



## **Röstakrobaterna**

*– En studie om dubbskådespelares röstanvändning–*

Examensarbete  
Logonomexamen  
Vårterminen 2016  
Poäng 15hp  
Författare: Sharon Dyll  
Handledare: Annika Falthin

## Sammanfattning

Dubbningsindustrin har förändrats väsentligt sedan dubbing kom till. Under de senaste 20 åren har den snabba teknikutvecklingen spelat en stor roll i effektiviseringen av stora delar av dubbningsprocessen. Syftet med studien är att undersöka hur denna effektivisering har påverkat dubbskådespelares arbetssituation och arbetsmiljö ur ett röstergonomiskt perspektiv. Semistrukturerade intervjuer har varvats med röstanalyser och tolkats ur ett hermeneutiskt perspektiv med syfte att höra hur dubbskådespelare upplever den höga röstbelastningen och arbetstempot både genom att höra deras berättelser och genom att jämföra röstprover på vanlig talröst samt dubbröstprov. Intervjufrågorna går bland annat in på hur de förhåller sig till röstergonomi i sitt yrkesutövande. Studien undersöker också vilka krav som ställs på dubbskådespelare, hur utsatta de är för skadlig röst användning och hur de hanterar överdrivna röstegenskaper. Dubbregissörers roll har också undersökts eftersom de har visat sig ha stor betydelse för dubbskådespelares prestation och arbetsmiljö. Därför har även frågor ställts som berör dubbregissörers kunskap om röstergonomi. Resultatet visar att dubbare upplever stress och frustration över sin arbetssituation men trivs med själva dubbingen i sig. Frekvensen av röstskador i denna yrkesgrupp verkar inte märkbart högre än för andra närliggande yrkesgrupper. Flera av röstanalyserna som utförts i studien uppvisar dock att det förekommer röststörningar såsom fonasteni och varaktig påverkan till följd av extrem röst användning. Trots förekomsten av olika symptom har de flesta inte själva ansett sig ha upplevt röstproblem. Det framgår också att röstträning och information om röstergonomiska åtgärder behövs för de med mest extrem röst användning.

Sökord: dubb, dubbskådespelare, röstskådespelare, röststörningar, stress, varaktig röstpåverkan, röstergonomi

## Abstract

The pace of modern technology has made the dubbing process more efficient. Dubbing studios can now produce more dubbed material in a shorter amount of time than before. This leads to more stress and increases impact on voice actors vocal folds. This study has taken a hermeneutic approach where semistructured questionnaires combined with voice analyses serve to offer an overall view of the ergonomical challenges voice actors meet at their workplaces and to observe how their voices cope with stress and the portrayal of particularly exertive character voices. The interviews contained queries about voice ergonomics and how well dubbing actors were acquainted with its applications. The study also examines what is required of the interviewees, which qualities are preferred and whether they may be exposed to special risk of developing voice problems. Dubbing Directors were also interviewed due to their importance to the dubbing actors performance and well-being in their work environment. Therefore questions were also put to the Dubbing Directors concerning voice ergonomics. The results of this study evidently show that dubbing actors experience stress and frustration over their work situation, however they enjoy the actual work itself. The frequency of voice problems is not noted to be higher than those of any closely related professions though several of the voice analyses do show signs of phonasthenia and enduring alteration to the voice due to extreme vocal exertion. Despite the fact that the voice analyses showed symptoms, most of the subjects did not recognize that they had experienced any voice problems. The study also shows that voice training and information about voice ergonomics is needed amongst those with the most extreme character voices.

Keywords: dubbing, voice actors, voice professionals, voice disorders, stress, enduring alteration to the voice, voice ergonomics

# Innehållsförteckning

<b>SAMMANFATTNING</b> .....	<b>II</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>II</b>
<b>FÖRORD</b> .....	<b>6</b>
<b>1 INLEDNING</b> .....	<b>7</b>
1.1 UPPSATSSKRIVARENS BAKGRUND INOM DUBBINDUSTRIN .....	8
1.2 VILKA ÄR DET SOM LIGGER BAKOM RÖSTERNA? .....	8
1.3 AVGRÄNSNINGAR .....	8
1.4 TIDIGARE FORSKNING OM DUBBNING .....	9
1.5 SYFTE OCH FORSKNINGSFRÅGOR .....	9
<b>2 BAKGRUND</b> .....	<b>10</b>
2.1 DUBBNING FÖRR OCH NU .....	10
2.2 DUBBNING I SVERIGE OCH ÖVRIGA EUROPA .....	10
2.3 DUBBPRODUKTION FÖRR OCH NU.....	12
2.3.1 <i>Effektivisering</i> .....	12
2.3.1.1 Digital teknik .....	12
2.3.1.2 Förberedelsestid.....	13
2.3.1.3 Prosodi (språkrytm och språkmelodi).....	13
2.3.1.4 Läppsynkning, (mun)klaffar .....	13
2.3.1.5 Dubbregi- skiftande behov av regissörer .....	14
2.3.1.6 Inspelningstakt .....	14
2.4 DUBBNINGSPROCESSEN I SVERIGE .....	15
2.4.1 <i>Hur väljer man ut rösterna?</i> .....	15
2.4.2 <i>Du har fått rollen!</i> .....	16
2.5 DUBBSKÅDESPELAREN.....	17
2.5.1 <i>Dubbpasset</i> .....	17
2.5.1.1 Hur långt är ett dubbpass? .....	17
2.5.1.2 Kvalitet.....	18
2.5.1.3 Lönebild.....	18
2.6 NORMAL RÖSTFUNKTION .....	18
2.6.1 <i>Andningen</i> .....	19
2.6.2 <i>Fonationen-Röstens källa</i> .....	19
2.6.2.1 Stämbanden.....	20
2.6.2.2 Röstens resonans.....	20
2.6.2.3 Artikulationen .....	20
2.6.3 <i>Röstens signaler</i> .....	20
2.6.4 <i>Skillnader i emotioner-kroppens engagemang</i> .....	22
2.7 SKADLIG RÖSTANVÄNDNING OCH RÖSTSTÖRNINGAR.....	23
2.7.1 <i>Fysiologiska skillnader mellan kvinnliga och manliga röster</i> .....	25
2.8 RÖSTERGONOMI.....	25
2.8.1 <i>Risikfaktorer i arbetsmiljön</i> .....	26

2.8.2	<i>Andra röstskadliga faktorer</i> .....	26
2.9	DUBBSKÅDEPELARES RÖSTANVÄNDNING OCH ARBETSMILJÖ .....	26
2.10	PRAKTISK KUNSKAP .....	28
<b>3</b>	<b>TEORI</b> .....	<b>29</b>
<b>4</b>	<b>METOD</b> .....	<b>31</b>
4.1	PILOTUNDERSÖKNING .....	31
4.1.1	<i>Intervju och urval av respondenter</i> .....	33
4.1.2	<i>Intervjuer</i> .....	33
4.1.3	<i>Urval</i> .....	33
4.2	ETISKA ÖVERVÄGANDEN .....	34
4.3	TRANSKRIPTION OCH TOLKNING .....	34
4.3.1	<i>Utskrift</i> .....	34
4.3.2	<i>Analys och tolkning</i> .....	35
4.4	RÖSTANALYSER .....	35
<b>5</b>	<b>RESULTATET AV UNDERSÖKNINGEN</b> .....	<b>36</b>
5.1	ARBETSKLIMAT .....	36
5.1.1	<i>Ökad inspelningstakt</i> .....	36
5.1.2	<i>Attitydförändring</i> .....	36
5.1.1	<i>Arbetstider, bokning och framförhållning</i> .....	37
5.2	ARBETSMILJÖ .....	37
5.2.1	<i>Studiorummet</i> .....	37
5.2.2	<i>Arbetsställning</i> .....	38
5.2.3	<i>Ljudnivå</i> .....	39
5.3	ARBETSSITUATION .....	39
5.3.1	<i>Arbetstempo och stress</i> .....	39
5.3.2	<i>Kvalitetsförsämring</i> .....	40
5.3.3	<i>Kvalitet på översatt manus</i> .....	40
5.3.4	<i>Undantag</i> .....	41
5.3.5	<i>Vikten av bra regi</i> .....	41
5.3.5.1	<i>Regissörens roll</i> .....	41
5.3.5.2	<i>När regin inte fungerar</i> .....	42
5.3.5.3	<i>Regissör som mentor</i> .....	42
5.3.1	<i>Sammanlagd röstarbetstid</i> .....	43
5.3.2	<i>Dubbskådespelares uppfattning av röstproblem</i> .....	43
5.3.3	<i>Att jobba fast man inte borde av rösthälsoskäl</i> .....	44
5.3.4	<i>Beroendeställning</i> .....	45
5.3.5	<i>Varaktig röstpåverkan</i> .....	45
5.3.6	<i>Extremröster</i> .....	45
5.3.7	<i>Röststrategier och underhåll av sitt instrument</i> .....	46
5.3.1	<i>Erfarenhet och outtalad intuitiv kunskap</i> .....	46
5.3.2	<i>Musikalitet</i> .....	47
5.3.3	<i>Kan vem som helst dubba?</i> .....	48
5.3.4	<i>Om dubbaren själv fick bestämma</i> .....	49

5.4	SAMMANFATTNING INTERVJURESLTAT .....	50
5.5	RÖSTANALYSRESULTAT .....	50
<b>6</b>	<b>RESULTATDISKUSSION .....</b>	<b>52</b>
6.1	ARBETSMILJÖ OCH ARBETSKLIMAT .....	52
6.2	RÖSTERGONOMI.....	52
6.3	RÖSTHÄLSA, TEKNIK OCH FÖREBYGGANDE TRÄNING.....	53
6.4	METODDISKUSSION.....	53
6.5	KONSEKVENSER FÖR PRAKTIKEN .....	55
6.6	PEDAGOGISK KONSEKVENNS .....	56
6.7	VIDARE FORSKNING .....	56
	<b>EPILOG.....</b>	<b>58</b>
	<b>LITTERATURLISTA.....</b>	<b>59</b>
	<b>BILAGA I: INTERVJUFRÅGORNA.....</b>	<b>64</b>
	<b>BILAGA II: TEXTMATERIAL/RÖSTANALYS.....</b>	<b>66</b>
	<b>BILAGA III: RESPONDENTERNAS RÖSTANALYSER.....</b>	<b>67</b>

---

## **Förord**

Jag vill rikta ett versalt TACK till Annika Falthin för att hon guidat mig genom denna ohyggligt roliga läroprocess (med betoning på ohyggligt). Som du ser så har nu punkten hamnat EFTER parenteserna.

Henrik Bennetter, tack för att du tog dig tid och för att du gör ett sån't bra jobb!

Margareta Thalén, så mycket jag lärt mig av dig, du är min idol. ☺

Slutligen vill jag även uttrycka min tacksamhet över alla mina respondenter som så generöst delat med sig av sina kloka tankar och upplevelser. Era skildringar har varit mycket värdefulla för uppsatsen och förståelsen för vår profession.

---

## 1 Inledning

Dubbning är en konstform som existerar i det dolda för somliga. Det är något som bara förväntas finnas där. Den tilltänkta publiken, i det här fallet svenska barn och ungdomar, ska heller inte behöva tänka på det praktiska arbetet utan helt enkelt bara lockas att följa med in i den dubbade filmens magiska värld utan vidare eftertanke. Kan åskådaren försjunka i den världen ostört, så har man ju lyckats! Konsten är att få det svåra att se lätt ut, ”som en dans”. Liksom Fred Astaire som lade ner mycket arbete på att få sina dansnummer att se gracila och ”lätta” ut. Det paradoxala i detta är att många säkert därför också får för sig att det ÄR enkelt, att det där har man fått gratis, att man ”har det i blodet”. Faktum är att det är rätt svårt att dubba. Det är många egenskaper som behövs för att bli en riktigt bra dubbskådespelare och vilka det är, det vill jag ta reda på i denna studie. Vilka är det som gör de här rösterna? Hur gör de? Vad gör de? Hur mår de? Jag vill gå till botten med vad som egentligen krävs för att bli bra och vad som krävs för att hålla röstligt.

Om man någonsin hör någon kommentar om svensk dubbning är det ofta för att klaga över att originalet är “så mycket bättre” eller “...jag ser aldrig den svenska versionen...”. Det är synd att många har så lätt för att avfärda dubbad film med tanke på hur mycket arbete som lagts ner på det när det är riktigt bra. När magin infinner sig!

Det är klart att all dubbning inte heller är bra och läggs inte tillräckligt med tid eller kraft på att göra ett riktigt bra jobb, då blir inte slutresultatet särskilt bra. Som med allt annat arbete krävs tid, pengar, sakkunskap och talang för att uppnå ett gott resultat.

Om folk visste hur mycket arbete som ligger bakom tecknad film kanske de såg dem med andra ögon. De som suttit kvar i salongen efter att biofilmen är slut och tittat klart på eftertexterna har sett hur många som är inblandade, en lång lista med sakkunniga inom flera olika professioner som bidragit till att göra filmen. En tecknad långfilm tar flera år att producera. Listan över antalet medverkande i enbart dubbningen kan förvåna.

Jag har alltid älskat tecknad film. Som ung flicka, då jag växte upp i London, brukade mamma ta med oss till Victoria Station för att se tecknad film när hon ville göra något speciellt för oss barn. Där fanns en biograf som visade enbart tecknad film non-stop dygnet runt. Hemma hade vi bara svart-vit TV. Tecknat på bio, på stor skärm och dessutom i färg, var alldeles magiskt!

Än idag kan jag uppleva samma känsla av magi när allting stämmer, kanske just för att jag förstår hur mycket arbete som ligger bakom.

Jag har mångårig erfarenhet av dubbning, både som dubbare, regissör och översättare och trots detta har kärleken till dubbad film har inte falnat. Vid sidan av detta har jag också varit verksam som artist. Då rösten alltid varit i fokus för allt jag företagit mig valde jag att fördjupa mitt intresse för röster genom att studera till logonom på SMI och det är ingen slump att jag väljer att skriva en uppsats som tar avstamp i dubbfilmvärlden. Det är med stor nyfikenhet som jag gett mig i kast med att undersöka denna specialiserade yrkesgrupp och jag hoppas att läsaren också kommer att finna det intressant att få veta mer om dessa ”Röstakrobater”!

---

## 1.1 Uppsatskrivarens bakgrund inom dubbindustrin

Sedan 1983 har jag jobbat professionellt med rösten. Som sångerska, skådespelare och musikalartist. Dubbningen tillkom 1988 och har fortsatt att vara en del av min vardag då jag än idag dubbar regelbundet på flera av de olika dubbstudiorna i landet. Utöver det har jag också läst in ett antal ljudböcker.

År 2000 började jag även att ta regiuppdrag för dubbade produktioner för bland annat Disney, Dreamworks och Fox Films och gav mig också nyfikenheten in i översättningen av dubbad dialog för nyss nämnda uppdragsgivare samt låttexter för Disney Animations. Förutom att hjälpa och instruera röstskådespelarna med dialog och sång kan man behöva närvara vid slutmixningen av den film man ansvarar för. Då har jag genom min nyfikenhet passat på och bett att få sitta med på några dubbpass och fått en liten inblick i hur dubbing kan gå till på bl. a. Pinewood Studios i London och Cinecittá i Rom. Jag kan därför anse att jag lärt mig dubbyrket från grunden och har under lång tid sett det från flera olika perspektiv inom dubbningsprocessen.

Samtidigt har jag verkat under en tid som, sedan jag började, genomgått stora förändringar och som fortfarande förändras. Under denna tid har jag noterat en oro hos röstskådespelarna över hur hårt tidsbesparings- och lönsamhetskraven gått fram och det har gjort mig nyfiken på att få veta var gränsen går för att dubbningen ska börja bli skadlig för rösten och ta reda på om inte vissa känner att de redan står nära denna gräns.

## 1.2 Vilka är det som ligger bakom rösterna?

Dubbskådespelare tillhör en mycket specialiserad yrkesgrupp med höga krav på att röstligt kunna förmedla och gestalta text och emotioner utan hjälp av kroppsspråket och samtidigt ha stor röstlig plasticitet och kapacitet för att kunna återge flera olika karaktärstyper. Min erfarenhet är att dubbandet ofta är dynamiskt och stundtals högljutt och röstligt krävande. Jag frågar mig därför: Vilka röstliga fallgropar kan de råka ut för? Hur utsatta är dubbskådespelare för skadlig röst användning? Kan extrem röstbelastning hos dubbare lämna bestående avtryck på röstkvaliteten? Hur hanterar dubbskådespelare överdrivna röstegenskaper? Går det att tänja gränserna för extrem röst användning och ändå arbeta hållbart när man dubbar animerad film? Vad har dubbregissörer och dubbskådespelare för kunskap om röstergonomi? Hur är medvetenheten kring vikten av riktig arbetsställning, luftkvalitet, bullernivåer, längden på dubbpass? Vilka egenskaper krävs för att bli en skicklig dubbare? Det är alltså en mängd frågor som jag har funderat över. Forskning visar att stress, bullrig ljudmiljö med mera är skadlig för rösten och troligen påverkar dubbskådespelare med extrem röst användning. Den här uppsatsen handlar alltså om dubbares röst användning i relation till deras arbetssituation.

## 1.3 Avgränsningar

Det finns flera olika typer av uppdrag för en röstskådespelare. Det kan röra sig om talboks- och ljudboks inläsning, reklam- och berättarröster, inläsning av informationstexter, tv-spel, originalröster för animering eller området som uppsatsen utreder, dubbing. En röstskådespelare kan vara aktiv i flera av dessa områden eller specialisera sig inom endast ett fält. Röst användningen skiljer sig åt lite mellan dessa uppdrag. Det kan röra sig om skillnader i exempelvis intensitet mellan normal talröst och mera extrem röst användning. I uppsatsen



---

riktas uppmärksamheten mot dubbskådespelaren och dess, ofta mycket röstintensiva arbetsområde.

#### **1.4 Tidigare forskning om dubbing**

Väldigt lite har skrivits om dubbing och i synnerhet om dubbare i Sverige. Utifrån den i tidigare avsnitt beskrivna kunskap jag har inom området kunde jag se att det jag ändå fann var otillräckligt. I några uppsatser kring ämnet kunde jag se att information missuppfattats eller saknats eller att information om tillvägagångssätt, som förvisso stämmer i utlandet, inte är applicerbart i Sverige.

En hel del forskning kring dubbing finns i andra europeiska länder såsom Tyskland, Italien, Spanien, länder med stark dubbingstradition. Oftast diskuteras dock området dubböversättning (Matamala, 2010) och huruvida filmen försämras av översättning eller inte (Mera, 1998). Diskussionen om dubbing är en fråga om konst eller industri tas upp i en studie av Els Koppejan (2012). Ett annat hett ämne är "Dubbing kontra Textremsor" (Chaume, 2007; González-Iglesias & Toda, 2011). I skrivandes stund har jag inte lyckats hitta någon studie som berör röst användningen specifikt för just dubbskådespelare.

Annan närrelaterad forskning som allmänt behandlar skådespelares, sångares och även musikalartisters röst användning finns men då dubbarna utgör en grupp som jag misstänker oftare har mer extrem röst användning behövde detta undersökas.

#### **1.5 Syfte och forskningsfrågor**

Syftet med denna studie är att öka förståelsen för dubbskådespelares röst användning i Sverige idag.

För att uppfylla syftet har följande forskningsfrågor skapats:

Hur upplever dubbskådespelare sin arbetssituation/miljö?

Vilka krav är det som ställs på dubbskådespelarna, vilka egenskaper efterfrågas?

Hur förstås och används röstergonomi inom dubbindustrin?

Hur förhåller sig arbetssituation/miljö till röstergonomiska frågor?

För att kunna besvara frågorna har jag intervjuat och observerat några av Sveriges mest anlitade dubbskådespelare och dubbregissörer. Denna studie är en början till att nedteckna, tolka och bevara deras samlade kunskap från många decenniers erfarenhet i denna bransch, kunskap som kan vara till nytta för alla som kommer i kontakt med dubbindustrin eller söker insyn i dubbarens vardag.

---

## 2 Bakgrund

Min erfarenhet säger mig att kunskap om röstergonomi är eftersatt i denna del av skådespelarbranschen och dagens allt hårdare krav på röstskådespelare och deras röster ökar i takt med effektiviseringarna. Inspelningstakten har ökat och gageersättningar har sänkts vilket ökat stressen och belastningen samt medfört förändrade arbetsvillkor för röstskådespelarna. En lång rad röstforskare och en mångfald undersökningar visar på att stress, ofördelaktig arbetsmiljö och hög arbetsbelastning kan vara skadlig för röstapparaten (Sala, Sihvo & Laine, 2011 s. 19-37; Södersten & Lindhe, 2011). Det torde finnas ett behov att tala om röstergonomi för röstskådespelare.

I det här kapitlet behandlas därför tidigare forskning om röster, röstergonomi och röststörningar. Kapitlet startar dock med en kortfattad historisk bakgrund om dubbning i Sverige efter det följer jämförelser med hur dubbning går till i andra delar av Europa. Därefter presenteras en beskrivning över hur själva dubbningen går till, allt för att kunna sätta sig in i dubbarnas arbetsmiljö och arbetssituation och vilka parametrar dessa behöver förhålla sig till för att hålla röstligt i sitt yrke. Avslutningsvis behandlas dubbskådespelarens röst användning.

### 2.1 Dubbning förr och nu

I Sverige har man dubbat tecknad film sedan 1920-talet främst i syfte att göra utländsk film tillgänglig för alla, både vuxna och barn, samt för de som inte läser tillräckligt bra för att kunna följa svensk textremsa, så kallad undertextning. Idag dubbas nästan uteslutande film som riktar sig mot barn och ungdomar.

En film som många tagit till sitt hjärta är Djungelboken från år 1967. Det är en produktion som överlevt tidens tand och som väcker positiva minnen hos många människor. När denna dubbades såg det lite annorlunda ut än det gör idag. Flera skådespelare samlades i studion samtidigt, repeterade i flera dagar mot den färdiga originalfilmen och sedan spelades de svenska rösterna in på radioteatervis. Var det någon skådespelare som kom av sig, fick ljudteknikern spola tillbaka rullbandaren och ta om. Det var ett mycket tidsödande arbete.

Numera dubbas en rollkaraktär i taget med bara en person i själva inspelningsstudion vid inspelningsstillfället. Undantag sker ibland för masscener som spelas in med så kallad ”walla” (improviserad dialog i exempelvis en folksamling) eller vid körsång. Idag sker inspelning digitalt vilket ger större möjligheter till att smidigt flytta, klippa och korrigerar på plats.

Då det saknas tillräcklig forskning i Sverige som täcker området och eftersom tillvägagångssätten skiljer sig åt i olika länder behöver dessa skillnader belysas.

### 2.2 Dubbning i Sverige och övriga Europa

I Europa tillämpas flera olika modeller. I Italien till exempel har jag observerat dubbpass med flera skådespelare i studion på en och samma gång, där scenerna spelas in i radioteaterform.

Vanligen handlar det om att ersätta all originaldialog med en inhemsk version men det är inte alltid man tar bort originalspråket vid dubbning. I vissa länder, exempelvis Polen, kan ibland en enskild dubbare läsa in all dialog, både den manliga och kvinnliga, liksom en berättarröst

---

som fortlöpande beskriver handlingen, även kallad *voice-over*, där man hör rösterna svagt i bakgrunden.

Det är förståeligt att olika länder tillämpar olika modeller när det ser så olika ut i form av publikunderlag. I till exempel Tyskland, Frankrike, Italien och Spanien finns gott om arbete för röstkådespelare då de har en större marknad och dubbar större volym av utländsk film. Tyskland har det största antal dubbningstudior per capita i Europa. Sverige har en förhållandevis liten marknad som vänder sig främst till barn. En undersökning från 2006, *Europeans and Their Languages* (European Commission, 2006) som beställdes av Europeiska kommissionen har kartlagt dubbning i Europa och visar att Danmark och Sverige ligger i topp över europeiska länder som föredrar att se utländska filmer i original version (med textremsa) med 94% medan Tyskland ligger på 19% och Ungern på endast 15%.

Största delen av all utländsk film dubbas i Tyskland och Ungern och få tillfällen ges att se filmer i sitt originalspråk. Enligt viss forskning hänger det samman med stark ekonomi, stor population och, i de fall vi talar om dubbning av engelskspråkig film, svaga engelskkunskaper hos den vuxna befolkningen. Det talas också om länder med stark protektionistisk språkpolitik och vilket politiskt läge som rådde i landet när ljudfilmen fick sitt genombrott (Hermansson & Persson, 2012; Koppejan, 2012). Flera europeiska länder upplevde det stora flödet av utländsk, främst engelskspråkig film som en invasion när ljudfilmen blev populär. Länder som Tjeckoslovakien och Ungern förbjöd all film som inte visades på deras modersmål (Dibbets, 1993). Italien och Spanien ville beskydda sina nationella språk och sprida starka nationalistiska ideologier. Tyskland var först ut med att sätta upp barriärer för att begränsa importen av amerikansk film år 1925, tätt följt av Frankrike år 1930. Under denna tid förbjöds minoriteter att tala sina egna språk och dialekter då man ville att hela populationen skulle tala ett enda standardiserat nationellt språk. Även Frankrike använde standardiserat språk på dubbad film som ett politiskt och kulturellt enande instrument trots att de inte hade en fascistisk underton (Danan, 1991). De filmer som tilläts importeras fick följa strikta regler för filmimport. Dubbning var ofta påbjudet. Mussolini, exempelvis, förbjöd all film som inte var dubbad och till en början gjorde Franco likaså. Enligt en överenskommelse från år 1955 fick amerikanska importörer enbart föra in 80 filmer per år till Spanien varav 68 skulle dubbas, resterande 12 kunde släppas med undertexter (Guback, 1969).

Tyskland har en av världens största dubbningsindustrier. Den omsätter årligen cirka 87 miljoner euro och sysselsätter närmare 1 500 professionella röstkådespelare (ISFF, 2009).

Svenskarna har en relativt liten population (jämför Sveriges population på 9,58 miljoner, år 2016 med Tysklands population på 82,54 miljoner, år 2015), har i regel goda engelskkunskaper och har dessutom vant sig vid textremsor vilket medför att dubbad film för vuxna inte har någon större efterfrågan (de självs kattade engelskkunskaperna uppgår till 56% hos tyskar och till 89% hos svenskar (European Commission, 2006). Sverige utgör därför en alltför liten marknad för att det ska löna sig att dubba filmer som vänder sig till vuxna tittare. Dubbningen i Sverige har främst gällt animerade (tecknade filmer) och *Live-action* filmer (oteknad spelfilm) som vänder sig till yngre barn och det var bara ett fåtal år sedan som bland andra Disney och Nickelodeon började att dubba produktioner som vänder sig till tonåringar.

---

I Italien, Spanien och Tyskland finns också ett större intresse för röstskådespelarna. Dessa länder har sedan länge en stark dubbningsstradition. Framgångsrika dubbskådespelare i dessa länder åtnjuter ofta stjärnstatus (Axelsson, 2011). I Sverige förblir de relativt okända. De som lyfts fram som kända här i Sverige har i regel redan uppnått kändisskap och blir ofta därför tillfrågade att medverka. Kort sagt, i Europa kan man bli känd om man dubbar film, i Sverige kan man få dubba film om man är känd.

## **2.3 Dubbproduktion förr och nu**

Då det, mig veterligen, saknas forskning som täcker området i det här kapitlet utgår jag väldigt mycket från mina egna erfarenheter av dubbvärlden. Där det inte gör det framgår det med referenser. Kollegor har också fått läsa igenom materialet för att säkerställa dess autenticitet.

Budgeten för en dubbproduktion får inte bli så kostsam att den blir olönsam för dubbningsföretag och filmbolag (beställaren). Det är ett faktum som svenska dubbstudior måste anpassa sig till. Dagens teknik har möjliggjort stora förändringar som skär ner produktionskostnaderna. Tillvägagångssätten över hela dubbprocessen har förändrats rekordsnabbt för att effektivisera och därigenom kunna stå sig i konkurrensen med andra aktörer på marknaden. Idag, med teknikens framsteg, har inspelningstiden förkortats, varje skådespelare spelas in för sig och det går blixtnsnabbt att ta om en replik om denne skulle snubbla på orden. Det finns såklart både fördelar och nackdelar med både dåtidens och nutidens tillvägagångssätt.

### **2.3.1 Effektivisering**

Effektiviseringen har alltså förbättrat många led i dubbprocessen. Det går mycket snabbare, man riskerar inte att missa repliker i lika hög grad och det är lättare att få överblick över produktionen. Digitala manuskript som med hjälp av *TC-koder* (tidskoder som anger exakt minut, sekund och hundradels sekund i filmmaterialet där repliken börjar) synkroniseras med inspelningsprogrammen och beräknar automatiskt antalet repliker varje enskild skådespelare ska spela in underlättar vid casting och planering men det har också försämrat villkoren för skådespelarna på vissa plan. Här följer några exempel.

#### **2.3.1.1 Digital teknik**

Pappersmanusen har bytts ut mot skärmar med digitala manuskript som med sina sökfunktioner och synkning med andra dubbningsprogram och digital inspelningsteknik är till god hjälp då man slipper bläddra och kanske missa en replik. Eventuella ändringar som tidigare skrevs in för hand kan göras direkt i det digitala dokumentet. Däremot har utfasningen av pappersoriginal gett skådespelaren begränsad möjlighet att själv markera vilka ord man vill betona. Under dubbningsens begynnelse kunde man lägga ner mycket tid, ibland en hel dag för att få ihop några minuter dubbad film. Man fick manus och videokassett före så man kunde markera hur man ville lägga in pauseringar, om man skulle tala snabbare eller långsammare och så vidare. Idag har internet och rädslan för nedladdning gjort det nästan omöjligt för dubbskådespelare att få se manus eller film före inspelning. Vid ett tillfälle, kan uppsatsskrivaren berätta, delades filmmaterialet till en film upp och skickades över Atlanten med 5 olika bud för att inte hela filmen skulle hamna i orätta händer om något skulle ske på

---

vägen. Hemlighetsmakeriet bakom varje ny film behövs för att skydda filmmaterialet. Det blir därför inte möjligt att förbereda sig som tidigare.

Positivt är att man med teknikens och ljudteknikerns hjälp flytta, klippa, eller till och med sammanfoga det bästa ur olika tagningar om det skulle bli fel. En försämring ur rösthälsoperspektiv är att under tiden man bläddrade sig fram i forna tiders pappersmanus gavs dubbskådespelaren en naturlig läkande paus. Tekniken gör att man mycket snabbt hoppar fram till nästa inspelningsställe. Det trappar upp tempot och gör att man hinner ta fler repliker per timme än tidigare men ökar mängden talad tid ökar även belastningen på rösten.

### **2.3.1.2 Förberedelsetid**

Eftersom materialet inte vanligtvis lämnas ut för instudering är skådespelarna inte noggrant förberedda som tidigare och kan därför ha svårt att ha överblick över karaktären och dess leverans. En undersökning som gjordes av Watson & Hixon (1996) visar också att sångare och skådespelare som är väl förtrogna med sin text, som har fått instudera och öva in den, heller inte spänner sig lika mycket. Något som kan vara bra att vara medveten om under undersökningens gång.

### **2.3.1.3 Prosodi (språkrätm och språkmelodi)**

Att vara flera dubbskådespelare i studion samtidigt, ungefär som man gör med radioteater, kan göra att det blir lättare att locka fram ett naturligare spel än att sitta ensam i studion (som man gör i Sverige idag) och svara på en replik på originalspråk. *Prosodin*, själva språkrätmen och melodin, kan lätt bli lidande.

### **2.3.1.4 Läppsynkning, (mun)klaffar**

Målet är, förutom att försöka efterhärma röst och uttryck, även att så gott som möjligt passa in den svenska dialogen så att det passar ihop med rytmen och munrörelserna när man dubbar. Det kallas för att synkronisera talet med munrörelserna eller att ”synka”. Det finns många uttryck för synkning och för andra rutiner i studion och många är rätt fantasifulla, de effektiviserar kommunikationen och precis som med annan branchslang uppstår, förvandlas och försvinner olika fackuttryck. Några uttryck som bestått genom åren är ”*munklaff*” eller bara ”*klaff*” när man lyckas få talet att sammanfalla med munrörelserna. När man lyckas ”sätta” repliken på första tagningen talar man om ”*spik*”.

Det kan också hända att man får dubba mot ett ofärdigt original som dessutom stöldsdyddats med streck, medveten oskärpa eller text över hela bildmaterialet, med resultatet att man inte ser alla munrörelser ordentligt. I dessa fall kan det vara nära omöjligt att få till perfekta klaffar och man får förlita sig helt på rytmen på det man hör i hörlurarna. Det många stör sig på i Sverige är att klaffarna inte alltid överensstämmer med talet på dubbad film (Möllberg, 2012). Mycket energi läggs på att det ska bli så bra munklaff som möjligt, speciellt på större biofilmer som sedan kommer ut på dvd (sedermera även streamingtjänster). Trots de bästa intentionerna så är det mycket svårt. Det beror på att originalet har tecknats efter ursprungsskådespelarens röst.

---

För att illustrera hur originalklaffarna kommit till ges här ett exempel: Eddie Murphy som spelade Åsnan i Shrekfilmerna. Murphy filmades när han spelade in dialogen varpå de bästa tagningarna valdes ut, klipptes ihop och användes sedan för att skraddarsy det tecknade materialet utefter hans munrörelser. Till slut har man fått fram ett färdigt material som dubbarna har att följa. Ibland behövs fler ord för att säga samma sak eller i vissa fall färre, då får man lösa det hela med att prata fortare eller fylla på med fler ord. Svenska vokaler sammanstrålar inte alltid med originalets och man får välja andra ord i översättningen som stämmer bättre med bildmaterialet eller hitta på andra lösningar. Jämför "Hello" på engelska med svenskans "Hej", dubbla stavelser som avslutar på en rundad vokal (rundade läppar) mot svenskans enkla stavelse som slutar på orundad vokal och bred mun. Ett lysande exempel på hur man valde att lösa just detta problem ser vi i långfilmen "Hitta Nemo" som dubbades på KM Studio där man valde att ge Hajen skånsk dialekt så han kunde öppna med ett hotfullt och mycket brett och diftongerat "Halleå".

Det ska nämnas att det är långt mycket svårare att vara munklaffar trogna när det gäller live-action dubbingsynk än animerad dubbingsynk eftersom munrörelserna där är så mycket tydligare. Jämför "Neej" med engelskans "Nooo". Med "snabba" serier lägger man inte ner lika mycket tid på klaffarna, där utmanas man av ständiga val och kompromisser. Ibland väljs den mer trovärdiga tagningen än den med bättre synk och tvärtom.

### **2.3.1.5 Dubbregi- skiftande behov av regissörer**

Med hjälp av en dubbregissör och en ljudtekniker kan man lösa många olika situationer som dyker upp i studion, allt ifrån anpassning och ändring av manus av en som är insatt i handling och andemening till tillpassning, flyttning, klippning av inspelad replik med mycket mer. I dagens läge går studiorna dock allt oftare ifrån att ha regissör med i studion på grund av besparingskrav. Regisserande tekniker används i större utsträckning och ersätter regissören vid produktioner där man inte ställer lika höga krav som för biograffilm. Det kan leda till att öka felmarginalen eftersom teknikern får mer att hålla reda på. Lågbudgetserier spelas in med enbart ljudtekniker till hands vilket ställer högre krav på dubbaren som får mer att hålla reda på och, i vissa fall, gissa sig till, då det i dessa produktioner ges mindre tid att vara noggrann.

### **2.3.1.6 Inspelningstakt**

Vi kan tydligt se att inspelningstakten har ökat. Tidigare kanske man läste in 20-30 repliker i timmen, idag finns krav på att klara drygt 100-110 repliker i timmen på serier. När man räknar repliker per karaktär utgår man ifrån en standard på 8 ord/replik, formeln är att dela totala antalet ord med 8. Denna beräkning kom till när man lättare ville avgöra hur många repliker som skulle läsas in per pass, något som underlättar vid planering och bokning. Det är stor skillnad på en replik som löper över en halv A4 sida eller en replik som bara är en liten flämtning. Digitala manus möjliggör snabba hopp till nästa replik efter lyckad tagning utan paus vilket belastar rösterna mer än tidigare tillvägagångssätt. Sambandet belastning och röstslitage diskuteras i kapitel 2.7.

Antalet repliker i timmen varierar beroende på projekt och önskat kvalitet. Osman Ragheb, den tyske dubblegenden som bland annat dubbar en av rösterna i Game of Thrones och regisserat den tyska dubbnings till bland annat Schindlers List säger så här om arbetstakten:

---

Jag vill inte arbeta med produktioner där kravet ligger högre än 26 meningar per timme, och föredrar att ligga kring 15 meningar per timme. Det måste finnas tid att reflektera, få det att bli trovärdigt. Man märker inom de tre första orden i en film om det är en bra eller dålig dubbning (Hermansson & Persson, 2012).

Jämför detta med de omkring 100 repliker i timmen som levereras på serier i Sverige idag.

Arbetstakten har alltså ökat kraftigt, med följderna att antalet betalda inspelningstimmar för samma mängd arbete har minskat, utöver det har ersättningarna sänkts. Försämringar på många plan för dubbskådespelarna.

## 2.4 Dubbningsprocessen i Sverige

Här följer en beskrivning över det som berör röstskådespelaren under dubbningen från rollbesättning till inspelning.

### 2.4.1 Hur väljer man ut rösterna?

Vanligen ombeds regissören, tillsammans med produktionsteam (eventuellt även PR avdelning hos kund) välja ut tre olika röstförslag/röststartister till huvudkaraktärerna. Röstskådespelare kallas till dubbstudio för att avlägga ett röstprov (en provdubbning mot delar av bildmaterialet) för att se om skådespelaren kan leverera en passande röst och tolkning för just den karaktären de söker till.

Castingansvariga i USA (eller annat ursprungsland) bestämmer sedan vilka av dessa som får rollen, är de inte nöjda får man hitta andra röstförslag och så här löper det på tills kunden är helt nöjd. Det här arbetssökande, ibland tidsödande, auditionmomentet innebär helt obetalt arbete för röstskådespelare som för somliga också är förenat med oro under otålig väntan på att få svar. Övriga roller besätts av regissör eller annan ansvarig utan denna process.

Utgångspunkten är att man ska låta och agera så nära ursprungsrösten som möjligt. Ibland finns utrymme för en egen tolkning som passar bättre av olika skäl. Henrik Benätter, dubbprojektledare på SVT försöker, bland annat, tänka på att inte cementera könsroller och kan mycket väl tänka sig att ändra på sådant som han tror bättre passar en svensk publik:

”Jag hyser hopp om att man även i tecknad film som, folk säger, ”Det är ju bara barnprogram” sådär, att man ska kunna påverka dem, visa dem snarare, att de normer som har existerat ganska länge inte nödvändigtvis behöver göra det i framtiden utan helt enkelt ska bort.”

Det händer också att kunden ratar ljudprov på mycket kompetenta röstskådespelare utan att bry sig om det konstnärliga i leverans och tajming bara för att ljudprovet inte låter identiskt likt originalet och istället väljer en rutinerad skådespelare med bättre *voice-match* (röstlig motsvarighet) som kanske är mindre skicklig eller kanske helt oprövad. Det kan bli frustrerande för dubbstudio och regissör att arbeta på det här viset eftersom det kan bli kostbart och ta väsentligt mycket längre tid att arbeta med en rutinerad skådespelare utan att för den skull uppnå lika lyckat slutresultat som med den rutinerade, andra gånger går det alldeles utmärkt och en ny dubbstjärna är född.

---

### 2.4.2 Du har fått rollen!

Bokningspersonal meddelar att skådespelaren har fått rollen och arbetet börjar med att boka in dubbpassen. Många produktioner pågår samtidigt och ett koordineringsarbete inleds för att hitta en ledig studiotid som passar ljudtekniker, och dubbskådespelare, (eventuellt också regissör) före *deadline* (sista inspelningsdag).

Skådespelaren kommer till dubbstudion den utsatta tiden, skriver på ett kontrakt och i vissa fall även ett *NDA* (Non Disclosure Agreement, där man förpliktar sig till att inte avslöja något om filmens innehåll under produktionstiden) och sedan visas skådespelaren in i ett ljudbås.

Ljudbåset kan vara av olika storlekar men består av ett luddämpat ”rum i rummet”. Rummet är väl tillslutet och beklätt med tyg och andra ljudabsorberande material så att inga ljud utifrån kan upptas av inspelningsutrustningen. Man strävar efter att spela in ett rent ljud. Eventuella ljudeffekter läggs på vid slutmixningen. Studion har sällan fönster som tar in dagsljus men oftast finns glastruta som förenklar kommunikationen och gör det att det upplevs mindre instängt.

Väl i ljudbåset tar dubbskådespelaren på sig hörlurar, ställer sig eller sätter sig framför en datorskärm med manuskript samt en större bildskärm eller filmduk längre bort i ljudbåset som visar avsnittet som ska dubbas. En *tidskod* på bildskärmen överensstämmer med tidskoden i manuset med minuten och sekunden på repliken som är aktuell och när den börjar.

Ljudteknikern ställer in utrustningen så att det blir rätt höjd och avstånd på mikrofon och skärm. I ett rum intill ljudbåset sitter ljudteknikern med inspelningsutrustningen, denne ser också till att skådespelaren får ljud i hörlurarna, manus på skärmen samt bild på bildskärmen. I de produktioner där det är aktuellt, sitter även regissören hos teknikern och instruerar via *talk-back* mikrofon (skådespelaren får sina instruktioner via hörlurarna). Man brukar också kunna se varandra och kommunicera genom glastruta.

I hörlurarna får skådespelaren höra både originalspåret, *M & E spåret* (M & E står för music and effects, ljudspåret med musik och ljudeffekter) och det svenska ljudspåret med den egna rösten och i de fall man vill ha det, även de svenska med/motspelarna. Innan inspelning justeras ljudnivån på *lyssningen* (medhörningen). Det är väldigt individuellt vilken balans som önskas i hörlurarna i form av volym på den egna rösten och originalspåret samt vilken typ av rumsklang (särskilt viktigt vid sånginspelning).

När inspelningen väl sätts igång börjar skådespelaren läsa repliken *a-vista* (vid första anblick) och anpassar rytmen och munklaffarna till den uppspelade filmens karaktär, härmar karaktärens röstliga särdrag med hjälp av ljudoriginal och bilddito. Vid behov går man tillbaka och tar om. När resultatet blivit tillräckligt bra går man raskt vidare till nästa tidskod med nästa replik som ska spelas in.

Sångarna är beroende av en bra och väl anpassad medhörning och att ackompanjemanget inte är för starkt, för att inte riskera att överanstränga rösterna. (Arbetsmiljöverket, 2011)

Det som gäller för sångare vid inspelning eller framförande i rapporten från Arbetsmiljöverket kan antas gälla även för röstskådespelare.



---

## 2.5 Dubbskådespelaren

I Sverige är det ingen som har dubbning som heltidsyrke, den relativt låga volymen på dubbproduktionen och kampen om de få rollerna gör att antalet dubbningstimmar inte ger tillräcklig inkomst till heltidsarbete.

Dubbandet är en bisyssla vid sidan om teater, regi, musikutövning eller annat, oftast yrkesnära, yrkesområde. Bland de mest anlitade ser vi skådespelare som kan sjunga, musiker med dramatisk ådra och musikalartister. En studie som genomfördes i Polen av Barbara Pastuszek-Lipińska (2007), visade att musiker vida överträffade icke musiker i ”Shadowing Speech”, alltså att efterhärma talmelodi på olika språk, att kunna följa med i olika skiftningar i intonation även på språk de inte behärskade. Vilket tyder på att ett utvecklat gehör är en viktig egenskap för en dubbartist. Gehör beskrivs i Nationalencyklopedin som följer:

Gehör - i musikaliska sammanhang förmågan att uppfatta musik med en sådan grad av medvetenhet och förståelse att det blir möjligt att på ett stilriktigt sätt återge och gestalta det hörda. (NE, 2016)

I syfte att förstå arbetsmiljön och arbetsvillkoren dubbskådespelaren verkar under följer här en något utförligare beskrivning över dubbskådespelarens arbete.

### 2.5.1 Dubbpasset

Dubbaren läser direkt från bladet och arbetar med att hitta tonfall och känsla utan att staka sig samtidigt som man följer ett originalljudspår i hörlurarna som hjälper dubbaren att följa melodin och rytmen i talet så att man hör var man ligger i texten. Det luriga i detta är att samtidigt behålla en svensk språkrytm och språkmelodi utan att lockas åka med i originalröstens prosodi. Bildmaterialet på skärmen avslöjar andra detaljer i gestaltningen, ett upphöjt ögonbryn eller ett snett flin ger ledtrådar som ska införlivas i den muntliga leveransen. Tidskoder tickar på i filmrutan som hjälper till att hålla koll på när repliken börjar och slutar och man växlar mellan att se på manus och bildskärm för att följa munrörelserna. Utanpå allt detta gäller att hitta karaktärens röst, att anpassa rösten till den tecknade karaktärens rösttyp. Det kan göras på många olika sätt, att höja eller sänka sitt taltonläge (rösläge), ofta till ett område utanför ens naturliga talregister för att imitera originalet.

#### 2.5.1.1 Hur långt är ett dubbpass?

Det kan hända att dubbaren sitter i studion mellan två-tre timmar eller mer och talar nästintill oavbrutet. Det kräver en enorm koncentration som kan leda till trötthetskänslor som försämrar reaktionsförmågan. Efter en viss gräns blir artikulationen lidande och resultatet sämre. Längre pass än 3 timmar brukar inte gå.

Det är viktigt att ha luckor under arbetet för att undvika stress, att schemalägga för att få tillräcklig röstvila efter röstbelastning (Titze, 1999). Känner man av pressen, är stressad, sjuk eller överbelastad och inte har möjlighet till viktiga pauser i arbetet för återhämtning är det lätt att drabbas av röstproblem, vilket berörs i kapitel 2.8 i denna studie. (Södersten & Lindhe, 2011; Sala, m.fl., 2005; Simberg, m.fl., 2009; Vilkmán, 2000; 2004).

---

### 2.5.1.2 Kvalitet

Som tidigare nämnts så är det kunden/beställaren som bestämmer vilken kvalitet serien eller filmen får ha. Om kunden anser att de kan lägga mer pengar på produktionen kan de förvänta sig ett bättre slutresultat eftersom det då ges mer tid och pengar till översättning, studiotid och skådespelare, regissör samt tekniker.

På bio visas produktioner med större budget som ofta ges ut till försäljning så småningom. Storleken på biografskärmen gör att klaffar syns mycket tydligare och biopubliken är mer kritisk till avvikelser i prosodi med mera. Kvaliteten på dubben bör motsvara filmens kvalitet. Produktioner som ges ut på DVD eller digitalt ska också hålla för att ses om och om igen. TV-produktioner kanske bara ska hålla för att ses en eller ett par gånger och det läggs därför inte ner lika mycket tid på dubbingen.

### 2.5.1.3 Lönebild

Lönebild kan vara relevant också för att förstå den ekonomiska situationen för dubbare. Inkomsten är ojämn och skiljer sig från månad till månad beroende på efterfrågan.

För det mesta gäller lön per arbetad timme/timanställning (fakturering med motsvarande belopp gäller för de som har företag). Ersättningsnivåerna har fastställts genom förhandlingar med Teaterförbundet. Löneersättningen avser endast aktiv studiotid, ej restid. Ovanpå timersättning läggs en viss summa för utköpta rättigheter enligt tariffen som motsvarar det media det inspelade materialet ska sändas i (TV, DVD eller biograf). Andra utbetalningssystem där ersättningen beräknas per inspelad replik finns också. Semesterersättning ingår och OB-tillägg utgår ej. I de extremt få fall då material har lämnats ut utgår ingen ersättning för instudering. Ibland har även klumpsummor förhandlats fram i det fall det gäller någon känd artist eller skådespelare som anses ha ett publikdragande namn, det är dock högst ovanligt att detta sker.

## 2.6 Normal röstfunktion

Här följer en kortfattad förklaring över hur normal röstbildning fungerar som sedan följs av ett kapitel som beskriver hur rösten kan påverkas av dess arbetsmiljö. Efter ett kort nedslag i information om skadlig röst användning och röststörningar beskrivs dubbarens röst användning och arbetsmiljö för att kunna göra jämförelser. Skillnader i fysiologin hos kvinnor och män berörs också eftersom tidigare röstforskning konstaterat att kvinnor riskerar att drabbas av röstproblem i högre utsträckning än män (Titze, 1994). Slutligen ges en sammanfattning om vad som avses med röstergonomi och vikten med medvetenheten kring densamma hos alla med röstyrken.

Röstfunktionen utgörs av ett invecklat samspel mellan andning, röstbildning (fonation) och artikulation. Kraftigt förenklat går det till som så att utandningsmusklerna (främst de inre interkostala revbensmusklerna och bukmusklerna) pressar ut luft från lungorna och åstadkommer ett lufttryck. När stämbanden förs ihop (adduceras) för att exempelvis tala, sjunga eller skratta, bildas ett övertryck som när den pressas igenom *glottisspringan* (stämbandspringan) får stämbanden att komma i svängning. Lufttrycket får således stämbanden att slå upp och ett aerodynamiskt fenomen som kallas för *Bernoullieffekten* får

---

dem att slå igen direkt. Luftvirvlarna som blidas av luftströmmen som försöker pressa sig igenom glottisspringan skapar ett slags sug men så länge det kommer luft underifrån, fortsätter stämbanden med samma mönster. Stämbanden dock får inte vara för hårt sammanslutna för då låter det inte.

Stämbandssvängningar ligger på i genomsnitt 110 ggr/sek hos män och 200 ggr/sek hos kvinnor och för barn upptill omkring 400 ggr/sek.

Luften delas på så vis upp i mycket snabba luftpulser och skapar ett ljud som får sin klang genom att passera *ansatsrörets* (svalget, munhålan och nasalkaviteter) resonanser. Genom att använda artikulatorerna (tunga, käke, läppar med flera) kan dessa resonansers frekvenser omformas till språkljud.

### **2.6.1 Andningen**

Andningen är alltså avgörande för bildandet av rösten. Med det subglottala lufttrycket (trycket under stämbandsspringan) kan man styra röstens volym och i viss mån även tonhöjd. Ett högre subglottalt tryck ger en starkare röst då stämbanden svänger med större svängningsamplitud, variationerna i luftflödet blir mer abrupta, och stämbanden kolliderar mer distinkt mot varandra än i svagare röst (Sundberg, 2007).

Vi kan variera det subglottala trycket för att uppnå nyanser i ljuden/tonerna med hjälp av både andningen och röstapparatens muskler.

Det subglottala trycket mäts i centimeter vattenpelare (cm VP). VP mäts genom att ta en slang, böja den till U-form, fylla den till hälften med vatten och blåsa i ena slangändan och sedan mäta skillnaden i cm mellan vattennivåerna. Resultatet i cm är tryckmättet.

Normal röststyrka ligger på normalt 5 cm VP.

När vi ropar ligger det kring 10 cm VP.

Minst 2 cm VP krävs för att få fram ett ljud.

### **2.6.2 Fonationen-Röstens källa**

Med *fonation* avses stämbandsvibrationerna som används vid tal och sång, produktionen av de tonande röstljuden.

I luftstrupen sitter struphuvudet som i en tub även kallad larynxtuben. Denna består av ben, brosk och små muskler med diverse funktioner. Det är stämbandets längd och spänning, det subglottala lufttrycket samt stämbandets sammanknipning (glottala adduktion), som styr röstkällan. Längden, tjockleken och spänningen på stämbanden reglerar tonhöjden (fonationsfrekvensen), lufttrycket i luftstrupen (det subglottiska lufttrycket) reglerar röststyrkan (amplituden) och stämbandets adduktion reglerar tonbildningen (fonationen).

---

### **2.6.2.1 Stämbanden**

Själva stämbanden utgörs av två stycken slemhinneveck som består av flera vävnadslager med muskler, ligament och slemhinna. Intill finns ett par körtlar (Morgagnis fickor) som ser till att stämbandens slemhinnor hålls fuktiga och flexibla vilket är av stor vikt för deras funktion. Det är svårt att få torra stämband att låta.

De sitter horisontellt spända i struphuvudet (larynx) mellan ett antal brosk och muskler. Det är med dessa brosk och muskler man reglerar stämbandens längd och även höjden på larynx för att styra tonhöjd på tal och sång.

Evolutionsteoretiker menar att stämbandens veck har som primär funktion att fungera som en ventil som bl. a. ska skydda lungorna från smuts och vätska och annat som kan skada dem. Hos människan har de sedan anpassats för att även kunna alstra ljud och kunna kommunicera.

Ibland omnämns även de falska stämbanden (fickbanden) som ligger ovanför stämbanden också dessa horisontellt placerade i larynx. Mestadels så är de öppna och helt oinblandade i röstbildningen. Dessa kan engageras för att åstadkomma ljud men då mest vid tunga lyft, grymtning eller rytning.

Stämbanden behöver vara fuktiga och elastiska för att kunna vibrera optimalt (Södersten & Lindhe, 2011). Torr och/eller förorenad luft är därför direkt olämpligt för röstarbete.

### **2.6.2.2 Röstens resonans**

Det ljud som produceras vid röstens källa är ett ackord av toner som fortplantar sig genom ansatsröret (som tidigare beskrivits i kapitel 2.6) som förstärker eller dämpar de olika deltonerna. Här är det formen på ansatsröret (även kallat resonansröret) som ger klangen dess färg. Vi omformar resonansröret genom att ändra på käkens form, tungans läge, läpparnas form med mera (som en equalizer) och genom att göra detta skapar vi våra språkljud. Rösten är liksom våra fingeravtryck unik och ingen är röst är den andra lik, det förklaras av att vi ser olika ut inuti kroppen.

### **2.6.2.3 Artikulationen**

När vi formar rösten med bland annat läppar, tunga och käke kan vi börja uttrycka oss muntligt i tal och sång (Sundberg, 2007). Det går att uttyda väldigt mycket ur en röst. Genom en kombination av fonation, resonans och artikulation kan vi urskilja sinnesstämningar (Sundberg, 2007; Fónagy, 1976), social tillhörighet, hälsotillstånd, kön, ålder, attityd och en mängd nyanser i talad kommunikation Det är här det börjar bli verkligt akrobatiskt när vi talar om dubbskådespelare.

## **2.6.3 Röstens signaler**

Det är avgörande för en dubbskådespelares framgång att väl lyckas förmedla olika sinnesstämningar. Hur går det till?

”Emotional attitudes are characterized by typical melodic configurations and differences of rise and fall of the frequency in stressed syllables. It is possible to identify the genre of communication that is being transmitted even where neither semantic information nor

---

contextual cues are available. In another room even if we cannot hear clearly we can tell if the noise is coming from a Radio transmission, a fairy tale, party political program...The prosodic features characterize types of communication and allow correct identification.” (Prosodic Features. Fónagy, I (1978), *Language and Speech*. Kingston Press Ltd. 34-49)

Med hjälp av tempoväxlingar, talstyrka, tonhöjd, klang, satsmelodi, betoning, resonans med mera kan vi variera talad kommunikation på en mängd olika sätt. Det talade ordet får flera nyanser. Det är så vi förmedlar information och känslor såsom humor, sarkasm, likgiltighet och klasstillhörighet, till och med yrke. När vi talar samma språk fast på olika sätt kallas det för *Språkspel* (Backlund, 2006 s. 19-20). Vi spelar på olika språknivåer, använder olika maktspråk, fackspråk, sociolekt och/eller dialekt som avslöjar samhällsklass eller härkomst. Ofta kan hierarkier utläsas ur språkspel. Vi kan höra hur yrkesroller förhåller sig till varandra: Läkare/patient, Husbonde/betjänt, Stadsbo/Bonde. Oskrivna schabloner i olika yrkesmäns sätt att tala kan avslöja psykologen, hantverkaren, militären och flygvärdinnan bara genom att höra på röstens signaler (Backlund, 2006 s. 74). Det beror på att vi förknippar olika personliga egenskaper och karaktärsdrag med olika rösttyper. Människan har skapat olika schabloner och kanske också fördomar som gör att vi tolkar rösters särdrag på olika sätt (Backlund, 2006 s. 81). De här röstens signaler kallas också för paralingvistisk kommunikation (prefixet från det grekiska låneordet ”para”- som betyder vid sidan av och det latinska ”lingua” som betyder tunga eller språk).

Enligt Janson (2009 s. 25-27) behöver man också kunna uppfatta *sammanhanget* då vi samtalar:

”För att ett samtal ska fungera krävs den graden av förståelse: det är nödvändigt att inse talarens direkta mening med uppmaningar och frågor. Man måste åtminstone förstå tillräckligt mycket för att kunna samspeja med samtalspartnern”

När ett samtal fungerar kan vi utläsa riktning, avstånd, innehåll, tilltal, om det rör sig om påstående, fråga, uppmaning, varning, förhandling, beslut. Information om tidsperspektiv (då och nu), plats (utomhus, inomhus, i telefon), fakta, lögn och fantasi. Allt detta avslöjas genom intonation och styrka.

*Ordbetoning* är också något som helt ändrar betydelsen på en och samma mening. Meningen ”Jag är inte arg” kan sägas på många olika sätt. JAG är inte arg, jag ÄR inte arg, jag är INTE arg, jag är inte ARG. Sägs det med överdrivet stark röst och aningen för snabbt kan man med all sannolikhet höra att man faktiskt är det. Eller med mjukare stämma men utan värme, kan man urskilja en lögn kanske? Variationerna är många men orden desamma. Ta samma mening och känn efter vad som händer med kroppen när man talar med ilska. Korta andetag, spända muskler i kropp och hals. Uppspelt glädje, korta andetag, höjt tonläge, i vissa fall även här, spänningar i hals, nacke, axlar.

Vår inställning till olika *dialekter* kan användas när vi framställer olika figurer, vi kan få denna kunskap att jobba till vår fördel för att förstärka rollens karaktärsdrag. Norrbottningen anses exempelvis vara tystlåten, Närkeingen gnällig och Göteborgaren föreställs ofta som glad (Fredrik Lindström, *Värsta Språket*, SVT).

---

Allt sammantaget viktiga verktyg i dubbskådespelarens verktygslåda.

#### **2.6.4 Skillnader i emotioner-kroppens engagemang**

Arbetsställningen varierar hos dubbskådespelare. Många väljer att stå andra att sitta. För att undersöka vad det betyder för prestationen kan det vara värt att undersöka hur kroppen och röstens känslöbetonade uttryck hänger samman.

Rösten avslöjar med lätthet, emotioner. Vi kan, som tidigare omnämnts, säga samma mening på en mängd olika sätt och beroende på det sätt vi använder rösten på, kan vi märka vilken sinnesstämning talaren är i (Sundberg, 1982; 2007)

Emotioner uttrycks med både kropp och röst och är svåra att skilja åt. Vi uppfattar intonation som rörelse. Platon exempelvis antyder detsamma i *Timaeus* 988C-E (*Laws* II 632) när han kopplar kroppens rörelser med röstens och säger:

”Kroppens rörelser/.../har en rytm, en egenskap som delas med röstens rörelser”.

På grund av dess dynamiska natur, är språklig melodi särskilt lämpad för expressivitet skriver Ivan Fónagy & Eva Bérard i boken *Cross-linguistic Perspectives* (2006). Teorin om röstens dynamik antyds också i det Ungerska uttrycket ”Hanglejtés” som betyder ”röstens dans”. En dans som förutom den laryngiala dansen på glottal nivå, emfatisk glottal adduktion, abduktion, spänning, avspänning, går hand i hand med kroppens rörelser och spänningar. Ilska, som till exempel under ett gräl, manifesterar sig i spänningar i larynxmuskulerna och sammandragningar i halsens muskulatur, vilket står i stark kontrast till avspänd larynx och hals i en röst som uttrycker ömhet. Rörelserna i pitch eller tonhöjd under ett våldsamt gräl har en melodiskt onyanserad baslinje med plötsliga utfall i tonhöjd (i intervaller som motsvarar en tonhöjd på en kvart, kvint eller sext från grundtonen) och i dess motsats ser vi återigen rösten som utstrålar ömhet som följer en jämnare frasering, så kallad legato, på grund av avspänd utandningsmuskulatur där mätningar visar en melodisk linje med lägre tonläge och gradvis böljande, mjuka övergångar.

Charles Darwin skrev redan 1872 om hur man kan härleda olika emotioner till våra förfäder, där ilska till exempel, kan kopplas till ”fight or flight” eller fly eller fäkta reflexer. Känslöyttringar som kan anses vara kvarlevor av mekanismer nödvändiga för artens överlevnad.

Flertalet sociala attityder kan på samma sätt kopplas samman med yttringar i kroppsspråket. Klagomål bär många stilistiska likheter med ett spädbarns klagande röst. Tonlägets moduleringar efterliknar gråt och obehag och genom att åstadkomma skillnader i det subglottala trycket härmar man det rytmiska mönstret som hänger samman med diafragmans sammandragningar i gråt.

Ironi är svårare att förklara. Det är ett komplext samspel av flera olika attityder (Muecke 1969) Flera olika mätningar för att uttyda hur det ser ut rent prosodiskt när man talar ironiskt har utförts av Fónagy själv (1971) och senare tillsammans med Han & Simon (1983). Förenklat ter det sig som en kraftigt nersaktad variant av en mycket självmedveten och bestämd fras som kan delas in i tre distinkta faser. Först i lågt bröstregister med litet omfång och hypoknarr (lågt

---

subgottalt tryck och förträngd larynx) nästa fas övergår till huvudregister med plötsligt förhöjt tonläge varpå man direkt går tillbaka i intensitet och tredje fasen, åter till det komprimerade djupa tonläget igen med bröstregister och hypoknarr. ”Ja, inte vet jag”, ”Det hade jag ingen a-a-aning om” eller ”Jaså, det säger du?”

Det kan märkas på en person som är uttråkad eller ointresserad att kroppen är oengagerad och arbetar inte energiskt. Talet blir då lika oengagerat och energifattigt.

Vänlighet visas ofta röstligt genom ett konstant högt röstläge med mjuka övergångar, utan tillstymmelse till manlig aggressivitet. Många människor, ofta kvinnor använder detta som en formel för artighet (Loveday 1981).

Allt detta sammantaget kan förklara varför vissa föredrar att stå när de läser, det är lättare att uttrycka sig när kroppen är fri att följa med i ”röstens rörelser”.

## 2.7 Skadlig röst användning och röststörningar

Liksom andra muskler i kroppen kan även stämbands- och larynxmusklerna bli spända och överansträngda. Resultatet kan höras i det som kallas *fonasteni*, rösttrötthet och i likhet med andra muskler behöver de vila för att återhämta sig. Tal vid normal röststyrka ger lätt stämbandsadduktion eller sammanslagning men så fort röststyrkan och tonläget höjs slår de ihop med större kraft. Blir denna kraft för stor kan det lätt uppstå små skador på stämbanden. Under pauser läker de här skadorna men om man fortsätter att tala med samma kraft under en längre tid kan dessa små skador utvecklas till blödningar. Vill det sig riktigt illa så kan det sedan utvecklas till stämbandsknutor, polyper och andra stämbandsproblem (Sala, Silvo & Laine, 2011; Titze, 1999).

Spänningar kan uppstå bara man gör sådant man inte är van vid, man arbetar då inte så elastiskt. Stora spänningar kan störa röstproduktionen. Vid invand aktivitet används enbart de muskelgrupper som är relevanta. En studie av Watson och Hixon (1996) mäter andningsmönstret hos en professionell operasångerska och hur den förändras under inläring. Viloandningskapaciteten förbättras i takt med att hon blir mer förtrogen med materialet och spänningar i andningsmuskler och röstapparat minskar allteftersom.

Efter idrott och annan fysisk aktivitet kan muskler behöva mjukas upp med massage eller lätt aktivitet (uppvärmning) som ökar blodgenomströmningen innan prestation eller för att återhämta sig efter överansträngning. Musklerna kan behöva varva ner och det är inget undantag för röstapparatens muskulatur.

Vid vanliga samtal sker en naturlig vilopaus för stämbandsmuskulaturen i talturtagningen som kan räcka för återhämtning men röst användningen hos röstkrävande yrken ser lite olika ut, belastningens intensitet och belastningstiden skiljer sig från fall till fall. Viktigt är därför att man söker uppnå balans mellan belastning och återhämtning. Det beror på vilken mängd belastning som stämbanden utsatts för. Högre belastning kräver längre återhämtningstid (Titze, 1999). Ännu finns inga riktlinjer uppsatta för röstens återhämtning såsom inom idrotten men undersökningar tyder på att det kan behövas en tidsperiod för återhämtning på minst fyra gånger tiden för röstbelastningen (Chang & Karnell, 2004; Hunter & Titze, 2009). Eftersom

mängden belastning rösten tål varierar mellan olika individer så blir det svårt att göra en generell bedömning om exakt hur mycket röstvila man ska rekommendera (Vilkman m.fl, 1998; Vilkman, 2004). Röstvila innebär att man är helt tyst, det rekommenderas av läkare till den som exempelvis drabbats av *afoni* (röstbortfall) då fonation och i synnerhet pressad fonation riskerar att förvärra symptomen. Relativ röstvila innebär att man iakttar försiktighet och minskar röstbelastningen.

Röststörningar kan yttra sig som följer:

Röststörning	Röstsymptom	Orsaker
Fonasteni (rösttrötthet)	Svag, ansträngd, klangfattig röst.	Överansträngda eller irriterade stämband. Beteendemässiga, organiska eller psykologiska orsaker.
Dysfoni	Heshet.	Se ovan.
Afoni (röstbortfall)	Tappat rösten helt och kan bara få fram en viskning	Se ovan.
Stämbandsknottror och stämbandsknutor	Rösten låter hes och skrovlig.	Kommer sig av hög mekanisk belastning med stämbandssvullnad som följd, vilket i sin tur lett till förhårdnader på stämbanden.
Stämbandspolyp	Rösten låter hes och skrovlig och är svår att kontrollera.	Kortvarig överbelastning såsom skrik, inte så sällan i samband med förkylning som lett till en svullnad eller blödning på ena stämbandet.
Akut laryngit	Heshet	Inflammation som uppstått efter virus eller förkylning. Kan leda till fonasteni och andra röståkommor.
Kronisk laryngit	Rösten låter hes och skrovlig, hosta och harkling är vanliga symptom.	Långvarig inflammation.

Andra skadliga röstbeteenden som kan utlösa rösttrötthet och andra röstproblem är hyperfunktion (pressad fonation) som utgörs av ett högt subglottalt tryck, knarr (*hypo*-lågt lufttryck eller *hyper*-högt lufttryck) som ger ojämna stämbandssvängningar som kan öka stämbandsslitage. Låter som skrap och rasp på rösten. Dubbare kan anses ha en förhöjd risk att drabbas av ovan listade faktorer med anledning av deras höga röstbelastning.



---

### 2.7.1 Fysiologiska skillnader mellan kvinnliga och manliga röster

Kvinnor och män utsätts för olika typer av röststörningar delvis beroende på anatomiska skillnader i struphuvud (larynx) och i ansatsröret som gör att mäns och kvinnors röster skiljer sig åt akustiskt och påverkar hur mycket mekanisk belastning de tål (Titze 1994).

Den största fysiologiska skillnaden mellan mäns och kvinnors röster beror på att kvinnors stämband är kortare än mäns. Mindre kroppsbyggnad ger i regel mindre lungvolym som ger lägre subglottiskt tryck och ett kortare ansatsrör ger ett högre röstläge. Utöver detta är kvinnors slemhinnor också tunnare och innehåller mindre av det skyddande ämnet hyaluronsyra än männen. Allt detta sammantaget gör dem mer sårbara än mäns vid belastning.

Stämbanden är mellan 12-17 mm långa hos en vuxen kvinna och mellan 15-23 mm hos en vuxen man. Längden, tjockleken och rörligheten bestämmer taltonhöjdens läge (Sundberg, 2007). Längre stämläppar vibrerar långsammare med följderna att taltonläget blir lägre medan kortare stämläppar vibrerar snabbare och ger ett högre taltonläge. Det betyder att kvinnors läge, vad gäller grundton, vanligen ligger på ca 200 Hz och mäns på ca 110Hz. Höjden på struphuvudet har också betydelse för tonhöjden.

Kvinnors röster utsätts för mer belastning eftersom stämläpparna slår ihop omkring dubbelt så många gånger i sekunden som män. Fritzell (1996) skriver i en artikel för Läkartidningen om röstproblem hos olika yrkeskategorier vari han konstaterar att det oftare är kvinnor som söker hjälp för sina röstproblem.

Tre män och tre kvinnor har intervjuats och lämnat röstprov under denna undersökning. Eftersom det finns skillnader som medför att röst användningen skiljer sig åt hos könen och forskning talar för att kvinnor, överlag, har lättare att råka ut för röststörningar än män, finns det anledning att undersöka huruvida det finns skillnader mellan manliga och kvinnliga dubbare och i så fall hur ser dessa skillnader ut.

## 2.8 Röstergonomi

Med röstergonomi avses alla de åtgärder som förbättrar förutsättningarna för en bra talkommunikation. (Sala, Sihvo & Laine, 2011 s. 10)

Det gäller alltså allt som ökar möjligheterna att kunna tala, lyssna och förstå vad som sägs på en arbetsplats utan att skada rösten. För individen rör det sig om den egna rösthälsan, att förhindra röstskador genom att bland annat sköta sin hälsa och ha god talteknik. Förebyggande talträning och avspänningsövningar främjar god röstfunktion. På arbetsplatser gäller att anpassa miljön genom att exempelvis reducera buller, förbättra luftkvaliteten eller ge tillräcklig tid för röstvila för de som har röstkrävande yrken.

Arbetsmiljön är av stor vikt när man talar om röstrelaterade yrkesskador. År 2011 publicerades en kunskaps sammanställning som framtagits på uppdrag av Arbetsmiljöverket med syfte att öka och sprida kunskap om yrkesrelaterade röststörningar och röstergonomi. I denna sammanställning går att läsa om olika riskfaktorer i arbetsmiljön som direkt kopplas till skadlig röst användning.

---

Med en yrkesrelaterad röststörning menas en röststörning som uppkommer huvudsakligen i arbetet. Den kan vara orsakad av röstbelastande faktorer i arbetet och kan i så fall anses vara en arbetssjukdom (Arbetsmiljöverkets kunskapsöversikt 2011:6, s. 13)

För att kunna avgöra hur röstergonomin ser ut hos dubbarna behövs information om vilka riskfaktorer som kan finnas i deras arbetsmiljö.

### **2.8.1 Riskfaktorer i arbetsmiljön**

Följande riskfaktorer kan leda till belastningsbesvär (enligt Sala, Sihvo & Laine, 2005; Vilkmann 2000).

Buller, luftkvalité (torr och/eller förorenad luft), damm, kemikalier, rumsakustik som inte är lämpad för tal, långa röstkrävande arbetspass utan möjlighet till röstvila, arbetsrelaterad stress samt arbetsställning.

### **2.8.2 Andra röstskadliga faktorer**

Förutom arbetsrelaterade riskfaktorer kan sjukdomar såsom infektioner i de övre luftvägarna orsakade av exempelvis virus eller astma utgöra risker. Utöver det kan även vissa substanser ha en uttorkande effekt på stämbanden och försämra stämbandens funktion. Bland dessa kan nämnas kaffe, halstabletter, alkohol, tobak och uttorkande mediciner.

Följande avsnitt undersöker hur det ligger till med dubbskådespelares röstergonomi, det vill säga deras röst användning och deras arbetsmiljö.

## **2.9 Dubbaskådespelares röst användning och arbetsmiljö**

Professionella röststartister har prestationskrav som påminner om de för dansare och elitidrottsmän. Rösten måste vara på topp och pålitlig vid ett visst tillfälle för en prestation, dessutom krävs uthållighet att kunna upprepa prestationen med en viss lägsta nivå (Hertegård, 2008 s. 349).

Det kan alltså förstås som att dubbaskådespelare, likt akrobater, ställs inför mycket höga teknik- och prestationskrav, att de ofta använder sig av slitsamma, överdrivna röster och det kan därför antas att de, utan rätt röstteknik, kan riskera att rösten blir ansträngd.

Timmermans, De Bodt, Wuyts & Van de Heyning (2003) skriver i sin forskning om professionella radiopersonligheter att det är ytterst viktigt att man informerar personer inom röstyrken om röstergonomi.

Proper voice use and intelligible speaking for several hours a day is an athletic activity and requires coordinated interactions of numerous physical functions. Professional voice users, such as lawyers, clergy, teachers, actors and radio presenters are dependent on their voice, and their lifestyle and work will expose them to many dangers that may jeopardize their most valuable instrument of expression. Maladies of any part of the body may be reflected in the voice. Therefore, it is of utmost importance to prevent voice

---

problems by informing the professional voice users on vocal hygiene. (Timmermans, De Bodt, Wuyts & Van de Heyning, 2003, s. 127-132).

Vid gestaltningen av olika karaktärer kan röstskådespelare behöva använda olika typer av röstkvaliteter, allt mellan viskningar till skrik och som behandlades i kapitel 2.7 om skadlig röst användning och röststörningar och enligt citatet ovan så riskerar stämbandskanterna att utsättas för kraftiga stämbandskollisioner. Belastningsskador kan uppstå vid överansträngning av rösten, speciellt i samband med förkylning. På kollisionssytan, där stämbanden möts, kan ödem (svullnad vid vätskeansamling) eller ytliga blödningar (bristningar) uppstå som kan liknas vid skavsår på stämbandskanterna. Under långvarig eller återkommande ansträngning kan, som tidigare nämnts, dessa skador utvecklas till knutar eller polyper, förhårdnader som kan behöva avlägsnas kirurgiskt. När stämbanden drabbas av dessa symptom kan de inte sluta tätt och det låter hest eller i värsta fall inte alls. Som sagt, rösttrötthet kallas för fonasteni, heshet för *dysfoni* och när rösten sviker helt och hållet, afoni.

Rösttekniker finns för de som önskar sjunga eller tala med extrem röst användning. Inom logonomin finns flera röstövningar som används för att bygga upp rösten för kraftfull röst användning av den typ som används på en stor teaterscen utan mikrofonförstärkning. Sångpedagogen Melissa Cross som arbetar med hårdrock och Death Metalartister har utvecklat en teknik som bland annat hjälper extremistsångare med så kallade ”djävulsröster” (*growl* och *rasp*-sång med mera) finna en mera hållbar röst användning så att de kan genomföra sina turnéer utan att tappa rösten. Cross har utgivit två mycket populära DVDn *The Zen of Screaming 1* (2006) & *The Zen of Screaming 2* (2007) som utförligt beskriver tekniken. Enligt Melissa är det viktigt att hela tiden bevara luftflödet och ”stödet” när man sjunger för att undvika stämbands slitage. Det är möjligt att respondenterna använder liknande tekniker vid dubbing.

Röstintensiteten i olika dubbupdrag varierar stort och alla filmer eller serier är inte lika röstkrävande. Somliga serier kan innehålla flera karaktärer som är mycket röstintensiva, andra några få, varför studien kan visa att vissa inte drabbas av röstproblem lika ofta som andra.

Många röstskådespelare arbetar röstligt på andra håll förutom i dubbstudion. Det kan vara på scen, tv, skola med mera. Det är därför viktigt att tänka på att det är det sammanlagda röstarbetet som är avgörande för rösthälsan.

Manuskript på dataskärm möjliggör snabba hopp fram till nästa replik genom div. sökfunktioner. Det gör arbetet mera effektivt men det kan vara så att den ökade mängden repliker per timme sliter mer på stämbanden.

Studiomiljön som dubbskådespelare vistas och arbetar i består ofta av speciellt tillslutna rum utan fönster med ljuddämpande material som enligt Arbetsmiljöverket (Södersten & Lindhe, 2011) ger dålig luftmiljö som är olämplig för talad kommunikation. Rumsakustik eller *room gain* som det talas om i samma rapport är avgörande för hur bekvämt det är att tala i ett rum. Är rumsakustiken dämpad kan det bli svårt att tala om inte teknikern har kompenserat för klangen i hörlurarnas medhörning.

Det finns även anledning att misstänka att dålig balans mellan originalröstens ljudspår i förhållande till sin egen röst kan leda till att dubbskådespelaren höjer rösten för att öka

---

hörbarheten av sin röst vilket i sin tur kan leda till slitage på stämbandens slemhinnor och öka påfrestningen på struphuvudets muskulatur. Som beskrevs i föregående avsnitt anses buller och hög volym som riskfaktorer i arbetsmiljön. Om medhörningen i hörlurarna är för hög kan dubbaren råka ut för det fenomen som kallas för *Lombardeffekten*, den tendens man har att vilja överrösta buller, det vill säga att tala med sin omgivning med högre tonhöjd och volym än nödvändig (Schultz-Colon, H J & Fues, C P, 1976). Det här kan öka belastningen på talorganen och leda till röstskador.

Forskning tyder på att regelbunden träning, liksom inom sporten, ökar röstens hållbarhet (Verdolini & Ramig, 2001). Det är därför intressant att ta reda på om och i så fall hur dubbare tar hand om eller tränar sina röster.

## 2.10 Praktisk Kunskap

Det finns inga skolor som lär ut dubbning och ytterst få kurser har hållits i ämnet. För att förstå ytterligare en del av deras arbetssituation behövs information om hur de burit sig åt för att förvärva denna kunskap.

Det finns mycket vetenskap som talar om olika former av kunskap varav intuition också inräknas. Aristoteles beskriver tre olika kunskapsnivåer: 1. Episteme (Grekiska, att veta) vetenskap, teoretisk kunskap, 2. Techne/teknik eller (Grekiska, Hantverk) konst, teknisk/hantverksmässig kunskap och 3. Fronesis/instinktivt kunnande, praktisk visdom sprungen ur erfarenhet.

Stuart och Hubert Dreyfus (1986) talar på liknande sätt om fem stadier i förvärvandet av färdigheter. De beskriver det som så att man kan gå från nybörjare till expert om man äger en medfödd förmåga samt får möjlighet att förvärva nog med erfarenhet. För att testa sin teori utförde de en studie där de studerade piloter, schackspelare och vuxna som bland annat lärde sig ett andra språk, i deras process att förvärva färdigheter. Resultatet presenterades i boken *From Novice to Expert* som utgavs av Patricia Benner (1984). De fem stadierna enligt Dreyfus & Dreyfus är: nybörjare, avancerad nybörjare, kompetent, skicklig och expert.

Enligt Schötz (2006) har vissa människor en välutvecklad och finstämd intuition vad gäller olika markörer i talet som avslöjar känslor och sinnesstämningar, social status, ålder, kön, hälsotillstånd, attityder och annan information samt dess otaliga nyanser inom dessa markörer. Det finns anledning att undersöka om inte skickliga dubbskådespelare tillhör denna skara.

---

### 3 Teori

Studien utgår från ett hermeneutiskt synsätt. Genom denna humanistiska forskningslära söker man förstå individen och dess livsvärld och hur den upplever densamma (Thurén, 2013 s. 94). Liksom en tolk, utgör man en länk mellan de eller det som studeras och uppsatsläsaren (Ödman, 2007 s. 13-14). Att det är just tolkning som avses när man väljer ett hermeneutiskt perspektiv hör man på själva ordet Hermeneutik. Ordstammen härrör från namnet på den grekiske guden Hermes som agerade sändebud eller budbärare mellan gudarna och de dödliga (Ödman, 2003 s. 72; NE, 2016).

Hermeneutiken har förändrats en hel del sedan den kom till i mitten av 1600-talet. Till en början var det en bibeltolkningsteori som användes bland annat av protestantiska präster som oberoende ville kunna tolka bibliska texter utan kyrkliga auktoriteters bestämda åsikter och den fick stor spridning i Europa. Under 1700-talet började man se vikten av att se historiska sammanhang i tolkningen av skrifterna och hermeneutiken antog mera filologiska tolkningsregler (Filologi: från grekiskans philología med betydelsen ”kärlek till ord”). Med detta menas textanalys ur en kulturhistorisk synvinkel till skillnad från lingvistik som omfattar analys av språk och dess struktur. Så småningom kom Hermeneutiken att vidareutvecklas ytterligare under början av 1900-talet genom att Heidegger och Gadamer omformade den till existentiell filosofi. Hermeneutiken fortsätter att utvecklas och under vår samtid ses den mera som en normalvetenskaplig tolkningsteori med stor spridning inom human- och samhällsvetenskapen (Ödman, 1979, 2001, 2007 2:1, s. 35-55).

Att tolka genom att förstå innefattar alltså språklig tolkning, texttolkning, psykologisk tolkning och inlevelse med betoning på dialogens och intuitionens betydelse för förståelsen. Jag finner därför denna teori som passande för min studie.

Genom introspektion och inkännande har jag sökt tolka och förstå, dubbelkontrollerat mina antaganden samt inhämtat och letat efter information som legat utanför min förförståelse. Att vara tillräckligt insatt ökar sannolikheten för att tolkningen kan vara riktig. Min utgångspunkt med flerårig erfarenhet, grundlig förståelse av dubbningsindustrin och min försäkran om tillförlitliga respondenter i undersökningen om röstens funktion inom denna struktur ger fler verktyg som kan bistå tolkningen.

En hermeneutisk lag lyder ”Utan förförståelse, ingen förståelse (Ödman, 2003 s. 75).

Faran med detta synsätt är att jag kan komma att anta att andra uppfattat dubbvärlden på samma sätt som jag (Thurén, 2013 s. 97; Ödman, 2003 s. 90) men min förförståelse kan alltså också ses som en tillgång (Patel & Davidsson, 2011 s. 29) för att komma åt information som utan tillräcklig kunskap kunnat förbises i avsaknad av relevanta frågeställningar. Förförståelsen ger därför goda möjligheter att förstå intervjuobjekten och att se helheten i röstfunktion, röstergonomi, arbetssituation hos varje individ. För att kunna beskriva, förklara och tolka människors upplevelser av olika skeenden eller deras syn på verkligheten behövs, enligt Ahrne & Svensson (2011) kvalitativa studier för att få insyn i dessa frågor.

Intervjuprocessen har varit abduktiv genom att forskningen pendlat mellan ett deduktivt arbetssätt (där vissa teorier bevisats, motbevisats eller nyanserats) och ett induktivt, lyssnande arbete som har fångat upp beteenden och åsikter som uppdagats under studiens gång. Ett

---

arbete där forskaren pendlar mellan del och helhet (Patel & Davidson, 2011 s. 29-33; Thurén, 2013 s. 61) och därmed bekräftas också att insamlandet av material och stegvis förståelse och tolkning har följt samma princip som Radnitsky (1970) förklarar vara den hermeneutiska spiralen, vari förståelseprocessen svänger från empiri genom förståelse till kunskap som blickar ånyo på insamlat material till formandet av en teori som genom den sedan tolkar materialet och skapar ny förståelse, varje upptäckt blir en del i förståelsen av en helhet och fortsätter så tills man anser sig ha fog för mera kvalificerade påståenden (Ödman 2003 s. 78; Radnitsky, 1970 s. 23).

Enligt ovan beskriven förståelsespiral har arbetet lagts upp som följer:

För att uppsatsskrivaren och läsaren i sin tur ska kunna följa med i resonemanget och för att kunna sätta sig in i dubbarens arbetssätt och arbetsmiljö har en historisk förklaring presenterats (Lesche, 1971). Som tillägg till intervjumetoden har analyser utförts som tolkar och fördjupar förståelsen. Olika slutsatser har modifierats under undersökningens gång då det framkommit skillnader i åsikterna hos några av respondenterna, vilket i sin tur nyanserat förståelsen allteftersom ny kunskap eller nya åsikter framkommit som utmanat slutsatserna.

Jag har sökt redogöra för min förförståelse för att läsaren ska kunna följa med i hur jag har tänkt och för att lättare förstå vilka val jag tagit under processen. Om förförståelsen säger Ödman (2007 s. 102):

”Den ger riktning i vårt sökande. Det är den som avgör vilken aspekt vi lägger på det föremål som studeras. Man kan också formulera det så här: utan förförståelse inget problem och inget som kan ge ledtrådar”.

Vidare ger han rådet att om förförståelsen har betydelse för läsarens tolkning så bör den ges utrymme (Ödman, 2007 s. 124). Med stöd av detta har jag därför valt att beskriva min bakgrund inom dubbningsindustrin i bakgrundskapitlet.

---

## 4 Metod

I det här kapitlet beskrivs hur empiriinsamlingen gått till och hur materialet sedan bearbetats. I de olika avsnitten framgår det hur respondenterna valts ut, vilka huvudfrågor intervjuerna berör och slutligen vad röstanalysmetoden består av.

För att öka tillförlitligheten i denna studie har triangulering tillämpats (Patel & Davidsson 2011 s. 14 & 107). Flera datainsamlingsmetoder är aktuella genom kvalitativa intervjuer, tolkande röstanalyser, litteratur och forskningsdokument. Utöver detta har respondenterna fått ta del av materialet och ge återkoppling om ifall slutsatserna kunde antas vara rimliga.

Enligt Gadamer's *öppenhetsprincip* (Gadamer 1972 s. 237), görs försök till att återkomma till att tänka på de öppna frågorna och förbli medveten om hur de förhåller sig till den egna förståelsen. På så sätt kan förståelsehorisonten förändras, vilket också har skett. Ett försök till att söka motsägande information har också lett till flera nya upptäckter.

Sex stycken av Sveriges allra mest aktiva dubbskådespelare tillfrågades per telefon om att ställa upp i studien, tre män och tre kvinnor som valts ut med sin långa erfarenhet som främsta urvalskriterie. Samtliga tackade ja till att intervjuas. Varje intervjutillfälle delades upp i två delar, dels en intervju-/samtalsdel som berörde deras yrke & röst användning och efter det en röstanalysdel där fick varje respondent fick lämna 3 röstprover var. Ett röstprov på normal talröst samt 2 olika självvalda dubbröster/karaktärer för Röstanalys. Intervjufrågor samt röstprovstext finns som bilagor I respektive II.

Två av de tillfrågade dubbarna är även verksamma som dubbegissörer. I deras fall tillkom ytterligare frågor som berör deras vidgade arbetsområde i syfte om att förstå även deras förhållning till röstergonomi, belastning och arbetsmiljö från olika synvinklar, både som dubbare och som regissörer. Samtliga intervjuer spelades in på smartphone för att möjliggöra transkription och tolkning.

Utöver intervjuerna med respondenterna, intervjuades även Henrik Bennetter, dubbprojektledare på SVT och Margareta Thalén, logonom och lektor på SMI.

Efter att all empiri insamlats påbörjades en djupdykning i sökandet efter vetenskapliga texter som kunde hjälpa till vid tolkningen och förståelsen av intervjuresultat och röstanalyser. I följande avsnitt går jag in närmare på hur studien genomfördes.

### 4.1 Pilotundersökning

För att formulera mina forskningsfrågor tog jag först kontakt med några kollegor helt förutsättningslöst för att höra hur de själva upplever arbetet som dubbare i allmänhet och ta reda på vad de ansåg intressant att tala om. Det skulle man kunna se som en liten pilotstudie. Efter dessa möten utformades de forskningsfrågor som användes i min undersökning och de frågor som intervjuerna senare bestod av.

Tre olika röstskådespelare fick frågor om hur de upplever sitt röstarbete. Samtalen var engagerade och det var tydligt att det var ett ämne som de gärna talade om med stort intresse.

Pilotundersökningen gav följande information:

---

Skådespelare: Säger sig aldrig någonsin ha problem med rösten. Redan där testas tesen om skadlig röst användning hos de mest aktiva dubbarna men efter en stund berättar han att han numera aldrig spontant föreslår en röstkaraktär som han inte kan leverera under längre tid, eftersom det hänt att han gjort en sådan roll när han trott att det bara var några repliker det rörde sig om och att det skulle gå ”geschwinnt”, bara för att komma tillbaka till studion nästa röstpass och upptäcka att samma karaktär nu blivit en huvudroll. Just den här karaktären resulterade också i blödande stämband. Han har dessutom blivit mer medveten vid bokning och planerar bättre så att han inte ska ta ut sig. Han har dubbat sedan 80-talet, har dramatisk utbildning i ryggen och tänker på hur han sitter och står. Han tackar numera oftast nej till serier och tar nästan bara filmroller eftersom det är lättare att få överblick vilket minimerar stressfaktorerna.

Efter det samtalet formulerades intervjufrågor om strategier för förebyggande av röst- och stressproblem.

Skådespelare och dubbregissör: Berättar om stressen han upplever och säger att det är värre idag än för två år sedan. Vidare berättar han att han har börjat gå regelbundet hos en logonom eftersom han upplevt att hans röst hade förändrats till det sämre efter att under lång tid ha jobbat med en ”growlig” rollkaraktär. Han kände till slut inte riktigt igen sin röst, trots att han är teaterutbildad och rutinerad röstarbetare. Fasan för en skådespelare är att inte känna igen sin röst den ska ju i hans fall fungera även när han tar teater och filmroller, berättar han slutligen. Han arbetar även som dubbregissör och talar om sitt arbete med andra dubbare.

Samtalet ledde till att jag började formulera frågor som rör stress, extremröster, sammanlagd röstarbetstid och frågor om dubbregissörers tankar kring röstergonomi och vad de efterlyser för egenskaper hos en skicklig dubbare.

Röstskådespelerska: Ung kvinna som dras med sin flickröst ännu och har svårt att ”bottna” med rösten. Hon har dubbat sedan hon var barn och har rollbesatts för barnröster ända upp i vuxen ålder. Det är ”kanon” för studion, berättar hon, och ”superekonomiskt” att jobba med en vuxen människa som låter som ett barn ”eftersom vi dels har rutinen och är lättare att jobba med”. Barn tar längre tid på sig eftersom de ofta läser långsammare, har begränsad koncentrationsförmåga o.s.v. Det har gett henne mycket jobb men kostat henne dyrt anser hon. Nu när hon studerar på universitet och ska hålla föredrag, känner hon inte riktigt att hennes röst matchar hennes personlighet.

Samtalet inspirerade till frågor om varaktig röstpåverkan hos dubbskådespelare.

Ett par av intervjuerna blev långa och tydligt var att respondenterna i pilotundersökningen hade ett uppdämt behov av att tala om sin arbetssituation. De ville synliggöra deras utsatta situation och peka ut brister i arbetsmiljön. Samtidigt rådde inga tvivel på att de både älskade och kände stolthet över deras arbete. Något som också märktes hos respondenterna som sedan ställde upp i själva studien.

Efter att ha utfört piloten beslöt jag att be två av ovanstående personer att även delta i huvudstudien vilket de också tackade ja till. Min ursprungliga plan var att tillfråga fler men då jag insåg vilken mängd material det skulle bli med både transkribering och röstprover beslöt



---

jag att bara gå vidare med sex stycken respondenter, tre kvinnor och tre män. Tre män hade redan tillfrågats och tackat ja, den tredje personen i piloten tillfrågades inte enbart på grund av att jag ville ha rätt balans på undersökningen.

#### **4.1.1 Intervju och urval av respondenter**

I enlighet med Patel och Davidsson (2011) kan ett tillvägagångssätt med semistrukturerade, kvalitativa intervjuer användas för att belysa de intervjuades livsvärld, i det här fallet alltså dubbares livsvärld. Därför skapades möjlighet för respondenterna att kunna uttrycka sig fritt och ha stort utrymme i samtalet kring förbestämda frågor om hur respondenterna upplever sitt arbete ur ett röstergonomiskt perspektiv. Intervjuerna gick till som följer:

#### **4.1.2 Intervjuer**

Respondenterna fick bland annat frågor om hur de upplever sitt arbete som röstskådespelare, hur de står/sitter i studion och huruvida de upplever stress eller andra problem som kan påverka röstarbetet. Se bilaga I.

Intervjuerna antog en konversatorisk form och frågorna har varierat något vid de olika intervjutillfällena beroende på respondenternas svar. Frågorna har därför inte heller ställts i samma ordning vid varje intervjutillfälle och har ofta besvarats under samtalet utan att de ställts. Med hjälp av min egen ämneskunskap kunde jag också ställa relevanta följdfrågor, be dem utveckla sina svar eller sätta igång en tappad tråd med medhåll eller ytterligare frågor (Kvale & Brinkmann, 2014). Respondenterna hade stor frihet i hur intervjun hölls och de bidrog gärna med livliga förklaringar om sin röst användning och sin arbetssituation. Samtalstonen var ledig och det var tydligt att samtliga är djupt engagerade i sitt arbete.

Utöver grundfrågorna ställdes ytterligare frågor till de två respondenter som dessutom arbetar som dubbgissörer om vilka egenskaper de söker hos en dubbskådespelare, om de har tillräcklig kunskap om röstergonomi för att kunna assistera/instruera/informera en röstskådespelare som har eller riskerar att få röstproblem. Se bilaga I.

Intervjuerna genomfördes mellan den 28 oktober 2015 och den 24 november 2015. Varje intervju tog mellan 45-60 min och spelades in.

Utöver ovanstående sex respondenter hölls samtal med Henrik Bennetter som är dubbgissör och dubbprojektledare på SVT. För att försöka vara så objektiv som möjligt trots min förförståelse i ämnet ansåg jag det viktigt att få uppdaterad information. Henrik har gett sin tillåtelse att framträda i uppsatsen med namn.

Slutligen ombads Margareta Thalén, logonom, sångpedagog och lektor på SMI, som också utfört denna studies röstanalyser, något jag redogör för i senare avsnitt, berätta om hon kunde identifiera några röstskadliga beteenden hos respondenterna. Också Margareta har gett sitt samtycke till att namn och kommentarer medtas i uppsatsen.

#### **4.1.3 Urval**

De sex respondenterna är bland de mest anlitade dubbskådespelarna i Sverige och är verksamma hos inte mindre än fem olika dubbstudior i Stockholmsområdet som svarar för den

---

största delen av Sveriges dubbproduktion. Att de arbetar på olika studior ger ett överslag över arbetsmetoderna. Arbetsätten skiljer sig åt något mellan de olika arbetsplatserna vilket ger en god spridning. Att ta del av deras mångåriga yrkeserfarenhet inom dubbning är värdefullt och sannolikheten är stor att de har erfärit de flesta situationer som kan uppstå i en dubbstudio (Bryman, 2011 om målstyrt urval). Respondentgruppen är inte homogen utan den gemensamma nämnaren är att de är mycket kunniga i sitt fält och har lång yrkeserfarenhet. Skillnader i kön, röstläge, livssituation, arbetssituation och arbetsfrekvens gör att man inte kan skapa en mall som täcker alla skillnader utan att riskera att viktig information förbises. Dubbningsbranschen behöver och arbetar med många olika personlighetstyper för att säkerställa bredd och mångfald, därför vidhålls att en kvalitativ studie med denna brokiga skara är att föredra framför en kvantitativ studie.

## 4.2 Etiska överväganden

I enlighet med Vetenskapsrådets etiska riktlinjer om god forskningssed (2016) har samtliga respondenter upplysts om hur informationen om dem ska behandlas. Med tanke på att respondenterna är fortsatt verksamma inom dubbningsbranschen ansågs det viktigt att respondenterna fick vara anonyma för att kunna tala fritt utan att riskera att försämra relationen med sina arbetsgivare.

Samtliga namn har aidentifierats i uppsatsen och på röstanalyserna. Data hanteras konfidentiellt. Data kan komma att granskas av andra personer än studenten och handledaren ifråga. Data kan komma att användas i andra examensarbeten och vetenskapliga publikationer. Samtliga deltagare har muntligt upplysts om informationen ovan och har lämnat muntligt samtycke under inspelning innan intervjun påbörjats.

Respondenterna är medvetna om att intervjuaren inte arbetar som regissör för närvarande eller rollbesätter som tidigare. Därför kan man inte anse att respondenterna är i beroendeställning och anpassar sina svar i hopp om att komma ifråga om någon dubbroll.

Väl medveten om att respondenterna skrivit under konfidentialitetsdokument, så kallade non-disclosure agreement, eller *NDA*, i samband med kontraktskrivning inför varje produktion har inga frågor ställts om pågående produktioner som kan göra att respondenterna hamnar i en obehaglig situation gentemot arbetsgivarna. På dessa dokument stipuleras att arbetstagare inte på något vis får avslöja handling eller annan känslig information om filmen eller serien de bidrar till.

## 4.3 Transkription och tolkning

För att kunna utröna om det fanns mönster i intervjuerna som stämde med syftet och forskningsfrågorna, transkriberades intervjuerna till skriven text så exakt som möjligt och analyserades sedan enligt metoden nedan.

### 4.3.1 Utskrift

Med stöd av Patel & Davidssons råd (2011 s. 107) transkriberades intervjuerna i talspråk för att se till att inte andemeningen av det som sades skulle förändras eller omtolkas av uppsatsskrivaren. Vissa nyckelord som återkom märktes och underströks. Betoningar och

---

pauseringar noterades också eftersom det kan avslöja något respondenternas förhållningssätt till ämnet. Tack vare att materialet var inspelat kunde delar i intervjuerna höras igen för att säkerställa att det uppfattats korrekt (Patel & Davidsson, 2011 s. 104).

### **4.3.2 Analys och tolkning**

I enlighet med ett hermeneutiska synsätt och den hermeneutiska spiralen som beskrevs i teorikapitlet har materialet färdigtranskriberats och tolkningsarbetet inletts. Vissa mönster, kärncitat och nya upptäckter kunde skönjas som ledde till ny informationssökning för att förstå och förklara vissa beteenden eller påståenden. Exempelvis började jag förstå vikten av den intuitiva kunskap som dubbskådespelarna tillförskansat sig, en för mig ny förståelse som behövde undersökas ytterligare genom uppsökandet efter litteratur om ämnet. Vissa av respondenternas svar fick mig att fundera över varför det inte såg likadant ut överallt och jag behövde få mer information vilket ledde till att jag kontaktade Henrik Bennetter och sökte hans förklaring på några av de svar jag fick av respondenterna under intervjuerna, som till exempel, varför de bland annat inte kände av samma press när de arbetade med SVT serier. Respondenternas utsagor om den stressfyllda arbetsmiljön föranledde många tillbakablickar i tidigare läst litteratur och dess litteraturlistor som ledde mig till ny information och forskning om samma ämne. På så vis har studiens teman vuxit fram, genom att förförståelse lett till ny nyanserad och djupare förståelse som gett upphov till en så riktig tolkning av respondenternas utsagor som möjligt. De teman som vuxit fram redovisas i resultatkapitlet.

## **4.4 Röstanalyser**

För att kunna bedöma respondenternas röst användning under dubbning har en röstanalysmetod tillämpats. Röstanalysen används av logonomer och logopedier för att bedöma röst kvalitet och upptäcka röstföreteelser i det inlästa materialet. Tanken är att de ska utgöra en länk mellan teori och verklighet. Att också höra och uppleva det som diskuteras.

Analysen går till som följer: ett röstprov lämnas genom att spela in en läst text. Texten som används är vanligen ”Ett svårt fall”. Se bilaga II. Röstläge (RL), Röststyrka (RS) och Röst kvalitet (RK) analyseras för att undersöka om det finns faktorer i dessa prover som kan vara skadliga för rösten.

Respondenterna lämnade tre röstprover var. Först text läst med normal talröst och därefter texten gestaltad med egenvalda röster.

Sammanlagt 18 prov analyserades därefter med hjälp av ovan nämnda röstanalysmetod. För att säkerställa att resultaten inte påverkades av frågeställningarna i uppsatsen ((Patel & Davidsson, 2011) analyserades röstproverna av logonomen Margareta Thalén som oberoende observatör. När arbetet med röstanalyserna var klar ombads Margareta att komma med synpunkter angående röstproverna.

---

## 5 Resultatet av undersökningen

Först redogörs för dubbskådespelarnas uppfattning om arbetsklimatet på de olika studiorna, deras arbetsmiljö och arbetssituation, sedan redogörs för vilka verktyg de skattar som viktiga i sin profession samt vilka faktorer, både positiva och negativa, som påverkar röst och prestation i dubbstudion. Efter en sammanfattning av intervjuresultatet följer ett avsnitt som redogör för resultatet av röstanalyserna som genomförts på dubbskådespelarnas röstprover.

### 5.1 Arbetsklimat

I 5.1 behandlas hur dubbarna upplever arbetsklimatet på arbetsplatserna. Dubbaskådespelarnas utsagor innehåller nyckelord som *ökad inspelningstakt*, *attitydförändring*, *arbetstid* samt *bokning* och *framförhållning*.

#### 5.1.1 Ökad inspelningstakt

Resp. 4: ”Det har ju hänt ganska mycket de senaste 10 åren. Inspelningstakten har ju gått upp enormt mycket, i perioder så, har det känts som att vissa studior mest har sett på processen som en fabrik och då försvinner ju ALL lust, då blir det ju också väldigt svårjobbade apropå arbetsmiljö.”

Resp. 1: ”Det är väl inte någon ren katastrof men på senare år har ju vissa dubbstudior tappat den här personliga charmen utan att det är bara att vi ska hinna göra klart, snudd på att de inte hälsar och frågar hur det är, ”löpande band” är ordets rätta...”

Samtliga respondenter berättar att de påverkats av effektiviseringen, de känner av tidspress och antyder att de börjar känna att arbetet stundtals blivit mindre lustfyllt.

#### 5.1.2 Attitydförändring

Resp. 4: ”Det finns en liten attitydförändring där man för 5-10 år sedan såg skådespelaren som en tillgång, nu, i vissa perioder i alla fall, nästan har sett skådespelaren som ett nödvändigt ont och det är ju ingen bra grund för ett samarbete.”

Resp. 6: ”Attityden gentemot hur man såg på yrket och en del av glädjen tycker jag försvann där, från min egen sida och från andras sida också tror jag. Särskilt skådespelarna blev uppskrämda under konflikten.”

Det märks att respondenterna upplever en negativ attitydförändring men vill samtidigt ändå poängtera att det är en mycket positiv och kreativ miljö över lag och att engagemanget bland medarbetarna är stort:

Resp. 2: ”Det är tur att det är så många väldigt trevliga människor som jobbar med dubbning tycker jag, alla är så himla härliga och det är bra för det är nog inte många som skulle fixa att jobba under så’na omständigheter. Man står ut med rätt mycket.”

Resp. 3: ”Trevligt, välkomnande...oftast. Alla är så snälla och trevliga, det är kul och träffa dom. Det var lite jobbigt under konflikten där kände jag.”

Respondenternas utsagor tolkas som att en stor del av missnöjet berör arbetstakten och mötet med det administrativa och inte själva arbetet i sig.

---

### 5.1.1 Arbetstider, bokning och framförhållning

Tiderna är oregelbundna och dubbarna tas in efter behov, det innebär att det ofta kan hända att de får ”komma in” på, för dem, obekväma arbetstider.

Resp. 2: ”Kvällar och helger ibland... på sommaren brukar man få komma in, även om man är ute på nå'n semester och är ledig ett par veckor på landet, då kanske de ringer och säger att “du måste komma in, nu måste du spela in det här den här veckan”. Då får man uppoffra sig lite och åka in och...det har jag ju gjort, man vill ändå vara lojal man vill ju inte heller förlora en roll. Man vill ju dels ställa upp, man vill ju också vara kvar i businessen. Det är viktigt att hålla en god relation med studion.”

Dubbarna ”ställer upp” och arbetar trots att tiderna inte alltid passar och några av dubbarna känner att de står i beroendeställning till dubbstudion. Till detta skall tilläggas att ingen ersättning utgår för obekväm arbetstid eller restid till och från studion.

Mer problematik gällande arbetstider kan utläsas av följande citat:

Resp. 1: ”Ibland är det “Du, vi har en missad replik, är du i närheten?” för att det måste vara klart om en halvtimme. Det kan ju hänga ihop med att man är så glad och ha jobb, för även fast man sitter hemma eller är hos nå'n god vän, så försöker man ju hinna dit.”

Resp. 4: ”Det är väldigt mycket tightare deadlines, det är mycket, mycket mer...stress och ibland, irritation som kommer av den stressen kring att få till det.”

Bokningsavdelningarna har allt kortare framförhållning, ofta bara en vecka, ibland mindre, det är inte ovanligt med bara en-två dagars förvarning på grund av sent inkommet material och kort deadline. Det är ett krävande koordinationsarbete att passa ihop tekniker, regissör, ledig studio och dubbskådespelare. Med kort varsel kan de flesta tiderna vara tagna och dubbskådespelaren tvingas ofta komma in på en, för dem, obekväm tid. Det kan därför ibland bli svårt för dubbskådespelarna att planera långsiktigt. Kanske skådespelaren har en rullande karaktär i en serie som den förbundit sig till att genomföra. Den korta framförhållningen ökar stressen på den som redan har en fullbokad vecka när deadlinekravet kommer. Om dubbaren samtidigt är fullbokad på andra röstintensiva jobb ökas både stress och röstbelastning. Många situationer löser sig av dubbskådespelarnas goda vilja och behov av att hålla sig väl med studiorna. De har en stark lojalitetskänsla och empati för studiornas krav på att leverera i tid.

## 5.2 Arbetsmiljö

Här presenteras hur dubbskådespelare påverkas av arbetsmiljön. I kapitel 2.8 står att läsa att arbetsplatsens beskaffenhet, arbetsställning, ljudmiljö, röstbelastning och stress bör beaktas när det talas om arbetsmiljö.

### 5.2.1 Studiorummet

Studiomiljön som dubbskådespelare arbetar i består ofta av speciellt tillslutna rum utan fönster med ljuddämpande material som ger dålig luftmiljö som är olämplig för talad kommunikation. De här är faktorer som utgör risker i dubbskådespelarens arbetsmiljö och kan påverka rösten negativt.

---

Resp. 2: ”Vissa är mer måna om att man ska få pausa rösten, vissa tycker ändå att man ska andas ut lite, prata lite vanligt, gå ut, ta lite vatten. Vissa tänker mer på vad man behöver medans vissa är mer ”Jamen nu tjötär vi på för vi måste verkligen bli klara”.”

Studiorummet är torrt, dammigt och blir ofta varmt om sommaren. Fläktar eller luftrenare stör ljudupptagningen och används inte under inspelning. Några studior har dock försökt att lösa det här problemet. Eurotroll har till exempel installerat ett speciellt system som utvecklats i samråd med akustiker. Ett avancerat luft/värmeväxlersystem som utrustats med ljuddämpare. Med tanke på den ogynnsamma studiomiljön hos flera studior så finns mycket att vinna på att ta täta pauser för koncentration och hälsas skull, dricka vatten, få frisk luft och vila rösten. Det är, enligt respondenterna, något som inte alla tänker på i kampen mot klockan.

### 5.2.2 Arbetsställning

Arbetsställningen påverkar andningen och därmed talet, det är därför viktigt att se över hur man sitter eller står i förhållande till utrustningen. Det visar sig att det hos dubbarna, skiljer sig åt lite.

Resp. 4: ”För det första så står jag alltid i studion när jag dubbar och det gör jag för jag tycker att spelet blir så mycket bättre. Speciellt nu när det blir så mycket live-action grejer men även om det är saker med mycket energi så tycker jag att det är helt kontraproduktivt att sitta.”

Resp. 3: ”Sitter. Jag får ont i knäna eller ryggen om jag står för länge...ska jag dubba flera timmar, så vill jag sitta. Men jag försöker sitta så att jag ändå rör på mig, annars kryper man ihop sig och rösten blir väldigt platt.”

Att ”halvsitta” som variant förekommer också för att lättare kunna andas men ändå vara avspänd speciellt vid längre pass.

Resp. 1: ”Ståsitter, barstolsfeeling. Jag känner mig avspänd och bekväm. Jag står ju väldigt sällan. Det är nog mera med reklam, då står jag faktiskt. För att inte se så försoffad ut inför kunderna så det är för syns skull.”

Om dubbarna väljer att sitta eller stå när de jobbar är alltså mycket individuellt även om de flesta är överens om att ”spelet” vinner på en stående arbetsställning.

Felaktig arbetsställning kan skapa spänningar (kapitel 2.8.1). Respondenterna fick svara på om de har tänkt på hur mikrofonplacering och placering av annan utrustning påverkar arbetsställningen och därmed röstbelastningen.

Resp. 2: ”Jag brukar inte tänka på det, för jag litar verkligen på dom, dom borde ju faktiskt veta bäst. Det har jag nog inte ens reflekterat över men så har jag ju ibland sjukt ont i nacken nu när jag tänker på det och det kan nog ha ganska mycket med hur jag stått på dubbningen och göra...eller suttit. Så det kommer jag att börja tänka på nu.”

Resp. 4: ”Det har jag aldrig tänkt på faktiskt...man vill ju inte ha micken för bilden och samtidigt så vill man ju inte ha den för långt åt höger eller åt vänster heller (visar att huvudet blir snett, antyder att det blir snedbelastning för hals, huvud, nacke) skulle man

---

ha en tvåtimmars inspelning, speciellt med en sån jobbig grej som en av de här monstrena, då kommer det ju att göra stor skillnad plötsligt.”

Resp. 3: ”Ja, det händer. På ett ställe hade de TV’n nästan upp i taket och då kände jag efter några timmar att jag fick ont i nacken.”

Arbetsställningen är alltså inte alltid optimal ur röstergonomisk synvinkel. Trots att flera har upplevt obehag som smärtor i nacke har de inte alltid kopplat ihop att det kan ha med arbetsställningen att göra.

### 5.2.3 Ljudnivå

Ytterligare en observation är att dubbare själva behöver veta hur stark lyssning de ska ha. Något som är svårt för ovana dubbare och som även händer mycket rutinerade dubbare är att man omedvetet luras att följa med den engelska talmelodin vilket gör att den svenska prosodin blir avvikande, då är det viktigt att balansera ljudnivån så inte det händer lika lätt. Efter hand får man in en rutin som gör att man håller tillbaka denna tendens och medvetet anpassar lyssningsvolymen. Ljudteknikerna är kunniga i de här frågorna men deras första prioritet är en bra ljudupptagning och även de skickligaste kan missa sådant om man håller ett högt tempo. De kan inte förväntas hålla reda på vilka preferenser dubbarna själva önskar på lyssningen.

## 5.3 Arbetsituation

I de här avsnitten beskrivs hur röstkådespelarna upplever olika faktorer som påverkar deras arbetsituation. Det gäller alltså arbetstempo, stress, hur man svarar på regi men även kvaliteten på ett mycket viktigt arbetsredskap: *manuskriptet*. Längre fram belyses hurdan röst användningen ser ut, efter det berättas kort om dubbarnas intuitiva kunskap. Vi får sedan veta vilka egenskaper dubbarna och regissörerna anger som de absolut viktigaste för att lyckas som dubbare och avslutningsvis presenteras vad de skulle vilja förändra i sin arbetsmiljö.

### 5.3.1 Arbetstempo och stress

Den upplevda stressen är individuell och skiftande.

Resp. 5: ”Jag tycker dom ska va’ väldigt glada att dom har oss som är så snabba (skratt) annars skulle de inte klara sig menar jag. Jag tänker på när jag började så var det ju sådär 50-70 repliker i timmen och idag är det liksom 100-110-120, det finns liksom inget utrymme för och ha en dålig dag eller nå’n dålig minut utan det är bara fullt ös vilket kan va’ ganska utmattande emellanåt.”

Resp. 4: ”Det handlar ju om hur man förhåller sig till den stressen...men om regissören tar en minut och landar med mig innan vi går in i dunderprocessen då är det lugnt, då kan jag stressa hur mycket som helst men om jag känner att det är irritation och det är stress...det är ju ingen vidare kul arbetsmiljö och jobba i.”

Respondent 6: ”Jag tänkte det negativt först men jag vet att jag tycker också att det är liksom en positiv följd i det för att man kommer in i ett flow och man har ett tempo som gör att man...som jag mår bra av att ha. Så det behöver inte bara vara negativt.”

---

Något som alltså anses viktigt enligt respondenterna är *bemötandet*. De säger sig vara beredda på att jobba i ett högt tempo om de bemöts med respekt och utan att studios stress och irritation går ut över dem. Det framkom också varierad inställning till effektiviseringen och det högre arbetstempot. Det uppfattades alltså inte enbart som negativt.

### 5.3.2 Kvalitetsförsämring

Ytterligare något som ofta framkommer i intervjuerna är att det har skett en kvalitetsförsämring på vissa håll, återigen gäller det här oftast serierna och inte långfilm som fortsatt håller högre kvalitet överlag.

Resp. 2: "Ibland så känns det inte som att själva kvaliteten på replikerna spelar så stor roll utan det är mer alltså hur snabbt det går och kanske också det här med att det inte är regissör med lika ofta, det kan ju också göra att kvaliteten inte blir lika bra."

Resp. 5: "Det har liksom slagit mig att det inte är lika roligt längre som jag tyckte för att jag känner mig stressad, att det ska gå så in i helsike fort så jag har så lite utrymme för att skapa eller liksom bara ha en liten dialog med teknikern under tiden om vad det handlar om. Då får jag intala mig själv att liksom bara göra jobbet ändå och det får va' ok men det är stressande och det innebär en viss kvalitetsförsämring också för slutprodukten då."

Det som framgår är att det snabba tempot och avsaknaden av regi gör att de anser att de inte kan leverera lika god kvalitet på sitt arbete som tidigare. Det upplevs som en stor frustration för flera av respondenterna som ibland måste lämna ifrån sig arbete som de vet inte når upp till deras allra bästa standard men tvingas acceptera att det var det bästa som kunde göras under omständigheterna. De upplever att det förr lades mer fokus på skådespeleriet.

### 5.3.3 Kvalitet på översatt manus

Att kvaliteten på *översättningarna* är en annan källa till frustration är mycket tydlig. Att materialet man ska jobba med är "ofärdigt" gör att värdefull tid går åt till annat än att dubba.

Resp. 3: "Det är värre om det är dåligt översatt och man måste hinna och man måste ta om och man stoppas upp hela tiden, ja, då blir jag arg...och stressad och tycker att, åhh, jag vill bara göra MITT jobb, inte göra nå'n annans jobb."

Resp. 5: "Det är ju otroligt viktigt att få bra manus!...man märker att det jätteofta är direktöversättningar, allting känns sådär...knöligt, det rullar liksom inte riktigt på och det är svårt att ta på för det är liksom inte genomtänkt...ibland är det ju bara hopplöst med konstig meningsbyggnad, jättekonstiga ord och man vet inte hur man ska uttala dom."

Respondenterna påtalar skarpt vikten av översättare som verkligen förstår sig på dubb, svensk meningsbyggnad och vikten av klaffsynk, placering av vokaler, stavelselängd och hur mycket värdefull studiotid som går åt, hur mycket frustration det skapar för dubbarna när de ska jobba med ogenomtänkt material. Det gäller även sånger som ofta dyker upp i serierna, att stavelser, rim och vokaler stämmer så inte dubbarna själva behöver stå i studion och rätta svårjunget material. Det här gäller vanligen serier utan regissör. Det ingår i regissörens arbete att bearbeta manuset, så kallad *adaption*, för att försäkra sig om att sakfel och språkfel inte smugit sig in och för att se till att dialog och sång flyter och passar till bildmaterialet. Översättningar för biofilm ges mer tid, är ofta mer genomtänkt och har adapterats av regissör.



---

#### 5.3.4 Undantag

Under uppsatsskrivandets gång och efter intervjuerna genomförts och transkriberats upptäcktes flera undantag som behövde undersökas och förklaras. Större filmprojekt ges mer tid och mer arbete läggs på både regi och manus. Utsagorna som speglar missnöje riktar sig mest mot en viss typ av serie. Några av skådespelarna upplever att många av serierna de får är ”skrikiga”, ”snabba”, ”gapiga”, de känner viss stress när de dubbar den sortens serier men att det är skönt när de får göra andra typer av serier och då oftast i serier som ska visas på SVT. Förklaringen får jag av Bennetter:

”Vi köper inte in de här skrikiga serierna, där gör inköparna ett jättejobb. Vi ska inte ha våld i Barnkanalen, vi ska inte ha vapen. Vi ska ha en trygg plats för alla som sitter och tittar på Barnkanalen.”

Respondenterna nämner också ordet kvalitet när de talar om SVT-serier. Det är tydligt att det finns skillnader när de talar om uppdragen. Det läggs ner mycket tid på bland annat manus. Om arbetstakten säger Bennetter:

”Mitt motto, och då ska jag tala för mig, är att ”Det får inte gå fort, det ska bli bra” och det har jag kört på sedan jag började för fem år sedan för det blir inte bra om man gör det snabbt.”

Vidare berättar Bennetter att de på SVT jobbar väldigt mycket för att se över detaljer som stereotypa könsroller och sörjer för att göra ändringar eller ”lyfta” avsnitt som är opassande. Om skrikiga typer säger han att det ibland kan förekomma skrikiga karaktärer i deras serier men att de då är det av en anledning. Om de bara är skrikiga för den sakens skull så har det inget syfte.

#### 5.3.5 Vikten av bra regi

Beroende på produktion ges regi och feedback av antingen regissör eller regisserande tekniker. I det här avsnittet förtydligas hur regissörens roll uppfattas av respondenterna.

##### 5.3.5.1 Regissörens roll

En dubbregissör har som tidigare beskrivits en viktig roll vad gäller överblick och stöd i studion. De vet vad filmen eller serien handlar om, vet om och hur karaktären utvecklas och ger scenanvisningar som hjälper dubbaren med sin gestaltning. Dubbarna har inte möjlighet att se hela avsnittet eller filmen de ska dubba utan kastas rätt in i en handling de inte har en aning om. Därför vill dubbarna gärna tala om *kontext*, omständigheter och övergripande handling som underlättar för karaktärförståelse och korrekt replikleverans.

Resp. 4: ”Även jag som har bra koll kan ju missuppfatta en kontextuell sak som gör att jag syftar fel...och sitter man där med en tekniker då framförallt som kanske inte vågar eller vill eller har intresse att kliva på med regi då kan ju det där bli fel och då förlorar ju produkten i värde verkligen.”

Information som huvudord och handling i scenerna som spelas in får de ofta gissa sig till om inte scenanvisningar ges av tekniker, regisserande tekniker eller regissör. Det kan därför förstås att en god ledsagare kan underlätta arbetet för en dubbare och leda till bättre kvalitet på dubbningen.

---

Resp. 6: ”Jag tycker att min uppgift som dubbregissör till 100% är att hjälpa personerna som är därinne, genom att visa att...världen kommer inte att kollapsa om det inte blir det bästa, utan vi jobbar tillsammans och har kul och är kreativa...//..Om man ska göra några roller framöver där några är lite gapiga, att man faktiskt väntar med alla dom till slutet så att man inte kör slut rösten på skådespelaren så man inte kan prata normalt efter.”

Regissörerna i den här studien har en ambition att skapa en trygg arbetsmiljö som främjar en god prestation. Respondent 6 tänker röstergonomiskt. Han berättar hur han försöker skapa en god atmosfär och dessutom planerar dubbpasset så att det blir mer skonsamt för rösten.

Resp. 2: ”En bra regissör kan ju göra att man blir ännu bättre och att det är roligt att jobba och man får känna ”Åh, vad jag kan! Jag behöver uppmuntran när jag jobbar...//..att det sociala samspelet är på en bra nivå, då känns det mycket lättare att göra ett bra jobb.”

Respondenterna märker skillnad mellan olika regissörers sätt att arbeta. En bra regissör, enligt dem är den som är intuitiv, skapar god stämning, ger bra *feedback* och lyckas locka fram en bra framställning.

#### **5.3.5.2 När regin inte fungerar**

Flera av respondenterna vittnar om hur utlämnande det känns när det inte fungerar i studion. Så här förklarar respondent 6 hur han kan reagera:

Resp. 6: ”Ibland med mindre dold irritation tror jag, för att då känner jag mig så himla utsatt, då känner jag att jag blir värdelös plötsligt och alltså om ingenting som regissören säger håller jag med om och det känns bara som att jag är nu på helt fel plats på jorden...//..jag känner mig lite, liten och jag blir irriterad och lite arg.”

På temat om självförtroende och utsatthet, beskriver Resp. 1 det så här:

”Man är inte så kaxig när man står där och ska dubba. Och det hänger mycket på att jag, som har dubbat så länge, har inte det självförtroendet att: nu går jag in och river av det här, utan det är ångest varje gång.”

Resp. 1: ” Det där känner man ju när man är en känslig person...//..Jag blir mycket sämre, det tar längre tid när jag har en tekniker eller regissör som inte tycker att sitt jobb är så kul, då sprider de det tyvärr. Det är viktigt att det sociala funkar.”

Påståendena ovan sätter fingret på någonting många känner när de ska prestera och respondenternas berättelser understryker vikten av att skapa en god arbetsmiljö som är kreativ, positiv och trygg, helst också lustfylld. De som även arbetar som regissörer och regisserande tekniker berättar att de, eftersom de själva vet hur det känns att stå inne i studion, också tänker extra mycket på att vara ”plussande” mot de som står inne i ljudbåset och ska leverera.

#### **5.3.5.3 Regissör som mentor**

Mentorns roll är att underlätta en adepts utveckling inom ett visst område. Mentorns, det vill säga, dubbregissörens arbetslivserfarenhet är avgörande för mentorskapets värde. De är alltid väl förtrogna med dubbandet, är själva fortsatt aktiva dubbare, har mycket erfarenhet att dela med sig utav och har mycket att säga till om när nya adepter tas in.

---

Resp. 2: ”Förut var det mycket mer regissörer, då lärde man sig väldigt mycket av dom. För de satt med på varje inspelning och var så här... -”Lite mer så eller lite mer energi eller lite mindre...” nu är det nästan aldrig, vilket får en att undra hur nya kommer in i det idag.”

Regissörer har en viktig funktion i upplärningen av nya talanger. Eftersom de inte används i samma utsträckning idag finns en fara för att det blir svårare för nya dubbare att lära sig yrket speciellt om de blir intagna till snabba serier där det saknas tid att lära upp någon.

### 5.3.1 Sammanlagd röstarbetstid

Dubbare är frilansande röstartister som arbetar på flera olika arbetsplatser och områden inom tv, film, teater, musik. Om vi bara tänker på de antal dubbtimmar kan de se lite ut i hänseende till röstbelastningen. Därför förtydligas här att för att hålla röstligt får man se till den sammanlagda röstbelastningen.

Resp. 6: ”Jag har ju kunnat gasta mig hes och kunnat vara rätt trött och sliten på kvällen men då har ju inte jag behövt stå på scen den kvällen.”

Resp. 5: ”Om jag får de där häxorna eller dom där pipiga barnen som gör att jag måste pressa rösten, då vill jag helst inte ha för många timmar på en och samma dag.”

Resp. 3: ”Det var dubbla böcker sist men nu på slutet var det verkligen, jag brukar aldrig låta så här (hes) det här har varit så här nu i tre veckor att det släpper helt. Som sagt jag är livrädd för och tappa rösten, Vad gör jag då? Hela mitt liv...”

Har frilansaren fler röstjobb såsom teater eller konsert på samma dag behöver den själv se till att hålla reda på den totala mängden röstarbete eftersom den sammanlagda röstarbetstiden ökar påfrestningen på stämbanden. Ett tre timmar långt arbetspass kan bli mycket påfrestande beroende på hur mycket man har förställt sig och hur ansträngande karaktärens röst är att gestalta. I det fallet bör man inte ha fler ansträngande röstjobb just den dagen.

### 5.3.2 Dubbskådespelares uppfattning av röstproblem

Här belyses vilka röstproblem dubbskådespelare själva upplever att de oftast drabbas av. Hur personer definierar ”röstproblem” skiljer sig åt enligt Verdolini & Ramig (2001). Det beror på huruvida personen i fråga känner att röstproblemet är ett hinder eller inte. En individ kan alltså ha nedsatt röstfunktion utan att känna att det stör nämnvärt och en annan person störs väldigt mycket av samma störning. Känslan är subjektiv. Många uppfattar att det är fråga om ett röstproblem först när de behöver uppsöka vård, vilket är oroväckande eftersom skadan då redan är skedd. Enligt samma studie är sannolikheten att man råkar ut för röstproblem igen fem gånger mer än för andra som aldrig upplevt röstproblem.

Ur det hänseendet är följande replikväxling intressant:

Rösttrötthet då? Händer det att du blir lite trött eller sliten i rösten?

-”Nää faktiskt inte.”

Har det hänt att du jobbat fast du inte borde?

---

-”Ja, om man inte har någon röst alls så går det ju inte men du vet ju själv man gör ju allt för att inte ställa in, så att jag kör på om inte se'n dom säger “jamen det här går ju inte, du låter som...”

Ja, så, då HAR det ju alltså hänt?

-”Nä. Det har aldrig hänt.”

Hur vet du då hur du skulle svara på den frågan?

-”Mm.”

Och följande svar:

Resp. 6. ”Nej. Det har jag nog aldrig haft.”

Samma person säger senare i intervjun:

”Det var mer när man var castad i gapiga serier om man skulle va' en så'n där, ja, dom där jobbiga dubbarna, ”försörjningsdubbarna” bara, då kunde jag vara väldigt, väldigt trött så att jag knappt orkade prata. Jag hade liksom ingen röst att prata med efteråt.”

Flertalet dubbskådespelare skattar sig inte ha upplevt röstproblem även om det faktiskt framkommer i intervjuerna att samtliga har upplevt problem som rösttrötthet, heshet och till och med röstbortfall. De ser sig ändå inte som personer som ofta drabbas av röstsymptom.

### 5.3.3 Att jobba fast man inte borde av rösthälsoskäl

Resp. 5: ”Vid två speciella tillfällen har jag tappat rösten...helt. Eftersom det har hänt så sällan så var jag ganska brutal och jag fick ta kortison (skratt- ja, jag vet att jag inte borde typ av skratt)...Det var en dubbserie det var deadline på...och att jag lätt kan bli utbytt om jag har en serie som jag måste göra och jag har en stor roll.”

Resp. 4: ”Ja, det är nog för att jag känt en obligation, att jag ska ställa upp för studion, det kan vara en deadline man inte kan skjuta på, man vill inte va' till besvär, antingen det, eller att man känner att om man inte tackar ja, då kanske inte jag får komma tillbaks.”

Resp. 3: ”Ja, det är om man har varit sjuk helt enkelt, “Ja, men nu måste du komma in för det här måste va' klart på fredag”. Då kan jag känna, jaha, men då får jag fan få till det liksom och inte sätta dom på pottan.”

Här ovan beskrivs en vanlig företeelse. Det visar den utsatta situation dubbarna befinner sig i, de är beroende av att behålla jobben. Följden av att utebli från ett pass kan alltså i värsta fall innebära att man blir utbytt och inte bara bli av med just det passets/tillfällets inkomst utan även inkomsten som den rollen skulle kunna generera över kanske flera månader. Det är därför helt förståeligt att man gör allt man kan för att ställa upp trots att rösten och kroppen egentligen säger nej.

---

### 5.3.4 Beroendeställning

Som framkom i avsnittet ovan känner flera av respondenterna att de står i beroendeställning till dubb-bolagen, vill inte verka vara besvärliga, är rädda att förlora jobb och har små möjligheter att förändra sin arbetssituation, att de har svårt att tacka nej till jobb i en marknad som har sådan hård konkurrens. Därför kan det hända att de tackar ja till att jobba på tider som kanske inte passar dem eller känner sig tvungna att arbeta trots förkylning.

### 5.3.5 Varaktig röstpåverkan

Det kan vara ekonomiskt fördelaktigt för en dubbstudio att anställa en vuxen skådespelare som kan låta som barn eftersom de både läser snabbare och har lättare för att levandegöra texten. En av respondenterna vittnar om röstslitage och *varaktig påverkan* på rösten efter långa arbetspass med barnröster och andra ”ljusa” karaktärer.

Resp. 2: ”Det kan ju kännas lite jobbigt om jag ska hålla föredrag...det gäller i alla fall för mig att jag fastnar typ som idag har jag ju dubbat hela förmidda'n, en jätteljus röst, typ nå'n älva och då är det ju så lätt att man hänger kvar i den rösten resten av da'n, att man har svårt att komma ur rollen och det kanske också påverkar rösten.”

Unga vuxna kvinnor som dubbat sedan de var barn kan alltså ha svårt att komma ifrån barnrösten i sin vardag. Det här är en av de viktigaste upptäckterna i denna studie. Respondenten är omkring 25 men låter betydligt yngre. Hon har dubbat sedan hon var 12 år gammal och kan ibland känna att det är besvärligt i sin vardag när rösten inte bottenar. Det blir intressant att se hur respondentens svar överensstämmer med röstanalyserna som kan avslöja mer om hur det låter om både vardagsrösten och dubbrösten. Om varaktig påverkan gäller för denna person är det mycket möjligt att det gäller annan extremanvändning också.

### 5.3.6 Extremröster

Den röstskådespelare som visar sig vara skicklig på att ”growla” (tala med raspig röst, monsterröster med mera) lär få liknande uppdrag oftare, likaså den som gör övertygande häxröster eller ljusa skrikroster.

Här följer citat från ett par respondenter som utsatts för förhöjd risk att utveckla röstskador:

Resp. 2: ”Jag kan känna lite problem ibland om jag har dubbat väldigt långa pass.../jag får ganska ofta ganska skrikiga ljusa roller och då märker jag verkligen att min hals måste vila efter om jag får ont, framför allt om man kör såhär sjukt högt tempo och -“Du måste sätta 200 repliker i timmen nu och det är den här ljusa rösten...” då kan man verkligen känna av det.”

Resp. 3: ”Min röst är väldigt snäll trots att jag aldrig tar hand om den. Det här är något nytt, stress och lite förkylning, så har jag jobbat ändå och sitter och stressar och spänner mig tror jag som gör (harkel) att det inte sluter riktigt, att jag läcker. Men jag kan alltid jobba på nå't sätt, så jag har inte haft några jätteproblem. Inte förrän nu (skratt).”

Så fort man ligger utanför sin optimala röst användning gör man våld på rösten. Gör man det ofta och länge riskerar man röstskador. Röstproblem kan alltså sammankopplas med frekvensen av nämnda karaktärer. Slumpen avgör när dessa karaktärer kommer in och skulle

---

flera röstskadliga faktorer råka sammanfalla med exempelvis en förkylning ökar risken för allvarligare röstskador. Under intervjuerna märktes att det fanns en ton av oro över hur rösterna svarade på stressen och den höga arbetsbelastningen.

### 5.3.7 Röststrategier och underhåll av sitt instrument

Respondenterna tar till olika strategier för att ta hand om rösten. Här berättar några hur de gör:

Resp. 5: ”Jag har en känsla av att att man gärna kan pusha sig själv lite mer så länge en röst finns, så länge man har kontakt med rösten...Jag fattar inte hur den håller, jag är fascinerad att den håller. Jag tror att det är som en muskel som man har tränat upp och bara jag använder den på rätt sätt, inte pushar den för mycket, vissa röstlägen som jag gör när jag dubbar pressar väldigt mycket, mycket skrik, då kan jag känna att det sliter.”

Resp. 1: ”Jag har sagt till de olika studiona nu att det blir ett problem om jag skriker och är monster första halvtimmen och sen kommer vi till en roll som är en liten pippifågel, då har jag inte den falsetten kvar...härmed så börjar jag alltid med dom pipiga och sen kan vi skrika och gapa och va' hemska.”

Man kan sammanfatta respondenternas utsagor som att de har viss kunskap om röstergonomi även om de kanske inte använder just den termen för det. Flera av dem tänker till exempel på att dricka te eller vatten, undvika bullriga miljöer som krogen om de ska jobba. Flera berättar också att de försöker tänka på att inte påfresta rösten för mycket när de gör några av sina mest extrema röster. De vet att de måste ta hand om sig och vara rädda om sitt instrument även om de flesta inte är konsekventa med röstövningar och annan förebyggande träning.

Ett par av respondenterna har varit i kontakt med logonomer eller sångpedagoger för att jobba preventivt med rösten.

Resp. 4: ”För nå't år se'n började jag känna mig sliten i rösten, jag hade också gjort flera olika roller faktiskt med mycket ”growl”, mycket monster...under ett halvår kanske...och se'n så stötte jag på en logonom som också arbetar som skådespelerska vilket kändes jätteskönt för då visste jag att hon skulle fatta precis vad jag behövde. Jag gick till henne en period och jobbade och det kände jag mig jätteglad över. Se'n måste jag bara göra övningarna (skratt). Det gjorde stor skillnad måste jag säga.”

Här framgår det att även growldubning kan ge varaktig påverkan och ett exempel på hur denna skådespelare valde att göra något åt saken. Det här visar att förebyggande röstträning hos någon form av röstpedagog, logonom, logoped eller sångpedagog kan göra skillnad hos denna yrkesgrupp.

### 5.3.1 Erfarenhet och uttalad intuitiv kunskap

Något som respondenterna ofta återkom till i samtalen var *intuition* och ”*skills*”. De säger att de lärt sig av att praktisera och att de blivit skickligare med tiden. De talar om att de inte tänker utan mera ”känner” hur de ska göra.

Resp. 4: ”Till slut ”känner” man både *pre-roll* och karaktärens talmelodi utan att behöva lyssna före.”

---

En ”pre-roll” är den tid ”bandet rullar” innan inspelningen sätter igång inför varje replik. Nu används inte rullbandare längre då allt sker digitalt men termen lever vidare. Vanligen ligger en pre-roll på cirka 2-3 sekunder. Och ger skådespelaren en liten startsträcka på vilken den hinner förbereda sig för nästa insats.

Resp. 5: ”Övning ger färdighet skulle jag vilja säga och så är det ju bara och kasta sig in och pröva på och leva sig in och vara mycket i stunden, med energi och närvaro...”

Resp. 2: ”Man märker nu att man har fått upp ett jäkla tempo. och har lärt sig att anpassa varje replik så att man inte ska behöva ta om den, genom att lägga till ett extra stön eller dra ut och så, man har verkligen fått lära sig med tiden. Man får ”skills”.”

Samtliga respondenter har alltså lärt sig genom att praktisera och även om de flesta av dem har viss skådespelarträning eller sångträning (i vilken det ingår någon form av röstteknik) så är själva dubbandet erfarenhetsbaserad kunskap.

Resp. 4: ”Jag var nog en väldigt medioker dubbare väldigt länge och jag kände att det tog tid för mig att hitta mitt lugn och ta lite plats...jag var ganska nervös första åren...först när jag gav mig själv rätt att ta plats då började jag bli...bra.”

Som beskrivits i avsnittet om praktisk kunskap i kapitel 2.10 har denna kunskap utvecklats från ett rent teoretiskt kunnande, specialiserats genom repetition till ett hantverkskunnande, ett system som passar en själv och den egna rösten i förhållande till hur man fungerar i studion beroende på vilken typ av person man är samt vilka svårigheter man behöver bemästra och slutligen till ett instinktivt kunnande där man mera ”känner intuitivt” hur man ska gå till väga när man löser vissa arbetsmoment i studion. De besitter alltså en instinktiv förståelse för de röster som hör samman med människans sinnesstämningar, känner språkrätm, språkmelodi och talturtagningens oskrivna regler, kan förhålla sig till inspelningsteknik såsom mikrofoner och lyssning med mycket mera. Alltsammans simultant medelst millisekunds snabbt beslutsfattande.

### 5.3.2 Musikalitet

Den egenskap samtliga respondenter menar är av allra största vikt är musikalitet. Det anses förenkla jobbet, det är inte heller ovanligt att de får sjunga. Respondenterna jämför sång med tal i sina svar och berättar att det behövs taktkänsla och melodi för att levandegöra texten.

Resp. 3: ”Jag tror att det är svårt att dubba bra om man inte är musikalisk det hävdar jag jämt, det krävs den där lilla tajmingskänslan för: Hur sjunger man på det här språket?”

Resp. 1: ”Musikalitet, det anser jag, är viktigare i dubbsammanhang än att vara skådespelare.”

Resp. 4: ”Musikalitet, tror jag verkligen är A & O för att bli en bra dubbare...du måste förhålla dig till notvärdet, alltså replikens längd och vissa klaffar men du måste ändå kunna göra din grej av det... man skulle nästan kunna säga faktiskt att det blir som att läsa noter ... musikalitet är extremt viktigt... och har man inte det så, så är det svårt.”

Yrkesutövarna hävdar samstämmigt att musikalitet är den egenskap som är viktigast för att bli en skicklig dubbare. Det är också den första egenskapen nästintill samtliga respondenter

---

nämner med rungande säkerhet vid frågan: ”Vad behövs för att bli en skicklig dubbare?”. Det visar sig också att alla trakterar eller har trakterat något instrument, sjunger eller dansar vilket alla respondenter hävdar hjälpt dem i sitt yrkesutövande.

### 5.3.3 Kan vem som helst dubba?

För att förstå vilka krav som ställs, har dubbarna och regissörerna själva fått kommentera vad en dubbare förväntas behärska.

På frågan om hur man beskriver en skicklig dubbare:

Resp. 6: ”En som har känsla för karaktären och för huvudorden och att det inte ska läsas utan upplevas...//...man ska vara lättjobbad och då är det skönt med folk som är prestigelösa och låter en få göra fel. Det viktigaste är slutresultatet men vägen dit är också viktig tycker jag.”

Av Resp. 5 fås en beskrivning som också innefattar hur viktigt det är att vara uppmärksam på språket och översättningen:

”Åh, en skicklig dubbare...är musikalisk, har rytmisinn, för det handlar mycket om rytm, att hitta ett flow, känna när det börjar och slutar, inlevelse, energi, lekfullhet, fantasi och också att vara lite språkpolis tror jag att vara uppmärksam på att det är ett bra språk, en bra översättning så att vi lär barnen rätt svenska.”

Förutom de svar som övriga respondenter lämnar om viktiga egenskaper för att lyckas som dubbare, uppmärksammas vikten av goda *läskunskaper*:

Resp. 3: ”Jag brukar säga till de som är yngre, det första du ska göra om du vill lära dig att dubba, det är och börja läsa, och läsa fort, du ska kunna läsa en rad samtidigt som du läser nästa och se vart den är på väg. Öva hemma.”

Det respondenterna vill säga är att det är så mycket mer än att bara ha en bra röst och det är inte bara att prata. Det är timing, det är att läsa fort, det är att förstå vad man läser och att förmedla vad man läser. Att man är flexibel och lätt att jobba med är en stor fördel om man vill bli flitigt anlita. Goda kunskaper i svenska behövs också eftersom de ofta får rätta manus.

Dialekter är det få i den här gruppen som har. Ibland är det en tillgång att ha en dialekt i rockärmen men för att kunna bli efterfrågad som dubbare bör man kunna tala rikssvenska.

En person i gruppen tar upp dialekten som problem:

Respondent 1: ”...att få bort mina Örebro “Ö”-n... första filmen fick jag komma tillbaks och göra om alla “Ö”-n. Nu ser du väldigt glad ut därför att du vet hur de låter. Innan jag lärde mig att behärska dom då tyckte jag...Gud...alltid när jag såg en mening och läste...och såg att på tredje raden här kommer det ett “Ö”, då läste det sig hela tiden.”

Om vad en skicklig dubbare behöver kunna säger sedan samma respondent att det är viktigt att ha lite “spel”, i repliken så att den inte låter läst och betonar att det är bra att ha flera olika karaktärer i sin repertoar.



---

Resp. 3: ”Musikalitet, engagemang, entusiasm i rösten, att aldrig nå’nsin låta uttråkad eller dubbig, man är ”på” i rösten att man är levande att man inte bara pratar i en mikrofon, att man spelar, liksom, att man rör på sig, att man hör kroppen i det. (-Vad menar du med dubbig?) Att man hör den engelska melodin, att man åker med eller släpar i fraseringen.”

Henrik Bennetter sammanfattar det så här:

”Jag säger så här, vem som helst kan dubba men vem som helst kan inte bli en bra dubbare. Man behöver musikalitet, timing, taktkänsla men också lyhördhet, tålmod och självtillit. Man har ju så mycket gratis om man är musikalisk, musikalartister är ju oftast de bästa dubbarna helt enkelt...kan ju komma in från gatan och va’ en jättebra dubbare, man kan komma från Dramaten och vara värdelös dubbare.”

Det samtliga respondenter menar och som Bennetter säger ovan är att alla kan få till en hyfsad dubb som håller med hjälp av tid, en regissör och en skicklig tekniker som klipper ihop en presentabel replik. Vissa nybörjare är så pass intuitiva att det går väldigt fort för dem att komma in i dubbandet, andra skulle kunna om de fick redskapen, några har det mycket svårare. Oftast gäller att ju mindre erfarenhet man har, desto större behov av en regissör eller regisserande tekniker.

#### 5.3.4 Om dubbaren själv fick bestämma

Resp. 5: ”Före pengar, före bokning och före manus skulle jag vilja ha mer tid i studion. Såklart att det vore trevligt med lite mer pengar (skratt) Skönt att det inte är pengar, annars skulle vi ju ha slutat för länge se’n, om vi inte brann för det på nå’t sätt.”

Resp. 5: ”Det är ju våra barn som växer upp med det här språket ... förutom vi vuxna som finns runtomkring dom så jag tycker det är jätteviktigt, jag skulle bara vilja dra i handbromsen lite grann och verkligen liksom...kunna njuta lite mer av processen.”

Resp. 1: ”Vissa studior är pressade av tid och därmed blir det väldigt opersonligt. Det blir tråkig stämning alltså. Man kommer dit och...man är...”gå in och gör det du ska” ...för se’n kommer det en annan. Det räcker med två minuter, ta en kaffe och säga: ”Hur har du det?” så blir vi bättre därinne...så jävla svårt är det ju inte och det sparar inte tid eftersom man jobbar sämre.”

Mer uppskattning och högre gage är andra önskemål:

Resp. 3: ”Bättre betalt kanske (skratt) och mer uppskattning, att de ser att man faktiskt gör nå’nting som är jävligt...bra, som är kul och som berör väldigt många och många blir glada av, att det inte ses som nå’t ”jaha, tecknat, jaja, men det är inte på riktigt”.”

På frågan om vad dubbskådespelarna skulle vilja förändra i sin arbetsituation är de alla rörande överens om att de mest av allt önskar sig mer tid även om högre gage och mer uppskattning också ligger högt på önskelistan.

---

## 5.4 Sammanfattning intervjuresultat

Dubbskådespelare är en grupp frilansande röstskådespelare med specifika kunskaper. De kan med inlevelse och gestaltningsförmåga fylla rösten med betydelse utan hjälp av gestik, ofta under tidspress. Skickliga dubbskådespelare har en välutvecklad och finstämd intuition vad gäller olika markörer i talet som avslöjar känslor, sinnesstämningar, även social status, ålder, kön, hälsotillstånd, attityder och annan information samt de otaliga nyanserna hos dessa markörer som de tar till när de gestaltar sina karaktärer. Deras *perceptuella* förmåga hjälper dem att uppfatta information i originalets prosodi, paralingvistiska signaler och språkspel. *Simultanförmåga* hjälper dem följa bildmaterialet samtidigt som de läser replikerna. Utöver det har många av dubbarna utvecklat en *improvisatorisk* förmåga som behövs i synnerhet vid live-actioninspelning och walla utan färdigöversatta repliker.

De ser det som viktigt att vara *musikalisk* och ha god rytmkänsla. Med hjälp av sitt utvecklade gehör kan de följa med i olika skiftningar i intonation, tal- och satsmelodi. Det är alltså väldigt många faktorer att hålla reda på när de skapar en karaktär och det är inte något som lämpar sig för alla. Det finns många mycket kompetenta skådespelare som har väldigt svårt för att arbeta på det här viset.

Intervjuresultaten pekar på att regissörens/regisserande teknikerns roll är mycket viktig när det gäller arbetsmiljön i studion. Dessutom förstås att en skicklig dubbregissör förbättrar inte bara gestaltning och prestation utan också skapar förutsättningar för ett hållbart röstarbete.

Stressen hos den här gruppen är påtaglig och röstbelastningen stundtals mycket stor och det finns risk för varaktig röstpåverkan för de som arbetar mycket med extremröster.

Arbetsmiljön är inte helt röstergonomiskt hälsosam och felaktig arbetsställning förekommer.

Dubbarna som medverkar i denna studie, visar det sig, har hög arbetsmoral och är mycket måna om sin relation till dubbstudiorna. Det kan betyda att man ogärna vill vara till besvär och accepterar jobb trots att de vet att kan innebära problem för dem själva. Det finns inga tvivel på att de flesta ändå älskar sitt arbete trots upplevda svårigheter.

## 5.5 Röstanalysresultat

Resultatet av röstanalyserna visar att:

RL (röstläge) är normalt i alla normalröstprover utom en där F0 är högt. Att röstläget är förhöjt i deras dubbröstprover visar att röstläget används som en effekt för att skapa sina olika karaktärer, både lägre och högre röstlägen används. När respondenterna till exempel härmar barns språkmönster förminskas ansatsröret. När ”tanter” ska porträtteras efterhärmas den registerinstabilitet som ofta hörs hos ålderstigna damers sviktande stämband.

RS (röststyrka) visade inte på några avvikelser. Det beror sannolikt på respondenternas inspelningsvana och röstteknik där det krävs att de talar tillräckligt högt för att det ska ge bra signal till inspelningsutrustningen.

RK (röstkvalitet) i de normala röstproverna tyder på att några av respondenterna var rösttrötta. Knarr, hårda ansatser, läckande fonation och heshet återfanns på merparten av röstproverna. Dubbröstproverna visar att respondenterna använder sig av bland annat falsett, nasalitet, skrap,

---

growlinslag, kompression och pressad fonation som effekter för att härma karaktärernas olika röster och förstärka deras sinnesstämningar (Sundberg, 2007).

Margareta Thalén som bistod med röstanalyserna gavs tillfälle att uttala sig om röstproverna:

Vissa av röstschablonerna kanske inte speglar de av de mest hälsosamma slaget. Det är så olika, för en del tål hur mycket konstigheter som helst och det går bra och andra tål väldigt lite av det och rösten sviktar...Man kan däremot gissa att vissa röstbeteenden här antagligen kan ge skador men det handlar också mycket om mängden. Hur mycket gör den här personen och hur ofta gör personen vårdande hälsofrämjande övningar med rösten? Har personen en medvetenhet och en bra grundteknik och en bra kunskap om vad just det röstinstrumentet behöver så kan man nog i många fall hålla ganska bra.

I sin kommentar till röstanalyserna påpekar hon att vissa dubbskådespelare kanske kan utveckla förändringar på stämbanden som ger dem en särskild klang på rösten som kan bli eftertraktad. Det stämde bra med en av respondenterna som inte var helt missnöjd med sin röst trots att hon ständigt lät förkyld. Det är för henne lite av ett ”varumärke” och är hennes levebröd. Dock noterade jag att hon var orolig över att rösten inte riktigt lät som den brukar och uttalade en genuin rädsla för att förlora den helt.

På frågan: Hur många av de här skulle du ha skickat till en logoped? Svarar Margareta:

Det är en del av de här rösterna som när jag hör deras normala röst skulle bli lite frågande inför, för att de låter slitna. Och vad det gäller de här röstkaraktärerna så skulle jag nog ha skickat hela bunten (skratt).

(Här skämtar Margareta om hur hon nog hade skickat dessa tillskruvade dubbkarakterer till logoped om det nu hade varit deras vanliga talröster som skulle bedömas, som tur är, är det ingen av respondenterna som faktiskt låter så till vardags.)

Hur tålig rösten är beror på individens fysiologi, en del tål mer röstarbete än andra men baserat på kunskapen om röststörningar som presenterades i kapitel 2.7 och med stöd av dubbskådespelarnas kommentarer samt röstanalyserna kan det konstateras att en dubbare, med tillräcklig kunskap och röstteknik, kan gestalta en enstaka, extrem karaktär utan att det för den skull behöver resultera i fonasteni men om dubbaren har turen/oturen att rollbesättas för just denna typ av karaktärer mycket ofta och under långa dubb-sessioner kan det till slut leda till röstskador vare sig dubbskådespelaren har god röstteknik eller ej, speciellt om symptom på röstskador liksom fonasteni redan visat sig. Ytterligare faror ligger i om en förkylning skulle råka utlösa alternativt sammanfalla med röstslitaget. För samma röstbeteende fortgå under längre tid riskerar dubbskådespelaren att få bestående skador såsom stämbandsknutor, blödande stämband och dylikt. För att rösten ska hålla för den här typen av röstarbete behövs röstvårdande åtgärder som förebyggande röstträning och röstteknik, att man ser till att dricka tillräckligt med vatten, har god arbetsmiljö med rätt luftfuktighet, god arbetsställning och tillräcklig tid för återhämtning.

---

## 6 Resultatdiskussion

Studien visar att tekniken och digitaliseringen som effektiviserat dubbprocessen lett till att röstergonomin har halkat efter vad gäller dubbskådespelares röster. Dubbskådespelarna upplever svårigheter på flera områden inom sin arbetsmiljö.

I det här avsnittet behandlas arbetsmiljön och arbetsklimatet (den upplevda arbetsmiljön). Efter det diskuteras dubbskådespelarnas röstergonomi och hur de förhåller sig till denna. Avslutningsvis tas dubbskådespelares rösthälsa, teknik och förebyggande träning upp.

### 6.1 Arbetsmiljö och arbetsklimat

Dubbprocessen har förändrats markant sedan dubbningen kom till på 1920-talet och det finns anledning att se över hur effektiviseringen påverkar dubbskådespelares arbetsmiljö, särskilt med anledning av att Arbetsmiljöverket nyligen förtydligat vikten av och skärpt kraven på en hälsosam arbetsmiljö genom beslutsfattning om nya regler för ett hållbart arbetsliv (AFS 2015:4). I föreskrifterna om organisatorisk och social arbetsmiljö som gäller från och med den 31 mars 2016 regleras kunskapskrav, mål, arbetsbelastning, arbetstid och kränkande särbehandling. Det är därför högst aktuellt att uppmärksamma att krav som gäller röstergonomi numera ingår här vilket också framgår av den checklista belastningsergonomi som de utgivit och som kan hämtas på deras hemsida för att arbetsgivare själva ska kunna kontrollera hur det ligger till på arbetsplatsen. Det är viktigt att arbetsgivaren då även tar hänsyn till de frilansande röstskådespelarna när de utför denna kontroll och inte enbart de fastanställda medarbetarna. En studiochef jag talat med uppger sig ha hämtat hem denna checklista och gått en tvådagarskurs för arbetsmiljöfrågor, så arbetet med att informera studiorna är igång.

Forskning kring arbetsrelaterade röststörningar belyser vikten av gynnsam arbetsmiljö, förebyggande träning och röstvila efter arbetsbelastning med mera (Titze 1999; Södersten & Lindhe, 2011; Sala, Silvo & Laine, 2011; Simberg, m.fl., 2009; Vilkmán, 1996; Vilkmán, m.fl., 1998; Vilkmán, 2004; Chang & Karnell, 2004; Hunter & Titze, 2009). I enlighet med dessa kunskaper visar denna studie att det finns områden i arbetsmiljön hos dubbskådespelarna som kan förbättras.

Dubbskådespelarna känner frustration över att veta att de hade kunnat leverera bättre arbete om de haft bättre förutsättningar. Att få känna stolthet över sitt arbete är något som också avgör hur väl man trivs på sin arbetsplats. Stressen är uttalad, de känner att de står i beroendeställning till dubbföretagen och har små möjligheter att påverka sin arbetssituation. Enligt Södersten och Lindhe (2011) kan psykologisk och psykosocial stress leda till fysiska besvär som i sin tur har negativ inverkan på röstproduktionen.

### 6.2 Röstergonomi

Det talas mycket om ergonomi när det gäller kontorsutrustning och arbetsredskap och mycket görs i Sverige för att informera och förbättra arbetsplatser för att säkerställa god arbetsmiljö (Sala, Sihvo & Laine, 2011; Arbetsmiljöverket, 2016). På samma sätt finns mycket information att få som gäller placering av mikrofoner, skärmar och dylikt som rätt inställda, inte enbart för optimal ljudupptagning, kan öka röstskådespelarens uthållighet. Kroppens

---

rörelser hjälper också till vid gestaltningen (2.6.4) så man bör inte vara för låst i arbetsställningen.

Resultatet visar att det är viktigt att öka medvetenheten om röstergonomi hos röstkådespelare för att de inte ska behöva jobba med fel arbetsställning och ljudnivå bland annat. Intervjuerna avslöjade att flera av respondenterna inte var helt medvetna om detta.

Dubbskådespelare har genom lång erfarenhet utarbetat och utvecklat gedigna kunskaper om hur man dubbar. Det här är något en nybörjare inte ges samma tidsutrymme till idag. På produktioner som ska göras mycket snabbt tar man in de mest erfarna och enbart ett fåtal roller går till nybörjare. Erfarna dubbares sammanfattade kunskap skulle kunna komma många nybörjare till gagn idag. Som beskrevs i kapitel 2:10 bygger denna intuitiva kunskap på tidigare erfarenhet enligt Aristoteles och Dreyfus & Dreyfus (1986) kunskapsstegar. Även Polanyi (2009) talar om "tacit knowledge" som har översatts som tyst eller underförstådd kunskap.

Det är anmärkningsvärt att några av de tillfrågade, trots förekomsten av olika symptom, inte ansett sig ha upplevt röstproblem. Liknande studier har visat samma attityd liksom Kerro & Tonérs (2004) undersökning om musikalevers rösthälsa.

### **6.3 Rösthälsa, teknik och förebyggande träning**

I kapitel 2.7 redogjordes för diverse röststörningar som kan uppstå på grund av hög eller felaktig röstbelastning. Flera av de röstegenskaper som togs upp där återfanns på respondenternas dubbröstprover utan att de för den skull visade större röstskador på sina normala röstprover. Frekvensen av röstskador i denna yrkesgrupp verkar inte märkbart högre än för andra närliggande yrkesgrupper och är jämförbar med resultat som framkommit i undersökningar om skådespelares röst användning i övrigt. Att röstkådespelare generellt ändå inte förefaller ha nämnvärda röstproblem efter högre röstbelastning än vad som räknas som normalt, tyder på att de har bättre teknik än allmänheten byggt på erfarenhet/vana, utbildning (teaterhögskola/musikalskola) annan träning att de över tid har utvecklat ett hållbart röstarbete och röstteknik genom att tala med stöd. Att RK (röststyrka) var utan anmärkning på alla dubbröstprover stödjer denna teori.

Som beskrivet i kapitel 2.8, med förebyggande röstträning och god röstteknik byggs grunden för en hållbar röst användning som står pall även för tyngre och alltmer krävande uppdrag. Flera av respondenterna i min undersökning uppgav att de upplevde spänningar, smärta i nacke och hals, axlar och käke och rösttrötthet i början av sin karriär. Forskning om musikalartisters röstproblem under utbildning har därför varit intressanta för denna undersökning. Kerro & Tonér (2004) skriver att mer än hälften av musikalartisterna i sin undersökning uppvisade frekvent röstproblem. Det finns paralleller som kan dras mellan en röstkådespelare i början av sin karriär och musikalartister i början på sin. Röstovana och rösten som arbetsredskap är andra paralleller.

### **6.4 Metoddiskussion**

Den valda metoden förväntades ge en riktig bild av hur röst användningen ser ut för dubbskådespelarna i Sverige och därigenom öka medvetenheten och kunskapen om

---

röstergonomi i dubbmiljön. Det som undersökts i denna studie är rutinerade dubbare och visar därför bara hur röst användningen ser ut för denna grupp. Jag misstänker att resultaten hade blivit annorlunda om studien undersökt nybörjare. Mitt val av enbart rutinerade uppgiftslämnare baserades på den kunskap de kunde tänkas besitta. Det vore intressant att jämföra de som ännu inte har den erfarenheten som gör en trygg i studion, som inte har uppnått ”fronesis” med mer erfarna dubbare. Det får jag lämna till en framtida studie.

Jag var medveten om att jag som iakttagit och varit en del av dubbningsindustrin under så lång tid har utvecklat en stark förförståelse och därmed också känsloladdade åsikter och värderingar som jag gärna hade velat bekräfta (Thurén, 2013). Jag har därför med stor möda försökt att ta ett steg tillbaka och vara så neutral som möjligt under insamlandet och tolkningen av min empiri. Intervjuerna innebar att jag på djupet fick ta del av många individuella historier. En enkät med mallfrågor hade aldrig lyckats fånga upp alla dessa skilda berättelser och upplevelser. Undersökningen bekräftade några misstankar men överraskade ändå. Något som bekräftades var misstanken om att vissa karaktärstyper kunde ge varaktigt röstpåverkan. Något som överraskade var att flera såg vissa röstsymptom som normala.

Jag misstänkte också att studien skulle visa hur lite kunskap dubbindustrin har om detta viktiga arbetsredskap, rösten. Studien visade dock en mer nyanserad bild av röst användandet där rutinerade dubbare genom vana och kunskap om den egna rösten klarar röstbelastning bättre än förväntat. Det är främst de dubbskådespelare som tilldelas roller med extrem röst användning som upplever flest röstproblem. Mycket riktigt avslöjades också uppfattningar som jag inte hade förväntat vilket har inneburit ny kunskap för mig. Till exempel var jag oförberedd på att några av respondenterna tyckte om att arbeta i ett något högre tempo än andra och välkomnade en positiv stress som kändes effektiv. Därmed inte sagt att de tyckte om den negativa stress som tilltagit på senare tid.

En anledning till att jag fann det nödvändigt att nedteckna en så detaljerad bakgrund om dagens tillvägagångsätt inom dubbing beror på att jag inte kände igen mig i tidigare uppsatser beskrivningar om dubbing i Sverige. Möllberg (2012) hänvisar till en uppsats av Matamala (2010) som beskriver Katalansk dubbningsprocess i Spanien och utgår ifrån att man arbetar likadant i alla länder. Samuelsson (2013) beskriver i sin uppsats att dubb-bolagen borde anlita någon som kunde agera som en bro mellan översättare och dubbare helt ovetande om att dessa faktiskt redan existerar i form av regissörer. Samuelsson angav också olika uttryck som allmänt vedertagna fackuttryck som i själva verket var högst personliga och gällde bara just den ljudteknikern i just den studion i just den situationen, ett annat uttryck som förvisso existerar användes flitigt men inte alltid korrekt. En annan uppsats beskrev tillvägagångssättet i en enda studio utan att vara medveten om att skillnader finns mellan olika studior och att skillnader även finns beroende på vilken typ av produktion det rör sig om. Jag ansåg det därför viktigt att precisera bilden genom att ställa de frågor som icke insatta vetat att ställa. För att begränsa omfattningen av ett redan mycket extensivt bakgrundskapitel valde jag att enbart jämföra Sverige och Europa även om en stor del av dubbad film produceras i länder såsom Indien och Sydamerika.

Liksom Ödman (2007 s. 25 efter Heidegger) i sitt exempel med hammaren som redskap ser jag dubbrösten som ett verktyg/redskap. Vi måste förstå hur den används i tolkningen och inte enbart hur den ser ut eller mäts utan upplevelsen och användningsområdet utifrån användaren.

---

Därför ansåg jag det viktigt också med information om hur rösten fungerar i bakgrundskapitlet och några exempel på dess användning (röstanalyser) för att förtydliga mina resonemang. Jag förväntade mig att få se att några av de röstskadliga beteenden som logoped och logonomer ofta ser hos sina klienter återfanns i studiens röstanalyser vilket också skedde.

Jag hade också tänkt undersöka skillnader mellan manliga och kvinnliga dubbare och frekvensen av röstproblem dem emellan men till det behövs en större undersökning än denna för att kunna dra några slutsatser om vilka skillnader det kan tänkas vara.

## 6.5 Konsekvenser för praktiken

De flesta av respondenterna har tåliga och dynamiska röster och har övat upp relativt god röstteknik. Trots detta, ligger några av dem i farozonen för belastningsskador på rösten. Om röstskådespelarens nisch råkar ligga i ett extremläge bör denne ta till sina rösttekniska knep samt se till att få adekvat röstvila mellan passen. Därför är det viktigt att man som dubbskådespelare har förståelse och kunskap om kopplingen mellan röstbelastning och röststörningar för att kunna fördela dubbpassen optimalt, att boka eller planera dubbningen och andra samtidiga röstrelaterade uppdrag på bästa sätt för att öka sin hållbarhet.

Det visade sig att en del av dubbskådespelarna redan har viss kunskap om hur de bör lägga upp sitt arbete, både rösttekniskt och planeringsmässigt för att det ska fungera på ett röstergonomiskt fördelaktigt sätt även om de inte just använder den termen. Dock framgick att fler behöver se över sin arbetsställning i studion. Av utsagorna framgick också att alla dubbstudior inte verkar ha medvetenhet om röstergonomi. Det kan vara bra att de uppdaterar sig om det, särskilt när nya dubbare ska tas in som saknar sådan information.

Dubbstudior och dubbskådespelare behöver ta hänsyn till deras viktigaste arbetsredskap, rösten, vid bokning och planering för att undvika risken för överbelastningsskador. Med ytterligare information om röstergonomi skulle bokningspersonal och regissör eller regisserande tekniker med flera kunna lägga upp arbetet för en dubbare redan på planeringsstadiet så att det blir både tidseffektivt och röstekonomiskt. I många fall kan det räcka med små justeringar som inte behöver innebära förhöjda kostnader. Det är dock svårt att veta vad dubbstudiorna själva vill och kan göra för att skapa en bättre arbetsmiljö för dubbskådespelarna trots Arbetsmiljöverkets offensiv för att minska stressrelaterade arbetsskador. Kunderna, bolagen utanför Sverige har stort inflytande.

Regissören spelar en stor roll när det gäller dubbskådespelares arbetsmiljö. De har stora möjligheter att påverka både gestaltning och prestation med hjälp av sin kunskap, intuition och överblick. De gör även en stor insats under inlärningsperioden för aspirerande dubbare. Det kan därför anses viktigt att dubbregissörer är insatta i röstergonomiska frågor. Det här gäller naturligtvis även regisserande tekniker.

Undersökningen slår också fast att dubbare måste vara musikaliska och att många som arbetar med dubb kommer från musikalvärlden. Kanske kan denna studie stödja en diskussion om röstundervisningen på landets musikallinjer där man kan behöva se över kurserna så att det ingår ett eventuellt dubbsegment eftersom så många nya dubbare hämtas från denna grupp.

---

Det framkom också att en del av de röstproblem som respondenterna erfarit skett i början av deras karriärer och att det lärt dem tänka preventivt och hantera eventuella röstproblem. Det kan därför vara intressant att diskutera hur nybörjare kan ta del av denna kunskap. För att få en chans att snabbare komma in i dubbrutinen kan man också diskutera om intensivkurser kan ersätta inläringstiden för nybörjare och säkra återväxten av nya röster till industrin. Det kan således vara värdefullt att undersöka hur logonomer och andra röstpedagoger som jobbar med röstens estetik skulle kunna fungera där.

För dubbingsstudiornas räkning kan det finnas anledning till att se över bruket av ogenomtänkta översättningar. Studiotiden skulle kunna bli mer effektiv och lustfylld på de produktioner som inte ”flyter på” på grund av ryckiga och bristfälliga översättningar. Bättre manus på ”snabba” serier skulle kunna skära ner studiotid och förbättra arbetsituationen för dubbarna. Diskussion kan föras om vad som ger bäst besparing, att satsa på fler översättartimmar för en enskild person eller att betala tekniker, studio, dubbare för att rätta till texten under studiotid.

Möjligen kan delar av denna studie också kunna vara av intresse för Teaterförbundet. Vid kontraktshandlingarna under en turbulent strejk hösten 2013 framgick det att Teaterbundet behövde mer kunskap om hur dubbandet går till och hurdana arbetsvillkor deras medlemmar röstkådespelarna/dubbarna har. Bland dubbskådespelarna tvistas fortfarande om huruvida strejken inte ledde till fler försämringar än förbättringar för dubbarna. En rundfrågning bland kollegor på facebookforumet ”Vi som dubbar i Sverige” visade dock att några anser att förhandlingarna kan ha bromsat en ännu kraftigare försämring men att den inte lett till några större förbättringar för dubbskådespelarna.

Resultatet av den här studien kan dock behöva uppdateras med tiden vad gäller den digitala utvecklingen eftersom det är en bransch under förändring, fakta om hur rösten påverkas av extremt röstarbete förblir dock konstant.

## **6.6 Pedagogisk konsekvens**

Röstpedagoger, logonomer, logopedier och alla som arbetar med dubbskådespelares röster behöver se till dubbarnas behov att kunna utforska röstens ytterområden, att förvränga rösten, arbeta under press och ändå kunna hålla. Röstundervisning som utgår ifrån att låta estetiskt korrekt räcker inte helt och hållet. Träning i extremröster och behovet att arbeta med övningar som balanserar upp rösten efter röstpass med sagda extremröster. Det finns flera metoder som kan hämtas från rockvärlden som kan hjälpa till att hitta ett skonsammare sätt att låna ut sin röst till häxor, monster och andra intressanta röster för den som vill.

## **6.7 Vidare forskning**

Under min sökning av relaterad information till denna studie kunde jag se att det finns områden inom svensk dubbning som inte har utforskats. För att hålla mig till uppsatsens forskningssyfte fick jag hålla mig från att ta upp andra områden som bör undersökas. Det rör sig till exempel om språkliga frågor som berör anglofieringen av det svenska språket, är det något som dubbningen bidrar till? Många barn och ungdomar ser mycket på dubbad film. Hur påverkas deras vokabulär och deras talmelodi? Kan det också vara så att den över tid ändrar



---

satsmelodin? Jag är också nyfiken på om och i så fall hur dåligt dubbade filmer påverkar barns språkutveckling? Jag har under mina verksamhetsår också lagt märke till en hög frekvens av avvikande prosodi i dubbad film, något som skickliga dubbare och regissörer försöker vara uppmärksamma på. Med det högre arbetstempot som råder är det möjligt att man missar sådant. Att mäta om det föreligger högre frekvens i lägre prioriterade serier vore intressant. Och till frågor som är direkt kopplade till den mänskliga rösten, hur påverkas barnrösten av hårt röstarbete? Det vore som sagt intressant att också jämföra röst användningen hos nya dubbare med mer erfarna dubbare. Avslutar så med den fråga som inte kunde utredas i denna studie: Skillnader mellan manliga och kvinnliga dubbare och frekvensen av röstproblem dem emellan.

---

## Epilog

Denna inblick i dubbarnas verklighet är tänkt att jobba med och inte mot utvecklingen, att informationen som finns häri kan leda till ett mera hållbart samarbete, för såväl nya som för erfarna dubbare samt för administratörer och andra som arbetar med dubbning för att på bästa sätt säkerställa hållbara röstergonomiska arbetsvillkor på dubbarbetsplatserna.

Om undersökningen kan vara av vikt för hur dubbstudior lägger upp arbetet med röstskådespelarna, beror helt på vilket värde de sätter på dubbskådespelarna. Röstskådespelare i sin tur kan välja att värdesätta sitt viktigaste arbetsredskap, rösten, med hjälp av undersökningsresultaten och göra sina egna val. Bedöma, från fall till fall, om arbetstid, röstvila, stressnivå och de olika dubbkarakterernas röstintensitet ligger på en hälsosam nivå för att öka hållbarheten på både röst och yrke.

Det har varit mycket givande för mig att få fördjupa mina kunskaper om den enastående teknik dubbskådespelarna besitter, deras förståelse för den mänskliga rösten och dess uttrycksmöjligheter, hur de med lätthet och exceptionell precision slår röstliga kullerbyttor mellan olika röster och sinnesstämningar och inte minst deras lojalitetskänsla och höga arbetsmoral. Jag är, om möjligt, än mer imponerad.

De är i sanning ”Röstakrobater”!

---

## Litteraturlista

- Ahrne, G. & Svensson, P. (2011). *Handbok i kvalitativa metoder*. Malmö: Liber.
- Arbetsmiljöverket (2013). *Checklista för röstergonomi – det ska vara lätt att tala*. hämtad 2016-03-05, från <https://www.av.se/globalassets/filer/checklistor/rostergonomi-checklista.pdf>
- Axelsson, M. (2011, 6 feb). Alla talar tyska. *Svenska Dagbladet*. Hämtad 2015-11-15, från <http://www.svd.se/alla-talar-tyska>
- Backlund, B. (2011). *Inte bara ord* (2. uppl.). Lund: Studentlitteratur.
- Benner, P. (1984). *From Novice to Expert: Excellence and Power in Clinical Nursing Practice*. Menlo Park, CA: Addison-Wesley Publishing Company.
- Blinn, M. (2008). *The Dubbing Standard: Its History and Efficiency Implications for Film Distributors in the German Film Market* (Doctoral Program Research on Organisational Paths School of Economics and Business Administration). Berlin. Free University. Tillgänglig: [http://www.wiwiss.fuberlin.de/forschung/pfadkolleg/\\_NEU\\_Veranstaltungen/konferenzen/conferen ce2008/conference\\_papers/Blinn.pdf](http://www.wiwiss.fuberlin.de/forschung/pfadkolleg/_NEU_Veranstaltungen/konferenzen/conferen ce2008/conference_papers/Blinn.pdf)
- Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. (2. uppl.) Malmö: Liber AB.
- Chang, A. & Karnell, M.P. (2004). Perceived phonatory effort and phonation threshold pressure across a prolonged voice loading task: A study of vocal fatigue. *Journal of Voice*, 18(4), 454-466.
- Chaume, F. (2013). *Dubbing practices in Europe: localisation beats globalisation*. *Linguistica Antverpiensia, New Series – Themes In Translation Studies*, 0(6). Hämtad 2015-08-27, från <https://lans.ua.ac.be/index.php/LANS-TTS/article/view/188/119>
- Cross, M. (2005). *The Zen of Screaming 1 DVD* Alfred Pub Co.
- Cross, M. (2007). *The Zen of Screaming 2 DVD* Alfred Pub Co.
- Danan, M. (1991). Dubbing as an expression of nationalism. *Journal des Traducteurs*. Vol. 36, No. 4. Montréal: Les Presses de l'Université de Montréal.
- Darwin, C. (1872). *The Expression of Emotions in Man and Animals*. London: Murray.
- Dibbets, K. (1993). De taal van de sprekende film [The language of the talkie] *Tijdschrift voor Theaterwetenschap*, No. 33. Amsterdam: Instituut voor Theaterwetenschap.
- Dreyfus, H., & Dreyfus, S. (1986). *Mind Over Machine: The Power of Human Intuition and Expertise in the Era of the Computer* New York: The Free Press, s. 50.
- Elliot, N. (2011). *Röstboken, tal, röst och sångövningar*. (uppl. 1:3). Lund: Studentlitteratur AB.
- Fónagy, I. (1971). Métaphore d'intonation et changement d'intonation. *Bulletin de la Société de Linguistique de Paris*. 64 s. 22-42.

- 
- Fónagy, I. (1976). "La mimique buccale", *Phonetica* 22, s. 31-44
- Fónagy, I. (1978). Prosodic Features. *Language and Speech*. Kingston Press Ltd. (s. 34-49)
- Fónagy, I., & Bérard, E. (Ed.). (2006). *Prosody and Syntax. Från: Kawaguchi, Y, Fónagy, I & Moriguchi, "Cross-linguistic Perspectives"*, T. John Benjamins Publishing Company Amsterdam, Philadelphia.
- Fónagy, I., Han, M. H., & Simon, P. (1983). *Oral gesturing in two unrelated languages. Investigations of the speech process*.
- Fritzell, B. (1996 a). Röstproblem följer yrket. *Läkartidningen*, 93 (14), 1325-1328. Tillgänglig: [Fritzell, B \(1996 a\)](#).
- Gadamer, H-G. 1972 *Wahrheit und Methode*. Grundzüge einer philosophischen Hermeneutik. 3 Auflage, J.C.B. Mohr, Tübingen (s. 237-238).
- González-Iglesias, J.D & Toda, F. (2011) Dubbing or Subtitling Interculturalism: Choices and Constraints. *Journal Of Intercultural Communication*. issue 25, Salamanca. Spain <http://academic.csuohio.edu/kneuendorf/frames/subtitling/Gonzalez-Iglesias&Toda.2011.pdf>
- Guback, T H. (1969) *The International Film Industry: Western Europe and America since 1945*, London, Indiana University. Press.
- Hammarberg, B. Södersten, M. Lindestad, P-Å. (Red). (2008). *Röststörningar – allmän del. I Lena Hartelius, Ulrika Nettelblatt, Britta Hammarberg "Logopedi"* (uppl. 1:1) (s. 248-249) Lund: Studentlitteratur AB.
- Hermansson, A., Persson, P. (2012, december). Därför hör du inget dubbat. *Språktidningen*. Tillgänglig: <http://spraktidningen.se/artiklar/2012/11/darfor-hor-du-inget-dubbat> (accessed 2015-12-14)
- Hertegård, S. (Red.). (2008). *Röstproblem hos professionella artister. Från Lena Hartelius, Ulrika Nettelblatt, Britta Hammarberg "Logopedi"* (uppl. 1:1) (s. 349) Lund: Studentlitteratur AB.
- Hunter, E. & Titze, I. (2009). Quantifying vocal fatigue recovery: Dynamic vocal recovery trajectories after a vocal loading exercise. *Annals of Otology, Rhinology & Laryngology*. 118(6), 449-460.
- Janson, T. (2009) *Röster och tecken*. Wahlström & Widstrand, Tryck ScandBook AB, Falun.
- Kerro, K., Tonér, S. (2004). *Rösthälsa hos elever vid musikalutbildning*. Examensarbete i logopedi, Umeå universitet, Umeå.
- Knox, S., Adamou, C. (2011). *Transforming television drama through dubbing and subtitling: sex and the cities*. *Critical Studies in Television*, 6 (1). Pp. 1-21. ISSN 1749-6020
- Koppejan, E. (2012). *Art or Industry? Working conditions and quality in dubbing*. (Faculty of Humanities Theses) Utrecht University. Tillgänglig: <http://dspace.library.uu.nl/handle/1874/254846>

- 
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Lesche, C. (1971). Om psykoanalysens vetenskapsteori; *Häftan för kritiska studier* 1971:5, s. 7-25
- Lindblad, P. (2009). *Rösten*. (Uppl. 1:9). Lund: Studentlitteratur.
- Lindström, F. (2002-2003). *Värsta Språket*, SVT.
- Loveday, L. (1981). Pitch, politeness and sexual role; an exploratory investigation into the pitch correlates of English and Japanese politeness formulae. *Language and Speech* 24, 1: 71-89.
- Lundholm, T & Olson, E. (2012). *Röstpatientens yrke och diagnos*. Medicinska Fakulteten. Lund.  
Tillgänglig:<http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOid=3634085&fileOid=3634086>
- Matamala, M. (2010). *Translations for dubbing as dynamic texts*. (Masters Thesis) Universitat Autònoma de Barcelona. Tillgänglig:  
<http://academic.csuohio.edu/kneuendorf/frames/subtitling/Matamala.2010.pdf>
- Mera, M. (1998). *Read my lips: Re-evaluating subtitling and dubbing in Europe*. (Masters Thesis) Royal College of Music, UK. Tillgänglig:  
<http://ddd.uab.cat/pub/lal/11337397n6/11337397n6p73.pdf>
- Muecke, D C. (1969). *The Compass of Irony* Methuen, London.
- Möllberg, J. (2012). *Röstens Makt*. Örebro Universitet. Tillgänglig: <http://www.diva-portal.se/smash/get/diva2:508372/FULLTEXT01.pdf>
- Nationalencyklopedin. [NE]. (2016). *Gehör*. Tillgänglig:  
<http://www.ne.se/s%C3%B6k/?t=uppslagsverk&q=geh%C3%B6r>
- Nationalencyklopedin. [NE]. (2016). *Hermeneutik*. Tillgänglig:  
<http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/hermeneutik>
- Pastuszek-Lipińska, B. (2007). *Musicians Outperform Nonmusicians in a Study with Shadowing Speech*. (doktorsavhandling) University, Poznań, Poland.  
Tillgänglig:<http://www.icphs2007.de/conference/Papers/1646/1646.pdf>
- Patel, R., & Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning* (4:e uppl.). Lund: Studentlitteratur.
- Polanyi, M. (2009). *The Tacit Dimension*. University of Chicago Press Books.
- Radnitzky, G. (1970). *Contemporary Schools of Metascience*. Vol. II. Akademiförlaget, Göteborg.
- Sala, E., Sihvo, M., & Laine, A. (2011). *Röstergonomi. Rösten- ett fungerande arbetsredskap*. Helsingfors: Helsingfors Arbetshälsoinstitutet.

- 
- Samuelsson, M. (2013) *Översättningsprocessen*. Linköpings Universitet. Tillgänglig: <http://liu.diva-portal.org/smash/get/diva2:631354/FULLTEXT01.pdf>
- Schultz-Coulon, HJ. Fues, CP. (1976). *The lombard reflex as a test of vocal function*. (doktorsavhandling) Tillgänglig: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/972082>
- Shötz, S. (2006). *Perception, Analysis and Synthesis of Speaker Age*. (dissertation) Travaux de l'Institut de Linguistique de Lund. Tillgänglig: <https://lup.lub.lu.se/search/publication/25959>
- Simberg, S., Santtila, P., Soveri, A., Varjonen, M., Sala, E. & Sanssnabba, N.K. (2009). Exploring genetic and environmental effects in dysphonia: a twin study. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 62(1), 153-163.
- European Commission. (2006). *Europeans and their Languages*. Special Eurobarometer 243. Tillgänglig: [http://ec.europa.eu/public\\_opinion/archives/ebs/ebs\\_243\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_243_en.pdf)
- Sundberg, J. (2007). *Röstlära, fakta om rösten i tal och sång*. (3. uppl). Malmö: Prinfto Team Offset & Media.
- Sundberg, J. (Red.) (1892). Speech, Song, and Emotions s. 137-149. Från: Clynes, M. "The Neuropsychology of Music - Music, Mind, and Brain". Springer US.
- Södersten, M., Lindhe, C. (2011) *Yrkesrelaterade röststörningar och röstergonomi* (CLINTEC-rapport 2011:6). Stockholm: Arbetsmiljöverket. Tillgänglig: <https://www.av.se/globalassets/filer/publikationer/kunskapssammanstallningar/yrkesrelaterade-roststorningar-och-rostergonomi-kunskapssammanstallningar-rap-2011-6.pdf>
- Thurén, T. (2013). *Vetenskapsteori för nybörjare*. (uppl. 2:6). Malmö: Liber.
- Timmermans, B., De Bodt, M., Wuyts, F., Van de Heyning, P. (2003). Vocal hygiene in radio students and in radio professionals. *Logopedics Phoniatics Vocology*, 28(3), s. 127-132.
- Titze, I. (1994). *Principles of voice production*. New Jersey: Prentice Hall, Englewood Cliffs.
- Titze, I. (1999). Toward occupational safety criteria for vocalization. *Logopedics Phoniatics Vocology*; 24:49-54.
- Trost, J. (2010). *Kvalitativa intervjuer*. (4., [omarb.] uppl.) Lund: Studentlitteratur.
- Verdolini, K., Ramig, L. O. (2001). Review: occupational risks for voice problems. *Logopedics Phoniatics Vocology*, 26(1), 37-46.
- Vetenskapsrådet. (2016). Codex. Stockholm: <http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>.
- Vilkman, E., Lauri, E.-J., Alku, P., Sala, E., Sihvo, M. (1998). Ergonomic conditions and voice. *Logopedics Phoniatics Vocology*, 23, 11-19.
- Vilkman, E. (2000) Voice Problems at Work: A Challenge for Occupational Safety and Health Arrangement. *Folia Phoniatr Logop*; 52:120-125

---

Vilkman, E. (2004) Occupational Safety and Health Aspects of Voice and Speech Professions. *Folia Phoniatr Logop*; 56:220-253

Watson, P. J., Hixon, T. J. (Ed.). (1996). *Respiratory behavior during the learning of a novel aria by a highly trained classical singer. Från: "P. J. Davis & N. H. Fletcher Vocal Fold Physiology/Controlling Complexity and Chaos*. San Diego: Singular Publishing Group, Inc.

Ödman, P.-J. (2004). Hermeneutik och forskningspraktik. *Kunskapande metoder inom samhällsvetenskapen*. (S. 71-93).

Ödman, P.-J. (2007). *Tolkning, förståelse, vetande, hermeneutik i teori och praktik*. (2:a uppl.) Stockholm: Norstedts akademiska förlag.

---

## **Bilaga I: Intervjufrågorna**

Ålder?

Hur länge har du arbetat som dubbare/regissör?

Utbildning?

Hur blev du dubbare/regissör?

Hur har du lärt dig ditt arbete?

Jobbar du röstligt utanför dubbandet?

Hur skulle du beskriva en skicklig dubbare?

Hur lyckas man som dubbare?

Vad innebär yrkesskicklighet inom ditt arbete?

Musikalitet? Spelar du något instrument och/eller sjunger du och i så fall har det betydelse för hur du fungerar som dubbare?

### **Rösthälsan.**

Har du någonsin upplevt röstproblem? Hur uppstod det? Hur upplevdes det?

Har det hänt att du fått ställa in pga förkylning eller rösttrötthet och i så fall hur ofta?

Hur upplever du studios reaktion på att du ställer in?

Har det hänt att du jobbat fast du, av röstkäl, inte borde?

Har du någonsin känt att du blivit trött i rösten under eller efter ett dubbpas? Har du någonsin blivit rådd av läkare till relativ eller absolut röstvila?

Påverkar dubbandet din röst till vardags?

Hur gör du för att förhindra slitningar?

Hur vanligt skulle du säga att det är att man har röstproblem inom yrket?

### **Ergonomi.**

Arbetsställning? Hur brukar du stå/sitta när du arbetar i studion. Är det något du är medveten om?

Ändrar/flyttar/ställer du in utrustningen så det passar dig?



---

### **Arbetsklimatet.**

Hur upplever du arbetsklimatet på dina dubbarbetsplatser?

Hur har du påverkats av effektiviseringarna under åren som dubbare?

Upplever du en förändring i framförhållning, bokning, planering?

Blir du stressad av deadlines eller dålig framförhållning? I så fall, hur yttrar det sig?

Hur ser du på arbetstiderna? Helger och kvällar?

Upplever du skillnad i inställningar, ljudbild, miljö eller stress hos olika inspelningstekniker, studior och regissörer?

När upplever du att det är lättjobbat/svårjobbat?

Vad behöver du för att kunna göra ett bra jobb?

Kan du beskriva något tillfälle då du känt stolthet/glädje i ditt arbete?

Har du någonsin avböjt ett rollerbjudande? Anledning?

Blir du ofta inkallad för omtagning av ändrade eller missade repliker? Mer/mindre nu än tidigare?

Finns det något du skulle vilja påverka i din arbetssituation?

### **Tilläggsfrågor/ Dubbregissörer:**

Hur länge har du arbetat som dubbregissör?

Hur blev du regissör?

Vad letar du efter för egenskaper hos en dubbare?

Vad har du för möjligheter att påverka dubbarens arbetssituation?

Har du tillräcklig kunskap om röstergonomi för att kunna assistera/instruera en röstskådespelare som riskerar att få röstproblem eller redan har röstproblem?

Har du tillräcklig kunskap om röstergonomi för att kunna assistera/instruera en röstskådespelare som håller på att lära sig yrket?

Tillåter arbetstempot att du tar dig tid att tänka på dessa saker?

---

## Bilaga II: Textmaterial/Röstanalys

### Ett svårt fall

En pojke kom en dag inspringande på en bondgård och undrade om han kunde få låna en spade. När bonden frågade vad han skulle ha den till svarade pojken att hans bror hade ramlat i ett träsk och att han måste gräva upp honom.

- Hur djupt har han ramlat i ? frågade bonden.
- Upp till vristerna, blev svaret.
- Men då kan han väl gå därifrån utan din hjälp. Då behöver du väl ingen spade?

Pojken såg förtvivlad ut och sa:

- Jo, men ni förstår, han ramlade i med huvudet först.

---

## Bilaga III: Respondenternas röstanalyser

---

### Röstanalys: Respondent 1

Text: Ett svårt fall

A Generisk	B á la Skoglund	C á la E-H
<b>RL:</b>	<b>RL:</b>	<b>RL:</b>
Normalt	Högre läge	Normalt
Variert	Variert	
<b>RS:</b>	<b>RS:</b>	<b>RS:</b>
ua	ua	ua
<b>RK:</b>	<b>RK:</b>	<b>RK:</b>
Läckigt	Instabil tonbildning	Läckage
Knarr	Svajig ton	
Några få hårda ansatser		
<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>
Bra diktion	Upphackad frasering	Talar på inandning
	Energiska slutstavelser	Tjocka S
	Hopsnört svalg ibland	Skånska diftonger
	Grund andning	Frikativa R
	Spänd käke	Tjocka T och D
		Snörper svalget

## Röstanalys: Respondent 2

Text: Ett svårt fall

A Generisk röst	B Flickröst	C Musröst
<b>RL:</b>	<b>RL:</b>	<b>RL:</b>
För högt F0	Väldigt högt	Extremt högt
Bra variation	Ok variation	Lite mindre variation
<b>RS:</b>	<b>RS:</b>	<b>RS:</b>
ua	ua	ua
<b>RK:</b>	<b>RK:</b>	<b>RK:</b>
Knarr	Falsett	Falsett
Aningen hes	Knarr	Aningen knarr
Hårda vokalansatser	Nasalt	Hårda vokalansatser
Skrap	Skrap	Högt struphuvud
Högt struphuvud	Hårda vokalansatser	
	Högt struphuvud	
<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>
Högfrekventa S	Hög inandning	Högt tempo
Stockholms -i	Andas ofta	Sämre artikulation p.g.a. tempot
Alltför litet resonansutrymme	Stockholms -i	
Leende inställning	Ännu mindre resonansutrymme	Ännu lite mindre resonansutrymme
Käkspänningar		

## Röstanalys: Respondent 3

Text: Ett svårt fall

A Generisk	B	C
<b>RL:</b>	<b>RL:</b>	<b>RL:</b>
Normalt	Aningen högt	Aningen högt
Variert	Variert	Variert
<b>RS:</b>	<b>RS:</b>	<b>RS:</b>
ok	ok	ok
<b>RK:</b>	<b>RK:</b>	<b>RK:</b>
Heshet	Lite förhöjt larynx	Genomgående registerinstabilitet
Knarr (hypo)	Heshet	Registerbyte
Sliten	Knarr, skrap	Knarr
Läckig (fonation)	Läckage	Afoniska inslag
<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>
Frikativa "r"	Litet resonansrum	Tydlig artikulation
"Furst" istället för "först"	Spänd i käke	Ibland förlängda vokaler
	Snörper ihop svalget och läpparna	Aningen förmiskat resonansrum
	Tydligt	Spänning i käke

## Röstanalys: Respondent 4

Text: Ett svårt fall

A Generisk	B Monsterröst	C Lismande röst
<b>RL:</b>	<b>RL:</b>	<b>RL:</b>
Normalt	Normalt	Normalt
Variert	Variert	Variert
<b>RS:</b>	<b>RS:</b>	<b>RS:</b>
ua	ua	ua
<b>RK:</b>	<b>RK:</b>	<b>RK:</b>
Något slutknarr	Growl	Registerbrott
Normal	Högt subglottiskt tryck	Läckande fonation
	Komprimerat	Growlinslag
	(falsett i svars-karak-tären)	Skrap
	Registerbrott	
<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>
Högfrekventa S	Inga (?) ( <b>OBS! Shaz komm.</b> )	Ansatsröret förminskat (ger en läppspridning "en leende intällning")
Snabbt tempo	Rundar ansatsröret	Tydlig artikulation
Hakar upp sig		
Ibland dålig artikulation		
Ibland Stockholms - i		
Furst istället för först		

## Röstanalys: Respondent 5

Text: Ett svårt fall

A Generisk	B	C
<b>RL:</b>	<b>RL:</b>	<b>RL:</b>
Normalt	Högt	Lite förhöjt läge
Varierat	Varierat	Varierat
		Större spännvidd
<b>RS:</b>	<b>RS:</b>	<b>RS:</b>
ok	ok	ok
<b>RK:</b>	<b>RK:</b>	<b>RK:</b>
Läckigt	Läckigt	Läckage
Knarr (hypo)	Komprimerat (högt subglottiskt tryck)	Lite mer slutning åt det flödiga hållet
Inslag av skrap	Skrap genomgående	Leker med registren
	Skrapansatser	Ligger ofta i huvudregistren
		Registerinstabilitet
		Ojämnt flöde
<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>
Högfrekventa "s"	Lite förminskat resonansrum	Förlängda vokaler
Snabbt tempo	Snabbt tempo	Liten glottis inne i vokalen
	Lite Stockholmska	

## Röstanalys: Respondent 6

Text: Ett svårt fall

A Generisk	B	C
<b>RL:</b>	<b>RL:</b>	<b>RL:</b>
Normalt (mot aningen lågt)	Högt	Lågt
Varierar inte så mycket		Varierat
<b>RS:</b>	<b>RS:</b>	<b>RS:</b>
ua	ua	ua
<b>RK:</b>	<b>RK:</b>	<b>RK:</b>
Knarr	Press på ett par ställen	Lågintensivt growl
Lite läckig fonation	Hårda vokalansatser	Läckande fonation
Lågt subglottalt tryck	Bättre slutning än föregående	
<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>	<b>Övrigt:</b>
Ok	Diftonger (träsk i.e.)	Rundad, trutande läppform
	Nasalt	