

出國報告(出國類別：進修)

美蒙特雷國際學院口筆譯研究所  
心得報告

服務機關：國防部

姓名職稱：戴于庭

派赴國家：美國

出國期間：111.08.29~113.05.18

報告日期：113.08.07

## 摘要

選擇赴美就讀蒙特雷國際學院口筆譯研究所，是基於我對語言和跨文化交流的深厚興趣。這段學習經歷不僅豐富了我的知識，提升了我的專業技能，還擴展了我的世界觀，鍛煉了我的抗壓能力，並使我在工作中能學以致用。這份心得報告旨在分享我在學習過程中的所見所聞，以及在專業發展方面的收穫和個人成長。報告將涵蓋課程簡介、學習經驗分享和建議事項等，希望對未來的學子有所啟發和幫助。

## 目次

- 壹、目的
- 貳、過程
- 參、心得
- 肆、建議
- 伍、結語

## 壹、目的

這份心得報告旨在分享我在蒙特雷國際學院口筆譯研究所的學習經歷，包括課程介紹、經驗分享和建議事項。希望能夠為未來的學子帶來啟發和幫助，並且讓有興趣的人能更了解和尊重翻譯專業。

## 貳、過程

本人就讀系所為口筆譯及語言教育研究所，主修中英筆譯，時長約1年9個月。學校教育中，主要使用簡體中文，中文題材大多涉及中國大陸，以中國大陸為主要市場假設。以下介紹本人所選課程，區分為口筆譯相關必修課程及其他選修課程：

- 一、**筆譯**：文字間的翻譯。每週都有一篇筆譯作業，訓練學生針對不同類型的翻譯題材進行練習，大多是個人作業，有時是團體作業。課程中學習筆譯基本技巧，考量不同讀者及目標地區採用的不同策略，著重意思準確、用字精準及目標語通順。上課時透過老師引導及全班討論，集思廣益，精益求精，找出最佳翻譯方式。
- 二、**視譯**：將文字轉換為口語的翻譯，著重臨場表現。教授可能會在前一週給主題，上課發視譯教材，在有限時間內完成閱讀後，開始口語翻譯。視譯同樣要考慮聽眾，使用適合的字詞，注重反應速度、訊息完整、句子結構調整、準確性、時效性及流暢性等。視譯課程為口筆譯專業學生第一及二學期必修。
- 三、**逐步口譯**：第一學年的課程傳授基本口譯原則、技巧、記憶力及表達能力，第二學年的課程進入專業口譯。教授會選擇特定領域進行訓練，前一週給主題提示，課堂上學生先個別在箱子裡同時做逐步口譯練習，出箱子全班一起再聽一次，並個別在大家面前練習並檢討。修口譯課程的同學必須在課堂外花大量時間與同學練習。學生必須預先對上課主題作研究及平行文本準備，並整理雙語詞彙。口譯要求包括發音、台風、意思正確性、流暢度及記憶力，並具備筆記的技巧。第二學年，教授通常播放較長內容以訓練筆記能力，學生可參考教授提供的筆記符號，發展出屬於自己的符號。教授會利用學校舉辦的各項研討會及會議，讓學生獲得實戰經驗，了解實際場上可能出現的突發狀況，並作調整及準備。
- 四、**公眾演說**：透過發音暖身和培養口說肌肉記憶，訓練正確發音。每次的公眾演說練習，教導學生根據不同主題進行學術演說技巧練習，使學生在其他課程中展現穩健台風，有效吸引觀眾注意力，穩定且清楚傳達訊息。
- 五、**口筆譯理論**：第一學期課程，各種語言的口筆譯學生共同上課，針對口筆譯基礎理論及不同語言接力翻譯進行說明。課堂上教導口譯技巧並實作練習，由不同語言專業的學生點評，相互學習。

- 六、**翻譯科技**：對修筆譯的學生而言，翻譯科技為必修課程，教授介紹目前坊間的電腦輔助翻譯軟體，比較其優缺點。教授要求學生使用其中一款軟體完成指定作業，讓學生體驗並比較其優缺點，並做成網頁作為個人簡歷中的亮點，提供給未來雇主了解學生優勢及可能對公司的幫助。
- 七、**進階翻譯科技**：旨在提高學生對翻譯管理系統（TMS）和機器翻譯（MT）環境的理解和應用能力。學生學習為特定領域訓練機器翻譯引擎，並探索相關的翻譯管理系統。課程涵蓋翻譯記憶庫創建、術語管理、質量保證及本地化測試等實際操作技能。
- 八、**筆譯實踐課**：學生選定主題做翻譯，教授提供基本條件，學生在符合條件範圍內控制時間完成筆譯作品。作品需通過編輯及校稿者審稿後，繳交成品。
- 九、**口譯實踐課**：提供與不同語言口筆譯學生交流及練習的機會，增加實戰經驗，使畢業後在職場上能快速進入狀況。
- 十、**其他選修課程**：
- （一）**語言教學理論及實踐**：選修此課程可學習到教育基礎理論、教學方法、課程設計與規劃、評估與反饋、課堂管理與互動、教學技巧在語言教育中的應用、文化差異影響教學方式及教學專業發展。課程旨在為有效語言教學提供堅實基礎，確保學生能滿足多樣化學習者需求，適應各種教育情境。
- （二）**文學翻譯**：針對各種文學翻譯技巧進行練習及討論。教授在課前提供大量有關文學翻譯相關閱讀作業，課堂上針對文學翻譯理論及技巧進行討論。最後每人選擇一個文學作品的一段進行翻譯，並在課堂上作簡報及討論。課上並要請美國著名中英文學譯者，針對實際市場上的經驗做分享。
- （三）**跨文化交流課程**：與來自世界各地的同學，一起探索不同文化，並了解文化差異，透過大量閱讀，了解文化差異在職場上可能造成的傷害，發展跨文化知識及溝通技巧，對於工作和生活有莫大助益。

## 參、心得

- 一、**對不同文化和語言的適應**：除了要適應完全不同的美國文化之外，在蒙特雷的口筆譯學系中，學生大部分來自中國大陸，教材主題也多與中國大陸有關。許多用語、口音、文字及文化都需要熟悉中國大陸的用法及習慣，常常感覺自己在學第三種語言。這是未來學員需要提前做好心理建設的部分。
- 二、**個人心理素質的培養**：在求學過程中，會面臨許多不同的壓力，需要靠自己獨自處理任何事情。除了生活壓力之外，還有學業壓力，每個同學都是高手，每個新主題都是挑戰，面對專家時，若聽不懂或翻不出來，對於心理會產生極大壓力。不論工作或是學習都應虛心求教，不可自滿。老師曾說：

「你永遠沒有你想像的差，也沒有你想像的好」。口譯屬於表演性質的工作，不論個性外向或內向，都必須掌控全場。心理素質強大才能臨危不亂，處變不驚。

- 三、**尊重專業的重要性**：在學校時，技巧和專業技能的精進是重點。透過求學時之實踐課程和返國後的工作經驗，我發現市場上許多人因不了解此專業，對口譯員的需求容易忽視或不尊重。口譯員在會議上經常遇到極差的工作環境。口譯員是整場會議的靈魂人物，對會議內容、過程及節奏須瞭若指掌，但常被排在會議的角落，缺乏必要的設備和支持，也未必能在會議前有餘裕的時間拿到資料做準備。未來的學員應了解並捍衛自己的權利，也要讓其他人明白尊重專業的重要性。
- 四、**譯前準備的重要性**：擔任譯者時，對主題的背景知識和熟悉程度決定翻譯的成敗。無論英文程度多高，對於不熟悉的主題，翻譯起來依然困難，容易用字不精確或聽不懂原文意思。職場上，由於許多人不了解翻譯專業，常在會議前一刻才找譯者，未提供資料做準備，也沒有提供會議背景、目的或與會人員資訊，導致翻譯品質受影響，會議效率不佳。未來學員應培養專業素養，盡力避免此事發生，並讓用人單位了解譯者需要充分準備，才能將會議的效益最大化。
- 五、**熟悉文化差異的重要性**：許多溝通不良和誤會都是由文化差異引起。一方無心的言行可能被另一方誤解。譯者作為雙方溝通的橋樑，應對雙方文化瞭如指掌，並培養細微觀察的習慣，才能在文化差異引起的誤會發生前及時化解，確保順利溝通，達成會議目的。
- 六、**翻譯是翻意思，不是翻字面**：在職場上，有些譯者常糾結於字面，導致意思錯誤或目標語不通順、語意不清。這一點不管是雇主還是口譯員都必須了解，才能使翻譯不流於形式。
- 七、**不是會講英文的人就會翻譯**：翻譯最忌諱猜測或意思錯誤。由於工作環境限制，很多時候會說英文的人會被要求擔任口譯員的角色，常常會出現聽不懂而猜意思的情況，導致會議效率不佳，嚴重時會影響政策方向。譯者常常代表的是公司，或甚至國家，派遣譯者應盡量選擇受過訓練的譯者，確保翻譯品質。
- 八、**設定目標，勇往直前，面對並接受自己的不足**：在這段進修的旅程中，我遇到許多困難，出國讀書比想像中不容易，除了生活、人際關係、文化、飲食和溝通上的壓力外，學業也是一大壓力來源。出國在外盡力達成目標外，也需要照顧好身心健康，規律運動、參與社交活動，同時兼顧課業，避免心理壓力拖垮課業。過程中會發現自己很努力仍無法達標，有時適時放過自己會發現更多。

## 肆、建議

- 一、 **提前準備**：在進入蒙特雷之前，多吸收不同領域的知識，例如經濟、環保、科技、國際會議、國際情勢、國際法、專利、文化、熱門議題等等，並進行一些基本翻譯練習。這樣可以幫助學生更快適應學校課程安排和學習節奏。
- 二、 **積極參與課堂討論**：課堂討論是學習的重要環節，不論是與翻譯相關課程或其他選修課程，透過與教授和同學的互動，並於課堂上發言，可以更理解課程內容，並發現自己的不足之處。在美國的讀書環境中，老師特別鼓勵學生問問題或分享自己的意見，普遍學生也都勇於發言並表達意見，這是跟自己以前在台灣教育環境的經驗極大不同之處，因此，也花了我不少時間適應。建議學生積極參與課堂討論，勇於發表見解，不僅可以培養批判性思考能力，也可以強化自己的英文表達能力。
- 三、 **建立學習社群**：口筆譯學系，其中必經的求學過程就是要花大量的練習時間，與同學建立學習社群，共同探討問題，互相支持和幫助，對於提高學習效果非常有益。同時，透過合作學習，學生可以學到更多不同的觀點、技巧和方法。
- 四、 **尋求實習和實踐機會**：在學習期間，建議學生積極尋求各種實習和實踐機會，如參與會議、翻譯項目或志願者活動。這些經驗不僅可以幫助學生將所學知識應用於實際，還可以提升自己的職業競爭力及不同領域的專業知識。

## 伍、結論

在蒙特雷國際學院的學習經歷，對我的專業發展和個人成長產生了深遠影響。這段求學時光不僅讓我的專業技能超越原本設定的標準，還提高了自己的跨文化交流能力。這段時間有很正面的收穫，當然也有非常辛苦的地方，不只鍛鍊了強大的心理素質跟抗壓性，也讓我對人生的意義有了不同的體悟，在工作上更能如魚得水的達成任務。通過這份心得報告，我希望能分享我的經驗和收穫，為未來的學子提供參考和建議。希望大家能充分利用寶貴學習機會，不斷提升自己，為成為優秀的口筆譯專業人才奠定堅實基礎。