

精力分配模式下口译焦虑对学生译员同声传译质量影响研究

李青, 李悦*

云南民族大学外国语学院, 云南 昆明

收稿日期: 2024年8月26日; 录用日期: 2024年10月10日; 发布日期: 2024年10月22日

摘要

随着我国国际地位和影响力的提升, 国家不断加大国际传播能力建设的力度, 国际会议, 商务谈判, 对话等交流形式多采用同声传译的形式达成语际间的转换。同传因其较强的即时性和较高的语言处理能力要求, 成为口译中难度较大的一种形式, 要求译员与讲话者要以几乎同步速度的输出, 很容易出现译员精力分配失衡, 导致焦虑。本文以MTI学生译员为研究对象, 在精力分配模式的指导下探究口译焦虑对同声传译质量造成的影响并提出相应对策, 为学生译员的口译学习与实践以及教师的口译教学提供借鉴。

关键词

口译焦虑, 同声传译, 学生译员, 精力分配模式

A Study on the Influence of Interpretation Anxiety on the Quality of Simultaneous Interpretation of Student Interpreters under the Effort Model

Qing Li, Yue Li*

School of Foreign Languages, Yunnan Minzu University, Kunming Yunnan

Received: Aug. 26th, 2024; accepted: Oct. 10th, 2024; published: Oct. 22nd, 2024

Abstract

With the advancement of the China's international status and influence, the country continuously

*通讯作者。

文章引用: 李青, 李悦. 精力分配模式下口译焦虑对学生译员同声传译质量影响研究[J]. 现代语言学, 2024, 12(10): 459-467. DOI: 10.12677/ml.2024.1210913

strengthened its international communication capacity building. International conferences, business negotiations, dialogues and other forms of communication are mostly in the form of simultaneous interpretation to achieve inter-lingual conversion. Because of strong immediacy and high language processing ability requirements, simultaneous interpretation becomes a more difficult form of interpretation, requiring the interpreter and the speaker to output at almost the same speed, which is easy to have an imbalance in effort distribution, leading to anxiety. Taking the MTI student interpreters as the research object, this paper explores the impact of interpreting anxiety on the quality of simultaneous interpreting under the guidance of the effort model and puts forward corresponding countermeasures, so as to provide reference for student interpreters' learning and practice as well as teachers' interpreting teaching.

Keywords

Interpretation Anxiety, Simultaneous Interpretation, Student Interpreters, The Effort Model

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

党的二十大报告指出要“讲好中国故事，传播好中国声音，展示真实、立体、全面的中国[1]。”此话简单明了地概括了我国国际传播能力建设的重要手段和任务。此外，报告还称“要加强国际传播能力建设，全面提升国际传播效能，形成同我国综合国力和国际地位相匹配的国际话语权[1]。”因此口译成为了“讲故事、传声音”的重要媒介，对高质量口译人才的需求也随之增多。

如今，世界上 95% 的国际会议都采用同声传译，其权威性体现在了专业性、技能要求、国际认可与标准化、广泛应用与重要性以及高薪酬与稀缺性等多个方面。这些因素共同构成了同声传译在翻译领域中的独特地位和重要作用，更是国际合作交流的桥梁。如此，翻译硕士生译员除了掌握过硬的双语，甚至多语语言技能外，还必须保持对国际局势、多元文化及行业动态的高度关注。这有助于他们拓宽视野，深刻理解不同国家和文化的语言特色与思维方式，也能促进他们在口译实践中更加精准地把握语境、灵活应对各种挑战。

外语学习在一定程度上会让学习者产生焦虑心理。早在上世纪 80 年代，就有学者提出“口译焦虑”这一概念，其属于特殊焦虑，即是一种特定情境与技能的焦虑，此概念的提出开拓了外语焦虑研究的新领域。而相对于专业译员而言，学生译员受缺乏实战经验，口译练习及知识储备不足等多重因素的影响，口译焦虑更为显著。而吉尔提出的“认知负荷模型”解释了口译活动中译员遇到困难的原因，并针对性地探讨相应的对策。因此，笔者拟在精力分配模式的指导下，探究引发学生译员口译焦虑的因素，以期总结出应对焦虑的对策，为学生译员的口译学习提供建议，帮助教师和学生提高口译训练的针对性，并为口译焦虑研究提供参考。

2. 文献综述

笔者首先采用检索文献的方法，以“口译焦虑”作为关键词在中国知网(CNKI)进行检索，得到 120 篇学术期刊，与其他研究领域相比，发表量相对较少。如图 1 所示，可知近二十年来，针对口译焦虑的研究总体呈上升趋势，但稳定态势尚缺。此外，口译焦虑涉及心理学范畴，但笔者通过阅读文献发现，

针对此现象的研究方法大多停留在问卷、访谈等层面, 学科交叉性不足, 口译焦虑的测量方式有待多元化。

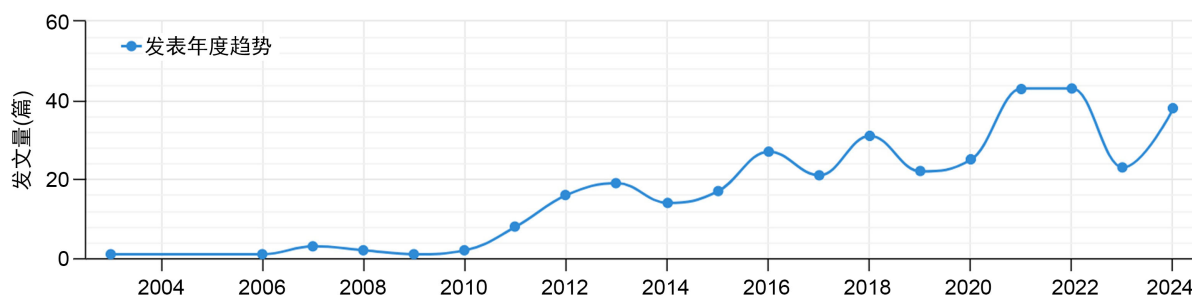


Figure 1. The annual trend of literature publication on “interpretation anxiety”

图 1. “口译焦虑” 相关文献发表年度趋势

其次, 近年来, 有研究逐渐关注到口译焦虑对学生译员在同声传译课堂或其他场合中表现的影响, 因此笔者摒弃以多种译者或专业译员为研究对象的研究思路, 以学生译员为研究对象。以“口译焦虑”“学生译员”为关键词进行检索, 仅得到 45 篇学术期刊, 可见针对学生译员焦虑现象的研究还有较大空间。由于教师往往倾向于专题知识的传授与口译技巧的训练, 在一定程度上忽视了言内和言外的因素, 以学生译员作为研究对象是本研究的一个创新点, 对于改善口译教学效果, 也具有一定的启发与实践意义。

3. 学生译员群体概述

MTI (Master of Translation and Interpreting), 即翻译硕士专业学位, 是专为培养高层次、应用型、专业性翻译人才而设立的研究生教育项目。学生译员, 作为这一教育体系下的核心培养对象, 指正在接受或已完成专业翻译与口译教育的高等学历人才。不仅需要精通外语与母语的互译能力, 还要具备深厚的语言文化素养、广泛的专业知识以及强大的跨文化交际能力, 是连接不同语言和文化的桥梁。

3.1. 学生译员优势

与专业译员相比, 尽管学生译员在经验和技能上可能稍显不足, 但他们承载着对知识的渴望和对未来的憧憬, 更能在翻译实践中展现出一系列令人瞩目的优势:

1) 强烈的学习动力和求知欲

学生译员通常处于学习和成长的阶段, 对新知识、新技能有着强烈的好奇心和求知欲。这种学习动力驱使其不断探索翻译领域的奥秘, 持续提升自己的专业能力。积极的学习态度有助于他们快速掌握新的翻译方法和技巧, 更好地适应不断变化的翻译需求。

2) 较低的成本和更高的性价比

与专业译员相比, 学生译员通常不需要支付高额的薪资和福利, 因此他们的服务成本相对较低。同时, 他们也能够以较低的价格提供高质量的翻译服务, 具有较高的性价比。这使得学生译员成为一些预算有限但翻译需求较大的机构或个人的理想选择。

3) 较强的团队合作精神和沟通能力

在学术和实践环境中, 学生译员经常需要与团队成员、导师或客户进行沟通合作。这种经历培养了良好的团队合作精神和沟通能力。这种能力使得他们在翻译项目中能够更好地与团队成员协作, 共同完成任务, 同时也能够更好地理解客户的需求和反馈, 提升客户满意度。

3.2. 学生译员劣势

尽管优势凸显, 但学生译员在实践经验、专业技能和职业素养等方面仍存在一定的劣势:

1) 心理焦虑普遍存在

学生译员, 尤其是初学者, 在口译过程中普遍会经历焦虑情绪。口译任务的瞬时性、复杂性和多任务性使得学生译员难以避免地感受到压力。这种焦虑情绪不仅影响译员的口译质量, 还可能对其自信心和职业发展产生负面影响。一些研究通过问卷调查、实验观察等方法对学生译员的口译焦虑进行了量化分析。这些研究结果表明, 焦虑程度因个体差异而异, 但学生译员在口译过程中普遍存在一定的焦虑情绪。

2) 实践经验较少

虽然 MTI 学生译员在学术方面接受了系统的课程学习以及训练, 但专业译员通常拥有更为丰富的实践经验。他们在职场中积累了大量的翻译案例和经验, 能够更好地应对各种复杂的翻译任务。在翻译领域, 学生译员作为新生力量, 承载着未来口译行业发展的重要希望。然而, 由于多种因素的制约, 学生译员在口译实践经验方面普遍存在着一定的不足。学生译员在校期间, 虽然能够接触到一定的口译训练, 但真正的实战机会却相对稀缺。缺乏实战机会, 使得学生译员难以将理论知识有效转化为实践能力, 从而影响其口译水平的提升。

3) 知识储备有待提高, 跨文化交流意识薄弱

学生译员处于学习阶段, 往往面临知识储备不足的问题, 限制了他们在翻译实践中的表现与质量, 相较于经验丰富的专业译员, 学生译员虽掌握了基本的翻译理论、语言技能和一定的专业知识, 但往往难以覆盖所有领域。面对特定行业的专业术语、文化背景知识或复杂的语境理解时, 容易感到力不从心, 其知识体系尚在构建中, 缺乏系统性和深入性。

此外, 在跨文化交流方面可能缺乏足够的敏感性和实践经验。在口译时, 可能只关注到语言层面的转换, 而忽视了文化背景、社会习俗、价值观差异等对翻译质量的影响。这导致在翻译过程中难以准确传达原文的文化内涵和语境信息, 甚至可能出现文化误解或冲突。

4) 临场应变能力较弱

在口译这一高度专业化的领域中, 学生译员作为初学者, 尽管展现出了积极的学习态度和潜力, 但在临场应变能力上往往显得较为薄弱。例如由于词汇匮乏、语境理解偏差等言内因素影响, 亦或是心理紧张、技术故障应对无措等言外因素影响。学生译员可能就缺乏妥当的临场应变能力来解决当下出现的问题。

针对以上对学生译员的特点总结, 对其焦虑进行研究的必要性在所难免。长期处于焦虑状态的学生译员可能会采取不恰当的应对策略, 如逃避任务、拖延时间等, 进而影响学习效果和职业选择。此外, 焦虑还可能对译员的身心健康造成不良影响。因此, 我们应该重视学生译员, 作为口译市场的新兴力量, 提高其口译质量显得尤为重要。

4. 精力分配模式理论概述及应用

4.1. 精力分配模式理论概述

20 世纪 70 年代, 丹尼尔·吉尔(Daneil Gile)在其著作《口笔译训练的基本概念与模式》中提出了“认知负荷模型”, 又称“精力分配模型”。并依据同声传译和交替传译的不同特点和认知模式分别创建了两种口译模式, 即“同声传译和交替传译的脑力分配模式”。在两个模式下, 还衍生出了“五个模型”, 分别适用于同声传译、交替传译、视译、带稿同声传译和笔译, 用于指导口译员在口译活动中合理分配

听力、理解、记忆和产出四个板块的精力。此外,此模式还包括“两个概念”“五个模型”“六个等式/不等式”和“两个理解等式”四个部分。“两个概念”指的是“有限注意力资源”和“任务困难程度与任务实施时限的强关联性”。“六个等式/不等式”是指口译任务所需要的注意力必须小于口译员大脑能够提供的注意力。“两个理解等式”是指“理解等式”和“翻译理解等式”,即理解 = 语言知识 + 语言外知识,口译活动中的理解 = 语言知识 + 语言外知识 + 分析[2]。

4.2. 精力分配模式在同声传译中的应用

同声传译是用一种语言把另一种语言所表达思想和感情,以与讲话人几乎同时的速度,用口头形式重新表达出来的一种翻译实践[3]。为深入研究同声传译这一复杂的社会实践活动,吉尔提出了“同声传译的认知负荷模型”,致力于帮助译员选择或调整翻译的技巧和策略,提升翻译效果。吉尔专门针对同声传译建立了“同声传译的认知负荷模型”,这一模型在同声传译研究领域的应用十分广泛。他将同声传译理解为一种脑力处理模式,其中包括四种精力[3],具体表达如下:

1) $SI = L + M + P + C$ (同声传译 = 听力和分析 + 短期记忆 + 信息产出 + 协调)。其中, L 代表听力和分析精力, M 代表短期记忆精力, P 代表话语产出精力, C 代表统筹协调精力,口译员要协调好听辨源语,短时记忆,产出译文的精力分配。

2) $TR = LR + MR + PR + CR$ (整体精力需求 = 听力精力需求 + 记忆精力需求 + 产出精力需求 + 协调精力需求)。其中, LR 代表对听力精力的需求, MR 代表对记忆精力的需求, PR 代表对产出精力的需求, CR 代表对协调精力的需求。

根据这一模式,口译员本身就要具备极高的精力分配与协调能力才能确保口译顺利进行。如果口译员出现精力分配失衡,造成口译失误,口译焦虑自然就不可避免。对于学生译员来说,除去语言及言外知识的掌握,把握好精力的分配也是提高口译表现的重要因素。

5. 学生译员同传焦虑实例及分析

模拟同传(Simulated Simultaneous Interpretation)是口译培训中常用的一种练习方式,旨在模拟真实国际会议或活动中同声传译的场景,帮助学员在没有实际会议环境的情况下,提升快速理解、即时转换语言并准确传达信息的能力。在课堂中,教师也会采取模拟同传的方式对学生译员进行考核。是一种高效、实用的口译训练方法,通过模拟真实的工作环境,帮助学生译员在压力之下提升语言能力、应变能力和专业素养。此外,利用吉尔的“同声传译精力分配模型”来指导和分析同声传译实践中的错漏译等现象,探究引发口译焦虑的成因,有助于发掘学生译员在同声传译过程中精力分配失衡的根源,寻求平衡同声传译各环节中认知负荷的策略,提高学生译员在同声传译实践中的表现。

以 2023 级口译班期末模拟同传中的 5 名学生译员为研究对象,以“绿色·向新·共生 2024 中兴通讯‘创兴日’可持续发展论坛”为模拟主题,选取部分内容,将讲话人原文及学生译员译文进行转写,发现并分析他们在同传过程中出现的错漏译等现象并总结造成其焦虑的因素。

1. 话题生僻,信息密集

例 1.

SL: 在绿色行业赋能方面,中兴通讯推出基于**数字星云架构**的绿色精准**云网**解决方案。

学生译员 1: In terms of green industry empowerment, ZTE launched a green and precise (漏译) solution based on the digital (漏译) architecture.

此例中的“数字星云架构”和“云网”对学生译员来说较为生僻,因此在口译时译员遗漏了这两个词。笔者分析可能是在翻译过程中由于这两组词的陌生性,在兼顾整体的情况下仅翻译出了框架。但经

过分析, 这两个词在此句中承载着一定的信息量, 如若漏去, 将不能准确传达“绿色行业赋能方面到底是何解决方案?”, 是一个无效译文。显然, 此译法只关注了信息的产出, 并未将精力有效分配到听力与分析的环节, 导致漏译, 这也与译前准备是否充分, 对此话题是否熟悉有较大关系。

例 2.

SL: 中兴通讯不断深化**数实融合**, 在多个领域激发新质生产力, 在智慧交通赋能、**工业数智转型**、冶金钢铁业务、**元宇宙创新应用**、助力金融稳定可靠、智慧应急救援等多个行业成功打造一系列标杆项目, 促进千行百业高质量发展。

学生译员 2: ZTE Corporation continues to deepen the integration of digital reality (硬译) and stimulate new productivity in many fields. It has successfully created a series of benchmark projects in many industries, such as intelligent transport empowerment, industrial digital (漏译) transformation, metallurgy and steel business, meta-universe innovative applications, financial stability and reliability, and intelligent emergency rescue, to promote the high-quality development of thousands of industries.

例 2 中的“数实融合”“工业数智转型”“元宇宙创新应用”, 对学生译员来说可能比较拗口且内含要素相对较多, 在翻译过程中, 译员需利用短时记忆把较密集的几个信息整合, 也是一大难点, 便出现了不同程度的漏译硬译等现象。译员将“数实融合”直接译为“integration of digital reality”, 笔者认为此译法欠妥, 显得生硬。该词意为“数字经济和实体经济深度融合, 相辅相成, 相互促进, 一体化发展。”由此可知, 此译法也是对话题的不熟悉所造成的硬译。值得一提的还有“工业数智转型”一词, 笔者猜测译员可能将“数智”听成了“数字”, 因此直接将其译为了“industrial digital transformation”。看似是听辨存疑导致信息输入有误, 进而误译, 此例表明译员并未协调好精力去仔细听辨源语。也从侧面体现了译员知识储备不足, 对主题准备不充分, 从而影响翻译质量和效果。

2. 发言人语速较快

例 3.

SL: 近年来, 全球范围内的监管机构对 ESG 的重视程度不断提升。中国政府也在加快步伐, 出台了一系列政策和法规, 要求企业在环境保护、社会责任和公司治理方面达到更高的标准。

学生译员 3: In recent years, the Chinese government is also accelerating its pace by enacting a series of policies and regulations that require businesses to adhere to higher standards in environmental protection, corporate social responsibility, and corporate governance.

从例 3 可以明显看到译员仅译出了第一句的时间状语, 便直接跳到了第二句。可知译员在做同传时并未跟上发言人的语速, 导致漏译。在发言过程中也会出现很多情况, 例如一些发言人语速习惯性比较快, 而在有些时候是因为每个发言人的发言时间有限, 在接近尾声时会大大加快语速, 造成口译员焦虑。将这一现象利用精力分配模式来分析, 可得出译员在对信息产出的时候并未统筹好发言人与译员本人的输出节奏, 产出滞后, 统筹协调的精力并未有机分配, 导致输出内容缺失。

3. 数字口译难度大

数字口译一直都是口译学习的重点与难点。著名口译家达妮卡·赛莱斯科维奇(Danica Seleskovitch)也曾多次提出要重视数字口译的难度。依然以此次模拟同传中发言人所提到的数字为例子, 来探究造成数字难译的原因。

例 4.

SL: 截至 2023 年, 公司已申请过的全球专利累计达到 8.95 万余件。全球授权专利累计数量 4.5 万件。

SL: 在绿色运营方面, 中兴通讯 2023 年全价值链温室气体绝对排放量同比下降 9.7%。售出系统产

品使用阶段, 碳排污淋强度同比下降 14.58%。新增光伏发电装机容量同比增长超过 700%。

SL: 2023 年, 中兴科技对欧盟出口 14.6 亿元, 同比增长 39.67%, 占企业年度出口额的 31.54%。中天科技规划到 2026 年对欧盟出口 6 亿欧元, 欧盟将成为中天科技出口第一大区域。

学生译员 4 在对这些数字翻译时都出现了不同程度的错漏译, 将“8.95 万”省略译为了“eighty thousand”; “39.67%”错译为了“thirty nine point eleven”; “6 亿”险些译为了“six hundred billion”, 但及时修正弥补了错误。由此可知密集数字的出现必然会给译员带来压力与焦虑。更何况是处于学习积累阶段的学生译员。针对数字口译的难度, 笔者总结出几点原因:

1) 信息密度大: 吉尔教授指出信息量大是口译出现错误的最普遍原因。众所周知, 翻译信息量越小越容易翻译, 反之, 则会给译员造成困难。北京外国语大学方生平通过“预断概率”推算出数字信息所携带的信息量比一般的语义信息所携带的信息大出约 20 倍[4]。通俗的说就是译员接收数字信息的难度比一般的文字信息要大很多倍;

2) 独立性强: 不同于文本信息, 数字的独立性较强, 对于一般的内容来说, 即使译员遗漏了部分信息, 但只要能抓住讲话人的主旨及逻辑, 结合上文语境便能做出预测, 自圆其说, 并不会过多影响全文的翻译质量。然而数字虽在语境中, 却是一个独立的信息点, 一旦遗漏就无法篡改或弥补。并且有些数字在文本往往发挥着关键作用, 如未能准确传达, 那口译质量将会大打折扣;

3) 英汉数字表达习惯差异: 汉语是三位一组而英语则是四位一组。这样一来, 译员无法简单的在 million、billion、万、百万、亿之间进行简单的转换, 而是要在接收数字信息的同时快速进行计数单位的转换, 译员的压力可想而知。

因此, 数字口译也是导致译员焦虑的一大因素。根据精力分配模式, 译员需要做到短期记忆的精进来准确传达数字, 是听辨与短时记忆的一个协调。

4. 口译环境及设备不理想

众所周知, 同声传译需要搭建专业的“同传厢”, 还需要安装专业设备。但是有时会会场环境不尽如人意, 比如音效不好, 同传厢位置安排不好, 看不清发言人和屏幕, 产生焦虑。本班此次模拟同传并未使用专业设备, 而是采用两处线上会议的方式进行。在会议进行过程中学生译员 5 由于当时在户外并未找到安静的地方进行口译, 导致译员端声音嘈杂不清。一方面让译员产生了听力焦虑, 在听力和分析环节做不到充沛的精力分配, 另一方面听众未能接收到译员的译文。所以此译员最终的模拟同传效果并不如其他几位译员。此外, 如未能做到稳定的输出, 对译员来说在译中和译后都是一种心理上的焦虑。

除以上因素外, 英语作为国际交流中的主流语言, 非母语者的数量已超过母语者。同时, 英语也形成了很多地方性的变体, 除传统的美国英语, 英国英语, 加拿大英语, 爱尔兰英语, 澳洲英语外, 印度英语、斯里兰卡英语为重要地域变体, 拥有自己独特的特点, 体现为口音重、语速快、停顿节奏特殊、发音方式特殊等[5]。这就会让新手译员产生听辨与反应压力, 使其耗费更多精力在听辨和分析上。由于译员总精力有限, 听辨和分析耗费的精力增加, 用在记忆和产出两个过程的精力就只能减少。因此, 非本族语的英语口音会给译员带来一定困扰。

以 2024 年 7 月斯里兰卡总理府高级官员结业仪式的官员发言稿及录音为原材料, 进行模拟同传, 最后通过分析输出的文稿来探究口音给学生译员带来的影响。

5. 非本族语的英语口音

例 5.

SL: Your hard work behind (吞音) the scenes from coordinating schedules (发音错误), meticulous (重音错误) planning, and seamless execution to ensuring (发音错误) all logistical needs were met (吞音), has made this program seamless for all participants.

学生译员 6: 你们所做的努力, 比如说协调各方, 计划详尽, 周密执行, 让所有的参与者在这次活动中都很圆满。

笔者在复盘发言人录音材料时发现, 在此句的输出中, 发言人呈现出音调上扬且语速越来越快的趋势。这就会出现例 5 里几处吞音的情况。其次, 由于部分词语的读音或重音错误, 无疑给学生译员的听辨带来巨大压力, 扰乱精力分配。从译员的译文中可看出, 原文发言人语音的各种问题确实让译文的内容缺失。由于听辨的不完整, 译员在输出是只能通过自己的猜测来填补内容的空缺, 勉强将发言人的意思转达出来, 但并未做到同声传译的准确高效。

例 6.

SL: Let us continue to foster the spirit (发音方式不同) of learning in our future endeavors (发音错误) and apply them in our respective fields to make a positive impact (吞音).

学生译员 6: 让我们在未来的努力中继续学习, 并将其应用于各自的领域, 产生积极的影响。

通过分析此句, 发言人在输出时无任何停顿, 依然呈现出音调上扬、语速加快的趋势。再回顾译文, 完整性和流利性达到正常水准, 但准确性欠佳。由于前半句中“spirit”发音方式的不同, 前半句译者并未译出“精神”之意。但整句已然译出 80%, 还需在听到“学习”之意后, 根据模糊词的长度进行意群的分析与推测, 分析环节的精力需协调分配。

6. 启示与建议

笔者通过模拟同传经历已经总结出了一些引发口译焦虑的因素。此外, 精力分配模式的初衷是为教师在给学生提出实用性建议时提供方便的解释和说明的工具, 与其说它是理论, 不如说它是一种解释工具[6]。以下便是几点启示与建议:

6.1. 增加听力和分析环节的精力分配

听力与分析环节是确保准确理解和传达信息的基础。通过加强听力训练, 提高在复杂语境中捕捉关键信息的能力, 译员能够建立起对信息的稳固基础, 从而减少因信息缺失或误解而产生的焦虑。同时, 深入分析讲话者的逻辑结构、语境含义和潜在意图, 不仅有助于译员更准确地传达信息, 还能增强自信心, 因为深入的理解会减少对不确定性的恐惧, 进而缓解焦虑情绪。因此, 译员在处理初始信息时, 听力和分析环节尤为重要, 译员应适当增加在此环节的精力分配, 力求听懂发言人的开头主旨, 而不是仅凭自己的语言外知识来推导话语内容。

6.2. 学会自我监控, 及时修补错误

陈铠焯、谌莉文的一项调查研究发现, 自我监控和自我修正的关键在于心理准备和自我意识, 主要集中在输出信息的正确性、恰当性以及语法输出三方面[7]。根据精力分配模式, 信息产出作为一大核心环节, 要做到三思而后译。输出前, 译员应有意识地监控自己, 抑制与主题无关的内容, 做到理清思路后再开口; 输出时, 可以利用比发言人慢半句的时间差进行插译; 输出后, 译员应实时监控自己的话语产出是否正确, 是否出现常识性错误以及语法错误, 发现后及时修补这些错误。与专业译员相比, 学生译员的自我修正意识相对较弱, 应尽量通过抑制错误输出和尽快修正错误输出的方式减少错漏译的发生, 提高译文质量。

6.3. 信息密集处可采用简化策略

简化策略的运用还是较为广泛的, 不仅是应对高强度信息处理需求的有效手段, 也是提升译文质量和效率的关键策略。合理的简约是同声传译中的必要手段, 简化策略具体技巧包括三种: 省略法、概括

法和指代法[8]。通过适当采用省略、指代和概括等简化策略能有效节省时间,降低话语产出对于注意力资源的需求,从而改善译文的产出质量。这些策略的运用不仅体现了译员的专业素养和应变能力,也是口译实践中不可或缺的重要技巧。

6.4. 丰富知识储备, 加强口译训练

针对口译中常见的“困难诱因”如口音、生词、文化负载词、时间、数字、引用古文等,应给予逐个击破。对于口音而言,在平时的口译训练中,学生译员和教师在课堂中可以选取来自不同国家、带有不同口音的讲话者,以熟悉不同国家讲话者在英语发音时的习惯;对于时间和数字的训练需要系统的笔记符号支撑和大量的日常练习,提高速记技能;文化负载词和古文的出现需要译员扩宽知识面以及文化内涵,了解本国和外国历史文化和常用谚语,也可以灵活地采用释意法,抛开语言外壳,翻译其内涵。这些方法都能帮译员在口译时更好地协调精力的分配。

此外,除了对言内因素的焦虑给予建议之外,还可以采取一些心理调适策略以缓解焦虑。

6.5. 积极的心理暗示

在口译前进行积极的自我暗示,增强自信心和应对能力。例如在课堂中设定合理的目标,避免过度追求完美而增加压力。做好情绪的调节,适当放松。学习并应用深呼吸、冥想等放松技巧,以缓解紧张情绪。在需要时寻求老师、同学或心理咨询师的帮助和支持。此建议是有效运用精力分配模式的基础。

7. 结语

本文从精力分配模式角度分析了引发学生译员焦虑的原因并提出相应的应对策略。笔者用模拟同传中的例子进行分析,得出了话题陌生度与信息密集度、发言人语速、数字口译等专题难度、口译环境及设备等因素。随后,笔者在精力分配模式的指导下针对不同焦虑因素提出拙见。从听力与分析到短时记忆与信息输出,从口译策略运用到专业能力巩固,总结应对口译焦虑的策略。一次成功的口译绝非偶然,不但需要译员熟练运用口译技巧,更重要的是译员要勤加练习,找到合适的方法,不断提高自己的专业素质,才能在口译过程中游刃有余地完成。此研究一方面为教师在日后的口译教学中提供启示与参考,从而改进相关教学方法,提升教学效果。另一方面让学生译员能够直面焦虑,总结失误,在今后的口译学习中扫清拦路虎,走向更广阔的口译舞台。

参考文献

- [1] 习近平. 高举中国特色社会主义伟大旗帜为全面建设社会主义现代化国家而团结奋斗: 在中国共产党第二十次全国代表大会上的报告[J]. 创造, 2022, 30(11): 6-29.
- [2] 郭雨晨. 认知负荷模型下学生译员同声传译错漏译研究: 以第十届全国英语口语大赛为例[J]. 池州学院学报, 2024, 38(1): 27-31.
- [3] 苏飞, 王珊珊. 同声传译中的简化策略[J]. 海外英语, 2012(13): 157-158.
- [4] 杨昊菲. 吉尔精力分配模式下的交替传译难点解析[J]. 品牌, 2015(2): 147.
- [5] 汤唯. 吉尔认知负荷模型下口音对学生译员英汉同声传译的影响实证研究[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 华中师范大学, 2023.
- [6] 雷中华. 吉尔谈口译与教学[J]. 中国翻译, 2018, 39(6): 61-65.
- [7] 陈铠焯, 谌莉文. 学生译员口译过程自我监控行为调查研究: 以浙江工商大学为例[J]. 大学, 2021(9): 103-104.
- [8] 朱维维. 基于实例的同声传译简化策略分析[D]: [硕士学位论文]. 南昌: 南昌大学, 2014.