

口译记忆机制与提高策略研究

孙璇

(广州华商学院 广东广州 511300)

摘要: 口译工作是一项较为复杂的认知活动,具有较强的及时性和现场性,口译质量的高低与译员在现场的记忆效果有着极为重要的关系。在口译记忆过程中,感觉记忆、短时记忆和长时记忆三者共同发挥作用并相互影响,译员将感觉记忆系统接收到的信息存储到短时记忆中,同时又将长时记忆中的信息激活,搜索已有储备里的相关信息板块,这会影响短时记忆的效果。本文将对口译记忆过程进行分析,结合每个记忆环节的特点,提出提高口译记忆的策略和方法,为口译学习和工作者提供一些借鉴。

关键词: 口译记忆 感觉记忆 短时记忆 长时记忆 记忆策略

中图分类号: G623.2 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.07.097

引言

口译工作是项难度较大的认知活动和交际活动,是源语信息听辨与理解、存储、译语组织与表达这一系列复杂的过程。译员在接收源语信息的同时,暂时将其存储到记忆系统中,通过理解和组织语言,用译语将其表达出来,因此口译员的语言记忆能力是影响其口译表现的关键因素。口译员要想在有限时间内高效地发挥存储和加工信息的功能,必须了解一些实用性较强的记忆策略来减轻短时记忆中的认知压力和负担。本文将提出一些策略帮助译员解决口译过程中的记忆难题,帮助其加深记忆效果。

一、记忆的分类

从认知心理学的角度来说,记忆是人脑对所经历事物的一种反应。根据信息在大脑中持续时间的长短,记忆可分为三类:感觉记忆、短时记忆和长时记忆。^[1]

1. 感觉记忆

感觉记忆是感觉信息到达感官的直接印象,是受到环境刺激后存储到脑中的信息,这种记忆保持的时间非常短,仅能存储0.25-2秒,但其容量非常大。^[1]同时大脑会对感觉记忆的信息进行筛选,将需要注意的信息导入短时记忆中帮助进一步信息处理。

2. 短时记忆

短时记忆主要作用于海马区,感觉记忆中经过处理的信息进入短时记忆后通过复述和编码等形式进入长时记忆系统。^[1]最常见的例子就是身边没有纸笔的时候,需要通过反复重来记下一串数字。短时记忆的容量较为有限,一般为5-9个左右的信息单位,而且信息保留在脑中的时间为15-30秒。因此,如果接收到的信息较多时,尤其是无法做笔记的情况

下,若没有对信息进行一定的梳理和理解,便很容易遗忘。

3. 长时记忆

从心理学角度来看,长时记忆的存储容量可以是无限的,记忆时间也可以持续终身。长期记忆中的信息是一个人平时储存的生活常识、生活经验等结合而形成的,当该系统中的信息内容被激活时,有助于更好地记忆和理解所听到的内容。

二、口译与记忆

在日常口译训练或口译考试中,很多学生忽视了记忆信息对于口译效果的重要性,相反过分依赖笔记,试图记下说话人的每句话,实则没有完全记住主要内容,也没有理顺话语间的逻辑关系,这样过多依赖笔记反而会起到反作用。口译过程中发挥作用的不是某一种记忆类型,因此理解三种不同记忆类型如何发挥作用是十分必要的。

在感觉记忆阶段,译员能接收多少信息量取决于其专注程度。若译员能充分发挥主观能动性积极听辨,将有助于记忆效果提高。因此译员最后接收信息量的多少和其记忆动机成正相关。心理学家指出,口译记忆过程并不是完全被动地接收信息,感觉记忆中的信息传入短时记忆后,会调动长期记忆中与听到的新信息相关的语言和背景知识,然后将它的意义存储到短时记忆中。口译主题相关的背景知识都存储在长时记忆中待激活和提取,因此,如果听到的话题信息和内容是译员平时较为熟悉而且经常接触到的,那么这些内容会在长时记忆中处于一种活跃状态,在被调动的时候会更容易,记忆存储效果也会更好。相反如果遇到一些比较冷门或者平时不怎么接触的话题信息,那么该信息在理解时就会比较费力,导致记忆效果不佳。

“口译是对所听信息整体思想和内容进行输出和表达，而不是信息符号的机械重现。言语意义的重现绝不是凭借记忆单个语言符号，而是有机的整体。”^[2]即脱离语言外壳，获取一段信息的核心思想。比如让我们听完一段话后一字不落地复述出来是极为困难的，但将段落主要内容表达出来一般没有问题，对源语信息记忆的多少很大程度上是受到短时记忆容量大小和信息提取影响的。因此，想要提高口译记忆效果，需要改善短时记忆的缺陷，也就是扩大短时记忆的容量及其在脑中停留的时间。

三、改善口译记忆的策略

口译具有及时性和现场性的特点，因此译员要在短时间内将存储和加工信息的功能发挥到最大化，就必须采用一套科学有效的方法来提高口译识记能力。

1. 组块

心理语言学相关研究表明归纳记忆法或组块是帮助克服短时记忆局限性的有效方法，组块就是对小的分散的信息单位进行逻辑分析、归纳整理，将几个分块归为一个整体的记忆单元。^[3]前文提到，短时记忆只能存储5-9个单位的信息，而一段话如果没有经过加工组块可能会包含十多个或者更多信息单位，因此会给译员的短时记忆带来较大负担，在这种情况下组块是个有效的方法。比如说把数字0462359863看成是一个整体单元去记忆会比较困难，因为这么多单元超出了短时记忆的信息容量，但如果将其重新组块成04, 62, 35, 98, 63来记忆会容易很多。在口译现场活动中，由于发言人篇幅有时较长及现场的压力因素影响，译员无法记住每一个词，因此只能依靠记忆信息整体意思和关键信息将其储存在短时记忆中，理解核心思想即为脱离语言外壳，把握大体内容。译员如果按照层次和逻辑关系进行信息分块会加强记忆效果，如按总分或分总层次结构以及因果、转折、递进、举例等逻辑关系来组块。例如：

改革开放是我国始终坚持的一项基本国策，在现代化建设进程中，我们应积极引进国外先进技术，借鉴发展经验。因此，不断引进高端技术人才，是我国对外开放国策中的重要内容，这不仅符合中国自身发展的要求，也是各国人民增进友谊、共同发展的需要。值此之际，我们衷心希望更多的外国专家和国际友人支持我国社会主义现代化建设事业，积极投身到我们全面建设的进程中来。

以上这段话按照层次来分可以切割为三部分，首先提到改革开放基本国策及提倡引进国外先进技术这一做法，接着说到提倡该做法的原因，即中国和世界共同发展的需要，最

后是发言人的希望和呼吁。如果可以按照这样的组块方式将整个段落划分为三部分来记忆，不仅逻辑结构十分清晰，梳理脉络后记忆起来也更方便，可给短时记忆减轻不少负担，提升口译质量。

2. 信息加工

除了组块这一归纳记忆法，将信息进行加工也是一种提高记忆效果的有效途径。信息加工指的是译员从较高的层次结构出发，梳理源语材料的层次结构和框架，甚至是基于对某种特定语篇结构的了解去预测即将出现的信息。通过这种联想加工和逻辑分析可减轻记忆负荷。因此译员在平时练习中应对常见语篇的话语结构有较深的了解，方便日后对新信息的加工处理和逻辑联想。如：

We are gathering here in hope of sustaining common and sustainable development of our region. APEC meeting represents an opportunity to shape a long-term development for the Asia-Pacific and direct the blueprint for cooperation in our region. Tomorrow, this year's APEC Economic Leaders' Meeting is going to be kicked off by Yanqi Lake at the foot of Yanshan Mountains. A quote by Confucius, an ancient Chinese philosopher and educator, goes that "The visionary find joy in water and the wise find joy in mountains." We have both water and mountain in our meeting place. Hopefully you are going to demonstrate your insight and wisdom on Asia-Pacific prospect and our common development.

根据主题背景知识和语境可得知该段内容是本着各国对亚太地区共同发展的愿景和使命，将拉开领导人会议的序幕，并引用孔子语录表达共商亚太发展大计这一美好愿景。宴会这一场合往往紧接着是大家共同为亚太地区繁荣发展与会议成功举办举杯。这样译员对信息进行逻辑梳理、预测和分析，可以使得记忆系统更高效地发挥作用。

3. 复述练习

认知心理学表明有效的复述练习可以激活短时记忆中的编码，如果经常对这种编码就行复述练习可以使其保持更久的时间，更充分发挥作用。^[4]这种复述练习必须要遵循一套科学有效的方法。复述练习的过程中练习者应完全依靠脑记，不能依靠笔记，听到一段话后练习者将听到的内容尽可能多地口头复述出来，注意复述时不需要使用和源语信息完全一样的词语表达，应积极调动自身词汇表达储备，多使用同义表达及多样化句式。练习时应尽量涉及口译中常见的六种话语类型及各专题常见话语结构特点，练习材料可以先使

用母语讲话稿,再逐渐过渡为目的语,同时练习材料的时长也应由短至长,从一分钟左右逐渐过渡至五分钟,练习难度分阶段性由易到难,由复述大意到逐步把握细节信息,话题由熟悉到不熟悉,练习过程中可以两人一组,由练习伙伴点评复述效果,共同探讨复述中存在的问题,比如遗漏了哪些主要信息,并找出其中的原因。

另外,练习者也要注意加强各类话题和语篇材料的阅读,强化背景知识和专业领域信息的输入,增强长时记忆的活力和容量,使新信息更好地去激活长时记忆中的已有知识,使其参与信息处理加工,为短时记忆减轻负担。尤其是针对专业性知识比较强、涉及的领域不太熟悉的发言材料时,长时记忆中的储备和积累对于口译效果尤为重要。

4. 形象记忆法

由于涉及的口译文本类型不同,因此有针对性地采取对应的记忆方法是十分重要的。形象记忆法较适用于记忆描述类信息,译员在脑中將所听信息展开成为一幅画面和情境,通过形象思维来完成记忆。心理学家安德森指出,依靠形象记忆或视觉记忆完成的记忆容量比单独靠言语信息要大很多。实验证明,当通过听觉获取信息时记忆效果只能达到15%,而通过视觉记忆等信息能达到25%,将两者结合起来可以获取65%。^[5]因此,译员在遇到描述性语篇时可尽量将源语信息以图像电影等视觉化形象贮存在脑中,既形象生动又能保持更长的记忆时间。如:

Heilongjiang Province has huge potential for tourism. It is home to the Greater and Lesser Khingan Mountains. The Heilong River, the Songhua River and the Ussuri River meander through the province. Heilongjiang is also studded with 80-odd wetland preserves and 640-plus lakes. These immense forests, wetlands, lakes and international borderline rivers give shape to a diverse landscape and constitute important natural barriers of China.

在听这段信息时,脑中可以勾勒出一幅黑龙江的地貌

图。首先是山脉Greater and Lesser Khingan Mountains(大小兴安岭),接着是江湖湿地the Heilong River, the Songhua River and the Ussuri River, wetland preserves and lakes,最后总结这些自然风光give shape to a diverse landscape and constitute important natural barriers of China,构成了色彩斑斓的画卷,形成重要的天然生态屏障。这样形象化的记忆可将黑龙江的风貌呈现在脑海中,像一幅画把所有信息连接起来。除此之外,该语篇中涉及一些专业背景知识,如山脉及河湖等地点名称,这些英文表达需要有所了解,这也是前文提到的贮存在长时记忆中的信息储备,它们可用于提取和激活从而帮助处理新信息。至于源语材料中出现的数字,考虑到数字记忆转瞬即逝的特点,因此也应将它们及时记在笔记中。

结语

译员若要想提高口译质量,需要对大脑记忆系统的特点和功能有科学的了解,即三个记忆系统如何各自发挥作用及相互影响。同时优秀的记忆水平也需要依靠一系列科学有效的记忆策略和练习方法来帮助完成,这也是基于对口译认知记忆的功能、特点和过程来实现的。

参考文献

- [1] Atkinson R C, Shiffrin R M. Human memory: A proposed system and its control processes. 2016.
- [2] 马英迈,孙长彦.口译中的记忆与理解[J].宁夏大学学报:人文社会科学版,2004,26(4):4.
- [3] 庄鸿山.英语口译资格证书考试培训教程[M].鹭江出版社,2004.
- [4] 刘和平.翻译的动态研究与口译训练[J].中国翻译,1999(4):5.
- [5] 仇保燕.记忆规律在教学中的应用[M].人民教育出版社,1983.