

# On Interpreter's Training from Maslow's Hierarchy of Needs

YIN Taojie

Faculty of Arts, Charles University, Czech Republic

**To cite this article:** YIN Taojie. (2021). On interpreter's training from Maslow's hierarchy of needs. *Asia-Pacific Journal of Humanities and Social Sciences*, 01;2, 078–082, DOI:[10.53789/j.1653-0465.2021.0102.008](https://doi.org/10.53789/j.1653-0465.2021.0102.008)

**To link to this article:** <https://doi.org/10.53789/j.1653-0465.2021.0102.008>

**Abstract:** The author summarizes a series of problems and obstacles encountered by interpreters on the road to professionalization, with the help of the theory of need hierarchy put forward by Maslow, the father of the humanistic psychology. The author puts forward the corresponding solutions and measures for the professional training and development of interpreters from three dimensions, so that professional interpreters can be more in line with the times and market needs.

**Keywords:** hierarchy of needs; interpreter; training methods

**Notes on the contributor:** YIN Taojie is a PhD candidate in Charles university. His research interest lies in interpreting studies, especially in interpreting education and pedagogy.

## 從馬斯洛需要層次理論看口譯人員的培養

尹韜傑

查理大學文學院

**摘要:** 本文總結出了一系列口譯員在通往職業化道路上所遇到的問題和阻礙,並借助人本主義心理學之父馬斯洛所提出的需要層次理論從三個維度,對譯員的職業化訓練和培養提出了有針對性的解決方案與措施,從而使職業譯員更符合時代和市場需要。

**關鍵詞:** 需要層次理論;口譯員;培養方法

### 引言

如今,在口譯界,通過跨學科背景知識對口譯進行學術研究已然成為一種主流趨勢。筆者通過調查研究發現,目前與口譯研究實現“跨界合作”的學科主要集中在社會學、生態學、神經學以及教育學,加之我國

關於口譯的研究活動起步較晚,直至上世紀80年代中後期,才將口譯作為一門獨立的學科開展探索和研究的,故,我國在口譯研究上的研究成果在一定程度上落後於西方國家。為了能夠對口譯學術界做出一點新的貢獻,實現一些新的突破,筆者翻閱了大量其他學科的文獻,試圖能夠找出一個能夠與口譯研究實現跨學科合作的理論基礎,在筆者閱讀完馬斯洛所提出的需要層次理論後,發現這一理論可以應用在譯員訓練和培養方面的研究,某種意義上講,本研究項目將心理學和口譯學進行了結合,具有一定的學術價值。

## 一、什麼是需要層次理論?

“人的需要由生理的需要、安全的需要、歸屬與愛的需要、尊重的需要、自我實現的需要五個等級構成。”<sup>①</sup>“五種需要是最基本的,與生俱來的,構成不同的等級或水平,並成為激勵和指引個體行為的力量。低級需要和高級需要的關係:馬斯洛認為需要層次越低,力量越大,潛力越大。隨著需要層次的上升,需要的力量相應減弱。高級需要出現之前,必須先滿足低級需要。在從動物到人的進化中,高級需要出現得比較晚,嬰兒有生理需要和安全需要,但自我實現需要在成人後出現;所有生物都需要食物和水分,但是只有人類才有自我實現得需要。低級需要直接關係個體得生存,也叫缺失需要(deficit or deficiency need),當這種需要得不到滿足時直接危及生命;高級需要不是維持個體生存所絕對必須的,但是滿足這種需要使人健康、長壽、精力旺盛,所以叫做生長需要(growth need)。高級需要比低級需要復雜,滿足高級需要必須具備良好的外部條件:社會條件、經濟條件、政治條件等。馬斯洛看到低級需要和高級需要的區別,要滿足高級需要,必須先滿足低級需要但是並不絕對對立。在人的高級需要產生以前,低級需要只要部分的滿足就可以了。例子:為實現理想,不惜犧牲生命,不考慮生理需要和安全需要。個體對需要的追求有所不同,有的對自尊的需要超過對愛和歸屬的需要。”<sup>②</sup>

## 二、需要層次理論在口譯員培訓中的運用

目前,全世界關於口譯的學術研究主要集中於理論和以口譯技巧為導向的翻譯技巧,然而,對於從口譯員主體性出發所做的關於譯員培養和訓練的學術研究少之又少,筆者認為,口譯的研究應該區別於筆譯。“口譯的內核是一門與人打交道的學科,具有即時性、現場性和交際性等特點,口譯活動是一項“開弓沒有回頭箭”的工作,它不像筆譯活動那樣有充分的時間的進行反復地推敲和打磨。”<sup>③</sup>既然口譯是一門具有較高社會性的活動,那麼將口譯員作為一種社會人進行思考和研究一定是具備研究價值和意義的。筆者在查閱文獻後發現,以馬斯洛為代表的人本主義學術流派中的許多觀點能夠與口譯研究實現跨界合作。

### (一) 生理需要在口譯員培養上的運用

在馬斯洛的需要層次理論中,生理需要被認為是低級需要,也就是人賴以生存的基本要素,如,食物、空氣和睡眠等。這其中的睡眠要素對口譯員至關重要,它將直接或間接影響口譯員在某場口譯活動中的專注度。眾所周知,不管是交替傳譯還是同聲傳譯都要求口譯員有極高且持續的專注度,如果在口譯活動開始的前一天口譯員的睡眠質量得不到足夠的保證,很有可能導致一場失敗的口譯活動。其次,“對於那些致力於成為優秀的同聲傳譯的口譯學習者來講,出色的精力分配和管理能力是必不可少的。”<sup>④</sup>而精力分配與我們的生理需要密不可分。在日常的學習過程中,我們要註重對他們的精力分配模式的訓練,如分腦訓練等。目前,海外不少知名翻譯學院對於同聲傳譯專業的學生開設了專門的分腦訓練課程,如英國的巴斯大學和美國的蒙特雷高級翻譯學院,在正式的同傳課開始前,會花兩到三周的時間讓學生一邊拍皮球一邊聽語音,



在語音結束後立刻進行復述。這樣的訓練旨在幫助學生從生理上對於同傳的工作模式有一種最直接的感知，而後逐漸能夠適應這樣的生理反應。而在我國開設了口譯專業的 MTI(翻譯碩士)院校，針對同聲傳譯的訓練普遍是讓學生一邊數數一邊聽語音，在語音結束後進行復述。不管是哪一種模式的訓練，都旨在幫助學生從生理上更好的適應口譯工作的內容。筆者認為，對於口譯員的培養模式可以借鑒專業運動員的培養形式，將口譯員這一職業更加職業化和系統化。如，我們可以嘗試將口譯訓練分為有氧和無氧，在不同的環境下進行口譯訓練活動，讓學習者感受大腦在不同狀態下的變化和狀態，從而更好地讓大腦適應在不同環境下口譯活動所帶來的壓力和工作量。

此外，食物供給對於口譯員也是至關重要的一環。“在可預見的時間內，口譯將會在其職業化道路上越走越遠，對於譯員的職業化要求不亞於其他任何一個行業。”<sup>⑤</sup>對於食物的需求看似與譯員相去甚遠，然而其內在聯系無比的緊密。首先，口譯不僅會消耗大量譯員的精力，同時也會消耗大量譯員的體力。所以，筆者認為，對於譯員體力的關注不亞於對譯員精力分配和管理的關注。筆者曾採訪過三位資深的一線同傳譯員，他們紛紛表示口譯是一項“體力活”，隨著口譯活動的進行，饑餓感愈發突出，這也會毫無疑問地影響譯出語質量。另一方面，其中一位譯員也針自身對饑餓感的問題進行過思考，並在某一次口譯活動中以進食作為控制變量進行口譯實驗。該譯員在口譯活動開始前以高卡路裏的食物作為主要食物來源，並且進食量是平時的 1.5 倍，該譯員試圖以高進食量和高熱量作為對抗饑餓感的主要方式，然而，實驗結果卻令人瞠目結舌。該譯員發現在口譯活動的初始階段遲遲不能進入狀態，且大腦運轉處於停滯狀態，直到發言人講話至 15 分鐘左右他才能夠恢復至平日的正常水平。由此觀之，口譯員很早就關注到了食物對口譯內容質量的影響，並采取了一些措施試圖解決，然而，對於進食時間的把控、進食食物類別的選擇以及食物熱量的掌握都沒有得出一個較為明確的結論。“諸如此類專業性極強的問題，應該交由與其專業知識構架最為匹配的人員來解決。”<sup>⑥</sup>比如營養學專家等。值得慶幸的是，這無異於為口譯學術研究人員提供了一個較為新穎的思路和方向，即，從營養學的角度研究食物對譯員身體機能的影響，從而總結出一套較為完善的口譯員培養方案。除了生理需要會對譯員的譯出語質量造成影響外，譯員對安全層面的需要往往也是容易被忽略的要素。

## (二) 安全需要在口譯員培養上的運用

馬斯洛所講的安全需要主要是指人們需要穩定、安全、受到保護、有秩序、能免除恐懼和焦慮等。對於口譯員來講，在口譯前感到恐懼和焦慮，在口譯現場感到慌張是常常發生的事情，如何幫助口譯員在平常的學習中能建立心理上的安全感呢？“首先，我們應該為學生創造足夠多的模擬口譯活動，模擬口譯的規模要盡可能地與大型國際會議口譯規模保持一致，盡可能地還原口譯活動現場的情景，而且，在活動進行中我們要對學生的表現進行全程的錄音錄像，在活動結束後，譯員本人和授課教師應對口譯現場的音頻和視頻進行深入地分析。”<sup>⑦</sup>分析音頻的意義在於，我們能夠較為清晰地發現口譯過程中所發生的語言錯誤，從而找準譯員現階段在語言層面上所存在的短板進而進行補救和提升。復盤視頻的價值在於，我們能夠通過觀察譯員的肢體語言和面部表情評估譯員在口譯現場的心理變化。通過觀看視頻對譯員表現進行評估是一種不太被普遍採納的研究手段，因為它所耗費的時間成本較高，但在筆者看來，視頻分析有著其他技術手段都無法達到的效果。口譯是一項交際性極強的工作，且口譯的活動的主體是人，任何一項以人為主體所進行的工作，對人的研究都無比重要。視頻觀察的方法能夠幫我們繪出一幅譯員心理波動的折線圖，我們能夠精準地回溯引起譯員心理波動的原因。其次，對於譯員心理素質的培養僅僅靠口譯老師來進行是不夠的。誠然，老師可以通過自身過往的經驗傳授給學生一些心理狀態調整技巧，但專業的心理諮詢師對譯員有規律和定期地輔導和溝通是不能被取代的。眾所周知，同聲傳譯是在同傳箱裏進行的，然而，一些職業的同聲傳

譯員在初入譯場的時候會發生很多狀況外的事情,如發現自己對同傳箱的封閉空間感到心悸或對與會人員數量龐大感到密集恐懼癥等等。這些看似與口譯活動毫不相幹的名詞往往就是會降臨在口譯員的身上,所以,筆者認為,要培養出一個職業素質過硬的口譯員,一定要多關注譯員的心理問題,幫助譯員實現脫敏。甚至,從某種程度上講,對譯員的心理素質測試應該納入譯員選拔考試當中,如果招生單位在一開始的時候能夠通過對考生的心理素質測試或評估對考生的心理狀況有一個比較清晰的了解,這會幫助招生院校大大降低譯員的培養時間和成本。對於如何製定一個有效的心理素質測評標準,歐洲在上世紀90年代就已經有口譯學者對此進行探討和摸索,例如 Pöchhacker, Franz( 弗朗茲·波赫哈克)和 Schlesinger, Miriam( 米利安·施萊辛格)。Pöchhacker, Franz 以奧地利維也納大學翻譯專業作為評估試點,對一批應試者進行了為期兩年的走訪跟蹤,結果發現,在入學時達到了心理測試合格線的學生在兩年的職業化的口譯培訓後,僅有不到60%的學生完全符合一名職業譯員的心理素質要求。<sup>⑧</sup>隨後,Pöchhacker, Franz 聯合其他多位口譯學者對譯員心理素質評估方法和標準進行了二次探索,但至今全球口譯學界在此問題上仍未達成共識。由此可見,對於譯員心理狀況的關注已然成為了世界口譯界共同關注的話題,雖然其評估方式以及標準的製定仍待確認,但其從側面反映了安全需要之於譯員培養的重要性。

### (三) 歸屬與愛的需要在口譯培養上的運用

“對一個口譯員來講,他是需要與外界建立連接,產生情感的。在平時的學習過程中,我們除了要幫助學生提高語言層面上的技巧和水平外,也需要注重構建譯員自身的歸屬感。譯員的歸屬感是指譯員的主體性意識。譯員的雙重身份是顯性而非隱性的,即,譯員不單單是講話者雙方的傳話筒,在不同的口譯場合也扮演著不同的角色。”<sup>⑨</sup>例如,在一場關於旅遊導覽的聯絡陪同口譯中,譯員的第二重身份是導遊;在一場商務談判口譯中,譯員的身份是受雇方的利益爭取者。且譯員的第二重身份置於任何場景下都是顯性的。此外,譯員自身的口譯會在某種程度上決定這場活動的走向甚至成敗。如果口譯員不能在情感上與口譯這項工作建立連結,那麼勢必他的投入程度會受影響且很容易對自己的職業感到倦怠。所以,筆者認為,譯員的歸屬感來自於譯員主體性意識的激活,想要培養一名合格的口譯員,除了對他進行演講訓練之外,模仿發言人的語氣和語調甚至遣詞造句也是非常有用的訓練手段。因為演講是一門訓練講話者輸出能力的功課,如果沒有足夠的言語訓練和知識儲備,會讓演講訓練的目的和價值大打折扣,也將導致譯員無法圓滿地完成第二重身份所賦予的任務。此外,倫理教育也是滿足譯員歸屬與愛的需要的重要一環,要讓譯員了解行業行規和明白本行業的社會屬性,只有讓學生充分發揮內驅動力感受到作為一名職業譯員的自豪和驕傲,不僅有助於譯員製定自己的職業生涯規劃,更有助於譯員的自我歸屬感的建立。譯員不僅是一名翻譯更是一名社會人,凡是社會人,除了有低層次的需要也有更高層級的需要,在運用社會資源和學校資源培養出一名出色譯員後,為口譯從業人員搭建一個完善的工作體系和平臺,是避免人才流失重中之重的一項舉措。只有通過對譯員的精神需要進行多維度的關心和滿足,才能讓譯員獲得職業上的歸屬感和獲得感。

## 結語

馬斯洛的需要層次理論雖屬於心理學範疇,但當中所提出的生理需要、安全需要和歸屬與愛的需要能夠較好地同口譯員的培養相結合,而且能夠在一定程度上提升譯員的職業化素養,進而能培養出更加立體和多維且符合市場和時代需要的口譯員。如果口譯研究者能從人本主義的角度出發對口譯員培養進行研究,那麼有許多看似跨界的理論研究都能實現有機地結合,作為當代的口譯學習者和研究者,我們應該秉承創新和突破的精神,讓自己思維眼界不受局限,對這一領域做出更多的貢獻。

**注釋：**

Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper and Row.

Pöchhacker, F. (2004). *Introducing interpreting studies*. New York: Routledge.

Gile, D. (1995). *Basic concepts and models for interpreter and translator training*. Amsterdam/Philadelphia: John Benjamins Publishing Company.

Napier, J. (2006). *New approaches to interpreter education*. Washington, DC: Gallaudet University Press.

Antonovsky, A. (1979). *Health, stress, and coping*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.

Chan, D. W. (2003). Perceived emotional intelligence and self-efficacy among Chinese secondary school teachers in Hong Kong. *Educational Psychology*, 22(5), 1042–1054.

Anderson, R. B. W. (1976/2002). Perspectives on the role of interpreter. In F. Pöchhacker & M. Shlesinger (Eds.). *The Interpreting Studies Reader*. London/New York: Routledge, 209–217.

Sweller, J. (2016). *Cognitive load theory, evolutionary educational psychology, and instructional design*. Springer International Publishing.

彭聃齡著：普通心理學，北京師範大學出版集團 2003 年版，第 329—330 頁。

(Editor: Lucy)