

LA DIMENSION PSYCHO-ÉMOTIONNELLE DU PROCESSUS DE L'INTERPRÉTATION

Victoria UNGUREANU, *lector universitar,*
Universitatea de Stat „Alecus Russo” din Bălți

L'interprétation de conférence s'inscrit dans une situation de communication à part. Elle suppose un transfert du message qui repose sur la responsabilité de l'interprète. L'interprète fait preuve de compétences comparables à celles d'un diplomate. S'il veut être efficace, il doit, éviter à tout prix que les malentendus s'installent entre l'orateur (dont il est chargé de traduire le discours, en consécutive ou en simultanée) et le public à qui est destiné le discours. Les compétences qu'il doit développer vont de l'empathie à la clarté de l'élocution, de la culture au bon usage des connecteurs logiques, sans parler de la connaissance de la langue de départ, de la compréhension du sens, des sous-entendus, etc. Les difficultés sont multiples (gestion du stress, attention, concentration; équilibre des efforts) et entraînent de nombreuses erreurs, à tous les stades de l'opération: au moment de la réception (compréhension du discours – écoute et analyse, mémorisation du contenu, repérage de la logique du raisonnement, de l'argumentation, prise de notes réduites, rapides, efficaces...) comme de la restitution (fidélité, clarté, exhaustivité; interprétation des notes; ton, rythme; fluidité; élocution; gestion du temps de parole).

Et il est souvent difficile de déterminer la cause des erreurs. Quand on constate un contresens, est-il provoqué par un manque de compréhension? un oubli? une perte de sang-froid? une distraction? une mauvaise prise de notes? Même chose pour une erreur de vocabulaire: manque de compréhension? de connaissance ou de culture? volonté d'aller vite qui fait perdre les nuances? une prise de notes peu rigoureuse?

Dans cette recherche on va s'arrêter sur le côté psychologique de cette mission. Lors d'une interprétation (traduction orale), l'interprète se trouve dans une situation de stress, dont le stimulus est la situation elle-même: responsabilité à subir, rythme accéléré de l'orateur, incompréhension du message, manque du temps pour réfléchir, pertes de traduction, etc. Cette dimension émotionnelle influence inévitablement le processus de l'interprétation. Le stress est à la base de cet événement.

La définition de la notion de stress paraît très complexe. Nous retrouvons ce concept dans plusieurs domaines. Ainsi, pour un médecin, le stress c'est un mécanisme physiologique, pour un psychologue c'est une modification comportementale, pour un non spécialiste c'est un mélange de tous ces éléments. Pour un interprète c'est un véritable défi en matière d'organisation et de gestion.

D'après la définition donnée par le Trésor de la Langue Française informatisé, le stress c'est une: «Agression de l'organisme par un agent physique, psychique, émotionnel entraînant un déséquilibre qui doit être compensé par un travail d'adaptation.» Approfondissons cette définition en observant l'étymologie du terme «stress»: il vient du latin «stringere» qui signifiait alors: «serrer, tendu de façon raide, tendre, lier, pincer». Ce terme a ensuite évolué en vieux français sous la forme «estrace» qui avait pour sens l'idée d'étroitesse et d'oppression. Actuellement ce terme indique aussi le responsable de cet état émotionnel.

Avant d'aller plus loin il est nécessaire de bien faire la distinction entre les «causes» du stress, nommées également «stresseurs», le stress lui-même ou «réaction de stress» et les «conséquences» de ce stress:



Voici «les responsables», les stresseurs, les principales sources de stress chez un interprète:

- **Problèmes d'audio:** lorsque la qualité du son diffusé dans les oreillettes est insuffisante, il est nécessaire de redoubler de concentration pour bien écouter; il est donc conseillé d'effectuer au préalable des essais audio avec le technicien.
- **Orateurs agités:** si l'orateur parle rapidement, la seule chose à faire est de le suivre ou de lui indiquer gentiment de ralentir.
- **Traduire les nombres et les dates:** cela est particulièrement vrai lors de conférences scientifiques et économiques au cours desquelles les orateurs énoncent des nombres et données statistiques que l'orateur doit rendre le plus vite possible; l'idéal serait d'anticiper leur place dans la phrase afin d'éviter des oublis dommageables.
- **Tournures tortueuses:** il convient d'écouter et de réélaborer toute la phrase ou, même plusieurs phrases car le sens du discours est compliqué, énigmatique... ou peut-être que l'orateur se sert de la rhétorique pour prendre son temps et éviter de répondre à la question?
- **Discours discontinu:** n'oublions pas enfin les orateurs qui ne finissent pas leurs phrases, qui ouvrent une multitude de parenthèses sans jamais les fermer.
- **La méconnaissance du métier** est également une source de stress pour beaucoup d'interprètes. Cette méconnaissance est sûrement à mettre en lien avec le fait que la profession est assez récente.
- **L'exposition** fait également partie des principales sources de stress inhérentes au métier d'interprètes. Le fait d'être exposé, d'être regardé, observé, face à un public peut aussi devenir pour eux un facteur de stress. Bien sûr ce stresseur est accentué en interprétation de conférence par la présence de nombreuses personnes. En outre, des jugements, des critiques de la part de personnes présentes peuvent découler de cette exposition.

- On peut aussi mentionner dans cet ordre d'idées **les stresseurs interpersonnels**, comme: les conflits entre les participants; les charges émotionnelles négatives ou positives de certains rendez-vous; les tensions avec les collègues ou la hiérarchie.

Quelle est la réaction de l'interprète à ces stresseurs? L'interprète peut se sentir déstabilisé, heurté, submergé par ses propres émotions. Et comme suite on arrive à des pertes de compréhension et de l'expression.

Comment peut-on gérer le stress? Alors, il faut se rassurer, respirer à froid, se concentrer sur la traduction. Dans ce métier la concentration doit être immédiate, la compréhension et l'analyse correctes du premier coup. Placés sous les regards, ils doivent faire preuve de sang-froid et éviter de laisser transparaître leur nervosité ou leur agacement.

Gile D. [GILE, 1985: 44] a élaboré un modèle d'efforts et d'équilibre de l'acte d'interprétation. L'auteur met en évidence trois efforts d'interprétation:

L'effort d'écoute et d'analyse;

L'effort de production;

L'effort de mémoire.

Afin de limiter les erreurs et les pertes d'informations, l'enjeu est de maintenir un équilibre optimal entre ces trois efforts. La gestion de cet équilibre est nommée par Gile «effort de coordination». Les stresseurs susceptibles de perturber les trois efforts cités plus haut sont: interférences sonores et visuelles, prononciation, débit, interventions des entendants, densité du message, noms propres, chiffres, acronymes, énumération, mots étrangers, manque de connaissances actives, technicité, l'actualité, expressions idiomatiques, phénomènes d'autocorrection.

L'interprétation est l'art de véhiculer toute la complexité d'un discours. Cette mission consiste aussi à obtenir la confiance des participants qui se livrent au travers d'opinions et de sentiments qui leur sont propres. La responsabilité de l'interprète l'oblige à démontrer sa compétence en faisant preuve de la plus grande neutralité et de la plus grande discrétion. L'interprétation est l'affaire de professionnels. C'est un métier, un art qu'on peut apprendre. Voilà pourquoi les professionnels savent comment gérer le stress professionnel. Ceux-ci appliquent des **stratégies individuelles**: pour que la préparation pour l'intervention soit logistique, linguistique, psychologique et physique. Cette préparation est un moyen indispensable pour faire face aux situations stressantes ou du moins en réduire les impacts. Les autres stratégies sont centrées sur les émotions: dialogue intérieur, pensées positives; travailler sa confiance en soi. On distingue aussi et des **stratégies collectives**: l'intervention d'un psychologue de travail; discussions entre collègues; analyses des pratiques professionnelles.

Pour conclure, nous pouvons retenir qu'au delà des exigences de l'acte d'interprétation, les interprètes doivent se mobiliser à plusieurs niveaux pour parvenir à se préserver au mieux du stress professionnel. C'est-à-dire qu'un équilibre est nécessaire entre l'investissement émotionnel, cognitif, énergétique et relationnel afin qu'ils se sentent bien dans sa pratique. Nous avons déjà constaté que l'expérience a un effet bénéfique sur la réduction du stress chez les interprètes. Au début qu'on pratique il y a plein de choses qui stressent les interprètes, mais c'est vrai qu'avec l'expérience on se rend compte qu'elles ne sont pas si graves que ça. Au début on a tendance à tout amplifier. Mais ce qu'il faut faire, c'est de prendre du recul sur les situations, se rendre compte qu'on est humain et qu'on peut faire des erreurs. Dans tous les métiers quand on débute on est tellement rigide, on a la volonté que tout soit parfait, et dès qu'on fait quelque chose de travers (qu'on en a l'impression car ce n'est pas toujours le cas) on se sent déséquilibré, stressé. C'est un métier où ce n'est jamais vraiment objectif, c'est de l'interprétation.

Bibliographie:

1. BRAJOU, C. *Interprètes français-langue des signes et stress professionnel*. file:///C:/Users/Compaq/Downloads/2014_Brajou.pdf, 2014
2. GILE, D. *Le modèle d'efforts et l'équilibre d'interprétation en interprétation simultanée*. *Meta: journal des traducteurs / Meta: Translators' Journal*, vol. 30, n° 1, 1985, pp. 44-48.
3. GOODWIN, J. & al. *Passionate Politics: Emotions and social movements*. Chicago, UCP, 2001.
4. Trésor de la Langue Française informatisé: <http://atilf.atilf.fr/>