

## 口译过程的认知分析对口译教学的启示

徐 翰 张一博

南昌航空大学外国语学院，南昌

**摘 要** | 口译是复杂的信息处理过程，它具有自身独特的运行模式和内在规律。研究 Gile 的认知负荷模式以及分析口译技能的认知特点对口译教学具有重要意义。本文从认知负荷模式切入，分析了口译的认知过程与口译四种基本技能的认知特点，提出了口译教学的训练策略与技巧以及口译教学的四点启示。

**关键词** | 口译认知过程；Gile 认知负荷；训练技巧；口译教学

Copyright © 2022 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



### 1 引言

随着改革开放的深入，中国与世界各国之间的经济、文化、教育等方面的交流越来越频繁，使得国内对口译这种“即时、高效”的语言服务的需求逐年攀升，同时口译人才的培养也已被列为国内紧缺人才培养项目。但是，高校口译课程的建设起步较晚。经过笔者调查发现，部分高校的口译教学无论是在训练原则还是在训练方法上，都存在不同程度的随意性，缺乏对口译职业技能、

基金项目：江西省社会科学规划项目“关联理论视阈下的口译认知过程与口译教学”（14WX213）。

作者简介：徐翰，南昌航空大学外国语学院，教授，研究方向：翻译理论与实践；张一博，南昌航空大学科技学院，讲师，研究方向：翻译理论与实践。

文章引用：徐翰，张一博. 口译过程的认知分析对口译教学的启示 [J]. 语言学, 2022, 4 (1): 7-19.

<https://doi.org/10.35534/lin.0401002>

口译内在程序、口译教学方法的科学分析与综合研究。在教学原则和方法上,有些院校仍沿袭传统的语言学派教学模式,在教学内容上,许多授课教师未能将口译与笔译严格区分,笔译内容口译化<sup>[1]</sup>。

本科口译课程的目标定位和教学模式一直是外语界所关注的热点问题。目前,有一种主流观点认为,口译教学与语言教学有着本质区别。语言教学培养的目标是语言交际能力,而口译教学的目标是利用已经获得的语言交际能力学习培养口译技能。因此,他们主张实施“技能化口译教学”,要求口译教学应“以技能训练为主、语言训练为辅”,倡导培养应用型的口译人才<sup>[1]</sup>。本文通过分析探讨 Gile 的认知负荷模式,对口译过程进行认知分析,进而提出“技能化口译教学”的训练策略与方法,以期为我国高校的口译教学提供一定的参考和建议。

## 2 口译过程的认知分析与技能分解

### 2.1 Gile 的口译认知负荷模式

90年代中期,法国知名口译学者吉尔(Gile)以认知科学为理论基础,通过跨学科的实证研究,借用了“有限的注意力资源”和“任务困难程度与任务实施的时限之间有很强的关联性”两个主要的认知概念,提出了“口译精力分配模式”和“注意力饱和”之假说,描述了同传和交传中的精力分配过程,阐述了注意力的分配要素以及口译的失误现象与注意力分配之间的关联<sup>[2]</sup>。吉尔把口译认知模式概括为两个阶段:

第一阶段:听力理解阶段交传(CL)=听辨(L)+笔记(N)+记忆(M)+协调(C)

第二阶段:重构阶段交传(CI)=回忆(Rem)+阅读笔记(Read)+言语生成(P)

认知心理学家雷德(Reed)指出“注意的容量模式提出,我们同时进行几项活动的的能力,受到能够分配到这些活动中去的智力精力的限制”<sup>[3]</sup>。因此,口译过程中每一步骤所需要的注意力也必须小于大脑所能提供的注意力。如果译员在口译中所需要的注意力总量超过可供使用的总量,那么口译的质量就得不到保证。译员在源语信息的处理过程中,就有可能产生信息遗失或意义缺省

的现象,从而出现“漏译”或“错译”情况。由此可见,为了确保译员的翻译质量,译员在从事口译活动的时候,要提高信息的自动化处理能力,优化认知资源的分配,减少口译失误率,有效的途径是:一方面提高单项的技能能力,保证提供充足的智力精力总量;另一方面是提高综合技能的协调能力,以保证口译程序中的每个步骤都能够得到其必需的注意力,最终使得原语得到完整无误的表达。

此外,通过对吉尔的“交替口译的口译模型”分析,可发现交传的信息处理主要涉及四项基本技能:即听辨能力、笔记能力、短期记忆能力和表达能力。其中第一阶段是信息解码过程,以“听辨”为主,第二阶段是信息编码过程,以“表达”为主。连接语言输入和语言输出的中间环节,包括笔记、记忆、协调、回忆、读笔记等过程。刘和平<sup>[4]</sup>指出,口译技能有其特殊的认知规律。技能的提高不能仅满足于传授经验,而应按照口译程序的内在机制和规律去训练掌握。

## 2.2 口译技能的认知特点

### 2.2.1 听辨技能的认知特点分析

听辨是整个口译活动中一个相对独立的过程,位于口译过程的前端。听辨是整个口译交际的前提,没有听辨就无法进行口译,听辨理解的质量直接决定口译交际的质量。

口译听辨一般具有以下几个特点:首先,听者接收到的语音信号与任何的音素、词语或者词组没有一一对应的关系。听者只能根据自身的语言知识、前后语境及现场情境才能识别语音信号所指代的具体词语。其次,口译中的听辨理解不仅仅限于词语识别层面,还涉及译员对源语的推断和预判<sup>[5]</sup>。同时,译员本身具备的背景及专业知识不如与会者,因此在理解专业性强的讲话内容需要付出更大的努力。可见,口译理解过程并不是一种机械式的自动化的过程,而需要口译员的高度注意集中,同时调动自身具备的一切知识,包括语言知识、背景知识、语境知识等<sup>[6]</sup>。

### 2.2.2 笔记技能的认知特点分析

笔记是交替传译过程中重要的辅助工具,牵涉多项信息的认知处理环节,

是对信息的逻辑整理过程,以及对言语链辨析和理解后的记忆线索。正如塞莱斯科维奇(Seleskovitch)所指出,“交传笔记具有个性化、暂存性质。笔记是记忆内容的载体,但不是信息的文字化。笔记的作用在于,在记录时帮助译员集中精力、在使用笔记时为其做提示。”<sup>[7]</sup>

口译笔记过程不是一个机械地笔录信息的过程,而是一个牵涉诸多因素的复杂的认知过程,它要求译员在极短时间内听辨信息、理解和记忆信息、选择信息(组织和整理信息)、编码信息和书写信息。要完成口译笔记任务,译员首先须处理时间压力问题。译员要在连续不断的语言信息流中,时刻保持高强度注意力,并协调在听、理解和书写环节中的注意力和信息存储之间的关系,提高书写速度,将即刻理解的信息记录。其次,译员还须协调好工作记忆在理解和书写过程中的任务分配,既要保证及时和准确地接收信息和存储信息,同时还要确保能够将所接收的信息及时提取并传导、组织和书写下来。此外,译员在听辨信息的过程中,要充分动用相关专题背景知识和源语言知识,对紧随其后的信息进行预测和联想,为书写信息节省时间。但预测不是随意、肆意的联想,而是有逻辑关联的预测和联想,即译员需控制自己的联想,对最符合相关专题的逻辑关联进行预测。

### 2.2.3 记忆技能的认知特点分析

在口译活动中,口译员没有机会反复理解源语信息,而是要一次性地听取源语信息。译员在借助笔记,甚至在没有任何外界辅助手段的条件下,执行源语信息听辨、信息意义的表征与理解、信息暂时贮存和译语信息表达与监控等一系列信息加工任务。显然,在这一过程中,口译员必须具备良好的信息保持与处理能力,以确保初始信息的准确理解、前后信息的衔接与连贯、译语表达与源语信息的统一。因此,口译活动对口译员的语言记忆能力形成很大的压力,而口译员出色的语言记忆能力也成为成功的口译活动必不可少的基本条件之一<sup>[2]</sup>。

自20世纪60年代口译研究正式展开以来,语言信息的记忆能力与口译活动的关系一直就是人们关注的焦点问题之一<sup>[8]</sup>。记忆的基本过程包括识记、保持、回忆三个环节。其中“回忆”能力不可直接提高,而是取决于“识记”和“保持”的方式的配合。在口译中,“识记”环节与译员的听辨、理解相对应。“保持”

环节与译员对源语信息的贮存相对应。“回忆”或“再认”环节则与译语输出所做的准备工作相对应<sup>[9]</sup>。在对源语信息处理过程中,通常有三种记忆系统介入,即瞬时记忆、短时记忆和长时记忆。三种记忆系统在信息处理过程中所发挥的作用均不相同。在言语链发布时,大脑会立即激活长时记忆,提取已存储的相关知识,并启动瞬时记忆和短时记忆对话语信息进行分析加工,充分理解言语所承载的意义,从而使交际活动有效地进行<sup>[10]</sup>。长时记忆是口译的基础。对于口译而言,三种记忆机制显得都很重要。但是,由于口译信息的发布具有瞬时性和一次性特点,在信息的贮存和加工过程中,短时记忆的发挥显得更为重要。

#### 2.2.4 表达技能的认知特点分析

口译的最后一个环节是表达,即把已转换的信息用译语表达出来。“表达是口译的终极产品”<sup>[11]</sup>。然而,在实际操作过程中,表达和转换之间并不存在一条清晰的界线,表达的过程往往是对译语继续加工处理的过程<sup>[12]</sup>。

在口译表达过程中,口译员可能遇到各种困难,首先,译员不能自由选择产出的话语内容,而必须紧随发言人,依据源语的信息结构或逻辑构建译语,必要时需要重新调整源语的词序或句序,甚至丢弃部分源语信息,以保证源语主要信息的传递。其次,源语的语言结构可能对口译造成多方面的困难,如源语和译语之间的语言差异对译语产出造成的困难。而译员过分跟随源语语言可能造成译语的生硬不自然,完全进行语言转换而不推断其中的深层含义可能引起更多的错误。译语产出过程中的诸多困难使得口译员必须合理使用相关策略,需要有意地进行高级信息处理过程。再者,源语信息的质量对口译信息的处理也会造成一定影响。如噪音、发言人的口音、语言表达的准确性、连贯性及韵律等。

### 3 口译教学的训练策略与技巧

#### 3.1 口译听辨训练

“听辨”是口译过程的首个环节,也是最重要的环节。口译听辨过程,译员不仅要启动听觉系统,还要启动大脑中的分析理解机制和记忆机制。在听辨

过程中,它伴有很大程度的预测和判断,常常需要调动非语言因素对所听内容进行分析、整理、补充和联想。口译教学过程中,教师应将重点放在培养学生的思维方式上,让学生学会如何在听辨信息时将已知信息与新信息相结合,正确理解说话者话语的认知语境,并能对所听内容做出合理预测。

### 3.1.1 为译而听

口译的听辨一定要“为译而听”。训练是为了提高“积极听辨”(active listening)能力<sup>[13]</sup>。也就是说,口译的听辨过程不仅需要集中精力去“听”,而且需要译员积极、主动地对源语进行思维加工,分析源语的意义,综合原语的信息要点,识别源语的主题思想,其目的是为后阶段的“译”作准备。

### 3.1.2 听词取意

“听词取意”是指源语信息听辨过程中,通过分析、推理和判断,对语流信息进行解码和意义建构,透过语言形式摄取意义,达到“得意而忘言”之目的。“听词取意”这样的道理听起来似乎简单,但口译的初学者却往往是听懂了字词,却没有理解原文中表达的实际意义,也就是只注意了语言的表层结构而忽略了语言深层的意义结构。对于口译来说,听清内在含义比听取外在语言形式更为重要。译员的正确记忆方式应该是对信息的理解式记忆,也就是在对实质内容理解的基础上不受原文语言形式束缚。换言之,是“听词取意”之后的记忆<sup>[11]</sup>。让学生学会“听意”,而不是听语言,这是口译训练成功的关键。另外,“听词取意”通常还包括“抓意义单位”和“抓关键词”等方法。

### 3.1.3 捕捉要点

所谓“捕捉要点”是指口译听辨过程中要学会抓住讲话的信息线路、主要思想和实质内容,而不是单个词语。对于初学口译的学生来说,听辨训练最突出的问题是摆脱不了语言的束缚,往往把注意力全部集中在每个词语的含义理解上,而忽视了它们所表达的整体意思和内在涵义。

塞莱斯科维奇<sup>[13]</sup>指出,“不是只听语言本身,而是通过语言感知说话的意思才是口译的基础。口译时,源语的声音流及语言形式是转瞬即逝的,如果把注意力放在语言形式上,我们大脑中只能留下只言片语。但如果我们注意理解其意义,意义在我们头脑中可以更长久地留存。因此,口译听辨训练时一定要

掌握捕捉信息要点这一技巧，准确把握讲话者要传达的意思，既不能曲解也不能遗漏。只有学会“捕捉要点”技巧，才能顺利过渡到下一步的口译记忆和口译表达的训练。

### 3.1.4 逻辑分析

逻辑分析包括“纵向分析”和“横向分析”。“纵向分析”是指分清关键信息和辅助信息，即找出逻辑的层次。比如，在听完一篇讲话后首先用一句话概括出讲话的中心内容，这是逻辑的最上层。围绕这一中心问题讲话人谈了哪几个方面的内容，这是第二层关系。而每个方面又具体谈了些什么，这是逻辑的下一个层次。“横向分析”则是明确各信息点之间的逻辑关系，比如因果关系、对比关系、时间顺序、举例说明等。逻辑分析训练的目的在于透彻地理解原语讲话的内容，对信息的点（具体的信息内容）、线（各点之间的联系）和面（整体印象）进行全面地把握以便于记忆和表达。信息经过分析加工，容易在记忆中留下更深的印象。

## 3.2 口译笔记训练

笔记是交替传译过程中重要的辅助工具。如何有效提高笔记效率，减少笔记的精力耗费量，一直是口译界所关注的热门话题。“大脑记忆为主，笔记为辅”是笔记的基本原则。口译过程不可能全部记录讲话内容，言语链发布的速度也不容许译员记录全部内容，对言语链的辨识、分析、整合加工更不可能让他把精力全部集中在笔记上。笔记形式没有统一的规定，只要有助于记忆源语信息就可以。以下经验，可供技能训练参考：

“竖向记录，意群分行”——笔记最好采取从上往下的阶梯式结构的记录方式，更好地体现出上下文的逻辑关系，旨在简化大脑的思维过程。

“少写多划，少线多指”——划线条或符号比写文字来得更快，而且更形象。

“快速书写，段尾划线”——要提高笔记效率，必须提高快速书写能力。每段话之间必须要使用断句符号，这样可以避免信息的重复或遗漏。

笔记内容只要抓住要点就行，不论是单词、短语还是句子，不论其语法属性如何。但以下几方面内容，一般在笔记训练中要记：第一，那些能帮助你准

确而少遗漏地将需要翻译的谈话内容记住的关键词和词语；第二，听过以后容易遗忘的数字、年份及专有名词，即无论在语言层次还是在语篇层次均为单一意义的词；第三，表述内容的前因后果，提示承上启下逻辑关系的关联词；第四，双方交流中使用的精彩词、句和短语。这些都能有效帮助你回忆讲话的内容。

笔记语言最好使用目的语。其目的是摆脱听到的话语的外在形式，把握实质，用目的语记住真正的内容。另外，在口译时能够减少翻译思维的一个过程。这不仅节约了时间，而且方便了用目的语产出。

### 3.3 口译记忆训练

根据认知心理学原理，埃里克森（Ericsson）认为，记忆活动的高效运行应满足三个条件：其一是“意义编码”（meaning encoding），即信息必须在意义层次上加工，把信息与贮存的知识联系起来；其二是“提取结构”（retrieval structure），即线索应该与信息一起贮存以利于其后的提取；其三是“加速”（speed-up），即广泛练习以使编码和提取所涉及的加工过程越来越快<sup>[4]</sup>。对于口译记忆而言，其认知原理是一样的。

目前口译记忆的训练主要包括两个方面：其一是单项记忆技能训练，即识记方法和策略训练；其二是综合技能的协调训练，即记忆与笔记的协调训练。对于前者，当前的训练方法包括形象记忆训练、信息组块记忆训练、影子跟读训练、复述记忆训练等；对于后者，主要训练记忆与笔记两种技能的协调与配合。

#### 3.3.1 语义记忆法

指激活储存在长时记忆中的相关知识图式，通过短时记忆和长时记忆的互动来达到对源语信息的理解记忆。口译信息处理过程中，应充分利用语言外知识对源语进行“释意”，从长时记忆中提取信息，使其参与短时记忆中的信息加工以减轻记忆负荷。语义记忆法有助于大脑获得连贯的语篇信息，记忆的内容不会支离破碎，记忆的负荷也会随之减轻。

#### 3.3.2 形象记忆法

也称为“视觉化记忆法”（Visual Memory）或“成像法”，是指译员把讲话人所讲的内容进行视觉化（visualization），通过大脑的“形象思维”来强化

记忆效果。如果译员能把话语信息以某种形象来贮存，即对语篇所描述的事物建立起一个情景模型，把记忆内容转换为自己所感受的东西，而不是孤立地记住其词语，就能有效地减少识记材料的负荷压力，并使用较少的符号或意象承载较多的信息量。

### 3.3.3 组合编码记忆法

采用“组块”（chunking）的方式，即把若干小的“组块”组成数量更少而体积更大的“组块”，通过增加组块中的信息手段使口译短时记忆的容量得到扩充和增加。信息“组块”法对提高口译短时记忆训练也提供了有力的理论指导。

### 3.3.4 大脑重复法

短期记忆最大的特点就是它的短期性，即它只能在很短的时间内保存信息。心理学研究显示，对同一信息的重复可以延长其在短期记忆中的存储时间。因此，许多有经验的译员在交传的时候会在大脑快速重复一遍讲话人刚讲过的话，把重要的信息点联系起来。

### 3.3.5 影子跟读训练（shadowing exercises）

影子跟读练习是指学员在听源语话语的同时，以落后于发言人2至3秒的时差，如影随行般地用同一种语言每字每句地重复（word-for-word repetition）所听到的内容。实验证明，影子跟读能帮助大多数的实验对象回忆起跟读过的内容，而对没有跟读的信息只能进行非常模糊的描述。因此，影子跟读练习是短期记忆能力训练的一种有效方法，从而一直受到中外口译培训机构的青睐。

## 3.4 口译表达的训练

由于不同语言结构和文化差异的制约，口译表达过程中常常需要对译语信息进行重构，并采取各种灵活变通手段来达到口译交际之目的。以下对口译表达策略进行阐述：

### 3.4.1 顺译法

尽管汉英这两种语言属于不同的语系，在语法、修辞和文化等方面均存在较大的差异，但是两种语言在语言结构、表达形式和思维方式等方面仍存在一定的对等性。顺译法就是利用这种对等关系，在保证准确传递说话人原意的前

前提下,尽量使译语与源语在词语、结构和语序上保持一致。采用顺译法,其最大优势是可以缩短信息处理的时间,减轻口译记忆压力,从而达到提高口译效率之目的。顺译法是口译中最基本、最常用的方法,也是最实用、最简便的方法。

### 3.4.2 释意法

根据释意论的理论,意义应该是翻译中首要考虑的因素。在信息的解码和表达过程中,译员应脱掉源语的语言外壳,对其中“纯粹”的思想内容加以“阐释”,然后用译出语的外壳加以包装并输出。释意法强调的是意义的对等,而不是语言的对应。

### 3.4.3 源语信息的简约

“信息简约”就是将注意力集中在语言的内在含义之上,不要受源语结构的影响,省略一些结构性的词汇和赘词,突出信息要点,从简处理译文,同时体现译文的条理性。口译中的简约主要有几种情况:第一,由于属于即兴演讲或随意聊天,说话的内容比较冗长,重复话语多。如果完全按照字面意义去翻译,译语显得十分啰嗦。第二,源语中的套话现象很严重,尤其在汉语中,易出现连珠套话和大量四字叠词,为了译文简洁也可以适当删减。第三,考虑到语法和修辞的需要,译文中也常常采用删节的手法。第四,英汉句法不同的表达方式和习惯。

### 3.4.4 信息内容的重组

内容重组的目的在于提高传译时的流利程度。在口译表达的语言转换过程中,有时需要对原文信息进行重组。重组主要包括句法和信息内容上的重新组合。由于不同语言之间的句法结构和表达习惯存在很大差异,在交替传译中,信息重组显得尤为必要。通过信息的整合和重组,表达出源语的核心内容,体现译文的层次性,使听者更明了易懂。

### 3.4.5 “一句多译”法

所谓“一句多译”,是指同一句话可采用不同的表现手法来翻译,但表达出来的思想内容却基本一致。“一句多译”的训练目的,主要是丰富口译表达方式,增强临场应变能力。通常说来,译员的“一句多译”能力越强,译法也就越多,应变能力也就越好。“一句多译”技巧的灵活掌握,对提高口译表达

能力很有帮助。“一句多译”训练一般有三种方法：即词汇的替换、句法的变通和逻辑的变化。

### 3.5 强化专项知识

从“关联理论”的角度来看，译员需要通过口译中特定的认知语境，自身对口译主题及背景知识的理解、对说话者话语的真实意图及听话者需求的推断，确切理解说话者并向听众准确传递信息。事实上，口译过程中，译员常常会遇到一些不熟悉的特定领域的信息。对于这些信息的处理，需要译员从认知语境中寻找，它需要将源语信息与大脑的知识图式联系起来，即以背景知识的图式为框架，对源语信息进行解码、推断与理解。因此，“强化专项知识”是口译教学中不可或缺的重要内容，但许多口译老师却常常忽视了这一点。

## 4 结语

本文基于 Gile 的口译认知负荷模式，通过对口译技能的认知分析，发现口译训练只有遵循其认知规律，才能有效提高口译教学效果。同时，对于口译过程的认知分析也为口译教学提供了以下四点启示：

第一，为了提高学生的口译信息处理能力，授课教师应在口译训练中强化口译技能意识，要以技能训练为主，充分体现口译教学的本质特点。

第二，在口译技能训练中，教师应采用“技能分解训练法”来提高学生的单项技能水平和单项任务的处理能力，以便减少单项任务所占的精力量，并提高各项技能的协调能力。

第三，对于英译汉和汉译英的口译训练，在不同阶段应设置不同的训练目标，有的放矢，重点突破，以取得更好的教学效果。

第四，对于口译训练素材的选择，应遵循口译认知规律，突出“技能性、科学性、真实性和多样性”等特点。

## 参考文献

- [1] 刘和平. 翻译学：口译理论与口译教育 [M]. 复旦大学出版社，2017：

- 78-81.
- [2] Gile, D. Basic Concepts and Models for Interpreter and Translator Training [M]. Amsterdam: John Benjamins Publishing Company, 1995: 86-128.
- [3] (美) J. R. 安德森. 认知心理学 [M]. 杨清, 张述, 等, 译. 吉林: 吉林教育出版社, 1989: 136-41.
- [4] 刘和平. 口译理论与教学 [M]. 北京: 中国对外翻译出版公司, 2005: 25-112.
- [5] Lambert, S. Information Processing among Conference Interpreters [J]. Meta, 1988: 83-92.
- [6] 孙序. 交替传译信息处理过程中语言能力与口译能力的关系研究——基于受训职业译员与未受训学生的对比研究 [J]. 上海外国语大学, 2010: 38.
- [7] 刘和平. 口译技巧——思维科学与口译推理教学法 [M]. 北京: 中国对外翻译出版公司, 2001: 89.
- [8] Gile, Daniel. The History of Research into Conference Interpreting: A Scientometric Approach [J]. Target, 2000: 203.
- [9] 鲍刚. 口译理论概述 [M]. 北京: 中国对外翻译出版公司, 2005: 150-153.
- [10] 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: 78.
- [11] 仲伟合, 王斌华. 基础口译 [M]. 北京: 外语教学与研究出版社出版, 2009: 238.
- [12] 李明远. 认知心理学与口译课 [J]. 四川外语学院学报, 1998: 80.
- [13] Seleskovitch, D. The Teaching of Conference Interpreting in the Course of the Last 50 Years [J]. Interpreting, 1999 (1): 55-66.

## Cognitive Analysis of Consecutive Interpretation Process and Its Implications for Interpreting Teaching

Xu Han Zhang Yibo

*School of Foreign Languages, Nanchang Hangkong University, Nanchang*

**Abstract:** Interpreting is a complex information processing with specific operational pattern as well as inherent regularity. It is of great significance to analyze the cognitive characteristics of interpreting skills in accordance with Gile's Effort Model for CI. The paper attempts to analyzes the cognitive processing of CI and the characteristics of the four basic skills of interpretation, aiming at putting forward some tactics for interpreting teaching and training.

**Key words:** Cognitive process of interpreting; Gile's Effort Model; Training tactics; Interpreting Teaching