

Filozofická fakulta Univerzity Palackého

Vliv voice-coachingových cvičení na
výkon studentů tlumočení
(Diplomová práce)

Influence of Voice-coaching Exercises
on the Performance of Interpreting
Students
(Diplomová práce)

Filozofická fakulta Univerzity Palackého

Katedra anglistiky a amerikanistiky

Influence of Voice-coaching Exercises on the Performance of Interpreting Students

(Diplomová práce)

Autor: Veronika Vítová

Studijní obor: Angličtina pro překlad a tlumočení

Vedoucí práce: Marie Sandersová

Počet stran (podle čísel): 68

Počet znaků: 116 830

Olomouc 2016

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a uvedla úplný seznam citované a použité literatury.

V Olomouci dne: 22.8. 2016

Veronika Vítová

Motto

*Na pokraji smrti mrazem,
na pokraji smrti hladem,
na pokraji smrti vysílením,
ale stalo to za to!*

Acknowledgements

I would like to thank my thesis supervisor Mgr. *Maria Sandersová*, Ph.D. for her help, guidance and counsel and for enabling me to do the research on her students. For the latter my thanks also go to PhDr. *Veronika Prágerová*, Ph.D.

Special thanks go without a doubt to Alison Bomber MA without whose help I would be completely lost and this research could never have happened.

And finally the greatest thanks to all good angels who were the faces of friends and family who stood by me, helped me and supported me. I am grateful to have you in my life.

V Olomouci dne 22.8. 2016

Veronika Vítová

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracoval- samostatně a uvedl-
úplný seznam citované a použité literatury.

.....

V Olomouci dne 22.8. 2016

Veronika Vítová

CONTENTS

1	INTRODUCTION.....	7
2	STRESS.....	10
2.1	Stressors.....	10
2.2	Theoretical Concepts of Stress in Psychology.....	11
2.2.1	Biological Concept.....	11
2.2.2	Psychological concepts of stress.....	12
2.3	Stress in Simultaneous Interpreting.....	13
3	MANIFESTATION OF STRESS.....	15
3.1	Physical Reactions.....	15
3.2	Emotional Reactions.....	16
3.3	Mental Reactions.....	16
3.4	Behavioural Reactions.....	17
4	ANTICIPATION OF STRESS.....	17
4.1	Certainty.....	18
4.2	Controllability.....	18
5	ROLE OF PERSONALITY.....	20
5.1	Subjective Perception of Stress.....	20
5.2	Personality Types.....	20
6	STRESS MANAGEMENT AND COPING STRATEGIES.....	24
6.1	Coping Strategies.....	24
6.2	Stress Management strategies.....	26
6.2.1	Mental exercises.....	27
6.2.2	Breathing exercises.....	27
6.2.3	Physical exercises.....	29
6.2.4	Autogenic training.....	29
7	PREVIOUS RESEARCH ON STRESS DURING INTERPRETING.....	32
7.1	The AIIC Workload Study.....	32
7.2	“I failed because I got very nervous.” Anxiety and Performance in Interpreter Trainees: An Empirical Study.....	34
7.2.1	Fear of Public Speaking and Anxiety.....	34
7.2.2	Standing in the Judgement of Others.....	35
7.2.3	Lack of Self-confidence, Insecurity.....	35
7.2.4	Feeling of Threat.....	35
7.3	Physiological Stress Response during Media and Conference Interpreting.....	37
7.3.1	Physical Environment.....	38
7.3.2	Work-related Factors.....	38
7.3.3	Psycho-emotional Stress Factors.....	38
7.4	Physiological Stress during Simultaneous Interpreting: A Comparison of Experts and Novices.....	39
8	STUDY.....	43
8.1	The Aim and Objective of this Study.....	43
8.2	Methodology of the Research.....	44
8.2.1	Research Sample.....	44

8.2.2	Voice-coaching method.....	45
8.2.3	Recording	48
8.2.4	Experiment description/methodology	48
8.3	Results.....	52
8.3.1	Occurrence Faults in Interpreted Speeches	52
8.3.2	Occurrence of hesitation sounds in interpreted speeches	54
8.3.3	Level of Heart Rate during Interpreting	55
8.3.4	Level of Subjectively Perceived Stress during Interpreting	63
8.3.5	Level of Perceived Stress - Group B	68
9	CONCLUSION AND DISCUSSION.....	70
10	RESUMÉ.....	73
11	Annexes	75
11.1	Transcripts Group A.....	75
11.2	Transcripts Group B	93
11.3	Sample Questionnaires.....	114
12	RESEARCH DATA EVALUATION	118
12.1	Questionnaires Group A.....	118
12.2	Questionnaires Group B	120
13	BIBLIOGRAPHY	122
14	LIST OF TABLES	125

1 INTRODUCTION

As every interpreter knows, and many studies have confirmed, the notion of stress is inherently connected with the interpreting profession. However, stress does not need to be just an interpreter's enemy. Since stress is a part of the life of every living creature, it provokes a reaction, without it life would actually not be possible. Stress prepares us for upcoming events and it is mainly up to our evaluation of the situation whether we react with a fight or flight response. (Selye 1966)

As long as there is one of the responses, stress can serve as our ally. However, if there is agitation due to the stressor and the body and mind prepares for a reaction and nothing happens, it leads to exhaustion of the organism. If that state occurs often without being satisfied by one of the only two reactions it knows, it can lead to serious damage, both physically and mentally. (Plamínek 2013)

As has been said, an interpreter has to deal with stress on a daily basis. It is good for the interpreter to become acquainted with some methods and coping strategies to learn how to defend him/herself from the negative effects of stress.

This paper concerns itself with the topic of stress in simultaneous interpreting, which has developed greatly during the twentieth century; many scientists have focused their attention in its direction. Simultaneous interpreting is considered a highly complex activity when we take into account all the cognitive activities that have to occur during the process. However, it is not only the complexity of the activity itself that can cause the interpreter trouble and put him/her under pressure. A whole range of other factors are connected with simultaneous, and more specifically conference, interpreting that can make the job easier or, on the other hand, make it rather unpleasant. Such factors can be environmental, social, physiological or psychological. The interpreter should be able to deal with these factors and choose for him/herself a coping strategy or stress management method that is the most suited to him/her.

This thesis sets out to investigate whether a particular voice-coaching exercise can aid the interpreter with tackling the stressors connected with the interpreting profession and furthermore what areas can be positively affected by such a process.

For me the topic of stress was very real during the whole of my studies. I watched my classmates struggle with the same fears and anxieties I was experiencing and noticed that sometimes they were troubled by things that I actually found motivating. That is when I understood that the stress connected with interpreting is an issue for each individual and that everybody perceives it differently. So I started looking for a topic that could actually be of some benefit to the students of interpreting, and to prove that is able to do some good. The topic of the application of voice-coaching strategies came to mind.

Luckily, my acquaintance with an excellent and highly regarded voice coach meant we were able to put together a voice-coaching method that involves physical and breathing exercises that are simple enough for students to learn and that take effect even after a short period of time.

In this paper, after the theoretical background that investigates the topic of stress in more detail, especially its manifestations, phases and anticipation, an insight follows into how an individual's personality can actually influence his/her perception of stress and what sort of strategies exist to cope with and manage stressful situations. Finally, before the practical part of this paper, there is an overview of previously done researches into the topic of interpreting and stress.

The study concerns itself with the influence of a particular set of physical and breathing exercises on selected areas of interpreting. One of the areas is the performance of the interpreter, another the development of the interpreter's heart rate before, during and after the interpreting when the voice-coaching method is introduced. Finally it investigates whether the voice-coaching strategy can actually lower the subjectively perceived level of stress that students experience before and during the interpreting process.

This thesis can serve as a very practical guide for students who would like to do something about the anxieties they might feel in connection with interpreting, by providing a particular, practical option on how to deal with the stress which is associated with interpreting.

Furthermore, I believe that there has not yet been a study that examines the influence of a particular exercise on interpreting students and their performance, and therefore it could serve as a stepping stone for a whole range of other researches, whether they might investigate the physiological phenomenon in greater detail or whether such researches might look more closely at the psychological influences of the voice coaching exercises on interpreting students.

2 STRESS

Interestingly, the term “stress” originally comes from physics, from the field of matter research, and relates to the pressure to which matter is exposed. The Hungarian professor of medicine, Hans Selye, was the first one to use this term about humans. (Brockert 1993)

Hartl and Hartl (2010) describe stress as a physiological response of the organism to excessive load of an inescapable kind which leads to a stress response. The living organism is unbalanced and is forced to search for options on how to return to a balanced state. This imbalance is caused by stressors of various types.

However, Hans Selye described also the opposite side of stress that is usually not often discussed. He coined the terms eustress and distress.

Yerkes and Dodson formed a curve that describes the relationship between performance and arousal/stress. The left side corresponds to eustress as observed by Selye and then the right side matches in character with distress.

Stress is an everyday reality of human lives, it actually enables us to live. Professor Donald O. Hebb conducted a study in which he blocked almost all sensory inputs to his subjects and over time they started to display anxiety, and a sharp increase in imaginative activity which further developed to forms near to insanity so that the experiment had to be interrupted. (Brockert 1993) Some levels of stress are therefore crucial for human life and the sanity of an individual. This is the beneficial type of stress described by Selye as eustress, which induces pleasant feelings. It is its opposite - distress - that exhausts us and has actually the meaning of stress as we know it and which is the topic of piles of books about stress management. (Plamínek 2013)

2.1 Stressors

Stimuli to which the human organism reacts and that cause a stress response are known as stressors.

Atkinson (2002) speaks about traumatic events or situations that cannot be influenced by the individual, or demands that are beyond the bounds of one's ability to cope.

Paulík (2010) describes generally as stress situations events when an individual faces huge, long-lasting or accumulative demands.

Stressors can be divided into two groups - potential stressors and real stressors - transfer from one group to another is influenced by a number of factors - subjective assessment, individual characteristics, coping abilities, serious life choices, existing experience, social stability and social status.

A stressful situation can be described as one in which the individual is dissatisfied and yearns for change. Hartl and Hartl add frustration and a state of disappointment. Further stress can be caused by fear or anxiety - in the meaning of anxiety as a personal characteristic or a reaction to a current stimulus. Another group of stressors, that are not relevant for this thesis and therefore will not be further explored, are diseases, illnesses, pain and suffering. (Paulík 2010)

2.2 Theoretical Concepts of Stress in Psychology

2.2.1 Biological Concept

Let us have a look what effect stress has on the organism.

Amongst the first authors active in the field of biological stress were I.P. Pavlov, W.B. Cannon and H.Selye who focused mainly on the neurobiological and biochemical responses of the organism to external stimuli.

According to H. Selye, (1983) C.Berard and W. B. Cannon, stress is an unspecified response of an organism to anything that knocks it out of its homeostasis. An individual has to constantly react to the changing environment to maintain balance. This reaction is called General Adaption Syndrome and proceeds according to a three-phase intensity changing pattern.

1. The first stage is the **Alarm stage**. It represents the organism's first encounter with the stressor. During this stage there is a shock to or a damping of the organism. An American physiologist, Cannon, describes in this stage an activation of the adrenal glands that produce a massive amount of adrenaline and noradrenalin and release it into the organism which provides a burst of energy crucial for the second stage.

2. In the second stage, known as the **Resistance stage**, the body attempts to resist or adapt to the stressor. An evaluation of the situation takes place to determine whether or not to maintain the stress reaction or whether the danger has passed.

3. The last stage is known as the **Exhaustion stage** because energy is depleted. If the individual is unable to adapt to the situation or resolve it, exhaustion of the organism will occur. Frequent occurrences of this may have negative consequences for the human mind and body.

Relation of the biological concept to the interpreting process.

2.2.2 Psychological concepts of stress

Even though Selye mainly deals with endocrinological organism responses, he admits that stress is triggered by more factors. The interpretation of the significance of the situation and the evaluation of potential threats play an important role. In terms of anticipation we can even talk about a nocebo affect, when a mere thought and expectation of a difficult situation can trigger a stress response. (Paulík, 2010).

Lazarus (1966) distinguishes two types of cognitive situation evaluation. A primary one that assesses the danger (loss, threat, challenge), the level of endangerment and a secondary one that handles the possibility of successfully managing the situation and making coping choices.

In Lazarus's theory the feeling of control is very important because it weakens the feeling of peril and stress. The primary control assessment lies in the pre-existing opinions of the society to which the individual belongs, in personal

situation-evaluating features, in individual values and attitudes and in situational factors.

The individual assesses the stressor and his or her ability to gain control over the situation in compliance with the above mentioned factors. Secondary assessment follows, when the individual tries to find the answer to the questions: “What can I do?” and maps his or her resources (physical, social, psychological and material). (Folkman 1984)

I believe the feeling of control of the situation plays a crucial role among the stressful factors that interpreters have to face since during the process of interpreting there are many circumstantial elements that are way beyond an interpreter’s field of control. Yet the interpreter has to be able to manage and cope with them. The interpreter has no control over either the pace of speech delivery, text difficulty or the type of speech (whether the speech is spontaneous or read from a script), nor over other factors such as the speaker’s accent or in some cases a speaker’s poor speech abilities. An interpreter’s own inexperience with the subject matter could be another potentially stressful element in their work. (Mertens-Hoffman 2001). An interpreter can perceive such situations as a threat or danger. In this case the “danger” need not be physical but is more likely mental, in the meaning of a threat to one’s self-esteem, professional credibility, social status, etc. (Zeier 1997).

We can also assume that when faced with a stressful event there will not only be a physiological response of the organism but also a mental reaction as well. According to its severity it can change from exhilaration to anxiety, anger, aggression, depression and misery. Prolonged exposure to a stressful environment can result in a long-term mental disorder, such as clinical depression or burn-out syndrome. (Nolen-Hoeksema a kol, 2012)

2.3 Stress in Simultaneous Interpreting

In the literature it has been frequently stated that simultaneous interpreting is considered a stressful occupation, as the interpreter has to simultaneously

listen, analyze, comprehend, translate, edit and reproduce a speaker's utterance in real-time. (Moser-Mercer et al. 1998)

Especially the work of conference interpreters involves objective stress factors such as the constant information load, the factor of time, fatigue, the tremendous amount of concentration required, the confined environment of the booth, etc. (Kurz 2003)

The interpreters have to face new and unknown situations all the time, they deal with different speakers, different topics, different work environments and conditions, which imposes on them a far greater stress than there is on people who regularly go to the same office and interact with the same co-workers. With no prior experience with which to compare the situation, the body and mind has to withstand the anticipation-stress which is in most cases greater than the stress evoked by a difficult situation which they have previously experienced. (Selye 1966)

Furthermore, interpreters at a conference act only as intermediaries, with no ability to control either the speaker, delivery speed or changes in the topic. It is therefore natural for the interpreter to feel nervous before a speech, because many unexpected factors are at play, there could be new unknown terminology, the speaker could have a difficult accent and articulate poorly, there might be technical difficulties, they have to cope with the possibility of failure at all times, etc. Yet at the same time the interpreter has to be constantly focused and even an experienced one can be thrown by a sudden distraction, whether aural, visual or affecting other senses, that could result in a lapse of concentration or attention which could influence his performance.

The interpreter has to deal with a huge cognitive load: interpreting does not involve any physical activity, there are no tools or machines that can help the interpreter with his job or do it instead of him. All of the process of interpreting takes place in interpreter's mind. (Riccardi, Marinuzzi, Zecchin, 1998)

As Gravier said: "...interpretation requires that one have nerves of steel..." (Kurz 2003)

However, every interpreter is unique, has a unique mindset and experience. And not only the inter-personal but also the intra-personal factors play a great role in identifying the situation as stressful or non-stressful. Every interpreter has a different personality and coping style. In other words, what is stressful for one person does not have to pose a threat to someone else.

3 MANIFESTATION OF STRESS

Stress triggers an alarm in the brain, which immediately starts preparing the body for action, either defensive or offensive.

Reactions to stress are not only physical but also emotional, mental and behavioural. Some of the reactions apply to everyone, others differ from individual to individual.

3.1 Physical Reactions

This type of reaction is closely connected with the fight or flight response. The reaction is always automatic regardless of the type of stressor. The nervous system releases hormones that send a signal to the organism to prepare for a demanding situation: senses sharpen, the pulse quickens, respiration deepens and muscles tend to go into tension, the pupils dilate. This reaction is biologically programmed, it helps us to defend ourselves against threatening situations. (Kurz 2003)

If in the end there is no fight or flight reaction the body unnecessarily exhausts its energy and in the long run these stress states can cause a series of problems and diseases. Nolen-Hoeksama (2012) warns against heart disease, high blood pressure and gastric ulcers that can be caused by lowered immunity due to on-going strains on the organism.

Other physical reactions are fatigue, headaches, nausea, dizziness, insomnia, respiratory problems, excessive sweating or, on the contrary, feeling cold, trembling, cramps, and other abnormal physical conditions.

3.2 Emotional Reactions

Stressful events may also trigger a wide range of emotional responses, with which the individual has to deal on the basis of how well or how poorly s/he handles stress. Anxiety is one of the most common reactions when an individual faces a stressor. Under the best of conditions it can manifest as a slight discomfort, or in the worst case scenario it can launch a panic attack.

Further, the stress may evoke states of anger, which may lead to aggression, which can in extreme cases be expressed verbally or even physically. An opposite reaction which is also very common is apathy, which in cases of unceasing stress may end in depression. An organism can also develop “learned helplessness”, when an organism has endured a painful or any other aversive stimuli, which it was unable to escape or fight. After such an experience, when faced with the same stimuli, the organism gives up trying to control the situation. (Nolen-Hoeksama 2012)

Further emotional reactions include fear, guilt, crying, denial of the situation, insecurity, irritability, etc.

3.3 Mental Reactions

Mental reactions are related to a state of mind. Stressful events may induce such states of mind, in which the individual has difficulties in performing tasks or activities that would pose no such problems under normal circumstances.

Typical responses that can be classified as mental reactions are problems with memory, forgetting and concentration issues. These problems can have a very disruptive influence on the interpreting profession. The interpreter is required to stay concentrated for long periods of time and flawless memory, especially short-term memory, is essential for a successful performance of the interpreting profession.

Confusion, disorientation, nightmares, difficulties with decision making and hypersensitivity also come under this group of reactions.

3.4 Behavioural Reactions

Stress may also influence behaviour. Not only in slight insignificant changes like pacing around a room, but when the responses originate in a bad past experience with the stressor a fear of re-experiencing the situation may cause the individual to behave in a way that seeks to avoid the stressors at all costs.

Behavioural responses may manifest as changes in speech patterns (stuttering, very fast or very slow speech), avoiding social contact, sleeping disorders, suspicion, paranoia, decreased appetite or spontaneous tics. (Nolen-Hoeksama 2012)

4 ANTICIPATION OF STRESS

If we want to understand the emotional or psychological response to a certain stressor, we need to consider the role of prior expectation. For example, it feels much worse to fail a test that one expects to pass than to fail a test that one expects to fail. Anticipation of stress is common with respect to daily stressors, that can be perceived as stressful partly because they are foreseen. For example anticipation of a final exam at school, or, if related to the area of interpreting, interpreting at a conference with highly technical language or having to interpret for a difficult speaker.

There are multiple factors that may play a determinant role in anticipation of stress: perceived certainty, controllability, and confidence in coping. These factors can be further examined as to whether they are subject to individual differences in resilience.

In this context resilience represents the ability to confront and adapt to stress and adversity. (Block, Kremen 1996, in Lukey 2008) Resilience promotes an effective adjustment to adversity. A study showed that resilient people also scored higher on indexes of global adjustment, work and social adjustment and psychological and physical health adjustment.

4.1 Certainty

“There is a growing body of evidence to suggest that the anticipation of a negative event leads to anticipative emotional responses, and further that anticipatory emotional responses predict subsequent emotional responses to the negative event itself.” (Lukey 2008, p 119)

The anticipation of negative events may generate an emotional response that mimics the emotional responses to the event itself. This was proven by a study in which subjects were shown negative or neutral pictures and after some time there was a signal warning about an upcoming negative picture and some areas of the subjects’ brains that previously activated when seeing the negative picture, actually activated during the mere anticipation of that negative stimulus. (Nitschke et al 2006, in Lukey 2008)

Another study showed that when it comes to personality variables and anticipation of a certain negative event differences in the level of an anticipated arousal between individuals with diverse personality characteristics are not so significant. However, differences occur in cases of anticipation of uncertain events. It is a well known fact that when the outcome of the situation is uncertain, optimistic individuals expect good things to happen, whilst individuals who tend to defensive pessimism expect the worst. Optimistic individuals also tend to score high on resilience measures.

Another study that focused on an examination of negative anticipation in individuals with different personality variables, confirmed that low-resilient subjects (those inclined to defensive pessimism) experienced a much greater activation of emotional response than participants with high resilience. (Waugh, Wager et al, 2007, in Lukey, 2008)

4.2 Controllability

The second important feature that has to be taken into account when speaking about anticipation of stress is perceived control of outcome. An individual can

gain a high level of confidence if s/he has a sense of control which can influence the emotional response during anticipation of stress.

Multiple studies confirmed that higher perceived control is associated with decreased cardiovascular reactivity. (Quigley, Mordkoff, 2002, in Lukey 2008) A study from 2005 by Lerner, Gonzalez, Dahl, Hariri and Taylor tried to determine the influence of various specific emotional experiences and personality variables on cortisol and cardiovascular reactivity. The researchers coded facial expressions associated with negative emotions: anger, disgust and fear. Anger and disgust appeared in association with certainty and control, whilst fear was more specifically related to uncertainty and no control. Researchers also observed that expressions of fear correlated positively with cardiovascular and cortisol reactivity and expressions of anger and disgust negatively. These findings show that the level of perceived control has a direct influence on emotional responses to stress which subsequently affect the physiological reactivity. (Lukey, 2008)

In the conclusion to this section confidence in coping will be mentioned, which is an individual's confidence in his/her own ability to cope with stress. In some ways it can be seen as similar to perceived control. However, research proves that even when an individual has no control over the situation, and cannot reverse the outcome, if they believe that they will cope with the situation their emotional response is less severe.¹

In this chapter it has been argued that anticipation of stress is an important phenomenon which should be considered in a context of resilience to stress and individual personality features.

¹ The research was carried out on subjects who had a terminally ill family member and had to cope with his or her impending death.

5 ROLE OF PERSONALITY

5.1 Subjective Perception of Stress

Many authors, Selye, Lazarus, Folkman, etc. agree that stress is a subjective matter and that the individual himself affects how the stressors influence him. As has been mentioned in chapter 5 there are also other factors that influence one's resilience to stress.

Stressors have greater impact on an individual when they endanger the core of one's personality, the ego or one's self. There exist two niveaux of endangerment. Firstly, endangerment of assimilation capacity, which is the ability to assimilate new information, accept it, create new abilities and cope with problems. Secondly, factors endangering self-esteem, the positive assessment of oneself, dignity, self-confidence, etc. Every individual creates an opinion of him/herself and when this opinion is challenged, threatened or otherwise interfered with we tend to get stressed. (Epstein 1999)

The features of an individual's personality predominantly depend on their experience and upbringing rather than on inherited genetic features.

5.2 Personality Types

There exist dozens of approaches and classifications of personality. Some authors such as Briggs-Myer distinguish sixteen different types of personality, others follow the Big Five personality traits, the five factor model (openness to experience, conscientiousness, extraversion, agreeableness and neuroticism).

Professor Kohoutek, who includes in his characteristics also the life style typical for individual types, defines types A, B, and C.

Behavioural features typical for type A are impatience, hurry and uneasiness. This type of person aspires to gain a high standard of living, they desire success, they are very competitive, pugnacious, assertive, enterprising and have a very strong need to win. In their line of work they need to climb up the

hierarchy ladder, they are diligent and give preference to short-term goals over the long-term ones.

Type A is very impatient and hates having to wait (whether queuing or stuck in traffic), has to be everywhere on time and has little understanding for being late. They are often multitaskers, have very rich body language and in verbal expressing are very loud, often interrupt other people or finish their sentences. However, in personal relationships they tend to keep their distance.

Type B people are calm, balanced, not in a hurry, know how to relax (mentally and physically). Their gestures show self-confidence and they maintain eye contact. These individuals are polite and intelligent and are easy to debate with. They are hard-working but not perfectionists or workaholics. They pursue many hobbies and are devoted to family.

Lastly, type C is also called a carcinogenic personality because these people supposedly tend to develop cancer more than the other two groups. Type C people have rather pessimistic approach to life and believe that they cannot influence the outcome of their lives. They suffer from HH syndrome (helplessness and hopelessness) and anxiety, and are often tense. They try to avoid conflict and suppress problems which can lead to depression. (Kohoutek, 2008)

According to this classification type B personality features would be the most useful in an interpreting profession.

However, the most well-known categorisation is Jung's original eight types of personality. According to Jung's theory of psychological types, people can be characterized by their preference of general attitude. Jung introduces three areas of preference, three dichotomies. Briggs-Myer, a practitioner of Jung's theory, added a fourth area and created a 16 types model.

The first criterion is **extraversion and introversion**, which describes the source and direction of the expression of a person's energy. In the case of

extraversion the source and direction of energy expression is mainly in the external world, whereas an introvert has a source of energy mainly in their own internal world.

The second criterion represents **sensing and intuition**, which is the way someone perceives information. Believing information that one receives directly from the outer world correlates with sensing. On the other hand, intuition denotes that person believes especially information received from the internal or imaginative world.

The third criterion, **thinking and feeling** signifies how a person processes information. Thinking means that an individual's decisions are based mainly on logic. Feeling implies that s/he makes decisions on the basis of emotions, on what they feel they should do.

Lastly the fourth criterion is represented by **judging and perceiving**, which reflects how a person implements the information they have processed. On the one hand, people who judge tend to organize their lives and stick to plans they have made. Perceiving people, on the other hand, incline to improvisation and explore alternative options.

All possible permutations of preferences in these four dichotomies add up to 16 different combinations, ergo personality types. Here only Jung's original eight types will be briefly described. (Jung 1987, in Sharp 1987)

1. The Extraverted Thinking Type

draws judgement about external facts on the basis of particular objective experiences. It is an empirical person, a personification of a "scientific mind" of modern times.

2. The Extraverted Feeling Type

Their relation with reality is governed by objective assessment. This type actively ascribes values to experiences based on social conventions rather than on subjective judgment.

3. The Extraverted Sensation Type

This type of person finds their way in life according to facts that are right in front of them without giving them a second thought. They are extremely realistic and governed by external forces.

4. The Extraverted Intuitive Type

These people follow the perception of facts in reality, rather than the actual, generally accepted value of reality. They focus their attention more on plans and possibilities than present facts. They aspire to versatile self-realization.

5. The Introverted Thinking Type

This type is very rational, but thoughts mean more to him than facts. They judge reality in its inner form based on the abstract conception of thoughts.

6. The Introverted Feeling Type

These people follow mainly their subjective feelings. They prefer their own concepts about reality over the objective reality itself, towards which they take a rather rejecting or indifferent stance.

7. The Introverted Sensation Type

The nature of their reaction to a sensually given reality is determined by the intensity of subjective feeling from the imminent perception. They immediately compare real time experiences with past memories in their minds.

8. The Introverted Intuitive Type

They employ intuition to explore the possibilities of their own minds and spirits. Thanks to that, they are very original, imaginative, dreamers with great insights. Their hunches often turn out to be correct. Others often say about them that they live outside of reality.

Based on this division it is not easy to see which type would be the most suitable for the interpreting profession. In my opinion, Jung's classification divides people better than the classification offered by Professor Kohoutek, as he describes two rather extreme categories and just one normal. However, Jung

takes the normal category and divides it into eight types according to clear criteria. If we would hypothetically like to take Professor Kohoutek's model and apply it to research on interpreting and stress, the majority of the subjects would probably be in the B group with some small percentage in groups A and C, which would hardly show us how different personality types respond to stress during interpreting. However, it would be fascinating to apply Jung's model to interpreters and their resilience and proneness to stress. However, such an application would require a trained psychologist or, more precisely, close cooperation with one.

For now we have to manage with the knowledge that reaction to stress is a subjective matter, as too is the management of stress and finding coping strategies. A strategy that works well for one interpreter logically may not have the same result for another.

6 STRESS MANAGEMENT AND COPING STRATEGIES

6.1 Coping Strategies

Contemporary culture has become totally obsessed with stress and how to cope with it. The proof of this lies in the countless books by professionals, semi-professionals and those with no professional skills at all, teeming with advice on the best ways of coping with personal shortcomings, the opposite sex, illnesses, parents, children, work, etc. There are books, brochures, leaflets, newspaper columns and internet articles targeting particular groups of managers, teachers, social workers and many others, offering a solution to all human worries. The study of coping has its roots in recognizing that there are individual differences in reactions to stress, that similar stresses may have varying effects on different people. (Aldwin, 2009)

One explanation for the differences in coping strategies is that the individuals differ in their personality characteristics, such as emotionality. Emotionally

muted people may simply shrug off a confrontation that would drive a highly emotional person into tears or aggression.

Person-based approaches to the study of coping presuppose that personality characteristics are primary in determining how people cope with stress. The coping strategies come from defence mechanisms. Anna Freud identifies several major defence mechanisms, including denial, suppression, projection, reaction formation, hysteria, obsessive-compulsive behaviour and sublimation. (Aldwin, 2009)

People with introverted coping styles tend to ignore, deny or rationalize their problems and are often quiet and uncommunicative. On the contrary, people with cooperative/social coping styles are talkative, outgoing and charming, although undependable and they often see their problems as a way of gaining attention. Other styles Millon describes are forceful; such individuals are hostile, aggressive and refuse to accept their problems, and confident - people who are highly motivated to solve their problems; these, however, can display arrogance and disdain for others. Finally, respectful - such people may see the problem as a weakness and may want to conceal or deny it, and sensitive, tending to be long-suffering and self-sacrificing with many complaints.

Coping is defined as a use of strategies for dealing with actual or anticipated problems and the negative emotions attendant on them. While the individuals try actively to handle the problem, their emotional responses and strategies may not be always fully conscious. And some of them may actually do the individuals no good, on the contrary they may even deepen the negative emotion. (Aldwin, 2009)

As Aldwin said, coping strategies are not fully conscious reactions, everybody can surely recall from their time in the classroom how different the reactions of his/her classmates were, for example, just before an important exam. People talking on and on about how stressed they are, people who vividly described how many nights they did not sleep, how much they studied and that they

should have studied much more. Then different types who were declaring that it does not really matter, especially to them, who kept denying the importance of the exam, or expressed themselves in a scornful way in reference to the exam, university, curriculum or themselves. Or the quiet type, who hardly commented on anything and just kept staring at the screen, frantically clicking from one webpage to another, keeping their real emotions bottled up. All these reactions were automatic and unintentional.

However, for interpreters and students of interpreting, who want to face their anxieties, stage fright or just the butterflies they feel in their stomachs, it is important to be able to do something about them actively, consciously and with intention.

6.2 Stress Management strategies

Everyone is born with a unique set of innate dispositions, that to a certain extent determine how the individual will react to strain and stress, and how well s/he will cope. These dispositions are further weakened or strengthened in early childhood and are influenced by upbringing and other circumstances that affect one's development. Teenage and adult individuals are not fully determined only by what they were genetically given, everybody has the ability to work on his/her self-development and alter these dispositions.

From a practical point of view it is wise to start with techniques that one can use to deal with a stressful situation that s/he is already in, such as common pre-exam anxiety, confronting a mentor or a boss. In such situations our organism mobilizes hormones evoking aggression or flight. But social norms, cultural tradition and other habits of our social lives do not permit or accept such a reaction. Meanwhile the body stays in stress, performance decreases and the organism suffers. (Herman, Doubek, 2008)

6.2.1 Mental exercises

As the origins of anxiety and fear usually lie in our perception of the situation rather than in the stressful situation itself, Špačková (2008) describes a series of mental exercises of positive thinking, that should rid a person of negative thoughts before public speaking. These thoughts are often exaggerated and unrealistic, as “I think, I am going to be sick.” We should try to force these ideas out and replace them with realistic ones.

- “Generally speaking, the audience wants me to do well.”
- “Technically, I know about the topic more than any of the attendees.”
- “In general, I know what I want to speak about and how to say it.”

(Špačková 2008, p. 37)

These principles apply more to orators than to interpreters, as they can never prepare for all the peculiarities of the speech and the speaker. However, the strategy of substituting negative thoughts with positive ones applies to everybody.

6.2.2 Breathing exercises

It is a well-known fact that a method of breathing can contribute to overall physical and mental relaxation. There are many methods and techniques for correct or natural breathing, whether they are from yoga classes or a course on rhetoric.

For an interpreter, the appropriate breath work is essential, so that the inhales and exhales do not interfere with the fluency of the speech. For a person under pressure it is only natural that s/he hyperventilates or on the other hand hypoventilates. However, if s/he has mastered the breathing strategies, s/he can arrive at total relaxation.

One of the positive features of breathing exercises is that a person has to fully focus on breathing therefore his/her attention shifts from the stressful situation itself.

People who need to speak for a living practise the appropriate style of breathing intensively for six months before it becomes automatic because breathing habits are stored in the allocortex, a part of brain that is not controlled by conscious will. However, it does not mean breathing exercises take effect only after these six months. Every session with the exercise has a relaxing effect on both body and mind. (Bomber, 2016)

For example Buchtová (2010) deals with two types of breathing, costal breathing and diaphragmatic breathing. The individual usually combines both types of breathing. However, for public speaking and coping with stress diaphragmatic breathing is more appropriate, but a person has to acquire this breathing skill if s/he wants to use diaphragmatic breathing consciously. Since this technique is a key subject of this paper it will be described in detail later on.

Špačková (2008) describes another breathing exercise. One should sit comfortably, slowly breathe in and count to four, then breathe all the air out of the lungs. There is a short pause at the end of each exhale. One should keep one's back straight and gradually try to prolong the exercise.

Buchtová (2010) presents principles of correct breathing for the purpose of public speaking.

1. Inhale and exhale calmly and quietly.
2. Inhale through mouth and nose.
3. An inhale cannot disturb the idea.
4. Punctuation is not a sole indicator for an inhale or exhale.
5. Speak in a medium-strength voice as a powerful loud voice requires more breathing.
6. Correct breathing is a prerequisite for further voice work.

If the breathing exercises are to prove effective they should be practised regularly. Five minutes a day is enough for a person to become secure in the correct breathing technique and be able to use it in cases of public speaking or any other stressful situation.

6.2.3 Physical exercises

Physical exercises can also help to reduce the physical and mental strain that accumulates in our organism during a stressful reaction. Nowadays eastern teachings such as Yoga, Tai-chi or Chi-kung are very popular for body relaxation. And some Yoga asana and Tai-chi poses can be done even in the confined setting of an interpreting booth (with the exception of mobile booths maybe).

From the Yoga asana Špačková chooses the mountain pose, because it is ideal for those doing public speaking for a living, since it relieves stress and helps to improve the body posture and the visual aspect of the figure and that is another reason why this pose is ideal as part of a preparation for public speaking.

Apart from these exercises requiring movement, there are other physical methods to relax and calm the body and mind. There are two exercises for quick relaxation that are actually very similar to each other. The major difference is that one is done standing up and the other can be performed in a sitting position. They are based on the principle that after total body tension follows total relaxation. A person should slowly inhale and exhale, then after an inhale clench all the muscles one can control by will, starting with hands pressed firmly together, pulling in the bellybutton, tightening muscles on thighs and back, as well as on the neck and jaw. One should remain in this state for about five seconds, then with an exhale, relax the whole body and breathe freely. This process can be repeated as many times as it takes to relax all the tensed muscles. Even if the first go does not do the trick, after repeated intensive tightening the muscles will relax automatically. The advantage of this exercise is its relative discreetness. So it can be performed even by individuals who do not feel comfortable about being glanced at for doing physical exercises in the rather formal setting which is usually connected with interpreting. (Bomber 2016)

6.2.4 Autogenic training

This is a desensitization-relaxation technique developed by the German psychiatrist Johannes Heinrich Schultz and first published in 1932. It lies on

the borderline between physical and psychological strategies of stress management. It can also be used to divest oneself of bad habits. The autogenic training (AT) is based on two principles: concentration on a particular image in one's mind and relaxation of muscles. AT is a very complex activity that has a lower and higher level. The lower level is sufficient to be able to successfully reduce stress. It consists of six simple exercises. Each exercise can be started two weeks after the previous exercise was mastered. To be efficient the exercise should be performed three times a day for 3 to 5 minutes.

- The preliminary exercise

One should rest in a comfortable position (sitting on a chair or lying down) and take few deep relaxing breaths and whilst exhaling imagine one is sinking into the ground. One should be in a calm quiet place with no disturbances.

- The First Standard Exercise: Heaviness

One should intensively focus and imagine that one's hand is getting heavier and heavier. This feeling of intense heaviness ought to then spread into the entire body. The whole exercise should take up to five minutes.

- The Second Standard Exercise: Warmth

After the first exercise is mastered we can start with the second one. The technique is very similar to the previous exercise, one must again focus one's thoughts. This time the focus should be on a feeling of warmth that is slowly spreading from the right hand into the entire body.

- The Third Standard Exercise: Heart

This exercise starts by putting our hand above our heart and focusing only on the beating. Under normal circumstances we do not notice our heartbeat unless we are upset or after some physical activity. This exercise enables us to be able to focus on our heartbeat even in a resting state.

- The Fourth Standard Exercise: Respiration

A person is supposed to concentrate on his/her breathing, checking where the air is flowing, which muscles help us to breathe, what is the rhythm of our breath.

- The Fifth Standard Exercise: Abdominal Warmth

After mastering the previous exercises one should focus on evoking a feeling of warmth in one's belly. When we succeed and fully sense this feeling we get into a state that enables relaxation and harmonization of internal organs and abdominal cavity.

- The Sixth Standard Exercise: Forehead Cooling

The last exercise is all about inducing a nice cooling feeling in the area of our forehead. The idea of breathing in cold, freezing air through our eyes and forehead may help with concentration.

As it is obvious from this chapter there are multiple strategies the interpreter can choose from, when he decides to actively fight off the anxiety evoked by the upcoming interpreting task and the fear of public speaking. Given the fact that every interpreter is unique, with a unique set of dispositions for resilience to stress there should be a unique combination of stress management strategies that would help him/her relax before the job. However the above mentioned techniques should be applicable to the majority of interpreters only with a difference in their effectiveness.

7 PREVIOUS RESEARCH ON STRESS DURING INTERPRETING

7.1 The AIIC Workload Study

One of the most cited and paraphrased studies, concerning the types of stress influencing the interpreter, is the Workload study 2001 conducted by the AIIC Association, which led to a significant improvement in the working conditions in conference booths.

There were some earlier studies that investigated the impact of the work environment, more precisely, the impact of temperature, humidity and the air quality in the booth. These earlier studies showed that the working conditions, especially in the mobile booths, were often very poor and unacceptable.

However, the AIIC study was the first complex one to examine all four, previously separately studied, sets of parameters:

- Psychological - questionnaire on interpreters' attitudes
- Physiological - recording interpreters' heart rate and blood pressure over 24 hours and measuring cortisol levels at different times throughout the day
- Physical (environmental) - booth size, O₂ and CO₂ levels, air humidity, temperature, etc.
- Performance - analysis of the recordings

607 interpreters took part in the study by responding to a questionnaire about topics like satisfaction at work, reasons for and effect of work related stress, discomfort and burnout. In-depth testing was also carried out in 47 conference booths.

The study showed that the booths did not comply with the ISO standard regarding the amount of CO₂ in the air, the humidity and temperature. Further, based on the results from the questionnaire, it was determined that the

interpreting profession is subject to stresses, from the point of view of mental and physical exhaustion, exhaustion of cognitive functions and mental stress, higher than for hi-tech workers and similar to the teaching profession or to senior officers of the Israeli army. The responses confirmed interpreting to be a high-stress occupation that is performed by competent and motivated professionals. (Kurz 2003)

Even though interpreters seem to develop coping mechanisms for stress, there are still indications of a physiological cost associated with these levels of expertise. Ambulatory blood pressure and heart rate, which were measured over 24 hours, were at their highest when the interpreters were in action. And the levels of cortisol in saliva were comparable to those of workers in other high-stress jobs.

Three major stressors were determined in the interpreting profession:

- environment - noise, heat, etc.
- mental stressors
- stressors connected to interpersonal interactions with colleagues, superiors, and so forth.

Stressors that were mentioned the most in the questionnaire were a speaker's fast pace, the speaker reading from a script, frequent changes of topic and insufficient support materials.

Finally the study introduces the threats of being often exposed to high levels of work related stress. One of them is the burnt out syndrome, which is often mentioned in connection with the profession of interpreter. It is a combination of physical and emotional exhaustion. The consequences can be of a physiological nature and can affect an interpreter's performance. Among the most common consequences are negative effects on an interpreter's performance, on personal life, dissatisfaction at work, etc.

Nevertheless, even though interpreting ranks among one of the highly stressful occupations with a great risk of the burnout syndrome, almost half of the

respondents consider the stress to be useful and only 30% regard it as harmful. (AHC 2001)

7.2 “I failed because I got very nervous.” Anxiety and Performance in Interpreter Trainees: An Empirical Study

This study was carried out by Jiménez and Pinazo in 2001 and belongs to the group of the most crucial empirical researches into the topic of interpreting and stress.

It deals with several different activities that are part of an interpreter’s job and as such may cause them stress.

7.2.1 Fear of Public Speaking and Anxiety

Conference interpreting is not only stressful because it involves performance of a series of complex cognitive and psychomotor operations but that it often takes place in public. One of the major obstacles for students of interpreting in the early stages is the stress they experience when interpreting in public. Stress is evident through symptoms of anxiety in response to the anticipation of danger or threat.

This type of anxiety actually emerges very soon in the early stages of interpreters’ training even though the students have to give a monolingual presentation only in front of their classmates and teachers.

Not only does this type of anxiety not decrease easily, but over time with increasing demands it often grows even stronger. Jiménez and Pizano present an example when this anxiety climaxed and students abandoned the final interpreting exam at the University of Castellón just before taking it. In many cases it was accompanied by physical symptoms, such as tears, trembling, difficulty in breathing or sickness. It could be deduced from the students’ comments, that the anxiety they felt when they had to interpret in public might have arisen basically from the fear of public speaking. The research paraphrases Fremouw and Breitenstein (1990 in Jiménez and Pizano 2001), who described this fear as a non-adaptive response to environmental events,

which resulted in inefficient behaviour. Jiménez and Pizano further describe some of the causes of this non-adaptive response.

7.2.2 Standing in the Judgement of Others

An individual speaking in public is exposed to other people's judgement of his or her image, which may evoke negative emotions that can influence the individual's behaviour. Fear of being evaluated, judged or rejected for any inappropriate behaviour interferes with one's ability to perform the task properly.

Fear of public speaking might be more dangerous for a consecutive interpreter than for a simultaneous one. The simultaneous interpreter is often "hidden" in the safety of an interpreting booth, whereas the consecutive interpreter usually has to stand in the vicinity of the speaker and therefore face the audience.

7.2.3 Lack of Self-confidence, Insecurity

Anxiety connected with public speaking derives from feelings of insecurity or fear related to the result of the task. There is evidence in empirical research of a negative correlation between anxiety and academic performance. "The greater the anxiety the poorer the performance." (Seipp 1991 in Jiménez, Pinzano 2001).

For students of interpreting public speaking skills and anxiety control are crucial aptitudes, lack of which may affect academic and professional levels as well.

7.2.4 Feeling of Threat

Anxiety may occur during public speaking if it is experienced with fear or interpreted as threatening. Public speaking itself is not associated with anxiety, because anxiety arises from individual's interpretation of the situation, threat assessment and existence of available resources to face it.

As was already mentioned in this paper an individual's interpretation of the situation is of primary importance. What is assessed by one subject as threatening can pose a challenge to another.

Jiménez and Pizano's paper set out to verify three hypotheses.

- There is an existing relation between fear of speaking in public and a state of anxiety in translation and interpreting students: the higher the fear of public speaking, the higher the anxiety
- There exists a negative relation between fear of speaking in public and consecutive interpreting performance in translation and interpreting students
- There is a negative relation between a state of anxiety and public consecutive interpreting in translation and interpreting students: the higher the anxiety, the worse the performance in consecutive interpreting

Authors employed a Confidence in Public Speaking questionnaire by Méndez from 1999, where the subjects self-evaluated their fear of public speaking. The questionnaire targeted negative feelings experienced during public speaking. The results showed that the lower the self-confidence in public speaking, the higher the fear of public speaking.

The anxiety level was measured by the STAI (State-Trait Anxiety Inventory) questionnaire by Spielberger, Gorsuch and Lushene from 1988. It enabled the analysis of temporary conditions of apprehension, tension, nervousness and worry, which increase in reaction to physical danger and psychological stress.

There were 197 subjects who consecutively interpreted a 6 to 8-minute speech on current affairs, which was read out by one of the teachers. The task was a simulation of a real situation, where the audience was comprised of students of lower grades and teachers.

Authors had to take into consideration the fear of being evaluated which is also the one of the most important components of the fear of public speaking. The subjects are not only being evaluated but they know it. All of this can strengthen fear of negative assessment.

Results of the study confirm the first hypothesis: low self-confidence in public speaking induces a high level of public speaking anxiety. However, the second hypothesis was not proven, the results do not demonstrate an existence of a negative relation between anxiety and an interpreter's performance. Neither was the third hypothesis confirmed, the study could not find a direct correlation between fear of public speaking and the performance of an interpreter.

Nevertheless the results show that there is a significant correlation between a state of anxiety, confidence in public speaking and performance. However, the level of correlation is moderate and insufficient to conclude that lack of confidence in public speaking is an alternative measure for anxiety.

Nonetheless, students will always have to face anxiety and fear of public speaking as it is inherently connected with the interpreting training. However, the importance and effects of this phenomenon on performance are still yet to be proven.

7.3 Physiological Stress Response during Media and Conference Interpreting

Another researcher who is very active in the field of stress and interpreting is Professor Ingrid Kurz. This particular pilot study was carried out under her supervision by one of her PhD students.

As the title suggests it set out to investigate the level of stress experienced by professional interpreters during media and conference interpreting. Even though there are numerous references in literature stating how stressful the occupation of interpreting is and that conference interpreters work under great pressure, the case of live TV interpreting is perceived as being even more stressful than interpreting in other environments.

It involves special stress factors that originate from 3 sources:

7.3.1 Physical Environment

When the interpreter is working for television, s/he may be located in the studio or the newsroom rather than in a soundproof booth. That way the interpreter has to face various visual and acoustic distractions. In the TV studio very often s/he does not have a direct view of the speaker and can watch him only on the screen. Besides there is almost no chance to meet with the speaker beforehand as in the case of conference interpreting.

7.3.2 Work-related Factors

In the majority of cases interpreting for TV is done late at night or at very short notice, which gives the interpreter little time for preparation.

And due to a usually brief performance the interpreter does not have the opportunity to get used to the speaker's pace of speech, accent or other features of his/her speaking style, all of which makes an interpreter's job more difficult. In addition there can be technical difficulties or the quality of the sound input can be poor.

7.3.3 Psycho-emotional Stress Factors

Although the interpreter cannot see the audience s/he knows that s/he is interpreting for hundreds of thousands of people, possibly even millions. Therefore s/he might be more aware of failure than in the case of normal conference interpreting. This is made worse by the knowledge that the newspaper critics are ready to report on his/her performance and the viewers have no understanding of the difficulties the interpreter might be facing and require a relatively high standard of output.

The pilot study intended to examine the stressfulness of conference and media interpreting by using objective physiological criteria - pulse rate and galvanic skin response (or skin conductance level). When people are alarmed or stressed they tend to sweat little bit more than usual, which decreases the electrical resistance of the skin and increases the skin conductance, levels of which are collected via electrodes placed for example on the palm. Thanks to present-day

equipment the conductivity and heart rate can be measured at the same time with minimum inconvenience to subjects.

The study aimed firstly to determine whether physiological stress responses can be observed during conference interpreting and secondly to find out whether physiological stress is even higher during live TV interpreting. The testing was carried out on a professional interpreter firstly during a five day medical conference and subsequently during her interpreting on a live TV broadcast later that month.

Although the findings from both measurements were not directly comparable due to a difference in the length of measured sequences, the results clearly showed significant differences. During the conference, the interpreter's pulse rate, with a slightly higher value at the very beginning, remained under 80 throughout the 27-minute turn. For most of the time it was somewhere in the 70s. On the other hand, during the live TV interpreting, the pulse rate was consistently above 80. The conductivity test appeared to be even more sensitive to stress detection. In the sample from the medical conference there were only minor fluctuations of the skin conductivity level (SCL), ranging from 0.9 to 1.2. However, during the TV interpretation the SCL rose quickly and sharply from 1.1 to 3.4 before it levelled off. Therefore the physiological data clearly confirm the interpreter's subjective impression that there is greater stress in the case of live TV interpreting.

7.4 Physiological Stress during Simultaneous Interpreting: A Comparison of Experts and Novices

This is another study produced by Professor Ingrid Kurz in 2003. As all the other researches in this area it highlights the cognitive strains that are an inherent part of the interpreting profession. It also adds information about exposure to a stressful working environment, which can have a direct influence on the worker's safety and health.

The study mentions the major types of stress which the interpreter has to deal with: environmental (physical) stress, psychological stress and stress induced by an individual's own perception of interpreting as stressful. Types of environmental stress have already been mentioned in this paper and therefore will not be examined any further.

Psychological stress

As has already been stated the perception of stress is highly subjective and influenced by personality factors. Studies comparing performance under stress and performance in neutral conditions confirmed the well-known phenomenon that there exist individuals who exhibit an unchanged or even improved performance under pressure, while others who performed equally well in a stress-free situation then failed in a stressful one. However, there are situations that even experienced conference interpreters consider to be more stressful, e.g. live TV interpreting. This has in fact been confirmed in the previously mentioned study by Prof. Kurz.

“Previous research on occupational stress has shown that an individual's perception of stress, rather than “objective” stress, has an overriding impact on the person's physical well-being and performance on the job.” (Cooper, Davies and Tung 1982, in Kurz 2003: 9)

Stress depends on the relationship between the individual and the environment. Moreover it depends on a subjective evaluation of the situation and past experience. Events that are either uncontrollable or unpredictable are more stressful than controllable and predictable ones. In such situations even experienced interpreters may feel greater stress and may need coping strategies that go beyond their usual repertoire.

In comparison to conference interpreters, students of interpretation cannot rely on experience and try to predict the outcome of the situation. They still struggle with a number of difficulties and the majority of situations are for them unpredictable and therefore stressful. This applies even though for an

experienced conference interpreter the same event may pose only a routine challenge. This is most likely caused by the fact that students have no real work experience and therefore are affected more by the setting of the conference, even if it is only a mock conference.

The pilot study chose pulse rate and skin conductivity level (SCL) from a wide range of physiological parameters because these two measurements could be taken quite easily without causing much inconvenience to the subjects. Therefore the results should not have been corrupted by any stress levels caused by the presence of electrodes.

The study involved two groups of subjects - two experienced conference interpreters and three interpreting students. Evaluation of the two measured physiological parameters showed the following results. In the case of SCL the study failed to discriminate between experts and novices. Nevertheless results of the pulse rate demonstrated significant differences between the two groups. The pulse rate of experienced interpreters was lower and less erratic with an average value of 75 for the first interpreter and 73,75 for the other. However, the pulse rate for all three students was clearly higher and stretched across a wider range from about 65 to 115, which indicates that for novices even an ordinary classroom situation presents considerably higher physiological stress than real life interpreting at a conference does to professional interpreters.

In short, it is important to realize that conference interpreters have learned to overcome their anxiety and fear of public speaking thanks to their experience and have developed both conscious and unconscious coping strategies that help them to develop a higher tolerance for the stress that is connected with simultaneous interpreting, whilst students still struggle with numerous problems. Novices have to learn how to cope with all the sub-skills interpreting requires. The problems they face can easily lead to feelings of insecurity, fear of failure and heightened stress. Teachers should recognize that the achievement of expertise is a process of development, otherwise they

“are evaluating and diagnosing students’ difficulties from the vantage point of their own interpreting practise. This is equivalent to an expert judging a novice on a scale developed for experts - it is akin to comparing apples and oranges.” (Moser-Mercer 2000, in Kurz 2003)

8 STUDY

8.1 The Aim and Objective of this Study

This study aims to determine a connection between selected voice-coaching (relaxation) exercises and their influence on the performance of interpreting students. It is assumed that students of interpreting are under pressure and feel stressed even during a regular interpreting lesson. This was in fact confirmed by the research conducted by Kurz 2003 in her comparison of experts and novices.

“The pulse rate for all three student interpreters was clearly higher than that of the two interpreters, indicating that for novices even an ‘ordinary’ classroom situation involves measurably higher physiological stress.” (Kurz 2003, p.12)

This study works with another assumption, namely that stress has a direct effect on an interpreter’s performance. This phenomena was studied by Jiménez and Pizano, who collected data demonstrating changes in an interpreter’s performance when interpreting in a stressful environment, however, they were unable to prove that these changes happened just due to the experienced anxiety.

The ideal outcome of this study would be a foundation for a practical guide of stress management strategies for interpreting students with the possibility to determine particular strategies that would be suitable for individuals with a particular set of personality characteristics and a particular set of dispositions for stress resistance. However, this is a very bold research plan that would require further extensive research and a substantial background knowledge of psychology and voice coaching techniques.

For that reason this study aspired to confirm or refute more humble questions. The major research question is as follows: **How do voice-coaching exercises affect students of interpreting?**

In connection with the research question we assume the validity of the main hypothesis H₀: **Voice-coaching exercises have a positive effect on students of interpreting.**

This main hypothesis H₀ further divides into sub-hypotheses, that divide into two areas. Firstly, the interpreter's performance.

H₁: Voice-coaching exercises positively affect the occurrence of factual mistakes during interpreting.

H₂: Voice-coaching exercises positively affect the occurrence of hesitation sounds in the interpreted speech.

Secondly, the psycho-physiological aspect.

H₃: Voice-coaching exercises help to lower the heart rate before interpreting.

H₄: Voice-coaching exercises help to lower the subjectively perceived level of stress before interpreting.

8.2 Methodology of the Research

The research was a combination of a survey and an empirical experiment, during which physiological functions were recorded during interpreting as well as the interpreted speech.

8.2.1 Research Sample

The research sample consisted of students of the second and third years of the English for Interpreting and Translation course of the Faculty of Arts of Palacký University. The examined sample comprised two groups. Firstly, Group A which was the primary examined group, that practised the voice-coaching method, and from their results conclusions were drawn to confirm or refute the hypotheses. Secondly, Group B, that did not practise the exercise and had only a control function. The results of Group B members were supposed to indicate whether or not there were any other forces and influences in place that

could in fact have an impact on the criteria examined in the A Group. Students in both groups have had previous experience with simultaneous interpreting.

In Group A there were originally eleven members, however, two of them failed to show up for the final recording, therefore comparable data was collected from nine subjects. Group B originally consisted of ten members, but again one of the original members did not arrive for the final control recording and due to that there were again comparable results from nine subjects.

8.2.2 Voice-coaching method

The applied voice coaching method was chosen in cooperation with Alison Bomber, a highly experienced voice coach from Great Britain. She has an MA in English from the University of Cambridge and another MA degree in Voice Studies from the Central School of Speech and Drama. For six years she worked as Senior Voice and Text Coach for the Royal Shakespeare Company (RSC). She has been freelance now for several years and continues to work with the RSC and other theatre companies in Europe and the United States. Earlier this year she accompanied the RSC for productions to China, Hong Kong and New York.² Due to her very busy life she has so far been unable to publish her methods, therefore any references to her methods are related to her mentoring.

After careful consideration and a detailed discussion with her about the usual course of interpreting, the interpreter's surroundings and their possibility of moving around, Bomber suggested a combination of two exercises. Firstly some basic stretching and body positioning, followed by a vocal-breathing exercise. The objective of body stretching, although it may seem unimportant, is to loosen and relax the muscles of the neck, throat and shoulders that, if tense, can cripple the voice. The body positioning is based on the Alexander Technique.³

² <http://www.alisonbomber.co.uk/default.html>

³ F.M. Alexander was an actor, who suddenly started losing his voice whilst performing, thanks to his determination he discovered that he built tension in the area of the neck and throat, which stopped his voice from emerging. On the basis of this discovery he developed a technique that helps to get rid of harmful tension in the body.

These two exercises were selected firstly because they are very effective in their simplicity, and secondly, due to this simplicity, they can be taught even by a person with no expert qualification in voice coaching.

Normally there is a wide range of exercises that would be chosen from for different people, according to their different needs. But as a breath is one of the great calming influences and as has been mentioned in the theoretical part, all sorts of exercises use breath to calm, using breath to calm is a wide-spread practice that has been used for generations.

At first, it is important to adjust the breathing. Breathing that is happening high and tight in the chest, which is the way many people breathe today, actually adds to stress and tension not only mentally and emotionally, but also physically. It creates tension in the muscles of the neck, the muscles around the throat and the muscles around the voice. When we are stressed we almost always go to a very high breath, so deep breathing that involves the deeper muscles of the lower belly will always be something that calms the emotions as well as creates a healthy environment for the voice to be used.

The breathing exercise actually needs time to take effect so that the deep belly breathing can become habitual; after that only a few minutes of this breathing exercise can function as a quick instant help to calm down the body and the mind. It should be practised at least five minutes every day to remind the body. The exercise is not something that forces the body to do something strange, it is more like encouraging it to work in the way it would like to do anyway. This type of breathing is actually natural and all small children breathe into the belly before they are burdened by the expectations life brings with it. So in order to reacquaint the body with natural breathing the subjects would be required to put in some work between the scheduled training sessions for the study to work.

Exercise description:

Sit evenly balanced on your sitting bones on a chair and have both feet flat on the floor. In this way the spine is supported. Put both hands on your belly, thumbs around the navel and the rest of your fingers spreading downwards to

the lower belly. This is where the support muscles are located. Step one: Make a sharp [ʃ] sound, put quite a lot of air into it, see if you can feel the muscles working. Step two: Let the muscles go again. Beware: pulling your head upwards or forwards tenses the muscles on the back of the neck. Keep the neck and the shoulders not moving and not getting tight. Step three: Let go of the belly muscles and allow the breath to go freely into the body, remember to keep your mouth open. There is a the difference from yoga breath, where you are encouraged to breath in through the nose and the inbreath is the same length as the outbreath. But for public speakers or interpreters this type of breath is inappropriate, since they need a long outbreath and the inbreath as short as possible. Yoga breath with the equally long inhale and exhale can be good for calming but is not a good preparation for speaking. Step four: Make the outbreath and the [ʃ] sound longer squeezing the belly muscles and pushing the air out from the bottom of your belly (a finger moving from your lips forward can help with the length and fluency), then pause for a second with your lips open and then let go of the belly muscles and allow the air to come in. Do not force the inbreath, do not help it, do not “take a breath”. Muscles work only on the outbreath. Then they relax and the belly drops. Anatomically speaking the muscles support the breath on the way out and by releasing them the diaphragm can contract downwards, which creates a vacuum in the lungs that silently pulls the air in. Beware: do not close the lips between the outbreath and the inbreath (when the lips close the muscles around the mouth automatically tighten), do not move the shoulders and chest up and down, forcing the inbreath. If there is any sound during the inbreath it means there is tension somewhere. Try to stretch and relax your shoulders and neck.

Developing the exercise can be done using different sounds like [tʃ] or [dʒ]. You can do five outbreaths with [ʃ] and another five on [tʃ] or [dʒ].

To master this breathing method and to be able to use it habitually also during speaking, so as not only to support the breath, but the voice as well, would take approximately six months of applying it daily, which is the time period for mastering other breathing exercises as Špačková states in her Rhetoric for Interpreters. However, as a relaxation and calming exercise it is sufficient if the

subjects have a notion of the exercise and are able to practise it correctly for it to be effective.

8.2.3 Recording

For the simultaneous interpreting a recording of Leslie Morgan Steiner from the database of Ted Talks was chosen.⁴ The title is “Why domestic violence victims don’t leave”. This topic was selected, since recordings concerning the subject of home abuse or domestic violence often occur in the interpreting and translation seminars. Therefore there was a great probability that students would be acquainted with the subject and have a notion of the terminology.

L.M. Steiner is a native speaker of American origin, she does not have a difficult accent and speaks at an even pace. Further, she does not incorporate in her speech any idioms or collocations that might worsen the comprehension and agitate the interpreting students. There was also a minimum of any hard data such as years, percentages or other numerical information since these have a tendency to throw the students off. This was actually proved in the results as the greatest occurrence of errors was in the numerical data.

The recording was divided into two parts. One was to be interpreted at the beginning of the research and the final one at the end of the research period. Both parts measured approximately 5 minutes - first part: 0:15 - 5:15, second part: 5:16 - 10:55. The division of the recording guaranteed the same conditions as far as possible - same speaker, same topic, same event.

8.2.4 Experiment description/methodology

The empirical experiment was carried out over the course of three weeks. During that time there were three sessions with Group A and two sessions with the control Group B.

In the first week both groups did the recording of the first part of the speech. At the time conditions for both groups were the same. They were supposed to

⁴

https://www.ted.com/talks/leslie_morgan_steiner_why_domestic_violence_victims_don_t_leave

simultaneously interpret a recording, which was not provided for them in advance for home preparation. However, before the interpreting the students were given a glossary with terminology and had five minutes to get acquainted with the topic. The fact that the students did not have the speech for home preparation was an intentional action, as the study investigates levels of stress connected with interpreting, so not providing the materials beforehand was meant to raise the stress levels in the students evoked by the unfamiliar task they were supposed to perform. As Lukey 2008 said, the anticipation of a stressful situation can be worse than the situation itself.

At the beginning of the session the students were informed about the topic of the experiment and agreed to have their heart rate measured and interpreting outputs evaluated. At first nine students were selected, who were asked to put on the Garmin fitness bracelet and chest belt with a sensor. It was important to locate the chest belt with the sensor directly above the heart, so that the data could be collected. As a failsafe, students were given a form into which they were supposed to fill in the heart rate data from the bracelet, when prompted, so that the same time frame would be preserved, in case of device failure. Students entered the data on six occasions - when the connection between the chest sensor and bracelet was established “Start up”, before interpreting, immediately after interpreting, before they started filling in the survey questionnaire, during the questionnaire and after finishing it. To remain anonymous the nine with the measuring devices were assigned colour code names (Black, Blue, Brown, Gold, Green, Lilac, Pink, Red, and White), the remaining students that did not have the measuring device were still asked to participate in the survey part and choose their own code name or used their initials.

After that the survey part was introduced. It consisted of two questionnaires. One assessed the subjectively experienced stress responses and levels of stress during the interpreting. The questionnaire consisted of 5 questions. In the first question students indicated which stress responses they had experienced and to what level (from 0 to 5) - the proposed responses were: feeling sick, excessive sweating, trembling hands, trembling voice, increased occurrence of hesitation

sounds, various tics, no eye contact, feelings of anxiety, inability to speak, decreased ability to focus and others. In the second question students were asked to state their subjective susceptibility to stress. Questions three and four examined the overall levels of experienced stress before and during the interpreting and the final fifth question evaluated the students' subjective feeling about their performance during interpreting.

The second questionnaire was a standard questionnaire by R. Beech testing frustration tolerance. It examines an individual's ability to manage tasks, whether the individual is struggling with any current life stresses, what is his personal susceptibility to stress and personal sensitivity. The questionnaire consists of 53 questions that cover the mentioned areas.

In each question respondents choose a yes or no answer. According to the key to the questionnaire the yes or no entries were counted up. The total number thus represented good or poor frustration tolerance in the individual areas.

Four areas of Beech's questionnaire:

Ability to manage tasks: The result in this part indicates how well an individual can rationally manage common inconveniences in life. The score scale is from 0 to 15. A score up to 5 shows that the individual has a good ability to manage common inconveniences in life. A score higher than five demonstrates that this ability in the individual is poor.

Current life stresses: The result shows to what extent current stresses influence an individual's life and his/her adaptation ability. The score scale is from 0 to 13. A score up to 5 indicates that current stresses in an individual's life are low or manageable, a higher score is a sign of a great deal of current life stresses that the individual is not able to manage.

Personal proneness to stress: The results show one's proneness to behave in a self-destructive way. The score scale is from 0 to 12. A score lower than six indicates a good resilience to stress; however, a higher score demonstrates a tendency to initiate or seek stressful situations.

Personal sensitivity: The result shows to what extent the individual is vulnerable and oversensitive, and his/her tendency to take everything too seriously, allowing things to get to them. The score scale is from 0 to 13. A score lower than six indicates an individual that takes life's events and obstacles as they come and go. The higher the score, the greater is the individual's tendency to overreact, to be overwhelmed by situations, and to attribute to the situations a greater meaning than they have.

Both questionnaires were presented to students in the Czech language, since during the filling out of the questionnaire the physiological data were still being collected and it was undesirable to have the data influenced by possible stress evoked by problems with comprehension.

The completion of the survey part was the end of the first stage of the research for Group B. At this point Group A was introduced to the above mentioned voice-coaching method.

Firstly, the students did some basic stretching to relax the muscles of the shoulders, neck and throat, than they were taught the proper body position and after that they started with the deep belly breathing exercise. The first session with explanation and correction took approximately thirty minutes. And the students were asked and encouraged to practise the exercise at home in their own time.

In the second week Group A had another session of breathing exercise, At this point the method was described again and the students practised it whilst being alerted to the mistakes they were making, which they then tried to eliminate. At the end of the second thirty minute session a majority of the students were able to perform the exercise correctly.

Lastly, in the third week the final recordings were taken. This recording again concerned both groups. For Group B the process was identical to the first recording. The previously chosen nine once again got a measuring device according to their colour code name and went through the process of interpreting the second part of the speech and filled in the heart rate data on the form when prompted. After the interpreting, the survey part this time consisted

only of the first questionnaire which asked about experienced stress responses and levels of stress.

Similarly, in Group A Garmin fitness bracelets and chest belts were distributed to students with the corresponding colour. They had their last session of the exercise right before the interpreting started. Subsequently they filled in their questionnaires. In contrast to the first week, this time the form for entering the heart rate data had one more column, where they were asked to fill in the level of the heart rate immediately after the exercise. Furthermore their final questionnaire included enquiries about the breathing exercise: how many times (days) did they practise it, what level of stress did they experience after the exercise and what was their overall feeling in their body after the exercise.

8.3 Results

The results will be presented in four categories in compliance with the research hypotheses.

8.3.1 Occurrence Faults in Interpreted Speeches

The category of faults consists of factual faults, misinterpretations of the information and “fables” (information that was not in the original speech and the interpreter added it).

**Table 1 - Transcription Evaluation -
Faults**

A	1-faults	2-faults
Black	6	4
Blue	6	10
Brown	9	15
Gold	7	/
Green	3	13
Lila	4	7
Pink	11	9
Red	8	/
White	3	8
N	10	8
VD	3	5

**Table 2 - Transcription Evaluation -
Faults_B**

B	1-faults	2-faults
Black	7	/
Blue	13	1
Brown	3	14
Gold	6	7
Green	5	5
Lila	4	4
Pink	4	5
Red	12	14
White	11	19
MM	11	19

As we can see in this category of faults in Group A only in three cases was an improvement achieved. Black improved his/her score from 6 to 4, Pink from 11 to 9 and N from 10 to 8. However in the case of the remaining subjects the results worsened. Six subjects made more mistakes in the second part than in the first part. Two subjects, Red and Blue, did not show for the second recording. Since the connection between voice-coaching exercises and the interpreter's performance is examined here, it may seem that the voice-coaching exercise actually led to a worsening of the situation. But when we look at the results of Group B we can see a similar tendency there. An improvement was recorded in the case of just one subject, Blue, who actually lowered the number of his/her faults from 13 to 1. Two subjects, Green and Lilac, had the same score. And the remaining five had worse results.

Since the tendency was similar in both groups it can be presumed that even though the topic, speaker and event were the same, the second part was obviously more challenging for the interpreters. And since the improvement in Group A is not very significant it seems that the first hypothesis can be rejected. The results could not conclusively prove the existence of a positive

influence of voice-coaching exercises on the occurrence of factual mistakes in the interpreted speech.

8.3.2 Occurrence of hesitation sounds in interpreted speeches

In the transcriptions all prolonged vowel sounds and all “erms”, “hms” and “ahs” were counted as hesitation sounds. In transcriptions they were homogeneously indicated by “eh”.

Table 3 - Transcription Evaluation -

Hesitation Sounds_A

A	1-hesit.s.	2-hesit.s.
Black	19	39
Blue	29	18
Brown	65	39
Gold	10	/
Green	10	10
Lila	26	28
Pink	4	16
Red	14	/
White	17	17
N	22	8
VD	12	17

Table 4 - Transcription Evaluation -

Hesitation Sounds_B

B	1-hesit.s.	2-hesit.s.
Black	14	/
Blue	22	23
Brown	53	61
Gold	29	22
Green	11	15
Lila	10	12
Pink	32	39
Red	26	22
White	9	2
MM	15	25

Table 3 shows the occurrence of hesitation sounds in speeches interpreted by Group A. In this group there were actually just two cases of improvement, subject N reduced the number of hesitation sounds from 22 to 8, and a rather significant improvement was registered in the case of Brown, whose count of hesitation sounds dropped from 65 to 39. However, 39 hesitation sounds for five minutes of interpreting is still quite a lot. Two subjects had an identical hesitation sound count during both recordings and the remaining five subjects made more hesitation sounds in the second recording.

In Group B there were three cases of improvement Gold from 29 to 22 hesitation sounds, Red from 26 to 22 and White from 9 to 2. The remaining 6 subjects worsened in the occurrence of hesitation sounds.

Similarly to the previous category the tendency for a greater occurrence of hesitation sounds was distinctive for both groups. This again can be attributed to the fact that the second part was found more demanding by the interpreters. However the second hypothesis is also rejected since it failed to demonstrate that voice-coaching exercises could have a positive influence on the occurrence of hesitation sounds in an interpreted speech.

8.3.3 Level of Heart Rate during Interpreting

As researches by Kurz and Zeier proved, the heart rate is a dependable indicator of stress, since it reacts instantly to stressors.

The initial heart rate levels in the “start up” column for the first and second recording tend to vary significantly. However, in this case we cannot simply compare the heart rate levels in these two columns since the initial heart rate level depends on the overall state of the body. The heart rate can be higher throughout the whole day due to, for example, a different emotional setting or a reaction to a different atmospheric pressure. Therefore in this section we will consider the development of the heart rate before and during the interpreting and these tendencies can be compared between the first measuring and the second measuring.

8.3.3.1 Group A

Table 5 - Heart Rate Levels _A

A	Start up		Exercise	Before interpreting		After interpreting		After questionnaire	
	1	2		1	2	1	2	1	2
Black	85	80	75	105	71	103	78	92	68
Blue	-	78	63	-	62	-	73	-	60
Brown	77	102	92	75	85	70	82	70	83
Gold	105	/	/	105	/	93	/	93	/
Green	-	-	-	71	69	-	60	-	-
Lilac	60	85	90	73	97	96	92	72	92
Pink	92	-	-	105	-	88	-	84	-
Red	96	/	/	101	/	106	/	90	/
White	-	-	-	-	-	-	-	-	-

(sign “-“ indicated that data could not be collected due to a failure of the measuring device, sign “ / ” indicates that data were not collected, because the subject failed to attend the recording session)

As is obvious from Table 5, the recordings of physiological data in Group A were affected by a frequent failure of the measuring device. Even though the devices were individually tested before each recording and worked separately without a flaw, when they were activated all together in the same room the bracelets tended to lose the connection with the chest belt sensors. We tried to maximize the distance between the individual measured subjects, but some devices malfunctioned anyway, sometimes even during the measuring process.

For that reason the fully comparable data were collected only from three subjects.

Heart Rate Tendencies in Group A:

<u>Black:</u>	start up	exercise	before int.	after int.	after quest.
- first recording -	85	x	105	103	92
- second recording -	80	75	71	78	68

In the first recording the subject Black demonstrated a clear rise from the initial level of 85 to 105 just before the interpreting. In the second recording there was an evident decrease in the heart rate level, due to the performed exercise, from 80 at the beginning to 75 after the exercise, and the heart rate continued to drop to 71 just before the interpreting, which indicates that the anticipation stress, that in the case of the first recording elevated the heart rate, was minimised during the second recording.

As for the heart rate level after the interpreting task, in the first case it went down to 103 and during the completion of the questionnaire continued to drop to 92. Yet during the second recording the heart rate after interpreting was slightly higher (78) than before the interpreting (71); this could be attributed to the effect of the exercise wearing off during the interpreting. After the end of interpreting, when the subject was filling out the questionnaire, the heart rate dropped again to 68.

<u>Brown:</u>	start up	exercise	before int.	after int.	after quest.
- first recording -	77	x	75	91	70
- second recording -	102	92	85	82	83

In the case of the subject Brown there was a slight decrease during the first recording from start up (77) to the before interpreting stage (75) followed by an apparent increase during the interpreting to the after interpreting stage (91) and subsequently during the questionnaire the heart rate dropped to 70.

In comparison, the second recording shows a gradual decrease in the heart rate. From the initial start up at 102, over the drop after exercise to 92, followed by another drop to before interpreting to 85 and another diminution at after interpreting (82); at the end after the questionnaire there was an insignificant unit rise (83).

<u>Lilac:</u>	start up	exercise	before int.	after int.	after quest.
- first recording -	60	x	73	76	72
- second recording -	85	90	97	92	92

The subject Lilac in the first recording demonstrates a clear gradual rise of the heart rate from start up at 60 to 73 of before interpreting and another rise to 76 after interpreting followed by a decrease during completion of the questionnaire to 72.

In contrast to the previously mentioned Black and Brown subjects Lilac shows a rise also during the second recording from 85 at start up to 90 after the exercise followed by another rise to 97 before the interpreting, then decreasing during the interpreting to the level of 92 which was on average maintained also during filling out the questionnaire, ending again at 92. The different tendency of Lilac's heart rate during the second recording could be attributed to a poor practice of the voice-coaching exercise, because when it is done incorrectly it can do more harm than good. When we look at the second questionnaire, we will find out that the subject Lilac stated that he/she performed the breathing exercise only during the collective sessions and not in their own time as everybody was instructed to do. On the other hand, in the same question subjects Black and Brown indicated that they did the exercise in their own time 4-6 times. So the increasing heart rate in the case of Lilac can really be credited to poor preparation.

Heart Rate Tendencies in Other Subjects:

<u>First recording:</u>	start up	exercise	before int.	after int.	after quest.
Gold:	105	x	105	93	93

Pink:	92	x	105	88	84
Red:	96	x	101	106	90

Second recording: start up exercise before int. after int. after quest.

Blue:	78	63	62	73	60
--------------	----	----	----	----	----

The subjects Pink and Red demonstrate an increase from the initial heart rate level of P-92, R-96 to P-105, R-101 of the before interpreting stage, subsequently Red continues to rise and does not decrease until the filling out of the questionnaire. Pink on the other hand starts dropping already during the interpreting and continues during the questionnaire. Gold is stable at 105 throughout start up and before the interpreting phase, then declines during interpreting to 93, around which it oscillates only to level back there after the questionnaire.

Blue, similarly to Black, decreases from the start up heart rate level of 78 to 63 after the exercise and a bit further down to 62 before the interpreting and then increases to 73, probably as the effect of the breathing exercise wears off. At the end the heart rate levels at 60 after the questionnaire.

8.3.3.2 Group B

Table 6 - Heart Rate Levels_B

B	Start up		Before interpreting		After interpreting		After questionnaire	
	1	2	1	2	1	2	1	2
Black	100	/	99	/	100	/	85	/
Blue	41	110	46	111	30	101	31	106
Brown	89	90	103	96	99	106	83	96
Gold	82	72	108	72	87	-	76	-
Green	79	111	80	121	81	101	78	94
Lilac	-	70	-	75	-	100	-	74
Pink	66	115	60	111	30	104	-	107
Red	33	72	33	71	30	108	62	94
White	36	74	-	77	-	76	-	70

(sign “-“ indicated that data could not be collected due to a failure of the measuring device, sign “ / ” indicates that data were not collected, because the subject failed to attend the recording session)

As Table 6 shows the control Group B was much more successful in data collection. Fully comparable data were collected from five subjects. The remaining four have partial data either due to the mentioned device malfunction or because the subject failed to arrive for the final recording.

Heart Rate Tendencies in Group B:

<u>Blue:</u>	start up	exercise	before int.	after int.	after quest.
- first recording -	41	x	46	30	31

- second recording -	110	x	111	101	106
----------------------	-----	---	-----	-----	-----

The subject Blue demonstrated in both recordings a gradual rise of the heart rate level from the start up to the before interpreting stage, then following the same tendency in both recordings, the heart rate dropped during the interpreting and slightly rose while the subject was completing the questionnaire.

<u>Brown:</u>	start up	exercise	before int.	after int.	after quest.
- first recording -	89	x	103	99	83
- second recording -	90	x	96	106	96

The subject Brown follows the same pattern as Blue in the beginning of both recordings -lower initial heart rate level followed by a rise before interpreting, however Brown tended during the interpreting to oscillate around a heart rate of 105 in the first recording and around 110 during the second, in the first case levelling at a lower level of 99 and in the second at a higher level of 106.

<u>Green:</u>	start up	exercise	before int.	after int.	after quest.
- first recording -	79	x	80	81	78
- second recording -	111	x	121	101	94

In the case of the subject Green there is a slight, rather insignificant rise from the start up level of heart rate of 79 to 80 before interpreting, and again a slight rise after interpreting to 81 and decreasing during the filling out of the questionnaire to 78. The second recording almost completely mimics the tendency in the first recording with a difference in the after interpreting stage, where in the second recording there was a drop from 121 to 101, followed by another drop during the completion of the questionnaire to 94.

<u>Pink:</u>	start up	exercise	before int.	after int.	after quest.
- first recording -	66	x	60	30	-
- second recording -	110	x	111	104	107

Pink is the only subject that demonstrated a decrease in heart rate during the first recording from the initial start up stage (66) to the before interpreting stage (60). However, after that the measuring device started malfunctioning, the last measured point was after the interpreting with the value of 30, which is rather low for a person after interpreting and as the device stopped working a few seconds after that, the last value is probably faulty.

During the second interpreting the heart rate level rose slightly from 110 to 111 before interpreting and at the end of interpreting declined to 104 and slightly rose within the time for filling in the questionnaire, levelling at 107.

<u>Red:</u>	start up	exercise	before int.	after int.	after quest.
- first recording -	33	x	33	30	62
- second recording -	72	x	86	108	94

Readings from the subject Red are more or less level in the first three stages on the first recording, only towards the end there was a rise in the heart rate level from 30 to 62.

During the second recording the heart rate level elevated from the initial stage of 72 to 86 before interpreting. During the interpreting the heart rate continued rising to 108 at the end of interpreting and subsequently declined to 94.

Overall Comparison of Groups A and B

In the majority of subjects in both groups we can see an identical tendency in the first recording. There was a rise in the heart rate level from the initial start up stage to the before interpreting stage, which was followed by a slight decline during the interpreting. So that the heart rate level at the end of the interpreting was actually lower than at the beginning, which supports the theory of the negative effect of the anticipation stress, that it actually drives the body and the mind into a worse state than the stressful situation itself.

Undoubtedly, the second recording presents great differences in the tendencies of the heart rate between the groups. Whereas in Group B the heart rate of the subjects demonstrates the same pattern as in the case of the first recording, in Group A the tendency is very different. Three out of four subjects from which the data for the second recording was successfully recorded demonstrated a completely diverse tendency. In the case of subjects Black, Blue and Brown the heart rate levels decreased after the voice-coaching exercise and kept decreasing even before the interpreting itself had started. Then during the interpreting it rose again slightly in the case of subjects Black and Blue and for subject Brown it continued to drop slightly. Finally, at the end of the questionnaire the heart rate of Black and Blue lowered again and in the case of Brown a slight rise in the heart rate was registered. These results clearly show that the voice-coaching exercise eradicated the anticipation stress and its effects. The remaining subject Lilac mirrored with his/her tendency the tendency recorded in the control Group B. The voice-coaching exercise did not have a calming effect on Lilac possibly due to poor practice of the exercise, probably caused by an insufficient repetition of it.

Nevertheless, based on the results from this section the third hypothesis: “Voice-coaching exercises help to lower the heart rate before interpreting.” can be proclaimed confirmed. Furthermore it helps to eradicate the negative effects of anticipation stress even throughout the interpreting itself.

8.3.4 Level of Subjectively Perceived Stress during Interpreting

As has been frequently mentioned in the theoretical part of this paper, stress is highly subjective and perceived by every individual differently; proneness to stress is influenced by personality factors. (Kurz 2003)

Stress is connected to many factors - fear of public speaking, the fact that one's performance is judged by the audience, lack of self-confidence, feelings of insecurity or a feeling of the threat which the interpreting could pose to someone. (Jiménez, Pinazo 2001)

8.3.4.1 *Subjects' Proneness to Stress*

This tendency was actually examined in two separate questionnaires that the students filled out during the first recording.

Firstly, there was a direct question about their proneness to stress: “Would you say yourself that you are prone to stress?” They could choose from four possible answers:

- Yes, stress influences my life to a great extent.
- Rather yes, but I manage to cope with stress manifestations.
- Rather not, I experience stress only occasionally.
- No, I almost never feel stressed.

Secondly, the personal proneness to stress was one of four categories examined by Beech’s questionnaire.

Table 7 - Proneness to Stress_Group A

A	Proneness to stress by Beech	Subjective proneness to stress	Match between objective and subjective
Black	9	Rather yes	Ok
Blue	7	Rather yes	Ok
Brown	6	Rather yes	Ok
Gold	8	Yes	Ok
Green	4	Yes	No
Lilac	4	Yes	No
Pink	10	Rather yes	Ok
Red	7	Rather not	No
White	7	Rather yes	Ok
N	4	Rather yes	No
VD	4	Rather yes	Ok

Table 8 - Proneness to Stress_Group B

A	Proneness to stress by Beech	Subjective proneness to stress	Match between objective and subjective
Black	6	Rather yes	Ok
Blue	7	Rather not	No
Brown	4	Rather not	Ok
Gold	11	Yes	Ok
Green	1	Rather not	No
Lilac	3	Yes	No
Pink	8	Rather yes	Ok
Red	8	Yes	Ok
White	9	Rather not	No
MM	7	Rather not	No

These tables show whether the objective findings from the evaluation of Beech's questionnaire comply with the proneness that the students in general subjectively perceive.

This part is solely informative and there is no need to compare the groups with one another. It shows that a subjective perception can be sometimes misleading.

In total 12 students out of 21 were able to assess their subjective proneness to stress correctly in compliance with the objective method presented by Beech's questionnaire. Five out of the remaining 9 subjectively stated they are rather not prone to stress, however, the results from Beech's questionnaire showed that these individuals have tendencies to seek out stressful situations. In contrast, the last 4 subjects think that they are prone to stress and that stress greatly affects their lives, although they demonstrated one of the best scores in Beech's questionnaire for resilience.

8.3.4.2 Level of Perceived Stress - Group A

Table 9 - Level of Perceived Stress

A	Level of stress before int.		Level of stress during int.		Subjective overall feeling after the exercise	Perceived stress level after ex.
	1st	2nd	1st	2nd		
Black	2	1	Decreased	Increased	More relaxed	Same
Blue	3	2	Same	Same	More relaxed	Decreased
Brown	2	3	Increased	Same	More relaxed	Decreased
Green	2	2	Increased	Decreased	More relaxed	Decreased
Lilac	1	1	Increased	Same	More relaxed	Same
Pink	2	2	Same	Increased	More relaxed	Decreased
White	2	3	Same	Same	Same	Same
N	3	2	Decreased	Same	More relaxed	Same
VD	1	2	Increased	Same	More relaxed	Same

This table compares the level of stress students experienced before the interpreting and during the interpreting during the first and second recordings.

For the level of stress before interpreting they were choosing from the scale 1 to 5, where 1 indicated the lowest level and 5 the greatest. For the question enquiring about the level of stress perceived during the interpreting, subjects could select one of three options: the level of stress either decreased, or increased or remained the same.

The results show that in the case of 3 subjects the level of experienced stress before interpreting was lower during the second recording after performing the voice-coaching exercises. However, another 3 subjects stated the stress before interpreting was for them subjectively greater during the second recording and for the remaining 3 the perceived level of stress before interpreting was the same in both cases.

As for the experienced level of stress during interpreting, for 4 subjects the level of stress during interpreting improved during the second recording in comparison with the first recording, for 3 the level actually worsened during the second interpreting and for 2 it remained the same in the case of both recordings.

The second part of the table presents answers to two questions concerning the voice-coaching exercise and how the subjects felt afterwards. One question was asking about the overall feeling after the exercise and the other about the perceived level of stress after the exercise compared to the situation before the exercise. These two questions are in fact enquiring about the same fact, just with different words. They were both incorporated into the questionnaire on purpose as a failsafe, since as they both enquire about the same feeling, the answers to them should be in agreement. These two questions function as a lie scale, to indicate whether the subjects are truthful in their answers. If the subject indicated that s/he felt more relaxed after the voice-coaching exercise and at the same time stated that s/he felt the same level of stress as before, the answers contradict each other. One cannot feel the same level of stress as before and at the same time feel more relaxed and vice versa.

This precaution was taken due to a concern that the subjects would want to please the researcher (maybe even subconsciously) and would indicate that they felt “more relaxed”. This precautionary measure uncovered that for this particular set of questions we can rely on the answers of only 5 out of 9 subjects. Four of them started to feel more relaxed after the exercise and one felt the same as before.

8.3.5 Level of Perceived Stress - Group B

Table 10 - Level of Perceived Stress

B	Level of stress before int.		Level of stress during int.	
	1st	2nd	1st	2nd
Blue	2	3	Same	Same
Brown	1	1	Same	Same
Gold	4	3	Same	Same
Green	1	3	Same	Same
Lilac	4	3	Decreased	Decreased
Pink	3	2	Same	Increased
Red	3	2	Decreased	Decreased
White	2	1	Decreased	Decreased
MM	2	1	Same	Same

Table for Group B contains the same two questions and scale of choice as for Group A.

The results demonstrate that in the case of the level of stress before interpreting, 6 subjects actually felt better during the second recording. During the second recording only two felt greater stress before interpreting than in the case of the first recording. One subject identified the same level of stress for both recordings.

The majority of the subjects in Group B gave the same answer during the first recording as during the second one to the question concerning the level of stress during the interpreting. For 2 the level decreased during the interpreting in both cases and for 5 it remained the same in both cases. Just one subject stated that during the second recording the level of stress during interpreting was worse than during the first recording, when it remained the same.

Since the results in both groups are very diverse, and almost half of Group A failed the lie-scale precaution test, the fourth hypothesis: “Voice-coaching

exercises help to lower the subjectively perceived level of stress before interpreting.” cannot be confirmed. Even in the case of the 5 subjects that passed the lie-scale precaution test and stated that they felt better, the data did not show any improvement in the perceived level of stress before the second interpreting.

9 CONCLUSION AND DISCUSSION

Stress is all around us, it always has been and always will be. In the way modern society is developing it can be only presumed that coping and stress management capabilities will be more and more needed and will become a necessity for every profession.

The job of an interpreter is no exception. However, not only the final job itself, but the studying process to become an interpreter actually brings with it a great amount of stress which the students have to face. Professor Kurz of the University of Vienna in fact proved that students of interpreting are subjected to greater feelings of stress than experienced conference interpreters. Even though the students do not have to interpret in a real life setting, the environment in the classroom during interpreting is enough for them to feel greater physiological stress than professional interpreters do at a real conference. Therefore it might be even more important for interpreting students to learn how to cope and manage stressful situations than for experienced conference interpreters who have already clearly developed their own methods for dealing with stress.

This thesis investigates how voice-coaching exercises might affect an interpreter and his/her performance. The research concerned itself with two groups of interpreting students with approximately equal experience of simultaneous interpreting. The first, Group A, was the primary research group which was taught the voice-coaching method and thereafter examined on the basis of the effects of the exercises. The second group that was investigated, Group B, had solely a control function. Their data was necessary to determine whether or not the results of Group A could be affected also by something other than the voice-coaching method. The examination happened during two sets of recordings, an initial and a final recording for each group. The research took place over a three week period. If after that time the results of the second recording of Group B matched with the corresponding results of Group A it would either mean that the voice-coaching method had no effect at all or that the change was brought about by some other influence.

The research tested a main hypothesis that voice-coaching exercises have a positive effect on students of interpreting through four sub-hypotheses:

The first two deal with performance:

H₁: Voice-coaching exercises positively affect the occurrence of factual mistakes during interpreting.

H₂: Voice-coaching exercises positively affect the occurrence of hesitation sounds in the interpreted speech.

The second two deal with the psycho-physiological aspect:

H₃: Voice-coaching exercises help to lower the heart rate before interpreting.

H₄: Voice-coaching exercises help to lower the subjectively perceived level of stress before interpreting.

Results for the first sub-hypothesis showed a similar tendency in both examined groups, therefore the first hypothesis about the positive effect on the occurrence of factual mistakes in interpreting was rejected. A similar fate met the second hypothesis about a positive effect on the occurrence of hesitation sounds in the interpreted speech. Since the tendency for a greater occurrence of hesitation sounds was distinctive in both groups and possibly caused by the fact that the second part of the recording was more demanding, the research still failed to confirm any positive effect and therefore the second hypothesis was also rejected.

However, in the case of the third hypothesis and the testing of the heart rate there was proven a clear tendency towards a lower heart rate in Group A after the voice-coaching exercise. Since the control Group B manifested no such tendency, the lower heart rate can be attributed to the applied voice-coaching method. Therefore the third hypothesis is confirmed and with it also the main hypothesis that voice-coaching exercises have positive effect on students of interpreting.

Nevertheless, the last hypothesis that voice-coaching exercises can help lower the subjectively perceived level of stress before interpreting had to be rejected due to the fact that almost half of the Group A subjects failed the lie-scale test and there was no clear proof of a lowered subjectively perceived level of stress before interpreting due to the voice-coaching method. Hence the fourth hypothesis was also rejected.

Even though the research managed to confirm only two out of five hypotheses in total, I believe it has opened new possibilities for research in the area of stress management in interpreting. I also think that it could serve as a foundation for a whole range of other studies. Furthermore, I believe that redoing the study could lead to different or more conclusive proofs about the influence of voice-coaching methods on students of interpreting. More reliable technology would be used for collecting the data, more willing participants could be found and the study would run over a longer period of time, a whole semester for example, and perhaps involve a trained voice coach, so that the subjects would have sufficient time to master the breathing technique.

Apart from that the study can still serve as a practical guide for students that seek possible ways of dealing with their fears and anxieties associated with interpreting.

Finally, the study could be a factual foundation for researches that would investigate, for example, the field of different types of personalities amongst interpreting students and their coping and stress management strategies or their resilience against stress.

10 RESUMÉ

Tato diplomová práce se zabývá vlivem voice-coachingových cvičení na výkon tlumočnicka. Předmětem bylo konkrétně simultánní tlumočení nahrávky Leslie Morgan Steiner: Why domestic violence victims don't leave. Výzkumný vzorek sestával ze dvou skupin studentů 2. a 3. ročníku bakalářského studia studijního programu ATP. Skupina A byla zkoumaná skupina, která vykonávala voice-coachingové cvičení a jejíž výsledky rozhodly o potvrzení či vyvrácení pracovních hypotéz. Skupina B měla kontrolní funkci, jejím smyslem bylo odhalit případný vnější faktor mimo rámec zkoumání, který by ovlivnil výsledky.

Výzkum probíhal po dobu tří týdnů. V prvním týdnu studenti z obou skupin natlumočili první část nahrávky. Pomocí fitness náramků a hrudních senzorů byla při tlumočení zaznamenána fyziologická data (měření srdečního tepu), po skončení tlumočení studenti vyplnili dotazníky pro dotazníkové šetření (dotazník týkající se stresu pociťovaného během tlumočení a Beechův dotazník náchylnosti ke stresu). Skupina A se zároveň během první hodiny seznámila a naučila voice-coachingové cvičení, které se skládalo ze stretchingu, správného držení těla dle Alexandrovovy metody a zejména dechového relaxačního cvičení. Studenti skupiny A byli požádáni, aby cvičení praktikovali i sami doma, aby se jim co nejvíce zautomatizovalo. Během druhého týdne se konala schůzka pouze se skupinou A, která si zopakovala celou metodu a kladl se důraz zejména na odstranění chyb během dechového cvičení. Na konci hodiny zvládala většina studentů cvičení bez větších komplikací. Třetí týden byl v obou skupinách pořízen záznam finální nahrávky, opět byla zaznamenána fyziologická data a studenti vyplnili upravenou verzi dotazníku dotazujícího se na stres pociťovaný v průběhu tlumočení.

Na základě sebraných dat bylo vyhodnoceno potvrzení či vyvrácení následujících hypotéz. Hlavní hypotéza zněla: „Voice-coachingová cvičení mají pozitivní vliv na studenty tlumočení.“ Ta se dále dělila na čtyři dílčí hypotézy.

První dvě hypotézy se zabývaly výkonem tlumočnicka.

H1: Voice-coachingová cvičení mají pozitivní vliv na výskyt faktických chyb v přetlumočeném projevu.

H2: Voice-coachingová cvičení mají pozitivní vliv na výskyt hezitačních zvuků v přetlumočeném projevu.

Následující dvě hypotézy se braly v potaz fyzicko-psychologickou stránku.

H3: Voice-coachingová cvičení napomáhají ke snížení srdečního tepu tlumočnicků.

H4: Voice-coachingová cvičení napomáhají ke snížení úrovně subjektivně pocíťovaného stresu před začátkem tlumočení.

Na základě sebraných dat se nepodařilo potvrdit vliv voice-coachingových cvičení ani na výskytu faktických chyb ani na výskyt hezitačních zvuků. Výsledky obou skupin vykazovaly stejné tendence, tudíž nebylo možné potvrdit ani jednu hypotézu. Za to výsledky úrovně srdečního tepu, potvrdily pozitivní vliv voice-coachingových cvičení na snížení srdečního tepu u tlumočnicků. Tato hypotéza se tedy potvrdila, čímž se potvrdila i hlavní hypotéza, že voice-coachingová cvičení mají pozitivní vliv na studenty tlumočení. Poslední čtvrtou hypotézu se ovšem rovněž nepodařilo potvrdit. Výsledky skupiny A ohledně subjektivně pocíťované hladiny stresu před začátkem tlumočení nevykazovaly žádnou společnou tendenci, hypotéza se tedy rovněž nepotvrdila.

Doufám, že by tato práce mohla posloužit jako praktická příručka studentům tlumočení, kteří mají zájem o to pracovat se stresem a nervozitou, kterou v nich tlumočení vyvolává. Zároveň jsem přesvědčena, že práce může posloužit jako základna pro další výzkum vlivu relaxačních a copingových cvičení na studenty tlumočení.

11 ANNEXES

11.1 Transcripts Group A

A1_White

Dnes bych si společně s vámi ráda položila poněkud znek-pokojující otázku, která má stejně znepokojivou odpověď. **Eh** já budu mluvit o domácím násilí a moje otázka zní. **Eh** a je to ta otázka, kterou se vždycky všichni ptají, proč zůstala, proč- proč neodešla od muže, kteří- který jí bije. Já nejsem **eh...** já nejsem nějaký odborník na domácí násilí, ale jsem žena a mám **eh** svůj příběh. Bylo mi 22 a **eh** ... vyšla jsem z Harvardu, měla jsem.. **eh...** z- měla jsem... měla jsem práci, a **muž, kterého jsem milovala víc než ... cokoliv na světě.** Chci vám říci- chci vám říci příběh ... chci vám říci **ehm...eh...** možná je to i váš příběh. **Já nevypadám jako člověk, který přeje**
...jsem .. vdaná dvacet let za svého druhého manžela,... mám- ... máme tři děti. ... První věc, kterou bych chtěla říct, že domácí násilí se děje všude. Druhá věc, kterou chci říct, ... že ... **eh** ne všechno domácí násilí se ž- děje ženám. **80 25%...** domácí násilí se stává vždycky ve vzájemně závislých... **eh** v rodinách se děje v rodinách. **Za a) bych vám řekla, že jsem ten poslední člověk na světě, který by zůstal ženy.. ve věku od 16 do dvacet- dvaceti let** mají největší šanci v Americe být **eh** zneužívány. Více než 500 **eh** žen v tomto věku jsou zabity v důsledku domácího násilí. Byla jsem typickým- typickou obětí, protože jsem-protože jsem o tom nic nevěděla. Potkala jsem Connora v
v v metru a **řekl mi, že** Jedna z nejmoudřejších věcí, **který**
... a on mě přesvědčil, že... že já jsem ten dominantní,... tím, že mě zbožňoval ... on mi věřil, tak jako mi nikdo předtím nevěřil, a on vytvořil takovou **eh...** atmosféru.. **ehm** .. důvěry,.. protože mi- ..protože mi říkal svoje tajemství, **jeho tajemství bylo, že eh... .. eh.... thankyou.**

Mistakes/misinterpretations/fables : 3

hesitation sounds: 17

A2_White

Kdybyste mi řekli tenkrát, že tento chytrý **eh** vtipný muž, který mě obdivoval, že by mi jednoho, že by mi jednoho **důvodů eh** diktoval, co mám dělat, jak se mám oblíkat, jak se mám malovat, tak bych se vám vysmála, protože v tu chvíli mě **eh** vůbec nenapadlo, **on mi nedával žádný ani ponětí o tom,** že by se takhle někdy chtěl chovat a já jsem tenkrát nevěděla, **že zaprvé musíte eh získat důvěru té** a z a za druhé musíte ji izo-lovat. **Což on nedělal, on to nedělal, on to nedělal.** **Jako jednoho dne přišel a říká** a neřekl mi, že prostě se, ale řekl, že kvůli mně odešel z práce, protože, protože **eh** já jsem ho tak milovala, že už tu, že už tu práci nepotřeboval a chtěl si, chtěl začít nový život **v Anglii.** Ale já jsem nechtěla odjet z New Yorku, protože práce mých snů byla v New Yorku. Ale myslela jsem si, že pro lásku se musí něco obětovat a tak jsem, tak

jsem skončila taky v práci a odešli jsme z Henme z Manhatonu. A já jsem nevěděla já jsem nevěděla, že vlastně eh jdu do pasti. ... Když jsme se přestěhovali do Nové Anglie, kde on se cítil strašně bezpečně ... eh koupil tři zbraně, jednu do auta, jednu eh do ložnice a jednu měl pořád ... pořád v kapse a říkal, že to má z toho traumatu. Ale v podstatě to bylo pro mě. On on se on ještě jakoby proti mně nevztáhl ruku, ale můj život byl stále v nebezpečí a Connor mě poprvé eh fyzicky napadnul, pět dní před svatbou. Bylo sedm, sedm hodin, měla jsem měla jsem eh župan a ... a já jsem byla naštvaná a on mě začal škr-škrtit, eh škrtit, takže já jsem nemohla eh křičet ani dýchat. A ... i když se to stalo, tak já jsem si byla jistá, že budeme žít šťastně až do smrti. On se mi za to omlouval. On byl prostě vystresovan - vystresovaný z té svatby. Byl to jeden případ a nikdy mě znovu nezraní. Na svatební cestě se to stalo znovu dvakrát. Já jsem jela na na pláž a ztratila jsem se, když jsem řídila. A on mě strašně eh bouchnul, tak že jsem ... potom už jsme jeli zpátky z té cesty, po mně hodil nevím co. Jednou nebo dvakrát týdně mě bil. A udělala jsem chybu, protože jsem si myslela, že jsem byla sama... Patnáct milionů dětí je každý rok eh fyzicky zneužíváno. Takže já jsem nebyla vůbec sama. Zpátky k mojí otázce, proč jsem s ním zůstala? A ta odpověď je jednoduchá, já jsem nevěděla, že mě zneužívá. I když mi k hlavě dal zbraň, i když mi eh si pr eh ... s-schozoval ze schodů, i když mi vylil na hlavu kafe. Já jsem si nikdy nemyslela, že jsem jako mlácená manželka, já jsem si myslela, že, já jsem si myslela, že jsem silná žena. Jsem byla silná žena, který žila s eh s mužem, který měl problémy.

Mistakes/misinterpretations/fables : 8

unfinished sentences: 2

hesitation sounds: 17

A1_VD

Dnes budu mluvit o znepokojivé otázce, která má rovněž znepokojující odpověď. A jedná se ooo eh domácí násilí a já se budu zabývat jednou otázkou, kterou si kla-klade každý. Proč s ním zůstala? Proč kdokoliv zůstává s mužem, který eh bije. Já jsem jenom žena se svým příběhem. Bylo mi 22 a právě jsem dokončila Harvard. Začínala jsem jako editor v magazínu Seventeen. Měla jsem první zelenou American Express kartu a měla jsem tajemství. Moje tajemství bylo, že jsem měla tuhle zbraň, že .. js- ssss eh náboji- s náboji s dutou špičkou a měla jsem ji přiloženou k hlavě. Muž, kterého jsem milovala více než cokoliv na světě, měl tuhle zbraň u mé hlavy a vyhrožoval mi tím, že mě zabije, více než si dokážu vzpomenout. Byla to psychologická past, do které mi- miliony lidí, žen i mužů, spadne každý vrok. Mám bakalářský i magisterský titul, .. zi- ... pracovala jsem pro eh firmy jako Johnson and Johnson, Leo Brunet a Washington Post. Mám manžela, tři děti aa .. máme černého labradora a řídím průměrné auto. ... Všechny rasy a všechny víry, všude se to děje. Všichni si myslí, že domácí násilí je problém žen, ale to není

pravda. 85% v- všech násilníků jsou muži. Poslední místo, kde bysme si mysleli, že bude- najdeme násilí jsou domácnosti. ... Řekla bych vám, že já bych byla ta poslední osoba na světě, která zůstane s mužem, který mě bije. Ale mně bylo 22 ... a v Americe ženy mezi šestnáctým a **dvacátým** druhým rokem života jsou třikrát náchylnější k tomu být **eh** obětí domácí násilí. ... Byla jsem také ve- velmi typickou obětí, protože jsem věděla naprosto nic o **eh** domácím násilí. Jednoho.. studeného, .. s- .. deštivého, lednového dne ... jsem potkala někoho, kdo mi řekl, že práv- že on právě taky **eh** dostudoval na Ivy League. Udělal na mě velký dojem a m- a byl chytrý a zábavný a vypadal jako farmář. Měl velké **eh** škraně a vypadal velmi velmi **eh** mile. První věc, kterou Connr udělal bylo, **že udělal iluzi našeho v- našeho partnerství**, už od začátku. Začali jsme chodit na rande a on mě idealizoval, že jsem byla nejlepší, miloval vše o mně. Věděl vše o mojí rodině, o mém dětství, o mých nadějích ad- aaaa **eh** snech a udě- **miloval mě tak, jako nikdo předtím**. A vytvořil magickou atmosféru, ve které jsem mu bezmezně věřila. A taky mi řekl, že jako malý kluk, když mu bylo čtyři, se k němu jehoo **eh** nevlastní otec choval velmi násilně. Taky mi řekl, že strávil skoro dvacet let snahou překonat tohle **eh** hrozné období v jeho dětství.

Mistakes/misinterpretations/fables : 3
hesitation sounds: 12

A2_VD

Kdybyste mi řekli, že tenhle chytrý, vtipný muž, který mě zbožňoval, mně bude jednoho dne **doporučovat**, jak jak jak se mám oblékat, jak mám žít, jak mám pracovat a kde mám trávit svátky, nevěřila bych vám. Nic nenapovídalo tomu, že by mohlo k něčemu takovému dojít. Nevěděla jsem, že první **eh** krok, jakéhokoliv domácího násilí je očarovat svoji oběť. Druhý krok je potom izolovat oběť. Jednoho dne ... přišel přišel domů, tak určitě neřekl, že tahle Romeo Julie **eh** stej byla tak super a teď se musíme dostat k tomu, abych tě izoloval. Místo toho jednoho pr-pátečního večera Conor přišel domů a řekl mi, že skončil práci v práci. Říkal, že v práci skončil kvůli mně. Protože jsem ho dokázala vytvořit ... **eh** udělat šťastným a proto opustil **eh** město, aby utekl od své **eh** hrozné rodiny, aby se přestěhoval do malého městečka **eh v Anglii a** žil tam se mnou. Ale já jsem nechtěla opustit New York a opustit svůj vysněný **eh** vysněnou práci. Ale přesto jsem to udělala a my jsme s Conorem opustili Manhaton. Šla jsem po hlavě dooo **eh** do pastí ... A tehdy se objevily zbraně. Když jsme když jsme přijeli do **Anglie do** toho místa, kde se Conor **eh** měl a cítit bezpečně. Koupil si tři tři zbraně, jednu nechal v autě, jednu jednu si nechal u postele a tu třetí měl vždycky u sebe. Potřeboval je, aby se cítil **eh** bezpečný. Ale tyhle zbraně pro mě byly znamení. Můj život byl tehdy v šš v nebezpečí. Conor mě poprvé fyzicky napadl pět dní **po** naší svatbě. **Bylo pět** hodin ráno a já jsem pořád měla na sobě noční košili a já jsem pracovala na svém freelance **eh** a **eh** projektu. ... A začal mě, začal mě škrtit a já jsem

nemohla vůbec dýchat a pak mi hlavou uhodil, mojí hlavou uhodil o zeď. O pět dní později se eh se zmizely moje eh ... a po pěti dnech jsem si ho vzala. Myslela jsem si, že mě miluje a já jsem ho milovala taky. A hrozně ho to mrzelo. Myslela jsem si, že byl pouze vystresovaný naší svatbou. Myslela jsem si, že mi už nikdy neublíží. Stalo se to dvakrát na našich eh lůžkách. Poprvé když jsem se snažila najít tajnou pláž a ztratila jsem se. Uhodil mě do hlavy, tak tvrdě, že moje druhá strana hlavy uhodila do okýnka v našem autě, dokonce několikrát. Conor mě potom mlátil jednou až dvakrát týdně dalších dva roky našeho manželství. Jedna ze tří amerických žen zažívá domácí násilí. Až patnáct milionů dětí je eh ... teď zpátky k mé otázce. Proč jsem zůstala? Odpověď je jednoduchá. Nevěděla jsem, že mě eh Házet po mně kávový lógr na mou hlavu, když jsem se oblíkala pro naaa interview pro moji novou práci. Byla jsem silná žena. Vv a zamilovaná dooo muže, který měl problémy.

Mistakes/misinterpretations/fables : 5

unfinished sentences: 3

hesitation sounds: 17

A1_Pink

Ráda bych dnes mluvila o jedné velmi znepokojivé otázce, která má stejně znepokojivou odpověď. Budu mluvit o .. tajemstvích domácího násilí a otázka které se dotknu, je.. otázka kter- na kterou se všichni ptají. Proč zůstává, proč s ním zůstává? Proč by někdo zůstal s někým, kdo ho mlátí, kdo ho bije. A jako sociální pracovnice a psychiatrická na- a odbornice na domácí násilí bych vám ráda řekla jednu- jednu příhodu z mého života. Bylo mi 22, právě jsem dokončila vysokou školu a přestěhovala jsem se za svým- za svým prvním místem pracovním do New Yorku, měla jsem svůj první byt ... a také své první úžasné americké zelené auto a také velké tajemství. Moje tajemství bylo, že jsem měla tuhle zbraň, která byla nabita.. náboji s dutou špičkou a na-mířila jsem si ji k hlavě kvůli muži, který byl mým nejlepším přítelem a kterému jsem věřila, muž, kterého jsem milovala víc než kohokoliv na světě mi držel tuhle zbraň u hlavy a chtěl mě zabít, víckrát než si vůbec můžu vzpomenout. Ráda bych vám tu dnes řekla příběh o..šílené lásce, které zažilo spousta milionů žen každý rok a někdy i.. nějací.. muži. Nevy-pám- nevypadám jako typická oběť domácího násilí. Mám tituly z několika škol, jsem vzdělaná, pracovala jsem v mnoha společnostech jako Johnson and Johnson, LioBarnet and The Washington Post a všechno tohle mě posunulo až k mému druhému manželovi, ze kterým mám tři- tři děti, řídím minivan a mám psa. Zpráva ode mě pro vás je, že domácí násilí se může stát komukoliv. A děje se to všem rasám, všem eh stup- lidem s různými stupni vzdělání, a tak dále. A proč se domácí násilí děje především ženám? Není to pravda, protože až 85% eh poškozených a obětí jsou muži. A děje se to většinou ve- v dlouhodobých vztazích, které trvají v

rodinách dlouhou dobu. ... A to je jeden z důvodů, proč je domácí násilí tak.. matoucí. Myslela jsem si, že já bych byla ten poslední člověk, komu by se něco takového mohlo stát. Ale byla jsem tou typickou obětí právě kvůli tomu, jak jsem byla stará. Bylo mi 22 let, ... protože ženy by- mezidvacá- **dvaceti** až čtyřadvaceti lety jsou nejzranitelnější a jsou mnohem zranitelnější **eeh** z hlediska domácího násilí než ženy dalších věků. Spousta žen je ročně zabita právě z důvodu domácího násilí svými manželi, svými partnery. Tehdy jsem vůbec nevěděla nic o domácím násilí, jaké jsou jeho příznaky a tak dále. Stalo se to v jednu- v jeden lednový deštivý večer. Přišel z metra a začal si se mnou povídat. Řekl mi, ... že také .. odma- skončil a má titul z Ivy League. ... Ale co na mě udělalo ten největší dojem, bylo to, že byl vtipný a inteligentní a taky vypadal jako farmář, měl obří tváře, měl pěkně vypracované svaly a vypadal opravdu sladce a roztomile. A jedna z těch nej-nejchytřejších věcí, které Corn tou dobou udělal, bylo, že mě přesvědčil, **že by byl ten ideální partner do vztahu, a to byl pouze začátek, protože jsem si ho moc idealizovala.** Začali jsme spolu chodit a on na mě zbožňoval úplně všechno, to jak jsem byla chytrá, jak jsem byla vtipná, jak jsem byla.. **eh** nadšená ze své práce, **ze svých koníčků** a také.. obdivoval mé naděje a sny do budoucna. ... Přiměl mě, abych se cítila tak, jak mi ještě nikdo nedovolil, abych se cítila za celý můj život. ... **Ale co jsem nevěděla,** bylo to, že už ve svých čtyřech letech byl velmi tvrdě tyranizován svým **otcem**. Byl velmi inteligentní a téměř dvacet let strávil tím, aby se jeho život vrátil aslepoň trochu do normálu. ... A věděla jsem, že ta zářivá budoucnost pro něj mnoho znamená.

Mistakes/misinterpretations/fables: 11

hesitation sounds: 4

A2_PINK

Kdybyste mi řekli, **že jeho inteligence a vtipnost mě udivovala, měli byste pravdu.** **Jednoho dne rozhodoval o tom,** co budu nosit za make-up, jak krátké sukně budu nosit, s kým budu trávit svůj čas, jaké přátele můžu vídat a jaké ne. Nikdy jsem ale neviděla u něj žádné, žádné příznaky vzteku, nikdy nebyl vzteklý ani násilnický. **Eh** Domácí násilí spočívá v tom, **eh** že oběť musí být **eh** násilníkem svedena. **Jednoho dne přišel domů a oznámil mi, že všechno bylo super ... a on a potom mi řekl, že se musíme přesunout do další fáze, kdy mě bude ubližovat a já jsem si musela schovávat své modřiny a odřeniny, které jsem měla.** Jednou jsem přišla večer domů a on mi řekl, že ten den skončil v práci, že dal výpověď. Byl to jeho vysněný, vysněné zaměstnání a on mi řekl, že skončil kvůli mně, protože ... díky mně se cítil v bezpečí, cítil se milovaný. A chtěl vypadnout z města, chtěl vypadnout pryč **eh** od své rodiny, kde se cítil v nebezpečí a chtěl začít znovu, chtěl začít se mnou po svém boku. A ta poslední věc, kterou bych tou dobou chtěla, bylo opustit New York a svůj a svou vysněnou práci, ale věděla jsem , že pro svou spřízněnou duši musím udělat nějaké oběti, musím něco obětovat. Takže jsem skončila v práci a

opustili jsme Manhaton spolu. Vůbec jsem nevěděla, že začínám začínám upadat do takové šílené lásky a potom jsem začala upadat do takové pasti, která spočívala v tom A on jednou přišel se zbraní. Jakmile jsem se přestěhovali do New England do Nové Anglie eh bylo to místo, kde jsem se měla cítit v bezpečí a koupil si tři zbraně a schovával je v bytě. Jednu měl pod polštářem v naší posteli a jednu měl eh pořád v kapse. Říkal, že ty zbraně potřebuje kvůli traumatu, které si zažil, když byl malý a že se potřebuje cítit v bezpečí. Ale tyhle zbraně pro mě měly být určitou výstražnou zprávou. A můj život už byl tou dobou v ohrožení každou minutou mého života. Eh Conor mě poprvé napadl eh pět dní před naší svatbou. Bylo sedm ráno a měla jsem na sobě ještě stále pyžamo. Pracovala jsem na počítači a snažila se dokončit práci a byla jsem už trochu ve stresu a eh Conor využil můj eh můj vztek k tomu aby si omluvil to, že mi že mi dal ruce kolem krku ... a začal začal mě škrtit eh chytl mě do sevření a začal mi mlátit hlavou o zeď. O pár dní později moje modřiny zmizely a já jsem si mohla vzít eh svatební šaty po mé matce a vzala si ho. Byla jsem si jistá, že budeme žít navždycky šťastně spolu až do smrti, protože já ho milovala a on mě miloval taky a velmi ho mrzelo, co udělal. Byl velmi vystresovaný svatbou a také nátlakem rodiny, byl to ojedinělý případ a řekl, že už mi nikdy v životě neublíží. Po druhé se to stalo na našich lůžkách. A šli jsme na ta na tajnou pláž, osamělou a on mě praštil do hlavy, když jsme jeli v autě a moje hlava se odrážela o okýnko v autě. Potom jsme se vrátili z lůžek a byl zase ve stresu. A zase mě udeřil do tváře. Conor mě mlátil asi dva roky našeho manželství asi tak dvakrát týdně. Mýlila jsem se v tom, že bych byla jedinečná v této situaci, že jsem byla jediná, komu se toto dělo. Protože jedné ze tří žen se eh domácí násilí stává každý den a každý rok eh každý rok eh zažívá domácí násilí patnáct milionů dětí. Takže jsem nebyla jedinečná v tomto. A proč jsem tedy zůstávala? Odpověď je jednoduchá. Nevěděla jsem, že mi ubližuje, že je to domácí násilí, přesto, že mi k hlavě dával nabitou zbraň, eh vyhrožoval tím, že zabije našeho psa. Vylil mi na hlavu kávový lógr, když jsem ho naštvála. Nikdy jsem nechtěla, aby se o mně mluvilo, jako o ženě na které bylo pácháno domácí násilí, cítila jsem se jako siná žena, která byla zamilovaná do komplikovaného muže a chtěla jsem pomoci Conorovi v tom, aby dokázal čelit svým démonům.

Mistakes/misinterpretations/fables : 9

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 16

A1_N

Dnes jsem tady abych s váma ho-vořila o znepokojující otázce, která má.. vždycky stejně šílenou odpověď. .. Jedná se eh t- týká se to domácího násilí a ta otázka, kterou vám položím, je vždycky otázka, kterou si každý z nás eh klade. Proč zůstala?

Nejsem psycholožka, jsem sociální pracovnice, která se zabývá domácím násilím, a řeknu vám dneska příběh o ženě. Já jsem měla 22 let, chodila jsem na Harvard, chodila jsem eh na školu, přestěhovala jsem se do New Yorku, pracovala jsem jako editorka. Eh Měla jsem svou první- svůj první apartmán a s- svoji vlastní platební kartu. A měla jsem velké tajemství. Tím tajemstvím bylo, že jsem měla zbraň nabitou aa.. mířila jsem jí naa- mířila jsem s ní na muže, o kterém jsem považovala za svou spřízněnou duši, eh mnohokrát. On mířil tou zbraní na mě, eh častěji než dokážu popsat. Nebud- je to psychologická eh síť a f- past, ve které se nacházíte eh nachází se v ní mnoha žen každý rok.

Eh Nevypadám jako každý, kdo trpěl domácím násilím. Mám MBA titul z Harvardu, aa pracovala jsem pro Johnson and Johnson a Washington Post a další obrovské společnosti. Eh Jsem nyní vdaná pro z více než 20 let za svého současného eh manžela, mám eh h-hondu a máme černého labradora. Máme tři děti, takže eh moje odpověď pro vás je, že se to může stát opravdu každému, jakékoliv ženě, jakékoliv rasy, vyznání, sociálního postavení, je to kdekoliv.

Proč se to vždycky.. stává- stává ženě, protože je to prostě ženská.. záležitost.

Eh 45 % eh tyranů jsou muži. A vždycky je to vv.. v rodinách a v ro- v prostředí, kde bysme to čekali nejméně, ve fungujících, semknutých prostředích. Řekla bych vám sama, že bych byla- že jsem byla ten poslední člověk, který by zůstal s mužem, který by.. mě týral. Ale byla jsem typická oběť, protože to způsoboval můj věk. Bylo mi 22. Eh ženy, které nedosahují věku 24 let, eh jsou 3x více náchylnější k tomu podlehnout domácímu násilí než starší ženy 24 let. A ženy po- jsou přej- přáteli a manželi zabity, často v takovýchto případech, utýrány k smrti. Nevěděla jsem nic eh o domácím násilí, o příznacích, ani o tom jakým způsobem to bude probíhat. Seděl- začalo to tak, že sem- eh v autobuse, povídal si se mnou, říkal, že taky právě skončil školu aa pracoval pro velmi lukrativní banku na Wall Street. Zapůsobilo na mě to, že byl vtipný a chytrý a vypadal přitom jako kluk eh z farmy, měl obrovské líčka a krásný úsměv a byl tak sladký. Na začátku to byla prostě... i- iluze, že já jsem.. s- v popředí toho vztahu. To je eh ta idealizace toho vztahu, že prostě jde o mě, že jsem byla chytrá, šla jsem na Harvard, měla jsem dobrou práci. Věděl vše, měla jsem vše, o čem jsem kdy snila. Byla jsem spisovatelka a žena aa netušila jsem, co se mi může prostě stát. Aa vytvořili jsme si.. velmi- velmi intimní vztah. Jako malý kluk byl... svým nevlastním otcem týraný. Tak moc, že v osmé třídě musel odejít ze školy, a dvacet let s- musel pracovat na tom, aby se dal znovu dohromady. A proto jsem já velmi cenila to, že prostě se dostal tam, kam se dostal, aa dokázal to, co dokázal.

Mistakes/misinterpretations/fables : 10

hesitation sounds: 22

A2-N

Pokud byste mi řekli, že tenhle chytrý muž citlivý, který mě miloval. Mi bude říkat, jestli můžu nosit make-up nebo ne, kde mám bydlet, jak se mám chovat, kdo má být můj kamarád, tak bych se vám vysmála. Protože tam nebylo vůbec žádný náznak nějakého násilí na začátku. Nevěděla jsem, že ten první stupeň domácího násilí je právě **ohromující a čarovný muž**. Connor nepřišel jednou večer domů ... **a víte že mám ráda Romea a Julií, ale posunu tu na nový level celé**. A je to o tom, že vás prostě neslyší sousedi když křičíte, vaši přátelé začnou vidět modřiny, které máte. Přišla jsem v pátek večer a on mi řekl, že dal v práci výpověď, v jeho vysněné práci a udělal to kvůli mně. Protože jsem mu dávala tolik lásky, že on nepotřeboval **eh** nepotřeboval si už nic dokazovat a chce jít prostě do Anglie a začít tam nový život se mnou. Ale já jsem nechtěla opustit New York a moji vysněnou práci, ale řekla jsem si, že musíme dělat oběti pro naše milované, tak jsem taky dala výpověď a my jsme odešli z Manhatonu. Nevěděla jsem, že sem ... **na cestě ke kritickému závěru vztahu**. Potom začíná další stupeň a to je **eh** hr-hrozba a to jak na ni reagujete. Nise sme se odstěhovali do Nového Anglendu do Nové Anglie, tak to začalo. A měl **eh** pod polštářem, v autě a doma zbraně a **měl je kvůli mně**. Můj život byl v nehorázném ohrožení od té chvíli. Říkal mi, že je má, kvůli tomu **eh** že měl těžké dětství. **Eh** začalo to jednoho dne v sedm ráno, pracovala jsem ... na počítači a byla jsem rozrušená. A dal mi obě dvě ruce na krk a já se začala dusit a nemohla jsem mluvit a začala jsem se zalykat a potom praštil mojí hlavou o zeď. O pět dní na to deset **eh** ... modřin z mého krku zmizelo a já jsem si ho vzala. Byla jsem si jistá, že budeme žít šťastně, protože jsem ho milovala a on mě hrozně moc miloval. A hrozně mu to bylo líto byl strašně ve stresu, kvůli tomu, že budeme rodina a kvůli svatbě a řekl mi, že už mi nikdy neublíží. Stalo se to znovu dvakrát během líbánek. Jeli jsme na soukromou pláž a znovu mě udeřil a znovu mě udeřil do hlavy a další dny byl našťvaný **eh** byl našťvaný ohledně dopravy **a udělal to znovu**. A další dva a půl roku našeho manželství byl teror. Byla jsem přesvědčena o tom, že jsem v tom sama a vím, že americké ženy ... **se prostě cítí samy v určité fázi a dělají to kvůli dětem, že zůstávají v těch vztazích a potřebovala jsem společnost**. Takže zpět k mé otázce, proč jsem zůstávala v takovém vztahu. Odpověď je jasná. Nevěděla jsem, že to je zneužívání. I když na mě mířil nabitou zbraní, shazoval mě **eh** ze schodů, vyhrožoval mi zabitím našeho psa nikdy jsem si o sobě nemyslela, že **jsem špatná** žena, byla jsem velmi silná a byla jsem velmi zamilovaná a byla jsem jediný člověk na světě, který mu mohl pomoci.

Mistakes/misinterpretations/fables : 8

hesitation sounds: 8

A1_Lila

Dnes jsem tady, abych mluvila o ně-ktých **eh** znepokojivých tématech, aa bohužel jsou celkově znepokojivá. To téma je .. **eh** domácí násilí a čím se budu zabývat, je otázka, kterou se- kterou si každý klade: Proč zůstává? Proč by někdo zůstával s mužem, který.. **eh** jí ubližuje. Nejsem- nejsem žádný expert, ale jsem žena aa existuje příběh, který chci říct. **Eh** vystudovala jsem Harvard-Harvard a přestudovala- přestěhovala jsem se doNew Yorku, abych pracovala jako editorka. Pořádila jsem si svůj první **eh** apartmán.. a m-měla jsem velké tajemství. To tajemství bylo, že jsem měla tuto zbraň, která byla nabitá náboji s dutou š-špičkou, a muž, o kterém jsem si myslela, že byl můj nejlepší přítel, tuto zbraň držel u mé hlavy. Muž, kterého jsem milovala. Přiložil zbraň k mé hlavě a vyhrožoval mi, že mě zabije, víc-krát než si pam-matuju. ... **... Ale nebyla to opravdová láska. Více než milion ženy- miliony žen jsou každý den eh terčem útoků.** Nejsem ty- nejsem typický-ká oběť **eh** domácího násilí, mám titul z Harvardu, vystudovala jsem wartonskou.. školuaa pracovala jsem ve Washington poustu. Byla jsem **eh**... vdaná a mám dvě děti. Mám černého la-labradora aa jezdím hondou. To, co bych vám chtěla říct, je, že domácí násilí se může stát každému, ... komukoli, jaké- **eh** člověku jakékoli rasy s jakýmkoli vyznáním, a t-to, co bych vám chtěla říct za druhé, je, že domácí násilí se děje nejen ženám, které mají probl-problém. Více než 50% případů domácího násilí jsou zaviněny mužem. A..děje se to i... **eh** ve vztazích, v rodinách, v posledním místě, kde- kdebysme si d-domáci násilí představovali. Můžu vám říct, že jsem byla poslední člověk, který-o kterém jsem si myslela, že by zůstal s mužem, který...**eh**.. mi ubližuje, ale.. vlastně jsem byla..**eh** typickou obětí. Ve Spojených stá-tech jsou ženy mezi **24 a 28** lety **eh** častým terčem domácího násilí aa.. mnohé z těchto ž-žen jsou **eh** zabity svým mužem nebo přítelem. Byla jsem typickou obětí, nevěděla jsem o domácím násilí nic, **eh** ani o násilném chování. **Eh** v lednu- stalo se to v lednu. Seděl naproti mě v metru a začal si se mnou povídat. Řekl mi dvě věci: první byla, že také **eh** má titul z Ivy League, a druhá je, že pracuje **eh** v bance na Wall Streetu. Ale co mě nejvíc zaujalo, bylo, že byl chytrý a zábavný a vypadal, jako že **eh** pochází z venkova. Měl **eh** velké tváře, byl blondák, a vypadal fakt úžasně. Connor byl velice chytrý, vytvořil..ilu-zive- vyvolal ve mě iluzi, **že jsem já byla ta hloupější.** Zbožňoval mě, začali jsme spolu chodit a on říkal, že miluje všechno. To, že pomáhám dívkám, to že jsem vystudovala Harvard, chtěl o mně vědět všechno. **Eh** moje sny, **eh** znal moji rodinu. Věřil mi. Miloval mě jako ženu a jako autorku. A taky **eh** se mezi námi vytvořilo.. pouto.. důvěry. Ale měl velké tajemství, a to bylo, že... že když byl m-malý, asi čtyřilo- roky starý, **eh** jeho nevlastní otec na něm páchal domácí násilí. Musel opustit školu i přesto, že byl velice chytrý, a přes dvacet let se snažil.. toto překonat. A to je důvod, proč si tolik cenil **ehs-** svých **eh** úspěchů, jako je vystudování Harvardské školy a práce na Wall streetu.

A2_LILA

Pokud byste mi řekli, že tento chytrý, vtipný a citlivý muž, který mě zbožňoval, mě jednou bude diktovat, jestli nosím make-up, jak dlouhá má být moje sukně, kdo kdo s kým se budu bavit a kde budu trávit Vánoce, vysmála bych se vám. Protože nikdy neprojevil ani náznak násilí, tedy na začátku. Nevěděla jsem, že **eh** první **eh** část procesu domácího násilí je **eh** okouzlit oběť. Nevěděla jsem, že druh druhý krok je izolovat oběť. Jednou Conor **přišel** domů a řekl mi **eh** **tahle tahle romantická ,....** no ... takže tě musím **eh** odvézt z tohoto místa, kde by se to mohli dozvědět tví přátelé nebo sousedi a někdo by tě mohl vidět **eh** tvoje modřiny. Místo toho jednou **přišel** z práce a řekl, že **eh** odešel ze své práce, která byla vždycky jeho snem. A řekl, že to udělal kvůli mně, protože jsem protože jsem ho mu vytvořila takové prostředí, ve kterém byl šťastný a už nemusel být na Wall Streetu. A že chce, že se chce **eh** přestěhovat do Nové Anglie, kde můžeme začít znova, oba dva. Nechtělo se mi z New Yorku a moj moji vysněnou práci, ale myslela jsem si, že pro lásku je potřeba někdy něco obětovat. Takže jsem odešla z práce a odjeli jsme z Manhatonu. Vůbec jsem nevěděla **eh** do čeho jsem se namočila. Že ... že jsem byla nalákána do pasti. Další **eh** krok **eh** v procesu domácího násilí je výhrůžka a ... a co po ní přijde. Potom co jsme se **eh** přestěhovali do Nové Anglie, místa, **kde jsme se měli cítit bezpečně**, si koupil tři zbraně. Jednu jednu si nechával v autě, jednu pod polštářem v posteli a jednu nosil celou dobu v kapse. Řekl, že je potřebuje **eh** kvůli tomu, že má trauma z mládí a chce se cítit v bezpečí. Ale ve skutečnosti to byla zpráva pro mě. A i když mi ještě nevyhrožoval, tak byl můj život v nebezpečí po celou dobu. Po prvé mě, na mě fyzicky zaútočil **eh** jednou **potom, co jsme přišli**. Bylo to ráno a já jsem stále měla na sobě noční košili, **eh** dělala jsem něco do práce a byla jsem frustrovaná a Conor použil moj **eh** můj hněv **eh** a sevřel můj krk a mlátil mi hlavou o zed'. O pár **měsíců** později **eh** když už moje modřiny vybledly, tak jsem se **eh** tak jsem si oblékla svatební šaty a vzala jsem si ho. I přesto jsem si byla jistá, že se přesto přeneseme, protože jsem ho milovala a on mě také miloval a vypadal, že je mu to strašně líto a svedl to na stres ze svatby **a z naší rodin** a řekl, že už mně nikdy neublíží. **Eh** na lůžkách se stalo j... dvakrát. Poprvé jsem se sna když jsem se snažila najít **eh** ukrytou pláž a **eh**... ... a o dva dny později **eh** když jsme jeli domů z lůžek, tak **eh** po mně hodil **smotanou mapu**. Potom mě **eh** začal bít. Po celé dva roky našeho manželství. Myslela jsem si, že jsem sama. Jedna ze tří žen v Americe **eh** zažije v nějakém bodě svého života domácí násilí. A přes patnáct milionů dětí **eh** na patnácti milionech dětí je páčáno násilí každý rok. Proč jsem zůstávala? Odpověď je jednoduchá. Nevěděla jsem, že mi vlastně ubližuje. I přes to, že držel zbraň u mé hlavy, shodil mě ze schodů, vyhrožoval, že zabije našeho psa, vytáhl klíč z auta, zatímco jsem

řídila, házel po mně věci. Nikdy jsem ... si nemyslela, že **eh** jsem **poddajná** žena. Místo to jsem byla silná žena, ale která žila se špatným mužem a snažila jsem se mu pomoci.

Mistakes/misinterpretations/fables : 7

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 28

A1_Green

Dnes jsem tady, abych mluvila o něčem znepokojivém, a odpověď na to je také znepokojivá. Chci mluvit.. o.. domácím násilí a..ta věc, o které budu mluvit, je otázka, kterou se všichni ptají: Proč tam zůstávala? Proč by kdokoliv zůstával s mužem, který vás bije? Nejsem.. psycholog ani sociální pracovník nebo odborník na domácí násilí, jsem jenom někdo, kdo vám může po- povykládat tento příběh. Bylo mi 22, právě jsem **eh** absolvovala Harvard a nastěhovala jsem se do New Yorku jako editorka a **měla jsem svého prvního partnera**. A měla jsem... velké tajemství. Moje tajemství... bylo to, že jsem měla tuhle.. zbraň.. nabitou.. **eh** sss-... .. a to mnohokrát. Muž, kterého jsem milovala,.. proč by držel **pušku** u mé hlavy a snažil se mě zabít, víckrát než.. si vůbec pamatuji. Jsem tady abych vám řekla příběh bláznivé lásky, té která... miliony žen zažily. Mohl by to být i váš příběh. Nevypadám jako typický oběť..**eh** násilí, mám MBA z- ze školy a většinu.. života.. jsem strávila v práci pro.. firmy jako je Johnson and Johnson. **Byla jsem** **eh** vdaná skoro dvacet let se svým.. manželem. ... Řídím Hondu minivan. Takže ten první zpráva, kterou vám chci dát, je to, že domácí násilí se stává všem lidem, všem rasám a národům, je všude. A druhá zpráva je ta, že všichni si myslí, že se to stává jenom ženám, ale to není pravda. 85% násilníků jsou.. muži. A stává se to jenom vv- ve vztazích, které jsou **eh** na sobě závislé, takže v rodině. Je to poslední místo, kde byste očekávali násilí, a tohle je proč je domácí násilí tak **eh** z- divné. Byla jsem ten poslední člověk na světě, který by zůstával s někým, kdo mě bije. Ale byla jsem docela typická oběť, protože mi bylo 22 let. A ženy.. ve.. věku dvaceti let jsou 3x **eh**..častěji.. oběti domácího násilí. A přes 500 dívek tohoto věku je každý rok zabito.. násilníkem, a to jenom ve Spojených Státech. Byla jsem také typická oběť, protože jsem naprosto nic nevěděla o domácím násilí, o jeho znacích. Potkala jsem Conora vv- ... jednoho večera a s- **eh** zůs- a seděl vedle mě.. v metru a začal se mnou mluvit. Řekl mi, že také právě graduo- absolvoval diplom z Ivy League. Ale to,.. co.. mě.. tak přesvědčilo, bylo to, že byl chytrý aa- a hodný. Měl.. velké .. **eh** červené tváře a vypadal tak pěkně. Jedna.. z nejchytřejších věcí, které Connor udělal, bylo to, že vytvořil iluzi toho, že já jsem ten dominantní partner. Dělal to hlavně na začátku, a to tím, že.. **eh** mně pochleboval a říkal, že..jsem úžasná, že jsem chodila do Harvardu, chtěl vědět všechno o mé rodině, o.. mém dětství. Connor mi věřil, věřil ve mě jako ženu, a to tak, že nikdo předtím ve mě tak

nevěřil. A také vytvořil krásnou představu důvěry tím, že mi řekl svoje tajemství a to bylo to, že jako malý kluk...byl... týrán ss- ...a že na tom byl tak špatně, že mušel přestat chodit do školy a strávil asi dvacet let tím, že si znovu dával do pořádky život. A to bylo proč měl tu práci na Wall Street a moc to pro něj znamenalo.

Mistakes/misinterpretations/fables: 3

hesitation sounds: 10

A2_Green

Pokud byste mi řekli, že tento chytrý a zábavný kluk, který mě měl rád, by mě jeden den diktoval, kam můžu jít, tak tomu bych nevěřila. Eh kde strávím vánoce, tak bych se smála, protože tam nebyl vůbec žádný náznak eh hněvu na začátku. Nevěděla jsem, že první fáze každého ... domácího násilí je toto. Nevěděla jsem, že druhé období je izolace. Connor jeden den domu přišel a řekl, že se potřebuju eh posunout na další úroveň, když vaši sousedé slyší, jak naříkáte a nevidí vaše modřiny. Kromě toho jeden den Connor přišel domů a řekl, že odešel ze své práce a řekl, že odešel z práce kvůli mně. Protože jsem, ... protože jsem ho udělala to, že se cítí tak dobře, že nepotřebuje svou práci ve Wall Street. Přestěhovali jsme se do malého městečka v Nové Anglii a já jsem se nechtěla odstěhovat z New Yorku a opustit svoji práci, ale myslela jsem, že uděláte eh nějaké ústupky tak jsem souhlasila a sestěhovali jsme se dohromady. Nevěděla jsem, že jsem šíleně zamilovaná, ale přesunovala jsem se do pasti fyzické a psychologické. Další postup je ... zastrašování a tak k tomu došlo, jakmile jsem se přestěhovali do Nové Anglie, tam kde se Connor měl cítit tak eh dobře, tak si koupil tři zbraně. Jednu měl pod polštáři v posteli a třetí měl v eh kapse celou dobu. Řekl, že potřebuje ty zbraně kvůli traumatu, které - co se mu stalo jako dítě. Ale ty zbraně byly zpráva pro mě. Ale já jsem byla v nebezpečí každý den. Connor mě poprvé fyzicky napadl pět dnů po naší svatbě. Pořád jsem měla na sobě pyžamo, pracovala jsem na na svém počítači a Connor využil můj hněv k tomu, aby se mě dotkl a ... začal mě škrtit a bouchl mi hlavou o stěnu. O deset dnů později. Kromě toho že, co se stalo, tak jsem si byla jistá, že budeme spolu dobře žít, protože on mě tak miloval a on ...sp opravdu mu to bylo líto, bylo mu to strašně líto. Byl to izolovaný incident a on už mi nikdy neublíží. Stalo se to ještě dvakrát v ... v líbáncích. Řídila jsem a ztratila jsem cestu a on mě uhodil tak silně, že jsme se bouchla o okýnko a když jsme řídili zpátky z líbánek, tak mě také uhodil. Connor mě začal bít eh jednou až třikrát týdně. Měla jsem eh takový pocit, že jsem byla naprosto na to sama. Jeden ze tří žen mají nějakou zkušenost s domácím násilím a padesát milionů dětí jsou svědky domácího násilí. Proč jsem zůstala? Otázka je snadná. Nevěděla jsem, že mě zneužívá. I když mě přiložil zbraň k hlavě, nikdy jsem si nemyslela, že jsem bitá žena, místo toho jsem si myslela, že

jsem **eh** silná žena, která je zamilovaná do **eh** muže, který má problémy a že jedině já mu můžu pomoci.

Mistakes/misinterpretations/fables : 13

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 10

A1_Brown

Eh jsem tu, abych dnes mluvila o velice znepokojujícím tématu. **Eh** moje téma je domácí násilí. **Eh** otázka, kterou se budu zají- zabývat, je jedna otázka, kterou si všichni pokládají. Proč zůstává, proč by kdokoliv zůstal s mužem, který ho bije? Nejsem psycholog ani sociální pracovníce ani expert na domácí násilí, jsem jen žena, která má příběh, který vám chce povědět. Bylo mi 22 let a absolvovala jsem Harvard, **eh** dostala jsem svou první práci, měla jsem svůj první **eh** svůj první byt, svoji první americkou kartu a měla jsem velké **eh** velké tajemství. Měla jsem tuto zbraň, **eh** nabitou zbraní, **eh** kte- kterou mi k hlavě přikládal můj **eh** můj přítel. Muž, kterého jsem milovala, více než kohokoliv na světě, mi držel u hlavy zbraň a vyhrožoval, že mě zabije. Stalo se to víc- vícekrát, než si mohu vzpomenout. **Eh** chci vám říct příběh o lásce. **Eh**...ženy, **eh** každý rok se spousta lidí zamiluje, může to být i váš pří- **eh** případ. Nevypadám- nevypadám jako klasická **eh**ž- oběť domácího násilí, absolvovala jsem **eh** nah-Harvard, p-p- pracovala jsem pro spoustu **eh** po- pro spoustu firem, například Johnson and Johnson a podobně. **Eh** mám manžela, mám tři děti a mám auto Hondu **a** minivan. ... Takže tímto chci říct, že **eh** se- že domácí násilí se může stát úplně všem, nehledě na vyznání, nehledě na vzdělání, na cokoli. Může se to stát všem aa- **eh** a všichni si myslí, že to je pouz- že se to týká pouze žen, ale t- týká se to i mužů, **85% eh obětí jsou muži**. **Eh** stává se to v **otevřených eh vztazích, eh všude eh ... dom- domácí násilí je eh v- eeh velký zmatek. Eeh byl eh popravdě eh ne-byl- nezůstala- zůstal- vala jsem s ním, protože hlavně kvůli svému věku,** bylo mi 22 let a **eh... eh... eh přes eh 500 eh 500 žen eh je každý eh rok zabito eh kvůli domácímu násilí eh zde v- vAm- Americe, ve Spojených státech. Nic jsem o domácím násilí nevěděla, eh Conora jsem pops- potkala eh eh eh v chladné eh chlad-jednoho chladného dne. eh sedl si ke mně v metru a začli jsme si povídat. eh řekl mi, že taky eh má titul z Ivy Leagu a pracuje eh ve velké bance. Eh... ale hlavně mě zaujalo to, že byl chytrý aa- a s-**eh** vtipný, **eh** vypadal, hlavně mě zaujalo to, že vypadal jako kluk z farmy.... Krásné vlasy, krásný úsměv a **eh vytvořila jsem eh on si myslel,** že já jsem **eh** dominantní v tom vztahu. Stále si mě **eh** idealizoval, zbožňoval mě, **eh** měl rád, že pomáhám mladým dívkám, že jsem absolvovala z- na Harvardu, **eh eh líbila jsem mu,** věřil ve mě, věřil ve mě tak, jako ve mě nikdo nikdy nevěřil. A **eh** vytvořil **eh** pouto mezi námi. Řekl mi svoje, a to bylo také tím, že mi řekl svoje tajemství. **Když mu bylo 8, eh jeho otec ho, eh jeho otec ho eh** zneužíval a přestože byl velice chytrý, musel odejít ze školy a strávil**

dvacet let tím, že se snažil dát svůj život do pořádku. Eh právě proto pro něj eh Ivy League a eh práce v byznysu tolik znamenala.

Mistakes/misinterpretations/fables: 9

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 65

A2_BROWN

Pokud byste mi řekli, že tento chytrý, zábavný a citlivý muž, který mě zbožňoval, by mi jednoho dne říkal, jestli budu nosit make-up, jak dlouhou bych měla mít sukni, kde budu žít, do jaké budu chodit práce, kdo budou moji přátelé, vysmála bych se vám. Protože nebyl žádný náznak, že on by mohl být eh tak násilný a zlý. Nevěděla nevěděla jsem, eh že na začátku každého násilného vztahu ehs-s- si je eh oběť svedena, okouzlena a v druhé části, dalším krokem je, že je eh že je oběť eh izolována. A to se stalo u mě. Také jsem byla izolována. Snažil snažil se mě dostat ze mě z města, abych byla pryč z bytu a tam mě mohl izolovat. Eh jednoho dne přišel domů a řekl mi, že eh odešel z práce, že odešel ze své vysněné práce kvůli mně. Protože se kv -díky mně se cítil, tak milovaný a tak eh výjimečný, že už nepotřeboval pracovat na eh Wall Streetu, eh říkal že se odstěhujeme spolu do Nové Anglie a tam budeme žít spolu eh pryč od všech. Eh To poslední, co jsem chtěla udělat, bylo opustit New York. A moji vysněnou práci, ale člověk dělá oběti pro své spřízněné duše a tak jsem opustila svou práci a s Conorem jsme odjeli z Manhattanu. Nevěděla jsem, že se tak šíleně zamiluju. Nevěděla jsem, že se dostanu do t- pasti, do finanční, fyzické ale i psychické pasti. První co se, první co dělat takový člověk je, že ukáže oběti eh strach, snaží se ji vyděsit. Eh jakmile jsme se přestěhovali do Nové Anglie a do toho města - kde jsem se - místa, kde jsem se, kde jsem se měla cítit tak bezpečně, eh Conor koupil tři zbraně, jedna byla v šuplíku, jednu měl pod polštářem a jednu nosil pořád v kapse. A říkal, že potřebuje ty zbraně pro to, aby překonal drama, které se mu, aby překonal trauma, které se mu stalo, když byl malý. A přestože nikdy na mě nevztáhnul ruku, neustále jsem se bála, neustále jsem byla v ohrožení, každou každou minutu svého života. Conor mě poprvé ute - mě poprvé napadl pět dní před naší svatbou, bylo sedm ráno a eh pracovala jsem na počítači, snažila jsem se dokončit eh svou práci, jakožto spisovatel na volné noze a Conor eh mě začal, začal škrtit. Nemohla jsem dýchat, nemohla jsem dělat vůbec nic eh rdousil mě a snažil se mě udusit. Eh O pět dní později eh o pět dní později moje eh modřiny zmizely a j- oblékla jsem si svatební šaty po mé matce a vzali jsme se. Opravdu jsem si přála, abysme žili šťastně až do smrti. Milovala jsme ho a on miloval mě. Omlouval se mi a byl za to eh pořád říkal, že je mu to líto a že to bylo ze stresu, že to bylo ze stresu ze svatby a že to už nikdy neudělá. A stalo se to ještě dvakrát na líbáncích. Jela jsem autem, abych eh našla nějakou s - nějakou s- eh nějakou pláž a ztratila jsem se, on mě udeřil

tak silně, že jsem se bouchla hlavou o eh z o sklo a potom když jsme jeli zpátky eh z líbánek. Tak znovu, znovu eh znovu mě udeřil. Po další dva a půl roku našeho eh našeho manželství mě bil tak dvakrát týdně. Byla jsem sama v této situaci. Eh dvě ze tří eh dvě ze tří amerických žen někdy na vlastní kůži zažijí eh zažijí domácí násilí. Patnáct milionů dětí eh bývá zneužíváno. Takže neb-nebyla jsem v dobré společnosti. Ale zpět k mé otázce, proč jsem zůstala? Ota- Odpověď je jednoduchá. Nevěděla jsem, že mě zneužívá. Přestože mi u hlavy držel nabitou zbraň eh vyhrožoval, že zabije našeho psa, eh neustále mě bil. Aaa eh nikdy jsem o sobě eh nikdy jsem neuvažovala, že bych mohla mít lepší život. Byla jsem velice silná žena a milovala jsem eh muže, který byl silně poškozený. A milovala jsem ho tam tak, že jsem akorát chtěla, aby bojoval se svými démony.

Mistakes/misinterpretations/fables : 15

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 39

A1_Blue

Dobrý den dámy a pánové, jsem tady proto, abych eh dala odpověď n-znepokojivou na znepokojivou otázku. A to co, se týká domácího násilí. A ta otázka, kterou se budu zabývat, bude ta, na kterou se všichni ptají. Proč by kterákoli žena zůstala s mužem, který ji týrá. ... Nejsem eh odbornice na eh domácí násilí, ale jsem jedna z těch žen, který tímto trpěly. Bylo mi 22, byla jsem na eh univerzitě, eh dělala jsem eh redaktorku, eh měla jsem svou první kreditní kartu a měla jsem svůj první eh byt. Moje tajemství bylo v tom, že jsem ... měla... tuto... zbraň, kterou jsem zamířila na hlavu muže, o kterém jsem si myslela, že je moje spřízněná duše. Tento muž, kterého jsem si myslela, že milovala, mi přiložil zbraň k hlavě. Byla to šílená láska. Byla to eh past, do které jsem jako všechny ostatní ženy spadla. Vypadám jako typická... eh pře- eh přeživší po domácím násilí? Pracovala jsem ve spoustě firmách, byla jsem vdaná přes dvacet let- eh mem- s mým manželem, máme tři děti eh a r- a řídím ho-hondu minivan. Tím chci říct, že domácí násilí se stává každému, všem rasám, všech povolání, ženám všude. eh Taková věc, o které se mluví často, je že s- že se... jedná pouze o ženy, že pouze ženy že jsou oběťmi, ale to není úplně pravda, protože jenom určité procento násilníků jsou muži. Problém je v tom, že domácí násilí je- se odehrává právě doma. Místo, kde nejmíň čekáme, že by se mohlo násilí odehrávat. Po pravdě řečeno byla jsem dost typická oběť právě kvůli s- mému eh mému dvě- mému věku. Protože že-ny v tomto věkovém rozmezí, m- u těchto je mnohem vě-větší pravděpodobnost, že eh budou oběťmi, a velké procento žen ve Spojených státech eh manželek je zabito svým manželem. Chtěla bych mluvit oo- eh varovných eh varová- eh znacích. Seděl vedle mě eh ved-le v metru, začal se mnou mluvit, ... že zrovna odstátnicoval na jedné z univerzitych Aj - vi - líg a že začal pracovat v dobré

firmě. Ale co na mě nejvíc zapůsobilo, bylo, že byl chytrý a zábavný, a viděla jsem jeho blondáté vlasy, ale především **eh** byl,.. že byl hrozně milý. A to, co hned udělal od začátku bylo, že vytvořil iluzi, že já jsem ten **eh** dominantní partner v našem **eh** vztahu. **ZZZačali****eh** jsme spolu chodit, **řekla jsem mu všechno**, že jsem **eh** odstátnicovala z Harvadu, o svých přítelkách - přítelkyních z- **eh** znal všechny moje sny i moje cíle. **A Conor o mně věděl věci, které o mně nevěděl eh skoro nikdo**, a... řekl mi i své tajemství,... že jako dítě ho týral jeho nevlastní otec. Byl hrozně chytrý a proto jeho **eeh** budoucnost a jeho práce pro něho tolik znamenala.

Mistakes/misinterpretations/fables : 6

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 29

A2_BLUE

Kdybyste mi řekl, že tento chytrý, citlivý muž, který mě o oo **eh** obdivoval, miloval, **jednoho dne ... který věděl o mně úplně všechno**, že mi n ... že mi něco udělá, tak bych se vám vysmála. Protože na začátku se u Conora neprojevovalo žádná žádná zloba, prostě nic. První krok u domácího násilí je, že **eh** svou oběť svede a získá **jeho** její důvěru. Druhý krok-krok je ale, že ji izoluje. **A jednoho dne přišel** domů, takže nejdůležitější je dostat ji někam pryč, kde ji nebudou slyšet, když bude křičet. Ale jednoho dne Coner přišel večer domů a že **eh** odešel z práce, jeho práci snů, že ji ... že opustil svou práci kvůli mně. Protože s ... sem díky mě se cítil tak bezpečně a milován, že už nepotřeboval **eh** svou práci a už nepotřeboval pracovat na Wall Street. Chtěl abychsme spolu přesvědčili **eh** přestěhovali do Nové Anglie do malého městečka, já jsem původně nechtěla opustit svou práci snů, ale nakonec jsem souhlasila a opustila svou práci a odstěhovala se s ním z Manhatu. Vůbec jsem netušila, že **eh** jsem spadla do pasti, **eh** která byl jak psychologická, tak finanční, tak fyzická. Dalším krokem bylo, že oběť .. dalším krokem je že **kroť eh** začne fyzicky napadat. Když jsme se odstěhovali do Nové Anglie, to místo, kde se chtěl cítit tak bezpečný, tak si koupil tři zbraně. Jednu měl v autě, druhou u postele a třetí v **eh** kapse. Řekl mi, že ty zbraně potřebuje, protože je potřebuje kvůli tomu dřívějšímu **eh** násilí, které zažil, aby se cítil bezpečně, ale pravda byla, že si je opatřil kvůli mě, abych aby mi to poslalo zprávu. po poprvé se to stalo ráno v os v sedm ráno a prac- byla jsem , byla jsem ještě v pyžamu a pracovala jsem, byla jsem našťvaná a použil moji **eh** zlobu a začal mě škrtit a začal mě bít. O pět **eh** dnů později zmizely **eh** modřiny **eh** z mého krku a nasadila, oblékla jsem si svěš m-m svatební šaty mé matky a vdala jsem se za ně. Přesto co se všechno stalo, jsem věřila, že se to všechno zlepší a že spolu budeme šťastní. A protože **eh** že se nic nestane, že spolu budeme šťastní. Bylo hrozně, bylo hrozně, bylo mu to hrozně líto a omlouval se, al-ale pravda byla taková, že během našich líbánek mě zbil dvakrát. Byli jsme na svých **eh**

na těch líbáncích a když jsme spolu byli na pláži, tak mě uhodil do hlavy a pak když jsme se vraceli, tak mě znovu, mě znovu zbil a postupně mě začal bít dvakrát týdně. A mě ... já jsem měla pocit, že jsem sama sama a slabá. Spousta žen v Americe tímto trpí, padesát milionů dětí trpí eh domácím násilím, takže to znamená, že jsme opravdu nebyla sama. Otázka je, proč jsem vůbec zůstala? Pravd - Odpověď je jednoduchá. Nevěděla jsem totiž, že mě napadá, že mě využívá. I když přikládal tu zbraň k mé hlavě, i když vyhrožoval, že z- že zabije našeho psa. Nikdy jsem si nemyslela, že jsem dobrá manželka, myslela jsem si, že že jsem jediný člověk na světě, který mu může po-pomoct, aby se napravil.

Mistakes/misinterpretations/fables : 10

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 18

A1_Black

Dneska jsem tu, abych mluvila o znepokojující otázce, která má stejně znepokojující odpověď. Mým tématem jsou eh tajemství domácího násilí a ta otázka, kterou se chci zabývat, je to, čím se všichni zabývají, proč s ním zůstala, proč by někdo zůstal s někým, kdo ho bije. ... Jsem .. eh vlastně Morgen Tiner a jsem přes- zrovna jsem.. od-maturovala a přestěhovala se do New Yorku, měla jsem svůj první byt, svůj-svoji první kreditku a velké tajemství. Mým tajemstvím bylo, že jsem měla tuto-tuto zbraň naa-nabitou s náboji s dutou špičkou. eh Muž, kterého jsem milovala víc než kohokoliv jiného na světě, eh tuto zbraň držel oproti mně u hlavy eh... a.. a hrozil, že mě zabije, několikrát. Mluvím o lásce, která-ou eh...kterou se zamiluje hrozně moc lidí na světě, miliony lidí. Nevidím jako typický přeživší domácího násilí, protože mám.. titul a vratia- pracovala jsem pro mnoho společností jako je Johnson a Johnson. Byla jsem už skoro, jsem už skoro dvacet let.. ženatá s.. mužem, pro tři roky, máme tři děti spolu. Takže moje zpráva je, že domácí násilí se stane komukoliv, všem rasám i všem eh věřícím jakéhokoli náboženství, je to všude. A druhá zpráva je, že všichni si myslí, že domácí násilí se stává jenom ženám. Ale to není pravda. Více jak 85% eh násilníků je mužů a když se to stává jenom v... v..úzkých vztazích, takže většinou v rodinách, což jsou místa, kde bysme nečekali domácí násilí, a proto je to opravdu divné. Musím říct, že jsem si myslela, že bych byla poslední naa.. naa světě, kdo by zůstal s mužem, který ho bije. Ale vlastně jsem byla úplně typická, protože s-mi bylo 22 tehdy aa v USA jsou ženy mezi 16 až dvaceti eh čtyřmi lety 3x více eh pravděpodobnější k tomu, že budou eh trpět domácím násilím. Byla jsem taky typická oběť, protože jsem nic nevěděla o domácím násilí, ani o tom varování co..., jak to vypadá. Potkala jsem Conora eh v lednu a začali jsme si jentak povídat. Povídal mi, že zrovna taky získal titul z Ivy League a taky pracoval ve velmi lukrativní bance. Aa co na mě udělalo velký

eh dojem poprvé bylo, že byl velmi chytrý, vtipný a vypadal jako kluk z vesnice, byl hrozně hodný. A jedna z nejlepších věcí, nejchytřejších eh věcí od začátku bylo, že vytvořil iluzi, že já jsem byla dominantní.. v tom vir... eh v tom vztahu aa.. hlavně to vytvořil tím, že s.. všechno na mě zbožňoval na začátku, že jsem byla chytrá, snažila jsem se pomáhat lidem, líbila se mu moje rodina, chtěl vědět všechno o mé minulosti, o mé rodině a věřil ve mě jako v ženu aa ve spisovatelku, tak jak ještě nikdo nikdy ve mě nevěřil. Aa vytvořil úžasnou atmosféru toho, že eh si věříme, protože se mi svě-řil o svých eh svěřil o svých tajemstvích, hlavně proto, že ve čtyři-od čtyřech let byl .. eh... byl...mláčen a.. a trpěl domácím násilím od svého otce aa musel dokonce opustit školu a trvalo mu asi tři roky než se dostal zpátky a proto- proč- to byl ten důvod proč titul z Ivy Leaguea eh dobré-dobrá práce pro něj mnoho znamenali.

Mistakes/misinterpretations/fables : 6
hesitation sounds: 19

A2_Black

Kdybyste mi řekli, že tento chytrý, vtipný, citlivý muž, kteří mě, který mě zbožňoval by by mně jednou eh říkal, jak se budu malovat, jak budu mít dlouhou sukni, kdo byli kdo budou přátelé a kde budu pracovat, tak bych se vám smála. Protože že v Connori na začátku nebylo ani náznak násilí nebo kontrolování. Nevěděla jsem, že v první eh fázi jde o to, aby násilník eh svedl oběť a izoloval ji. Nebylo to tak že by eh Conor jen tak jednou dne přišel den den a řekl by, teďka musíme do druhé fáze, kdy tě budu eh bít místo toho eh Conor přišel jednou v pátek večer a řekl, že ten den eh skončil ve své práci snů a že to udělal kvůli mně, protože jsem eh eh ho přiměla se cítit bezpečně, že prostě že chtěl eh se odstěhovat z města od své eh násilnické rodiny a chtěl se přestěhovat do malého městečka v Nové Anglii, aby tam začal eh nový život. To poslední, co jsem chtěla, je abychom opustili New York a abych opustila svůj eh svojí vysněnou práci, tak udělala jsem to a opustili jsme Manhatan s Conorem. Neměla jsem vůbec pře-představu o tom, že jsem se eh ... že jsem se bláznivě zamilovala a dostala jsem se do pastí. ... Další eh fází je že eh se vyskytne hrozba násilí a vidět, jak na to osoba zareaguje. A hned potom, co jsme se přestěhovali do Nové Anglie tak eh si Conor eh tři eh koupil tři ty zbraně. Jednu měl pod eh ... jednu měl pod polštářem, jednu v autě a jednu v eh kapse, říkal, že to potřebuje, aby se cítil bezpečně, ale tyto zbraně byly zprávou po mě. Ale přesto že na mě nevtáhl ruku, tak eh každý den, každou minutu byl můj život v ohrožení. Conor mě eh mě poprvé napadl eh pět dnů před naší svatbou. Bylo sedm hodin ráno, eh měla jsem na sobě župan a pracovala jsem na počítači na nějaké práci a byla jsem frustrovaná a eh najednou mě uchopil krk a začal mě škrtit a začal mi mlátit hlavou o zeď. O pět dnů později eh ty ... eh modřiny zmizely a já jsem si navlékla svatební šaty mé

maminky a vzala jsem si ho. Přesto že tohle se stalo, jsem věděla, že to zvládneme, protože jsem ho hrozně milovala a on mě taky. A on byl, bylo mu to hrozně moc líto, byl jenom vystresovaný **eh** z té ... z té svatby a říkal, sliboval, že se to **eh** nikdy nestane. Dvakrát se to stalo na lůžkách, poprvé to bylo, když jsem **eh** když jsme se **dostali na eh skrytou pláž tam mě bouchl do hlavy** a potom o tři dny později byl frustrovaný z **eh** toho ... z dopravy, dále mě potom **eh** na během dvou a půl roku našeho manželství **dvakrát až třikrát napadl**. Myslela jsem si, že jsem **eh jednotlivý** případ, ale v Americe je to časté. A podle centra pro nemoci a kontrolu je, že **eh** víme že patnáct milionů dětí je napadáno. Zpátky k mé otázce, proč jsem zůstala? Odpověď je jednoduchá, nevěděla jsem, že **eh** mě zneužívá. I přesto že mi držel **eh** mě držel zbraň oproti **hodinu** nebo od - vyndal **eh** vylil kávový lógr na moji hlavu. Byla jsem velmi silná žena a byla jsem v lásce a zamilovaná do tohoto muže, byla jsem jediná, kdo mu mohl pomoci.

Mistakes/misinterpretations/fables : 4

hesitation sounds: 39

11.2 Transcripts Group B

B1_White

Dnes budu hovořit o znepokojující otázce, která má rovněž znepokojující odpověď. A to o domácím násilí. Budu se zabývat otázkou, kterou se vždy každý zabývá. Proč zůstává? Proč by někdo zůstával s mužem, který ji bije. **Jsem psychia-trička, která se eh touto tematikou zabývá.** Když mi bylo dva a dvacet zrovna jsem dokončila studia, přestěhovala jsem se do New Yorku, našla si práci. Měla jsem první auto a byt a měla jsem jedno velké tajemství. Mým tajemstvím bylo, že jsem měla tuto zbraň nabitou aa **eh** a mířila mi na hlavu mmochrát. Držel ji muž... **mnohokrát se mě snažil zabít**, víckrát než si vůbec pamatuju. Mám pro vás příběh lásky ... **do .. spousta mužů a žen se zamilovává a** ... byla jsem ... **byla jsem zabít žena prací pro spoustu ... firem.** Byla jsem dvacet let vdaná za druhého manžela a máme spolu tři děti. **eh** Mám černého psa a mám auto **nové**. Takže moje první zpráva pro vás je, že domácí násilí se může stát každému, **všem mas všem ..** at' už máte jakékoliv vyznání či pohlaví a je všude. **Zejména se jedná o problém žen**, protože **75%** násilníků jsou muži. Jedná se o blízký, dlouhodobý vztah .. zejména u .. rodin. Proto je tematika domácího násilí natolik nepřehledná. Vypadám **eh** jako někdo, kdo by určitě nikdo sná jako někdo kdo by určitě s násilníkem nebyl. Ale v USA ženy od šestnácti do **čtyřiceti dvou** let jsou často **obětmi** domácího násilí a mnoho žen je zabíjeno svými násilnickými manželi a přáteli. Sama jsem o **eh** domácím násilí mnoho nevěděla, **až do jedné noci**, kdy **eh** jsem ho potkala v půl **na ulici**

v New Yorku ... eh. ... první byla, že mi řekl něco o sobě, jak pracoval v bance a druhá věc byla, že byl chytrý, vzdělaný a zábavný. Vypadal i velmi atraktivně. Líbily se mi jeho blondáté vlasy a současně jsem si nalhávala jsem byl já, že jsem byla já ta dominantní partnerka v našem vztahu. eh Chodili jsme na rande, potom jsem byli spolu a vše na mně miloval. Chtěl vš- o mně všechno vědět ... že-te mi však vědět. Můžete mi však věřit, že měl zájem jako nikdo jiný před tím. Ale měl tajemství a to bylo, že jako čtrnáctiletý byl svým náhradním otcem zneužívaný. I když byl pří velmi eh vzdělaný a chytrý, tak měl problémy ve škole. Získal však diplom a pracoval na Wall- Wall Street.

Mistakes/misinterpretations/fables: 11

unfinished sentences: 2

hesitation sounds: 9

B2_WHITE

Pokud byste mi řekli, že ten chytrý, vnímavý muž, kterého jsem obdivovala, by mě mohl nějakým způsobem ublížit. Za kterým jsem chodila ke svým přátelům, vysmála bych se vám. Na začátku. Nevěděla jsem, že první fázi, jakéhokoliv vztahu, kde dojde k domácímu násilí, je první fáze okouzlit oběť. Druhá fáze je oběť izolovat. Jednou přišel domů a řekl, víte jako Romeo a Julie potřebuju eh tě dostat pryč z města, kde žiješ a kde tě lidé znají, aby neviděli tvoje modřiny. To neřekne. Řekl, že má, že měl svůj vysněný svou vysněnou práci, kterou kvůli mě nechat a taky si řekl, že má lásku a už nepotřebuje si na Wall Street nic dokazovat. A tak jsme se přestěhovali do malého města v Anglii. Jenom já a můj syn a on. Také jsem opustila svou vysněnou práci, ale musíte přinášet oběti pro rodinu. Neměla jsem ale žádné ponětí o tom, že padám do hluboké lásky ale také do finanční, psychologické pasti. Prevence by bylo poukázat na začátku na určitá rizika, jak jsme se přesunuli do Anglii, tak si koupil tři zbraně. Jednu měl v autě, druhou měl pod polštářem a třetí nosil pořád u sebe a říkal, že je potřebuje kvůli traumatu, které jako mladý mu - kluk ... zažil. Ty zbraně mi mohly být nějakou nějakou stopu, ale nedošlo mi to. Nej-nejprve mě fyzicky napadl pět dnů před svatbou. Bylo sedm ráno ... pracovala jsem na počítači a Conor použil můj strach, začal mě dusit, nemohla jsem křičet ani dýchat a sevřel mě tak, že jsem nemohla dýchat a přitlačil mě ke zdi. Následně jsem měla modřiny, ale ty jsem si zakryla šaty a vzala jsem si ho. Protože jsem ho milovala a on mě také miloval. A bylo mu to moc líto. Byl hodně vystresovaný ze svatby a z toho, že se stane členem rodiny a slíbil, že už mě nikdy neublíží. Byly potom, byly líbánky. Z- ztratila jsem se ... a jeli jsme na ... eh a jeli jsme na líbánky, druhý den ss- byl vystresovaný z řízení a udeřil mě do obličeje. Tehdy jsem si myslela, že jsem sama v takové situaci, každá třetí žena v USA někdy zažije stalking nebo domácí násilí a současně patnáct milionů dětí je každý rok zneužíváno, takže v podstatě jsem byla ve velmi dobré společnosti, v uvozovkách. Otázkou může

být, proč jsem zůstala. Odpověď je jednoduchá, nevěděla jsem, že jsem zneužívána. **Stahnul mě dolů**, dal mi pistoli před obličej, vyhrožoval, že zabije psa a vyhrožoval mi. Nikdy jsem si nemyslela, že jsem **špatná** žena aa byla jsem velmi silná žena a **vzala jsem si špatného muže**. ...

Mistakes/misinterpretations/fables: 19

hesitation sounds: 2

B1_Red

Jsem tu, abych mluvilo o závažné otázce, která má stejně závažnou odpověď. Moje téma jsou tom - tajemství domácího násilí aa otázka, co budu řešit, je otázka, kterou se ptá každý, vždycky. Proč zůstala? Proč by někdo zůstal s chlapem, který ji bil? Nejsem psychiatřka, sociální pracovníce nebo expert na domácí násilí, jsem jenom **eh** žena, která má nějaký příběh k vyprávění. Bylo mi dvacet dva. **eh** Ukončila jsem právě studia na Harvardu ... zapra ... jako novinářka spiso a editorka časopisu jsem šla pracovat do New Yorku. Měla jsem první American express kartu, měla jsem velké tajemství. Moje tajemství bylo, že jsem měla tuto zbraň **eh** nabitou **eh** namířenou ke své hlavě chlapem, o kterém jsem myslela, že je můj **eh** moje spřízněná duše. A stalo se mi to hodněkrát. Muž, kterého jsem milovala, již byl něk. **eh eh** miloval, ... vyhrožoval mi smrtí a držel mi k hlavě nabitou pistoli víckrát než si pamatuju. Řeknu vám příběh **eh** o bláznivé lásce, psychologické pasti, **kteřá zakryla tuto lásku**. **Miliony lidí ar eh pár mužů se to stane za rok**. Může to být **eh** i váš příběh **eh** nejsem typický přeživší domácího **eh** násilí mám, MBA z marketingu z Harvardu a **BA z angličtiny Harvardu**. Pracoval pro hodně **eh** společností například Johnson a Washington Post. Já jsem byla jsem vdaná skoro dvacet let za svého man-druhého manžela a vychovali jsme spolu děti. Řídím **eh** hondu **a to jsem jindy** a mám čern-ého labradora. První zpráva pro vás je, že domácí násilí se může stát komukoliv, ať už - co se týče rasy, **násilí**, nebo úrovně vzdělání, je to všude a moje druhá zpráva je, že každý si myslí, že domácí násilí se stává ženám. Je to problém žen. Není to tak úplně pravda, **šešesát percent eh** pachatelů násilí **jsou ženy**. A domácí násilí se stává jenom v intimních a dlouhodobých **eh** a závislých vztahů. A na posledním místě bychom očekávali u těchto míst se může vyskytnout domácí násilí. Je to velmi matoucí, pro lidi. Rád-a bych vám sama řekla, že jsem poslední **eh** člověk na světě, který by zůstal s nějakým chlapem, který mě bije. V podstatě jsem byla velmi typický ooběť typická oběť kvůli mému věku. Bylo mi dvacet dva. A mezi ... u žen, které mají mezi šestnáct a dvacet čtyři let, **eh** je třikrát pravděpodobnější se **eh** u nich vyskytne domácí násilí než u starších žen. Ženy v tomto věku, jsou někdy zabity každý rok s nějakým násilným partnerem, přítelem a manželem ve spojených státech. Byla jsem velmi typickou obětí, protože jsem nic nevěděla o o domácím násilí, **je to velmi složité a komplexní téma**. Potkala jsem Conora **eh** za deštivé a chladné, lednové noci. Byli jsme v

New Yorkském metru, začal si se mnou povídat. Řekl mi dvě věci, jedna byla, že taky teď ukončil **eh Harvard** a pracoval **eh** v jedné velmi důležité **eh** dobré bance na Wall Streetu. Nejdůležitější bylo, že byl chytrý a zábavný. Vypadal jako skvělý kluk měl velké líce a velké tváře a blondáté vlasy, vypadal velmi roztomile. Jedna z nejlepších věcí, co Conor **eh** kdy udělal na začátku, byla vytvoření iluze, že já jsem byla dominantní partnerkou ve vztahu. **Mělo to být zřejmé už na začátku, tím že ze mě udělal idola.** Začali jsme spolu chodit na rande a miloval snad všechno, že jsem byla vášnivá pomoci druhým, chytrá, mám Harvard. Chtěl všechno o mém dětství a nadějích, snech a rodině. Conor ve mě věřil jako v novinářku a ženu, tak jako nikdo jiný. Udělal kouzelnou, vytvořil kouzelnou atmosféru **eh** mezi nám. Vypověděl mi své tajemství, řekl mi, že když byl malý kluk a byly mu čtyři roky, **dívat se** fyzicky zneužívám a bit svým nevlastním otcem, bylo to tak špatné, že v osmé třídě musel opustit školu i když byl -i když byl velmi chytrý. A strávil skoro dvacet let, tím, **že založil znova rodinu ... mám... pomohlo to tak** že měl... **eh** dobrou budoucnost a titul z Ivy League a hodně to pro něj znamenalo.

Mistakes/misinterpretations/fables: 12

hesitation sounds: 26

B2_RED

Pokud byste mi řekli, že tento chytrý a zábavný, citlivý muž, který mě zbožňoval, by se jednou stal někým, kdo mi diktuje, **co se vzbudím, eh** co nosím za sukni, kde bydlím, co jsou mí přátelé, kde -kam chodím na Vánoce a kde pracuju. Kdybyste mi tohle řekli, smála bych se. Nic nenapovídalo tomu, že by se Conor mohl být takový, alespoň ze začátku to tak nebylo. Nevěděla jsem, že první fáze u domácího násilí v každém vztahu je - je získání si přízně oběti. Druhý krok je izolovat oběť. Conor nepřišel jednou domu a řekl, podívej se ... **eh** tenhle příběh o Romeovi není úplně super, ale musím se přesunout do další fáze, kdy tě budu využívat ...**a potřebuju abys mě podporovala aa když tě sousedi slyšet křičet a vlastně tě izolovat i od tvých přátel.** Místo toho přišel v pátek večer domů a řekl, že ten den odešel z práce, své své práce snů. A řekl, že opustil svoji práci kvůli mně. Protože jsem poskytla takový pocit bezpečí a lásky, protože si nemusel nic dokazovat na Wall Streetu, chtěl jít ven z města a pryč ze své násilnické, disfunkční rodiny a chtěl jít do malého města **eh** v Nové Anglii. Chtěl začít nový život se mnou. Pd- poslední co jsem chtěla dělat bylo opustit New York a moje práce snů a moji práci snů. Ale musíte něco obětovat pro vaši spřízněnou duši. Souhlasila jsem a opustila jsem práci **a me(anglická výslovnost)** s Conor jsme odešli z Manhattanu. Měla jsem žádnou představu, že jsem se bláznivě zamilovala, že jsem po tom šla p po šla po hlavě, že do psychologické, fyzické a finanční pasti. Další krok v domácím násilí je představit, **eh** ukázat tu hrozbu toho násilí. A uvidíme, tak jak žena reaguje. A takhle přichází ty zbraně. Když jsem se přistěhovali do Nového do Nové

Anglie, kde chtěl být Conor, koupil si zbraně. Jednu zbraň měl v autě v přihrádce na rukavice a druhou zbraň měl v posteli a třetí měl u sebe v kapse. A řekl, že potřebuje tyto zbraně kvůli dram dramatické události, kterou jako malý zažil, potřeboval je k ochraně. Ale bylo to pro mě znamení. Byla to p-pro mě velké nebezpečí, můj život byl v nebezpečí. Poprvé na mě fyzicky zaútočil Conor, před pět dnů před svatbou. Bylo sedm ráno eh pořád jsem ho milovala ... eh pracovala jsem eh na své práci na počítači, byla jsem frustrovaná a eh Conor použil můj vztek jako výmluvu a argumentátor, proč mě mohl- proč mě mohl škrtit. Uchopil moji eh eh hlavu tak, abych nemohla dýchat, to je proti zákonné. Po pěti dnech .. eh zmizely jiz-jizvy po škrčení, vzala jsem si svatební šaty své matky a vzala jsem si ho. Navzdory tomu co se stalo, byla jsem si jistá, že budeme žít šťastně. Protože jsem ho milovala. .. aa eh bylo mu to strašně líto. Byl strašně vystresován, tou svatbou a tím, že si se mnou zakládá rodinu. eh Byl to ojedinělý případ a říkal, že už se to víckrát nestane. Stalo se to dvakrát na líbáncích. Po prvé, když jsem řídila, jezdila autem a ztratila jsem se a hledala jsem tajnou pláž. Dal mi pěstí do hlavy a bil tak tvrdě, že jsem se praštila do eh okénka řidiče. Potom jsme jeli autem zpátky eh z líbánek, praštil do hlavy, protože se mu nelíbil dopravní provoz. Potom mě bil dvakrát do týdne dalšího dva a půl roku.. našeho manželství byla eh myla eh myslela jsem ji, že jsem ojedinělá a jediná v této situaci. Jedna ze tří eh žen v Americe zažije sledování aa eh domácí násilí. Patnáct milionů dětí je zneužito aspoň jednou za rok. Patřila jsem k velmi dobré společnosti. Co se týče mé hlavní otázky. Proč jsem zůstala? Otázka je jednoduchá. Nevěděla jsem, eh že mě týrá a to přes to, že mě mířil nabitými zbraněmi na mě a há-házel mě ze schodů a pokou-pokoušel se zabít psa ... vyhodil klíč z auta, když jsem řídila, eh na-nalával na mě kávu, když jsem se oblékala na pracovní pohovor. Nikdy jsem si nemyslela, že budu žít lépe, místo toho ... byla jsem velmi silnou ženou a zamilovala jsem se do problematického muže. Byla jsem jediný člověk na světě, který mohl eh uspokojit potřeby Connora.

Mistakes/misinterpretations/fables: 14

hesitation sounds: 22

B1_Pink

Jsem tu, abych tu mluvila o znepekující otázce, která má znepekující odpověď. Téma je tajemství domácího násilí a budu mluvit o otázce, o které se vždycky baví. Proč se - proč eh zůstala? Proč eh někdo zůstane, když ho někdo bije? Psychiatr, eh expert na domácí násilí. Mám pří-příběh, který já chci říct. Bylo mi dvaadvacet a eh dokončila jsem Harvard aaa měla jsem první práci, měla jsem svůj první dům, měla jsem první zelenou kartu, měla jsem velké tajemství. Moje tajemství bylo, že jsem měla tuto zbraň, eh která kterou jsem měla nabi... eh že můj eh moje spřízněná duše na mě mířil touto zbraní. Eh člověka - člověk, který jsem - kterého jsem milovala nejvíce na světě mi

hrozil, že mě zabije a to víckrát než si pamatuji. Jsem tu abych tu mluvila o tom, eh ... proč eh lidé do takového pastí můžou spadnout. Nevypadám jako typický člověk, který pře-přežil domácí násilí, mám vysokoškolský titul a pracovala jsem pro mnoho eh společností jako Johnson a Johnson a Washington Post. Mám druhého manžela a máme tři děti, mám hondu eh a máme černého labra - labradora. Takže moje zpráva je, že domácí násilí s-se děje každému eh eh je všude prostě. Moje druhá zpráva je, že všichni si myslí, že se to děje jenom ženám, ale to není úplně pravda, více jak osmdesát pět procent eh lidí, kteří jsou násilní jsou muži a děje se to většinou v dlouhodobém vztahu, eh v rodinách a proto je- to je důvod, proč je to domácí násilí tak matoucí. eh byla jsem velmi typický typická oběť násilí, bylo mi dvaadvacet eh a pravdou je, že eh ženy ve věku šestnáct až dvaadvacet jsou ... eh typickým eh typickou obětí domácího násilí a mnoho žen je ročně zabito svými manželi, přáteli. Eh Byla jsem také typický typická na eh na násilí, protože jsem nevěděla, co je násilí. eh Conora jsem potkala v lednovou noc a začali jsme si spolu povídat. Řekl mi dvě věci. Že také ss eh dokončil školu a že mě že pracoval v eh velmi prestižní bance. Ale co na mě udělalo největší dojem bylo, že byl chytrý a vtipný a vypadal, jako farmář. Měl velké, měl naducané tváře a blond blond vlasy a byl strašně milý. Eh Jedna z nejchytřejších věcí kterou udělal, ... eh bylo že ... udělal iluzi, že já jsem byla ten ... kdo měl převahu ve vztahu, že mě zbožňoval... A že jsem prostě lepší než on. A chtěl o mně vědět všechno, všechno o mých o snech. Conor ve mě věřil jako v ženu ... a v ... A také udělal představu že eh mi věřil a eh řekl mi své tajemství, že eh ve čtyř letech že ve čtyř letech ho jeho strýc š eh zneužíval. A že strávil velkou velké množství času tím, že si budoval a spravoval svůj svůj život.

Mistakes/misinterpretations/fables: 4

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 32

B2_PINK

Kdybyste mi řekli, že tenhle chytrý, milý, eh citlivý muž, který mě zbožňuje, mně jednou bude diktovat, jak můžu chodit oblečená. Jak kde budu žít, co bude moje práce, jak budu trávit Vánoce, tak bych se na vá - vám vysmála. Ale protože nic takového ... na začátku nebylo. Na .. nevěděla jsem, že na první bodě domácího násilí bylo ... eh svést oběť. Eh Nevěděla jsem, že druhým krokem je izolovat oběť. Conor přišel jednoho dne domu a eh řekl, hele tohle eh eh a neřekl eh od teďka tě budu šikanovat místo toho eh jednoho dne přišel a řekl mi, že odešel z práce z .. která byla jeho snem eh. Řekl mi, že odešel z práce kvůli mně, protože - že se se mnou díval- cítil velmi bezpečně a že chtěl odejít z města eh a odejít od svojí rodiny a eh od odstěhovat se do do malého města v Novém - v Nové Anglii. A začít nový život se mnou. Ale já

jsem nechtěla odejít z New Yorku a mého- mé snové práce, ale myslela jsem si, že pro svoji spřízněnou duši musíte obětovat věci. A eh proto jsem odešla z práce a odešli jsme spolu z Manhattanu. Neměla jsem tušení, že jsem se šíleně zamilovala. Že eh jsem se dostala do takovéto pasti. Další krok je v domácím násilí, je představit .. eh hrozbu a v tu chvíli přišly zbraně. Jakmile jsme se přestěhovali do nového do Nové Anglie, kde jsem se měla eh cítit bezpečně, si koupil tři zbraně. Jednu nechával v eh v ... autě, jednu nechával v ložnici a jednu n- a nosil s sebou. Eh říkal, že to ne si- ty zbraně nechává, protože se chce cítit bezpečně, ale věděla jsem, že to je zpráva ke mně. A že jsem - že to je abych se já cítila v nebezpečí. Prvně mě - na mě zaútočil, fyzicky zaútočil pět dní před naší svatbou. Bylo pět ráno, sedm ráno, pořád jsem měla noční košili aaa eh snažila jsem se dokončit svojí práci a Conor využil mo moje .. můj vztek a eh a začal mě škrtit a eh a začal mi bít hlavou o zed'. O pět dní později eh kdyyy eh o pět dní později jsem si ho vzala. Navzdory tomu, co se stalo, jsem si byla jistá, že spolu budeme žít šťastně až do smrti. Eh protože jsem ho milovala a protože on miloval mě. Eh jemu to přece bylo strašně moc líto. eh Byl strašně ve stresu eh z práce eh ze svatby a byla jsem si jistá, že už mi nikdy neublíží. eh Během líbánek se to stalo dvakrát. Poprvé se to stalo, když jsme jeli na pláž aa eh ztratili jsme se a eh on mě praštil tak moc, že jsem se několikrát eh eh druhý - po druhé se to stalo, když jsme jeli autobusem autem. Myslela jsem si, že jsem jediná, komu se to děje. Jedna ze tří žen v Americe se ... eh ... podle CDC - CDC se patnáct milionů dětí eh stane obětí domácího násilí, takže eh proč se to stalo? eh Nevěděla jsem, že eh že jsem oběť. I když mi držel eh zbraň u hlavy, i když mě strčil ze schodů, když na mě vylil kávu. Nikdy jsem si ale nemyslela, že bych byla oběť domácího násilí. Místo toho jsem byla velmi silná žena a milovala jsem muže, který eh má jisté problémy.

Mistakes/misinterpretations/fables: 5

unfinished sentences: 2

hesitation sounds: 39

B1_MM

Jsem tu dnes kvůli tomu, abych se zabývala nepříjemnou ... nepříjemnou otázkou, která má nepříjemnou odpověď. Týká se to eh domácího násilí. A otázka, které se dotknu, je otázkou. Proč zůstala? Proč by vůbec někdo, zůstal s někým, kdo ho mlátí. Nejsem psychiatr nebo oo eh sociální pracovníci nebo expertem, jsem žena, která vám chce vyprávět příběh. Bylo mi dvacet dva vystudovala jsem Harvard, přestěhovala jsem se do New Yorku. Byla jsem jako editor (ang výsl.) a spisovatel seventeen magazine, bydlela jsem ve svém, ve svém měla jsem zelenou kartu a první byt a měla jsem velké tajemství. Mým eh tajemstvím bylo, že jsem měla tuto tuto zbraň s náboji s dutou špičkou kvůli muži, o kterém jsem si myslela, že to byl spřízněnou duší. Je to člověk,

kterého jsem milovala a on mi držel tuto zbraň k hlavě více vícekrát, než jsem si myslela. Zejména je to psychologické .. psychologických úzkostech..., které ženy a muži zažívají každý rok. Může to být i vašim příběhem. Nevypadám jakoo oběť oběť domácího násilí. Mám různé tituly a sss eh pracovala jsem ve fortune five hundred companies a Johnson a Johnson, což je blbost. Kolem dvaceti let jsem eh vdaná za svého muže a máme tři děti. Jezdím v hondě.. mám psa. Takže moje první zpráva je, že ... eh domácí-domácí násilí se děje všude, všem lidem. Jakmile jakmile je to jedno, jak jsou vzdělaní. Je to všude. A další zprávou je, že se to hlavně děje ženám, že je to problém, který se týká hlavně žen, ale vlastně to není úplně pravda, protože kolem osmdesáti pěti procent, které zneužívají ženy jsou muži. A týká se to dlouhodobých, nezávislých eh vztazích, takže v rodi- v rodinách, kde bysme to nejméně čekali. Je to tak znepokojující. Řekla bych vám to sama, že eh nezůstala bych s mužem, který by mě mlátil. Ale vlastně jsem byla velice typickou typickou obětí. Bylo mi dvacet dva. A v USA ženy šestnáct až dvacet čtyři jsou třikrát spíše, eh spíše eh oběťmi násilí. A ročně je jich spousta zabito. ... partnerem nebo manželem. Byla jsem typickou typickou obětí, protože jsem o tom nevěděla nic, nic o vzorech vzorcích a ničem. Poznala jsem Conora někdy v lednu, když byla zima. Stál vedle mě v metru v New Yorku. Řekl mi dvě věci. Vlastně také, že eh má titul z Ivy League a že pracuje ve Wall Street bance. A to co na mě nejvíce eh zapůsobilo, bylo to že byl chytrý a zábavný a vypadal jako farmář. Měl velké šťavnaté tváře, blondáté vlasy a vypadal strašně roztomile. A jedna z těch věcí, které Conor udělal, bylo že vytvořil iluzi, že já jsem dominantním partnerem v eh ve vztahu, udělal to na začátku, aby aby vytvořil idealizaci. Začali jsme spolu chodit a měl rád všechno, že jsem chytrá, že ráda pomáhám teenagerkám, a tak dále. Chtěl vědět všechno o mé rodině a o mých snech a přáních. Conor mi věřil, jakožto ženě a jakožto spisovatelce, nikdo mi takhle nevěřil jako on. Vytvořil magickou eh atmosféru důvěry mezi námi, tím že se mnou sdílel svoje tajemství. Když byl mladý, když mu bylo čtyři hodiny .. tak h- ha byl svým nev svým nevlastním otcem zneu-žívám a bylo to tak strašné, že musel v osmé třídě skončit se školou, i když byl velice chytrý a strávil asi tak dvacet dvacet let tím že se znovu eh zapracoval na své - své -ze což je zase prostě úžasné, že má úžasnou budoucnost, to co dosáhl, čeho dosáhl poté.

Mistakes/misinterpretations/fables: 8

hesitation sounds: 15

B2_MM

Pokud byste mi řekli, že tento chytrý, citlivý muž, který mě miloval a obdivoval. Mi bude jednoho dne diktovat, jestli budu nosit make-up, jak bude moje krátká sukně, kde budu pracovat, s kým se budu bavit a kde budu trávit Vánoce, tak bych se vám vysmála. Protože nebylo to žádný, žádný příznak

toho, že by se mohl takhle někdy chovat. Nevěděla jsem, že-žeprvní- první stádium je očarovat, eh očarovat objekt a další věc je eh se začít chovat zle. Jednou Conor nepřišel domů a já jsem se musela eh dostat on se musel dostat do další fáze, kdy mě chtěl zneužít a eh a dostali jsem se do toho, že vlastně mimo eh mimo, že rodina nemohla vidět, jakým způsobem eh podlitiny ... Conor jednou v pátek přišel a řekl, že svůj vysněný, že ve svojí vysněný práci skončil a kvůli mně. Protože jsem ho, protože jsem ho dokázala ukojit tím, že se cítil dobře se mnou a proto se potřeboval dostat daleko od své rodiny a dostat se do malého města v New Englandu a aby začal nový život po mém boku. Poslední věc byla odejít z New Yorku a moj -můj vysněný - moj vysněný práci. Ale myslím si, že byste se měli pro svoji druhou polovičku nějakým způsobem obětovat a tak jsem souhlasila a odešla jsem. Odešli jsme spolu z Manhattanu. Nevěděla jsem, že jsem se zamilovávala do šile do šílené lásky eh a kdy jsme se dost- kdy jsem vlastně šla do pasti, psychologické a finanční a tak dále. Další ve vzorci eh zneužívání je ukázat nebo nějakým způsobem představit eh nebezpečí. Jakmile jsme se přestěhovali do Nové Anglie, tam kde se měl Conor dobře cítit. Koupil si tři zbraně. Jednu měl v eh pod pod polštářem a ostatní jinde a tu třetí měl eh pořád v kapse. Řekl, že je potřeboval, kvůli traumatu, které nějakým způsobem zažil, když byl malý. Chtěl se cítit v bezpečí v ochraně v ochraně. neči neb ... Už jsem se bála, i když na mě ještě nezdvihl ruku, každým dnem jsem se bála. Conor mě poprvé fyzicky nap- napadl pět dní před naší svatbou, bylo sedm ráno, pořád si to pamatuju. Eh Pracovala jsem na svém počítači aa eh když jsem byla vlastně udělala na žinost'ák a Conor využil- využil toho eh mého naštvání a začal mě dusit, že jsem nemohla vůbec křičet aa eh bušil mi hlavou o zeď. P - O pět dní později zmizely moje modřiny eh vzala jsem si na sebe šaty své matky, svatební šaty své matky a pak jsem si ho vzala. Eh stejně jsem si byla jistá, i vzhledem k tomu, co se stalo, že pořád budeme spolu žít nadále, budeme se milovat, protože on do mě byl zamilovaný a já do něho. A byl- opravdu mu to bylo líto. Byl vystresovaný eh svatbou a tím, že jsme-sme se stali rodinou. Bylo to izolovaný eh incident a on by mě nikdy, on by mi nikdy ne-neublížil. Ale stalo se to dvakrát během líbánek. Poprvé jsem se - jsem se snažila eh něco hledat a ztratila jsem se a on mně a on mně bušil do hlavy tak hodně, že jsem se uhodila o okno a potom během dalšího incidentu mi vhodil do obličeje BigMac. Eh další dva a půl roku se ke mně choval zle. Spletla jsem se, když jsem si myslela, že jsem unikátní a sama v téhle situaci nebo že jsem jediná v této situaci. Jedna ze tří lidí, amerických žen se eh má takovéto- takovéto příznaky. Patnáct milionů lidí je takovýmto způsobem, bylo takovýmto způsobem eh zneužíváno. A zpátky k mé otázce, proč jsem zůstala? Od- odpověď je jed-jednoduchá. Nevěděla jsem, že mě -že mě zneužívá. I když měl eh nabitě zbraně u mé hlavy aa eh vyhrožoval mi, že zabije psa a také mi vyhrožoval jinými věcmi, když jsem se ... oblékala pořád mi vyhrožoval. Nikdy jsem si nepřipadala jako špatná žena, ale jako silná žena, ale byla jsem

zamilovaná do **potíživy**. A myslela jsem si, že jsem jediný člověk, **který může pomoci Conorovu...**

Mistakes/misinterpretations/fables: 13

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 25

B1_Lila

Dnes tu budu mluvit o znepokojující otázce, která má i stejně znepokojujivou odpověď. Mé téma i jsou tajemství domácího násilí a otázka, které se budu věnovat je otázka, kterou - na kterou se vždycky každý ptá. Proč u něj zůstala? Proč by někdo zůstal s **eh** mužem ji ubližuje. Nejsem psycholog ani **eh** sociální pracovníce ani expert na domácí násilí, ale jenom žena s příběhem. Bylo mi dvacet dva, zrovna jsem dokončila Harvard, pře-stěhovala jsem se do města **a začala jsem psát**. Měla jsem svůj první byt, měla jsem svoji první zelenou kartu a měla jsem velké tajemství. Moje tajemství bylo, že jsem měla tuhle zbraň, která byla napojená - nabitá s dutou špičkou. A kterou na mě - kterou na mě mířil muž, který jsem si myslela, že je moje spřízněná duše. Muž, kterého jsem hrozně milovala, mi přiložil zbraň k hlavě a vyhrožoval mi, že mě zabije víckrát, než si dokážu vzpomenout. Budu vám vyprávět o šílené lásce, o lásce o do které se miliony žen a občas i muži zamilují. Může to být i váš příběh. Nevypadám jako typický - typická oběť domácího násilí. Jsem vystudovaná z Harvardu. Pracovala jsem pro několik známých **eh** společností. **Byla jsem vdaná téměř dvanáct let**, za mého druhého manžela aa měli jsme spolu tři děti. Mám černého labradora aa jezdím ve **výborném** autě. Takže moje první zpráva pro vás je, že se to děje všem. Všichni - ať už máte jakékoli vzdělání jakékoliv náboženství, ať jste z jakékoliv rasy. A myslím, že si všichni myslí, že to je, že se to týká žen, ale netýká se to jen žen. Několik z nich **eh** obětí jsou i muži. A jedná se to v dlouhodobých **eh** vztazích. Jinými slovy v rodinách, což je poslední místo, kde bychom viděli domácí násilí. Proto je to tak matoucí. Ráda bych vám řekla, že jsem poslední člověk na světě, kdo by zůstal s mužem, který ji - ji ubližuje. Ale na druhou stranu jsem byla velmi typická oběť, protože kvůli mému věku. Protože mi bylo dvacet dva a ženy ve věku šestnáct až **dvacet pět let** jsou ..jím .. jsou více ohroženy tím, že se stanou obětmi domácího násilí. A ... spousta žen v tomto věku zemře, protože je zabijí jejich manželé nebo partneři. Nevěděla jsem nic o domácím násilí **a to je jeden z ... eh**. Connora jsem potkala jednou v lednu. Sednul si ke mně ... v metru a začal mě nabalovat. Řekl mi dvě věci, jedna z nich byla, že taky právě má titul z Ivy League a že pracuje na Wall Street v bance, ale co mě nejvíc zaujalo, bylo, že byl chytrý a vtipný a vypadal jako farmář. Měl velké tváře a blondaté vlasy a zdál se hrozně .. hodný. Jedna z nejchytřejších věcí, kterou udělal, byla že vytvořil iluzi, že já jsem ta dominantní. Dělal to speciálně ze začátku a tím mě i-, tím že mě do ... idolizoval. Začali jsme spolu chodit a všechno na mě

miloval, říkal, že jsem chytrá, že jsem chodila na Harvard, že jsem **eh** vášnivá, chtěl vědět všechno o mé rodině, mé dětství, mým nadějím, mým mých snech. Věřil ve mě jako ve spisovatele i v ženu jako nikdo před tím a také vytvořil magickou atmosféru **eh** důvěry, tím, že se mi svěřil, že jako malý kluk v roce, když mu bylo čtyři, **eh** tak ho jeho **eh** nevlastní otec týral. A strávil skoro dvacet let tím, že se snažil svůj život změnit a proto začal pracovat - pracovat ve Wall Street, měl titul Ivy League. Aa proto pro něj hodně znamenalo.

Mistakes/misinterpretations/fables: 4

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 10

B2_LILA

Kdybyste mi řekli, že tenhle chytrý, vtipný muž, který mě měl rád, by jednou diktoval, jestli já budu nosit make-up, jak bude moje sukň krátká, jak kde budu pracovat, kde budu žít, s kým budu trávit Vánoce, s kým se budu kamarádit, tak bych se vám vysmála. Protože u něho nebyl ani náznak toho, že by mohl být násilný. Nevěděla jsem, že první krok v jakémkoli **eh** násilí, je to okouzlit oběť. Nevěděla jsem, že to druhý **eh** krok je tu oběť izolovat od okolí. Jednou přišel Conor domů a řekl mi, že všechny ty, že to jak jsme se měli jako Romeo a Julie bylo skvělé, ale musíme odejít z bytu a odejít z města, kde **eh** mám kamarády a rodinu, kteří by viděli moje modřiny. To se nestalo. Jednoho dne přišel domů a řekl mi, že skončil v práci, jeho vysněné práci a řekl, že skončil kvůli mně. Protože jsem, protože je se mnou tak šťastný, že už nepotřeboval pracovat ve Wall Street a chtěl abychom odešli z města, pryč od jeho disfunkční rodiny a chtěl se přestěhovat do malého města v Nové Anglii, kde by mohl začít nový život se mnou po jeho straně. Poslední věc, kterou jsem chtěla, bylo odejít z New Yorku a z mojí práce, ale chtěla jsem se obětovat pro svoji **eh** spřízněnou duši a tak jsem s ním souhlasila a odešla jsem z práce a odešli jsme spolu z Manhattanu. Nevěděla jsem, že se zamilovávám do bláznivé lásky, že skáču po hlavě do finanční a psychologické pastí. Dalším krokem v domácím násilí je ukázat pohružku toho násilí a ukázat j- a vidět, jak ona bude reagovat. Když jsme se přestěhovali do Nové Anglie, to místo, kde se měl Conor cítit tak hrozně bezpečně, tak koupil tři zbraně. Jednu nechával v autě, jednu v- pod polštářem v posteli a třetí v kapse, neustále ji měl u sebe a říkal, že ji potřebuje kvůli tomu traumatu, kterým **eh** si- kterým si prošel jako malý kluk. Ale ty zbraně byly zpráva pro mě. A i když na mě nezdvihl ruku, věděla jsem, že můj život je v nebezpečí každý den, každou minutu. Conor mě poprvé fyzicky napadl pět dní před naší svatbou. Bylo sedm ráno, měla, byla jsem pořád v pyžamu, pracovala jsem na počítači, chtěla jsem dokončit práci a byla jsem frustrovaná. A Conor využil mojí, toho že jsem byla našťavaná, že mě začal, že mě dal ruce kolem krku a začal **eh** a uchodil mě před před rdoušení a

praštil mě hlavou o zeď. O pět dní později **eh** zmizely modřiny na mém krku a oblékla jsem si svatební šaty mé matky a vdala jsem se za něj. Kromě i přes to, co se stalo, jsem si byla jistá, že budeme žít šťastně až do smrti, protože jsem ho milovala a on miloval mě, strašně moc. A bylo mu to hrozně líto. Říkal, že měl s-stres kvůli tomu, že jsme se měli vzít a byl to ojedinělý případ a prý mě už nikdy znovu neublíží. Stalo se to dvakrát znovu na líbáncích. Poprvé jsem hledala nějakou pláž a ztratila jsem se a on mě praštil do hlavy tak moc, že jsem se druhou, že jsem se praštila o sklo auta a po druhé byl **eh** frustrovaný z provozu, **že mě taky praštil**. Po další léta našeho manželství mě mlátil jednou až dvakrát týdně. Spletla jsem se v tom, že jsem si myslela, že je to ojedinělý případ a že jsem samotná komu se tohle děje. Jedna až **eh** - jedna ze tří amerických žen si tímto projde a patnáct milionů **amerických** dětí je **eh** -si tímto projde každý rok. Zpátky k mé otázce, proč jsem u něj zůstala? Otázka-Odpověď je jednoduchá, nevěděla jsem, že mě, že se jedná o násilí. I když mi přidržel zbraň u hlavy, i když mě **eh** shodil ze schodů, vyhrožoval, že zabije našeho psa, že mi vylil kávový lógr na hlavu, když jsem se oblékala na rozhovor v práci, nikdy jsem nepomyslela, že jsem .. myslela jsem si, že jsem silná žena, která je zamilovaná do **eh** muže, který má problémy a myslela jsem si, že jsem jediná, kdo je dokáže vyřešit.

Mistakes/misinterpretations/fables: 4
hesitation sounds: 12

B2_Green

Kdybyste mi řekli, že tento chytrý, vtípný muž, který mě zbožňuje, by mně jednoho dne diktoval, jestli já se můžu namalovat, nebo jak dlouhá musí být moje sukně, jakou budu mít práci a kdo budu **eh** kde **eh** budu trávit Vánoce, smála bych se vám. Protože ni-ne-nebyla žádná **eh** známka násilí u něho. Nevěděla jsem, že první stádium u tak - u jakéhokoliv násilnického vztahu je **eh** svést a okouzlit oběť. Druhý **eh** druhý- druhý úkol byl izolovat tu oběť. **Conor přišel jednou domů a oznámil mi. Myslím, že bysme se měli eh .. posunout v našem vztahu, chtěl abysme se přestěhovali ale Conor jednoho dne přišel domu a řekl mi, že odešel z práce, jeho vysněnou práci nechal toho a řekl, že opustil tu práci kvůli mně. Protože já - díky mně se cítil tak milovaný a m-, že nepotřeboval pracovat na Wall Street a potřeboval jenom zmiznout **eh** .. **eh** z města, utéct od svojí rodiny a přestěhovat se do malého města v Nové Anglii, kde můžeme začít nový život společně. Poslední co jsem chtěla udělat, bylo se ..op-odstěhovat z New Yorku a nechat svojí práce, ale říkala jsem si, že pro člověka, kterého milujete musíte udělat oběť tak jsem- tak jsem nechala práce a odjeli jsme z Manhattanu. Vůbec mě nenapadlo, že se - že padám do šílené lásky, že padám po hlavě do psychologické pasti. Další krok je je v tomhle vzoru je **eh** uvést .. tu hrozbu ... A jak-jakmile jsme se přestěhovali do do Nové Anglie, koupil si- Conor si koupil tři zbraně. První si nechával v autě,**

druhou měl pod polštářem v naší posteli a třetí nosil u sebe pořád. Řekl, že **eh** potřebuje ty zbraně kvůli tomu, co se mu stalo, když byl malý. Že se - Potřeboval se cítit chráněný. Ale ty zbraně byly v podstatě zprávou pro mě. A i když na mě nevztáhl ruku, můj život byl v podstatě v neustálém nebezpečí. ... Conor mě poprvé na na na napadl sedm pět dní před naší svatbou. Bylo sedm ráno, měla jsem pořád ještě pyžamo, pracovala jsem na počítači, dělala jsem nějaké zadání a byla jsem frustrovaná. Conor použil můj vztek jako omluvu na to, aby mě chytl kolem krku a aby mě chytl tak silně, že jsem nemohla dýchat a tak-a tak mě držel v sevření a několikrát mi hlavou mlátil o zed'. Po pěti dnech deset-**eh**- deset modřin na krku zrovna **eh** zmizely a já jsem si ho vzala. Přesto co se stalo, byla jsem si jistá, že budeme žít na věky šťastně. Protože jsem ho milovala a on mě taky miloval a bylo mu to hodně, hodně líto. Byl jenom vystresovaný ze svatby a z toho, že budeme rodina. Byl to **osamělý** incident a už nikdy by mi neublížil. Stalo se to dvakrát na lůžkách, po první jsem řídila, abysme našli nějakou pláž a ztratila jsem se. A on mi bouchl do .. do mé strany do strany hlavy tak, že jsem se z druhé strany bouchla o **dveře**. A pot později **eh** byl frustrovaný z z z dopravy a hodil po mně BigMac. Vždycky mě .. **asi dvakrát nebo třikrát mně dal bagel**. Myslela jsem si, že jsem samotná, kdo je v takové situaci, ale jedna ze tří amerických žen si zažije domácí násilí nebo stalking a CDC uvádí, že patnáct milionů dětí jsou zneužívány každý rok, patnáct milionů. Takže v podstatě jsem měla dobrou společnost. .. Abychom se vrátili .. proč já jsem zůstala? Odpověď je jednoduchá, já jsem si neuvědomila, že on mi ubližuje. I když držel nabitou zbraň u mé hlavy, shazoval mě ze schodů, vyhrožoval, že zabije našeho psa. **eh** Vytáhl klíč, když jsem řídila auto, na kafe mi **eh** na hlavu mi nalíval kafe, nikdy jsem si nemyslela, že jsem zneužívaná žena. Místo toho jsem byla velmi silná žena, která byla zamilovaná do problémového muže a byla jsem ta jediná, kdo pomůže Conorovi srovnat se s jeho problémy.

Mistakes/misinterpretations/fables: 5

hesitation sounds: 15

B2_Green

Kdybyste mi řekli, že tento chytrý, vtipný muž, který mě zbožňuje, by mně jednoho dne diktoval, jestli já se můžu namalovat, nebo jak dlouhá musí být moje sukně, jakou budu mít práci a kdo budu **eh** kde **eh** budu trávit Vánoce, smála bych se vám. Protože ni-ne-nebyla žádná **eh** známka násilí u něho. Nevěděla jsem, že první stádium u tak - u jakéhokoliv násilnického vztahu je **eh** svést a okouzlit oběť. Druhý **eh** druhý- druhý úkol byl izolovat tu oběť. **Conor přišel jednou domů a oznámil mi. Myslím, že bysme se měli **eh** .. posunout v našem vztahu, chtěl abysme se přestěhovali ale Conor jednoho dne přišel domu a řekl mi, že odešel z práce, jeho vysněnou práci nechal toho a řekl, že opustil tu práci kvůli mně. Protože já - díky mně se cítil tak milovaný a**

m-, že nepotřeboval pracovat na Wall Street a potřeboval jenom zmiznout **eh** .. **eh** z města, utéct od svojí rodiny a přestěhovat se do malého města v Nové Anglii, kde můžeme začít nový život společně. Poslední co jsem chtěla udělat, bylo se ..op-odstěhovat z New Yorku a nechat svojí práce, ale říkala jsem si, že pro člověka, kterého milujete musíte udělat oběť tak jsem- tak jsem nechala práce a odjeli jsme z Manhattanu. Vůbec mě nenapadlo, že se - že padám do šílené lásky, že padám po hlavě do psychologické pasti. Další krok je je v tomhle vzoru je **eh** uvést .. tu hrozbu ... A jak-jakmile jsme se přestěhovali do do Nové Anglie, koupil si- Conor si koupil tři zbraně. První si nechával v autě, druhou měl pod polštářem v naší posteli a třetí nosil u sebe pořád. Řekl, že **eh** potřebuje ty zbraně kvůli tomu, co se mu stalo, když byl malý. Že se - Potřeboval se cítit chráněný. Ale ty zbraně byly v podstatě zprávou pro mě. A i když na mě nevztáhl ruku, můj život byl v podstatě v neustálém nebezpečí. ... Conor mě poprvé na na na napadl sedm pět dní před naší svatbou. Bylo sedm ráno, měla jsem pořád ještě pyžamo, pracovala jsem na počítači, dělala jsem nějaké zadání a byla jsem frustrovaná. Conor použil můj vztek jako omluvu na to, aby mě chytl kolem krku a aby mě chytl tak silně, že jsem nemohla dýchat a tak-a tak mě držel v sevření a několikrát mi hlavou mlátil o zed'. Po pěti dnech deset-**eh**- deset modřin na krku zrovna **eh** zmizely a já jsem si ho vzala. Přesto co se stalo, byla jsem si jistá, že budeme žít na věky šťastně. Protože jsem ho milovala a on mě taky miloval a bylo mu to hodně, hodně líto. Byl jenom vystresovaný ze svatby a z toho, že budeme rodina. Byl to **osamělý** incident a už nikdy by mi neublížil. Stalo se to dvakrát na lůžkách, po prvé jsem řídila, abysme našli nějakou pláž a ztratila jsem se. A on mi bouchl do .. do mé strany do strany hlavy tak, že jsem se z druhé strany bouchla o **dveře**. A pot později **eh** byl frustrovaný z z z dopravy a hodil po mně BigMac. Vždycky mě .. **asi dvakrát nebo třikrát mně dal bagel**. Myslela jsem si, že jsem samotná, kdo je v takové situaci, ale jedna ze tří amerických žen si zažije domácí násilí nebo stalking a CDC uvádí, že patnáct milionů dětí jsou zneužívány každý rok, patnáct milionů. Takže v podstatě jsem měla dobrou společnost. .. Abychom se vrátili .. proč já jsem zůstala? Odpověď je jednoduchá, já jsem si neuvědomila, že on mi ubližuje. I když držel nabitou zbraň u mé hlavy, shazoval mě ze schodů, vyhrožoval, že zabije našeho psa. **eh** Vytáhl klíč, když jsem řídila auto, na kafe mi **eh** na hlavu mi nalíval kafe, nikdy jsem si nemyslela, že jsem zneužívaná žena. Místo toho jsem byla velmi silná žena, která byla zamilovaná do problémového muže a byla jsem ta jediná, kdo pomůže Conorovi srovnat se s jeho problémy.

Mistakes/misinterpretations/fables: 5
hesitation sounds: 15

B1_Gold

Dnes jsem tu proto, abych mluvila o znepokojivé otázce, která má i stejně znepokojivou odpověď. Moje téma je tajemství domácího násilí a otázka, se kterou se budu potýkat, je to je otázka, na kterou se každý vždy ptá. Proč tam zůstala? Pro tam zůs, proč proč by kdo-koliv zůstal s mužem, který který ženu bije. **Eh** Expert na domácí násilí nejsem expert na domácí násilí jsem pouze žena s příběhem. Bylo mi dvacet dva právě jsem ukončila Harvardskou univ **eh** školu. A začala jsem pracovat jako editor v magazínu, pořídila jsem si svůj první byt, moji první zelenou platební kartu a měla jsem jedno velké tajemství. Moje tajemství bylo, že jsem měla **eh** pistol nabitou s **eh** s náboji s dutou špičkou od muže, který jsem si myslela, že je moje spřízněná duše a udělal mi to vícekrát. Muž, kterého jsem milovala více než cokoliv jiného na světě, **eh** držel - držel pistoli proti mé hlavě a říkal, že mě zabije vícekrát než si vůbec můžu pamatovat. Jsem tu proto, aby vám mohla říct příběh **eh** zvláštní lásky. **Jed-jedné z milionu žen se eh** umře ročně na domácí násilí, může to být i vaše váš příběh. Mám bakalářský diplom z marketingu **eh** z Harvardu. Většinu své kariéry jsem pracovala pro různé společnosti jako Johnson and Johnson nebo Washington post. **Eh** Byla jsem **eh** se svým druhým manželem jsem sezdaná více než dvacet let a máme dvě-dvě děti, mám černého labradora a a řídím minivan. Takže moje první zpráva pro vás je, že domácí násilí se stává každému, každé rase, každému náboženství, každému a nezáleží tom, na vašem vzdělání na ničem je všude a moje druhá zpráva, kterou bych vám chtěla říct, je že se si myslím, že se to děje pouze ženám, ale to není úplně tak pravda. **Přes 85% lidí, kteří jsou zneužíváni jsou muži** a domácí **eh** násilí se stává se se stává se s - pouze v dlouhých **eh** vztazích, kde lidi jsou spolu velmi dlouho, takže v rodinách **eh** v těch tam kde bysme to úplně nečekali a proto-proto je to tak zvláštní toto domácí násilí. Ráda bych vám řekla, že jsem že jsem poslední člověk na světě, který by zůstal s mužem, který ho bije. Ale **eh** naopak jsem byla velmi velmi typická oběť. Bylo mi dvacet dva let a v USA žen takto mladé ženy jsou třikrát **eh** jsou mají vyšší prav - třikrát vyšší pravděpodobnost být obětmi domácího násilí a přes pět set žen je zabito každý rok **eh** svými přáteli nebo manželi **eh** ua - zde v USA. Taky jsem byla velmi typická oběť, protože jsem nic nevěděla o domácím násilí. Nevěděla jsem, jak to probíhá, jak se jak to vůbec poznat. Poznala jsem Conora **eh eh** o studené lednové noci, seděl vedle mě v metru a začal si se mnou povídat. Řekl mi dvě věci. Jedna bylo, že on taky právě **eh** ukončil sk- školu a že pracoval ve velmi zajímavé ve velmi dobré **eh** bance na Wall Street. Ale co mě- na mě udělalo dojem bylo, že byl vtipný a inteligentní a vypadal jako farmář. Měl velké krásné tváře a blondáté vlasy. Vypadal velmi jako velmi sladký hoch. **Eh** A jedna z nejinteligentnějších věcí, který Connor udělal od začátku bylo, že vytvořil iluzi, že já jsem byla ten dominantní článek v našem vztahu. Udělal -dělal o hlavně na začátku a to tak, že si mě idealizoval. Začali jsme spolu chodit a miloval na mně úplně všechno, že jsem byla chytrá, že jsem chodila na Harvard, že jsem

byla vášnivá v tom, abych pomáhala **eh** holkám **v práci** a chtěl vědět všechno Conor ve mě věřil, **eh** ve mě spisovatelku i ve mě ženu, **kterou eh nikdy kterou nikdy nikdo neměl**. **Eh** Utvořil mezi námi krásné pouto, **eh** ve kterém jsme si mohli věřit, **ale neřekl mi jedno tajemství**, že když byl - že když byl mladý, asi ve čtyřech letech, tak ho fyzicky napadal jeho **eh** otec přes koleno ne jeho otčím. **Eh** A bylo to tak hrozné, že musel odejít ze školy a **byl z toho opravdu zdrcen téměř celý život**. A právě proto pro něj to jeho zářivá budoucnost znamenala tolik a jeho práce.

Mistakes/misinterpretations/fables: 6
hesitation sounds: 29

B2_Gold

Pokud byste mi řekli, že tato chytrá, tento chytrý muž, který mě miloval, by jednoho dne říkal, jestli si budu, jestli budu nosit make-up, co si na sebe budu brát, kdo moji přátelé budou a tak dále. Tak bych se na to - tak bych se vám vysmála. Protože zde nebyl žádný náznak, žádného kontroly nebo něčeho takového, co by Conor chtěl dělat. Nevěděla jsem, že první- první s- fáze **eh** jakéhokoli takové domácího násilí je svést oběť. Taky jsem nevěděla, že další- další část je izolovat oběť. A jednoho dne Conor nepřišel domů, **přišel domů a řekl: "Hele tohle všechno Romeo a Julie bylo skvělý, ale musíme se trošku přesunout eh do další fáze, kdy tě budu zneužívat**. Takže-takže tě budu muset dostat pryč tady z toho místa, kde tě všichni znají a můžou vidět tvoje tvoje **eh** modřiny a slyšet tě křičet. Místo toho Conor jeden pátek přišel a řekl, že opustil práci, jeho vysněnou práci. A řekl mi, že tu práci opustil kvůli mně, protože kvůli němu- kvůli mně se cítil tak- tak v bezpečí a milován, že nepotřeboval být na Wall Street. A že chce jít pryč, pryč z města někam na vesnici, **eh** někam do malého města v Nové - v Nové Anglii, kdy může začít rodinu se mnou. **eh** to co jsem chtěla - poslední věc, kterou jsem chtěla udělat bylo opustit New York a můj ,můj vysněný job **eh** moji vysněnou práci. **Ale řekl mi, že se pro něj musím obětovat** a tak jsem souhlasila. A tak jsem spolu odjeli. Neměla jsem vůbec, žádný - žádné tušení, že .. že jdu do že se řítím do psychologické pasti. Další fáze **eh** domácího násilí bylo **eh** nastolit to **eh** násilí a uvidí a uvidí, jak já na to budu reagovat. Hned jak jsem se přesunuli do Nové Anglie, tam kde se měl Conor cítit tak bezpečně. Tak si koupil tři zbraně. Jednu měl v autě, jednu měl pod polštářem a třetí měl pořád u sebe ve své kapse. A řekl, že potřeboval tyto zbraně prot- kvůli traumatu, které které si prožil jako mladý kluk. Potřeboval se cítit bezpečně. Ale tyto tyto **eh** zbraně byly ve skutečnosti zprávou pro mě. Můj- můj život byl v nebezpečí, každý den, každou minutu. Nejdřív mě Conor fyzicky napadnul pět dní před naší svatbou. Bylo sedm ráno a pořád jsem na sobě měla svoji noční košilkou, pracovala jsem na počítači na svém úkolu a byla jsem frustrovaná. Conor použil můj-můj vztek k tomu, aby aby mě začal škrtil. Nemohla jsem ani křičet

ani dýchat. A několikrát moji hlavou praštil o zem **eh** o zed'. O pět dní později ... ty **eh** modřiny na mém krku zmizely a já jsem si na sebe vzala svatební šaty a vzala jsem si ho. Měl- i přesto co se stalo, jsem si byla jistá, že budeme nadosmrti žít spolu šťastně, protože jsem ho milovala a on mě tak moc miloval. A bylo mu to opravdu líto, byl opravdu vystresovaný svatbou a tím, že budeme mít spolu rodinu, řekl, že mně už nikdy neublíží. Dvakrát se to stalo na **eh** našich líbáncích. Po prvý - poprvé jsem jela **eh** když jsem hledala tajnou ukrytou pláž a ztratila jsem se a on mě tak on mě tak **eh** silně praštil, že jsem se někde praštila o okýnko v autě a několik dní **eh** později po mně hodil-po mě hodil **eh** hrníček, do mého obličej. Po další dva-dva a půl roku to pokračovalo. Myslela jsem si, že jsem-že jsem speciální, a že- že jsem v tom sama, ale jedna ze tří amerických žen **eh** v nějaké **eh** ve svém životě zažije stalking nebo nebo nějaké násilí, patnáct milionů dětí je zneužíváno. Takže vlastně jsem měla spoustu jiných dalších lidí, kteří prožívali to stejné. A zpět k mé otázce, proč jsem řekla ... proč- kterou jsem- kterou jsem říkala. Ta odpověď je jednoduchá. Nevěděla jsem, že mě zneužívá. I přesto, že proti mně držel ty nabitě zbraně a strčil mě ze-ze schodů nebo říkal, že zabije našeho psa. ta ... na hlavu mi sypal coff **eh** kávu, když jsem se přichystala na .. na na **eh** napohovor, tak jsem si o sobě nemyslela, že jsem **eh** špatná žena, ale myslela jsem si, že jsem naopak silná a říkala jsem si, že jsem jediná žena, která pomůže Conorovi vyrovnat se s jeho problémy.

Mistakes/misinterpretations/fables: 7

hesitation sounds: 22

B1_Brown

Eh Dneska budeme mluvit o velmi znepokojivé otázce, která má stejně znepokojivou odpověď. **eh** Moje téma, je tajemství domácího násilí. A **eh** otázku, kterou se budu zají-zajímat je. Proč žena zůstává s mužem, který ji mlátí? ... **Eh** nejsem expert na domácí násilí, jsem jenom žena, která má svůj příběh. **Eh** Bylo mi dvacet dva **eh** od **eh** ukončila jsem studium na Harvardu a pracovala jsem jako editora, měla jsem svůj vlastní byt. **Eh** svoje malé první autíčko a jedno tajemství. **eh** Moje tajemství bylo, že me jeden muž mi držel u hlavy **eh** pistoli s náb- s náboji s dutou špičkou **eh** každý den **eh** muž, kterého jsem muž kterého jsem milovala to dělal a milovala jsem ho víc než cokoli v světě ... **eh** jenom jsem spadala do kategorie žen **eh** i některých mužů, který, kteří jsou oběťmi domácího násilí. **eh eh** Většinu své kariéry jsem strávila **eh** v několika společnostech třeba Johnson and Johnson **eh** ... **eh** teď už mám nového manžela, mám taky svého psa a řídím hondu. **eh** Takže moje otázka je **eh** se týká toho že, domácí násilí se týká **eh** všech věkových skupin, **eh** všech společenství, všech zemí, všech věkových skupin. **eh** osmdesát - osmdesát pět procent **eh** násilníků je mužů. A **eh** více více **eh** mnohem více ... více se to stává v rodinách a **eh** v dlouhých **eh** vztazích. **Eh** proto je celá otázka tak **eh**

znepokojivá a eh zmatečná. Eh já jsem byla jednou z typických obětí, co se týče věku, protože mi bylo 22. Eh protože tato věková skupina je čtyřikrát více náchylná k tooo eh být obětí domácího násilí než ostatní věkové skupiny. Eh byla jsem také eh typickou obětí, protože jsem o domácím násilí nic nevěděla. ... Eh svého manžela jsem potkala na zastávce v metru jednoho deštivého dne, začala jsem se s ním bavit, zjistila jsem, že - zjistila jsem že taky eh studoval na Harvardu, a že pracuje na Wall street. Eh připadal mi chytrý eh chytrý, vtipný a zdál se mi strašně sladký. Eh Jedna z eh nejchytřejších věcí, co on eh udělal, je že mě přiměl si myslet, že jsem ten dominantní faktor v našem vztahu a ne on. Eh eh zbožňoval mě, eh pořád mi říkal, jak se mu všechno na mě líbí. Eh Chtěl o mě všechno vědět, všechno o mé rodině, eh o mém dětství a eh. Věřil v to, že ženy mají a já jako žena mám stejná práva jako muži. A svěřil mě také svoje eh svoje největší tajemství a tím zvětšil mojí a tím zvětšil moji důvěru v něj. Řekl mi, že eh když byl malý tak ho otec mlátil. Aa po této zkušenosti se dva eh se z toho dostával dvacet let a proto ta jeho skvělá budoucnost, kterou má teď pro něj tolik znamená.

Mistakes/misinterpretations/fables : 3
hesitation sounds: 53

B2_Brown

Eh Kdybyste mi řekli, že tento chytrý a zábavný muž, kterého jsem zbožňovala, mi bude jednou eh řídit život. Eh Bude mi říkat, kde mám bydlet, kde budu strávit Vánoce nebo eh s kým se mám kamarádit. Aa eh tak bych vám řekla, že jste blázni, protože na začátku see eh vůbec takhle nezdal. ... eh ... eh hlavním důvodem pro agresora je nejdřív okouzlit svoji oběť a pak jednou přijde domů a řekne eh konec s touhle fází Romeo a Julie, teďka tě potřebuju zneužít a mlátit. ... eh Ale Conor místo toho udělal to, že eh jednou večer přišel domů a řekl, že skončil v práci, v té jeho vysněné práci a řekl, že tam skončil eh kvůli mně. Aa eh řekl mi, že eh se cítil se mnou tak dobře, že si nepotřeboval nic dokazovat na Wall Street. Eh Aa chtěl se přestěhovat do malého městečka v Nové Anglii a eh začít nový život, eh aale já jsem nechtěla opustit New York a mojí vysněnou práci, ale milovala jsem ho a proto jsem souhlasila a opustili jsme Manhattan spolu. eh Neměla jsem ponětí, eh do čeho se ženu. A myslela jsem si eh, že to je eh vášnivá láska, ale přitom jsem se řítila do pasti eh agrese a zneužívání. Aa eh tady to všechno vlastně začala. Hned jak jsem se přestěhovala do eh do Nové Anglie, kde se Conor měl eh měl cítit eh v bezpečí, jak říkal. Aa eh tam začlo všechno to se zbraněmi. Jednu měl doma v nočním stolku, jedno měl v přihrádce v autě aa eh říkal mi, že je musí mít, eh aby se cítil bezpečně. eh I když na mě zatím nevztáhnul ruku, tak můj život byl každý den, každou minutu v neustálém ohrožení. Eh poprvé mě fyzicky napadl eh pět dní před svatbou. eh Bylo sedm hodin ráno. eh ješ ... ještě jsem neměla ani make-up na sobě a snažila jsem se eh napsat něco do

práce. eh Byla jsem naštvaná, že to nestíhám a Conor toho využil .. a... eh dal mi ruce kolem krku a hlavou mě narazil na zeď. ale za čtyři dny jsem si vzala své eh svatební šaty po mamince a vzala jsem si ho. Aa eh opravdu jsem ho milovala a on mě taky miloval. Eh opravdu ho mrzelo, to co udělal. eh Říkal, že byl vystresovaný zsssz eh celé té situace oko-okolo svatby a slíbil mi, že eh už mně nikdy neublíží. Pak se to stalo ještě dvakrát. Eh nejdřív jsem eh jela v autě a hledala jsem-hledala jsem pláž aa ... aa.. on mě u toho tak uhodil do hlavy, že jsem se eh bouchla do dveří od auta. eh Podruhé to bylo eh při našich líbáncích, když mi hodil při řízení BigMac do obličeje. eh a pak se to několikrát opakovalo. Několikrát týdně a já jsem si myslela, že jsem jediná oběť eh eh domácího násilí, ale centrum CDC eh potv- eh - potvrdilo, že patnáct milionů dětí je ve stejné situaci, jako jsem byla já. Ale abysme se vrátili k mé otázce. eh Proč jsem s ním zůstala? eh Odpověď je jednoduchá. Věděla eh nevěděla jsem, že eh že mě fyzicky zneužívá a nechtěla jsem tomu věřit. Eh i když mlátil našeho psa, i když mi házel kávu na hlavu a eh a v podobných případech, ale nikdy jsem si nepřipadala jako žena, kterou někdo bije, byla jsem eh byla jsem silná žena a pořád jsem ho milovala a já jsem byla jediná, která Conorovi může pomoci eh s jeho problémy a démony.

Mistakes/misinterpretations/fables: 14
hesitation sounds: 61

B1_Blue

Dnes jsem tady abych mluvila o otázce, která má znepokojující odpověď. Mé mým tématem je tajemství domácí násilí a otázkou, kterou chci položit je otázka, eh kterou pokládají všichni. Proč zůstala? Nejsem psychiatr, ani sociální pracovníce, ani expert na domácí násilí, jsem jenom žena, která má příběh, který chce říci. Bylo mi 22 let a právě jsem eh odpromovala z Harvardu a přestěhovala jsem se do New Yorku, abych mohla pracovat jako editor v magazínu Seventeen a žila jsem ve svém prvním vlastním bytě, měla jsem svojí první kreditní kartu a měla jsem velké tajemství. Mým tajemstvím bylo, že jsem měla tuto zbraň, která byla eh nabita .. která byla přiložena k mé hlavě. Muž kterého jsem minovala držel muž u mé hlavy eh držel zbraň u mé hlavy a snažil se mě zabít vícekrát než si vůbec pamatuju. Řeknu vám příběh lásky, která je vlastně pastí. A proč miliony žen a dokonce i pár mužů eh zažívají tento příběh každý rok, může to být i váš příběh. eh Jsem ... oběť domácího násilí, mám titul z Harvardu a strážila jsem většinu svého života pracovan. prací pro různé společnosti. Byla jsem vdaná skoro dvacet let za svého druhého manžela a máme spolu tři děti a můj pes je černý labrador a mám taky velké auto. Moje první zpráva pro vás je, že domácí násilí se stává všem, všechny eh rasy, všechny náboženství, všechny eh proč jsem eh Domácí násilí se nestává jen ženám, ale je to vlastně ženský problém více než 80% útočníků jsou muži a domácí násilí se děje v dlouhodobých eh dlouhodobých vztazích, tím myslím v

rodinách **eh** kde bychom očekávali, že bude bezpečno a proto je domácí násilí, tak **eh** znepokojující. Myslela jsem, že jsem poslední člověk na světě, kterého by muž mlátil, ale vlastně byla jsem typickou obětí, bylo mi 22 let a ve spojených spátech ve spojených státech se **eh** se ženy stanou obětí domácího násilí **od 22 do 26** let věku ... více než 500 žen a **men** a dívek je zabito **eh** kvůli domácímu násilí. Byla jsem typickou obětí, protože jsem o domácím násilí nic nevěděla, o varovných signálech nebo o různých příznacích. Začalo to ve studené lednové noci. Potkala jsem ho **v Subwayi** a začal se se mnou bavit a řekl mi dvě věci. První bylo, že také právě odpromoval ze školy Ivy League a ta druhá, že pracuje ve Wall Street Bank. A co na mě udělalo největší dojem, když jsem ho poprvé potkala, bylo že byl chytrý a vtipný a vypadal jako farmář, měl velké **eh** tváře a vypadal, tak sladký. Jedna z nej-chytřejších věcí, kterou od začátku dělal, bylo, že jsem cítila, jako bych byla ten dominantní partner ve vztahu. **Od začátku jsem si ho idealizovala**, začali jsme spolu chodit a on na mě všechno miloval. To že jsem byla chytrá, že jsem chodila na Harvard, že jsem měla vášeň ke své práci, miloval všechno na mé rodině, na mém dětství, na mých snech a plánech. **Bylo to vysněné, cítila jsem se **eh** jako ta nejhezčí žena a matka.** Také **eh** utvořil kouzelnou atmosféru důvěř-důvěrnosti mezi námi. On jako ... malý kluk ve čtyřech letech byl **eh** ... **eh**... bylo na něm ... konáno domácí násilí **jeho matkou** a strávil skoro dvacet let **eh** dvacet let **eh** snahou spravit svůj život. **A proto **eh** mi řekl, že jsem toho pro něj tolik znamenala.**

Mistakes/misinterpretations/fables : 13

unfinished sentences: 1

hesitation sounds: 22

B2_BLUE

Kdybyste mi řekli, že tento chytrý, vtipný muž, který mě miloval, by mně by jednoho - by jednoho dne diktoval, jestli se budu **eh** jestli budu, jak se budu oblíkat. Kde bych žila, kde budu pracovat a kdo byli mí přátelé, kde bych strávila Vánoce, zasmála bych se. Protože vůbec se nezdál, že by byl násilný nebo vzteklý, na začátku. Nevěděla jsem, že první-první krokem tohoto vztahu je ssvést oběť, také jsem nevěděla, že druhým krokem je izolace. Conor **eh** jednoho dne nepřišel domu a řekl, hej to tato to toto romantické skončí, ale potřebuju jít do dalšího kroku, kde tě budu-kde tě budu - kde tě budu zneužívat. Takže - takže tě musím svést z tohoto bytu, kde tě mohli sousedé slyšet a dostat tě z tohoto města **eh** od lidí, kteří by mohli vidět **eh** tvé modřiny. Místo toho jednoho **eh** jeden v pátek večer přišel domů a řekl, že skončil v práci, ve své vysněné práci a řekl, že skončil protože kvůli mně. Protože díky mně se cítil bezpečně a milovaně, že už nepotřeboval být na Wall Street a chtěl se dostat pryč z města a pryč od své hrozně rodiny a pr- a jít a jít do malého města v Nové Anglii, kde mohl začít **eh** **pracovat se** mou po boku. To poslední, co jsem

chtěla udělat je opustit New York. A moji vysněnou práci, ale myslela jsem si, že musíte něco obětovat pro svou **eh** pr - spřízněnou duši, tak jsem souhrasila a skončila v práci a Connor a já jsme spolu opustili Manhattan. Vůbec jsem nevěděla, že jsem se zamilovala, ž-že jsem měla šílenou lásku. Že jsem šla čelem napřed do do fyzického, do fyzické a fi a **eh** finanční pasti. Dalším krokem je hrozba násilí a vidět, jak zareaguje. A poté - a tehdy přišly zbraně. Jakmile jsme se přestěhovali do Nové Anglie, ta- kde se měl Conor cítit bezpečně, koupil si tři zbraně. Jedna byla v autě, jedna byla pod polštářem a jednu měl-měl neustále v kapse. A řekl, že potřeboval, díky traumatům, kterým které měl v dětství. Potřeboval se cítit bezpečně, ale tyto zbraně, byly zprávou pro mě. A když **eh** mě ani mě nepraštil. Můj život už byl ohrožený neustále. Conor-Conor mě poprvé napadl pět dnů před naší svatbou. Bylo sedm ráno, stále jsem byla v noční košili, pracovala jsem na počítači a snažila se dokončit svoji práci a byla jsem frustrovaná. A Conor toho využil, **eh** aby a aby dal obě ruky kolem mého krku a zmá- a zmáčknul tak moc, abych nemohla dýchat ani křičet a toto popo- použil, aby praštil mou hlavou několikrát o stůl **eh** o zeď. O pět dní později deset deset modřin na mém krku **eh** zmizely a dala jsem na sebe šaty své matky a vzala-vzala jsem si ho. Mý **eh** i když se to stalo, byla jsem si jistá, že s Co- že budeme žít navždy šťastně. Že já jsem ho milovala a on mě tak moc miloval a byl a bylo mu to hrozně líto. Byl hrozně vystresovaný díky svatbě a tím, že se ze mě stanou své rodiny. A že už to nikdy neudělá a byl to ojedinělý případ. Na na **eh** líbánkách se to stalo dvakrát, nejprve jsem **eh** řídila, abychom našli malou pláž a ztratila jsem se. A on mě praštil do hlavy tak silně, že druhá strana .. **eh** se narazila na sklo. O pár dnů později, když jsme jeli zpátky z líbánek, ho **eh** frustrovalo **eh** provoz a hodil na mě velký hamburger. Další dva a půl roku mě potom mlátil jednou nebo dvakrát týdně. Mě **eh** mě neměla jsem pravdu si myslet, že jsem unikátní a jed-jedinečná, jedna ze tří amerických žen zažije násilí ... jednou za život. A CDC říká, **eh** že patnáct milion milionů dětí je obětí domácího násilí. Takže ve skutečnosti jsem nebyla sama. Zpátky k mé otázce, proč jsem zůstala. Odpověď je jednoduchá. Nevěděla jsem, že mě zneužívá. I když měl ty zbraně u m- u mé hlavy a shazoval mě ze schodů. A chtěl zabít našeho psa, vyndával klíče-klíče z aut **eh** vy-lil mi kávový lógr na hlavu, když jsem se připravovala na interview. Nikdy jsem o sobě nepřemýšlela, jako o bité ženě. Místo toho byla jsem silná žena, **eh** která milovala **eh** problematického muže, byla jsem ta jediná, která by mu pomohla aby řešil své demony.

Mistakes/misinterpretations/fables: 1
hesitation sounds: 23

11.3 Sample Questionnaires

Dotazník 1:

1) Jaké stresové reakce a do jaké míry jste před nebo při tlumočení pocívali?
(Zaškrtněte všechny vyhovující možnosti.) (na škále 1-5, 1 - nejmenší, 5 - největší)

- | | | |
|--------------------------|--|-------------|
| <input type="checkbox"/> | Pocit nevolnosti | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Nadměrné pocení | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Třes rukou | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Třes hlasu | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Zvýšená míra hezitačních zvuků | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Různé tiky (hraní si s vlasy, tužkou, zápisníkem...) | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Nenavazování očního kontaktu s posluchači | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Pocit úzkosti | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Neschopnost mluvit | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Menší schopnost se soustředit | 0-1-2-3-4-5 |
| <input type="checkbox"/> | Jiné: | |

2) Řekli byste o sobě, že jste náchylní ke stresu?

- Ano, stres ve velké míře ovlivňuje můj výkon.
- Spíše ano, ale projevy stresu se snažím zvládat.
- Spíše ne, jen v některých situacích pocítuji stres.
- Ne, stres téměř nepocítuji.

3) Jakou jste pocívali úroveň stresu (pocitu nervozity/motýlků v břiše/pocení dlaní/nedostatek dechu) před začátkem tlumočení? (na škále 1-5, 1 - nejmenší, 5 - největší)

- 1 2 3 4 5

4) Úroveň stresu se podle mě během tlumočení?

- Zmenšila se.
- Zvětšila se.
- Zůstala stejná.

5) Při tlumočení jsem měl/a: 1 dobrý pocit - 5 špatný pocit

dobrý pocit					špatný pocit
1	2	3	4	5	

Dotazník 2:

Následující dotazník R. Beeche poskytuje informaci o frustrační toleranci, která v sobě obsahuje několik relativně samostatných složek:

- schopnost zvládat úkoly
- aktuální životní stresy
- osobní náchylnost ke stresu
- osobní citlivost

U každého výroku označte, jestli pro vás platí nebo ne.

1	Umím si odhadnout práci, kterou je třeba udělat, aniž bych pocíťoval nutkání vrhnout se do díla bez pořádného promýšlení všech náležitostí.	ano	ne
2	Musel/a jsem se v nedávné době vzdát důležitého osobního vztahu.	ano	ne
3	Musím často vyhledávat lidi, kteří by mi rozmluvili mé „černé myšlenky“.	ano	ne
4	Dovedu kontrolovat svou náladu: když ji ztrácím, je to „jen na oko“, a nikdy nejdu za hranice toho, co chci říci nebo udělat.	ano	ne
5	Je pro mě samozřejmostí vycházet a uznávat lidi, kteří mají jiné názory než já.	ano	ne
6	Musím připustit, že moje nálada bývá dost proměnlivá.	ano	ne
7	Muset se smířovat s průtahy jakéhokoliv druhu mě velmi dráždí.	ano	ne
8	Raději přijmu plnou odpovědnost, než abych se o ni dělil/a s druhými.	ano	ne
9	Současné události v mém životě vyvolaly významné změny v mých záměrech a sociálních vztazích.	ano	ne
10	Hlouposti, jako „vyvedení aprílem“ apod., mi bývají nepříjemné.	ano	ne
11	Umím se soustředit na jednu věc, když je to nutné, a vyčistit mysl od jiných věcí, i když jsou také důležité.	ano	ne
12	Jsem hrdý/á na to, když práci zvládnou rychleji než většina ostatních.	ano	ne
13	Někdy se cítím dost rozrušený/á, aniž by se stalo něco konkrétního, co tento pocit vyvolalo.	ano	ne
14	Mám sklon být příliš citlivý/á na kritiku nebo nevlídné poznámky.	ano	ne
15	Jasně vymezení času na úkol je pro mne velmi důležité.	ano	ne
16	Umím říct „Ne“ lidem, kteří mají nerozumné nároky, aniž bych je rozladil.	ano	ne
17	Mé sexuální potřeby jsou celkově neuspokojené.	ano	ne
18	Obvykle se snažím poradit si s problémy účelným a systematickým způsobem.	ano	ne
19	Do práce se pouštím vždy s plnou vervou.	ano	ne
20	Značně trpím neustálými výtkami doma nebo v práci.	ano	ne
21	Mám vážné finanční problémy.	ano	ne
22	Dost často trpím pocity viny bez skutečného důvodu.	ano	ne
23	Umím se přenést přes zklamání bez větší rozmrzelosti, neboť vím, že člověk nemůže mít všechno, co si přeje.	ano	ne
24	Často se cítím dost napjatý/á a vzrušený/á.	ano	ne
25	Dovedu se ponořit do konstruktivní činnosti, a tak vybědnout z problémů.	ano	ne

26	V současnosti mám vážné problémy v intimním vztahu.	ano	ne
27	Obvykle se mi podaří dosáhnout toho, aby druzí lidé viděli problém z více stran.	ano	ne
28	Dovedu se o dovolené rychle přeladit a od začátku jsem v pohodě.	ano	ne
29	Rád soutěžím – v práci i jinde.	ano	ne
30	Vím, že jsem stejně dobrý/á jako kdokoliv jiný.	ano	ne
31	Když řeším nějaký problém, obvykle doufám, že to dobře dopadne.	ano	ne
32	Když se setkám s nepřípravou a nevykonností, jsem netrpělivý a dopálený.	ano	ne
33	Čas od času bývám nejistý/á, rozčilený/á a utrápený/á.	ano	ne
34	Věnuji práci hodně času z vlastního rozhodnutí.	ano	ne
35	Já nebo členové mé rodiny prožíváme v současnosti starosti a nesnáze v důsledku něčí choroby.	ano	ne
36	Dost snadno se stávám podrážděným či špatně naloženým.	ano	ne
37	Příliš se ovládám.	ano	ne
38	Obvykle umím rozdělit problém na zvládnutelné části.	ano	ne
39	Bývám ustaraný/á a mívám sklon vidět spíše černé stránky věci.	ano	ne
40	Mám sklon přecházet minulé problémy a myslet na to, co se stane.	ano	ne
41	Mohu počítat s podporou své rodiny a přátel.	ano	ne
42	Musím trávit hodně času mimo domov.	ano	ne
43	Jsem velmi ctižádostivý/á.	ano	ne
44	Když se mi něco nedaří, rychle znervózním.	ano	ne
45	Někdy musím převzít odpovědnost za události, na než nemám vliv.	ano	ne
46	Mám sklon příliš se podceňovat a srovnávat se s druhými lidmi ve svůj neprospěch.	ano	ne
47	Nedávno mi zemřel někdo blízký.	ano	ne
48	Občas mívám více práce, než jsem schopen zvládnout.	ano	ne
49	Jsem s to říci druhým lidem, co si myslím nebo co cítím, aniž bych se přitom dostal/a do varu nebo vybuchl.	ano	ne
50	Mám tendenci podílet se na mnoha různých nápadech a plánech.	ano	ne
51	Nespím příliš dobře a cítím se unavenější než druzí.	ano	ne
52	Musím pracovat nebo se stýkat s lidmi, kteří jsou nevypočitatelní a nevyhranění.	ano	ne
53	Cítím se nespokojený/á v důsledku takových záležitostí, jako je pozastavené povýšení, hrozba nadbytečnosti, nepotřebnosti, přehnané nároky apod.	ano	ne

Dotazník 3:

1) Jaké stresové reakce a do jaké míry jste před nebo při tlumočení pociťovali?
(Zaškrtněte všechny vyhovující možnosti.) (na škále 1-5, 1 - nejmenší, 5 - největší)

- Pocit nevolnosti 0-1-2-3-4-5
- Nadměrné pocení 0-1-2-3-4-5

- Třes rukou 0-1-2-3-4-5
- Třes hlasu 0-1-2-3-4-5
- Zvýšená míra hezitačních zvuků 0-1-2-3-4-5
- Různé tiky (hraní si s vlasy, tužkou, zápisníkem...) 0-1-2-3-4-5
- Nenavazování očního kontaktu s posluchači 0-1-2-3-4-5
- Pocit úzkosti 0-1-2-3-4-5
- Neschopnost mluvit 0-1-2-3-4-5
- Menší schopnost se soustředit 0-1-2-3-4-5

- Jiné:

2) Jakou jste pocítovali celkovou úroveň stresu (pocitu nervozity/motýlků v břiše/pocení dlaní/nedostatek dechu) před začátkem tlumočení? (na škále 1-5, 1 - nejmenší, 5 - největší)

- 1 2 3 4 5

4) Úroveň stresu se podle mě během tlumočení?

- Zmenšila se.
- Zvětšila se.
- Zůstala stejná.

5) Při tlumočení jsem měl/a: 1 dobrý pocit - 5 špatný pocit

dobrý pocit					špatný pocit
1	2	3	4		5

6) Dechové cvičení jsem dělal/a? (včetně v hodině)

- 3x a méně
- 4x - 6x
- 7x - 9x
- 10x a více

7) Po dechovém cvičení pocítovaná úroveň stresu

- se zmenšila
- se zvětšila
- zůstala stejná

8) Po dechovém cvičení jsem se cítil/a

- uvolněně a klidně
- o něco uvolněněji
- stejně
- o něco nervóznější
- více nervózní

12 RESEARCH DATA EVALUATION

12.1 Questionnaires Group A

Table 11 - Beech A

A_1	schopnost zvládat úkoly	aktuální životní stresy	osobní náchylnost ke stresu	osobní citlivost
Němečková	4	8	4	8
ďuráková	2	2	4	5
white	1	3	7	2
red	0	4	7	3
pink	1	5	10	7
lila	3	5	4	4
green	2	1	4	8
gold	5	10	8	11
brown	8	5	6	6
blue	1	2	7	4
black	2	2	9	8

Table 12 - Questionnaire evaluation_A1

A_1	pocit nevolnosti	nadměrné pocení	třes rukou	třes hlasu	hezitační zvuky	tiky	no - eye contact	úzkost	neschopnost mluvit	nižší soustředění	náchylnost ke stresu	úroveň před	úroveň při	pocit při
Němečková	0	0	2	0	0	0	2	0	0	0	spíše ano	3	změnila	3
ďuráková	0	0	0	0	2	0	0	0	0	2	spíše ne	1	zvětšila	3
white	0	0	0	0	3	0	0	0	5	5	spíše ano	2	stejná	5
red	0	3	0	0	3	0	0	3	0	0	spíše ne	3	stejná	3
pink	0	4	0	0	3	0	0	0	0	4	spíše ano	2	stejná	2
lila	0	0	0	0	3	0	0	0	0	4	ano	1	zvětšila	1
green	0	0	0	0	4	0	0	0	0	4	ano	2	zvětšila	3
gold	0	4	0	0	2	3	0	2	0	3	ano	3	zmenšila	2
brown	0	0	0	0	0	4	0	4	3	0	spíše ano	2	zvětšila	3
blue	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	spíše ano	3	stejná	3
black	0	0	0	0	4	0	0	2	0	0	spíše ano	2	změnila	4

Table 13 - Questionnaire Evaluation_A2

A_2	pocit nevolnosti	nadměrné pocení	třes rukou	třes hlasu	hezitační zvuky	tiky	no - eye contact	úzkost	neschopnost mluvit	nižší soustředění	úroveň před	úroveň při	pocit při	počet dechových cvič.	stres po dech. Cv.	pocit po
white	3	0	0	0	2	0	0	3	4	5	3	stejná	5	10+	stejná	stejně
red																
pink	4	3	3	2	2	1	3	3	4	4	2	zvětšila	4	4-6	zmenšila	o něco uvol.
lila	0	0	0	0	0	0	0	0	1	4	1	stejná	2	-3	stejná	o něco uvol.
green		4			4					4	2	zmenšila	4	10+	zmenšila	o něco uvol.
gold																
brown	2	3			3	4	3	4	3	2	3	stejná	2	4-6	zmenšila	o něco uvol.
blue	1			1	3		1	1	1	1	2	stejná	3	4-6	zmenšila	o něco uvol.
black					3			1		3	1	zvětšila	3	4-6	stejná	o něco uvol.
Podhajská	3	3	0	2	4	0	2	2	3	3	3	zvětšila	4	-3	zmenšila	o něco uvol.
Němečková	2	0	1	2	4	1	0	1	2	5	2	stejná	2	-3	stejná	o něco uvol.
důráková	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	2	stejná	3	-3	stejná	o něco uvol.

12.2 Questionnaires Group B

Table 14 - Bleech_B

B_1	Schopnost zvládat úkoly	aktuální životní stresy	Osobní náchylnost ke stresu	Osobní citlivost
Black	5	6	6	11
Blue	2	3	7	2
Brown	9	4	4	5
Gold	5	2	11	8
Lila	9	6	3	7
Pink	3	2	8	7
Green	6	7	1	8
M	1	6	7	5
White	5	6	9	6

Table 15 - Questionnaire Evaluation_B1

B_1	pocit nevolnosti	nadměrné pocení	třes rukou	třes hlasu	hezitační zvuky	tiky	no - eye contact	úzkost	neschopnost mluvit	nižší soustředění	náchylnost ke stresu	úroveň před	úroveň při	pocit při
Black	0	0	0	2	2		0	2	3	4	spíše ano	1	stejná	4
Blue	0	2	0	0	3	0	3	2	0	3	spíše ne	2	stejná	2
Brown	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	spíše ne	1	stejná	2
Gold	4				3	3	4	4	3		ano	4	stejná	3
Lila	3	3	3	2	5		4	3		5	ano	4	zmenšila	3
Pink					4	4				3	spíše ano	3	stejná	3
Green		2	2	2	2				3	3	spíše ano	1	stejná	2
M					2	2				2	spíše ne	2	stejná	3
White	2				2			2			spíše ne	2	zmenšila	1

Table 16 - Questionnaire Evaluation_B2

B2	pocit nevolnosti	nadměrné pocení	třes rukou	třes hlasu	hezitační zvuky	tiky	no - eye contact	úzkost	neschopnost mluvit	nižší soustředění	náchylnost ke stresu	úroveň před	úroveň při	pocit při
Black	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
Blue	3	3	1	2	1	0	1	2	2	1		3	stejná	3
Brown	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0		1	stejnás	2
Gold	0	0	0	0	3	4	0	0	2	2				
Lila	3	4	2	2	3	0	0	5	2	3		3	změnila	3
Pink	1	0	0	0	0	4	0	0	0	4		2	zvětšila	3
Green	0	1	2	2	2	0	4	3	4	0		3	stejná	2
M	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2		1	stejná	3
Red	0	0	0	0	0	0	0	3	3	3		2	zmenšila	2
White	1	1	0	1	2	2	0	1	0	0		1	zmenšila	1
KP	1	0	2	0	1	3	0	3	1	2		3	zmenšila	3

13 BIBLIOGRAPHY

Primary sources:

Discussions with Alison Bomber - Senior Voice and Text Coach for the Royal Shakespeare Company

Secondary sources:

1. ALDWIN, Carolyn M. *Stress, coping, and development: an integrative perspective*. 2nd ed., pbk. ed. New York: Guilford, 2009. ISBN 978-1-57230-840-4.
2. ATKINSON, R. L.; ATKINSON, R. C.; SMITH, E. E.; BEM, D. J.; NOLEN-HOEKSEMA, S. (2002). *Psychologie*. Praha: Portál.
3. BROCKERT, Siegfried. *Ovládání stresu*. Praha: Melantrich, 1993. ISBN 80-7023-159-9.
4. BUCHTOVÁ, Božena. *Rétorika: vážnost mluveného slova*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2010. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3031-8.
5. EPSTEIN, Robert. *Stress management and relaxation activities for trainers*. New York: McGraw Hill, c1999. ISBN 0070217629.
6. FOLKMAN, S. (1984). *Personal Control and Stress and Coping Processes: A Theoretical Analysis*. *Journal Of Personality & Social Psychology*, 46(4), 839-852.
7. FOLKMAN, S., LAZARUS, R. S., GRUEN, R. L., DeLONGIS, A. (1986). *Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms*. *Journal Of Personality & Social Psychology*, 50(3), 571-579.
8. GARZONE, G. a VIEZZI, Maurizio. *Interpreting in the 21st century: challenges and opportunities : selected papers from the 1st Forlì Conference*

on Interpreting Studies, 9-11 November 2000. Philadelphia: J. Benjamins, 2002. Benjamins translation library, v. 43. Available at: <https://books.google.cz/books?id=UgsbX4OqPzkC&pg=PA195&dq=ingrid+kurz+stress&hl=cs&sa=X&ved=0ahUKEwix6KXe-bjOAhWDCCwKHf6dAuQQ6AEIJDA#v=onepage&q&f=false>

9. HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. (2010). *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál.

10. HERMAN, Erik a Pavel DOUBEK. *Deprese a stres: vliv nepříznivé životní události na rozvoj psychické poruchy*. Praha: Maxdorf, 2008. ISBN 978-80-7345-157-8.

11. JIMÉNEZ IVARS, Amparo a Daniel PINAZO CALATAYUD. 2001. *"I failed because I got very nervous". Anxiety and performance in interpreter trainees: an empirical study*. In: The Interpreters' Newsletter 11. Trieste: EUT - Edizioni Università di Trieste, s. 105- 118.

12. KOHOUTEK, Rudolf. *Osobnost typu A, B a C*. In: Blog.cz [online]. 2008 [cit. 2016-03-24]. Dostupné z: <http://rudolfkohoutek.blog.cz/0812/osobnost-typu-c>.

13. KURZ, Ingrid. *Physiological stress during simultaneous interpreting: a comparison of experts and novices*. The Interpreters' Newsletter [online]. 2003, vol. 12, s. 51–67. [cit. 2016-03-29]. Available at: <http://www.openstarts.units.it/dspace/bitstream/10077/2472/1/03.pdf>

14. LAZARUS, Richard S. 1966. *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.

15. LUKEY, Brian J. a Victoria TEPE. *Biobehavioral resilience to stress*. Boca Raton: CRC Press, c2008. ISBN 1420071777. Available at: https://books.google.cz/books?id=jslncD9_GNkC&pg=PA126&dq=anticipatio

n+stress&hl=cs&sa=X&ved=0ahUKEwj-
pqaCm7zOAhVHkSwKHVi0ABEQ6AEIGzAA#v=onepage&q=anticipation%
20stress&f=false

16. MERTENS-HOFFMAN (2001): *A Study of Workload and Burnout in Simultaneous Interpreting. Integrative Summary Report*, Tel-Aviv, Mertens-Hoffman

17. MOSER-MERCER B., KÜNZLI, A. and KORAC, M. (1998): *Prolonged turns in interpreting: Effects on quality, physiological and psychological stress (Pilot study)*, *Interpreting* 3/1, pp. 47-64.

18. NOLEN-HOEKSEMA, Susan. *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. Vyd. 3., přeprac. Přeložil Hana ANTONÍNOVÁ. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0083-3.

19. PAULÍK, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada Publishing.

20. PLAMÍNEK, Jiří. *Sebezpoznání, sebeřízení a stres: praktický atlas sebezvládní*. 3., dopl. vyd. Praha: Grada, 2013. Management (Grada). ISBN 978-80-247-4751-4.

21. RICCARDI, Alessandra, MARINUZZI, Guido and ZECCHIN, Stefano. 1998. *Interpretation and stress*. In: *The Interpreters' Newsletter* 8. Trieste: EUT - Edizioni Università di Trieste, s. 93-106.

22. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. 6., rev. a dopl. vyd., V Grada Publishing 2. Praha: Grada, 2010. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3133-9. Available at:
<https://books.google.cz/books?id=Ed3aPF1hfZAC&printsec=frontcover&dq=psychologie+osobnosti&hl=cs&sa=X&ved=0ahUKEwil0vmcn8HOAhXEECwKHYQnDtkQ6AEIGzAA#v=onepage&q&f=false>

23. SELYE, Hans. 1966. *Život a stres*. Bratislava: Obzor.

24. SELYE, H. (1983). *The stress concept: Past, present, and future*. In C. L. Cooper (Ed.), *Stress research: Issues for the eighties*. New York, NY: John Wiley.

25. SHARP, Daryl. *Personality types: Jung's model of typology*. Toronto, Canada: Inner City Books, c1987. *Studies in Jungian psychology*, 31. ISBN 0919123309. Available at: https://books.google.cz/books?id=FGFy2PI_LSUC&printsec=frontcover&dq=jung%27s+personality+types&hl=cs&sa=X&ved=0ahUKEwjUpb7_usHOAhVCjiwKHR4KBM0Q6AEIGzAA#v=onepage&q&f=false

26. ŠPAČKOVÁ, Alena. *Rétorika pro tlumočnický*. 2., opr. vyd. Praha: Česká komora tlumočnicků znakového jazyka, c2008. ISBN 978-80-87218-23-5.

27. ŠPAČKOVÁ, Alena. *Moderní rétorika: jak mluvit k druhým lidem, aby nám naslouchali a rozuměli*. 3., dopl. vyd. Praha: Grada, c2009. *Poradce pro praxi*. ISBN 978-80-247-2965-7. Available at: https://books.google.cz/books?id=0VpsQl_2KtQC&printsec=frontcover&dq=Alena+%C5%A1pa%C4%8Dkov%C3%A1+modern%C3%AD+r%C3%A9torika&hl=cs&sa=X&ved=0ahUKEwj-x-Sy2MbOAhUCCSwKHZA6B-wQ6AEILjAA#v=onepage&q&f=false

28. ZEIER, H. (1997): *Psychophysiological stress research, Interpreting 2/1-2*, pp. 231-249.

14 LIST OF TABLES

Table 1 - Transcription Evaluation - Faults.....	53
Table 2 - Transcription Evaluation - Faults_B.....	53
Table 3 - Transcription Evaluation -	54
Table 4 - Transcription Evaluation - Hesitation Sounds_B	54
Table 5 - Heart Rate Levels _A.....	56

Table 6 - Heart Rate Levels_B	60
Table 7 - Proneness to Stress_Group A.....	64
Table 8 - Proneness to Stress_Group B.....	65
Table 9 - Level of Perceived Stress.....	66
Table 10 - Level of Perceived Stress.....	68
Table 11 - Beech A.....	118
Table 12 - Questionnaire evaluation_A1.....	118
Table 13 - Questionnaire Evaluation_A2.....	119
Table 14 - Bleech_B.....	120
Table 15 - Questionnaire Evaluation_B1	120
Table 16 - Questionnaire Evaluation_B2	121