

## COGNITIVE PROCESSES; NOTE-TAKING

*Sherbo'tayeva Sabina Farruh qizi*

*O'zbekiston Davlat Jahon Tillari Universiteti, Tashkent*

**Annotation:** *This article examines the cognitive processes involved in note-taking during consecutive interpreting. It explores how interpreters use attention, short-term memory, information processing, and analytical thinking to create effective notes that support accurate and coherent translation. The article discusses key principles of interpreter note-taking, including symbols, abbreviations, structuring, and logical sequencing. It also highlights how note-taking enhances cognitive load management, improves message retention, and contributes to higher translation quality.*

**Аннотация:** *Статья посвящена когнитивным процессам, задействованным при ведении заметок во время последовательного перевода. Рассматривается, как переводчик использует внимание, кратковременную память, обработку информации и аналитическое мышление для создания эффективных записей, помогающих обеспечить точный и связный перевод. Анализируются основные принципы ведения заметок переводчика: использование символов, сокращений, структурирование и логическая последовательность. Отмечается, что ведение заметок способствует снижению когнитивной нагрузки, улучшает запоминание сообщения и повышает качество перевода.*

**Annotatsiya:** *Maqola ketma-ket tarjima jarayonida tarjimon tomonidan konspekt tuzish bilan bog'liq kognitiv jarayonlarni o'rganadi. Unda tarjimonning diqqat, qisqa muddatli xotira, axborotni qayta ishlash va tahliliy fikrlashdan foydalanib, aniq va izchil tarjimani ta'minlaydigan samarali yozuvlar yaratishi tahlil qilinadi. Shuningdek, tarjimonning konspekt tuzish tamoyillari — belgilar, qisqartmalar, tuzilma va mantiqiy ketma-ketlik — ko'rib chiqiladi. Konspekt tuzish*

*kognitiv yuklamani kamaytirishi, ma'lumotni yaxshiroq eslab qolishga yordam berishi va tarjima sifatini oshirishiga alohida e'tibor qaratiladi.*

**Key words:** *cognitive process, consecutive interpreting, attention, short-term memory, information processing, analytical thinking for creating effective notes, use of symbols, abbreviations, structuring, logical sequence, cognitive load.*

**Ключевые слова:** *когнитивный процесс, последовательный перевод, внимание, кратковременная память, обработка информации, аналитическое мышление для создания эффективных записей, использование символов, сокращений, структурирование, логическая последовательность, когнитивная нагрузка.*

**Kalit so'zlar:** *kognitiv jarayon, ketma-ket tarjima, diqqat, qisqa muddatli xotira, axborotni qayta ishlash, samarali yozuvlar yaratish uchun tahliliy fikrlash, belgilarni qo'llash, qisqartmalar, tuzilmalashtirish, mantiqiy*

## **Введение**

Последовательный перевод является сложной когнитивной деятельностью, в которой переводчик должен одновременно слушать, анализировать, запоминать и воспроизводить информацию на другом языке. Ведущую роль играют такие процессы, как внимание, кратковременная и оперативная память, логическое мышление и способность выделять главное. Одним из ключевых инструментов, который помогает переводчику эффективно выполнять эти задачи, является ведение заметок (note-taking).

Краткие записи позволяют фиксировать смысл, структурировать информацию и снижать когнитивную нагрузку во время перевода. Данная статья рассматривает особенности когнитивных процессов, лежащих в основе ведения заметок, а также представляет техники и упражнения, помогающие переводчикам совершенствовать навыки последовательного перевода.

## **Методика**

В процессе последовательного перевода переводчику необходимо удерживать в памяти значительные объёмы информации: ключевые идеи, связи между ними, факты, имена, числа и культурные особенности высказывания.

Note-taking помогает компенсировать ограничения кратковременной памяти: записи становятся внешним хранилищем информации, позволяя переводчику фокусироваться на понимании смысла, а не на запоминании дословного текста.

Эффективная техника ведения заметок должна учитывать особенности восприятия информации, скорость речи выступающего и индивидуальный стиль мышления переводчика.

### **Упражнения для развития когнитивных процессов, связанных с переводом**

#### **1. Упражнения для развития кратковременной и оперативной памяти**

Метод “эхо”: один участник произносит список слов, второй повторяет их с задержкой в одно слово. Упражнение развивает слуховую память и способность удерживать последовательности.

“Свободное эхо”: повторение или сокращение услышанного предложения помогает развивать умение выделять смысловые ядра.

Ассоциативные методы: создание ассоциаций, визуальных образов и логических связей между элементами текста.

Метод локусов: распределение информации по мысленным «локациям», что облегчает её воспроизведение.

#### **2. Упражнения для развития концентрации внимания**

Концентрация — важная составляющая успешного ведения заметок.

Эффективные методы:

Медитация короткими сессиями (2–5 минут) для повышения устойчивости внимания.

Умственные упражнения — кроссворды, логические задачи, головоломки.

Физические упражнения, улучшающие кровообращение и активность мозга.

Слуховые тренировки: прослушивание текста и ответы на ключевые вопросы («кто?», «что?», «зачем?»), развитие навыка выделения смысловых единиц.

### **Техника ведения заметок при последовательном переводе**

Note-taking — это система, направленная на фиксацию смысла, а не слов.

#### **1. Основные принципы:**

Записывать ключевые идеи, а не все предложения полностью.

2. Начинать записи с первых секунд выступления.

3. Использовать вертикальную структуру, отражающую логическую последовательность.

4. Записывать логические связи: причина → следствие, цель → результат, сравнение, противопоставление.

5. Применять аббревиатуры, сокращения, символы и стрелки.

6. Опускать гласные в словах для ускорения записи.

Примеры символов:

«→» — следствие, результат.

«↑ / ↓» — рост или снижение.

«≠» — отличие, противопоставление.

Кавычки «...» — речь, сообщение, доклад.

«X» — конфликт, угроза, атака.

Каждый переводчик постепенно формирует собственную систему символов, адаптированную под его стиль мышления.

#### **Фонетические записи**

Фиксация слов по звучанию помогает сохранить имена, названия, термины, которые сложно воспроизвести по памяти.



## **Практические рекомендации**

Выбор языка записи

Переводчик самостоятельно выбирает, на каком языке делать заметки — на том, который быстрее и удобнее.

Где и как вести записи:

За столом — формат A4, с заранее пронумерованными страницами.

Стоя — блокнот A5 с твёрдой обложкой.

Предпочтительны спиральные блокноты: легче перелистывать.

Заполняется одна сторона листа — чтобы слушатели не видели записанное.

Всегда иметь запасную ручку.

## **Результаты**

Эффективное ведение заметок способствует снижению когнитивной нагрузки и делает процесс перевода более управляемым. Упражнения, направленные на тренировку памяти и внимания, улучшают способность переводчика быстро воспринимать и структурировать информацию.

Регулярная практика визуализации, chunking, ассоциаций и системных записей повышает уверенность переводчика и улучшает качество перевода даже в стрессовых условиях.

В результате переводчик обеспечивает:

точную передачу смысла;

логический и связный перевод;

высокую скорость обработки информации;

устойчивость к большим объёмам речи.

## **Заключение**

Когнитивные процессы и навыки ведения заметок играют ключевую роль в последовательном переводе. Они формируют основу профессиональной компетентности переводчика, позволяя ему эффективно работать с любыми типами текстов.

Систематическое применение специальных упражнений и техник note-taking развивает память, внимание и гибкость мышления. Эти навыки повышают качество перевода и способствуют успешному межкультурному общению.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Gile, Daniel. (1995). Basic Concepts and Models for Interpreter and Translator Training. Amsterdam: John Benjamins,
2. Seleskovitch, Danica & Lederer, Marianne. (1989). *Pédagogie Raisonnée de l'Interprétation*. Paris: Didier Érudition.
3. Rozan, Jean-François. (1956). Note-taking in Consecutive Interpreting. Geneva: University of Geneva.
4. Jones, Roderick. (2002). Conference Interpreting Explained. Manchester: St. Jerome Publishing.
5. Gile, Daniel. (2009). The Effort Models and Cognitive Constraints in Interpreting. Amsterdam: Benjamins.
6. Setton, Robin & Dawrant, Andrew. (2016). Conference Interpreting: A Trainer's Guide. Amsterdam: John Benjamins.
7. Baddeley, Alan. (2007). Working Memory, Thought and Action. Oxford: Oxford University Press.
8. Moser-Mercer, Barbara. (1997). "The Expert-Novice Paradigm in Interpreting Research." *Interpreting*, 2(1), 65–84.