

翻译员经验分享：如何训练短期记忆口译笔译 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/644/2021_2022__E7_BF_BB_E8_AF_91_E5_91_98_E7_c95_644979.htm 短期记忆(short-term memory)对于一个口译员来说是至关重要的。良好的短期记忆能力无论是对交替传译或是同声传译帮助都很大。有些人天生博闻强记，但是后天的训练也可以改善短期记忆。改善短期记忆的关键就是要做一个active listener. 什么是"active listener"? 就是要积极地听。何为积极地听？就是听的时候全神贯注，积极分析和记忆听到的信息。和学习英语一样，训练短期记忆也可以采取循序渐进的方法。先不要急着记一大段的文章。先从句子或和段落开始。我读大学的时候是大三才开翻译课。读大一的时候一位教同传的老师给我们的精读老师代了一节课。精读课的每篇文章后面都有一些句子填空的练习。我们的精读老师一般就和我们自己对答案，但是这位同传老师给同学把自己填完整后叫另外一个同学把整个句子完整无误地背出来。三句不离本行。教同传的老师把精读课变成记忆训练课。其实这也是学习英语的一个很好的方法。能把准确的英文句子背出来，英文水平能不提高么？一些公司出版的VOA mp3 光盘有句子听写的功能。Longman Dictionary of Contemporary English (2005年最新版) 的电子版字典也有句子听写功能。要不自己放磁带放一句写一句也行。没有进行过记忆训练的人还别以为记一个句子很容易。不信自己可以试试。刚开始时可能不是忘了地点就是时间。其实无论是几个句子、段落或是一篇文章，关键是弄明白主语、谓语、宾语和状语。也就是什么人、什么事、什么地方

、什么时间。 Kipling wrote: I have six honest serving men. They taught me all I knew. Their names were what and where and when, And why, and how, and who. 训练短期记忆是要抓住的就是这六个"honest serving men"。 时下有些学校很提倡背《新概念英语》，我读高中的时候就自己把《新概念英语》学完了。我没有背机械地过《新概念英语》。大一的听力课老师把《新概念英语第三册》的文章给我们作听写。听一个句子就要把整个准确无误，一字不漏地写出来。这是我早期受过的短期记忆训练。左图是我的《新概念英语第三册》的第一课。书已经给我考(试^大读书的时候翻得很烂了。大家可以看到每个句子都用了橙色的颜色笔标明。这是当年背句子的痕迹。如果真的要背《新概念英语》可以拿录音带来做听写。或是一段一段地背，或是把整篇文章听完后复述整篇文章的内容。(不做笔记)。复述时可以用英语原语复述或是把文章翻译成中文。听的时候关键是抓主干。记住一篇文章分几个一群，一个段落里有几个层次。信息量太多无法把细节一一记住的时候应该尽量记住全局性的信息。比如说，你听一段关于炸弹袭击的新闻，你如果记不住死了多少人，谁断了一条腿，你至少应该发生了炸弹袭击这件事情以及在这件事情造成的最大影响。拿《新概念英语第三册》第一课的第一段做个例子：(1)Pumas are large, cat-like animals which are found in America. (2)When reports came into London Zoo that a wild puma had been spotted forty-five miles south of London, they were not taken seriously. (3)However, as the evidence began to accumulate, experts from the Zoo felt obliged to investigate, for the descriptions given by people who claimed to have seen the puma were

extraordinarily similar. 这段话由三个句子组成。我把三个句子用不同的颜色标明。当你准备要背这段话的时候，你首先要清楚这个段落有多少个层次或是句子组成。然后再分析每个句子所含的信息。可以先看主干：第一个句子：美洲狮产于美洲。（这个意思好记，因为puma的中文翻译“美洲狮”已经说明了这种狮子的产地。）第二个句子：有人报告在动物园附近看见美洲狮，但是没人当一回事。（对于这个句子如果你记不住动物园的名字，记不住在动物园的几里之外发现美洲狮，你至少应该记得“有人看见过美洲狮”这个信息。）第三个句子：证据不断增加，专家们觉得必须调查。狮子目击人的描述惊人地相似。（这个句子其实包含着两个信息，一个是“专家们要调查”，第二个是“目击人的描述相似”。）在你开始进行痛苦的背诵前分析一下段落的层次和每个层次所含的信息，理清主干会事半功倍。理清主干后把这段话看一遍后把书合上，试着背一遍。背完后打开书看自己漏了什么信息。把段落再仔细看一遍，然后把书合上，再背一遍。然后再看自己有没有漏信息。反复三次，就算是记性比较差的人也可能把整段话准确无误地背出来。听说有个翻译前辈一边听一边数手指头，一个意群数一个指头，听完一篇文章后对文章的主干就心中有数。其实这个边听边数指头就是一个active listening的过程。如果只是被动地听，时不时分一下神，很难在脑海中有有一个whole picture. 另外一个加强记忆的方法就是在听的时候尝试一下在脑海里visualize一下发生的事情。这个方法对我自己顶管用。比如说听刚才那一段话的时候,我会试着想象狮子的出现，专家们决定行动等画面。这个技巧的效果因人而异，有些人不善于visualize就可以把

注意力完全放在听和分析信息上面。听写句子听了一段时间后可以找一些3-5分钟的录音来听，不记笔记，听完后复述听过的内容。开始的时候可以用原语复述，往后就要求自己听一遍后翻译。可以买一些VOA新闻的磁带或是mp3来练习。也可以在网上下载一些资料。音频、视频翻译学习资料如果觉得3-5分钟的录音做得很轻松了，可以找一些更长的录音来练习。如果听力还不是很过关可以先用VOA的Special English来考(试^大练习短期记忆。另一方面着要加强词汇学习和听力训练。短期记忆还是要苦练，因为做交替传译的时候不是什么时候都可以做笔记。有时候发言人站着，翻译也跟着站着，根本就没有给你提供桌子来做笔记。站着的时候如果麦克风是固定的，不用你自己拿麦克风你还可以站着做笔记，但是如果你要拿着流动麦克风来做翻译的时候你就根本没有办法做笔记。左边的图片是我做过的一个会议。大家可以看到，我和发言人都是站着的。也没有什么稿子给我，我手里拿着个流动麦克风也没有办法做笔记，发言人说一段，我翻一段。遇到这种情况怎么办？靠的就是好记性呀。可以事先和发言人沟通，叫发言人不要说太久。发言人说多久都要等翻译把他的话翻译完才能继续说。如果发言人说得不长，翻译质量自然更高一些。让发言人理解你的工作性质，发言人一般都愿意配合。毕竟请翻译的主要目的不是为了考翻译，而是为了把发发言人说的意思转达给听众。所以翻译和发言人之间应该是一种合作的关系。即使可以做笔记也不要过分依赖笔记，因为如果你没能全神贯注地去积极地听和记，最后可能笔记记的东西你都记不得是什么来的。其实可以做笔记的时候也是七分靠脑记，三分靠笔记。如果是在校读书的

学生，可以和同学结伴一起练习短期记忆。叫同学念一段文章，然后自己复述出来。如果没有学习搭档，录音机、复读机、收音机和电脑都是很好的学习伴侣。做题目赢E币，每日一练日积月累，点击进入做题专区 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com