju raskem kui „kaskaad“, mis on kõige levinum mitme esemega žongleerimise viis. Kaskaadis ristuvad esemed õhus ja maanduvad vastaskäes. Kui mustrit joonistada, meenutaks see külili keeratud kaheksat.

Olin ka ette kujutanud, et žonglöörid jälgivad iga eset õhus eraldi – just nii algajad tihti üritavadki teha. Kui mu tütar seda proovis, pöörles ta pea hullumeelselt, kui ta püüdis igat salli silmadega jälgida.

Aga nagu Heather Wolf mulle näitas, pole žongleerimine niivõrd üksikute esemete viskamine, vaid viskamine mustrisse – justkui viskaksid taevas hõljuva väikese

algoritmi suunas.⁴ Pole siis imestada, et nii mitmed tuntud matemaatikud, alates Claude Shannonist kuni Ronald Grahamini, on žongleerimisest lummatud olnud.

Žongleerimisel, erinevalt enamikust spordialadest, ei tohi tegelikult silmi pallidel hoida. Žonglöörid keskenduvad objektide viskamisel kõige ülemisele tipule – taaskord see väline fookus – ning tajuvad õhus hõljuvaid esemeid vaid perifeerse tunnetuse kaudu. Seda on kinnitanud ka uuringud, kus žonglööride eest peideti suurem osa nägemisväljast, välja arvatud kitsas lõik viskekaare tipus, ja nad said žongleerimisega suurepäraselt hakkama. Head žonglöörid suudavad seda teha isegi kinniseotud silmadega.

Elutoas tagasi olles läks mul sallidega juba paremini. Suutsin nüüd hoida kolme salli õhus mitu kordust järjest – žonglöörid nimetavad neid seeriateks. Liikusime edasi pallide juurde. Kõigepealt palus Wolf mul lihtsalt visata üks pall suhteliselt kõrge kaarega ühest käest teise. Käkitegu. Seejärel soovis ta, et teeksin järjest kolm sellist viset, aga laseksin pallidel lihtsalt kukkuda.

See aitaks mul visete kvaliteeti hinnata. Žongleerimises on kõik viskes kinni. Hea viskega kaasneb peaaegu automaatne püüdmine (taas see *ennustamine*).

Mind rabas, kui kiire see kõik tundus. Esimesed kolm palli sain enam-vähem kenasti lendu, aga siis tabas mind tüüpiline algaja häda: kiirustasin neljanda viskega, mis lõi mustri ajastuse sassi. „Sul on rohkem aega, kui sa arvad,“ ütles Wolf.

Ta ütles, et aja jooksul hakkab žongleerimine tunduma aeglasem. Ja nii see oligi. Nagu tippSPORTlased vahel kirjeldavad – tundus, et mul oli pallidega rohkem aega. Muster oli sama selge nagu taevasse kirjutatud sõnad, ja pallid justkui *hõljusid* õhus.

Neuroteadlane David Eagleman, kes on uurinud inimeste ajataju, pakkus sellele aeglustumise tundele veenva seletuse. Kui alustame mõne oskusega, näiteks žongleerimisega, püüavad algajad pöörata tähelepanu kõigele korraga.

⁴ Autori märkus: Claude Shannon, tuntud matemaatik (ja žongleerimishuviline), väljendas žongleerimist koguni valemiga: $(F + D)H = (V + D)N$. F tähistab palli lennuaja pikkust, D on nn „käes hoidmise aeg“; N on pallide arv; H on käte arv; ja V (ingl.k *vacant* – vaba) tähistab aega, mil käsi on tühi.

Minu algusaegne žongleerimine nägi välja umbes selline: „*Okei, viskan ühe palli. Ja nüüd teise! Oota, ma pean veel ühe viskama? Mis sellest esimesest sai? Ah, siit ta tuleb! Ma ei suuda uskuda, et ma juba jälle viskan – oih, siin on see teine pall! Kas ma just rikkusin oma kolmanda viske? Kas see vise peaks olema nüüd vasaku või parema käega? Oot, kuidas mul kaks palli ühes käes on? Miks ma seda üldse teen?*“

Mida rohkematele asjadele pead korraga tähelepanu pöörama, seda kiiremini aeg näib liikuvat. Aga kui muutud osavamaks, õpid ära, millele tähelepanu pöörata. Sul tekib parem tunnetus selle kohta, mida oodata. Äkitselt ei mõtle sa enam pallide peale üldse, vaid lihtsalt joonistad õhku mustrit. Sul jääb tähelepanu üle. Võid korraga vestelda ja žongleerida. Aeg tundub justkui sisutühjem, mistõttu tundub see liikuvat aeglasemalt.

Siis hakkad õppima uut trikki – ja kõik muutub taas kiireks.

*

Veel üks tüüpiline algaja probleem, millega ma silmitsi seisin, oli see, et mu visked, lisaks sellele, et need ei olnud ajastatud, läksid igale poole laiali. Žongleerimises on väikesed vead suure mõjuga: vise, mis on vaid mõne kraadi võrra kõrvale kaldunud, võib maandudes täiesti valesse kohta sattuda.

„Ole nagu robot!“ ütles Wolf. Ta soovitas mul ette kujutada, et mind on programmeeritud nii, et mu jalad püsivad paigal, käed viskamisel keha ligi ning liigutused aeglased ja sihilikud. Minu ainus ülesanne oli teha puhtaid, robotlike viskeid. Ta soovitas harjutada žongleerimist näoga seina poole seistes – loomuliku tõkkena sundis see viskeid vaos hoidma.

Tuntud liikumisteadlane Nikolai Bernstein väljendas, et üks olulisemaid oskuste õppimise probleeme on see, et meie kehal on väga palju nn liikumisvabaduse astmeid. Inimkäel üksi on alates õlaliigesest kuni randmeni, umbes 26 erinevat liikumisvabaduse astet, ehk suundasid, kuhu seda saab liigutada. Selleks et seda teha, peame tõhusalt juhtima tuhatkonna lihaste ja sadade miljardite neuronite koostööd. Isegi kõige lihtsam

pallivise hakkab välja nägema nagu tiheda liiklusega lennujaama juhtimiskeskus, mis töötab käsikäes tipptasemel nukumeistritega, kes oma nukke ülimalt täpsusega juhivad.

Kujutle, et püüad õpetada oma last pesapallikurikat kasutama. Kurikaga saab lüüa mitmel viisil, kuid pesapallis on neist vaid vähesed tõhusad. Algajad, keda kõigi nende liigutuste koordineerimise mõte segadusse ajab, kipuvad oma lihaseid justkui „külmutama“, nagu Bernstein seda kirjeldas. Nad võitlevad omaenda kehaga.

Kui ma proovisin oma tütrele pesapalli löömist õpetada, nägi ta esimese löögi ajal välja nagu puunukk: jalad paigal, põlved kanged, õlad pingul ja käsivarred lukus. Ta lihtsalt pööras oma ülakeha, hoides kurikat enda ees ja püüdis samal ajal tasakaalu säilitada. Ta ei kasutanud ära keha liikumisvabaduse astmeid.

Lõpuks õpime oma keha justkui „lahti sulatama“, vabastama lihased ja kasutama neid kooskõlas. Seda nimetame koordineerimiseks. Liikumisoskuste ekspert Richard Magill ütles: „Üks asi, mille inimesed oskuste arenedes selgeks saavad, on oskus ära kasutada seda, mida loodus niikuinii juba tasuta pakub.“

Oskuse õppimine tähendab teha kõige rohkem kõige vähemaga. Ekspertide jaoks, nagu me sageli näeme, on see näiliselt lihtne. Seda ka hea põhjusega. Kui külastasin New Yorgi Ülikooli spordisoorituste keskust enne New Yorgi maratoni, olin üllatunud, kui ebaefektiivne mu jooksvorm oli. Näiteks pingutasin õlavarsi täiesti ilmaasjata. See tundub väike asi, kuid 42,2 km pikkuse distantsi jooksul on kumulatiivne mõju suur, mis kulutab liigselt energiat ja häirib hingamist.

Ükskõik, millisest oskusest me räägime – olgu see tšello mängimine või jalgrattasõit – on tulemused samad: meie liigutused muutuvad tõhusamaks. See tähendab, et tuleb „pidurdada“ neid lihaseid, mida parasjagu tarvis ei ole, ja „ergutada“ neid, mida on. Kui palun sul rusikas kokku pigistada ja tõsta ainult väike sõrm, siis selle ühe sõrme liigutamise ajal annad sa samal ajal ka käskluse teistele sõrmedele mitte liikuda.

Kui Wolf soovitas mul „olla robot“, ei mõelnud ta, et peaksin end sõna otseses mõttes liigutama nagu robot – tõmblevalt ja ebaühtlaselt (sellega sain ma juba niigi hästi

hakkama). Tema tegelik mõte oli, et ma ei mõtleks niipalju omaenda žongleerimise peale.

Ta rääkis, et mõnikord hüüavad inimesed järsku keset harjutamist: „Ma ei saa sellega hakkama!“ Ja tema peab neile siis kinnitama: „Aga sa ju juba teed seda.“ *Robot* teeb seda. Žongleerimise füüsiline osa ei ole tegelikult kuigi nõudlik – lihtsalt ühe palli viskamine ühest kohast teise. Raske osa on iga mustri „vaimse mudeli“ järgimine. Halvasti sihitud visked tulenevad sageli lihtsalt ajastusvigadest, mis mustri tasakaalu rikuvad.

Kui räägitakse oskustest, kasutatakse tihti väljendit „lihasmälu.“ On ahvatlev mõelda, et me justkui salvestame mingi liigutuse oma lihastesse ja et need talletavad mingit tegevust. Kuid see pole päris tõsi. Kui kirjutad oma allkirja, tundub, nagu su lihased „teaksid“ iseenesest, kuidas pliatsit paberil liigutada. Aga samamoodi võid joonistada hiiglasliku versiooni oma allkirjast tahvlile. Võid selle spreivärviga seinale kanda. Võid selle liiva peale varbaga joonistada. Lapsena pissisin selle lumehangele (teaduse nimel). Isegi pliatsit hammaste vahel hoides saad üsna korraliku allkirja teha.

Ükski neist ei hõlma samu lihaseid, mis liiguksid samamoodi. Tegelikult rakendad „motoorset mustrit“, mis paikneb sinu ajus. Lihased lihtsalt täidavad aju korraldusi (isegi kui nad samal ajal ütlevad ajule, mida *see* peaks tegema).

Lihasmälu eeldab ka, et kui kasutame oskust, siis teeme seda igal korral ühtemoodi, nii nagu seda „mäletame“. Kuid isegi kõige korduvad motorsed oskused on märkamatu pidevas muutumises. Me peame kogu aeg kohanema ja optimeerima. Sellepärast väitis Bernstein, et kui me harjutame mingit oskust, ei tohiks me lihtsalt korrata sama lahendust üha uuesti ja uuesti. Teisisõnu, me ei tohiks püüda lõputult täiustada seda ühte tehnikat, mis tundub toimivat, samadel tingimustel. See on liiga jäik; kui üks väike muutuja muutub, ei pruugi tehnika enam nii hästi toimida.

Selle asemel peaksime proovima iga kord lahendusi leida, mis tähendab, et me võime kasutada ka erinevat tehnikat. Ta nimetas seda „kordamiseks ilma korduseta“. Seega pole hea viis õppida žongleerimist tehes lihtsalt sama kolme palli kaskaadi üha

pikemaid seeriaid. Ma teadsin lahendust sellele probleemile; ma pidin sinna lihtsalt kiiremini ja järjekindlamalt jõudma.

Mind aitas edasi see, kui seadsin endale pidevalt uusi väljakutseid: mustri alustamine oma nõrgema käega (mis on juba osa oskusest „õppinud” dominantselt käelt) või žongleerimise kõrguse muutmine. Ma proovisin žongleerimist kõndides. Proovisin žongleerimist istudes. Kuulasin samal ajal muusikat, pidasin vestlusi.

Iga väikese muudatusega pidin ka ise end veidi muutma. Ma käitusin nagu Karen Adolphi käima õppivad imikud, kelle puhul näib tahtmatu juhuslikkus tegelikult olevat varieeruva harjutamise võimas õpistrateegia.

Osavad žonglöörid teevad ka vigu. Kuid nende pidev probleemide lahendamine on andnud neile palju rohkem lahendusi. Nagu malemeister Jonathan Rowson on märkinud, tähendab asjatundlikkus seda, et sul hakkavad tundmatud vead otsa saama. Kogenud žonglöörid mitte ainult ei tunne kohe ära, kui pall on valesti käest lennanud, vaid nad oskavad seda korrigeerida keset lendu.

„Kui sul on olnud halb vise,“ ütles Wolf mulle, „siis pead kontrolli tagasi saama. *Ole robot.*“ Oluline on, nagu ta rõhutas, et: „Sina juhid palle, mitte pallid ei juhi sind.“

VAATA JA ÕPI:

KAS INTERNETIVIDEOD SUUDAVAD SULLE KÕIKE ÕPETADA?

Kas mul oli vaja *õpetajat*, et õppida žongleerimist? Kas ma poleks võinud lihtsalt Youtube'i minna?

Tõepoolest, YouTube on täis tohutul hulgal žongleerimisvideoid ja mõned neist pole sugugi halvad. Pealegi on teiste vaatamine ja nende jäljendamine võib-olla kõige põhilisem viis, kuidas inimesed üldse õpivad.

„Me oleme loodud jälgima,“ nagu ütles mulle Luc Proteau, Montreali Ülikooli kinesioloogia osakonna professor. Meie ajus on hulk piirkondi, mida nimetatakse „tegevuse vaatlusvõrguks“ ja mis aktiveeruvad siis, kui me näeme kedagi tegemas midagi, mis kuulub ka meie enda motoorsesse repertuaari. (Näiteks koera haukumist

vaadates see võrgustik ei aktiveeru, kuna haukumine pole inimeste loomupärane tegevus).

Me simuleerime ise ülesande sooritamist, valmistades ette samu neuroneid, mida kasutame siis, kui päriselt midagi proovime. Tegevuse vaatlusvõrk ei asenda tegutsemist – ainult tegevus ise haarab täielikult motoorse ajukoore osa, kuid see toimib kui peaproov.

Kuid õppimiseks peab olema tahe. Kui vaatleme inimesi tantsimist või sõlmede sidumist õppimas, siis, nagu Bangori Ülikooli psühholoogiaprofessor Emily Cross mulle ütles, aktiveerub tegevuse vaatlusvõrk „tugevamalt, kui vaatame õppimise eesmärgil, võrreldes pelgalt passiivse jälgimisega.” Õppimine, viitas ta, „häälestab aju uue info vastuvõtmiseks.”

Mida rohkem me tahame õppida, seda rohkem me käivitame aju. Mida uudishimulikum oled, et küsimustele vastuseid saada, seda suurem on võimalus, et see jääb sulle meelde. Inimesed, kes usuvad, et nad peavad midagi õppides seda hiljem teistele õpetama, paistavad õppivat motoorseid oskusi paremini kui need, kes lihtsalt oskust soovivad omandada. Huvitaval kombel me paistame õppivat paremini, kui vaatame algajate vigu täis pingutusi. Kui vaatame ekspertide veatuid sooritusi, vaatame tegelikult ju kedagi, kes ei õpi. Õppimise nägemine aitab meil õppida.

*

Žongleerimise või mõne muu oskuse puhul ei pruugi kellegi teise vaatamine olla piisav. Sul on vaja kedagi, kes vaataks sind. Juhendamine pakub seda, mida YouTube ei suuda anda, nimelt tagasisidet. Heather Wolf jälgis pidevalt minu käte asendit, visete kõrgust ja seda, kuhu ma vaatasin.

Ta andis teada, kui ma midagi valesti tegin, aga veelgi olulisem oli, et ta andis teada, kui ma midagi õigesti tegin. Kuigi me kaldume tagasisidet pidama diagnostiliseks tööriistaks, mis parandab vigu, siis näitab üha kasvav uuringute kogum, et inimesed

mitte ainult ei soovi tagasisidet oma edukate katsetuste kohta, vaid see aitab neil paremini õppida.

Lõppude lõpuks on žongleerimise või surfamise taolistes tegevustes rohkem võimalusi midagi valesti teha kui õigesti – seega miks mitte keskenduda sellele, mis töötab? Ja kuna positiivne tagasiside tõstab õppija enesekindlust ja motivatsiooni, võib see olla kasulik, kui pidevalt osutada sellele, mida nad valesti tegid ja mis muudab neid ärevamaks ja liialt teadlikuks iseendast.

Loomulikult võib tagasisidet olla liiga palju. Õppijatena peame tegema omaenda vigu ja siis leidma viisi, kuidas neist üle saada. Me peame meeles pidama, et kehv *sooritus* ei tähenda halba *õppimist*. Iga kord, kui ma žongleerisin, tegin ma seda natuke teisiti; teadlased nimetavad seda katsest-katsesse varieerumist „müraks“.

Minu sooritus oli täiesti kaootiline. Üks päev suutsin žongleerida mitukümmend kolme palli seeriat järjest, järgmisel päeval aga vaevu mõned korrad. Aga siis paranes tulemus järsult. See oli normaalne: Massachusettsi Tehnoloogiainstituudi žongleerimise uuringus märgiti, et peaaegu kõik uuringus osalejad kogesid järjestikuseid „läbimurdeid“, kus nende eduvõimalused paranesid järsult ja dramaatiliselt. Eksimused või „programmivead“, nagu uuringus täheldati, tulevad kõik korraga. Ühe palli viskasin liiga hilja, järgmisega kiirustasin, ja siis ei visanud viimast üldse. Kui ma kuidagi suutsin esimese vea parandada, siis sain premeeritud edukate visete jadaga. Alguses on see sageli lihtsalt vedamine – me nimetame seda algaja õnneks – mis eristab head ja halba sooritust.

Olin nagu need lapsed, kes Adolphi laboris kõndima õpivad: ühel päeval suurepärased kõndijad, järgmisel komistavad õpipoisid. Kuid kogu selles varieerumises hakkasin järk-järgult üles ehitama vastupidavaid lahendusi.

Mõnikord ei tule need lahendused ei õpetusvideotest ega juhendaja tagasisidest. Mõtleme näiteks kuulsa olümpiasportlasest kõrgushüppaja Dick Fosbury juhtumile. Noore sportlasena Oregonis pingutas Fosbury, et üldse kooli kergejõustikumeeskonda kõrgushüppajana püsima jääda. Tema isiklik rekord kõrgushüppes, umbes 1,63 meetrit, oli tavaliselt võistluste algkõrgus.

Kui läbikukkumine näis vältimatu, hakkas ta mõtlema, kas peaks tagasi pöörduma vanema hüppestiili juurde, mida kutsuti „käärhüppeks“, milles tõstetakse jalad ükshaaval üle lati, samal ajal kui ülakeha jääb püstiseks. See tehnika oli aga suuresti kõrvale jäänud, kuna selle asemel oli hakatud eelistama rullhüpet – kõhuli üle lati rullimine. Fosbury lihtsalt ei suutnud rullhüpet omaks võtta.

Kaotada polnud enam palju, seega pöördus ta tagasi käärhüppe stiili juurde ja ületas napilt lati, mis oli seatud 1,68 meetri kõrgusele. See oli tema uus isiklik rekord, kuid ta mõistis, et kõrgemale hüppamiseks peab ta midagi muutma. Järgmise hüppe ajal sähvatas tal keset hüpet mõte: „Kalluta end tahapoole.”

See väike liigutus ei näinud just ilus välja – üks ajakirjanik nimetas seda „õhus toimuvaks krambihooks” –, kuid see andis talle vajaliku tõuke. „Ma ei muutnud oma stiili,” ütles Fosbury ise. „See muutus minu sees.”

Fosbury käärhüppe stiili improvisatsiooniline edasiarendus andis alguse uuele hüppestiilile, mida hakati nimetama Fosbury flopiks ja mis muutis kõrgushüppemaailma täielikult. See ei olnud jäljendamise tulemus, sest keegi teine ei teinud seda. See ei olnud juhendamise tulemus, sest keegi ei õpetanud seda. Õeldi, et see on füüsikaseadustega vastuolus; arutati isegi, kas see võiks olla reeglitevastane. Kuid Fosbury, kes lihtsalt võitles koha eest oma kooli võistkonnas, leidis selle stiili tänu omaenese katsetamisele – ta õppis seda sõna otseses mõttes lennult.

KUIDAS OSKUSTE OMANDAMINE ON NAGU KÕRGE INTENSIIVSUSEGA INTERVALLTREENING AJULE

Pärast nädala jagu žongleerimist olin ma täiesti teine inimene.

Ma ei mõtle ainult seda, et olin tulvil enesekindlust või et mu vaade elule oli veidi päikselisem. Ma mõtlen, et olin tõesti muutunud.

„See väike ja süütu tegevus – pallide õhku viskamine – on erinevates uuringutes näidanud, et muudab aju funktsioone.“ Seda „aktivatsioonist sõltuvat aju struktuurset plastilisust“, nagu seda on nimetatud, ilmneb juba vaid nädala jooksul. Žongleerimine

ei muuda mitte ainult hallainet, aju „töötlemiskeskusi“, vaid ka valgeainet – võrguühendusi, mis seovad selle kõik kokku.

Muudatused toimuvad sageli pigem nägemiskorteksis kui motoorses korteksis, mis kinnitab põhimõtet, et žongleerimine ei seisne niivõrd käte osavas liigutamises, vaid pigem selles, kui hästi suudetakse jälgida ja ennustada, kuhu pallid liiguvad.

Kui me õpime midagi tegema, reageerib aju sellele eriti aktiivselt – märksa enam kui siis, kui teeme midagi, mida oleme juba õppinud.

See ei tähenda, nagu sageli väidetakse, et meie aju „kasvab“. Aju suurus ega kaal ei muutu. Pigem toimub selle sees ümberkorraldus. „Uue oskuse õppimine eeldab, et närvikude hakkaks toimima uuel viisil,“ ütles mulle neuroteadlane – ja žonglööri! – Tobias Schmidt-Wilcke, kes töötab Saksamaal Bochumi Ruhr-Ülikoolis. „Ei ole nii, et mida rohkem me õpime, seda rohkem koguneb hallollust mingisse piirkonda. Kõik seisneb ümberkujundamises ja töö ära tegemises väga piiratud ruumis.“

Teisisõnu ei tähenda õppimine seda, et me lihtsalt kuhjame ajusse aina rohkem hallollust (sest me *pidevalt* õpime midagi). Nii nagu lihased muutuvad oskust õppides tõhusamaks, muutub ka aju. Pärast esmast „plahvatust“, mis kaasneb millegi uue õppimisega, hakkab hallolluse tihedus vähenema. Me kasutame vaid seda, mida vaja, jättes alles just niipalju, et ülesanne saaks tehtud; oskuse sooritus jääb stabiilseks isegi siis, kui tihedus väheneb.

Üks igavese algaja eeliseid on see, et sa ei tee lihtsalt rutiinselt läbi üht maratoni, vaid pakud oma ajule erinevaid kõrge intensiivsusega intervalltreeninguid. Iga kord, kui hakkad uut oskust õppima, kujundad oma aju taas ümber. Treenid oma aju üha tõhusamaks.

Mul oli tunne, et sel ajal kui üritasin kolme palliga žongleerimist selgeks saada, siis ma nagu *tajusin* neid protsesse töötamas. See pani lausa mu pea valutama, kui püüdsin aru saada, mida ma tegema pean. Lõpuks suutsin seda teha ilma mõtlemata.

Siis proovisin õppida mõnd kolme palli variatsiooni, näiteks „Millsi segadust“⁵. Ja mulle tundus juskui mu pea hakkaks taas tuikama hallaine ja valgaine keeristes.

Kui see tuikamine muutus pigem kloppimiseks, tundus paras hetk selle liigutuse õppimine lõpetada. Tõepoolest, uuringud on näidanud, et uni – või isegi lihtsalt lühike puhkus – on üks parimaid õppevahendeid. Puhkeolekus aju kinnistab mälestusi sellest, mida sa just üritasid teha; suur osa igast oskusest seisneb lõppude lõpuks selles, et sa mäletad, kuidas midagi teha. Nagu spordiülekandes – paus võimaldab ajul teha aegluubis analüüsi su viimasest pöörasest tegutsemispuhangust.

Huvitaval kombel ei paistnud žongleerimise õppimisega kaasnev plastilisus sõltuvat sellest, *kui hästi* keegi seda oskas. „Aju tahab mõistatada ja midagi uut õppida,“ pakkus üks teadlane. Aju naudib õppimist õppimise enda pärast.

Samuti ei näi vanus olulist rolli mängivat. Uuringus, milles vaadeldi vanemaealisi katsealuseid (keskmine vanus 60 aastat), leiti sarnast aju plastilisust nagu varasemas uuringus, kus osalejate keskmine vanus oli 20 aastat.

„Isegi kui ei ole eriti tõenäoline, et sinust saab ekspert,“ ütles mulle Schmidt-Wilcke, „tuleks ikkagi proovida midagi uut õppida.“

*

See nõuanne oli mul meeles ühel päeval, kui sõitsin koos Heather Wolfiga Manhattanile Upper West Side’i, et kohtuda ühe tema õpilasega, kellest ta oli mulle rääkinud.

Ühes kõrgel korrusel asuvas valgusküllases nurgapoolses korteris kohtusime Steve Schraderiga. Hallipäine ja väike, krapsaka sammuga Schrader pakkus mulle kohvi ning küsis, kust ma tulen. „Brooklynist,“ vastasin. Tema nägu lõi särama ja ta hüüatas: „Ma olin seal kolmapäeval, oma sünnipäeval!“ Ta oli just saanud 81-aastaseks. Sünnipäevakaartide värviline mets laotus suure klaveri peal.

⁵ Tõlkija märkus: Mills Mess on kolme palliga mustiline žongleerimistehnika, kus käed ristuvad, liiguvad ringikujuliselt ja pallid lendavad kaarjate trajektooridega. (Library of Juggling)

Schrader jättis mulle mulje kui suurepärasest vanakooli New Yorgi karakterist. Ta oli terve elu elanud Upper West Side'il. „Ma ei lähe kunagi 96. tänavast allapoole,“ viskas ta nalja. Tema isa Abe, Poola immigrant, oli tuntud rõivatootja (hüüdnimega Ultraseemisnaha kuningas), kelle auks kuulutati Ed Kochi valitsusajal välja isegi temanimeline päev. Hiljem müüs Abe oma ettevõtte maha ja hakkas 90-aastaselt Wall Streeti päevakauplejaks.

Steve'i elu oli olnud veelgi mitmekesisem ning ta mõjus mulle kui elukestva õppe musternäidis. „Olen oma elus olnud justkui diletant,“ ütles ta. Noorpõlves tiirutas ta Greenwich Village'is ajal, mil Bob Dylan seal laineid lõi. Ta mängis kitarri, andis välja mõned CD-plaadid. Ta on maalinud. Müüs kleite, õpetas keskkoolis ja pidas väikest kirjastust. Tema tõeline armastus – „neid asju, millega jamada, on ainult piiratud arv“ – on kirjutamine, ja ta andis mulle kaasa mõned oma raamatud: naljakad ja melanhoolsed esseed tema elust ja New Yorgi linnast.

Aasta enne seda oli Schrader oma oskuste hulka lisanud žongleerimise. Tal olid olnud mõningased terviseprobleemid – sapipõis eemaldatud, südamestimulaator paigaldatud – ja ta tundis end väga masendunult. Arst soovitas tal loobuda armastatud tennisest, mille ta oli avastanud neljakümneselt.

Ühes kohalikus keskus, mis toetab eakate iseseisvat kodus elamist, märkas ta žongleerimistundi. „See oli minu jaoks väga raske, ehkki tõtt-öelda ei olnud see juhendaja ka just eriti hea õpetaja.“ Ta proovis mõnda aega iseseisvalt harjutada, aga edusamme ei tulnud. Siis leidis ta Heather Wolfi. Alguses käis ta tema grupitundides. „Tundsin, et ma ei sobitu sinna,“ ütles ta. „Ma olin umbes 40–50 aastat vanem kui kõik teised.“ Tal oli tunne, nagu sageli tema vanuses, et inimesed „vaatasid temast lihtsalt mööda“. Aga talle meeldis Wolf ja nii ta palkas ta endale kord nädalas eratunde andma. Tema eesmärk, nagu ta poolnaljaga ütles, oli pääseda Guinnessi rekordite raamatusse kui vanim inimene, kes on viie palliga žongleerimise ära õppinud.

See polnud lihtne. Selleks ajaks olin enam-vähem ära õppinud kolme palliga kaskaadi ja liikusin edasi nelja palli „asünkroonilise“ žongleerimise juurde. See näeb

üsna muljetavaldav välja ja nagu Wolf märkis, ei saa enamik inimesi selles etapis enam arugi, mitu palli tegelikult õhus on.

Nagu Schraderil, oli ka minul eesmärgiks viis palli – vilunud žonglööri tunnus. Wolf ütles, et selle selgeks saamine võib võtta aasta, isegi kui harjutada järjepidevalt. Võib-olla isegi kaks. Meil Schraderiga oli lohutuseks teadmine, et ka Massachussetsi Tehnoloogiainstituudi geenius Claude Shannon oli hädas neljalt pallilt viiele üleminekuga. „See oli midagi, mida ta ei suutnudki omandada,“ kirjutab Jon Gertner, „ja mis tegi selle veelgi ahvatlevamaks.“

Žongleerimist õppides puutus Schrader kokku paljude samade probleemidega, millega ka mina. Ilma juhendajata harjutas ta vales tehnikas – näiteks hoidis ta visates käsi liiga kõrgel – ning kinnistas halvad harjumused.

Pärast esialgseid raskusi koges ta aga oskuse täiustamise vooruslikku tsüklit: mida rohkem sa õpid, seda rohkem see sulle meeldib; mida rohkem see meeldib, seda rohkem harjutad; mida rohkem harjutad, seda paremaks saad.

Ta oli ka väga teadlik ühest teisest tõest oskuste õppimises: „Mida vanemaks sa saad,“ ütles ta, „seda rohkem pead vaeva nägema.“ Žongleerimisalases uuringus, mis näitas, et vanematel žonglööridel tekkis hallaines samasugune muutus nagu noorematel, torkas silma veel üks fakt. Kolme kuu pikkuse treeningu järel saavutas 60 sekundit katkematut žongleerimist 100% nooremast grupist (keskmine vanus 20), kuid vanemast grupist (keskmine vanus 60) vaid 23%. Uuring lõppes soovitusena, mille Schrader, nagu ta isa, oli südamesse võtnud: „Vanemaks saades ei peaks inimesed tegema vähem, vaid rohkem, et oma võimeid säilitada ja arendada.“

Aga siin on veel üks üllatusmoment: mida rohkem uusi asju vanemad inimesed õppima hakkavad, seda kiiremini nad näivad õppivat – seda enam muutuvad nad nooremate sarnaseks. Tundub, et õppimisoskus on eluaegne sport.

2. TEOREETILINE RAAMISTIK

Magistritöö teoreetiline raamistik tugineb funktsionalistlikule tõlketeooriale, eelkõige *skopos*-teooriale, mis rõhutab tõlke eesmärgi ja sihtteksti funktsiooni keskset rolli tõlkestrateegiate valikul. Kuna uurimisobjektiks on eneseabiõpik, mille tõlkimisel tuleb arvestada konkreetse sihtgrupi ootusi ja kultuurikonteksti, on oluline käsitleda ka tekstitüüpe ja nende funktsioone. Käesolevas peatükis vaadeldakse esmalt *skopos*-teooria põhimõtteid ja nende rakendatavust eneseabiõpiku tõlkes. Seejärel käsitletakse teksti tüpoloogiat ja selle rolli tõlkija töös, ning lõpuks antakse ülevaade erinevatest teksti funktsioonide mudelitest, mis aitavad analüüsida tõlgitava teksti suhtlust eesmärgiga sihtruumis.

2.1. *Skopos*-teooria ja eneseabiõpiku tõlke sihtgrupp ja eesmärk

Christiane Nordi teos „Translating as a Purposeful Activity: Functionalist Approaches Explained“ pakub tõlkijatele raamistikku, kuidas läheneda tõlkimisele eesmärgipõhiselt, keskendudes teksti funktsioonile sihtkultuuris. (Nord 1997) Christiane Nord, kes on üks tuntumaid *skopos*-teooria edasiarendajaid, rõhutab oma teoses, et iga tõlkeotsus peaks lähtuma teksti kavandatud funktsioonist sihtkeeles. Nordi mudel täiendab algupärast *skopos*-teooriat, rõhutades tõlkija rolli kultuuride vahendajana. Nordi käsitus pakub tõlkijale praktilise raamistiku, mille abil langetada valikuid, mis teenivad tõlgitava teksti eesmärki sihtkultuuris kõige paremini. (Nord 1997: 17–34) Leian, et seda lähenemist saab rakendada Tom Vanderbilti eneseabiõpiku „Beginners” tõlkimisel eesti keelde.

Skopos-teooriast on eneseabikirjanduse tõlkeanalüüsis ka varem lähtunud (Van Zeldert 2021). Sõna *skopos* tuleneb kreekakeelsest sõnast, mis tähendab eesmärki ja seda mõistet arendas edasi saksa keeleteadlane Hans Vermeer, kes koos Katharina Reissiga pani aluse *skopos*-teooriale. *Skopos*-teooria järgi on igal tõlkel oma eesmärk ehk *skopos* ning seega peab tõlkimisel arvesse võtma, kes on lugeja ja mis on tõlke

eesmärk. Vermeeri järgi määrab teksti eesmärk selle, millist tõlkestrateegiat tõlkija peaks kasutama. (Nord 1997: 27)

Skopos-teooria rakendamiseks on vaja teada, kes on tõenäoline sihtteksti lugeja ja mis on tema ootused. Hispaania teadlane Mur Effing on kirjutanud, et 20. sajandi teises pooles oli eneseabikirjandus enamasti suunatud laiemale, väheharitud publikule. Eneseabikirjanduse üks peamisi omadusi on õpetamisstiil läbi lugude jutustamise (Mur Effing 2009: 133). Tänapäeval on selle žanri stiil sama, ehk jutustavas stiilis ja õpetav. Samuti on see siiani suunatud laiemale, aga minu hinnangul siiski pigem teadlikule publikule.

Ehkki eneseabiõpikud sisaldavad tihti sama palju kultuurilisi viiteid kui ilukirjanduse valdkonda kuuluvad teosed, on eneseabiõpikute lugejate sihtgrupp ja nende ootused ilmselt teistsugused kui ilukirjandusteoste lugejatel ja kultuurilised viited ei mängi lugemisel nii olulist rolli, kuna eneseabiõpikute eesmärk on hoopis teine. Sihtteksti lugeja ootab mõistetavat sisu, mis ei sunniks teda ise mingit eraldi uurimistööd tegema. Selle žanri raamatute lugejad ootavad kiireid lahendusi oma probleemidele enda niigi kaootilises elus. Neil ei pea olema aega, et hakata uurima eraldi viiteid lähtetekstile, samuti ei eelda nad mingite intellektuaalsete või kultuuriliste teadmiste parendamist. (Yılmaz Gümüş 2012: 128)

Eneseabiraamatute peamine eesmärk on peaaegu alati aidata lugejal saavutada õnne ja edu, ning nendes raamatutes on läbivateks temadeks näiteks ärevus testide ees, mälu parandamine, tervislik eluviis ja head suhted iseenda ja oma lähedastega. Eneseabiraamatuks saab pidada niisiis selliseid raamatuid, mille eesmärk on iseenda isiklike või emotsionaalsete probleemide lahendamine ilma professionaalse abita. (Yılmaz Gümüş 2012: 118)

Vanderbilti teose eesmärk on julgustada lugejaid õppima uusi oskusi kogu elu vältel. Seega on teksti funktsioon motiveeriv ja informatiivne. Tõlkija peab tagama, et see funktsioon säiliks ka eestikeelses versioonis, kohandades teksti vastavalt sihtkultuuri ootustele ja normidele. Olles selle kindlaks teinud, saab tõlkija valida, milline saab olema keelekasutus, antud teose puhul on see pigem mitteformaalne ja ehk

isegi isiklikumat tooni, kuna autor jagab oma isiklike kogemusi uute oskuste õppimisest, kirjeldab kahtlusi ja edusamme ausalt ning kõnetab lugejat vahetult, justkui julgustades teda sõbralikus ja kaasavas vormis ise samuti katsetama.

Skopos-teooria rõhutab tõlke eesmärki sihtkultuuris, kuid selle rakendamisel on oluline säilitada tasakaal sihtgrupi ootuste ja lähteautori kavatsuse vahel. Äärmusliku kohandamise näidet pakub Fazilet Akdoğan Özdemiri analüüs Türgi tõlkijast Ömer Rıza Doğrulist, kes tõlkis 1930. aastatel ingliskeelseid eneseabiõpikuid. Doğrul kasutas oma agentsust tõlgete sisulisel ümberkujundamisel, asendades või eemaldades elemente, mis ei sobinud tema ideoloogiliste ja religioossete tõekspidamistega. (Akdoğan Özdemir 2023) Tema töö näitab, et kuigi *skopos*-teooria võimaldab paindlikkust, võib tõlkija liiga vaba sekkumine viia originaalteksti tähenduslike nihestusteni.

Käesolevas töös on eesmärgiks mitte muuta teksti tähenduslikku raskuspunkti ega autori kavatsust, vaid edastada see viisil, mis on sihtkultuuri kontekstis mõistetav ja sujuv. Kuigi tõlkimise käigus on mõningaid sõnu asendatud, täpsustatud või välja jäetud, on kõik otsused tehtud tähenduse selguse ja sihtkeele loomulikkuse eesmärgil, säilitades originaalteksti mõtte ja funktsiooni.

2.2. Tekstitüpoloogia

Nordi lähenemist on mõjutanud Katharina Reissi tekstitüpoloogia, mis jaotab tekstid informatiivseteks, ekspressiivseteks ja operatiivseteks. Reissi tekstitüpoloogia, mis avaldati esmakordselt aastatel 1968–69 (Reiss 1968–1969), põhineb Karl Bühleri 1934. aastal esitatud keelefunktsioonide mudelil. (Nord 1997: 37)

Informatiivsete tekstide põhifunktsioon on anda lugejale infot reaalse maailma nähtuste kohta. Keeleline ja stiililine vorm alluvad sellele funktsioonile. Tõlkija peaks püüdlema selle poole, et edasi anda täpne ja täielik kujutis lähtekeele sisust ning lähtuma sihtkeele kultuuri ja keele valitsevatest stiililistest normidest. (Nord 1997: 38)

Ekspressiivsetes tekstides on informatiivne aspekt täiendatud esteetilise komponendiga või sellele isegi allutatud. Autori tehtud stiililised valikud mõjutavad

teksti tähendust ja avaldavad lugejale esteetilist mõju. Tõlkimisel tuleb seda efekti arvesse võtta. Seega juhinduvad tõlkimisel tehtud stiilivalikud loomulikult lähtekeeles tehtutest. (Nord 1997: 38)

Operatiivsetes tekstides on nii sisu kui vorm allutatud tekstist väljaspool olevatele efektidele, mida tekst soovib saavutada. Operatiivsete tekstide tõlkimisel peaks tõlkija juhinduma eesmärgist tekitada sihtkeeles sama reaktsioon, ehkki see võib tähendada sisu ja/või stiili muutmist. (Nord 1997: 38)

Van Zeldert kirjutab oma magistritöös, et tihti esineb tekstis mitmeid tekstitüüpe, millest üks on siiski domineerivam. Tõlkija peab tegema siis valiku, et otsustada, milline tekstitüüp on sihtlugeja jaoks kõige sobivam, ehk järgima sihtteksti *skopost*. Van Zeldert toob oma uurimustöös välja, et eneseabiõpikud on valdavalt operatiivsed tekstid, mis ajendavad lugejat tegema positiivseid muudatusi. Küll aga sisaldavad nad informatiivseid ja ekspressiivseid elemente. (Van Zeldert 2021: 10-11)

Ka „Beginners“ on teos, mis lugejate väitel on inspireeriv, motiveeriv, kaasahaarav ja informatiivne. Autor julgustab teoses lugejaid uute tegevustega alustamisel, sõltumata sellest, et lugeja on juba teatud vanuses ja hirm ebaõnnestumise ees on suur. Samas sisaldab teos ka informatiivseid elemente – autor annab teoses edasi palju kasulikku informatsiooni, viidates teaduslikele allikatele ja erinevatele uuringutele. Ekspressiivseteks elementideks saab pidada mitteformaalset, kujundlikku ja tabavat keelekasutust. Samuti kasutab ta palju kaldkirja, et teatud sõnu rõhutada. Siia alla kuuluvad ka autori isiklikud kogemused ja mõtisklused. Seega on tegemist tekstitüübiga, mille põhifunktsioon on operatiivne, aga milles esineb nii informatiivse kui ekspressiivse tekstitüübi elemente.

Tihti ei pruugi tekstitüüp tõlkestrateegia valikul rolli mängida, sest üldiselt saab teksti stiili, sisu ja mõju sihttekstis suures osas säilitada ilma, et ühte tüüpi peaks teise kasuks eelistama. Küll aga tuleb tekstitüübi alusel liigitamine kasuks, kui tekivad tõlkeprobleemid, mille tõttu tõlkija peab valima stiili, sisu või efekti vahel. (Van Zeldert 2021: 12) Üks esimesi tõlkeprobleeme, mis mul magistritöö aluseks oleva teose valitud peatükkide tõlkimisel tekkis, oli otsustada, kas kultuurispetsiifilisei

termineid on vaja säilitada, asendada või välja jätta ja leida sobiv lahendus tähenduse edasi andmiseks. Tõlkeanalüüsis analüüsin selliseid näiteid nagu *Cheeriose krõbinad*, *Macy kaubamaja*, *New Yorgi linn*, *tänapüha paraadi hõljuvad dekoratsioonid* ja *Bob Dylan*, kus iga näite puhul oli vajalik lisada täiend, et lähteteksti sisu oleks sihtteksti lugejale arusaadav ja loomulik. Probleem oli see seetõttu, et eestikeelsel lugejal ei pruugi olla piisavalt eelnevat kultuurilist teadmist, et ilma täiendita mõista, millele on autor viidanud.

Ka kujundlike väljenditega (nt *herky-jerky*, *willy-nilly*) oli vaja otsustada, kas neile leiab sihttekstis samaväärse vaste ja õnnestub stiili säilitada või tuleb leida muu lahendus. Kujundlikule väljendile õnnestus mul ainult ühe näite põhjal leida metafoorne vaste (*B-roll of mistakes* -> „*kulissidetagune*“ *materjal*), muudel juhtudel tuli otsustada tähenduse edasi andmine neutraalsema tooniga, mille tõttu kannatas autori ilmekas keelekasutus ja teksti ekspressiivsus.

Samuti oli üks lahendamist vajav probleemkoht tehnilised ja erialased terminid, mis ei ole eesti keeles laialdaselt kasutusel või millel puudub eesti keeles sarnane termin. Näiteks on Tom Vanderbilt kasutanud terminit *overlearned*, mis otsetõlkes oleks midagi sellist nagu „üleõpitud“, aga eesti keeles ei ole sellist terminit. Selles kontekstis viitab see millelelegi sellisele, mida inimene teeb ilma, et ta selle peale mõtleks – nagu näiteks kõndimine. Mina lahendasin oma tõlkes selle sõnaga „automaatne“. Katharina Reissi tekstitüpoloogia keskendub sellele, kuidas tõlkida tekste, võttes arvesse eri tüüpi tekstide omadusi ja konteksti. Teksti tüübi kindlakstegemine aitab tõlkijal otsustada, millele tõlkes keskenduda. Tõlkija ei pea keskenduma ainult sõnalisele täpsusele, vaid peab arvestama ka sihtkeele kultuurilisi ja kontekstuaalseid eripärasid. (Nord 1997: 28–33, 40–45)

2.3. Teksti funktsioonide mudelid

Teksti tüüpide kõrval on olulisel kohal ka teksti funktsioonide mudelid. Teksti funktsioonide eristamine tõlkes on oluline, sest see aitab tõlkijal mõista, milleks tekst

on loodud ja millist mõju see peaks sihtkultuuris avaldama. Karl Bühler on välja arendanud teksti funktsioonide mudeli, kus eristatakse referentsiaalset, apelatiivset ja ekspressiivset funktsiooni. (Bühler 1934) Christiane Nord on seda omakorda edasi arendanud ja lisanud faatilise funktsiooni, mis on kohandatud Roman Jakobsoni keelefunktsioonide mudelist. (Nord 1997: 40) Järgnevalt tutvustan lühidalt neid funktsioone.

Referentsiaalne funktsioon on suunatud tegeliku või kujuteldava maailma objektidele. Selle funktsiooni täitmiseks peab lugeja suutma seostada teksti sisu enda maailmamudeliga. Kuna maailmamudeleid kujundavad kultuurilised vaatenurgad ja traditsioonid, võivad lähtekultuuri lugejad tõlgendada referentsiaalset funktsiooni teisiti kui sihtkultuuri lugejad. See põhjustab olulisi tõlkeprobleeme. Analüüsis toon välja ühe näitena ingliskeelse väljendi *your John Hancock*, mis tähendab allkirja kirjutamist. Ameerika lugejale on see väljend selge kultuurilise taustateadmise tõttu. Eesti lugeja jaoks puudub aga sellel fraasil nii kultuuriline kui ajalooline tähendus, mistõttu referentsiaalsus ei toimi ootuspäraselt. Tõlkija peab otsustama, kas säilitada originaalväljend, lisades vajadusel selgitava märkusena taustateavet, või asendada see sihtkultuurile vastava funktsionaalselt ekvivalentse väljendiga. Mõlemad valikud mõjutavad seda, kuidas tekst sihtkultuuris referentsiaalselt toimib.

Ekspressiivne funktsioon on autori-keskne. Autori arvamused või hoiakud seoses viidatavate nähtustega põhinevad väärtussüsteemil, mida eeldatavasti jagavad nii autor kui ka lugeja. Kuid kultuuridevahelises suhtluses kuulub autor tavaliselt lähtekultuuri ja lugeja sihtkultuuri. Kuna väärtussüsteeme kujundavad kultuurinormid ja traditsioonid, võib lähtekeelset teksti loonud autori väärtussüsteem erineda sihtkultuuri lugejate omast. (Nord 1997: 42) Vanderbilti teoses ilmneb ekspressiivne funktsioon isiklikes kogemustes ja sisekaemustes, mida ta jagab uute oskuste õppimisest. Siinkohal saab ka näiteks tuua nii kaldkirjaga rõhutamist kui ka peatüki „Õppimise õppimine“ lõpus olevate soovitude jagamist.

Apelatiivne funktsioon (Jakobsoni terminoloogias *konatiivne*) on suunatud lugeja tundlikkusele või valmisolekule tegutseda ning selle eesmärk on ajendada teda

reageerima teatud kindlal viisil. (Nord 1997: 42) Tõlkimisel võib probleem tekkida siis, kui lugeja ei suuda mingil põhjusel infot vastu võtta. Sihtkultuuri lugejale on vaja sellisel juhul see probleem lahendada selliselt, et autori esitatud info jõuaks temani. Üheks näiteks siin võib taas tuua kaldkirja kasutamist, mida on lähtetekstis väga palju ja mida ma tõlkijana otsustasin sisse jätta („Seda on rohkem kui keskmisel *täiskasvanul* Ameerikas.“), et jätta alles autori rõhutav toon. Samuti väljendub apelatiivne funktsioon teose motiveerivas toonis, milles autor julgustab uusi asju õppima.

Faatiline funktsioon on suunatud kontakti loomisele, hoidmisele või lõpetamisele autori ja lugeja vahel. Mida konventsionaalsem on keeleline vorm, seda vähem lugeja sellele tähelepanu pöörab. Probleem seisneb aga selles, et keelekasutus, mis ühes kultuuris tundub tavaline, võib teises osutada ebatavaliseks. Kui autor kasutab väljendusviisi, mis ei vasta ootuspärasele normile, võib see kõita lugeja tähelepanu ja viidata sellele, et autoril on olnud eriline põhjus just selline sõnastus valida. (Nord 1997: 44) Näitena võib tuua autori otsese pöördumise lugeja poole („Kogu selle imikuparkuuri mõte – **ärge muretsege, keegi ei saa haiget** – on mõista, kuidas imikud omandavad ühte elu suurimat oskust: liikumist.“). Selline väljendusviis loob vahetu suhtluskanali lugejaga ja aitab säilitada teksti faatilist funktsiooni.

Ei ole haruldane, et ühes tekstis esinevad korraga mitu tekstitüüpi ja teksti funktsiooni. Nagu eelnevalt välja toodud, on kõik Christiane Nordi määratletud funktsioonid mingil määral esindatud ka Tom Vanderbilte teoses „Beginners“. Tõlgendades teost Nordi funktsiooniteooria alusel, võib järeldada, et üht selgelt domineerivat funktsiooni on keeruline esile tuua. Siiski näib, et tekstis on esiplaanil apelatiivne ja faatiline funktsioon, mida toetavad ka referentsiaalne funktsioon ning vähesemal määral ekspressiivne funktsioon.

3. TÖLKEANALÜÜS

Magistritöö praktilises osas pidin lahendusi otsima enamasti järgmistel juhtudel:

- mõõtude teisendamisel ja arvude tõlkimisel,
- kui sihtkeeles puudus konkreetse termini vaste,
- kui sihtkeeles puudus kultuurispetsiifilise viite vaste,
- sõnade väljajätmine või lisamine selleks, et tekst oleks sihtkeeles loomulik.

Materjali, mida oleks võinud analüüsida, oli väga palju, ja lõplik valik selgus tõlkimise käigus tehtud märkmete põhjal. Keskendusin nendele tõlkestrateegiatele ja tõlkeprobleemidele, mis tundusid sisuliselt tähenduslikud ja potentsiaalselt huvipakkuvad ka teistele lugejatele. Tuleb rõhutada, et iga käsitletud probleemitüübi puhul oleks olnud võimalik tuua veel täiendavaid näiteid ning avada uusi tõlgendusvõimalusi, kuid töö mahu piirangute tõttu tuli teha valik. Mõnede tõlkeprobleemide lahendamisel oli abiks tuginemine keele- ja lokaliseerimismõõtmistele, näiteks arvude vormistamisele (arvude teisendamisega seotud küsimused, kümnendpunkti asemel koma kasutamine jm). Teiste, keerukamate juhtude puhul oli vajalik tõlkija loomingulisem lähenemine, kus *skopos*-teooria rakendamine andis tõlkeeesmärgist lähtuvat tuge otsuste langetamisel.

Tõlkeanalüüsis toodud näited on esitatud tabelina, kus vasakpoolses veerus on lähteteksti lause (lähteteksti lehekülje numbriga) ja parempoolses veerus on tõlkelause. Arutluse all olevad sõnad on tabelis poolpaksus kirjas.

3.1. Mõõtühikute teisendamine ja arvude tõlkimine

Üks esimesi probleeme, mis tõlkimisel ette tuli, oli mõõtühikute teisendamine ja arvude tõlkimine. Arvude teisendamine ja tõlkimine on tihedalt seotud informatiivse tekstitüübi järgimisega *skopos*-teooria raames, kuna see toetab info edastamist arusaadaval ja sihtkultuurile kohasel viisil. Järgnevalt analüüsin kaheksat näidet, kus oli vaja leida lahendusi, mis sobiksid eestikeelsele lugejale.

<p>1. There I watched a gregarious fifteen-month-old named Lily as she gamely adjusted to the fact that her body weight had just increased 15 percent. (Vanderbilt 2021: 57).</p>	<p>Seal nägin seltskondlikku aasta ja kolme kuu vanust Lilyt, kes vapralt kohanes teadmisega, et tema kehakaal oli just tõusnud 15 protsenti.</p>
---	---

<p>2. A well-travelled eleven-month-old tops a reluctant sixteen-month-old (Vanderbilt 2021: 63).</p>	<p>Tublisti ringi liikunud üheteistkümnekuune võib edestada tõrksat aasta ja nelja kuu vanust.</p>
---	--

Eesti keele õigekirjareeglite kohaselt on vanuse, mõõtmete, kaalu ja muude sarnaste näitajate kirjutamine numbritega tavaline ja soovitatav. See aitab tagada selguse ja ühtsuse, eriti kui arvud esinevad koos mõõtühikute või lühenditega. (Eesti Keele Instituut 2022) Küll aga ei ole eesti keeles tavapärane kirjutada väikelaste vanuseid kuudes pärast aastaseks saamist. 1–3 aastaste laste puhul kasutatakse pigem siis sellist varianti nagu esimeses näites näidatud – *aasta ja kolme kuune*.

<p>3. Each hour, the average toddler (from twelve to nineteen months) travels the length of some eight football fields, taking some twenty-four hundred steps (Vanderbilt 2021: 58).</p>	<p>Igas tunnis läbib keskmine väikelaps (aasta kuni pooleteise vanuses) umbes kaheksa jalgpalliväljaku pikkuse tee, tehes umbes 2400 sammu.</p>
--	---

<p>4. Even though it only makes walking harder, new walkers will often carry things – some thirty-eight times per hour (Vanderbilt 2021: 59).</p>	<p>Kuigi see teeb kõndimise keerulisemaks, hoiavad äsja kõndima õppinud imikud tihti peale käes esemeid – koguni kuni 38 korral tunnis.</p>
--	--

<p>5. Workplace falls cost some seventy billion dollars in the United States alone, according to the Occupational Safety and Health Administration (Vanderbilt 2021: 60).</p>	<p>USA Tööohutuse ja Töötervishoiu Ameti sõnul maksavad kukkumised töökohal ainuüksi USAs ligikaudu 70 miljardit dollarit.</p>
--	---

Eesti keeles kehtib samuti enamasti reegel, et väiksemad arvud kirjutatakse sõnadega ja suuremad arvud enamasti numbritega, kui arv ise on oluline täpsusena või kui tekstis on palju numbreid. Ilukirjanduslikus formaadis võib ka suuremaid numbreid kirjutada sõnadega, eriti kui see kõlab loomulikumalt. (Eesti Keele Instituut 2022) Mina otsustasin oma tõlkes ühtset joont hoida ja kirjutasin enamjaolt arvud numbritega.

<p>6. Some 2.6 million steps, or about six months, later, by Adolph’s estimate, infants will become proficient walkers (they don’t reach “adultlike” fluency until they’re between five and seven) (Vanderbilt 2021: 59).</p>	<p>Umbes 2,6 miljonit sammu, või umbes kuus kuud hiljem, saavad Adolphi hinnangul imikutest vilunud kõndijad (täiskasvanuliku sujuvuse saavutavad nad 5–7 aastaseks saades).</p>
---	--

Lokaliseerimistavasid järgides kasutatakse kümnendmurdude kirjutamisel eesti keeles koma, mitte punkti. Seetõttu kirjutatakse näiteks 2,6 miljonit komaga, mitte punktiga nagu lähtetekstis. (Eesti Keele Instituut 2022). See tava erineb inglise keelest, kus kümnendmurdude eraldajana kasutatakse punkti.

Järgneva kahe näite põhjal oli oluline sihtkeele lugeja jaoks teisendada tollid sentimeetriteks, sest vastasel juhul oleks lugejal vägagi tõenäoliselt neid mõõte raske ette kujutada ja mis oleks arusaamise muutnud keerulisemaks, mõjutades ka teksti informatiivsust.

7. ...they've been reported to wake up almost an inch taller than when they went to sleep. Their head can grow nearly a third of an inch in circumference overnight (Vanderbilt 2021: 65).	...on täheldatud, et nad ärkavad peaaegu 2,5 cm pikemana kui magama minnes. Nende pea ümbermõõt võib üleöö kasvada peaaegu 0,8 cm .
8. His personal best, five feet four inches , was typically the <i>starting</i> height at meets (Vanderbilt 2021: 194).	Tema isiklik rekord kõrgushüppes, umbes 1,63 meetrit , oli tavaliselt võistluste algkõrgus.

3.2. Täpsustava lisandi kasutamine kultuurispetsiifiliste viidete puhul

Järgnevalt toon välja viis näidet, kus oli kultuurikontekstist sõltuvalt vaja lisada täpsustavaid lisandeid, et eestikeelsele lugejale oleks arusaadav, millest juttu. Sellisel viisil lahendus säilitab lähtekultuuri elemendid, kuid selgitab või täpsustab nii, et sihtkeele lugeja ei jääks tähendusest ilma. Selles alapeatükis toodud näidete lahendused järgivad *skopos*-teooria ideed, et tõlkija võib teksti kohandada, et see täidaks sihtkeeles sama funktsiooni kui lähtekeeles – antud juhtudel tekitada selge kujutluspilt ja edastada tähendus. Täpsustav lisand ei riku originaali autentsust, vaid tugevdab kommunikatiivset eesmärki, säilitades tasakaalu lähtekultuuritruuduse ja arusaadavuse vahel.

9. ...she steadfastly plodded on an instrumented, pressure-sensitive mat toward her smiling and cajoling mother, who offered a handful of Cheerios (Vanderbilt 2021: 57).	...kui ta kulges seadmetega varustatud survetundlikul matil kindlameelselt edasi oma naeratava ja meelitava ema poole, kes pakkus talle peotäie Cheeriose krõbinaid .
--	--

Näites nr 9 on säilitatud originaal kaubamärginimi *Cheerios*, kuid lisatud üldistav nimisõna *krõbinad*, et täpsustada, millega tegemist on. Eesti lugejale ei pruugi

nimi *Cheerios* iseenesest anda edasi, et tegu on hommikusöögikrõbinatega, mistõttu aitab lisand mõista situatsiooni (laps suundub ema poole, kes meelitab teda toiduga).

10. This quickly became overwhelming, and my flurry of scarves looked as if I were frenetically ransacking a bargain bin at Macy's (Vanderbilt 2021: 183).	See muutus kiiresti üle jõu käivaks ja mu sallide virvarr nägi välja nagu ma oleksin pööraselt rüüstanud Macy'i kaubamaja sooduspakkumiste riulit.
---	---

Macy's kui Ameerikas tuntud kaubamaja ei pruugi eestikeelsele lugejale olla tuttav. Seetõttu olen lisanud sõna *kaubamaja*, mis täpsustab referendi funktsiooni ning võimaldab paremini mõista stseeni – lugeja visualiseerib sooduspakkumiste ala kaubanduskeskuses, mitte näiteks isikunime või muu tähenduseta nimisõnana.

11. His true love – “there’s only so many things I can screw around with” – is writing, and he gave me a few of his books: funny, elegiac essays about his life and the city (Vanderbilt 2021: 198).	Tema tõeline armastus – „neid asju, millega jamada, on ainult piiratud arv” – on kirjutamine, ja ta andis mulle kaasa mõned oma raamatud: naljakad ja melanhoolsed esseed oma elust ja New Yorgi linnast .
---	---

Vanderbilt viitab antud kontekstis sõnaga *the city* New Yorgile. Kuna lugejale ei pruugi ainult „linn“ olla piisav, et kohe mõista, et tegemist on New Yorgiga, siis olen valinud otsese viite New Yorgi linnale, tagades lugejale selguse.

12. ...even when sitting still, infants are subtly swaying, like Thanksgiving	...isegi paigal istudes õõtsuvad imikud õrnalt, nagu tänupüha paraadi
--	--

parade floats , as they work to perfect balance (Vanderbilt 2021: 60).	hõljuvad dekoratsioonid , püüdes tasakaalu säilitada.
---	--

Parade floats on spetsiifiline kultuuriline mõiste, mis Ameerika kontekstis tähistab paraadil osalevaid liikuvatel alustel ehitatud suuremõõtmelisi kujundeid, installatsioone või kujukesi – sageli ka animeeritud või muusikalisi. See mõiste eeldab kultuuriteadlikkust. Kuna eestikeelse lugeja jaoks ei pruugi sõna *float* selles tähenduses olla tuttav, kasutasin kirjeldavat ja tähendust avavat tõlget nagu *hõljuvad dekoratsioonid*.

13. He haunted Greenwich Village in the days of Dylan (Vanderbilt 2021: 198).	Noorpõlves tiirutas ta Greenwich Village’is ajal, mil Bob Dylan seal laineid lõi.
---	--

Eesnime *Bob* lisamine tõlkes on oluline, sest ingliskeelses kontekstis piisab sageli ainult perekonnanimest *Dylan*, et lugeja mõistaks, et jutt käib Bob Dylanist. Eesti keeles aga ei pruugi ainult *Dylan* lugejale kohe selgelt viidata konkreetsele isikule, mistõttu eesnime *Bob* lisamine suurendab äratuntavust ja tagab, et kultuuriviide ei lähe kaduma. See muudatus aitab lugejal kiiremini seostada, kellest jutt käib, säilitades lähteteksti tähendusliku selguse ja mõju.

3.3. Tehniliste ja erialaste terminite selgitused

Järgmiseks pööran tähelepanu selliste tehniliste ja erialaste terminite tähenduse selgitamisele, mis on sageli seotud teaduse, kehalise või psühholoogilise terminoloogiaga. Nagu teoreetilises raamistikus selgitatud, on antud teksti tüüp peamiselt operatiivne ja peamiseks eesmärgiks on motiveerimine ja inspireerimine. Seega olen valinud tehnilised ja erialased terminid tõlkida lugejale selliselt, et need oleks koheselt mõistetavad ehk siis sõnastan neid selgitavalt.

14. “We’re not bouncy, hypotonic , and fat,” Adolph said (Vanderbilt 2021: 60).	„Me ei ole põrkuvad, madala lihastoonusega ega paksud,“ ütles Adolph.
--	--

Sõnaveebi järgi on *hüpotoonia* esimene tähendus madal vererõhk ja teine tähendus kudede ja elundite alanenud pingus (Sõnaveeb 2025). Veebiotsingus tuleb eesti keeles viiteid ainult madalale vererõhule. Hüpotoonia tuleb välja otsingust ainult siis, kui otsingusse on sisestatud *madal lihastoonus*. Cambridge’i sõnastik pakub ainsaks selgituseks madala lihastoonuse (Cambridge Dictionary 2025). Kõike seda arvesse võttes järeldan, et selle raamatu keskmisele lugejale ei piisaks, kui tõlkes kirjutada hüpotoonia, ja seega valisin tõlkida selle sõna selgitavalt ehk madal lihastoonus, mis on juba täiesti arusaadav.

15. When we do try to think about an “ overlearned ” skill like walking, we’re likely to perform worse (Vanderbilt 2021: 184).	Kui me püüame mõelda mõne „ automaatseks “ muutunud oskuse, näiteks kõndimise peale, kipub meie sooritus hoopis halvenema.
---	--

Overlearned skill viitab terminile, mis tähistab oskust, mis on nii tugevalt treenitud, et see toimub automaatselt ja ilma teadliku pingutuseta. Eesti keeles puudub üldkasutatav ja kindel vaste, mistõttu valisin kirjeldava lähenemise – „*automaatseks*“ *muutunud*.

16. The study that helped popularize the idea of the “ learning curve ”? (Vanderbilt 2021: 180)	Uuring, mis aitas levitada arusaama oskuste omandamise protsessist?
--	--

Ingliskeelne termin *learning curve* on tuntud ja tähistab õppimise ajas kulgemise visuaalset või mõttelist mudelit – kui kiiresti ja kuidas oskus areneb praktika käigus. Kuna otsene tõlge mõistele *õppimiskõver* ei ole laialdaselt kasutusel ametlikes ega akadeemilistes allikates, siis tundus kindel valik lahendada see tõlge selliselt, et kirjeldada seda mõistet. *Oskuste omandamise protsess* selgitab mõiste tagamaid funktsionaalselt, et teha tekst sihtkeeles laiemale lugejaskonnale arusaadavaks.

17. Roughly one-fifth of them will “ bum shuffle ” – yes, that’s the official term (Vanderbilt 2021: 59).	Umbes viiendik neist lohistab end pepu peal – jah, nii seda nimetatakse.
---	--

Kui räägime imikute roomamise stiilidest, siis eesti keeles ei ole ametlikku terminit selle jaoks, kui imikud istuvas asendis ennast edasi veavad. Seega tuli siin esiteks see termin kirjeldavalt edastada, ja teiseks ei saanud ka tõlkes nimetada seda ametlikus terminiks nii nagu lähtetekstis. Seega valisin siinkohal muuta sihtteksti järgmiselt: *jah, nii seda nimetatakse*. Lähtekeeles on väljend *yes, that’s the official term* ekspressiivne ja faatiline element – see on humoorikas ja kõnekeelne kinnitus, mis loob autorile lugejaga vahetuma kontakti ning samal väljendab autori hoiakut või tooni. Kuna eesti keeles puudub sellele konkreetne ja tuntud „ametlik“ vaste, siis on funktsionaalselt õigustatud valida vaste, mis säilitab algse tooni, kuid kultuuriliselt ja keeleliselt sobib paremini sihtlugeja ootustega.

3.4 Kujundlike väljendite asendused

Selles alapeatükis keskendun sellistele kujundlikele väljenditele, millele tuli leida asendus kirjeldava selgituse abil, sest sihtkeeles puudus otsene või loomulik vaste ning algse kujundi säilitamine oleks takistanud teksti eesmärgipärast toimimist sihtkultuuris, mis *skopos*-teooria kohaselt on tõlkeprotsessis määrava tähtsusega.

<p>18. The suit had been tweaked to Goldilocks perfection: You had to change it in just the right way to get babies to change their behavior (Vanderbilt 2021: 58).</p>	<p>Kombe oli viimistletud täiusliku tasakaalu saavutamiseks: seda oli vaja muuta just täpselt õigel viisil, et see mõjutaks beebide käitumist.</p>
--	---

Goldilocks perfection tuleneb Kuldkihara ja kolme karu muinasjutust, kus kuldsete juustega tüdruk siseneb kolme karu majja ja proovib nende erinevaid asju – nagu toolid, voodid ja puder – selleks, et leida midagi, mis oleks just sobiv, mitte liiga kõva, liiga pehme, liiga suur ega liiga väike. (The Goldilocks Principle Psychology 2025). Ja kuigi eestikeelsele lugejale on see muinasjutt tuttav, siis selline väljend nagu „Kuldkiharakese täiuslikkus“ jääks sellegipoolest segaseks, mille tagajärjel kannataks teksti operatiivne funktsioon. Selle tõttu valisin selle väljendi asendada konkreetse kirjeldusega, mis annab autori mõtet selgelt edasi, ehkki see tähendab stiili muutmist.

<p>19. You could pull off a fairly decent version of your John Hancock with a pencil clenched in your mouth (Vanderbilt 2021: 190).</p>	<p>Isegi pliiatsit hammaste vahel hoides saad üsna korraliku allkirja teha.</p>
--	--

Nimetus *John Hancock* tuleneb Ameerika Ühendriikide Iseseisvusdeklaratsioonist, mille üks esimesi allkirjastajaid John Hancock kirjutas oma nime eriti suurelt ja selgelt. Ameerikas kasutatakse fraasi „Put your John Hancock here“ või „That’s your John Hancock“ üsna levinud kujundina allkirja kohta. (Grammarist) Eesti lugejale ei ütle John Hancocki tegemine mitte midagi, seega tuleb siin see ära jätta, et säilitada arusaadavus ja loomulikkus sihtkeeles. Strateegia on funktsionaalne ja hästi põhjendatud *skopos*-teooria seisukohalt – oluline on mõtte edastamine, mitte originaaltermini säilitamine.

20. Behind every highlight reel is a huge B-roll of mistakes (Vanderbilt 2021: 67).	Iga eredama sündmuse taga on suur kogus „ kulissidetagust ” materjali täis vigu.
--	---

B-roll on filmindusest pärit tehniline termin, mis tähendab lisakaadreid või taustamaterjali, mida kasutatakse montaažis, ent mida publik ei pruugi ekraanil näha. Lähtekeeles kasutatakse seda metafoorina elu või õppimise kohta – avalikkusele nähtavate õnnestumiste taga on suur hulk peidetud ebaõnnestumisi. Tõlkes on säilitatud kujundlikkus ja asendatud spetsiifiline kultuuritermin neutraalselt mõistetava metafooriga. Siin on suudetud säilitada metafoorne tähendus, kuigi kujundi alus muutub.

21. I would act like Karen Adolph’s learning-to-walk infants, for whom what looks like willy-nilly randomness is actually the powerful learning strategy of variable practice (Vanderbilt 2021: 191).	Ma käitusin nagu Karen Adolphi käima õppivad imikud, kelle puhul näib tahtmatu juhuslikkus tegelikult olevat varieeruva harjutamise võimas õppimisstrateegia.
--	--

Willy-nilly on inglise keeles idioom, mis Merriam-Websteri sõnastiku esimese tähenduse järgi viitab tahtmatusele või sihitusele (Merriam-Webster 2025). Eesti vaste „tahtmatu juhuslikkus“ võtab kujundi tähendusliku sisu (sihitu, näivalt mõttetu liikumine), ent esitab selle analüütiliselt ja kirjeldavalt, st ilma kujundita.

22. When Wolf advised me to “be the robot,” she didn’t mean to literally move like a robot, all herky-jerky (Vanderbilt 2021: 190).	Kui Wolf soovitas mul „olla robot“, ei mõelnud ta, et peaksin end sõna otseses mõttes nagu robot liigutama – tõmblevalt ja ebaühtlaselt .
--	--

Herky-jerky on inglise keeles kõnekeelne ja visuaalselt mõjuv kirjeldus, mis viitab katkendlikule, tõmblevale ja ebaühtlasele liikumisele. Eestikeelne tõlge *tõmblevalt ja ebaühtlaselt* annab edasi täpse sisulise tähenduse, aga ilma kujundliku või kõnekeelse varjundita.

<p>23. “I’m not the best juggler in town,” she said, though with a touch of New York City chutzpah she added, “I do believe I’m the best juggling <i>teacher</i> in town” (Vanderbilt 2021: 182).</p>	<p>„Ma ei ole linna parim žonglöö,“ ütles ta, ent lisas newyorklasele omase enesekindlusega: „Aga ma usun küll, et olen linna parim žongleerimisõpetaja.“</p>
--	--

Sõna *chutzpah* tõlge väärrib kindlasti analüüsi, sest see on kultuurispetsiifiline ja värvika tähendusvarjundiga mõiste, millel ei ole eesti keeles täpset, ühesõnalist vastet. Merriam-Websteri sõnastiku järgi on see pärit heebrea keelest ja viitab ülimalle enesekindlusele (Merriam-Webster 2025). Kuna eesmärk ei ole edastada New Yorgi kultuuri ja sellele omapärast elutunnetust, ei saa jätta seda sõna ka originaalvormi. Eesmärk on teha tekst sihtgrupile arusaadavaks, seega tõlkes kasutatud *newyorklasele omase enesekindlusega* on selge tähenduslik lihtsustus, kus kujundlikkus ja kultuuriline päritolu on eemaldatud, aga säilitatud on vaid positiivne iseloomuomadus (*enesekindlus*), mis aitab edasi anda kõneleja hoiakut. Kaob küll keeleline värving ja kultuuriline eristus, kuid sõnumi tonaalsus (enesekindel väide) jääb alles.

<p>24. As the developmental psychologist Esther Thelen – who accidentally found her career by taking a class as a “bored housewife” looking to expand her interests “beyond Jell-O cubes and Sesame Street”... (Vanderbilt 2021: 69).</p>	<p>Arengupsühholoog Esther Thelen – kes leidis oma kutsumuse täiesti juhuslikult, võttes „igavleva koduperenaisena” ühe kursuse, et laiendada oma huvisid igapäevaelu toimetustest kaugemale...</p>
--	--

Jell-O cubes ja *Sesame Street* viitavad konkreetsetele Ameerika koduperenaise stereotüüpidele ja lapsekasvatuskontekstile. *Jell-O cubes* on odav ja populaarne tarretisemaius, mida seostatakse kiire, koduse ja lastega seotud toidutegemisega (Squirrels of a Feather 2025). *Sesame Street* on aga ikooniline hariv lastesaade (*Sesame Street* 2025). Eesti lugejale ei pruugi *Jell-O cubes* ega *Sesame Street* midagi öelda ja need võivad tunduda võõrapärased. Sihtkeele lugeja jaoks on oluline mõista naise soovi murda välja piiratud kodusest rollist. Tõlkes olen asendanud need väljendid sihtkultuurile arusaadava üldistusega (igapäeva elu toimetused). Tulemus kaotab küll värvika kultuurilise maigu, aga on loomulik, stiililiselt sobiv ja säilitab originaali mõtte, ohverdamata arusaadavust.

3.5. Sihttekstist sõnade väljajätmine

Selles alapeatükis analüüsin põgusalt sihtkeeles konkreetsete sõnade väljajätmist. See tõlkestrateegia on üks võimalus, kuidas tõlkija saab teksti kohandada vastavalt sihtrühma vajadustele või tõlke eesmärgile, nagu seda määratleb *skopos*-teooria. Nende peatükkide tõlkimisel tuli väga palju ette, et teatud sõnu ei olnud vajalik tõlkesse sisse jätta. Seda eelkõige sellepärast, et tekst säilitaks küll lähteteksti tähenduse, aga kõlaks sihtkeele lugejale loomulikult. Seda strateegiat rakendatakse sageli siis, kui originaali sõna või fraas ei ole sihtkeeles kohane, oleks liialt kohmakas või ei loo juurde olulist tähendust. Eriti kehtib see juhtumite puhul, kus tõlge peaks olema sujuv ja kontekstitundlik, vältides liigset kordust või üleliigsete detailide toomist, mis ei aita edasi lause või idee mõtet. Järgnevalt analüüsin kaheksat tõlkelauseid, kus otsustasin rakendada sõnade väljajätmise strateegiat.

25. They come screaming into a world of bright light, a barrage of sounds and	Nad saabuvad maailma, mis on täis eredat valgust, helide ja lõhnade tulva, äkilise ehmatava gravitatsiooni mõjusse.
--	---

smells, the sudden shocking tug of gravity (Vanderbilt 2021: 57).	
---	--

Sõna *screaming* kannab inglise keeles tugevat ekspressiivset laengut ja emotsiooni. Eesti keeles sama intensiivsuse säilitamine võiks muuta lause ülepingutatuks või liialt dramaatiliseks, mis ei sobi selle teksti tonaalsusega. Kuna sihtkeele lugejale on imiku sündi kirjeldav sissejuhatus juba niigi esitatud kui šokeeriv ja meeleline kogemus (valgus, helid, lõhnad, gravitatsioon), siis sõna *screaming* väljajätmine aitab säilitada tonaalse tasakaalu ja loomulikkuse, hoides teksti sujuva ja lugejasõbralikuna.

26. Call it one small step for science, one huge leap for a hungry baby (Vanderbilt 2021: 57).	Nimetagem seda väikeseks sammuks teaduse jaoks, aga suureks hüppeks näljase beebi jaoks.
--	--

Näites nr 26 on tegemist ingliskeelse tsitaadi (*one small step for man, one giant leap for mankind*) modifikatsiooniga, mis on ka eesti keeles kultuuriliselt tuntud ja sageli kasutatav kujundlik väljend. Sõnade *one* ja *one* väljajätmine ei vähenda äratundmisväärtust, sest eesti keeles ei ole selle kujundi loomulikuks edastamiseks nende sõnade kordamine vajalik. Sihtkeeles säilitatakse kujundi äratuntav vorm ilma sõnasõnalise kordamiseta, mis oleks eesti keeles liig.

27. Infants who are carried, for instance, learn less about their environments than infants who propel themselves (Vanderbilt 2021: 62).	Näiteks imikud, keda kantakse süles, õpivad ümbritseva kohta vähem kui imikud, kes ise edasi liiguvad.
---	--

Näide nr 27 näitab seda, kuidas tõlkes sõna või fraasi väljajätmine on sageli tingitud keelestruktuuri ja keelenormide erinevustest lähte- ja sihtkeele vahel. Sellised

väljajätmised ei ole juhuslikud, vaid tulenevad vajadusest säilitada tõlkes loomulikkus, sujuvus ja sihtkeelele omane stiil. Sõna *their* on inglise keeles vajalik possessiivsuse märkimiseks, kuid eesti keeles antakse sama info edasi ilma eraldi määratluse vajaduseta. Väljajätt ei kahanda tähendust ega selgust – tõlge on loomulik ja sujuv.

28. Some infants walk much earlier or later; some infants skip crawling; some start walking, only to resume crawling a few days later (Vanderbilt 2021: 62).	Mõned imikud hakkavad kõndima väga varakult või väga hilja; mõned jätaavad roomamise vahele; mõned alustavad kõndimist, ja jätkavad roomamist paar päeva hiljem.
---	--

Kuna „mõned“ (lähtetekstis *some*) juba eeldab, et jutt käib samadest imikutest (mainitud varem lauses), ei ole vajalik uuesti *imikud* mainida. Selle kordamine eesti keeles mõjuks kohmaka ja ebaloomuliku liigse täpsustamisena.

29. When I visited New York University’s Sports Performance Center, ahead of running the New York City Marathon, I was surprised to discover how riddled with inefficiency my running form was (Vanderbilt 2021: 189).	Kui külastasin New Yorgi Ülikooli spordisoorituste keskust enne New Yorgi maratoni, olin üllatunud, kui ebaefektiivne mu jooksvorm oli.
---	---

Ingliskeelne *riddled with* on tugeva kujundliku värvinguga, kuid selle otsene tõlkimine mõjuks eesti keeles üleliia punnitatuna. Sõna-sõnaline tõlge oleks midagi sellist: *mu jooksvorm oli täis ebaefektiivsust või läbivaldt täidetud ebaefektiivsusega*. Eesti tõlkes olen andnud tähenduse edasi loomulikult, ilma liigse värvinguta, mis sobib sihtkeele stiiliga paremini. Tõlkijana olen siin teinud õigustatud valiku, et mitte kanda üle liiga tugevat kujundlikkust, vaid kasutanud selgemat ja loomulikumat väljendit, mis sobib paremini eesti keele stiiliga.

<p>30. The changes often happen more in the visual cortex, not the motor cortex, which reinforces the idea that juggling is less about skillfully moving your arms and hands than about being able to track and predict where balls are going (Vanderbilt 2021: 196).</p>	<p>Muudatused toimuvad sageli pigem nägemiskorteksis kui motoorses korteksis, mis kinnitab põhimõtet, et žongleerimine ei seisne niivõrd käte osavas liigutamises, vaid pigem selles, kui hästi suudetakse jälgida ja ennustada, kuhu pallid liiguvad.</p>
--	---

Inglise keeles on *arms and hands* sagedane kombinatsioon, mis rõhutab kogu ülajäset – kogu käsivart koos käega. Eesti keeles ei ole aga tavaks igapäevakeeles eristada käsi ja käsivarsi eraldi, kui kontekst ei nõua füsioloogilist täpsust (nt meditsiinis või anatoomias). Tavalises kirjakeeles öeldakse lihtsalt *käed* ja seda mõistetakse loomulikult kogu funktsionaalse tervikuna.

<p>31. Does it change their willingness to walk toward a toy, or toward their mother? (Vanderbilt 2021: 58)</p>	<p>Kas see muudab nende valmisolekut kõndida mänguasja või oma ema suunas?</p>
--	--

Eesti keeles on korduste vältimine loomulik ja sageli ka soovitatav, eriti kui tähendus jääb niigi üheselt mõistetavaks. Tõlke eesmärk on sihtkeele lugejale loomulik ja mõistetav tekst, mitte mehaaniline struktuuri säilitamine. Kuna tähendus ei muutu ja stiil muutub sihtkeeles loomulikumaks, siis on see täielikult kooskõlas *skopos*-teooria funktsionalistliku lähenemisega (Nord 1997: 29–34).

32. They “drag, pull, hoist and propel their bodies,” as Adolph described (Vanderbilt 2021: 59).	Nad „lohistavad, tõmbavad ja tõstavad oma kehasid,“ nagu Adolph kirjeldas.
---	--

Sõna *propel* on tõlkes välja jäetud, kuna eesti keeles pole sellele otsest vastet, mis oleks vajalik lause tähenduse edastamiseks. Kuigi *propel* inglise keeles tähendab „edasi liikumist“, siis eesti keeles on liikumisverbid juba piisavalt tähenduslikud ja konkreetse tegevuse edastamiseks piisab kolmest verbist: *lohistavad*, *tõmbavad* ja *tõstavad*.

3.6. Tõlkeanalüüsi järeldused

Tõlkeanalüüs Tom Vanderbilti teose „*Beginners*“ kahe peatüki põhjal tõi esile mitmeid olulisi aspekte, mis on seotud tõlkija otsuste ja tõlketeeoria rakendamisega.

1. Skopos-teooria ja tekstitüpoloogia rakendamine:

Tõlgitud tekst kuulub *skopos*-teooria järgi peamiselt operatiivsete tekstide hulka, mille eesmärk on mõjutada lugeja hoiakuid või käitumist – näiteks motiveerida uusi oskusi õppima või äratada huvi käsitletava teema vastu. Lisaks leidub tekstis apelatiivseid (vahetu kõne, üleskutsed), ekspressiivseid (autori isiklikud väljendusviisid) ning informatiivseid (faktid, viited) elemente. Selline mitmeotstarbeline liigitus aitas suunata tõlkestrateegiat: tõlkijana oskasin paremini hinnata, millal on vajalik täpsus, millal loovus, ja millal kultuuriline kohandus. Liigitamine ei ole pelgalt teoreetiline raamistik, vaid praktiline tööriist, mis aitab hinnata, milliseid funktsioone peab tõlge sihtkeeles täitma.

Skopos-teooria osutus sellise tõlke puhul väga kasulikuks. Kuna tekst ei ole pelgalt informatiivne, vaid eesmärgiga mõjutada, inspireerida ja kaasata, tuli tõlkijal teha valikuid, mis toetavad kommunikatiivset eesmärki sihtkeeles. *Skopos*-teooria rõhutab just seda – et tõlkija ei ole lihtsalt keeleline vahendaja, vaid kultuuridevaheline otsustaja, kes kohandab teksti vastavalt sihtkeele kontekstile ja

ootustele (Nord 1997). Teooria andis tugeva raamistiku, mille alusel õigustada ka loomingu- või normist kõrvale kalduvaid lahendusi, kui need aitasid paremini saavutada teksti eesmärki sihtkultuuris.

2. Peamised tõlkeprobleemid:

- mõõtühikute teisendamine ning arvude tõlkimine;
- kultuurispetsiifilised viited, millel puuduvad sihtkeeles otsesed vasted;
- tehniliste ja erialaste terminite erisused, kus mõisted ei ole eesti kultuuriruumis tuntud;
- kujundlikud väljendid (*riddled with, herky-jerky*), mis kaotavad otsetõlkes mõju või mõjuvad kohmakalt.

Lisaks tuli säilitada teksti loomulikkus ja veenvus, mis tähendas mõnikord sõnade lisamist või väljajätmist.

3. Rakendatud tõlkestrateegiad:

Probleemide lahendamiseks rakendati mitmeid strateegiaid, sh:

- Lokaliseeriv kohandamine (arvude teisendamine ja tõlkimine);
- Teksti kohandamine ehk täpsustava lisandi kasutamine, et säilitada sõnumi arusaadavus;
- Terminoloogiline täpsustamine koos selgitustega;
- Kultuuriline kohandamine (asendused sihtkultuurile arusaadavamate elementidega);
- Sõnade väljajätmine, et säilitada sihtkeele loomulikkus.

Need strateegiad võimaldasid säilitada teksti veenvust ja vastavust sihtrühma ootustele.

KOKKUVÕTE

Magistritöö praktilise osa eesmärk oli saavutada selline tõlge, mis tunduks sihtkeele lugejale loomulik, aga samas säilitaks lähteteksti mõtte. Töö keskendus Tom Vanderbilti eneseabiõpiku „Beginners“ kahe valitud peatüki tõlkele ja praktilisele tõlkeanalüüsile. Tõlkeprotsessi ja analüüsi suunas eelkõige *skopos*-teooria, mis rõhutab tõlke eesmärgist ja sihtrühmast lähtuvat lähenemist. Magistritöö teoreetilises osas püstitati järgmised uurimisküsimused:

- Kuidas rakendada *skopos*-teooriat ja tekstitüpoloogia põhimõtteid eneseabiõpiku tõlkes, et saavutada sihtteksti loomulikkus ja eesmärgipärasus eesti keeles?
- Millised on peamised raskused/probleemid, mis tõlkimisel ette tulevad?
- Milliseid strateegiaid on tõlkeprobleemide lahendamiseks võimalik rakendada?

Teoreetilises osas käsitleti *skopos*-teooria põhialuseid ning Katharina Reissi tekstitüpoloogiat ja Christiane Nordi tekstifunktsioonide käsitlust, mis pakkusid tõlkeotsuste langetamisel selget raamistikku. Tekst liigitati põhiliselt operatiivseks, ent see sisaldas ka informatiivseid, apelatiivseid ja ekspressiivseid elemente. Selline mitmefunktsiooniline iseloom mõjutas oluliselt tõlkestrateegiate valikut.

Praktilise tõlkeanalüüsi osa jaguneb viieks alapeatükiks, mis käsitlevad valitud tõlkestrateegiaid:

1. Mõõtühikute teisendamine ja arvude tõlkimine – vajadus kohandada mõõtühikud lugejale arusaadavaks sihtkeele süsteemis.
2. Täpsustava lisandi kasutamine kultuurispetsiifiliste viidete puhul – lisandite kaudu säilitati lähtekultuuri elemendid ning tagati tähenduslik selgus.
3. Tehniliste ja erialaste terminite selgitused – valitud strateegiaks osutus terminite asemel leida selgitav tähendus.
4. Kujundlike väljendite asendused – kultuurispetsiifilised väljendid asendati loomulikuma vastega, mis aitasid säilitada teksti funktsiooni sihtkeeles.

5. Sihttekstist sõnade väljajätmine – selline strateegia rakendus, kui otsesõnaline vastavus mõjutas negatiivselt sihtkeele loomulikkust või stiili.

Analüüsi põhjal võib järeldada, et töö eesmärk sai täidetud ning uurimisküsimustele leiti põhjendatud vastused. *Skopos*-teooria rakendamine osutus tõhusaks, kuna võimaldas käsitleda tõlkimist kui eesmärgipõhist tegevust, kus oluline ei ole mehaaniline kooskõla lähtekeele vormiga, vaid kommunikatiivse funktsiooni edasikandmine sihtkultuuris. Teooria pakkus eriti väärtuslikku tuge olukordades, kus tuli teha valikuid kultuurispetsiifiliste elementide tõlkimisel, sõnade väljajätmisel või kujundlike väljendite kohandamisel – kõigis neis olukordades sai otsused langetada, lähtudes sihtteksti funktsioonist ja lugeja ootustest. Kuna tõlgitav tekst oli eneseabiõpik, mille eesmärk on motiveerida ja teavitada laiema sihtrühma lugejat, siis osutus funktsionalistlik lähenemine – *skopos*-teooria – sobivaimaks viisiks tagada tõlke loomulikkus, eesmärgipärasus ja toimivus sihtkeeles. Selline lähenemine võimaldas luua teksti, mis säilitab originaali sisulise mõju ja täidab selle kommunikatiivset eesmärki uues kultuurikeskkonnas.

Kokkuvõtteks võib öelda, et selle eneseabiõpiku valitud peatükkide tõlkimine ja analüüs pakkus huvitavaid väljakutseid, eriti seoses keerukate kultuurispetsiifiliste väljendite, tehniliste ja erialaste terminite tõlkimisega. *Skopos*-teooria rakendamine andis tugeva raamistiku, mis aitas leida tasakaalu originaali tähenduse edasiandmisel ja sihtlugeja jaoks toimivuse vahel. Töö käigus selgus, kui oluline on arvestada tõlke eesmärgiga ja sihtgrupi vajadustega, et tagada mitte ainult teksti täpsus, vaid ka selle funktsionaalsus. Loodetavasti suudab see töö edendada eneseabiõpikute tõlkimise valdkonda, pakkudes uusi arusaamu ja võimalusi tulevaste analüüsideks, mis aitavad edasi arendada tõlketeooria ja praktika seoseid.

KASUTATUD KIRJANDUS

Esmane allikas:

Vanderbilt, Tom. 2021. *Beginners. The Curious Power of Lifelong Learning*.

Teisesed allikad:

Akdoğan Özdemir, Fazilet. 2023. *A Sociological and Paratextual Analysis of Translators' Agency: Ömer Rıza Doğrul from Turkey*. Available: <https://www.intralinea.org/specials/article/2624> (08.05.2025)

Bühler, Karl. Sprachtheorie: Die Darstellungsfunktion der Sprache. Jena: Fischer, 1934.

Goodreads.com. Available [Beginners: The Joy and Transformative Power of Lifelong Learning by Tom Vanderbilt | Goodreads](#) (26.04.2025)

Eesti Keele Instituut (EKI) 2022. Arvukirjutus. Kättesaadav <https://teatmik.eki.ee/teatmik/arvukirjutus/>. (26.04.2025)

Eesti Keele Instituut (EKI) 2023. Õigekirja põhireeglid. Kättesaadav <https://eki.ee/teatmik/eesti-keele-oigekirja-pohireeglid/> (26.04.2025)

The Goldilocks Principle Psychology s.a. Neurolaunch. Available <https://neurolaunch.com/goldilocks-principle-psychology/>. (26.04.2025)

Cambridge Dictionary 2025. Available www.dictionary.cambridge.org. (26.04.2025).

Corporate Photo Video. *What Is B-Roll? Meaning, Uses and Tips for Filmmakers*. Available <https://corporatephotovideo.com/what-is-b-roll-meaning-uses-and-tips-for-filmmakers/> (26.04.2025)

Grammarist. „John Hancock and John Henry.” Available <https://grammarist.com/phrase/john-hancock-and-john-henry/> (08.05.2025)

Library of Juggling. Available <https://libraryofjuggling.com/Tricks/3balltricks/441MillsMess.html> (08.05.2025)

Merriam-Webster 2025. Available www.merriam-webster.com. (26.04.2025).

Mur Effing, Mercè. "The Origin and Development of Self-help Literature in the United States: The Concept of Success and Happiness, an Overview." Available https://www.academia.edu/110819386/The_Origin_and_Development_of_Self_help_Literature_in_the_United_States_The_Concept_of_Success_and_Happiness_an_Overview (26.04.2025)

Nord, Christiane. *Translating as a Purposeful Activity: Functionalist Approaches Explained*, 1997. Available https://www.academia.edu/39121799/Translating_as_Purposeful_Activity_Functionalist_Approaches_Explained (08.05.2025)

Reiss, K. (1968–1969). Typologie von Textsorten und die Möglichkeit ihrer sprachlichen Darstellung. *Linguistica Antverpiensia* (08.05.2025)

Sesame Street. Homepage. Available <https://www.sesamestreet.org/> (07.05.2025)

Squirrels of a Feather. Jello Jigglers. Available <https://www.squirrelsofafeather.com/jello-jigglers/> (07.05.2025)

Sõnaveeb 2025. Eesti Keele Instituut. Kättesaadav <https://sonaveeb.ee/> (26.04.2025)

Zeldert, A.T. van. *Bossed Up in Translation: A Closer Look at Strategies for Translating Self-Help Books*. MA thesis, Utrecht University, 2021. <https://studenttheses.uu.nl/handle/20.500.12932/39028>

Yılmaz Gümüş, V. (2012). *Translation of culture-specific items in self-help literature: A study on domestication and foreignization strategies*. ELOPE: English Language Overseas Perspectives and Enquiries, 9(2), 117–129.
<https://doi.org/10.4312/elope.9.2.117-129> (26.04.2025)

SUMMARY

The aim of the practical part of this MA thesis was to produce a translation that would feel natural to the target-language reader while preserving the original meaning of the source text. The work focused on the translation and practical translation analysis of two selected chapters from Tom Vanderbilt's self-help book *Beginners* and a practical translation analysis. The translation process and subsequent analysis were primarily guided by *Skopostheorie*, which emphasizes a purpose- and audience-oriented approach to translation. The theoretical part of the thesis posed the following research questions:

- How can *Skopostheorie* and the principles of text typology be applied in the translation of a self-help book to achieve naturalness and purposefulness in the target text in Estonian?
- What are the main difficulties/problems that arise during the translation process?
- What strategies can be applied to solve translation problems?

The theoretical framework provided an overview of the core principles of *Skopostheorie*, Katharina Reiss's text typology, and Christiane Nord's model of text functions, all of which provided a clear foundation for making translation decisions. The text was primarily classified as operative, though it also contained informative, appellative, and expressive elements. This multifunctional nature had a significant influence on the choice of translation strategies.

The practical translation analysis addressed five subchapters, each dealing with typical translation strategies:

1. Conversion of units and number translation – the need to adapt measurements into a form understandable within the target-language system.
2. Use of explanatory additions for culture-specific references – supplementary explanations helped preserve source-culture elements and ensured semantic clarity.

3. Clarification of rare or uncommon terms – rather than translating terms literally, explanatory meanings were provided.

4. Adaptation of figurative expressions – figurative language was replaced with more natural target-language equivalents that maintained the original function.

5. Omission of words in the target text – this strategy was used when literal equivalence negatively affected the fluency or style in the target language.

Based on the analysis, it can be concluded that the aim of the thesis was achieved and that well-reasoned answers were found to the research questions. Applying *Skopostheorie* proved effective, as it allowed translation to be approached as a purposeful activity where the key objective is not formal correspondence with the source text but rather the successful transmission of communicative function within the target culture. The theory was particularly valuable in situations that required choices regarding the translation of culture-specific elements, the omission of words, or the adaptation of figurative expressions — in all these cases, decisions could be made based on the function of the target text and the expectations of the reader. Since the text to be translated was a self-help book aimed at motivating and informing a broader audience, the functionalist approach — especially *Skopostheorie* — turned out to be the most suitable way to ensure naturalness, purposefulness, and effectiveness of the translation in the target language. This approach enabled the creation of a text that preserves the original's intended impact and fulfills its communicative purpose in a new cultural context.

In conclusion, the translation and analysis of selected chapters from this self-help book presented interesting challenges, particularly in translating complex culture-specific references as well as technical and subject-specific terms. Applying *Skopostheorie* provided a solid framework for balancing the original meaning with target-language clarity. The process revealed the importance of considering the purpose of the translation and the needs of the intended audience – not only for accuracy but also for functionality. Hopefully, this thesis contributes to the field of self-help book

translation by offering new insights and possibilities for future analyses, helping to further connect translation theory with practice.

LISAD

Lisa 1

Lõputöö autori kinnitus

Olen lõputöö kirjutanud iseseisvalt. Kõigile töös kasutatud teiste autorite töödele, põhimõtteliste seisukohtadele ning muudest allikaist pärinevatele andmetele on viidatud.

Autor: Kati London

15.05.2025

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Kati London,

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose „Tom Vanderbilti raamatu „Beginners. The curious power of lifelong learning“ valitud peatükkide tõlge ja tõlkeanalüüs”, mille juhendaja on Kaja Kährrik ja kaasjuhendaja Sirje Kupp-Sazonov, reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
2. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonnas, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 3.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni.
3. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
4. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Kati London

15.05.2025