



## **Interpreting Training**

Empirical Study on the Performance of Interpreter Trainees

**João Filipe Guedes Pereira**

**Dissertação de Mestrado**

**Mestrado em Tradução e Interpretação Especializadas**

**Porto – 2017/2018**

**INSTITUTO SUPERIOR DE CONTABILIDADE E ADMINISTRAÇÃO DO PORTO  
INSTITUTO POLITÉCNICO DO PORTO**



## **Interpreter Training**

Empirical Study on the Performance of Interpreter Trainees

**João Filipe Guedes Pereira**

**Dissertação de Mestrado**  
**apresentado ao Instituto de Contabilidade e Administração do Porto para a**  
**obtenção do grau de Mestre em Tradução e Interpretação Especializadas**  
**sob orientação do Doutor Marco António Furtado**

**Porto – 2017/2018**

**INSTITUTO SUPERIOR DE CONTABILIDADE E ADMINISTRAÇÃO DO PORTO**  
**INSTITUTO POLITÉCNICO DO PORTO**

## **Resumo:**

Num momento em que a globalização continua a fazer-se sentir, as línguas enfrentam novos desafios e os estudos de tradução e interpretação ganham novas frentes, com abordagens revigoradas mas baseadas naquelas do século passado. É neste mundo onde toda a gente pretende comunicar a toda a hora, com qualquer pessoa, que o tradutor/intérprete emerge como mediador intercultural com um papel de extrema importância. É através dele e do seu conhecimento linguístico e técnico que a comunicação, entre outros indivíduos de diferentes línguas e culturas, é possível.

Para tal, o intérprete tem de estar cada vez mais bem preparado para enfrentar os novos desafios que a globalização expõe. A formação de intérpretes já não é o que era, mas num bom sentido. Novas abordagens de ensino permitem com que intérpretes saiam dos estabelecimentos de ensino superior prontos para o mercado do trabalho, mais competitivos do que nunca. É sobre a formação de intérpretes que recai o objetivo deste estudo empírico.

Os métodos de ensino estão a ser aprimorados para atingir níveis de excelência e, como tal, é necessário compreender o que sente o intérprete-formando durante a sua formação, para o moldar de uma forma cada vez melhor. Com recurso a materiais diversos, iremos tentar determinar em três momentos experimentais se o formando de interpretação sente mais ou menos *stress* ao longo da sua formação e se esses níveis afetam ou não o seu desempenho. Trabalharemos com formandos de uma das unidades curriculares de interpretação do Mestrado em Tradução e Interpretação Especializadas, ministrado no Instituto Superior de Contabilidade e Administração do Porto.

**Palavras chave:** Estudo Empírico; Interpretação; Stress; Desempenho; Formação; Qualidade.

## **Abstract:**

In a time where globalization is more relevant, languages face new challenges and the translation and interpretation studies have different and invigorated approaches based, however, in those from the past century. It is in this world where everyone feels the need to communicate all the time that the translator/interpreter emerges as an intercultural moderator with a very important role to play. Through his linguistic and technical knowledge, the communication between other individuals from different languages and cultures is made possible.

In this matter, the interpreter has to be prepared to face the new challenges exposed by globalization. Interpreter training is not what it used to be, in a good way. New ways of teaching allow interpreters to finish their degrees and be ready to tackle the labour market, more competitive than ever before. It is about interpreter training that this empirical study is focused on.

The teaching methods are being honed to achieve levels of excellence and as such, it is necessary to understand what interpreting trainees feel during their training in order to teach them in a more proficient way. Through three experiments, supported by varied materials, we will try to determine if interpreting trainees feel more or less stress throughout their training and if the stress levels do affect their performance.

**Keywords:** Empirical Study; Interpreting; Stress; Performance; Trainees, Quality.

## **Dedicatória**

Para os meus pais, que me acompanharam e apoiaram em todas as etapas dos meus estudos. Agora encerra um ciclo enorme da minha vida, recheado de sucessos, tudo graças a eles.

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar, a todos os docentes que tiveram um impacto positivo na minha educação, em especial ao meu orientador, Doutor Marco Furtado, por me guiar durante este processo da dissertação. Sempre foi uma pessoa incansável e motivadora mas sincera em todas as situações, tendo um impacto positivo no resultado final deste trabalho e na minha formação.

A todos os participantes do estudo em que se baseia esta dissertação, uma palavra de apreço pela disponibilidade e seriedade que levaram as experiências, tornando possível todo este trabalho com conclusões excelentes.

Aos meus pais, João e Florbela, não existem agradecimentos possíveis de descrever todo o apoio dado durante os 12 anos de ensino regular mais os cinco de ensino superior. A família vem sempre em primeiro lugar e vocês sempre demonstraram isso com o vosso amor incondicional. Foram muitos anos de paciência e compreensão que agora irão dar frutos numa carreira futura de sucesso.

Por último, à minha namorada Rita, agradecer todo o carinho demonstrado especialmente durante os dois anos de mestrado que agora encerram. Foi com todo o teu apoio que isto se tornou possível, pois tanto nos dias bons como nos maus sempre estiveste ao meu lado, com um apoio incompreensível e uma paciência enorme. aguardo um dia poder retribuir o que tu me deste durante o meu percurso académico.

## **List of Abbreviations**

ISCAP – Instituto Superior de Contabilidade e Administração do Porto / Porto Accounting and Business School

BC – Before Christ

AIIC – Association Internationale des Interpretes de Conference / International Association of Conference Interpreters

WHO – World Health Organization

AHA – American Heart Association

BP – Blood Pressure

mmHg – Millimeter of Mercury

BPM – Beats per Minute

MHR – Maximum Heart Rate

CDH – Coronary Heart Disease

VSA – Voice Stress Analysis

APA – American Polygraph Association

GAIE/SOIE – Gabinete de Apoio à Inovação em Educação / Support Office for Innovation in Education

O.S. – Original Speech

INT. - Interpretation

## Table of contents

<b>1</b>	<b>INTRODUCTION</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>INTERPRETING</b> .....	<b>3</b>
2.1	BACKGROUND .....	3
2.2	DEFINITION .....	4
2.3	SKILLS AND DUTIES .....	6
<b>3</b>	<b>QUALITY AND STRESS IN INTERPRETING</b> .....	<b>9</b>
3.1	QUALITY IN INTERPRETATION .....	9
3.2	STRESS .....	11
3.3	CONSEQUENCES OF STRESS .....	12
3.4	BLOOD PRESSURE AND PULSE AND IT'S RELATION WITH STRESS .....	13
3.5	STRESS IN INTERPRETING .....	18
3.6	STRESS IN INTERPRETER TRAINING .....	21
3.7	VOCAL STRESS .....	22
<b>4</b>	<b>METHODOLOGY</b> .....	<b>24</b>
<b>5</b>	<b>PRACTICAL EXPERIMENTS</b> .....	<b>25</b>
5.1	INTRODUCTION .....	25
5.2	THE EXPERIMENTS .....	26
5.2.1	<i>The Subjects</i> .....	27
5.2.2	<i>Materials</i> .....	28
5.2.3	<i>Procedure</i> .....	33
5.2.4	<i>Results</i> .....	39
5.2.4.1	Results – Error Analysis .....	39
5.2.4.1.1	Results of the First Experiment – Error Analysis .....	40
5.2.4.1.2	Results of the Second Experiment – Error Analysis .....	41
5.2.4.1.3	Results of the Third Experiment – Error Analysis .....	42
5.2.4.1.4	Results of Error Analysis .....	43
5.2.4.2	Results – Blood Pressure and Pulse .....	44
5.2.4.2.1	Results of the First Experiment – Blood Pressure and Pulse .....	45
5.2.4.2.2	Results of the Second Experiment – Blood Pressure and Pulse Rate .....	48
5.2.4.2.3	Results of the Third Experiment – Blood Pressure and Pulse Rate .....	51
5.2.4.2.4	Discussion of Blood Pressure and Pulse Results .....	53
5.2.4.3	Results – Questionnaires .....	55
5.2.4.3.1	Results of the First Experiment - Questionnaires .....	56
5.2.4.3.2	Results of the Second Experiment – Questionnaires .....	58
5.2.4.3.3	Results of the Third Experiment - Questionnaires .....	60
5.2.4.3.4	Discussion of the Questionnaire's Results .....	61

<b>6</b>	<b>CONCLUSION.....</b>	<b>63</b>
<b>7</b>	<b>BIBLIOGRAPHY.....</b>	<b>67</b>
<b>8</b>	<b>WEB GRAPHY.....</b>	<b>71</b>
<b>9</b>	<b>OTHER VISITED WEBSITES.....</b>	<b>72</b>
<b>10</b>	<b>ATTACHMENTS.....</b>	<b>73</b>

## **Table of Tables**

Table 1 – Levels of Systolic and Diastolic Blood Pressure by the American Heart Association .....	14
Table 2 – Levels of Heart Rate in Age Groups .....	16
Table 3 – Participants, Speech Size and Duration of All Experiments .....	31
Table 4 – Criteria for Qualitative and Stress Analysis .....	34

## Table of Figures

Figure 1 – BMG 4906 AEG .....	29
Figure 2 – Taurus Tensio Easy.....	29
Figure 3 – Omron M6.....	29
Figure 4 – Classic Check Artsana s.p.a .....	29
Figure 5 – Sanitas SBm 46 .....	29
Figure 6 – Taurus Tensio Precise Plus .....	29
Figure 7 – Taurus Tensio Precise .....	30
Figure 8 – Samples of the Audio Recorder Program .....	32
Figure 9 – Display of Sanako Control Monitor.....	33
Figure 10 – Display of physical Sanako Device .....	33
Figure 11 - Error Chart of First Experiment .....	40
Figure 12 - Error Chart of Second Experiment .....	41
Figure 13 - Error Chart of Third Experiment .....	42
Figure 14 - Errors Occurred in the Three Experiments.....	43
Figure 15 - Pre-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (First Experiment) .....	45
Figure 16 - Post-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (First Experiment) .....	46
Figure 17 - Chart of Average Values of Blood Pressure and Pulse Rate (First Experiment) .....	47
Figure 18 - Pre-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (Second Experiment) .....	48
Figure 19 - Post-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (Second Experiment) .....	49
Figure 20 - Chart of Average Values of Blood Pressure and Pulse Rate (Second Experiment) .....	50
Figure 21 - Pre-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (Third Experiment) .....	51
Figure 22 - Post-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (Third Experiment) .....	52
Figure 23 - Chart of Average Values of Blood Pressure and Pulse Rate (Third Experiment) .....	53

Figure 24 - Comparison of Average Values of Blood Pressure and Pulse Rate of between Experiments .....	54
Figure 25 - Answers Related to Stress in the First Experiment .....	56
Figure 26 - Answers to a Question about Stress in the First Experiment .....	57
Figure 27 - Answers Related to Stress in the Second Experiment.....	58
Figure 28 - Answers to a Question about Stress in the Second Experiment .....	59
Figure 29 - Answers Related to Stress in the Third Experiment.....	60
Figure 30 - Comparative Question about Stress Felt During Training .....	61

# 1 Introduction

Approaching the second decade of the twenty-first century, it is safe to say that interpreting is no longer a forgotten profession, waiting for ground-breaking studies to make it come alive. Interpreting *per se* has been defined more times and in more ways than those acceptable to count. Yet, new theories still appear to make their way into the spotlight, bringing refreshing methodologies to interpreting studies.

‘Interpretation’ can be distinguished from other types of translational activities most concisely by its immediacy. Interpreting is regularly performed “here and now” for the assistance of people who want to engage in communication across cultural and language barriers (Pöchhacker, 2004, p. 10).

In most of the studies we can find the same similarity, the immediacy of interpreting. Like Pöchhacker says, interpreting distinguishes itself very well from other translation activities by its “here and now” characteristic making communication much easier between cultures. It is with this immediacy that the interpreter has to deal with processing numerous segments of words, transforming them into another language, maintaining the meaning, and render them in a matter of seconds. It would be normal that these types of reactionary actions from the brain could sometimes cause problems and set an individual’s “alarm system” to go off. Prolonged exposure to these types of events can originate stress and cause an individual’s body to suffer consequences.

“On those occasions the capacity to cope with a situation of continuous stress during a relatively long time is considered more important than actual performance *per se*[...]” (Jiménez & Pinazo, 2001, p. 106). It is one of the most, if not the most important skill to have as an interpreter, the capability to endure interpreting over prolonged periods of time. Interpreting trainees, however, are very susceptible to this situation and, with lack of training and habits, have their performance affected due to stress.

It is not merely general abilities nor the use of general strategies that distinguishes experts from novices. Rather, experts have acquired extensive knowledge that impacts what they notice and how they organize, represent and interpret information in their environment, which, in turn, impacts their abilities to remember, reason, and solve problems (Kurz, 2003, p. 58).

Kurz mentions that it is these differences from experts and novices that hold the key to interpreting training methods. In fact, with focusing on skills like meaningful patterns of information, organization of knowledge, context and fluent retrieval, trainees are capable of doing an interpretive task with no difficulties. These are, however, theoretical points that every interpreter should focus on during their training, but not easily achieved due to the main factor referred previously, i.e. stress.

It is by understanding the stressful factors during an interpreter's training that we can comprehend the process they go through and shape the education towards a more positive experience. In this empirical study, we aim to understand the variations of stress that interpreting trainees feel during their training and compare the levels of stress with their performances in three specific moments.

Firstly, at the start of their training, where their capabilities are determined and we measure their stress through methods further explained in the next chapters. Then, on a second moment, considered to be highly stressful due to its importance for their final grade, we will obtain other values to compare with the other two measurements. And finally, at the end of their training, some final measurements will give us information about their development and ability to cope with stress.

It is through researches like this that we can comprehend the trainee's skills and how their performances are affected by stressful factors.

## 2 Interpreting

As an interpreting based empirical study, it is important to review and revise some of the most important points when it comes to this discipline. Interpreting is a rather new and undeveloped area when you compare it to something like maths or medical science. The most important breakthroughs in interpreting probably came in the second half of the twentieth century with innovative language studies that paved way for interpreting to settle as a profession. This first theoretical chapter aims to give a small insight into what interpreting consists in, its features and the demands of the activity towards the professionals that perform it.

### 2.1 Background

Interpretation can be traced prior to writing itself, as Pöchhacker (2004, p. 9) explains in the following statement: “Interpretation is considered a translational activity, a special form of translation. Interpreting is an ancient human practice that predates the invention of writing – and written translation”.

The ancient people would often have to interpret each other’s actions, as the speech was still primitive and would not allow them to understand. Once writing developed and certain languages and dialects were established, the first forms of translation emerged, as a way to interlace cultures. It is uncertain to when the first written translations date themselves but the translation of the Hebrew Bible to Greek in the third century BC<sup>1</sup> was registered as the first major translation in the Western world.

Vermeer goes further and identifies in which dialects the first reports of interpretation activities emerge, close to 1900 BC. Someone who knew more than one language would often be portrayed as the interpreter, performing his/her activity when necessary. “Expressions in Germanic, Scandinavian and Slavic languages denoting a person performing the activity of interpreting can be traced back to Akkadian, the ancient Semitic language of Assyria and Babylonia, around 1900 BC” (Vermeer, 1992, p. 59).

---

<sup>1</sup> <https://marielebert.wordpress.com/2016/11/02/translation/>

Interpreting has always existed in one form or another with various purposes throughout almost all different stages of human development (Bowen & Bowen, 1984). Considering the recent developments in technology, it is certain that old forms of interlingual mediation were quite different from today's conference interpreting.

It was in the early twentieth century that conference interpreting emerged as a profession. Herbert (1952) points out that the 1919 Peace Conference held in Paris witnessed the birth of conference interpreting as the French language ceased to be pivotal of international diplomatic negotiations when several senior negotiators did not have a good command of French and/or wanted to use English.

In the 1930s, conference interpreting, still in the consecutive mode, became a recognized and established profession unlike other types, such as community or court interpreting, which took longer (1980s and 1990s) to develop into established professions (Pöchhacker & Shlesinger, 2002, p. 5).

Conference interpreters listen to speeches, presentations, debates and other forms of spoken discourse in one language and render them into another language. Most often, this work is done simultaneously—with headphones and microphones—but it can also be done consecutively. In the second method, the interpreter listens to the totality of the speaker's statement or a percentage of it and then reproduces the speech relying on his/her memory and sometimes with the help of notes he/she takes during the listening.

It is part of the interpreter's skills to adapt to any situation and be able to cope with any length of speech. The interpretations are often very technical, dealing with new laws or policies, financial or market analysis, government programs, corporate strategies, engineering, technological advances, etc.

## **2.2 Definition**

'Interpretation' or 'interpreting' is the rendering of speech or sign from a language into another. It is a "process of communication". Translation studies are the systematic study of the theory, description and application of interpretation and translation. As interpreting relates to a complex activity that can take shape in multiple professional realms and activities, we cannot find an exact characterization of such term but

throughout the years multiple possible fits have emerged as authors tackle the theme more often.

To understand communication we must describe firstly this process through a commonly used and simple communication model with its basic elements: the source, the encoder, the message, the channel, the decoder and the receiver (Berlo, 1960).

The term ‘interpretation’ can find usage in different realms of study. Interpretation is spoken, translation is written. Interpretation, therefore, makes use of particular linguistic resources: the original speaker’s ideas are transmitted as spoken words, with a particular rhythm and intonation, making use of rhetorical devices and gestures. The interpreter then utilizes this information to produce an equivalent message in another language. The activity of interpreting involves experience, coordination of conceptual structures and its symbolic representation. That is to say, it involves the activities of cognition and the theory of knowledge. While seeking for a meaning-based rather than word-based conception of Translation when referring the term “interpret”, it is also important to point out the more general translation sense of the word.

It is useful to point out the two major models of interpreting, as it is carried out in real time, simultaneous interpreting, or very close to it, with occasional pauses after each sentence or paragraph of the speech, consecutive interpreting. In either of the cases, the interpreter rarely has any time to refer to the written resources available to the translator. This makes preparation before each interpretation assignment all the more essential for an interpreter.

Interpreters in particular, usually convert oral messages from one language into another, thus there are also interpreters that convert spoken language to sign language and vice-versa. Each area requires a different interpreting approach and despite conference interpreting being the most popular form among clients with a simultaneous method, there are multiple situations where an interpreter has to work doing any model of interpretation (simultaneous, consecutive or whisper).

Interpreting is, however, a very reactionary task and there are times where the most prepared interpreter will have to make decisions in order to keep communicating with the target audience.

The interpreter's task is to instil meaning into the text for the target audience, if necessary by providing the requisite explanations or even changing the original speaker's references, provided this conveys to the audience precisely what the speaker wanted to say. (Jones, 2002, p. 3).

There will be times in an interpreter's career that he/she will not be able to keep up with the speaker. Not all speakers are disciplined in the art of speeches and it is normal some sentences have to be cut short. Additional explanations may be acceptable and delivered in the interpreter's own words but never altering the meaning of the speaker's message.

## 2.3 Skills and Duties

The interpreter's presence can be noticed as the earliest detailed account of its role as a cultural mediator around the 1950s. Seleskovitch (1978, p. 112) argues that "the interpreter is an intermediary whose task is to help the listener understand the cultures differences rather than pretend that they do not exist". This makes the interpreter as actively present as others in the communicational process and his/her role as fundamental as that of the rest involved parties. Seleskovitch (1978, p. 113), however, says that:

"The interpreter's active role in a dialogue should only be confined to relaying the message in a way that safeguards communication... without saying anything that would run counter to his role or over-involve him in the dialogue to the point where he would colour the message with his own ideas".

An interpreter's basic skillset<sup>2</sup> has long been set and laid out for everyone. If you do not possess a certain group of knowledge and competence, most likely is that your hiring quota will be diminished, as it is in almost every other profession in a globalized and competitive world. Interpreting, however, goes way beyond capabilities and a nice curriculum; it requires practice and public demonstration of your abilities. To be well known in the market and to acquire a steady number of contracts, you must prove your

---

<sup>2</sup> [http://multi-languages.com/interpretations-shtml/interpreters\\_competencies-shtml/](http://multi-languages.com/interpretations-shtml/interpreters_competencies-shtml/)

contractor that you are worth the money because they have to invest considerable amounts for the service, which should not differentiate from interpreter to interpreter.

On to the main focus though, we can identify four main skills that an interpreter must have to be successful in his/her activity, accordingly with the National Standards Guide for Community Interpreting Services (Healthcare Interpretation Network, 2007), from Canada, one of which may be considered very useful and accurate, as it covers the elements that have long been passed on to interpreting studies. The four skill sets that are afterwards divided into some subcategories of importance are Linguistic Competence, Interpreting Competence, Interpersonal Skills, Research and Technical Competencies. Fragmenting these skills into their definition and purpose, we understand the following:

**Linguistic Competence** includes the ability to comprehend the source language and apply this knowledge to render the message as accurately as possible in the target language. Interpreters shall have an in-depth knowledge and understanding of their working languages and the required range of language registers and have knowledge of subjects areas and relevant terminology.

**Interpreting Competence** comprises the ability to interpret a message from source language to target language. It involves the ability to comprehend the original message and transpose it into the target language without omissions, additions or distortions. In this parameter the interpreter is required to have active listening skills, good memory retention skills, be able to take notes during the interpretation (dual-tasking) and also be able to mentally transpose in addition to verbalize the message in the target language.

**Interpersonal Skills** require the interpreter to have strong communication skills, be polite, respectful and tactful, be able to easily relate to people and have good judgment. These skills also relate to standard workplace duties like punctuality, organization, articulation, assertiveness, dedication, able to cope with stress, performing unsupervised tasks and to be able to present neutrality before, during and after every interpretation.

**Research and Technical Competence** includes the ability to gather the necessary specialized knowledge to interpret specific cases. Research competence also comprises experience in research tools usage and development of suitable strategies for efficient use of the available sources of information.

As a typically demanding profession, there are certain aspects every interpreter must fulfil in order to be a valuable professional. It will be required for interpreters to convert concepts in the source language to equivalent concepts in the target language as well as compile information, such as technical terms used in legal settings, into glossaries and terminology databases to be used in translations. The interpreters will have to speak, read, and write fluently in at least two languages in order to relay the style and tone of the original language and render spoken messages accurately, quickly and clearly. Last but not least, it is important to be able to manage work schedules to meet deadlines<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> <https://www.truity.com/career-profile/interpreter-or-translator>

### **3 Quality and Stress in Interpreting**

Having set out to develop an empirical study whose goal is to relate qualitative content from trainees' interpretations with the undergoing stress that the trainees suffer during their training, this chapter will give a broad overlook over what is quality in interpretation as well as defining stress and what causes it.

With this we plan on giving a fundamental background to the practical part of this study, justifying the results acquired with well-known theories. Most of the definitions presented in this chapter are essential to fully understand the methodology applied to this empirical study.

#### **3.1 Quality in Interpretation**

There has been a recently large number of varied interpreting studies like Bühler (1986), Shlesinger et al. (1997), Kurz (1989) & (2001) or even Pöchhacker (2001) regarding the matter of interpreting quality. "Most of the studies aim to define quality standards and criteria while others also focus on outlining for whom this quality is directed" (Al-Zahran, 2007). There is also the matter of who can evaluate the quality of an interpreter's performance and this may have an impact on the results. For this empirical study, we needed to focus on criteria that would give us an accurate evaluation over a trainee's performance, not only through professional or user standards but including the stress factor that can have a significant impact on their quality.

In order to evaluate the quality of something, there has to be a method or certain characteristics that allow us to do such evaluation. In interpreting, the quality of an interpretation is measured with certain criteria that are defined by either (professional) interpreters or by users, e.g. the audience. These criteria can, however, vary from one language or culture to another, individual to individual, differ in a specific area of practice or even change with time. In this line of thought, the "Association Internationale des Interprètes de Conférence" (AIIC) has been presenting field studies to the international community since these started back in the late 1980s.

One of the most relevant studies and probably the first field study regarding quality in interpreting carried out by Bühler (1986), defined up to 16 relevant criteria amongst interpreters and the AIC Admission Committee. A relevance level was attributed to these criteria where the four most important ones were “sense consistency with original message” (96%), “logical cohesion of utterance” (83%), “correct grammatical usage” (49%), and “fluency of delivery” (49%). These criteria are considered to be of great importance to this day due to being the first appointed in a major field study and therefore are always a base of comparison to other studies.

Following Bühler’s study, Kurz (1989) also performed a similar study on user-perspective. The study used eight of Bühler’s criteria, putting them to test, and showed that both users and interpreters had the same assessment of quality in interpreting, where “sense consistency” with the original message and “logical cohesion of utterance” were respectively the first and second most important criteria. These two studies defined the base criterion for quality assessment in interpreting and are utilized even in the most recent studies.

Despite the fact that quality in interpreting may be assessed differently from various subjective perspectives and is thus essentially ‘in the eye of the beholder’, there is a considerable agreement in the literature on a number of criteria which come into play when assessing the quality of interpreting. While the terminology may vary from one author or text to the other, concepts such as accuracy, clarity or fidelity are invariably deemed essential (Pöchhacker, 2001, p. 462).

Pöchhacker points that the assessment may differ from each user but there are some criteria that enhance Bühler’s perspective like accuracy (sense consistency) or clarity (logical cohesion), showing that quality assessment criteria were transported through time and are still utilized currently. This suggests knowledge agreed and passed on from generation to generation as described by Shlesinger (1994). Considering this, we face the reality of teacher-interpreters that are likely to pass down to their students the same criteria that they learned, when it comes to quality, creating a snowball effect where new interpreters emerge from their training with certain standards in mind.

It is in fact, in their training, that interpreters learn the quality standards of an interpretation and how to achieve them. However, for interpreting trainees, it is very

difficult to achieve these quality parameters as they are likely to come with experience and practice, things that student's lack.

The teachers are evaluating and diagnosing students' difficulties from the vantage point of their own interpreting practice. This is equivalent to an expert judging a novice on a scale developed for experts – it is akin to comparing apples and oranges (Moser-Mercer, 2000, p. 339).

Student interpreters should not be evaluated with the same quality standards as professional interpreters as students are unfamiliar with strategies to cope with most of the difficulties presented during an interpretation. It is through the acquisition of interpreting strategies taught in practical classes of interpretation courses that interpreting students are able to acquire competences to achieve professional quality. For interpreting trainees, it is advised “to pay more attention to their coping strategies [...] and less to their feelings of fear and anxiety in order [...] to increase self-confidence[...].” (Jiménez & Pinazo, 2001, pp. 105-118). Battling stress is, therefore, one of the key elements to achieve quality in an interpreting task.

### **3.2 Stress**

When we refer to stress, it is not obvious what we are really talking about, e.g. the factors that lead people into feeling stressed. Many consider stress to be an event that happens to them like an injury or a job loss while others point ‘stress’ to be some actions in consequence to these events, like anxiety, heartbeat rate, etc. Despite these factors having an active role in identifying stress, it is our thoughts, most of the times negatives, but also positives ones, that triggers stress.

According to Zeier (1997), stress refers to the psychophysiological processes that are caused by a perceived threat or danger. Psychologically speaking, the phenomenon of stress involves two components: facing a threatening situation that requires a strenuous effort and the insecurity of whether one can cope with the particular situation.

Stress is, categorically, triggered by internal and external factors that we are not equipped to deal with and thus resulting in personal environmental stimuli that may be positive or negative, supporting or destroying our mental and physical state. The stimuli

that cause such reactions are commonly called 'stressors'. Lazarus (1993) with a more psychological approach to this matter of stress believes that the relation between the stimuli and personal resources to deal with them, or the lack of it, results in the real origin of stress.

### **3.3 Consequences of Stress**

In the every-day routine, we are faced with multiple situations that require a thorough mental evaluation. Our brain does this automatically and in such a fraction of time that decisions come instinctively and therefore, we feel capable of dealing with the situation. It is when the brain's evaluation of certain situations alerts us to a possible lack of skills to deal with the problem, that we label the situation as stressful or the cause of a stress response. This also happens when the situation is not particularly negative but we still feel overwhelmed and unprepared to deal with it (e.g. work promotion, moving to a different city or country).

“In small quantities, stress may be positive; it can motivate the individual and make him more productive [...]. However, it is important to learn about stress management because too much stress can be harmful to the body and mind. By understanding ourselves, we can be better prepared to identify and resolve stressful situations” (Klinic Community Health Center, 2010, p. 3).

Preparation and expectation of stressful moments in our lives are the main reasons that lead individuals to deal differently with stress.

The Klinic Community Health Centre, a Canadian leading group in the health area, identifies in their Stress & Stress Management (2010) report four main sources of stress.

The Environment – the environment can bombard you with intense and competing demands to adjust. Examples of environmental stressors include weather, noise, crowding, pollution, traffic, unsafe and substandard housing, and crime.

Social Stressors – we can experience multiple stressors arising from the demands of the different social roles we occupy, such as parent, spouse, caregiver, and employee.

Some examples of social stressors include deadlines, financial problems, job interviews, presentations, disagreements, demands for your time and attention, loss of a loved one, divorce, and co-parenting.

Physiological – Situations and circumstances affecting our body can be experienced as physiological stressors. Examples of physiological stressors include rapid growth of adolescence, menopause, illness, ageing, giving birth, accidents, lack of exercise, poor nutrition, and sleep disturbances.

Thoughts – Your brain interprets and perceives situations as stressful, difficult, painful, or pleasant. Some situations in life are stress provoking, but it is our thoughts that determine whether they are a problem for us.

The consequences that these sources of stress can cause are both physical and psychological. Left untreated, long-term exposure to stress can originate in the development of heart diseases, diabetes and even some forms of cancer. Also, stressed individuals have elevated risk of mental health problems like anxiety, loss of control driven from a shorter temper and depression.

### **3.4 Blood Pressure and Pulse and its Relation with Stress**

As the following topics are out of the context sphere of interpreting, some standard definitions are required to contextualize the subject. Therefore, when it comes to ‘blood pressure’, the World Health Organization<sup>4</sup> (WHO) defines it saying that it “is a measure of the force that the circulating blood exerts on the walls of the main arteries” (n.d.). What we easily feel as a pulse is the pressure wave transmitted along the arteries with each heartbeat. The pressure caused by the heart pumping blood to all parts of the body is what we call blood pressure. A normal BP measure indicates good health. Blood pressure is measured in millimetres of mercury (mmHg) and it has two numbers. The first is the ‘systolic blood pressure’, what we named of upper BP, as the numbers are the higher of the two, and it is the pressure when the heart is contracting. The second is the ‘diastolic blood pressure’, what we usually call lower BP, and it corresponds to the pressure when the heart is resting.

---

<sup>4</sup> <http://www.who.int/en/>

From this, we can observe that the systolic BP is a measurement of the force while the heart pumps, whereas the diastolic BP is the measurement of the force between heartbeats. Before giving more specifications about heart rate, the following table will give a better explanation about systolic and diastolic BP, and what values represent healthy or problematic conditions.

Blood Pressure Category	Systolic mm Hg (upper)		Diastolic mm Hg (lower)
Low Blood Pressure	90 – 100	and	50 – 60
Normal	< 120	and	< 80
Prehypertension	120 – 139	or	80 – 89
High Blood Pressure (Hypertension) Stage 1	140 – 159	or	90 – 99
High Blood Pressure (Hypertension) Stage 2	160 or >	or	> 110
Hypertensive Crisis (Emergency care needed)	> 180	or	> 110

**Table 1 – Levels of Systolic and Diastolic Blood Pressure by the American Heart Association<sup>5</sup>**

Analysing the table, we can see, even by the colour suggestion, that a healthy blood pressure should situate between the 100 and 120 mmHg for systolic and 60 and 80 for diastolic BP. Values below those indicated might not indicate direct problems but you should monitor them closely because too low BP is as dangerous as an elevated one. Prehypertension corresponds to early stages of high blood pressure and will evolve to Hypertension Stage 1 if no steps are taken to control it. On Hypertension Stage 1 and 2, values range between 140 to 179 mmHg for systolic BP and 90 to 109 for diastolic BP. In these cases, doctors usually advise lifestyle changes and even prescribe medication to control these values. When values overcome 180/110, medical

<sup>5</sup> <http://www.heart.org>

intervention is necessary as the person usually starts feeling chest pain, shortness of breath, back pain, numbness, changes in vision and difficulty speaking.

This Blood Pressure table presented and updated by the WHO is a reflection of several decades of study in blood pressure and heart diseases, summarized to represent the global citizen, no matter his/her age, sex, high, weight and race and mostly excluding other conditions that may be inherent to the person's location on the globe. These details, however, can be found a bit through other studies like:

*Hypertension Management – Clinical Pathways, Guidelines, and Patient Education* (Aspen Health & Administration Development Group, 1999), which shows several charts detailing blood pressure values on young males and females as well as tables regarding a person's ethnicity and how the values vary on different continents of the globe;

*How to Control Your Blood Pressure for Healthy Living* (Thapar, 1999) which offers a detailed guide for the average person to learn how to control blood pressure values and what to do in certain extreme cases, giving information like measurements, BP levels, blood pressure related diseases and syndromes, etc.;

*Hypertension Primer*, a collection of more advanced papers and books for specialists put together by senior lecturers of the American Heart Association, a leading reference in blood pressure research.

Parallel to blood pressure is the Heart Rate, more commonly known as Pulse. The 'heart rate' is the number of times the heart beats per minute and it can vary from person to person. These values also differ in certain situations as the heart rate will not be the same while exercising and resting. The 'resting heart rate', which could be considered the average healthy heart rate, is between 60 and 100 BPM. A value below 60 does not necessarily signal a medical problem. It could be the result of taking a drug such as a beta-blocker. People who get a lot of physical activity are also very likely to have a lower heart rate because the heart muscle is in better condition and does not need to work as much to maintain a steady beat. There are other factors that affect the heart rate such as air temperature, body position and size and medication usage.

Like in blood pressure, there are some specific numbers to comprehend the state of one's heart rate and the following table given by *Topend Sports* at their website<sup>6</sup> provides this much-needed information. The values presented are relative to resting heart rate and measured in BPM.

Age	18-25	26-35	36-45	46-55	56-65	65+
Athlete	54-60	54-59	54-59	54-60	54-59	54-59
Excellent	61-65	60-64	60-64	61-65	60-64	60-64
Good	66-69	65-68	65-69	66-69	65-68	65-68
Above Average	70-73	69-72	70-73	70-73	69-73	69-72
Average	74-78	73-76	74-78	74-77	74-77	73-76
Below Average	79-84	77-82	79-84	78-83	78-83	77-84
Poor <sup>8</sup>	85+	83+	85+	84+	84+	84+

**Table 2 – Levels of Heart Rate in Age Groups**

Despite being a popular website, the source is just like any other from a sports website, it is meant to give the general audience an overall knowledge of heart rate values so the average person knows the level that it is at. However, these values are not made up or come from nowhere; they are common denominators resulting from several popular and tested formulas used through the years. They are simply more exact numbers than the ones we get from specific formula because they are your average values present in each age group.

<sup>6</sup> <http://www.topendsports.com>

<sup>7</sup> The reference numbers are relative to men's resting heart rate as the woman's resting heart rate has no more than 1-4 points of difference in respective categories.

<sup>8</sup> On the "poor" condition, despite the values being presented with "more than" (+), no value above 100 is considered in this category as that represents heart conditions and should be treated with professionals.

Thus, in order to validate these values and confirm that the table is a reliable information source, we can resort to some well-known and used formulas to calculate the resting heart rate, presented in the table above as well as maximum heart rate. Finding the resting heart rate is the simplest task, the person only needs to find a pulse where it can feel the beats of the heart, counting it for 10 seconds and multiply it by six, reaching its BPM and consequently it's resting heart rate. In order to obtain a more viable value, it's advised to repeat this process a couple more times and simply do an average of the obtained values.

To find the maximum heart rate (MHR) that is the BPM that one should have during sports practice or doing some several cardiac efforts, like the one experienced by the trainees while performing the interpreting task, it is a bit more complicated. In the practical chapter of this research work, the MHR is not translated in values but considering it an important factor to explain the process we underwent in the practical experiments, it is relevant to point out how to calculate it. There are two ways to calculate the MHR, the first formula is the  $220 - \text{Age} = \text{MHR}$  and the second and most used formula is called the Karvonen Method, a more accurate measurements in obtaining the maximum heart rate, represented by  $[(220 - \text{age}) = \text{resting heart rate}] \times \text{desired \% for training/effort} + \text{resting heart rate} = \text{MHR}$ . These two formulas are most commonly used on high-performance athletes and sports training.

The numbers presented in the above tables have each a specific relation with stress. As we saw first, blood pressure can be impacted by stress and anxiety. Prolonged exposure to stress has been related with coronary heart disease (CHD) and around four decades ago, Friedman & Rosenman (1974) observed that heart attacks in men were largely a consequence of work-related stress.

In a stress-related reaction, the pulse shows specific and abnormal behaviour. Sometimes the heart will beat so rapidly in a reaction to stress that it is unnecessary to take the pulse to assess cardiac response. The pulse becomes very evident through distinctly heart pounding in the chest or other areas of the body when dramatic cardiac reactions happen.

### 3.5 Stress in Interpreting

Stress (s. section 3.2 and 3.3) has already been explained to some extent as an introductory meaning for this topic. Due to its impact on this study, stress that interpreters feel, prior to and after the process of interpreting, will be presented with more detail in the practical part of this empirical study. However, it is important to comprehend and expose some of the data about the effects of stress during an interpreter's training and through its professional activity.

Conference interpreting is a demanding occupation practised by highly trained and knowledgeable professionals. According to Pöchhacker (2004, p. 16)

(...) conference interpreting used to be associated only with multilateral diplomatic interpreting; however, the concept of linguistic equality advocated by the European Union has contributed to spreading conference interpreting to almost all fields of interlingual and intercultural communication.

Interpreting is considered one of the highest stressful professions in the world, easily breaking the top ten, despite most studies focusing on life-risking professions to be the most stressful as Forbes shows in an article published in 2017,<sup>9</sup> that lists the most stressful professions in the world, where airplane pilot, fire-fighter and enlisted military occupy the top three. The stress interpreters undergo during an interpretation is likely related to the fact that no physical activities are involved in the process and no helpful instruments are given to facilitate the exercise. Occasionally they are given the speech or a glossary, but the mind is responsible for virtually everything. This line of thought presented by Riccardi et al (1998) explain very simply but accurately the main factors for high-stress values during an interpretation. It is the fact that everything the interpreter does is imposed by the speaker that highly limits the interpreter's actions, resulting in higher stressful situations for most individuals.

On a large-scale study on interpreter stress and burnout, AIIC (2002) has established that simultaneous interpreting is a stressful task and the main related stressors to an interpreter's job are speakers reading from texts, fast delivering information, lack of background material, imperceptible accents of speakers,

---

<sup>9</sup> <https://www.forbes.com/pictures/feki45eidhi/the-10-most-stressful-jo/#ba7a53e437fc>

surroundings discomfort (booth layout), lack of preparation time and undisciplined speakers.

The work/related stress factors that the literature refers to here, all belonging to simultaneous interpreting, are important to explain in more detail in how stress is triggered, either if it is prior, during or after an interpreting task. In the analysis of the AIIC Research Committee's Workload Study (2002), we are able to point out some of the more significant factors related to stress deployment and explain them in detail to understand the impact they have in the welfare of interpreters.

Delivery of speech: Interpretation involves not only linguistic elements and what they convey but also intonation, voice quality, changes in pitch and loudness, pauses and non-linguistic elements such as facial expressions, gestures etc. All these can contribute to the message and may have to be verbalized by the interpreter (Stenzl, 1983, p. 40).

The way the interpreter delivers his/her speech has an impact on the level of comfort he/she feels during an interpretation and may also have an impact on his/her performance. If the pace, for example, is too rapid, the interpreter will experience difficulty in processing the message and therefore consequently trigger stress levels. The time available for an interpreter to process a segment is related with the time available for hearing it until the next segment comes into play. This is a dimension the interpreter has no control over. From the start, the interpreter is in a disadvantage in relation to other parties as he/she possesses less information. The interpreter also has no control if the speech is either prepared or spontaneous and this factor is a big influencing factor to his/her personal performance. Once again, it is important to refer that if the interpreter is having difficulties in uttering the segment it will have poorer performance and therefore experience stress due to failure.

Time of the task is another of the important factors we need to refer when speaking about interpreting stress. Accordingly to results of a study conducted by Moser-Mercer (1998), as time of the task increases, physiological and psychological problems tend to deploy and become more and more relevant affecting the interpreter. Rendering the findings, the subjects seemed to experience an increase in stress emotions (depression, anxiety) as time increased and showed a less caring attitude towards the task.

A third important factor related to the interpreter's stress is the insufficient visibility of speaker and audience. On a conference interpreting dimension, it is important for interactions to have both verbal and nonverbal communication and interpreters have instinctively recognised this since they insist on receiving signals through the visual channel as well through the earphones. Visual information is crucial to an interpreter in order to avoid being surprised by an unexpected change of speaker or language. In a study conducted by Bühler (2002), 74% of the interviewed conference interpreters stated that a full view of all speakers was crucial for their work while 52% also wanted to have vision of the audience. It is believed that when an interpreter does not have visual contact with the speaker or audience, it will create a larger dependence on verbal elements and thus for higher levels of concentration which can cause a more stressful working situation.

Further supporting this thought, an empirical study on interpreters in real conferences was conducted by Klonowicz (1994, p. 220). It found a significant increase in cardiovascular activity 20 to 30 minutes before interpreting tasks and a return of systolic BP and heart rate. With this Klonowicz concluded that the workload and demand for high-quality performance may result in a health risk factor.

Summarizing, the real reason why interpreters manage to cope with the highly stressful demands of the profession is their expertise in this domain. Relying on experience to get them through most situations keeps the stress levels under control and allows them to deliver a quality interpretation. This is the exact opposite on student interpreters, like in this empirical study, who still face the several difficulties described above. What has become a routine situation for professional interpreters is possibly a constitution of highly stressful situation for interpreting trainees.

### **3.6 Stress in Interpreter Training**

For interpreter trainees, it is the lack of experience that mainly affects their performance and for some, the fear of public speaking is a contributing factor to failure. These two combined, form the perfect mixture for a stress cocktail that leads interpreter trainees to struggle in the key moments of delivering an interpretation.

Jimenez and Pinazo (2001) came up with three hypotheses to explain the failure of interpreter trainees in real-time interpretations. Firstly, they suggest that there is a relation between the fear of public speaking and anxiety meaning that the greater the fears of speaking in public, the higher the anxiety/stress the trainees feel. The second hypothesis, relates performance and the fear of public speaking, meaning that the first one is lower if the second one is higher. Lastly, the third hypothesis creates a bridge between the first two, saying that the performance suffers if anxiety, or stress, is elevated.

Despite the interpreter knowing that he/she is not visually observed by the audience, it knows that his/her work affects the way that people understand the message of the speaker. A wrongly delivered speech, either for its content or consistency, puts the interpreter in the centre of attention which can highly impact his/her performance. It is the pre-performance anxiety that makes the interpreter trainee fail his interpretation and therefore causing him/her to underperform. This doesn't happen with professional interpreters (s. 3.5) due to their experience which leads them to the unlocking themselves from the fear and anxiety of public speaking.

Riccardi (1998), reports of a study conducted in its early stages that aimed to assess the impact of psychological stress factors on interpreters. This study was tested on both students and professional interpreters but the most relevant results came by analysing the students. The trainees had to fill in two tests, one at the beginning and another at the end of the conference, and these papers would give indication of the presence of factors like stress or anxiety. The students revealed that there was a strong presence of anxiety before the conference and a great level of depression after the conference.

On conclusions of the referred study, Riccardi highlights the high variability of results when it comes to anxiety or stress values in students. However, she points out

that these values are below the average population, indicating that due to their preparation for said task, student interpreters begin to be equipped with the tools to deal with an interpretation, even if they are still more affected by psychological factors than their professional equivalents.

At the beginning of a conference even the most experienced, efficient and skilled interpreters will feel a certain amount of tension, because he is aware that there may be some unknown elements he will have to cope with: new concepts or technical words, a difficult accent or pronunciation, technical defects, somebody not talking into the microphone, an unscheduled paper read at impossible speed (Riccardi, 1998, p. 97).

It is with training and experience that interpreters can, not fully overcome, but work with these factors and still deliver a quality interpretation. To interpreting trainees, it is mostly required patience and calm to overcome these barriers over time, as such demanding profession is not mastered in a few sessions. If capable to demonstrate these cognitive abilities and master them quickly, the trainee will soon elevate his/her status to professional.

### **3.7 Vocal Stress**

As an important part of this empirical study, vocal analysis to detect variations on the subject's voices is fundamental to understanding and achieving conclusions. In this matter and to substantiate further statements on the practical part, we will now explain in a brief matter some complex definitions regarding speech emotion analysis.

Speech emotion analysis will background the criteria that we utilize to do a qualitative evaluation of the trainees' performances further ahead in this research work. It refers to the usage of various methods of vocal behaviour analysis as a marker of effect (e.g., emotions, moods and stress). As an area that has been the target of multiple studies, we want to focus simply on re-stating what acoustic analysis is, which will justify our choice of criteria for the qualitative speech analysis of our participants.

Therefore, the definition of acoustic analysis says that it is one of the methods of speech emotion analysis, requiring basic knowledge about voice and speech production

to interpret the meaning of particular acoustic parameters. The sound that the human voice makes depends whether the air flow is set into vibration or whether on it passes freely through the lower part of the vocal tract (Titze, 1994 & Kent, 1997). Speech emotion is often analysed using dedicated software like PRAAT, developed by Boersma and Weenink, scholars of the University of Amsterdam, which gives us the ability to extract various voice cues of relevance for speech emotion analysis like voice intensity, voice breaks, shimmering and repetitions, crucial for assembling a stressful profile in certain speech.

Further to sustain these factors that are required to determine vocal stress and have more impact on the speeches resulting in errors or misinterpretations, we can take a look at the Voice Stress Analysis (VSA) panorama utilized in forensic investigation and criminal scenery. There is a vast list of experiments through history that proves certain factors are predominant when analysing the voice and speech and are clear indicators of stress, omissions, lies, anger and small other emotions present on criminal cases. The American Polygraph Association<sup>10</sup> (APA) even has a compilation of empirical research where VSA has been used with extended success, and in each of the cases presented, one can observe some of the most common criteria that we are adopting for this case study further on.

It is with these criteria extracted from VSA of forensic science, present in some studies referred previously on this research work that we are able to properly evaluate through quality of speech if stress is, in fact, present on the subject's voice. We will not be using the same techniques observed in forensic science, only adapting the parameters that investigators use in order to detect stress in a person's speech. The most relevant criteria that we speak of here in order to do this assessment are repetitions, hesitation/noise, intonation/pace and omissions which will be described and explained with detail in the practical part of this empirical study.

---

<sup>10</sup> <http://www.polygraph.org/>

## 4 Methodology

In order to perform all the planned experiments, there was a background of extensive research on which materials to use to get the best possible results for what we were trying to achieve. The first method to perform these experiments was the harvesting of saliva sample that later would be analysed in a competent laboratory. This method would certainly have more accurate results and proven to be very effective, however, it came with high costs and therefore the second alternative had to be deployed, as we came to parts with utilizing blood pressure machines to gather blood pressure and heartbeat rate data which also had been used in related studies, like the *AIIC WLS Report (2002)* and had a good accuracy and efficiency rate.

We considered the first experiment of this empirical study to be a pilot experiment, where we wanted to obtain stress values of the trainees while they performed an interpretation. This would give us base values on which to work with and later compare with the other results. On the second experiment, we aimed to obtain different values as it was intentionally performed during what could be a potentially stressful situation, therefore having different numbers from the first experiment. Finally, the third experiment was performed mainly to obtain comparative values for the previous situations, giving us the ability to conclude if the stress values would be different from the start of this empirical study and consequently if the trainees registered any evolution throughout.

More details of the different experiments performed for this research work would be described in the next chapter dedicated to the practical experiments.

## **5 Practical Experiments**

In the following practical part, the experiments conducted within this empirical research work will be carefully described for the full understanding of the process, i.e., detailed descriptions of the subjects, working conditions, materials that have been used, the procedures followed through the multiple stages and the results achieved. The transcribed interpretations of the subjects and the surveys filled in by them may be found in the attachments section.

### **5.1 Introduction**

This study is mainly focused on a detailed research relating quality of interpretation and stress. The main goal was to determine the relation between these two variables and the appearance of stress during an interpreter's training and so the practical part of this empirical study is the reflection of all the work performed during one semester with interpreter trainees.

The experiments, a total of three, were conducted in two of the laboratories of the Support Office for Innovation and Education, "Gabinete de Apoio à Inovação em Educação – GAIE", of the Porto Accounting and Business School – P.Porto, "Instituto Superior de Contabilidade e Administração do Porto – P.Porto", working with first-year students from the Master's Degree in Specialized Translation and Interpretation, enrolled in the course unit of Conference Interpretation. The facilities were multimedia laboratories so we could recreate a conference room/booth situation in order to obtain the results of this study.

The experiments were performed in the second semester, after some introductory classes, so that the subjects had some insight about the techniques of conference interpretation. From a total of thirteen trainees that were available to participate in the experiments, there were fewer participants in the first and third experiment due to the availability of the students, as shown further in the details regarding the experiments.

Even though the study group may eventually not be considered large enough to be representative, it surely provides relevant data towards a conclusive line of results

regarding the quality of interpretation of interpreter trainees, numerical values directly related to stress and the relation between both quality and stress in the training of interpreters. So with this study, we aim to make clear if trainees, during their training in interpretation, gradually feel more or less stress during the interpreting act and if the importance of such also affects the level of stress observed.

The four criteria (s. 3.7 & 5.2.3) were used to analyse the quality of the interpretive tasks of the trainees and are based on the theoretical research, highlighting Schjoldager (1996 & Furtado, 2014) who identified these criteria as well.

## **5.2 The Experiments**

The experiments were performed in a chronological order and in parallel to the subject's training so that the relation quality/stress could be established and analysed. The experiments had very similar procedures that will be explained in detail in further sections. The main objective was to capture the trainees' interpretations and perform a measurement of heart rate and pulse through a pulsing machine, whose models will also be described in respective sections, in order to obtain the necessary results for analysis. At the same time, at the end of each session, questionnaires were distributed to the participants so they could do a self-evaluation and express some of the difficulties they went through during the interpretation task. This measure allowed for a more conscious analysis of the interpretation and values obtained through the pulsing machines, creating a link between the variables.

The first experiment performed with the students of the Master's Degree in Specialized Translation and Interpretation was conducted in a laboratory environment in the GAIE of ISCAP. Its main purpose was to obtain performance results from the participants in a conference interpretation situation in order to observe their levels of expertise in interpreting as well as their stress levels when faced with an average length speech in a semi-casual environment. This first situation was mainly considered a pilot study in order to obtain results we could compare with the following two experiments.

The second experiment was conducted in a different laboratory from the first, a few weeks after, where the trainees had time to develop their skills further during the

weekly classes on the course unit. The second moment was a mid-semester evaluation for the course unit lectured by Professor Marco Furtado, who was the lecturer of the speech utilized in this second experiment. The experiments were organized in a certain order so they could match this moment of assessment and verify whether different performance and stress levels would be obtained.

In line with the two other experiments, the third and last situation, conducted in the same laboratory as the second experiment, presented the subjects with an opportunity to put out their optimal performance as interpreters and test the skills they had obtained in the practical classes of the course unit of Conference Interpreting. This last experiment allowed obtaining different but accurate results regarding the performance and stress levels of the participants, which are crucial for this study's conclusions.

Following this, we will describe in detail the matters related to the subjects that participated in the experiments.

### **5.2.1 The Subjects**

The students of the course unit of Conference Interpreting were the subjects chosen for this experiment. The procedures were explained to them and they agreed to participate in such experiments.

We had a group of thirteen subjects with different backgrounds and training in interpretation. A large part of the group was students from the Bachelor's Degree of Administrative Assistance and Translation in ISCAP. These subjects have had classes in the Bachelor's Degree in which they trained models and techniques of interpreting and so were familiar with the demanding activity. Some students had language education from other institutions but not interpreting training like the students of ISCAP. The primary objective was to verify if, with the evolution of the students' skills, there was an increase or decrease in stress levels. There were also two students in particular, who were Italian and had less knowledge of the Portuguese language, performing their interpretations from English to Italian and so their interpreting speeches could not be analysed in a qualitative matter.

There were some differences in subject number on each experiment. Despite a total number of thirteen students available to participate, in the first experiment, there were only eleven participants. This number was raised to the original thirteen in the second experiment with the third and final experiment having only ten subjects due to the availability of the participating students.

### **5.2.2 Materials**

As far as the blood pressure machines are concerned, different models were utilized due to unavailability of acquiring just one model for participating trainees. There were a total of seven different blood pressure machines for the totality of the trainees. No higher number was required due to the measurements having to be made in pairs, as one person alone cannot measure his/her own blood pressure, due to altering the results with movements. The acquired machines of different models can now be seen in the following images with their respective name description.

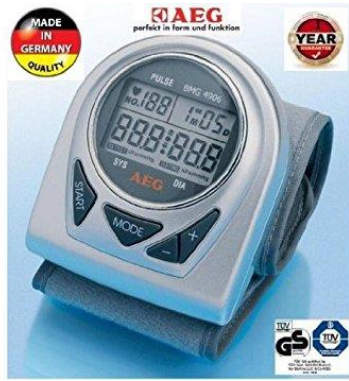


Figure 1 – BMG 4906 AEG



Figure 2 – Taurus Tensio Easy



Figure 3 – Omron M6



Figure 4 – Classic Check Artsana s.p.a



Figure 5 – Sanitas SBm 46



Figure 6 – Taurus Tensio Precise Plus



**Figure 7 – Taurus Tensio Precise**

Besides these machines, there were also questionnaires for the trainees to fill in (s. attachments) whose answers and observations based on performance and stress helped in achieving conclusions.

Related to these, were the delivered speeches by the author of this research work and by Marco Furtado, lecturer of the course unit of Conference Interpreting. In the first experiment, the speech was delivered by the author of this research work and had 1227 words and a total and a length of 9'56" (nine minutes and fifty-six seconds). In the second experiment, the speech had to be delivered by Marco Furtado due to the course evaluation situation that had to be conducted by the course unit's lecturer. This speech had the duration of 13'16" (thirteen minutes and sixteen seconds) and a total of 930 words. The third and final speech was once again delivered by the author of this research work and had its duration extended to 10'16" (ten minutes and sixteen seconds) and a word count of 1000.

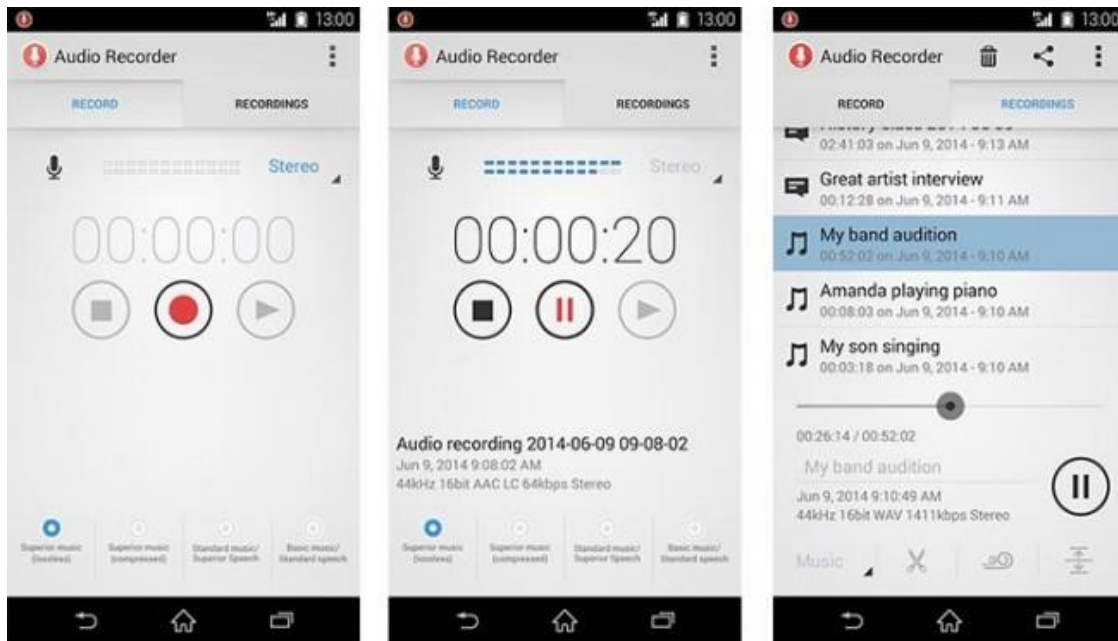
It is important to refer that the languages utilized during this study were always the Portuguese and the English. They are the core languages of the educational offer of the degrees in ISCAP and the primary work languages of most trainees in the group. A simplified table is shown below with the number of participating subjects, number of words and duration of the speeches.

	Number of Subjects	Speech and Number of Words	Duration
1 <sup>st</sup> Experiment	11	1227	9' 56''
2 <sup>nd</sup> Experiment	13	930	13' 16''
3 <sup>rd</sup> Experiment	10	1000	10' 16''

**Table 3 – Participants, Speech Size and Duration of All Experiments**

The first experiment had a peculiarity that we were not expecting. The main computer of the teacher's post present in laboratory 5 of GAIE was inoperative and therefore we were left with no recording program to perform the speech and respective interpretations, having then to choose an alternative recording program for the trainees to save their speeches.

In this first experiment alone, the trainees installed an application on their phones, from the "PlayStore", named "Audio Recorder", where they saved the file of their personal interpretation in a ".mp4" format. This made it possible for the interpretations to be clearly recorded in a high-quality file and later analysed to be exposed in this empirical study. The following images show details of the software utilized.



**Figure 8 – Samples of the Audio Recorder Program**

The second and third experiments changed in terms of utilized materials when comparing them to the first one. We started with a laboratory change due to the conditions required to perform an interpreting assessment test as well as the availability of the Sanako program whose technical problems did not allow us to work with it in the first situation. The environmental change would not have much impact on the trainees as all GAIE laboratories are similar in conditions, having the same software to work with, varying only in the hardware where it lays.

In terms of software utilized, the “Sanako” program with its convenient hardware showed useful for conducting the experiment. This program allows the teacher to hold/perform speeches from the main workstation and student’s interpretations to be recorded directly on the teacher’s disk, proving a handy and efficient solution for gathering the interpretation files for analysis.



Figure 9 – Display of Sanako Control Monitor



Figure 10 – Display of physical Sanako Device

Fig. 9 shows the screen of the teacher, in this case, the person who delivered the speech for the experiment, while fig. 10 shows the hardware device that the students have available to monitor their performance and adjust sounds, improving the quality of the audio they receive. The trainees were already completely familiar with the program and how to use it by the time of the second experiment, facilitating its management.

All the speeches were also transcribed as accurately as possible, using “Windows Media Player” to relay the audio and “Microsoft Word” to type the text (s. attachments).

### 5.2.3 Procedure

For this empirical study, we planned to conduct three experiments to collect data from both interpreting quality and stress levels during such a task so we could analyse and compare these values to withdraw consistent conclusions. In order to do such work, the experiments were divided through three parts of the second semester of the school year.

We determined that we then had three types of data to analyse: the numbers acquired from blood pressure machine measurements, different category criteria that would be analysed in order to evaluate the quality of the trainee’s interpretation and the answers from the questionnaires. The first values regarding blood pressure and pulse rate were rather easy to achieve and calculate using “Microsoft Excel” and most of its functions. We used it to calculate the arithmetic average, representing these in charts

and graphics to compare them with each other and obtained conclusions. In another part, we used four different criteria to analyse the quality of the trainee’s interpretations.

The experiments were conducted in one of the laboratories of GAIE of ISCAP where the trainees would firstly fill the header of a questionnaire with the number of a blood pressure machine that would be provided to them. Following, they would perform a measurement with such machine and record the value in the questionnaire (s. attachments). These values were the ones used and represented in the charts and graphics of the results section of each experiment. After performing the first measurement, we would start the speech where the trainee’s interpretation would be recorded with the “Sanako” program and later analysed with the criteria represented in the collared table below.

Category	Colour
a) Repetitions	
b) Hesitation / Noise	
c) Intonation / Pace	
d) Omissions	

**Table 4 – Criteria for Qualitative and Stress Analysis**

These four criteria seem to be of high importance in order to identify stress in the trainee’s voice, besides giving a qualitative analysis of their speech and were chosen based on the extensive theoretical research, as previously explained and justified (s. section 3.6) in this research work. Following, there is a more detailed explanation of each criterion and examples of the occurrences found in each.

### a) Repetitions

This type of error is highly common when the interpreter is more nervous or insecure. Its occurrence is noticed when interpreters/trainees cannot reproduce in totality or in the way they wanted to a certain term or segment, or when they do not understand the following segment and so repeat the previously rendered word several times until the translational process in their mind is completed and they can advance. As examples in this category, we detailed mainly this last situation, where the trainees kept repeating the same segment and/or word due to difficulty advancing in the speech.

O.S.: ... it is a really awesome place where you don't have to remain silent actually...

INT.: ... é um sítio espetacular onde [onde] não tem que ficar em silêncio...

O.S.: ... i don't believe a lot of stuff that a religious person should.

INT.: Não acredito em muitas coisas [uhhh] [não acredito em muitas coisas] que uma pessoa religiosa devia...

O.S.: ... when you get there you can choose what your work will be for the week.

INT.: . Quando chegamos lá podemos [podemos] [podemos] escolher qual será o nosso trabalho para a semana...

O.S.: In strategy games, for instance, while developing a city...

INT.: Por exemplo, em jogos de estratégia, [por exemplo,] enquanto se constrói uma cidade...

## b) Hesitation / Noise

These two criteria are together because they both have the same meaning in the speech, as they interrupt the flow of it when occurred. Interpreters that have hesitations might be feeling insecure about how to render the word or segment or might not know the correct terminology and are afraid to give a wrong delivery. For hesitations, we considered mainly the interjections like [ahhhh], [ehhhh] and [uhhhh], and other similar as they are the most common.

The noise works a bit like the interjections but is driven from the interpreter's edginess, stress and sometimes tics that they might have and cannot control when under pressure to deliver the speech. Most commonly verified noises like banging with objects and body parts and vocal noises will be referred on the examples even if they are not presented in the transcriptions, being only on the audio files of the interpretations.

O.S.: The community itself lays in 3 important features...

INT.: A comunidade [uh] assenta-se em três... [uh] sadasdad

O.S.: In my opinion, Taizé is a great place for any of us because of its essence.

INT.: Na minha opinião Taizé é um bom sitio [para] [ahhhh]... para todos nós por causa da sua essência. [ruído estranho no final da frase]

O.S.: ... once again, no one is actually making sure you do...

INT.: ... porque ninguém está lá [riso] para verificar se estão a fazer barulho...

O.S.: Some of the mental skills trained by video games include: following instructions, problem solving, hand-eye coordination and fine motor skills.

INT.: Algumas destas habilidades por exemplo, seguir ordens, resolução de problemas, [uhhhh] [uhhhh]... [uhhhh] habilidades motoras...

O.S.: Video games also increase your children's self-confidence and self-esteem as they master games.

INT.: Outro aspeto importante é que videojogos [uhhhh] aumentam [uhhhh] [a  
confiança do seu]... a autoconfiança e a autoestima no seu...

### c) Intonation / Pace

Just like the previous criteria, these usually occur when the interpreter is very nervous and gives a strange pace to the speech, making it sound unnatural and odd. This can result in misinterpretations by the audience and substantial errors by the interpreter, whose work becomes compromised. The wrong intonation can make the interpreter look aggressive or too passive, not matching the speaker's volume and changing the meaning of the words. This is a criterion whose examples are invisible in the text but are present in the audios (s. digital file attachment) and highlighted with colour in the examples.

O.S.: They divide you in the beginning of the week in multicultural groups. You can have people from anywhere in the world in your group.

INT.: ... no início da semana as pessoas são divididas em grupos multiculturais podem ficar nesses grupos com pessoas de todo o mundo.

O.S.: Well, we call ecumenical to any effort made in order to unify Christians throughout the world. So, Taizé is a place where young people with different believes come together...

INT.: Chamamos a um esforço feito para unificar cristãos. Em Taizé é um lugar onde jovens com crenças [crenças] diferentes vêm...

O.S.: Quick thinking, making fast analysis and decisions are other skills which might be trained when playing video games. Sometimes the player does this almost every second of the game.

INT.: Isto são capacidades que podem ser treinadas [quando jogar] enquanto jogamos videogames e muitas vezes o jogador [muitas vezes o jogador] tem de fazer este treino todos os segundos...

#### d) Omissions

This type of occurrences happens when there is missing information on the interpretation. Sometimes an interpreter's style of hiding certain bits of information may be confused with this type of quality criteria and the audience, with likely little knowledge of the original language, or simply being distracted, will have no idea of the omission. For this case study we chose omissions because it matches the Voice Stress Analysis panorama explained on 3.7, used in criminal investigation, where the subject, in these cases the interpreter, may omit certain type of information to hide his/her insecurity and stressful reactions, not showing he/she is unable to deal with the overwhelming situation. In interpreting, the trainee may omit certain bits of information when his/her state of stress does not allow him/her to keep up with the rhythm or terminology of the original speech. These omissions may be considered technical, as most of the times, professional interpreters omit bits of information deliberately to render a more flowed speech. In the examples presented below, however, the information omitted is of high importance to understand the message and therefore marked as an error.

O.S.: So, Taizé is a place where young people with different believes come together and share ideas. They can be Catholic, Evangelical, Orthodox, Jehovah's Witnesses, among others.

INT.: Em taizé é um lugar onde jovens com crenças crenças diferentes vêm... [omission] entre outros.

O.S.: But some of my friends decided to go and took me with them to this Community last summer. I didn't know what to expect...

INT.: Mas alguns dos meus amigos decidiram ir e... [omission] Eu não sabia o que esperar...

O.S.: But you get to know different people at any time of the day and in a really easy way. Everyone in Taizé seems to be happy all the time, even when they are cleaning the toilets.

INT.: Ficas a conhecer pessoas de qualquer altura do dia de um modo fácil. [omission on the second phrase]

O.S.: The international curriculum such as the International Baccalaureate, incorporates a wider world view into the teaching process and encourages students to engage with other world cultures.

INT.: O currículo internacional tal como... o certificado bachelor atribui diferenças no ensino e leva [os] os estudantes a mergulhar noutras culturas

## 5.2.4 Results

As part of the results, we will be showing in this section all the gathered data from the experiments. We will be going over error analysis, presenting blood pressure numbers and giving some insight on significant questionnaire answers that are significant for this study. At the end of each result category, some conclusions and discussion will be presented about the data.

### 5.2.4.1 Results – Error Analysis

In order to display the results of errors present in each experiment, we conducted a careful revision to the transcriptions of the speeches and counted the errors with a simple addition equation. They are presented in percentages to a better understanding of the mistakes the subjects display during their interpretations.

### 5.2.4.1.1 Results of the First Experiment – Error Analysis

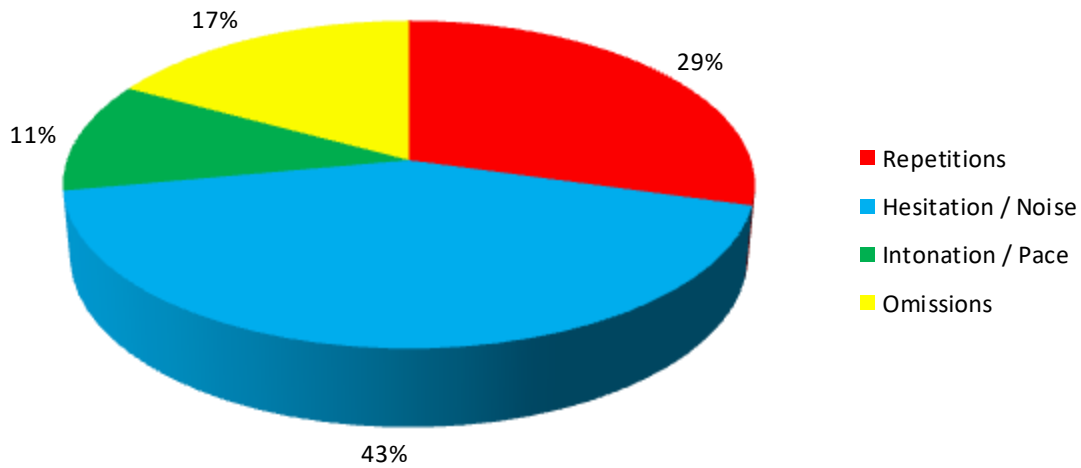


Figure 11 - Error Chart of First Experiment

This pie chart is a representation of the number of errors we counted to be present in the first experiment, with each criterion being of a different colour. We can observe that the errors of “Hesitation/Noise” were by far the most frequent ones, with a percentage of 43%, where the trainees repeatedly used interjections during their interpretations. “Repetitions” was the second most registered error with a percentage of 29% of total errors followed by omissions and wrong intonation or pace in the speech, with a respective percentage of 17% and 11%.

### 5.2.4.1.2 Results of the Second Experiment – Error Analysis

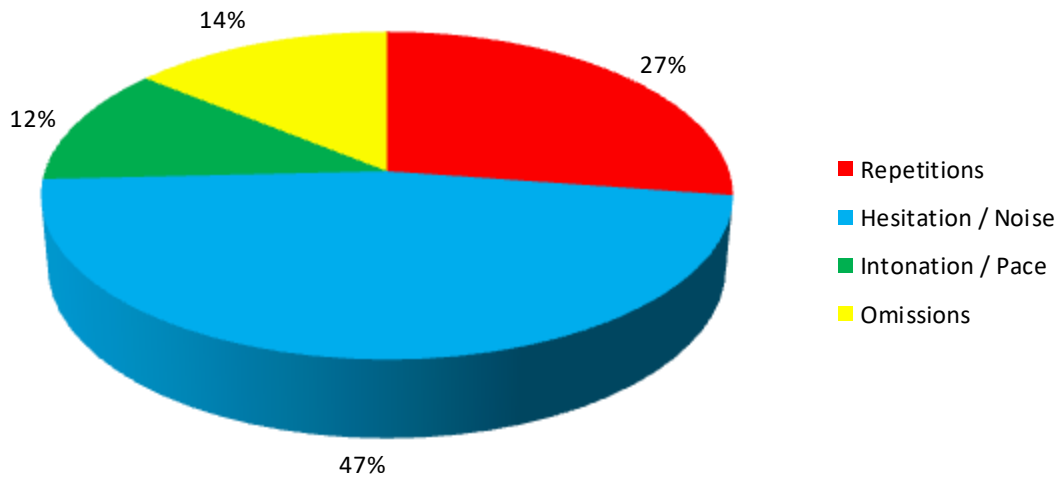
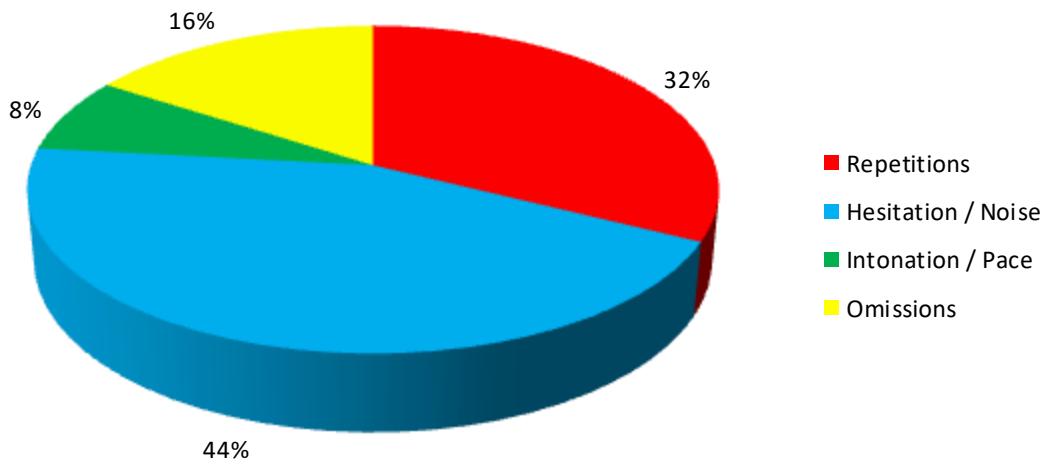


Figure 12 - Error Chart of Second Experiment

In the chart representing the errors registered in the second experiment, the most registered error continues to be “Hesitation/Noise” having the trainees still resorting to interjections to fill in gaps of the speech or gain time to continue interpreting. However, we registered a significant decrease in total errors occurred in all four categories which could have been related with the speech delivery speed or even with higher levels of concentration from the trainees, considering the second experiment was a course unit evaluation moment.

There were fewer registered errors in the omissions criterion, having it approached the “Intonation/Pace” criteria in terms of percentage which shows that the trainees were producing more complete segments and were able to follow the speech’s pace better than in the first experiment.

### 5.2.4.1.3 Results of the Third Experiment – Error Analysis



**Figure 13 - Error Chart of Third Experiment**

The above pie chart shows the occurrences of errors collected from the third experiment's interpretations. In comparison with other previous experiments, there is a similarity in criteria division where "Hesitation/Noise" is still the one that presents the highest amount of errors, and "Intonation/Pace" the fewest. Despite the variance of percentage, the four presented criteria continue to share an equal amount in comparison with other experiments. This shows that the trainees have a tendency to commit the same type of errors while performing an interpreting task.

### 5.2.4.1.4 Results of Error Analysis

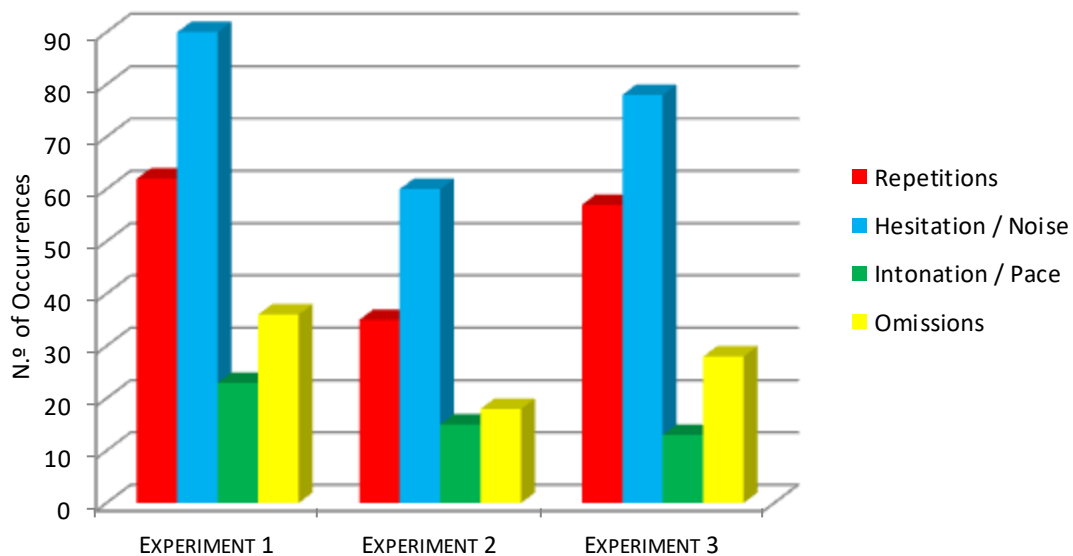


Figure 14 - Errors Occurred in the Three Experiments

This chart displays the results we gathered in the qualitative analysis, with the number of each error occurrence in every experiment. The values displayed indicate that the most frequent mistake trainees make while interpreting is hesitating or making noises that are not related with the speech.

With the highest value registered, hesitation with the use of interjections is clearly the most frequent error trainee's make while interpreting. The exaggerated usage of an interjection like [uhhh] gives them time to pause and evaluate the original speech without remaining silent for the listener. This shows a bit of slow decision when facing higher paced or terminologically harder speeches.

Repetitions come in second, registering the trainees' repeating a lot of the words when they had forgotten what was said before, losing track of the idea or segment.

The low values registered by Intonation and Omissions can be related to the group's loyalty to the original speech which most of the times tried to deliver an exact match in words or ideas. This loyalty to the original speech resulted in a flowed interpretation with acceptable intonation and pace with trainees omitting fewer segments.

Overall, the trainees' interpretation analysis revealed a better performance in the second experiment, the interpretation test, compared to the other two. The third experiment does reveal fewer mistakes in comparison with the first experiment which may indicate that the trainees improved their skills throughout their formation. The greatest and surprising indicator is, in fact, the increased performance on the second experiment. The importance of the experiment could have resulted in higher levels of stress and consequently a poorer performance, but this was not verified. In contrast, the trainees took the experiment more seriously, possibly due to being an interpretation test, staying more focused and delivering better-quality interpretations.

#### **5.2.4.2 Results – Blood Pressure and Pulse**

Firstly we proceeded with data collection related to the blood pressure with three values represented, the systolic or high blood pressure (in red), diastolic or low blood pressure (in blue) and pulse rate (in green), as mentioned earlier (s. 3.4) in this research work. There are two different stages where these values were collected, before and after the interpretation, in order to have a comparison of the stress levels the trainees felt, whether it either increased or decreased after the interpreting situation. Therefore, the following charts represent the individual values of all participants in the three experiments.

Two charts will be presented for each experiment related to the first measurement before the speech and the second measurement after the speech, in order to compare the stress felt in both moments, in addition to, later on, compare between different experiments.

### 5.2.4.2.1 Results of the First Experiment – Blood Pressure and Pulse

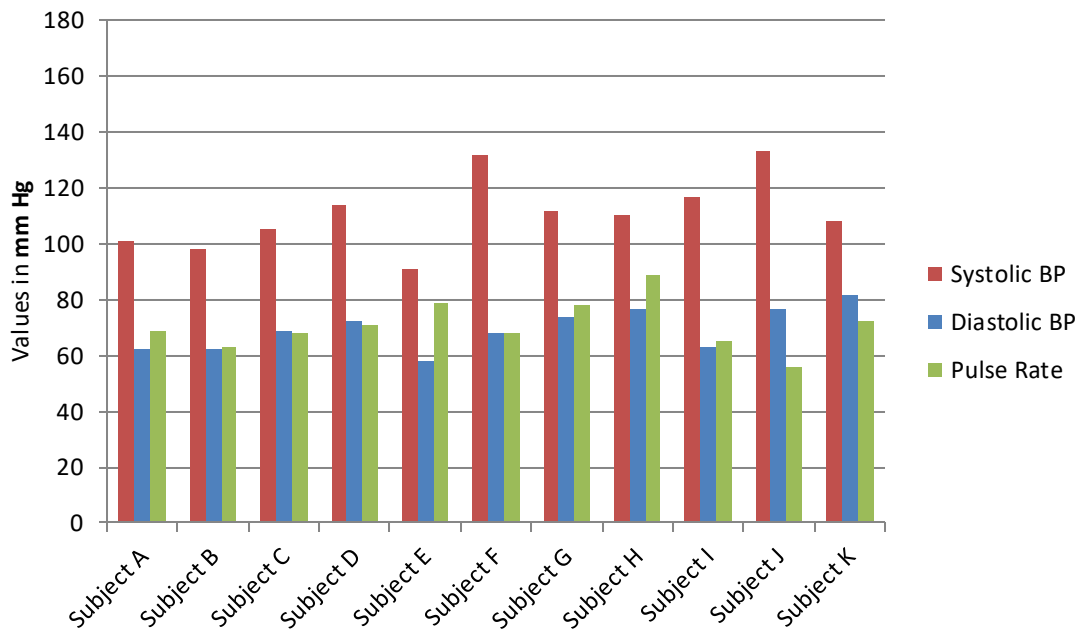
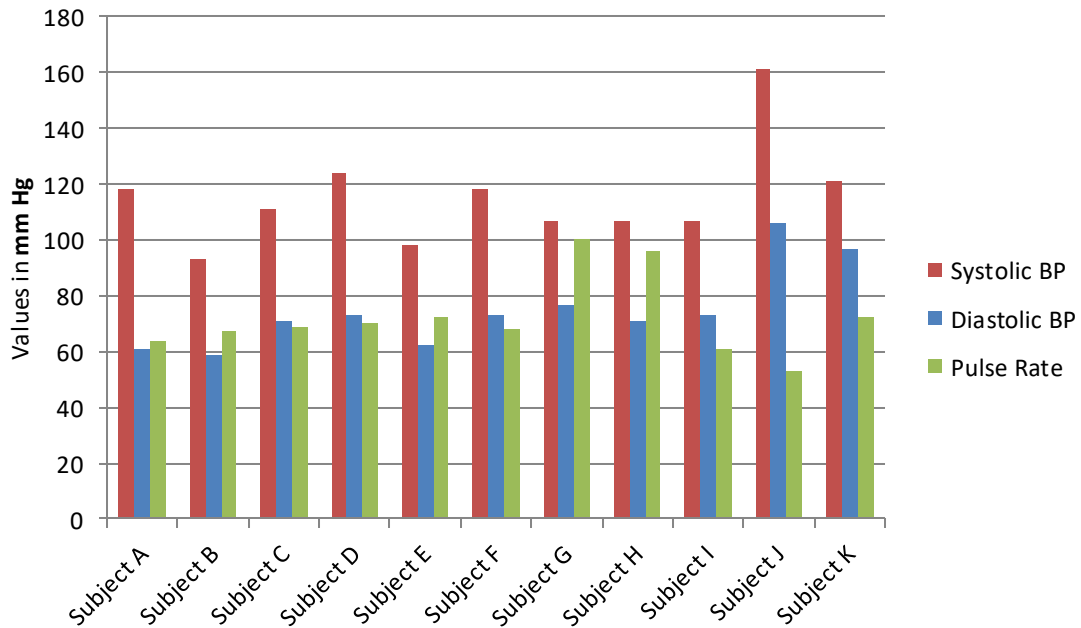


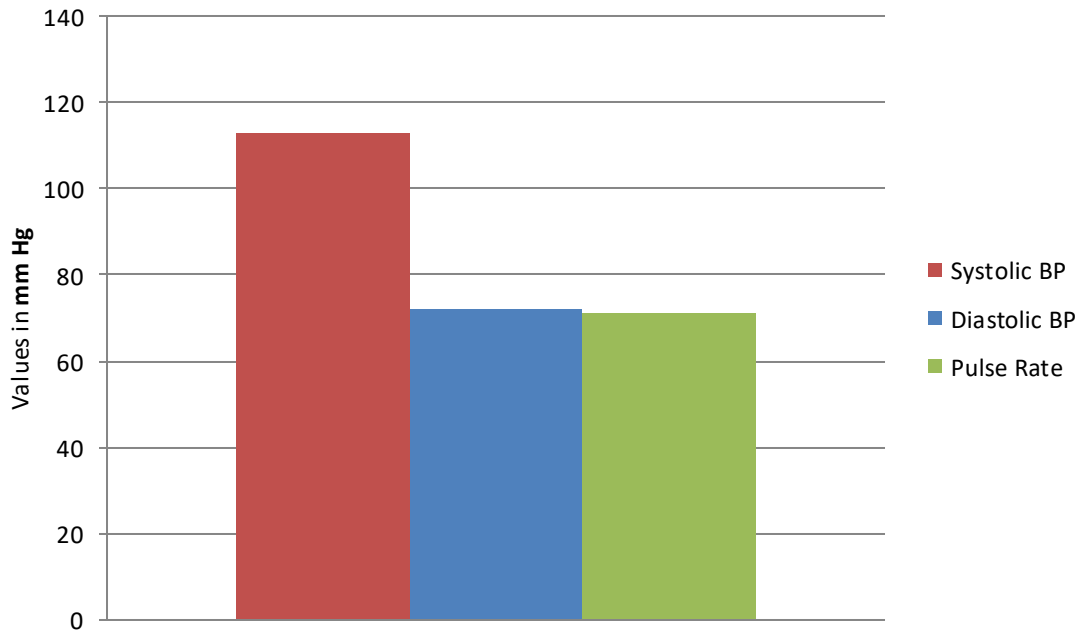
Figure 15 - Pre-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (First Experiment)

In this figure, we can observe the values of “Systolic (High BP – in red) and Diastolic (Low BP – in blue) Blood Pressure” alongside with the pulse rate (in green). The values presented are very standard according to the American Heart Association (AHA) (s. Table 1) where most of the subjects range from 100 to 120 in “Systolic BP” and 60 to 80 in “Diastolic BP”, placing these values in the normal blood pressure category. The pulse rate (s. Table 2) has average to good values across all participating subjects, being also considered normal. This may suggest that, excluding external factors that are not included in this study, the subjects were normal, presenting a calm status, shown by these values.



**Figure 16 - Post-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (First Experiment)**

In this chart, regarding the measurements taken after the first experiment's interpretation, we can see that, compared to the pre-speech measurement, the "Systolic BP" may have slightly higher values, resulting from the intense activity that the subjects went through. The "Diastolic BP" and "Pulse Rate" values remain quite the same, giving an indication that the exercise did not have much impact on the trainees' health or stress levels. The values obtained from this second measurement of the first experiment are within range to what is considered normal and the small variations, mainly in "Systolic BP" are not significant to be relevant.



**Figure 17 - Chart of Average Values of Blood Pressure and Pulse Rate (First Experiment)**

Having combined and calculated the numbers from the pre-speech and post-speech charts this last graph regarding the average values of the first experiment reveals that the trainees had average values according to the measurements performed with blood pressure machines that also display pulse rate. It suggests that the subjects were not impacted by the casual exercise, having their health state or performance unaffected.

The values were at a normal level according to the AHA and Topend Sport's tables (s. Table 1 and 2) and indications, having the systolic BP between 100 and 120 mmHg, Diastolic BP between the 60 and 80 mmHg and Pulse Rate showing between 60 and 80 beats per minute (BPM).

### 5.2.4.2.2 Results of the Second Experiment – Blood Pressure and Pulse Rate

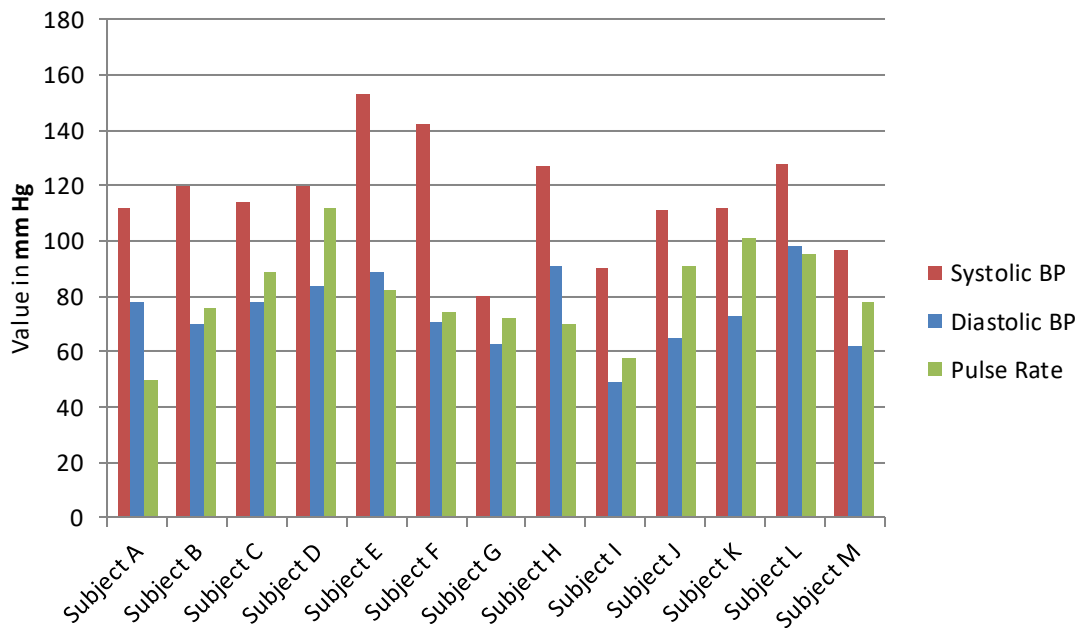
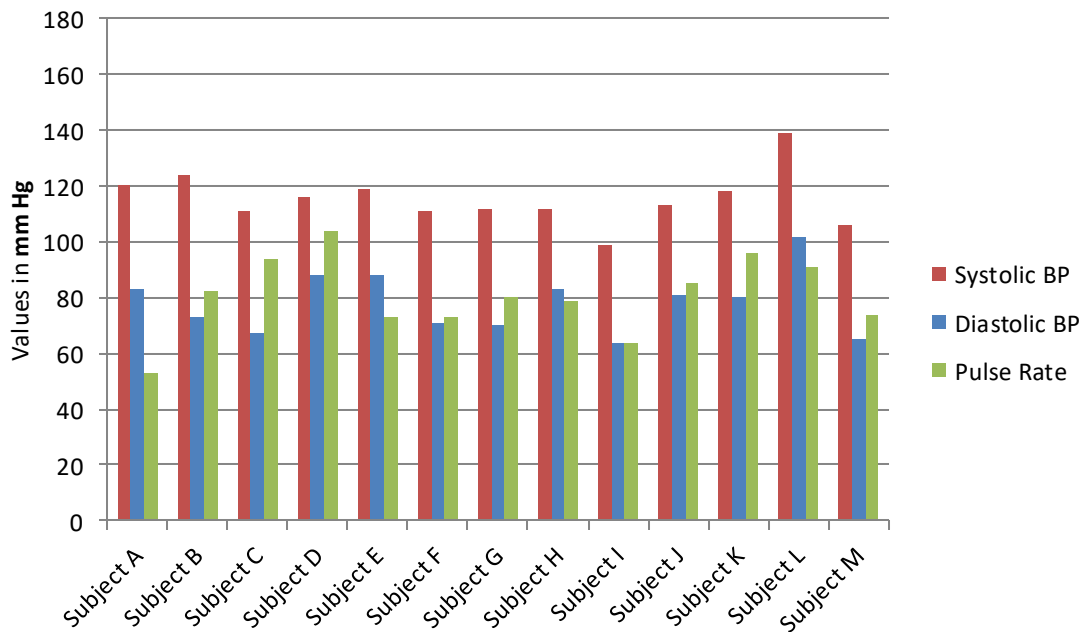


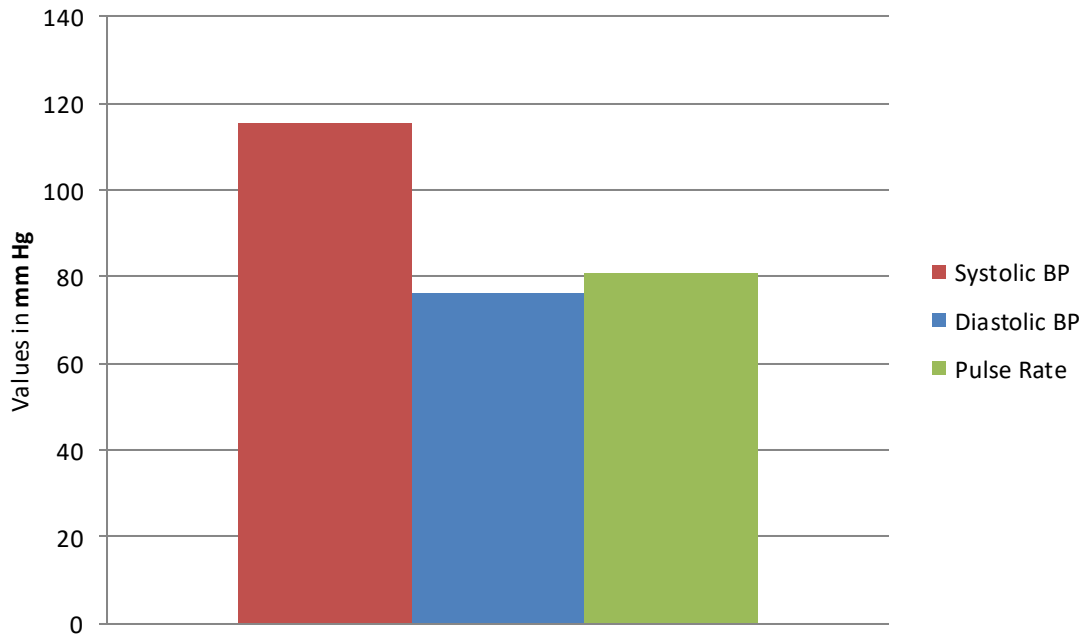
Figure 18 - Pre-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (Second Experiment)

Similar to the first experiment, the pre-interpretation chart shows values of the first measurements before the trainees perform the interpretation, but unlike the first experiment, in this chart are shown higher values of Systolic BP and Pulse Rate. This is likely the most revealing chart, as we can see the highest number of subjects having their Systolic BP surpassing the average value of 120 mmHg indicating that they are being overwhelmed by the activity, consequently affecting their bodies.



**Figure 19 - Post-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (Second Experiment)**

In this chart, we can observe that the values, in comparison with the pre-interpretation chart, are slightly diminished resulting in a calmness and comfort of the trainees after the speech has finished. Despite the measurements having been taken immediately after the speech, there was no significant change in the values, resulting in what seems to be an adaptation to the interpreting task, reflected in decreased levels of blood pressure. However, what we can notice here is a slight increase in pulse rate values compared to the pre-interpretation chart.



**Figure 20 - Chart of Average Values of Blood Pressure and Pulse Rate (Second Experiment)**

In this average chart of the second experiment, where the arithmetic average was calculated between the pre-interpretation and post-interpretation values, we see that the numbers are still in normal levels. This translates to no alteration of the subject's health or state at all, which may indicate that their performance was not affected by the stressful situation that was the interpretation test.

### 5.2.4.2.3 Results of the Third Experiment – Blood Pressure and Pulse Rate

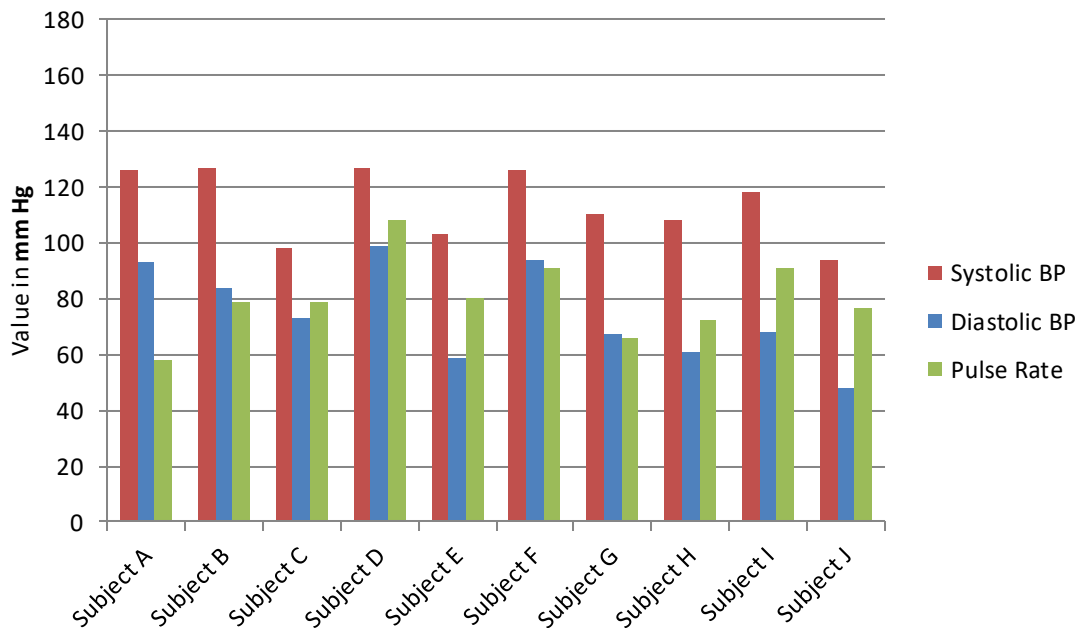
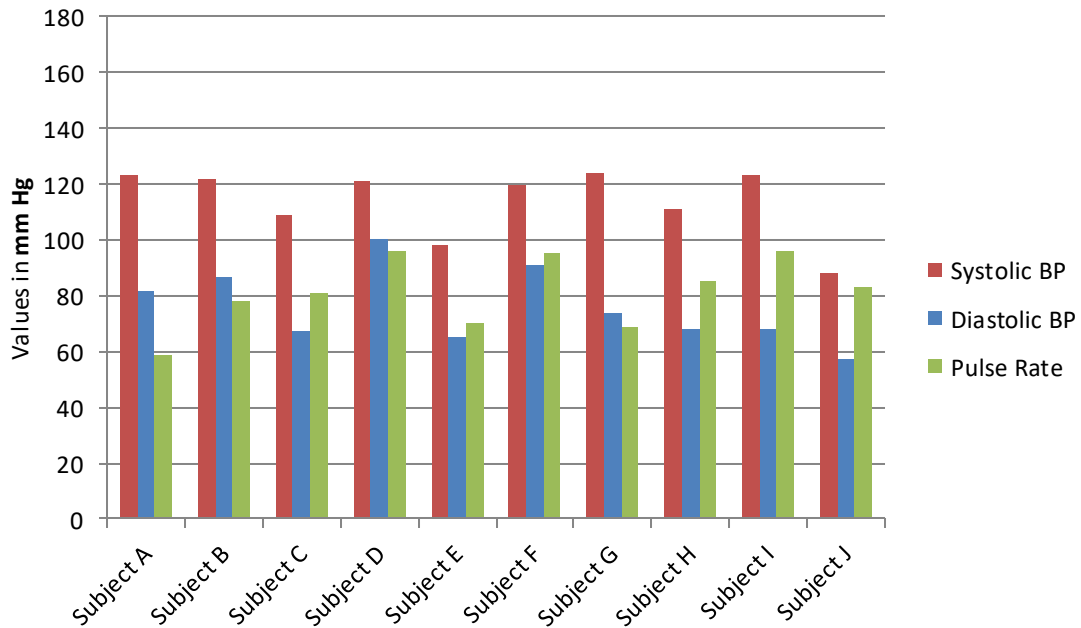


Figure 21 - Pre-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (Third Experiment)

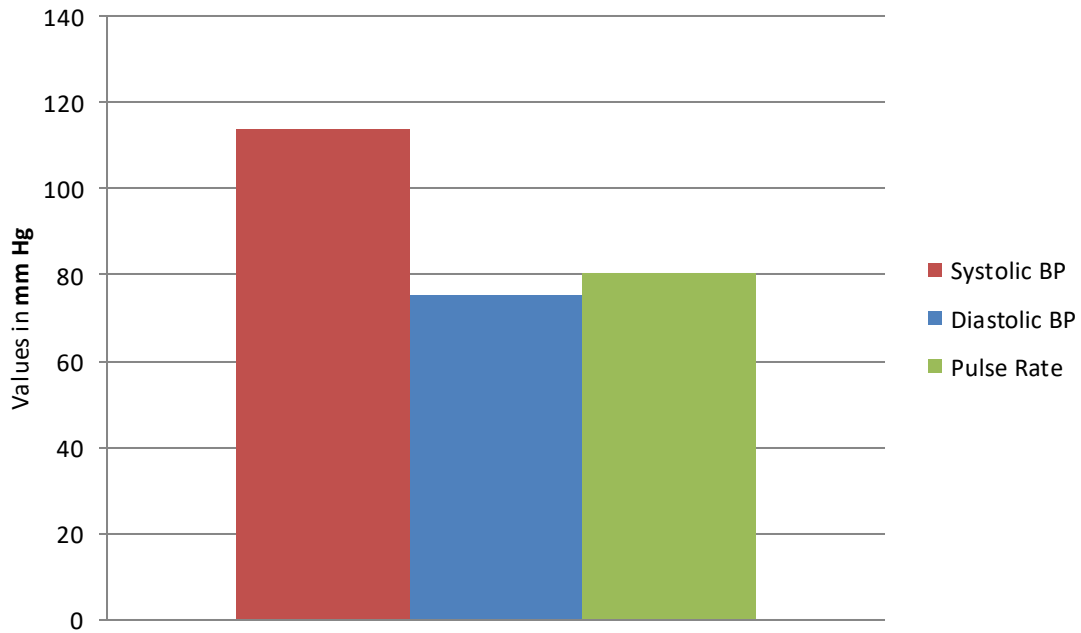
This third experiment chart does not reveal significant differences compared to the others. The values stay in the same range in relation with previous experiments and inside the average values that AHA (s. Table 1) refers. Again, this reinforces the hypothesis that there was no major alteration in the subject's organisms, resulting in no stress at all while performing the interpreting task.



**Figure 22 - Post-Interpretation Chart of Blood Pressure and Pulse Rate (Third Experiment)**

The chart above, like others, shows little to no change in BP values. It is a recurring result in this study and starts showing a line of thought where the subjects feel no stress while performing the interpretation and have the same posture through the experiments.

In this post-interpretation chart, besides the systolic BP being a little bit above average on most of the subjects, the other values balance themselves in the normal range, representing a normal state of health of the trainees.

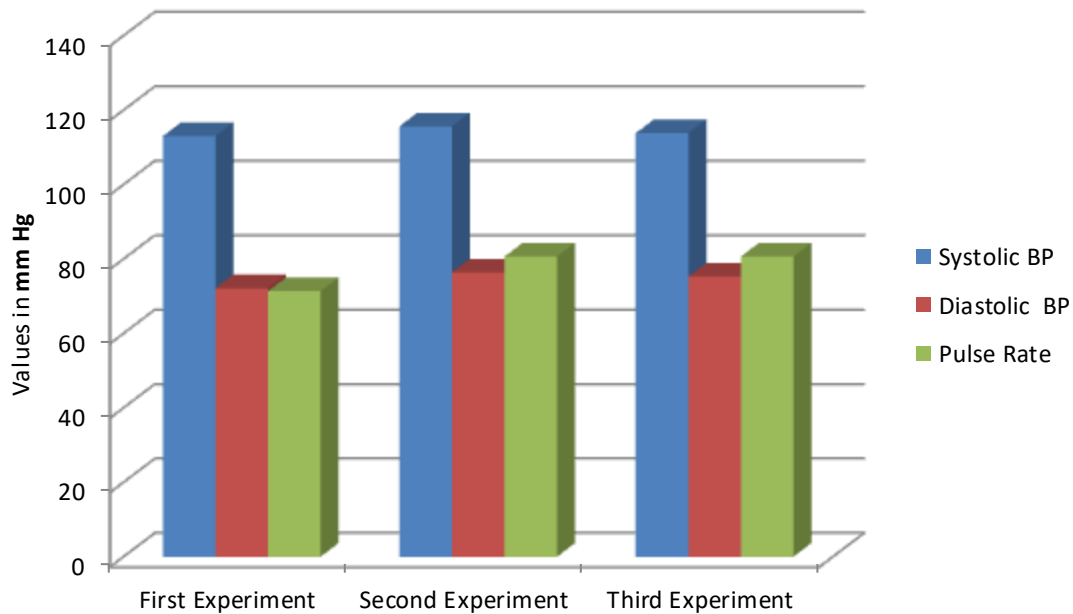


**Figure 23 - Chart of Average Values of Blood Pressure and Pulse Rate (Third Experiment)**

Coming into the arithmetic average chart of the third experiment, and the last study representing blood pressure and pulse rate, we would expect to have some differences, mainly lower values, between this and the previous experiments' charts. However, we observe that the values remain relatively the same and within average, according to the AHA and Topend Sports (s. Table 1 and 2). This does, in fact, reinforce the hypothesis that the subjects' health state was unaltered while performing the interpreting tasks and the results, better or worse, cannot be related to stress.

#### **5.2.4.2.4 Discussion of Blood Pressure and Pulse Results**

In order to draw some conclusions one should notice the following graphic representing the arithmetic average of each value on the three different experiments.



**Figure 24 - Comparison of Average Values of Blood Pressure and Pulse Rate of between Experiments**

Closely looking at this chart that represents the average values of each experiment, we can observe a small increase mainly in diastolic BP and pulse rate on the second and third experiment, in comparison with the first. Despite the almost insignificant change in the values and probably not accounted for when it comes to result extraction, the value variation may be related to the interpretation test. When faced with a more serious and important task, like said test, the trainees were slightly induced with concern which possibly justifies the presented values.

From the first experiment to the second the values are similar, where the blood pressure is under a five-point difference and the pulse rate varying in merely nine points. This is unexpectedly similar from one experiment to the other, concluding that despite the different situations, where the first was more of a pilot study and the second an interpretation test, the subjects seem to reveal no stressful behaviour or had no change in their health state while undergoing these tasks.

Comparing to experiment one and two, we see very linear results in experiment three, where the trainees have performed the task resulting in normal values, overcoming any stressful factor. This means that, alongside with their training, the subjects feel progressively more comfortable interpreting with some situations mirroring the realism

of a conference. As results show, the reduced variation of values translates into calm and normal subjects performing the interpreting tasks in all three situations.

In order to have significant changes in these values, showing any fluctuations in the subjects' blood pressure and pulse rate, the numbers would have to be at least 20<sup>11</sup> points different in BP (s. Table 1) and at least 10<sup>12</sup> in Pulse Rate (s. Table 2) from one experiment to another, which is not registered in any of the cases. With a direct relation with stress, if there is no alteration in the blood pressure and pulse rate values, the subjects' performance was not affected by stressful factors.

### **5.2.4.3 Results – Questionnaires**

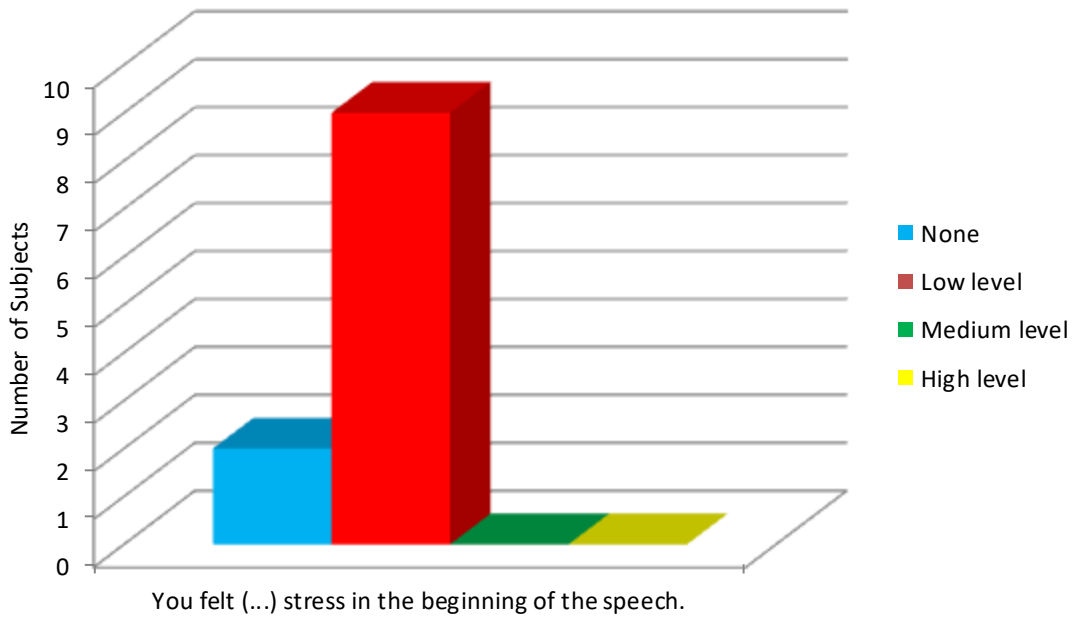
In order to summarize the data collected from the questionnaires, several charts will be displayed below with the number of individuals that chose a specific answer. The full structure of the questionnaires, together with respective answers, can be observed in the attachments of this research work.

---

<sup>11</sup> The values referred here represent the numerical difference from one level of blood pressure to the other, like shown in Table 1. If the values obtained stay within the same level of blood pressure, these cannot be considered relevant fluctuations in blood pressure.

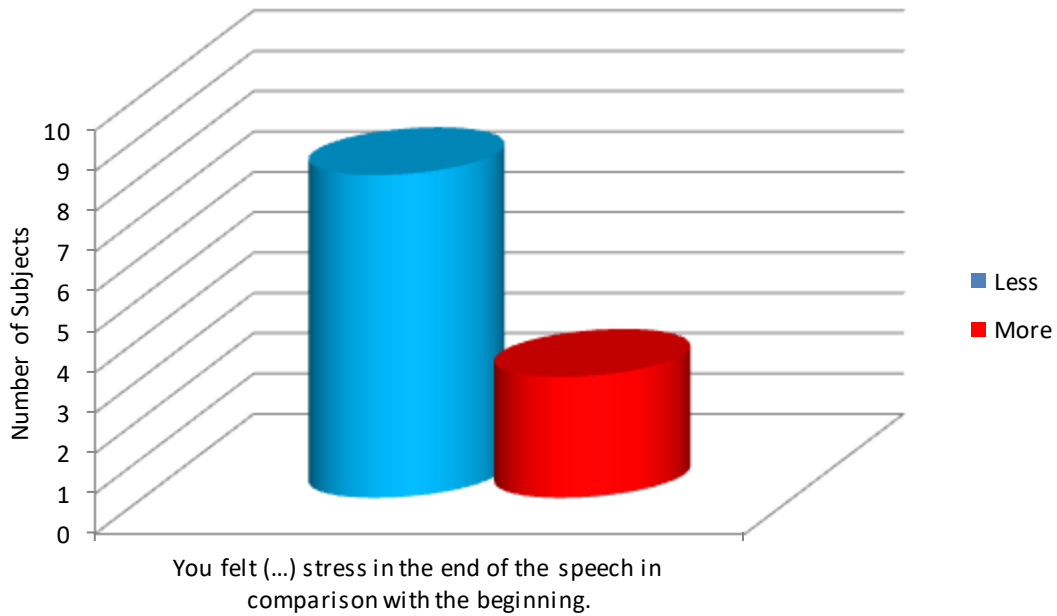
<sup>12</sup> Same analysis method as the blood pressure (s. footnote 11).

### 5.2.4.3.1 Results of the First Experiment - Questionnaires



**Figure 25 - Answers Related to Stress in the First Experiment**

The chart above is a representation of one of the stress-related questions present in the questionnaire of the first experiment. Students were asked to fill in the gap with the corresponding level of stress they felt before interpreting. The left axis shows the number of subjects that answered noticing that there were no answers on the medium to high level of stress felt. The elevated number of answers in the low level of stress felt shows that the trainees were comfortable before undergoing the interpreting task.



**Figure 26 - Answers to a Question about Stress in the First Experiment**

This second graphic also shows an important data from the questionnaires. In this first experiment, most subjects (8 out of 11) said they felt less stress at the end of the speech compared with the beginning. This is directly related with BP and Pulse values acquired on the post-interpretation measurements and shows that the trainees, in general, felt more relaxed after finishing the interpretation. However, a small margin (3) of the trainees said they felt more stressed after the interpreting task which could be related to the lack of adaptation to interpretation or missing relaxation techniques to help them lower stress levels.

### 5.2.4.3.2 Results of the Second Experiment – Questionnaires

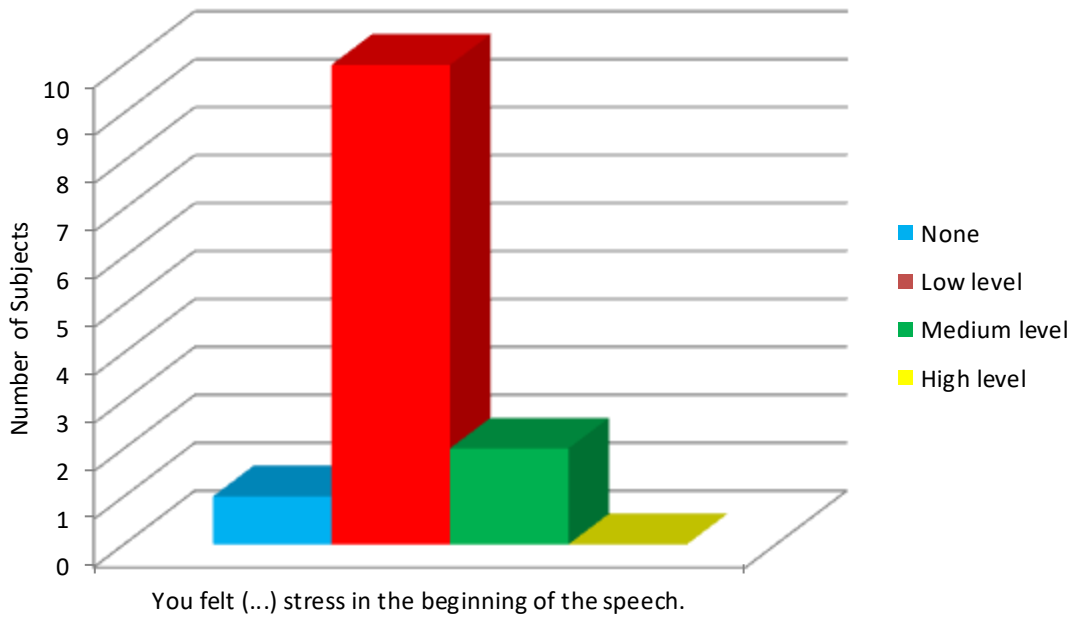
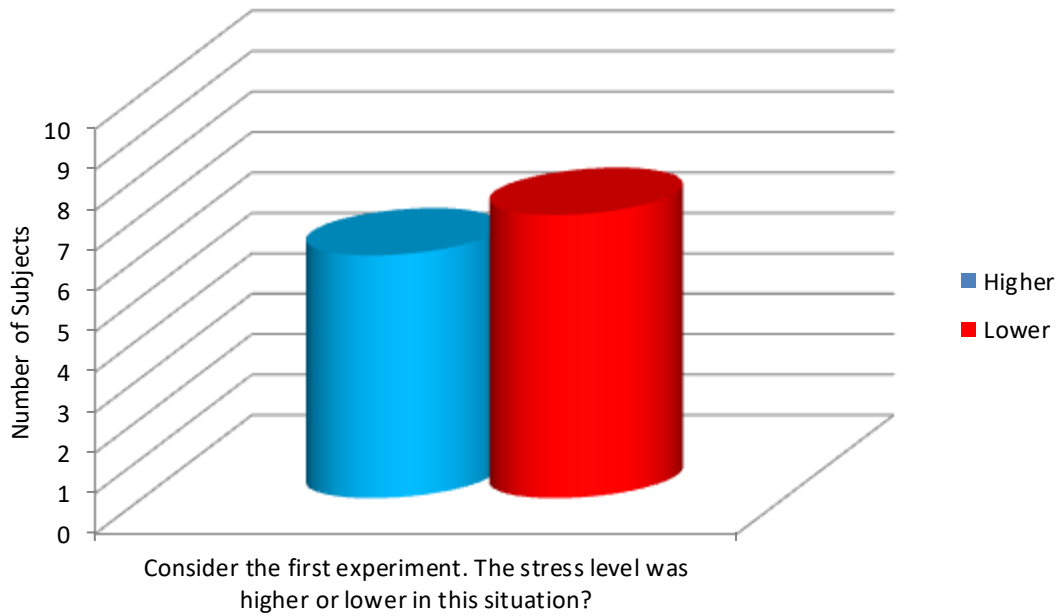


Figure 27 - Answers Related to Stress in the Second Experiment

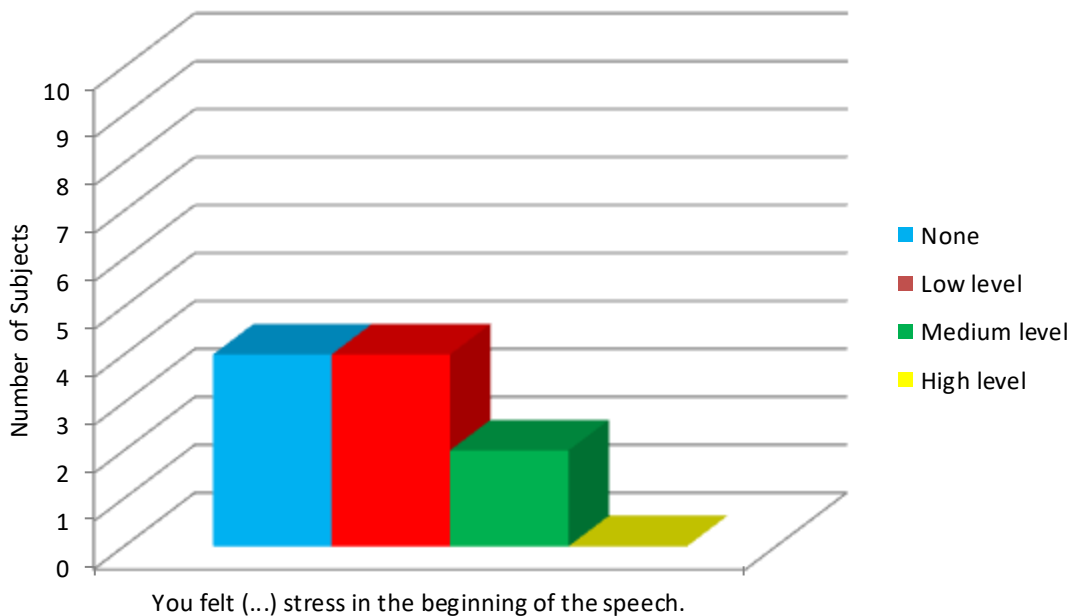
We can see that that in the second experiment, despite the previously shown minor alterations, there was, in fact, a more stressful reaction to the task, having two of the subjects even considering having medium levels of stress, represented in green. However, and in line with the first experiment, the subjects overall faced the challenge very well and most of them considered that there was very little stress involved in the interpreting task of the second experiment.



**Figure 28 - Answers to a Question about Stress in the Second Experiment**

The above chart is crucial to understand the comparison between the first and second experiment. In this question, subjects were very divided whether the second was more or less stressful than the first experiment. This shows that the individuals felt more stressed and the slight increase in the BP and pulse rate values presented in its respective section confirm that data. Despite minimal, there was an increase in values which relates to the increased stress that the subjects felt during the second experiment.

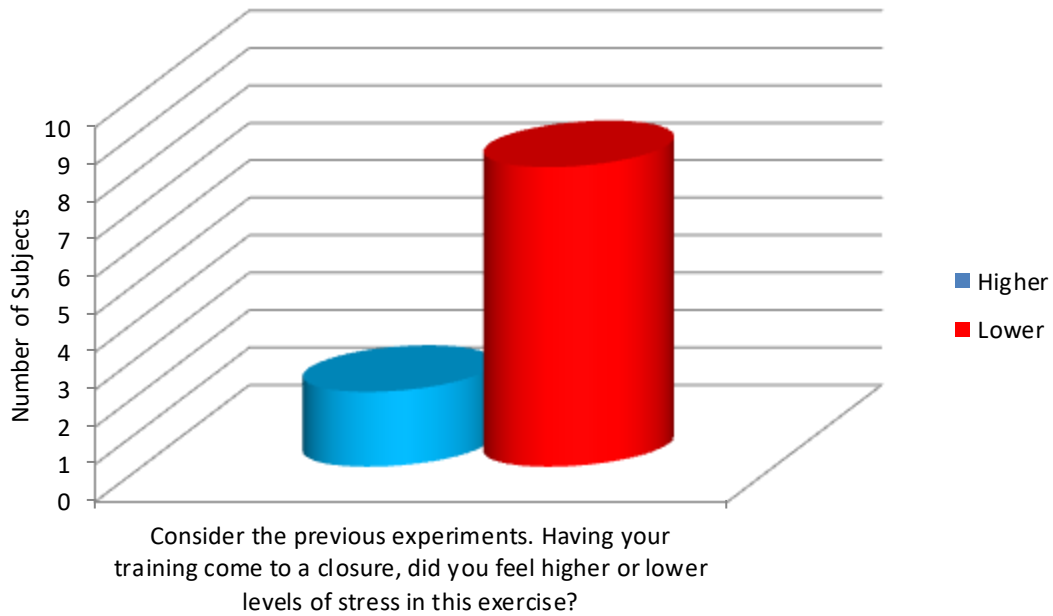
### 5.2.4.3.3 Results of the Third Experiment - Questionnaires



**Figure 29 - Answers Related to Stress in the Third Experiment**

Just like in the previous two experiments, the question presented in the chart above, about stress levels at the beginning of the speech, was present in the questionnaire. With this, we aimed to compare values and comprehend if the subjects felt more nervous from one experiment to the other.

Reversing the tendency of the second experiment, in this last situation, the subjects showed more confidence and therefore the majority answering with low to no levels of stress, before performing their interpretations. This shows that the trainees felt more comfortable with their skills acquired mostly from training and their blood pressure and pulse rate levels match this data, showing perfectly normal values.



**Figure 30 - Comparative Question about Stress Felt During Training**

This final chart presented in this section regards a key question that could give us important information for the conclusions. With these results, it is clear that most of the subjects show more confidence in their abilities when performing an interpreting activity at the end of their training compared with the beginning.

In the workgroup, there were some exceptions at all stages of the experiments regarding subjects that felt less confident and less capable of doing the tasks, having more stressful reactions to the exercises. However, on average, the answers were always optimistic regarding stress what could reveal a tendency of skill and confidence improvement by the trainees throughout their training.

#### **5.2.4.3.4 Discussion of the Questionnaire's Results**

Considering the answers to the questionnaires given by the trainees throughout the experiments, we can conclude that there was a positive evaluation of their posture. This may not be directly related with values of BP or pulse rate, as these last remained relatively normal and equal during all three moments.

We can see in these answers a spike in stress felt during the second experiment which, once again, was an interpretation test that possibly revealed more concern in the subjects state of health. However, what the trainees felt does not match with the values obtained during measurements what may lead to conclude that they mainly felt a state of concern and not actually stress.

Coming to a closure on both the experiments and the trainees' formation, the answers given by them on the last questionnaire reflected an increased level of comfort during the interpreting task as well as possible lower levels of stress. Comparing the last experiment with the two others it looks clear that the trainees have developed techniques that allowed them to deal with the obstacles presented in interpretations. The decreased values of BP and pulse observed in the last experiment match the trainees' answers of lower stress levels felt at the end of their training. These results may suggest that despite scientific values being normal throughout all three experiments, there was a feeling of accomplishment and relaxation by the trainees, leading them to think they felt less stress at the end of their training than in the beginning.

## 6 Conclusion

The interpreter unlike in many other professions works primarily with the mind, using the highest possible levels of concentration. With the inevitable stress inherent to the interpreter's profession, one of the most stressful in the world, researchers are always trying to find new ways to perform an interpreting task with the least resistance possible to the human body. Stressful factors affect not only quality standards of the task but also the interpreter's health, whose prolonged exposure to these factors can originate long-term injuries at both physical and psychological levels. Stress may manifest in an individual not just by the direct intervention of these factors, but by the idea itself of having to achieve certain quality standards while interpreting. The sheer idea of having to deliver a quality speech and having to avoid major mistakes triggers a strong stressful reaction.

This starts as early as training when interpreter trainees start doing these mentally demanding tasks in order to improve their skills and prepare themselves for the labour market. It is mainly at this early stage that trainees need to develop their own techniques to fight stress, which differs from one individual to the other. It is about interpreter training that this research work focuses on, aiming to analyse the quality of interpretation tasks and stress levels felt by trainees while performing these tasks, later comparing quality and stress to achieve conclusions. As explained while working with a group of interpreter trainees and utilizing different materials we were able to evaluate the quality of some interpretations mainly identifying errors within specific criteria defined within this experimental study. Also, with the use of blood pressure machines, we obtained results regarding blood pressure and pulse rate levels that directly relate to levels of stress.

With a total of three conducted experiments, we set out to compare the continuous progression of interpreter trainees throughout one semester and achieve conclusions comparing the results of the three experiments. In the first experiment, the trainees displayed relatively normal values in blood pressure and pulse rate that, as described in Table 1, show no signs of abnormal numbers, having no relation to a stress reaction. In the questionnaires, the majority of the trainees answered in stress-related questions, that their performance was not affected by the speech concluding that, and in addition with

the blood pressure and pulse rate values, this first experiment conducted during their training was treated as a very normal and relaxed exercise.

On the contrary to the first experiment, the second was not a routine exercise conducted in class but an interpretation test. In this experiment, the values of blood pressure and pulse rate rose a bit above the average when compared to the first experiment. Despite these results, the values are still in the range of what is considered normal. It would indicate though, that the trainees were highly concentrated in the task due to the fact of being an interpretation test. This was proven when we observed the three elements assessed in this empirical study altogether. The number of errors occurred dropped from the first experiment to the second and once again, there were a higher number of trainees finding the moment not stressful than the ones that thought otherwise. We consider that we cannot define the values obtained in the blood pressure and pulse rate measurements of this second experiment to be elevated or beyond normal, despite these values being higher than the ones from the first experiment, mainly on diastolic BP and pulse rate. In addition, with a lower number of errors occurred but somewhat mixed answers regarding stress by the trainees, we can conclude that trainees might have felt slightly more stressed, but not in extents that affected their results. Even though an interpretation test that most would consider being highly stressful for someone who is yet training to become an interpreter, the group of trainees subjected to this second experiment showed in all parameters to be overall comfortable during the interpretation. In fact, the results may suggest that some stress was present but only to motive a higher level of concentration on the trainees, resulting in a greater performance.

With the outcomes of the first and second experiment that was contrary to what we believed would happen, the third and final experiment showed to be valuable in order to fully understand the results of this study. With the exact same methodology and materials utilized in the previous experiments, the third moment was more similar to the first due to the fact of being a classroom exercise. The trainees were told to consider each moment with equal importance although the first and third experiments, like classroom exercises, could have been considered by some to be more casual. Starting with the error analysis, we can see in all three experiments compared that there were less registered errors than the first experiment but more than in the second, proving that trainees were either more focused in the second moment or the speech from the third

moment had other external factors not accounted for in this research work. Observing the values obtained from blood pressure and pulse rate measurements from all three experiments, the third experiment shows a remarkable resemblance to the second experiment, with slightly higher but normal values when compared to the first experiment, mainly in diastolic BP and pulse rate. When asked about the stress felt on this third experiment and with a question directly aimed to compare with previous experiments, trainees showed to have felt none to low levels of stress. They also reflected that in the end, they felt less stress when facing an interpreting task than they did at the start of their formation. The conclusions drawn from the third and final experiment are that the trainees generally felt more confident in their skills but not necessarily change much throughout their training. Levels obtained in errors, blood pressure, pulse values and answers gathered from questionnaires simply show that the confidence of the interpreters increases but stress, if felt, does not necessarily vanish.

The experiments conducted in this study show us that with training, interpreters may feel less stressed when interpreting but this may be a trick of their brains. With training, they feel better prepared and more capable of dealing with an interpretation and therefore the brain is not flooded with doubt or fear of failure, resulting in what appears to be, for them, less stress. The results obtained throughout this experimental work shows differently. The errors registered in the experiments had variations. The experiment that would possibly register more errors (second experiment) was the one with fewer mistakes in the interpretations. The values regarding blood pressure and pulse rate, collected with appropriate machines, showed nothing unusual and are considered to be values of non-stressed individuals. As explained, with prolonged exposure to stress, these values should manifest resulting in a prehypertension or hypertension stage for blood pressure and higher pulse rate levels. This could actually not be verified in all three experiments, with all values inside the normal range. The questionnaires, a variant whose results are related to what the trainees felt, may reveal lower levels of stress at the end of their training compared to the beginning. However, this could be similar to a placebo effect, only resulting in such answers due to the interpreters feeling better prepared to deal with an interpreting task.

Overall, this empirical work shows that from a scientific point of view, the individuals who participated in the experiments had none or little signs of stress throughout their training. With the values obtained, the trainees were not experiencing

stress while performing the interpretations. It shows, however, that training has a positive impact on a trainee's mind and posture. They are exposed to the pressure that professional interpreters experience during their daily working routines, leaving the trainees with an accurate perspective of what to expect during a professional interpretation. The questioned subjects demonstrated to be more comfortable with an interpreting task at the end of their training in comparison with the beginning. This was, in fact, a mere feeling from the interpreter trainees because, at a qualitative level, their performances had little to no variations, despite their confidence improvement in performing an interpreting task.

## 7 Bibliography

- AIIC Research Committee. (2002, February). *Interpreter workload study - full report*. Retrieved May 6, 2017, from International Association of Conference Interpreters: <https://aiic.net/page/657/interpreter-workload-study-full-report/lang/1>
- Al-Zahran, A. (2007). *The Consecutive Conference Interpreter as Intercultural Mediator: A Cognitive-Pragmatic Approach to the Interpreter's Role*. PhD Thesis. Salford, United Kingdom: University of Salford.
- Aspen Health & Administration Development Group. (1999). *Hypertension Management: Clinical Pathways, Guidelines, and Patient Education*. Aspen Publication.
- Berlo, D. K. (1960). *The Process of Communication: An Introduction to Theory and Practice*. United States of America: Holt, Rinehart and Winston Inc.
- Bowen, D., & Bowen, M. (1984). *Conference Interpreting: A Brief History*. New Jersey: Learned Information, Inc.
- Bühler, H. (1986). Linguistic (semantic) and extralinguistic (pragmatic) criteria for the evolution of conference interpretation and interpreters. *Multilingua* 5, (4):231-235.
- Bühler, H. (2002). In A. R. Committee, *Interpreter workload study - full report* (p. 9).
- Friedman, M., & Rosenman, R. (1974). *Health Risks Due to Personality Types*.
- Furtado, M. A. (2014). *A Interpretação In Situ e a Interpretação Remota - Realização e Análise Científica de um Conjunto de Estudos Experimentais*. PhD Thesis. Vigo: Universidad de Vigo.
- Healthcare Interpretation Network. (2007, November). *National Standard Guide for Community Interpreting Services*. Retrieved March 15, 2017, from Association de L'Industrie de la Langue: [https://ailia.ca/tiki-download\\_file.php?fileId=34](https://ailia.ca/tiki-download_file.php?fileId=34)

- Herbert, J. (1952). *The Interpreter's Handbook: How to Become a Conference Interpreter*. Geneva.
- Jiménez, A., & Pinazo, D. (2001). "I failed because i got very nervous". Anxiety and performance in interpreter trainees: an empirical study. *The Interpreter's Newsletter 11*, pp. 105-118.
- Jones, R. (2002). *Conference Interpreting Explained*. Manchester: St. Jerome Pub.
- Kent, R. (1997). *The speech sciences*. San Diego, CA: Singular Press.
- Klinic Community Health Center. (2010, January). *Stress & Stress Management*. Retrieved March 29, 2017, from Hydesmith Communications: <http://hydesmith.com/de-stress/files/StressMgt.pdf>
- Klonowicz, T. (1994). Putting one's heart into simultaneous interpretation. In S. Lamber, & B. Moser-Mercer, *Binding the Gap: empirical research in simultaneous interpretation* (pp. 213-224). Amsterdam / Philadelphia: John Benjamins.
- Kurz, I. (1989). conference interpreting user expectations. *proceedings of the 30th conference of the A.T.A*, pp. 143-148.
- Kurz, I. (2001). Conference interpreting: quality in the ears of the user. *Meta 46* (2), pp. 394-409.
- Kurz, I. (2003). *Physiological stress during simultaneous interpreting: a comparison of experts and novices*. Retrieved February 4, 2017, from OpenstarTs: <https://www.openstarts.units.it/handle/10077/2472>
- Lawes, C. (n.d.). *High blood pressure*. Retrieved May 6, 2017, from World Health Organization: <http://www.who.int/publications/cra/chapters/volume1/0281-0390.pdf>
- Lazarus, R. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychomatic Medicine 55*(3), pp. 234-247.

- Moser-Mercer, B. (1998). Prolonged turns in interpreting: Effects on quality physiological and psychological stress (Pilot Study). *Interpreting 3/1*, pp. 47-64.
- Moser-Mercer, B. (2000). The rocky road to expertise in interpreting: Eliciting knowledge from learners. In M. Kadric, K. Kaindl, & F. Pöchhacker, *Translationalwissenschaft* (pp. 339-352). Tübingen: Stauffenburg.
- Pöchhacker, F. (2001). Quality Assessment in Conference and Community Interpreting. *Meta 42* (2), pp. 410-425.
- Pöchhacker, F. (2004). *Introducing Interpreting Studies*. Psychology Press.
- Pöchhacker, F., & Shlesinger, M. (2002). *The Interpreting Studies Reader*. London and New York.
- Riccardi, A. (1998). Interpretation and stress. *The Interpreter's Newsletter 11*, pp. 93-106.
- Seleskovitch, D. (1978). *Interpreting for International Conferences*. Washington, DC: Pen and Booth.
- Shlesinger, M. (1994). Intonation in the Production and Perception of Simultaneous Interpretation. In L. S.-M. (Eds.), *Bridging the Gap: Empirical Research in Simultaneous Interpretation* (pp. 225-236). Amsterdam and Philadelphia: John Benjamins.
- Shlesinger, M. (1997). Quality in Simultaneous Interpreting. In Y. G. (Eds.), *Conference Interpreting: Current Trends in Research. Proceedings of the International Conference on Interpreting: What Do We Know and How?* (pp. 123-131). Amsterdam and Philadelphia: John Benjamins.
- Stenzl, C. (1983). Simultaneous Interpreting. Groundwork towards a comprehensive model. *Dissertation*. United Kingdom: University of London.
- Thapar, G. (1999). *How to Control Your Blood Pressure for Healthy Living*. New Delhi India: UBS Publishers Distributors.
- Titze, I. (1994). *Principles of voice production*. Englewood Cliffs: NJ: Prentice-Hall.

Vermeer, H. J. (1992). *Skizzen zu einer Geschichte der Translation*. Frankfurt: Verlag für kulturelle Kommunikation.

Zeier, H. (1997). Psychophysiological stress research. *Interpreting: International Journal of Research and Practice in Interpreting* Vol. 2:1/2, pp. 231-249.

## 8 Webgraphy

<https://marielebert.wordpress.com/2016/11/02/translation/> last visited on September 29th, 2017

[http://multi-languages.com/interpretations-shtml/interpreters\\_competencies-shtml/](http://multi-languages.com/interpretations-shtml/interpreters_competencies-shtml/) last visited on September 29th, 2017

<https://www.truity.com/career-profile/interpreter-or-translator> last visited on September, 29th, 2017

<http://www.who.int/en/> last visited on September 29th, 2017

<http://www.heart.org> last visited on September 29th, 2017

<http://www.topendsports.com> last visited on September 29th, 2017

<https://www.forbes.com/pictures/feki45eidhi/the-10-most-stressful-jo/#ba7a53e437fc> last visited on September 29<sup>th</sup>, 2018

<http://www.polygraph.org/> last visited on September 29th, 2017

## 9 Other Visited Websites

<https://www.onehourtranslation.com/translation/blog/history-translation>

<http://www.uscourts.gov/services-forms/federal-court-interpreters/interpreter-skills>

[http://multi-languages.com/interpretations-shtml/interpreters\\_competencies-shtml](http://multi-languages.com/interpretations-shtml/interpreters_competencies-shtml)

<http://www.govtirl.org/skills/interpretationSLDsapproved.htm>

[http://www.scholarpedia.org/article/Speech\\_emotion\\_analysis](http://www.scholarpedia.org/article/Speech_emotion_analysis)

<http://www.polygraph.org/>

<http://www.briancalkins.com/HeartRate.htm>

[http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/KnowYourNumbers/Understanding-Blood-Pressure-Readings\\_UCM\\_301764\\_Article.jsp#.WOJM3DsrLIU](http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/KnowYourNumbers/Understanding-Blood-Pressure-Readings_UCM_301764_Article.jsp#.WOJM3DsrLIU)

[http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/GettheFactsAboutHighBloodPressure/All-About-Heart-Rate-Pulse\\_UCM\\_438850\\_Article.jsp#.Wcz7g2iPLIV](http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/GettheFactsAboutHighBloodPressure/All-About-Heart-Rate-Pulse_UCM_438850_Article.jsp#.Wcz7g2iPLIV)

[www.flip.pt](http://www.flip.pt)

[www.linguee.pt](http://www.linguee.pt)

[www.wordreference.com](http://www.wordreference.com)

<http://tradutor.babylon-software.com/>

<https://en.oxforddictionaries.com/>

<https://www.microsoft.com>

## **10 Attachments**

### **1 First Experiment**

#### **1.1 Speech**

“Good Evening Everyone,

I’m here tonight to talk to you about Taizé Community. Probably most of you have never heard about it. So, I’ll try to explain it while sharing with you a little bit of my experience there.

Taizé Community is an ecumenical community in the region of Taizé in France. And what do I mean with that? Well, we call ecumenical to any effort made in order to unify Christians throughout the world. So, Taizé is a place where young people with different believes come together and share ideas. They can be Catholic, Evangelical, Orthodox, Jehovah's Witnesses, among others. Some people don’t even have a religion, or don’t believe in god and they go there anyway and share their thoughts. You don’t need to be a big religious person to go and enjoy Taizé.

I wouldn’t even consider myself a really religious person actually, I don’t believe in a lot of stuff that a religious person should. And I obviously don’t agree with a bunch of things that most religions support. But some of my friends decided to go and took me with them to this Community last summer. I didn’t know what to expect, I was curious but a bit afraid of what could happen and my idea of it was maybe the one you have right now. I thought that it probably would be a group of strange people coming together in a church, praying for most of the day. I really thought that it could be one of the most boring weeks of my life. It wasn’t.

In my opinion, Taizé is a great place for any of us because of its essence. I don’t know why but that place has something that can really help you feel good with yourself and with others.

The community itself lies in 3 important features: Joy, Simplicity and Mercy. And you can actually see them in little details while you are there.

Over 100,000 young people from around the world go to Taizé each year to pray, to share, and do communal work. That work is a big part of taizé too.

It is expected for everyone to have a job in Taizé, when you get there you can choose what your work will be for the week. And then you do it with a group of other people from different countries. You can choose cooking, serving food, washing the dishes, cleaning toilets, among others... and you can also choose not to do anything. No one will control if you have a work or not, and they respect if you don't want to do anything. That's the best thing in Taizé. You are not forced to do anything and no one judges you for anything. If you choose a job which you don't like, you can stop doing it or even try to do another one.

One of the best jobs you can have is to work in Oyak, which is the common area, it has a kind of coffee bar and a mini market where you can buy tissues, water, chips, coke, ice creams, and a lot of stuff like that. It's in Oyak that everyone comes together in the end of the day to sing, dance and talk. Another good thing about Oyak is the prices. In Taizé, since the workers are volunteers, no one gets money with it. You only pay exactly the amount they paid for the item you buy. I can tell you that I bought a normal size ice cream that was actually very good for 25 cents. Yes, that's true.

During the day, besides the working group you also have sharing groups. They divide you in the beginning of the week in multicultural groups. You can have people from anywhere in the world in your group. Then, every day you have a theme that a Brother presents to everyone, and then you are free to get out of the church and go and share ideas and opinions about it with your group. you can go anywhere you want and stay there for the time you want. Once again, if you don't go, no one will think twice about it. I still have contact with people from my group. We not only shared opinions, we played games, we took pictures, we got to know everyone a little bit better.

But you get to know different people at any time of the day and in a really easy way. Everyone in Taizé seems to be happy all the time, even when they are cleaning the toilets.

But you can and you should also take some time to be alone and to just allow yourself to think about things you don't have the time or even want to in your daily life. And you can do that there.

The actual area in Taizé is pretty big. It not only has the common areas where you sleep, pray and eat but it also has the Silence Garden. It is a huge garden with a river and a bridge and some waterfalls, it is a really awesome place where you don't have to remain silence actually, because once again, no one is actually making sure you do, but it is the place where you can go and just think.

The silence is actually a big part of Taizé. The prayers in Taizé are really different from whatever we are used to in our religions. The prayer, which is called a Taizé prayer is known internationally and is actually done everywhere, for example, in Porto there's one every month. But the original one is done there in the community and takes place in a dark church with only candle light while everyone sits in the floor. The prayer itself consists in sweet and calming songs that even though have lyrics written in a bunch of different languages are really easy to follow up. It also has 10 to 20 minutes of silence in the middle of the prayer that it is for you to think and reconsider everything that can be going on in your mind.

The simplicity in Taizé is present in every bit of the day. You sleep in tents, during the meals, you sit in long benches and there are no tables so you eat with the tray balanced in your knees, only use a spoon, no knives or forks are allowed, and even the food is really simple. That's probably the worst part of the experience, the food, but I can tell you it is worth every second.

I'm really sorry I can't show you any photos or videos because that way it would be easier for you to imagine it. But I really hope that it caught your attention a little bit. I know that probably you still have that idea about it being strange... I understand it! I believe that it is impossible for someone who hasn't been there to understand it. But I really suggest that if you can, or if you just feel you need to get away, just go there. It allows you to be with yourself and gives you time to put your ideas into place.

And my time has run out so I hope you enjoyed this brief presentation. If you have any questions, I will answer them now.

Thank you very much.”

## 1.2 Transcribed Interpretations

a)

“Boa tarde a todos,

Estou aqui hoje para vos falar sobre as comunicações Taizé. Provavelmente a maioria de vocês nunca ouviu disto portanto irei tentar explicar enquanto partilho com vocês um pouco da minha experiencia lá. A comunidade Taizé é uma comunidade(eh...) em França... e o que eu quero dizer com isto é que nós chama-mos ecumenical a qualquer é-forço feito para unir cristãos por todo o mundo portanto Taizé é um lugar onde pessoas jovens com diferentes crenças se juntam para partilhar ideias. Podem ser católicos, evangélicos, ortodoxos, testemunhas de jeová, entre outros. Algumas pessoas nem têm uma religião ou nem sequer acreditam em deus mas vão lá de qualquer maneira e partilham os seus pensamentos uns com os outros. Não é necessário ser uma pessoa religiosa para ir e disfrutar de Taizé. Eu nem sequer me consideraria uma pessoa religiosa, eu não acredito em muitas coisas que uma pessoa cristã deveria e obviamente não concordo com muitas coisas que os cristãos apoiam mas alguns dos meus amigos decidiram ir e levaram-me com eles para esta comunidade no verão passado. Eu não sabia o que esperar, estava curioso mas um pouco receoso do que poderia acontecer e a minha ideia sobre isso era provavelmente a que vocês têm agora. Pensei que fosse um grupo de pessoas estranhas que se juntassem numa Igreja a rezar durante a maior parte do dia. Realmente pensei que pudesse ser uma das semanas mais aborrecidas da minha vida mas não foi. Na minha opinião Taizé é... é um bom sitio para qualquer um de nós devido a sua essência. Eu não sei porque mas aquele local tem algo o que pode ajudar a sentir-se bem consigo próprio e com os outros. A comunidade em si (uh) assenta em três (uh) fundamentos. A felicidade, a simplicidade e a piedade e alias poderão ser visíveis em pequenos detalhes enquanto estão lá. Mais de 100 milhões de pessoas vêm de todo mundo e vão para Taizé para rezar, para partilhar e para fazer trabalho comunitário. Esse trabalho é uma grande parte do Taizé. Espera-se que toda a gente tenha um trabalho em Taizé. Quando chegam lá podem escolher qual será o seu trabalho durante a semana e depois realizam-no com um grupo de pessoas de outros

países. Podem escolher entre cozinhar, servir comida, lavar os pratos, lavar as casas de banho ou entre outras atividades. Também pode escolher não fazer nada. Ninguém... controla se tem um trabalho ou não e respeitam se não quiserem fazer nenhuma atividade, é a melhor coisa em Taizé. Não é forçado a fazer nada e ninguém o julga por nada. Se escolher um trabalho que não gosta poderá parar de o fazer e até mesmo experimentar outro. Um dos melhores empregos que poderá ter é um trabalho em Oyak que é a área comum. Tem uma espécie de um café e um mini-mercado onde podem comprar lenços, água, batatas fritas, gelados e bebidas e outras coisas como estas. É no Oyak que toda a gente se junta no fim do dia para cantar, dançar e conversar. E outras coisas boas sobre Oyak são os preços. Em Taizeq, uma vez que os trabalhadores são voluntários ninguém recebe trab... ninguém recebe dinheiro (uh) apenas pagam (uh) o preço exato do valor que pagam. Posso-vos dizer que comprei um gelado normal que até era bastante saboroso por apenas 25 cêntimos. Durante o dia para além dos grupos de trabalho também temos grupos de partilha. Dividem no início da semana em grupos multiculturais podem ter pessoas de qualquer sítio do mundo no seu grupo e depois todos os dias tem um tema que um Irmão apresenta para todos e depois tem a liberdade para sair da igreja e partilhar ideias e opiniões com o vosso grupo. Podem ir a qualquer lado, podem ir a qualquer lado que queira e ficar lá o tempo que queiram. Mais uma vez se não forem ninguém irá pensar duas vezes sobre isso. Ainda mantenho contacto com pessoas do meu grupo. Não só partilhamos opiniões, jogamos jogos e tiramos fotografias e ficamos a conhecer uns aos outros um bocadinho melhor mas também temos a oportunidade de conhecer pessoas diferentes a qualquer hora do dia de uma forma muito fácil. Toda a gente em Taizé parece estar alegre todo o dia até mesmo quando lavam as casas de banho. Mas podem e também deveriam tirar algum tempo para estar sozinhos e permitirem-se pensar sobre coisas sobre as quais não têm tempo ou não querem pensar na vossa vida quotidiana. Em Taizé esse é o melhor sítio para o fazer.

A área em Taizé é bastante grande não só tem as áreas comuns onde dormem, rezam e comem mas também tem o Jardim Silencioso. É um grande jardim com um rio e uma e uma ponte e algumas cascatas e é um sítio espetacular mas não têm que ficar em silêncio na verdade porque mais uma vez ninguém está lá para assegurar que o fazem mas é o tipo de local que poderão ir para pensar. O silêncio é uma grande parte do Taizé. Os... os rezadores de Taizé são bastante diferentes daqueles que estamos

habitados na nossa religião. A pessoa que reza que é chamado no Taizé de rezador é conhecido internacionalmente e em todo o lado. Por exemplo no Porto existe um todos os meses mas o original é feito lá na comunidade. Decorre numa igreja escura apenas com luzes de igrejas e toda a gente se senta no chão. O pregad... a oração em si (uh) consiste em canções doces e felizes que têm letras escritas em todos os idiomas mas que é muito fácil em seguir. Também tem um período de 10 a 20 minutos de silêncio no meio da oração que é tempo livre para pensar e reconsiderar tudo que poderá estar a acontecer na sua mente. Simplicidade no Taizé é apresentada em todos os bocados do seu... do seu dia. As tendas de dormir durante as refeições sentam se no chão e não existem mesas portanto comem com o tabuleiro sentado nos vossos joelhos e comem apenas com uma colher não são permitidos outros talheres e a comida também é bastante simples. (uh) Essa será a pior parte da experiencia será a comida mas será uma boa experiencia. Tenho pena não poder-vos mostrar algumas fotos ou vídeos porque dessa maneira (uh) seria muito fácil para vocês imaginar o que se passa em Taizé mas eu espero verdadeiramente que este pequeno discurso tenha... tenha captado o vosso interesse. Eu sei que provavelmente ainda têm essa ideia de ser algo estranho, eu compreendo. Acredito que será impossível para alguém que não esteve lá compreender. Mas eu sugiro verdadeiramente que se puderem ou se sentirem necessidade de sair que vão lá. Permite-vos para estar em contacto convosco e dá vos tempo para por as vossas ideias no lugar. E por falar em tempo o meu acabou, espero que tenham gostado desta pequena apresentação, se tiverem perguntas eu irei responder-lhas, obrigada. Muito obrigada.”

b)

“Boa Noite,

Estou aqui hoje para vos falar sobre a comunidade de Taizé. Provavelmente a maioria de vocês nunca ouviu falar desta comunidade assim vou tentar explicar e tentar explicar um pouco da minha experiencia que tive nessa comunidade. A comunidade de Taizé é uma comunidade de comuta na reg... E o que é que eu quero dizer com isto, bem nós chamamos Ihe ecuménica a qualquer esforço para uni... unibir... uni... os cristãos de todo o mundo. Taizé é um local onde as pessoas jovens com crenças distintas podem se juntar e partilhar as suas ideias. Podem ser católicas, evangélicas, ortodoxas, testemunhas de jeová, entre outros. Algumas pessoas nem sequer têm

nenhuma religião ou não acreditam em deus mas vão lá de qualquer modo e partilham as suas ideias uns com os outros. Não é necessário ser uma pessoa bastante religiosa para ir lá e apreciar o local. Eu nem sequer me considero uma pessoa verdadeiramente religiosa eu... eu não acredito em muitas coisas que as pessoas religiosas deveriam e obviamente eu não concordo com um monte de coisas que a maioria das pessoas religiosas apoiam. Contudo alguns... alguns dos meus amigos decidiram ir e levaram-me com eles para esta comunidade o verão passado. Não sabia o que esperar, estava com curiosidade mas também um pouco amedrontado e receio do que poderia acontecer. A ideia que eu tinha é a ideia que provavelmente vocês também terão agora. Pensei que talvez fosse um grupo de pessoas estranhas que se juntavam numa igreja a rezar durante quase todo o dia. Pensei realmente que... que talvez fosse um dos fins de semana mais aborrecidos de toda a minha vida. Bem não foi, de facto não foi. Na minha opinião Taizé é um local excepcional para qualquer pessoa por causa da sua essência. Não sei porque mas esse local tem algo que pode realmente ajudar al. uma pessoa sentir-se bem consigo própria e com os outros. A comunidade em si (uuhhh) assenta em 3 aspetos importantes, alegria, simplicidade e compaixão. E consegue-se encontrar isso em pequenos detalhes... Mais de 100 pessoas jovens de todo o mundo vão para Taizé todos os anos para rezar, para rezar, para partilhar e para fazer trabalho comunitário. Esse trabalho é uma grande parte do que se faz em Taizé também. Espera-se que todos tenham uma função em Taizé. Quando se chega a Taizé pode-se escolher qual é a função que quer... que cada um quer ter durante o fim de semana ou durante a semana e faz-se com pessoas de todo o mundo. Pode seleccionar cozinhar, servir comida, (tss) lavar os pratos, brin... etc. Pode-se também escolher não fazer nada. Ninguém vai controlar se as pessoas estão a fazer algo ou não e respeitam a ideia... respeitam a vontade de não fazer nada. Não ser forçado nada em Taizé e ninguém o julga por nada. Se escolhe uma atividade ou uma função que não gosta pode de a real. de a fazer e escolher outra. Uma das melhores atividades que se pode fazer é em Oyak, a área comum. Tem uma espécie de de cafetaria e um pequeno mercado onde se pode comprar guardanapos, água, batatas fritas, coca-cola e outras coisas assim. Em Oyak toda a gente se junta ao fim do dia para cantar, dançar e conversar. Outra coisa boa sobre Oyak são os preços. Em... em Taizé uma vez que os trabalhadores são voluntários ninguém é pago por isso. Portanto pago exatamente o preço que, que lhes custou os bens. Eu comprei, por exemplo, um gelado... um gelado de tamanho normal apenas por 25 cêntimos. Durante o dia para além do trabalho em grupo também havia grupos de

partilha. Uhhh... no início da semana as pessoas são divididas em grupos multiculturais, podem ficar nesses grupos com pessoas de todo o mundo. Então todos os dias há um, há um tema que o Irmão apresenta a todos e a partir daí são livres de sair da igreja e partilhar as ideias e opiniões com o grupo. Pode-se ir a qualquer lado, pode-se ir a qualquer lado que se queira e ficar lá durante todo o tempo que se quiser. Mais uma vez se não forem ninguém vai julgar-lho por isso. Eu ainda hoje tenho contacto com as pessoas do meu grupo. Não partilhamos só opiniões mas também jogamos jogos, tiramos fotografias juntos e ficamos a conhecer-nos um, um bocadinho melhor. E além disso conhecemos pessoas diferentes durante todo o dia de maneira muito fácil. As pessoas estão sempre felizes em Taizé mesmo quando estão a limpar a casa de banho. E também é possível e é recomendável retirar-se e passar algum tempo sozinho e pensar sobre as coisas que não se tem tempo de pensar ou que não, sobre as quais não se quer pensar no dia a dia. Taizé é o melhor local para o fazer. Uh, o espaço em Taizé é bastante grande, não existe só a área comum onde se dorme, reza e come mas é também o Jardim do Silêncio. É um jardim enorme com um rio e uma ponte e algumas casca... quedas de água e é um sítio espetacular ondeeee... onde não tem, não se tem que ficar em silêncio na verdade porque ninguém está lá (riso ligeiro) para verificar se estão a fazer barulho ou não mas é um local bom para se visitar e aproveitar para pensar. Este jardim é uma grande parte de Taizé. As rezas que se fazem em Taizé são muito diferentes das outras religiões. A reza que se chama de facto a prece Taizé é feita em toda a parte. Por exemplo no Porto há uma sessão todos os meses. Mas a original é realizada nessa comunidade. É realizada numa igreja escura com pouca luz só com a luz das velas e toda a gente se senta e reza. Há músicas doces e calmas escritas em várias línguas mas que são fáceis de seguir, de acompanhar. Além de ter, disso tem 20 ou 30 minutos de silêncio entre cada oração de modo a pessoa ter tempo para meditar e pensar sobre o que se passa na sua cabeça. A simplicidade em Taizé é a apresentada em todos os aspetos do dia-a-dia, As tendas onde se dorme durante (uhhh) as horas da refeição de facto a pessoa sente, não há bancos então a pessoa senta-se com o taboleiro equilibrado nos joelhos. Come-se com uma colher, a comida também é simples e não se pode usar faca nem garfo. Essa é a pior parte da experiência, a comida, mas posso vos dizer que mesmo assim vale a pena. Tenho muita pena que não vos poder mostrar fotos ou vídeos hoje de Taizé porque dessa maneira era muito mais, era muito mais fácil vocês imaginarem o que se passa em Taizé. Eu espero queeee... este discurso vos tenha chamado à atenção. Sei que provavelmente vocês ainda tem aquela ideia que é um

pouco estranho e eu compreendo. Eu acredito que é impossível alguém que nunca lá esteve entender. Mas eu... mas eu na verdade sugiro que se puderem ou se precisarem escapar, deveriam ir lá. Permite-vos para estar com vocês próprios e dá tempo para por as vossas ideias no lugar. E por falar e tempo o meu está a acabar por isso espero que tenham apreciado esta breve apresentação e se tiverem algumas... algumas perguntas poderei responder agora. Muito obrigada.”

c)

“Boa noite a todos,

Estou aqui hoje para falar sobre a comunidade Taizé. Provavelmente a maior parte de vocês nunca terão ouvido falar portanto vou tentar explicar enquanto partilho com vocês um pouco da minha experiencia. A comunidade Taizé ecumanitaria na região de Taizé, em França. E o que eu quero dizer com isto bem, nós chama-mos ecuménico, a qualquer esforço feito para unificar cristãos em todo o mundo portanto Taizé é um sítio onde jovens com crenças diferentes se juntam e partilham ideias. Podem ser católicos, evangélicos, ortodoxos, testemunhas de jeová, entre outros. Algumas pessoas nem sequer têm uma religião ou não acreditam em Deus. Vão lá de qualquer das formas e partilham os seus pensamentos uns com os outros. Não precisam de ser pessoas religiosas para irem e apreciarem Taizé. Eu nem sequer consideraria uma pessoa muito religiosa. Não acredito em muitas coisas que uma pessoa religiosa deveria acreditar e obviamente não concordo com um monte de coisas que a maior parte das religiões apoiam. Mas alguns dos meus amigos decidiram ir e levaram-me com eles para esta comunidade no verão passado. Não sabia o que esperar. Estava curioso mas com algum medo do que poderia acontecer. E a minha ideia era talvez aquela que vocês têm agora. Pesei que provavelmente seria um grupo de pessoas estranhas a juntarem-se numa igreja, a rezar a maior parte do dia. Pensava que podia ser uma das semanas mais aborrecidas da minha vida mas não foi. Na minha opinião, Taizé é um sítio excelente para qualquer um de nós por causa da sua essência, não sei porquê mas aquele sitio tem algo que pode-nos ajudar a sentirmo-nos bem com nós próprios e com outros. A comunidade em si tem três características importantes, alegria, simplicidade e misericórdia. E podemos ver-lhos em pequenos detalhes enquanto lá estamos. Mais de 100 mil jovens vêm de todas as partes do mundo e vão a Taizé todos os anos para rezar, para partilhar e para fazer trabalho comunitário. Esse trabalho é uma parte de Taizé

também. É esperado que toda a gente tenha trabalho em Taizé. Quando lá chegamos podemos escolher qual vai ser o nosso trabalho durante a semana e depois fazemos esse trabalho com um grupo de outras pessoas de países diferentes. Podemos escolher, cozinhar, servir comida, lavar loiça, limpar sanitas, entre outras coisas e também podemos escolher não fazer nada. Ninguém vai controlar se temos trabalho ou não e respeitam se não quisermos fazer nada. Essa é a melhor coisa em Taizé, não somos forçados em fazer nada e ninguém nos julga por nada. Se escolhermos ser um trabalho que não gostamos podemos parar e parar e fazer ou experimentar um diferente. Um dos melhores trabalhos que podemos ter é trabalhar em Oyak que é a área comum. Tem uma espécie de café e bar e um minimercado onde se pode comprar lenços, água, batatas fritas, coca-cola, gelado e muitas coisas desse género. É em Oyak que toda a gente se junta ao final do dia para cantar, dançar e falar. Outra coisa boa em Oyak são os preços. Em Taizé os trabalhadores do sistema são voluntários. Ninguém recebe dinheiro, só pagamos exatamente a mesma quantia que eles pagaram pelo item que estamos a comprar. Posso vos dizer que eu comprei um gelado de tamanho normal que por acaso era muito bom só por 25 cêntimos. Durante o dia para além dos grupos de trabalho também temos grupos de partilha, dividem-nos no início da semana em grupos multiculturais. Podem haver pessoas de qualquer parte do mundo num grupo. Depois todos os dias temos um tema que um Irmão apresenta a toda a gente e depois somos livres de sair da igreja e ir partilhar ideias e opiniões com o grupo. Podemos ir a qualquer lado, podemos ir a qualquer lado que queiramos e ficar lá o tempo que quisermos. Mais uma vez se não forem ninguém pensa demasiado sobre isso. Ainda tenho contacto de algumas pessoas do meu grupo. Não só partilhamos opiniões mas também jogamos, tiramos fotografias e conhecemo-nos um pouco melhor. Mas conhecemos pessoas diferentes em qualquer altura do dia de uma forma muito fácil. Qualquer pessoa em Taizé parece estar sempre feliz mesmo quando estão a limpar a retretes. Nós podemos e devíamos também reservar algum tempo para estarmos sozinhas e permitirmo-nos pensar sobre coisas que não temos tempo ou sobre as quais não queremos pensar nas nossas vidas do quotidiano e Taizé é o melhor sítio para o Fazer. A área em si de Taizé é muito grande, não só tem as áreas comuns onde se dorme, reza e come mas também tem o Jardim do Silêncio. É um jardim enorme com um rio e uma ponte e algumas cascatas e é um sítio muito bom onde não, por acaso não temos de manter o silêncio porque mais uma vez ninguém está a certificar-se que o fazemos mas é o tipo de sítio onde podemos ir e pensar. O silêncio é uma grande parte

de Taizé. As orações em Taizé são muito diferentes de o que quer que seja que estamos habituados na nossa religião. A oração que na verdade se chama uma oração de Taizé é conhecida internacionalmente e é feita em todo o lado, por exemplo, no Porto há uma todos os meses mas a original é feita lá na comunidade. Ocorre numa igreja escura só com luz de velas e toda a gente se senta no chão. A oração em si consiste em canções doces e calmas que embora tenham letras escritas em várias línguas são muito fáceis de acompanhar. Também tem 10 a 20 minutos de silêncio no meio a oração que é para pensar-mos e reconsiderar-mos tudo que pode estar a passar-se nas nossas mentes. A simplicidade em Taizé é apresentada em todos os aspetos do dia. Dormimos em tendas, durante as refeições sentamo-nos em bancos compridos e não há mesas portanto comemos com o tabuleiro apoiado nos joelhos. Só se usa uma colher, não há facas nem garfos e até a comida é muito simples. Essa é provavelmente a pior parte da comida, é a comida, mas posso vos dizer que vale a pena cada segundo. Lamento não vos poder mostrar umas fotos ou vídeos hoje porque assim seria muito fácil vocês imaginarem o que se passa em Taizé mas espero que este bocadinho de discurso tenha captado a vossa atenção. Eu sei que provavelmente anda têm essa ideia sobre ser estranho e eu endento. Eu acredito que é impossível alguém que nunca lá esteve entender mas sugiro que, se puderem, ou se sentirem a necessidade escapar devam simplesmente ir. Permite-vos estar com vocês próprios e dá vos tempo para por as ideias no sítio. E por falar em tempo o meu acabou mesmo agora portanto espero que tenham gostado desta breve apresentação, se têm algumas perguntas vou responder-lhas agora. Muito obrigada.”

d)

“Boa noite a todos,

Então hoje estou aqui para falar sobre... comunidade... a maior parte das pessoas nunca ouviu falar sobre isto so vou tentar explicar enquanto partilhar convosco (uh) enquanto um bocadinho da minha experiencia da lá. Esta comunidade é uma comunidade da França... E o que é que eu quero dizer com isto é que... (omissão) então Taizé é um lugar onde pessoas jovens com diferentes (uh) crenças juntam-se e partilham ideias. Podem ser católicos, evangélicos, ortodoxos, jeovás, entre outros. Algumas pessoas não têm sequer religião ou não acreditam em deus... Mas continuam lá e partilham as suas opiniões com todos. Não perceber ser uma grande pessoa religiosa para ir lá e apreciar Taizé. Eu nem considero-me uma pessoa religiosa, não acredito em

muitas coisas (uh) não acredito em muitas coisas que uma pessoa religiosa devia mas claro que não concordo que... que a maior parte das razões se partam... Mas a maior parte dos meus amigos decidiram ir e eu fui com eles o verão passado. Eu não sabia o que esperar, estava curioso mas um bocadinho com medo do que estava a minha espera. A minha ideia disto é aquela ideia que provavelmente vocês estão a ter agora. Eu pensei que seria um grupo de pessoas estranhas a juntar-se numa igreja, rezar a maior parte do dia. Eu pensei mesmo que seria uma das semanas mais secantes da minha vida. Bem não foi. Na minha opinião Taizé, foi... é um grande lugar para qualquer pessoa de nós por causa da sua essência. Não sei, não sei porque mas aquele lugar é um lugar que faz as pessoas sentirem-se bem com si próprias e com os outros. A comunidade (uh) assenta-se em três... (uh)... diversão simplicidade e misericórdia e conseguimos vê-los em pequenos detalhes enquanto estamos lá. Mais de 2 mil jovens vêm de diferentes partes do mundo e vão para Taizé para rezar, para partilhar e para fazer trabalho comunitário. Esse trabalho é uma grande parte do trabalho de Taizé. É esperado que toda a gente tenha um trabalho no Taizé. Quando chegamos lá podemos... podemos... podemos... escolher qual será o nosso trabalho para a semana e depois fazemos com um grupo de pessoas. Podemos escolher servir comida, (uh) lavar a loiça (uh), limpar a casa de banho e (uh) cozinhar e outras coisas ou então pode escolher não fazer nada. Ninguém irá controlar se tens um trabalho ou não (uh) e respeitam se não queres fazer nada, é a melhor coisa de Taizé, não és forçado a fazer nada e ninguém te julga por nada. Se escolheres um trabalho que não gostes para faze-lo ou escolher um outro. Quais são um dos melhores que podes ter é o do Yak que era a área comum. É tipo um café com... num... pequeno supermercado onde podes comprar coca-cola, gelado, papel, outras coisas como estas. É aqui no Oyak que toda a gente se junta no fim do dia para dançar, falar... outra boa coisa do Yak é... são os preços. (uh) uma vez que são... então desde que os... somos todos voluntários. Ninguém paga. Posso dizer que comprei um... um gelado por 20 centimos e foi muito bom. Temos também grupos de partilha durante o dia. E dividimos no início da semana em grupos multiculturais e temos pessoas das pesso... de todas as partes do mundo. E depois o Irmão apresenta-se a todos e depois podes sair da igreja eeee.... Partilhar ideias com o teu grupo e podes ir a qualquer lado... que queiras e ficar lá o tempo que queiras. Mais uma vez não... se não quiseses ir ninguém pensará duas vezes sobre isso. Ainda tenho contacto com pessoas do meu grupo. Não partilhamos apenas opiniões mas também jogamos jogos, tirar fotos eee.... Conhecemos um bocadinho melhor mas conhecemos aa... em todo o dia em

todo... mesmo quando estamos a limpar as sanitas. Mas também devemos tirar algum tempo para ficar sozinhos e permitir a nós próprios a pensar em coisas que não temos ou que não queremos mesmo pensar no nosso dia-a-dia e Taizé é o melhor lugar para o fazer. A área do Taizé é muito grande, não tens só as áreas comuns onde comes, dormes e rezas mas também tem um.. um jardim com... com cascatas e pontes... pontes onde... e é um sítio que não tens que estar em silêncio porque ninguém está lá a ver se estás calado ou não. É o tipo de lugar que podes ir lá e ficas a pensar e é uma grande parte de taizé. Os oradores de Taizé são muito diferentes daquilo que estamos habituados na nossa religião. Os oradores que são os chamados oradores de Taiez são... têm então todos os lados do mundo. No Porto há um por mês mas o original é feito na comunidade e situa-se numa... numa igreja escura apenas com... com velas e toda a gente se senta no chão. E baseia-se em letr... em músicas (uh) doces e são muito fáceis de seguir. E também temos alguns minutos de silêncio no meio da oração para podermos refletir sobre tudo aquilo se tem passado na nossa vida. A simplicidade do Taizé é apresentada em... qualquer dia... qualquer parte do nosso dia. Durante as nossas refeições (uh) não há mesas por isso nós pomos o tabuleiro nos nossos joelhos e não há colheres. Isso provavelmente é a pior parte da experiência a comida mas posso vos dizer que vale (uh) vale... todos os segundos. Desculpem que não vos posso mostrar algumas fotos hoje porque dessa maneira seria muito mais fácil para vocês imaginar o que se passa em Taizé mas eu espero que vocês este meu discurso tenha... tenha apanhado a vossa atenção. Eu sei que vocês têm a mesma ideia que é estranho e eu acho que é impossível para alguém que nunca tenha estado lá entender mas eu sugiro que se... se podem ou se têm a necessidade deeee... de sair para irem lá. Da-vos tempo para por as vossas ideias no lugar. Ai por falando no tempo o meu acabou de acabar. Espero que tenham gostado desta pequena apresentação, se tiverem alguma questão irei responder-lhas agora. Muito obrigada.”

e)

(Início do discurso em falta – silêncio prolongado)

“A comunidade de Taizé é (uh) uma... naaa.... Na região de Taizé na França. E o que é que eu quero dizer com isso? Bem, chamamos a... a qualquer esforço de unificar os cristãos à volta do mundo. Então Taizé é um sítio onde as pessoas com diferentes crenças se juntam e partilham ideias. Podem ser católicas, evangélicas, ortodoxas,

testemunhas de Jeová, entre outras. Algumas pessoas nem sequer têm religião ou não acreditam em Deus mas vão lá na mesma e partilham os pensamentos uns com os outros. Não precisam de ser uma pessoa religiosa para ir e disfrutarem de Taizé. Eu nem me considero uma pessoa muito religiosa. Não acredito em muita coisa que uma pessoa religiosa devia acreditar e obviamente não concordo com muitas coisas que muitos religiosos apoiam. Mas muitos dos meus amigos decidiram ir e levaram-me com eles no verão passado. Eu não sabia o que esperar, estava curioso mas com algum receio do que podia acontecer e a minha ideia disso eraaa... talvez a que vocês têm agora. Eu pensava que provavelmente era um grupo de pessoas estranhas que se iam juntar numa igreja a rezar durante a maior parte do dia. Eu pensei mesmo que ia ser uma das semanas mais aborrecidas da minha vida mas não foi. Na minha opinião Taizé é um bom sítio paraaa... para todos nós por causa da sua essência (tsss). Não sei porquê mas esse sítio tem algumas coisas que podem fazer sentir bem connosco e com outros. A comunidade em si (uh) tem 3 questões importantes (uh)... felicidade, simplicidade e misericórdia e conseguimos vê-las em pequenos detalhes enquanto estamos lá. Uh mais de 100 mil pessoas vêm de várias partes do mundo e vão a Taizé para rezar, para partilhar e para fazer trabalho comunitário. Esse trabalho é uma grande parte de Taizé também. Espera-se que toda a gente tenha trabalho em Taizé. Quando chegamos lá podemos escolher qual é que vai ser o nosso trabalho para o resto da semana e então fazemos com um grupo de outras pessoas de outros países. Podemos escolher cozinhar, servir comida, lavar os pratos, limpar as... as casas de banho, entre outros. E também podemos escolher não fazer nada. Ninguém vai controlar se temos trabalho ou não. Eles respeitam se não quisermos fazer nada. Essa é a melhor coisa em Taizé, não é... não somos forçados em fazer nada e ninguém nos julga por nada. Se escolhermos um trabalho que não gostamos podemos parar de fazê-lo e tentar um diferente. Um dos melhores trabalhos que podemos fazer é trabalhar em Oyak que é a área comum. Tem uma espécie de... de café e um minimercado onde podemos comprar guardanapos, coca-cola, gelados e outras coisas assim. É É em Oyak que toda a gente se junta ao fim do dia para cantar, dançar e falar. E aaa... coisa boa em Oyak são os preços. Taizé... como os trabalhadores são voluntários, ninguém ganha dinheiro com isso. Pagamos exatamente o... o que eles pagaram pelo item que compramos. Posso dizer-vos que eu comprei um gelado de tamanho normal que por acaso era muito bom por apenas 25 centimos. Durante o dia além do grupo de trabalho também temos grupos de partilha e dividem-nos em... no princípio da semana em grupos multiculturais. Podemos ter várias

peessoas de várias partes do mundo e todos os dias temos um tema que um Irmão apresenta a toda a gente e temos a liberdade de ir... ir a igreja e partilhar ideias e opiniões com o nosso grupo. Podemos ir a todo o lado. Podemos ir a todo o lado que queiramos e ficar lá o tempo que quisermos. Mais uma vez se não formos ninguém vai pensar duas vezes sobre isso. Eu ainda tenho contacto com pessoal do meu grupo. Partilhamos não só opiniões mas também jogamos jogos, tiramos fotos e ficamos a conhecer-nos um bocado melhor. Mas também ficamos a conhecer pessoas novas durante outras partes do dia de uma maneira mesmo fácil. Toda a gente em Taizé parece estar mesmo contente mesmo quando estão a limpar as casas de banho. Mas também podemos e devemos tirar algum tempo para ficar sozinhos eee... permitir a nós próprios pensar e (uh)... e pensar sobre a nossa vida diária. Taizé é o melhor sitio para fazer isso. Uh... a área de Taizé é bastante grande, tem as áreas comuns onde dormimos, rezamos e... mas também temos o Jardim de Silêncio. É um jardim gigante com alguns... com um rio e é um sítio muito agradável onde devemos ficar em silêncio, porque mais uma vez ninguém se está a assegurar de que fazemos. Mas é um sítio que podemos ir e pensar. O silêncio é uma parte grande de Taizé. Os sítios de Taizé são muito diferentes do que estamos habituados na nossa religião. Umaaaa... uma reza de Taizé é internacional e é conhecida em todo o lado. Por exemplo no Porto existe uma todos os meses mas a original é feita na comunidade lá. Acontece numa igreja escura com à luz das velas onde toda a gente se senta no chão. A reza consiste em... em canções agradáveis e que têm letras escritas em muitas linguagens. São muito fáceis de seguir. Tem também um 10 a 20 minutos de silêncio a meio da reza que servem para nós pensar-mos e reconsiderar-mos tudo o que possaaa... se estar a passar na nossa cabeça. Uh... dormimos em tendas e durante as refeições sentamo-nos em... em... em cadeiras grandes e comemos com a... com o tabuleiro nos... nos... no colo. E... e a comida é muito simples. É provavelmente a parte pior da experiência, a comida. Mas posso dizer-vos que vale cada segundo. Lamento muito não poder mostrar-vos muitos... alguns vídeos ou fotos hoje mas e desta maneira ia ser fácil imaginar do que.. o que se passa em Taizé mas eu espero que este discurso pequeno tenha apanhado a vossa atenção. Sei que vocês provavelmente têm essa ideia de ser estranho, eu percebo. Eu acredito que é impossível para alguém que não esteve lá, para perceber. Mas sugiro que se puderem ou se... se sentirem a necessidade de fugir de... irem lá. Permite-vos estarem com vocês próprios e por as ideias em... por as ideias no sítio. E... por falar em tempo o meu

acabou então espero que tenham disfrutado desta pequena apresentação e se tiverem questões eu vou responde-las agora. Muito obrigado.”

f)

“Boa tarde senhoras e senhores,

Estou aqui hoje para falar sobre a comunidade Taizé. Provavelmente a maioria não ouviu falar por isso eu vou tentar explicar enquanto partilho com vocês um bocadinho da minha experiencia nessa comunidade. Taizé community, é uma comunidade ecu... na região de Taizé em França. E o que eu quero dizer com isso nós chamamos acumanical a qualquer esforço feito para unificar cristãos a... ao redor do mundo. Taizé é um lugar onde pessoas jovens com diferentes crenças vêm... partilham ideias. Podem ser católicos, evangélicos, ortodoxos, testemunhas de jeová, entre outros. Algumas pessoas nem sequer têm religião ou não acreditam em Deus mas vão lá na mesma e partilham os seus pensamentos com outras pessoas. Não temos de ser uma pessoa muito religiosa para ir e apreciar Taizé. Eu nem me considerava uma pessoa muito religiosa. Eu não acredito em muitas coisas que uma pessoa religiosa devia acreditar e obviamente não concordo num conjunto de coisas que muitas religiões acreditam. Mas alguns dos meus amigos decidiram ir e levaram-me para essa comunidade no verão passado. Eu não sabia o que esperar. Estava curioso mas também um bocadinho receoso no que podia acontecer. E a minha ideia sobre isso era talvez aquela que nós... que vocês possam estar a ter agora. Pensava que seria um grupo de pessoas estranhas a reunirem-se numa igreja a rezar todo o dia. Realmente pensava que podia de ser uma das coisas mais aborrecidas da minha vida e apercebi-me que não foi. Na minha opinião Taizé é um lugar excelente para quaisquer pessoas por causa da sua essência. Não sei porquê mas esse lugar tem algo que pode-nos ajudar a sentir bem com nos próprios e com outras pessoas. A comunidade em si tem 3 importantes... 3 importantes factos: felicidade, simplicidade e compaixão. Podemos ver isso em pequenos detalhes enquanto estamos lá. Cerca de 100 mil pessoas vêm de... vêm de vários lugares do mundo e vão para Taizé de todo o mundo, todo o dia para rezar, partilhar e fazer trabalho comunitário. Esse trabalho é uma grande parte de Taizé. É espera-se que todos tenham um trabalho em Taizé. Quando lá chegamos podemos escolher o que é que o nosso trabalho vai fazer para toda aquela semana e depois fazemos isso com um grupo de várias pessoas de todos os países. Podemos escolher cozinhar, servir comida, lavar os

pratos, lavar casas de banho, entre outros. E podemos escolher não fazer nada. Ninguém controla se temos trabalho ou não e respeitam se não queremos fazer nada. Essa é a melhor coisa sobre Taizé, não somos forçados a fazer nada e ninguém nos julga por nada. Se escolhermos um trabalho que não gostamos podemos parar de fazer ou até mesmo tentar outro. Um dos melhores trabalhos que podemos ter é um trabalho em Oyak que é a área comum. Tem um bar e um minimercado onde podemos comprar água, batatas fritas, coca-cola, gelado e entre outras coisas. É em Oak que toda a gente se reúne no final do dia para cantar, dançar e conversar. Uma coisa boa sobre Oyak é os seus preços. Em Taizé já que os trabalhos são de voluntariado ninguém recebe dinheiro e pagamos toda a quantia exata sobre o item que compramos. Posso vos dizer que comprei um gelado de tamanho normal que era muito bom por acaso, apenas por 25 centimos. Durante o dia fora o trabalho de grupo também temos grupos de partilha. No início da semana separam-nos em diferentes grupos em que podemos ter várias pessoas de vários lugares do mundo no nosso grupo. Todo o dia temos algo que um Irmão nos apresenta e depois somos livres para sair da igreja e partilhar ideias e opiniões com o nosso grupo. Podemos ir a qualquer lugar. Podemos ir a qualquer lugar onde queremos ir e ficar lá o tempo que quisermos. Mais uma vez se não formos ninguém vai pensar nada sobre isso. Eu ainda tenho contacto com algumas pessoas do meu grupo. Não só partilhamos opiniões mas também jogamos, tiramos fotografias e conhecemo-nos melhor. Mas também podemos conhecer várias pessoas de todas as formas e de maneiras muito fáceis. Todas as pessoas no Taizé parecem felizes todos os dias mesmo quando estão a limpar as casas de banho. Mas podemos e devemos ter algum tempo para nós mesmos e permitir-nos que pensemos sobre coisas que nós regularmente não temos tempo para pensar. Taizé é o melhor lugar para fazer isso. A área em Taizé é muito grande, não só tem as áreas comuns onde podemos dormir, comer e rezar mas também temos o Jardim Silencioso. É um jardim gigante com um lago e uma ponte e algumas cascatas e é um lugar muito incrível onde não temos que ficar calados por acaso porque mais uma vez ninguém nos está a garantir que nós ficamos calados. Mas é um lugar onde podemos ir e refletir. O silêncio até é uma característica muito... muito própria de Taizé. Taizé é um lugar muito diferentes daqueles lugares religiosos que estamos habituados. Uh... A reza do Taizé é feita em todo o lado, por exemplo, no Porto há uma todos os meses mas a original é feita lá na comunidade e toma lugar num lugar com muito escuro à luz das velas onde toda a gente se senta no chão. A reza em si mesmo consiste em músicas calmas e apesar de ter letras escritas em várias línguas são

bastante fáceis de seguir. Também tenho uma... uma parte de silêncio para... onde podemos aproveitar para agradecer e para refletir aquilo que está a correr pela mente. A simplicidade de Taizé é apresentada em todos os aspetos do nosso dia-a-dia. Dormimos em tendas, durante os almoços sentamo-nos em bancos grandes e comemos com (uh) a placa no nosso... nos nossos joelhos, comemos com uma colher e a comida é bastante simples. Deve ser a pior parte da experiência, a comida mas posso dizer-vos que é merecedora. Lamento muito não poder-vos mostrar fotos ou vídeos porque dessa maneira seria muita for... seria muito fácil imaginar o que se passa em Taizé mas espero que este pequeno discurso possa... tenha chamado a vossa atenção. Sei que provavelmente ainda possam ter aquela ideia de ser algo estranho e entendo isso. Acredito que é impossível que alguém que ainda não tenha ido lá entenda o conceito do lugar mas sugiro que se puderem ou se tiverem alguma necessidade em ir então devam apenas ir. Permite-nos que podemos estar com nós próprios e podemos ter lugar para colocar tudo no lugar e já agora, já não tenho tempo para mais nada por isso espero que tenham gostado. Se tiverem algumas questões eu vou responde-las agora. Muito obrigado.”

g)

“Boa noite a todos,

Hoje estou para vos falar sobre a comunidade Taizé. Provavelmente a maior parte de vocês nunca ouviu. Eu vou vos tentar explicar enquanto vou partilhar a minha experiência. A Taizé community é uma comunidade em Taizé na França. Chamamos a um esforço feito para unificar cristãos. Em taizé é um lugar onde jovens com crenças diferentes vêm... (inaudível)... entre outros. Há pessoas que nem sequer têm religião ou nem sequer acreditam em Deus mas vêm de qualquer maneira e partilham os seus pensamentos com os outros. Não precisa de ser uma pessoa religiosa para ir e aproveitar Taizé. Eu próprio nem sequer me considero uma pessoa religiosa. Eu não acredito em muitas coisas que uma pessoa religiosa acredita e obviamente... Mas alguns dos meus amigos decidiram ir e... Eu não sabia o que esperava, estava curioso mas um pouco com medo do que iria acontecer. A minha ideia era que talvez vocês têm agora. Eu pensei que provavelmente ia ser um grupo de pessoas desconhecidas que ficavam juntas na igreja a rezar a maior parte do dia. Eu pensei que realmente iria ser uma das semanas mais aborrecidas da minha vida mas não foi. Na minha opinião Taizé é um

lugar que... todos nós... Não sei porquê mas aquele lugar tem alguma coisa que faz nos sentir bem com nós e com os outros. A comunidade em si tem algumas particularidades, alegria simplicidade e... Vêm de todo o mundo e vão para Taizé para rezar, para partilhar e fazer trabalho comunitário. Esse trabalho é uma grande parte de Taizé. É esperado que todos têm um trabalho em Taizé. Quando chegamos lá pode escolher qualquer vai ser o teu trabalho para a semana. Fazemos isso com um grupo de outras pessoas de outros países, pode escolher entre cozinhar, servir comida, lavar os pratos, limpar as sanitas entre outras coisas. E podem também escolher fazer nada. Ninguém vai controlar-vos se estás com um trabalho ou não e eles respeitam se tu não quiseres fazer nada. É a melhor coisa de Taizé, não és forçado a fazer nada e ninguém te julga por nada. Se escolher um trabalho que não gostas podes parar ou até escolher um trabalho diferente. Um dos melhores trabalhos que podes ter é um trabalho em Oyak que é a área comum. É... tem um bar, um mini mercado onde podes comprar água, coca-cola, gelados e outras coisas. Em Oyak que toda todos estão juntos no final do dia para dançar, cantar e falar. Outra coisa boa em Oyak são os preços. Em Taizé visto que os trabalhadores são voluntários ninguém recebe e tu pagas o... exatamente o que eles pagaram para comprar. Posso vos dizer que comprei um gelado que era mesmo gostoso por 25 centimos. Durante o dia apesar do grupo de trabalho também tens o grupo de partilha. Somos divididos no início da semana em grupos multiculturais que podes ter pessoas de todo o mundo no grupo e durante o dia... Então podem sair da igreja e partilhar... com o teu grupo. Podes ir para qualquer lado. Podes ir para que lado quiseres e ficar o tempo que quiseres lá. Uma vez mais se tu não fores ninguém vai pensar duas vezes sobre isso. Eu tenho contacto de pessoas do meu grupo. Não só partilhamos opiniões como jogamos jogos, tiramos fotografias e ficamos a conhecer-nos um pouco mais. Ficas a conhecer pessoas de qualquer altura do dia de um modo fácil. (segmento incompreensível). Permite-nos pensar e pensar em coisas que não tens tempo ou nem sequer queres pensar no dia-a-dia. Em Taizé podes fazer-lo. A área de Taizé é bastante grande, não tem só as áreas comuns onde dormes, rezas e comes mas também tem o Jardim do Silêncio. É um jardim enorme com um rio... E é um lugar magnífico para... onde podes pensar. Mais uma vez ninguém está... É o tipo de lugar onde podes ir e pensar. O silêncio é uma grande parte de Taizé. Os oradores são diferentes do que estamos habituados... (segmento inaudível). Lá na comunidade e... (segmento inaudível). A simplicidade em Taizé é apresentada todos os bocados do dia. Durante as refeições, sentas-te em bancos e não há mesas então tens de comer com o tabuleiro nos

teus joelhos. Só podes usar colheres e não podes usar facas e garfos e a comida é muito simples. A comida é das piores experiencias mas posso dizer que vale todos os segundos. “

Nota: Devido ao baixo tom de voz do intérprete, o restante discurso encontra-se incompreensível, assim como alguns segmentos anteriores.

h)

“Boa noite a todos,

Eu estou aqui hoje para vos falar da comunidade de Taizé. Provavelmente a maior parte de vocês nunca ouviu falar sobre ela. Eu tentarei explicar enquanto partilho convosco um pouco da minha experiencia aí. A comunidade Taizé é uma comunidade atamenica na região de Taizé, na França. E o que é que eu quero dizer com isso. Nós chamamos ecuménica a qualquer esforço feito para unificar cristãos ao longo do mundo. Portanto Taizé é um local onde jovens com diferentes crenças se juntam e partilham ideias. Eles podem ser católicos, evangélicos, ortodoxos, jeovás, entre outros. Algumas pessoas nem sequer têm uma religião ou não acreditam em Deus. Eles vão lá de qualquer forma e partilham os seus pensamentos uns com os outros. Não precisa de ser muito religioso para ir e para aproveitar e disfrutar de Taizé. Nem sequer me consideraria uma pessoa muito religiosa. Eu não acredito em muita coisa que uma pessoa religiosa (uh) deveria e não acredito obviamente com algumas coisas que muitos religiosos apoiam mas alguns dos meus amigos decidiram ir e levaram-me com eles para esta comunidade no último verão. Eu não sabia o que haveria esperar, estava curioso mas com algum receio do que poderia acontecer. A minha ideia sobre o assunto é aquela que provavelmente vocês terão agora. Pensei que provavelmente seria um grpo de estranhos que se juntavam numa igreja a rezar durante a maior parte do dia. Eu pensei que poderia ser uma das semanas mais aborrecidas da minha vida mas não foi. Na minha opinião Taizé é um ótimo local para qualquer um de nós devido a sua essência. Eu não sei porque mas aquele local tem algo que nos faz sentir bem connosco e com os outros. A comunidade apoia-se em três importantes características: alegria, empatia e a misericórdia e podemos ve-lo em pequenos detalhes enquanto lá nos encontramos. Mais de 100 jovens que vêm de várias partes do mundo vão para Taizé todos os anos para rezar, para partilhar e para fazer trabalho comunitário. Esse trabalho

é uma grande parte de Taizé também. Espera-se que todos tenham um trabalho em Taizé. Quando chegamos lá podemos escolher o que é que o nosso trabalho será para a semana. E depois fazemos com um grupo de pessoas de outros países. Podemos escolher cozinhar, servir a comida, lavar os pratos, limpar casas de banho, entre outros. E também podemos escolher não fazer nada. Ninguém irá controlar se temos um trabalho ou não e respeitam se não queremos fazer nada. Essa é a melhor coisa de Taizé, não somos forçados em fazer nada e ninguém nos julga por nada. Se escolherem um trabalho que não gostam podem parar de fazê-lo ou tentar outro. Um dos melhores trabalhos que podemos ter é trabalhar em Oyak que é a área comum. Que tem uma espécie de bar e um minimercado onde podem comprar guardanapos, água, batatas, coca-cola, gelados, e outras coisas. É em Oyak que toda a gente se junta no final do dia para cantar, dançar e falar. E uma boa coisa sobre Oyak são os preços. Taizé uma vez que os trabalhadores são voluntários ninguém recebe dinheiro. Apenas pagamos o preço que eles pagaram pelo... pelo produto que eles compraram. Posso dizer-vos que comprei um gelado de tamanho normal que era bastante bom por apenas 25 cêntimos. Durante o dia para além do trabalho no grupo, também temos grupos de partilha. Dividem-nos no início da semana em grupos multiculturais e podemos ter pessoas de toda a parte do mundo no nosso grupo e depois todos os dias temos algo que um Irmão partilha com todos e depois temos a liberdade para sair da igreja e ir partilhar ideias e opiniões com o nosso grupo. Podemos ir a qualquer lado. Podemos ir a qualquer lado e ficar aí o tempo que queremos, uma vez mais se não for ninguém irá pensar duas vezes sobre isso. Eu ainda tenho contacto com pessoas do meu grupo. Não partilhávamos apenas opiniões mas também jogávamos jogos, tirávamos fotos e conhecemo-nos uns aos outros melhor. Mas podemos conhecer pessoas diferentes em qualquer hora do dia de uma forma bastante fácil. Toda a gente em Taizé parece estar feliz todo o tempo mesmo quando estão a limpar casas de banho. Mas pode e também devem tirar algum tempo para estar sozinhos e permitir-vos pensar sobre coisas que não tiveram tempo ou em que não querem pensar durante a vossa vida, durante o dia-a-dia e Taizé é o melhor lugar para o fazer. A área de Taizé é bastante grande, não apenas as áreas comuns onde dormimos, rezamos e comemos mas também temos um local de Silêncio que é um grande jardim com um rio e uma ponte e algumas cascatas e é um ótimo lugar onde não têm que permanecer em silêncio porque ninguém (uh) se está a certificar que o fazem mas é o tipo de local onde podemos ir e pensar. O silêncio é uma grande parte de Taizé. As rezas de Taizé são bastante diferentes daquilo que estamos habituados na nossa religião.

As orações são chamadas orações Taizé é conhecida internacionalmente, feita em todo o lado. Por exemplo, no Porto, existe uma todos os meses mas a original é feita lá na comunidade e ocorre numa igreja escura com apenas algumas luzes e toda a gente se senta no chão. A oração em si consiste em algumas canções comuns que têm (uh) as letras escritas em muitas línguas e que são fáceis de seguir. Também tem 20 a 30 minutos de silêncio a meio da oração que uso para pensarmos e reconsiderar-mos qualquer coisa que se possa estar a passar na nossa mente. A simplicidade de Taizé é... apresentada em... em cada parte do dia. Dormimos em tendas, durante as refeições sentamo-nos em bancos corridos e não existem, não existem mesas comemos com o tabuleiro nos nosso joelhos, usamos apenas uma colher, nada de garfos e mesmo a comida é muito simples. Isso é a provavelmente a pior parte da experiencia, a comida mas posso dizer-vos que vale cada segundo. Lamento não poder mostrar-vos nenhuma fotos ou vídeos hoje, desse modo seria fácil para vocês imaginarem o que se passa em Taizé mas espero que, que este pequeno discurso vos tenha chamado a atenção. Sei que provavelmente ainda têm essa ideia sobre ser estanho e eu percebo. Eu acredito que é possível para alguns que ainda não tenham estado lá seja difícil para entenderem mas sugiro que se puderem ou se sentirem a necessidade de sair devem ir lá. Permite-vos para estar convosco e da vos tempo para por as vossas ideias em ordem. E falando sobre tempo, o meu acabou por isso espero que tenham gostado desta apresentação e se tiveram qualquer questão eu estarei disposto a responder. Muito obrigado.”

### 1.3 Questionnaire

#### Mestrado de Tradução e Interpretação Especializadas

**Leia, por favor, com atenção, as seguintes instruções, antes de iniciar o seu trabalho.**

1. Preencha o quadro inicial com o n.º do seu aparelho. De seguida efetue a primeira medição e preencha o Valor Inicial da Tensão e Batimentos Cardíacos.

2. Verta para português o discurso proferido em inglês, em modo interpretação simultânea.
3. Imediatamente após verter o discurso para português, efetue uma segunda medição e preencha o Valor Final da Tensão e Batimentos Cardíacos
4. Responda, agora, às questões **1, 2 e 3**, selecionando apenas uma das opções em cada das alíneas.
5. Ouça a sua interpretação e responda às alíneas da questão **4**.
6. Ouça a interpretação de um(a) colega e responda às alíneas da questão **5**.

**Gratos pela colaboração!**

## Mestrado de Tradução e Interpretação Especializadas

**Nº. do Aparelho de Tensão:**

<b>Valor Inicial</b>	Tensão:
	Batimentos Cardíacos:
<b>Valor Final</b>	Tensão:
	Batimentos Cardíacos:

## 1 - Discurso

---

a) O discurso foi:

- Pouco extenso
- Normal
- Bastante Extenso
- Muito Extenso

b) O discurso foi:

- Simples
  - Algo Complexo
  - Complexo
  - Muito Complexo
- 

c) O discurso apresentava terminologia difícil?

- Sim
- Não

d) A velocidade do discurso foi:

- Lenta
  - Normal
  - Rápida
  - Muito Rápida
- 

e) O orador tinha uma dicção:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

## 2 - Questões Técnicas

- 
- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| a) A qualidade do som era:            | b) Notou alguma interferência no som? |
| <input type="checkbox"/> Má           | <input type="checkbox"/> Sim          |
| <input type="checkbox"/> Boa          | <input type="checkbox"/> Não          |
| <input type="checkbox"/> Bastante Boa |                                       |
| <input type="checkbox"/> Muito Boa    |                                       |

Se respondeu Sim na questão 2 – b), por favor indique se tal incómodos afetaram a sua prestação.

## 3 - Questões relacionadas com o Stress

- 
- |  |   |
|--|---|
| a) Sentiu (...) stress no início da sua prestação. | b) Sentiu (...) stress no final da sua prestação em comparação ao início. |
| <input type="checkbox"/> Nenhum                    | <input type="checkbox"/> Menos  |
| <input type="checkbox"/> Algum                     | <input type="checkbox"/> Mais   |
| <input type="checkbox"/> Bastante                  |   |
| <input type="checkbox"/> Muito                     |   |
- 
- |  |   |
|--|---|
| c) O stress, se sentido, afetou a sua prestação? | d) Utilizou alguma técnica para se sentir mais confortável durante a sua prestação? |
| <input type="checkbox"/> Sim                     | <input type="checkbox"/> Sim  |
| <input type="checkbox"/> Não                     | <input type="checkbox"/> Não  |

Se respondeu Sim na questão 3 – d), por favor indique qual/quais técnicas e de que maneira ajudaram.

## 4 – Relativamente ao seu trabalho de interpretação

---

a) A sua prestação foi:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

b) A sua entoação foi:

- Desadequada
- Pouco Adequada
- Adequada

---

c) Quantas hesitações registou durante a sua prestação?

- Muito poucas
- Poucas
- Bastantes
- Muitas

d) Quantos segmentos inacabados registou?

- Muito Poucos
  - Poucos
  - Bastantes
  - Muitos
- 

## 5 – Relativamente ao trabalho do(a) colega

---

a) A prestação foi:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

b) A entoação foi:

- Desadequada
- Pouco Adequada
- Adequada

---

c) Quantas hesitações registou durante a prestação?

- Muito poucas
- Poucas
- Bastantes
- Muitas

d) Quantos segmentos inacabados registou?

- Muito Poucos
  - Poucos
  - Bastantes
  - Muitos
- 

**Gratos pela colaboração!**

## 2 Second Experiment

### 2.1 Speech

“Good afternoon, ladies and gentlemen. Welcome to this conference about video and computer games. In my speech I will be talking specifically about the effects of these games on children.

Video and computer games, like many popular, entertaining and addicting children activities, are considered by many parents as time-wasters, and worse, parents think that these games rot the brain. Also, some experts say that violent video games are the reason why some youth become violent or commit extreme anti-social behaviour. But many scientists and psychologists find that video games actually have many benefits – the main one making children smart. Video games may actually teach them high-level thinking skills that they will need in the future. So, what are the benefits of video games, according to child experts?

First of all, I will talk about the good effects of video games. Video games give your child’s brain a real workout. In many video games, the skills required to win involve abstract and high level thinking. Some of the mental skills trained by video games include: following instructions, problem solving, hand-eye coordination and fine motor skills. In shooting games, for example, the character may be running and shooting at the same time. This requires the real-world player to keep track of the position of the characters, their speed, where the gun is aiming, if the gunfire is hitting the enemy, and so on. All these factors need to be taken into account, and the player must then coordinate the brain's interpretation and reaction with the movement in their hands and fingertips. This process requires a great deal of eye-hand coordination and visual-spatial ability to be successful.

Other benefits include acquiring skills like resource management and logistics, multitasking, and managing multiple objectives. In strategy games, for instance, while developing a city, an unexpected surprise might emerge and this forces the player to be flexible and quickly change tactics. Quick thinking, making fast analysis and decisions

are other skills which might be trained when playing video games. Sometimes the player does this almost every second of the game.

According to researchers, games simulating stressful events such as those found in battle or action games could be a training tool for real-world situations. Several studies suggest that playing action video games primes the brain to make quick decisions. Playing a video game is similar to working through a science problem. Like students in a laboratory, gamers must come up with a hypothesis. For example, players in some games constantly try out combinations of weapons and powers to use to defeat an enemy. If one does not work, they change hypothesis and try the next one.

Video games are goal-driven experiences, which are fundamental to learning. Video games introduce your children to computer technology and the online world. So, you should recognize that we are now living in a high-tech, sophisticated world. Video games make children adapt and be comfortable with the concepts of computing. This is particularly important for girls who typically are not as interested in high technology as much as boys.

Video games allow you and your children to play together and can be a good bonding activity. Some games are attractive to children as well as adults, and they could be something that they share in common. When your child knows more than you, he can teach you how to play and this allows you to understand your child's skills and talents.

Video games make learning fun. Your child likes games because of the colors, the animation, as well as the interactivity, the challenge and the rewards of winning. The best way to learn is when the learner is having fun at the same time. That is why video games are natural teachers. So, having fun gives your kid motivation to keep on practicing, which is the only way to learn skills.

Video games also increase your children's self-confidence and self-esteem as they master games. In many games, the levels of difficulty are adjustable. As a beginner, your child begins at the easy level, and by constant practicing and slowly building skills, he or she becomes confident in handling more difficult challenges, and this attitude can also be transferred to real life.

Games that involve multiple players encourage your child to work cooperatively to achieve his goals. Your kid learns to listen to the ideas of others, formulate plans with other kids, and distribute tasks based on skills. Some online games are even played internationally, and this can introduce your kid to players of different nationalities and cultures. This fosters friendships among different people. To conclude, playing video games is safer than having your teenagers do drugs, alcohol and street racing in the real world.

Next, I will give some recommendations for video games: you should monitor video game play the same way you need to monitor television and other media

Lastly, what is to be taken into account when choosing a video game? Well, decide what is acceptable in your home and if you think violent games are not acceptable, explain to your children the reason why it might be bad for them. Check the ratings on the box before you buy it. Note the title and cover picture. Consider your children's maturity level to determine which games are suitable for them. Chronological age is not necessarily a measure of maturity. Besides that, pick games that require the player to come up with strategies, and make decisions in a game environment that is more complex than punching, stealing, and killing. So, that concludes our talk for today. Thank you very much..."

## 2.2 Transcribed Interpretations

a)

“Boa tarde senhoras e senhores,

Gostaria de (uh) introduzir esta conferência sobre... (uh) jogos e videojogos. E no meu discurso de hoje irei falar especificamente sobre os bons efeitos destes jogos nas crianças. Os videojogos e os jogos de computador à semelhança de... de outros tipos de entretenimento ensinam as crianças e são vistos pelos pais como um desperdício de tempo. Os pais acreditam que estes jogos estragam o cérebro. Também existem especialistas que acreditam que os jogos violentos são a razão por qual alguns adolescentes e alguns jovens adultos se tornam (uh) violentos ou então cometem atos de extremamente antissociais mas também existem cientistas que acreditam que estes jogos têm muitos benefícios. E o principal será que estes jogos tornam as crianças mais inteligentes. Isto deve-se ao facto de os videojogos ensinarem as crianças um nível de pensamento elevado que irão necessitar no futuro. Portanto hoje irei falar sobre os benefícios dos videojogos e dos jogos de computador de acordo com os especialistas em crianças. Como já mencionei irei falar dos bons efeitos dos videojogos e quais são estes bons efeitos? Por exemplo, os videojogos proporcionam às vossas crianças e ao seu cérebro um bom exercício. Muitos videojogos têm... requerem muitas características que os adolescentes e as crianças necessitam para conseguirem serem... terem sucesso nos jogos. Essas necessidades quando treinadas são benéficas como é óbvio. Algumas destas características por exemplo, incluem seguirem funções, solucionar problemas e coordenação ocular e também (uh) capacidades motoras. Por exemplo, em jogos de tiro o alvo está a correr de um lado para o outro e o jogador tem que atirar e tem que apontar a sua arma a esta personagem enquanto essa personagem se desloca. Isto requer que o jogador se mantenha na localização da personagem, da sua velocidade ou onde a arma está apontada, se a arma está realmente a... a acertar no inimigo, portanto todos estes elementos têm que ser tidos em conta e depois o jogador deverá coordenar a interpretação do cérebro e a reação com o movimento da mão. E este processo requer uma grande coordenação ocular e o jogador tem que se tornar consciente do que... daquilo que vê em combinação com o espaço onde a personagem se desloca. Outros benefícios incluem, por exemplo, características como a logística, a gestão de recursos, fazer multitarefas, entre outros. Por exemplo, em jogos de estratégia, por exemplo,

enquanto se constrói uma cidade ou outros tipo de jogo, pode haver uma surpresa inesperada. Isto requer que o... com que o jogador seja flexível, que tome decisões e se necessário, que mude a sua tática. Portanto estas também são características que são desenvolvidas enquanto se jogam videojogos. Por vezes o jogador faz isto durante todos os segundos do jogo. De acordo com os investigadores, os jogos que simulam eventos stressantes como por exemplo os jogos de luta, os jogos de guerra, estes jogos são uma ferramenta de treino para as... (uh) para as atividades reais do mundo. Existem vários estudos que comprovam que jogar estes jogos força o cérebro a tomar decisões rápidas e estes jogos são muito... bastante (uh) semelhantes à forma como se avança um problema científico. Da mesma forma que um estudante ou um científico, os jogadores também têm que surgir, têm que criar uma hipótese e se uma hipótese não funciona, o jogador terá que alterar a sua hipótese e tentar de novo. Isto podem ver, por exemplo, quando o jogador nestes jogos de ação ou de luta, experimentam várias combinações de armas e trocam de armas porque se uma não funciona a outra provavelmente funcionará. Outro benefício será que estes videojogos são experiências que são fundamentais para a aprendizagem. Estes jogos também introduzem as vossas crianças à tecnologia dos computadores e ao mundo online e deverão reconhecer que hoje em dia vivemos num mundo altamente sofisticado de tecnologia e os videojogos (uh) tornam as crianças ou deixam as crianças confortáveis com os conceitos de computação e de novas tecnologias em geral. Isto é particularmente importante para as raparigas que normalmente não se interessam tanto na tecnologia como os rapazes. Os videojogos também permitem que (uh) tanto os pais como as crianças joguem juntos e pode ser uma atividade de ligação. Alguns jogos são atrativos para as crianças do mesmo modo que também são para os adultos e isto pode ser algo os pais e as crianças partilham em comum. Quando uma criança sabe mais que o pai, poderá ensinar o pai a jogar e enquanto pai, poderá entender as especificidades da criança, talentos e as capacidades. Os videojogos também tornam a aprendizagem divertida, ou seja, os vossos filhos irão gostar destes jogos de vídeo, as cores, a animação. As crianças também gostam da interatividade, dos desafios e os desafios durante o jogo e mas claro quando têm sucesso. A melhor maneira para aprender é quando o aprendiz se está a divertir ao mesmo tempo que aprende. E esta é a razão pela qual os jogos de computador e os videojogos são professores naturais. Outro aspeto importante será que os videojogos aumentam a autoconfiança das vossas crianças à medida que começam a dominar os jogos. Em muitos jogos o nível de dificuldade é ajustável. Mas primeiro começa-se por jogar como principiante num nível fácil e através

de uma prática constante e devido à construção das capacidades tornam-se mais confiantes (uh)... e quando se tem sucesso ao jogar estes jogos. Aumentar a autoconfiança e a... é uma atitude que pode ser transferida para o mundo real. Outro benefício será que os jogos que incluem vários jogadores de diferentes nacionalidades por exemplo, encorajam as crianças a trabalhar de uma forma cooperativa e a alcançar objetivos com um parceiro. Portanto as crianças ouvem as instruções umas das outras, formam planos juntas e distribuem as tarefas durante o jogo baseado nas capacidades. Alguns jogos são jogados online e também a nível internacional e isto poderá introduzir os vossos filhos a jogadores de diferentes nacionalidades e diferentes culturas e isto cria amizade entre várias pessoas. Para concluir gostaria de dizer que jogar videojogos é muito mais seguro do que ter adolescentes a consumir álcool e drogas ou a exercer qualquer outro tipo de atividade perigosa no mundo real. Agora irei dar algumas recomendações. Enquanto pais deveriam monitorizar os jogos da mesma forma que (uh)... monitorizam outras atividades como ver TV ou outro tipo de atividades. Também deveriam ao comprar um jogo para os vossos filhos também deveriam ver a informação que está na caixa, também deveriam ver para que idade é apropriado, portanto deverão verificar o nível de maturidade dos vossos filhos porque a idade cronológica não é necessariamente uma unidade de medida de maturidade. Para além de todos estes aspetos também deverão escolher jogos que... (pausa) que façam com que o jogador tenha de surgir com estratégias, tomar decisões inteligentes no ambiente de jogo que seja mais complexo do que apenas bater, matar entre outros. Que tem todos estes aspetos negativos associados no jogo. Isto conclui o meu discurso por hoje. Gostaria de vos agradecer pela vossa atenção e terei prazer em responder a alguma pergunta que tenham portanto muito obrigada e adeus.”

b)

“Boa noite senhoras e senhores,

Gostaria de vos convidar esta conferencia sobre os jogos de computador e videojogos. No meu discurso de hoje vai se focar-se especialmente nos efeitos bons destes jogos nas crianças. Estes jogos tal como... muitos... muitas atividades de entretenimento para crianças são considerados pelos pais como atividades que gastam tempo e dinheiro e acham que este... que estes jogos têm um efeito negativo no cérebro das crianças. Os cientistas dizem que os jogos violentos são a razão pela qual alguns jovens adolescentes ou adultos tornam-se violentos ou cometem comportamentos extremos antissociais mas também existem muitos especialistas que acreditam mesmo que estes jogos têm muitos benefícios. E o principal é que estes jogos tornam as crianças mais inteligentes. Isto porque os jogos de computador ensinam as crianças capacidades de pensamento avançado que elas necessitarão no futuro. Hoje vou falar sobre os benefícios de videojogos e jogos de computador de acordo com especialistas em crianças. Como disse antes vou falar sobre os bons efeitos de jogos e quais são estes bons efeitos? Por exemplo, jogos (uh) dão ao cérebro das suas crianças um exercício e nos jogos existem varias competências que as crianças e os adolescentes necessitam para conseguir ser bem sucedido nos jogos e essas competências quando são treinadas são claro be... benéficas para as crianças. Algumas destas incluem (uh)... (uh)... competências para resolver problemas, coordenação motoras ou de... ou coordenadoras. Em jogos de tiros uma personagem a andar de um lado para o outro, o jogador tem de apontar a sua arma para conseguir dar um tiro enquanto a personagem está a correr. Isto requer que os jogador tenha uma determinada posição que piscione bem a sua personagem, tenha velocidade quando ter uma boa precisão se a arma está apontada contra o inimigo e todos estes elementos tem de ter... sido em contas e o jogador tem de se coordenar, a interpretação do cérebro e a reação com o movimento da sua mão. Este processo reque... requer uma boa capacidade de coordenação e que o jogador tenha noção dos... daquilo que ele vê e combinação com o espaço que... que a personagem se está a deslocar, onde a personagem se está a deslocar. Outros benefícios, por exemplo, incluem capacidades como logística e... fazer várias funções e gerir vários objetivos, como por exemplo, em jogos de estratégia, por exemplo, enquanto estar... enquanto estão a construir uma cidade ou outras atividades uma surpresa inesperada pode emergir e isto força o jogador a ser flexível, fazer deci... tomar decisões rapidamente

necessariamente para conseguir mudar a sua estratégia. Estas são todas competências que podem ser treinadas enquanto estão a jogar. Às vezes o jogador faz, este treino quase todos os segundos de um jogo. De acordo com os investigadores, jogos que simulam situações de stress, como por exemplo jogos de guerra, (uh) estes jogos estão a treinar... são uma ferramenta de treino para situações do mundo real e existem vários estudos que sugerem que jogar estes jogos de ação treina o cérebro a tomar decisões e isto é na verdade muito semelhante a trabalhar num problema científico. Como por exemplo, os estudantes ou os cientistas num laboratório, os jogadores têm de inventar uma hipótese e se uma hipótese não funcionar, têm que... o jogador tem que alterar a sua hipótese e tentar outra. Isto acontece por exemplo quando os jogadores nestes jogos, nestes jogos de batalha de ação, tentam várias combinações de armas, mudar armas e quando uma não funciona a outra provavelmente funcionará. Outro benefício é que estes jogos também... também fornecem experiências que são fundamentação para o mercado. Nestes jogos também introduzem as vossas crianças a tecnologias do computador e ao mundo online. E deve reconhecer que hoje em dia estamos a viver numa soc... num mundo com muita tecnologia e sofisticado e onde os jogos fazem com que as crianças se sintam confortável e se adaptam aos vários tipos de computadores e novas tecnologias em geral. Isto é particularmente importante para pessoas que não estão interessadas nas novas tecnologias como nomeadamente as raparigas em comparação com os rapazes. Hoje os jogos também permitem as crianças e os senhores a trabalharem juntos e isto é uma atividade de vinculação. Há jogos que são para entreter crianças mas também como adultos e isto é algo que os pais das crianças podem ter algo em comum. Quando uma criança sabe mais que você pode-lhe ensinar a jogar, você pode compreender as capacidades das suas... da sua criança. E as... os talentos dela. Os jogos também fazem com que a aprendizagem seja divertida e se a sua criança gostar destes jogos por causa das cores ou das animações também as crianças gostam da interatividade do jogo, dos desafios. Durante o jogo e quanto... e quando têm... e quando são bem sucedidos têm boas recompensas e a melhor maneira de aprender é quando o aprendiz está a divertir-se ao mesmo tempo que aprende e isto é o porquê dos jogos serem... são professores naturais. Outro aspeto importante deste mundo é que os jogos aumentam a autoconfiança e a autoestima da sua criança enquanto elas começam a ficar melhores e começam a serem mais bem sucedidas aos jogos. Em muitos jogos o nível de dificuldade pode ser alterado e se vocês começam como principiante no jog... num nível fácil e ao praticar constantemente lentamente a

construir mais capacidades começamos a ter muitas mais (uh) confiança quando nós temos mais... quando somos mais bem sucedidos a jogar jogos e bem, isto aumento a nossa autoconfiança e a nossa autoestima. Também é uma atitude que pode ser transferida para a vida real. Outro benefício é que os jogos que envolvem vários jogadores de nacionalidades diferentes por exemplo, encorajam as crianças para cooperarem e trabalharem em conjunto e conseguir atingir um objetivo com um parceiro. As crianças ouvem as instruções umas das outras, formulam planos juntas e distribuem as suas tarefas durante o jogo baseadas nas suas competências e alguns jogos são jogados online e também de forma internacional e isto pode int... (uh) introduzir as suas crianças a jogadores de várias nacionalidades de culturas diferentes e isto fomenta amizade entre várias... entre várias pessoas. Para concluir gostaria de dizer que jogar (uh) videojogos é mais, é mais seguro do que ter crianças adolescentes a... a fazerem atividades perigosas como tomar drogas ou ingerir álcool no mundo real. Vou-vos dar agora também umas recomendações para... para lidar com os jogos. Os pais deviam monitorizar uh... os jogos... da mesma forma que monitorizam outras atividades como por exemplo ver TV ou outro tipo de meio de media. Também deviam enquanto... quando comprarem o jogo para a sua criança também devem de ver os ratings da caixa. Deviam verificar para que idade é que o jogo é apropriado e deviam claro também ver a ma... o nível de maturidade da sua criança porque cronolo... a idade cronológica não é necessariamente uma medida de maturidade da pessoa. Para além de todos esses aspetos também deviam escolher jogos que requeiram que o jogador invente estratégias ou tomar decisões inteligentes num ambiente de jogo que é mais complexo do que simplesmente estar a dar murros, roubar, dar pontapés, matar ou e todos que têm muitos... todas estas atividades que têm efeitos negativos nos jogos. Isto conclui o meu discurso para hoje. Gostaria de dizer muito obrigado pela vossa atenção e estarei satisfeito em responder qualquer... qualquer pergunta. Muito obrigado, adeus.”

c)

“Boa noite senhoras e senhores, gostaria de vos dar as boas vindas a esta conferência onde vamos falar sobre jogos de vídeo e jogos de computador. No meu discurso de hoje vou falar especificamente sobre os efeitos positivos destes jogos no desenvolvimento das crianças. Jogos de vídeo e jogos de computador tal como muitos meios de entretenimentos polares e atividades viciantes das crianças são visto pelos pais como uma perda de tempo. Os pais pensam que estes tipos de jogos estragam o cérebro.

Há também alguns peritos que pensam que jogos violentos são a razão pela qual alguns jovens e adolescentes e jovens adultos se tornam violentos ou cometem (uh) atos e têm atitudes extremamente antissociais. Mas também há muitos cientistas que na verdade pensam que este tipo de jogos têm muitos benefícios. E o principal deles é que estes jogos tornam as crianças mais inteligentes. Isso é porque os jogos de vídeo ensinam as crianças a pensar com mais fluidez e que... e dão-lhe destreza com precisão no futuro. Hoje vou falar-vos sobre as vantagens e os benefícios dos jogos de computador de acordo com os especialistas em comportamento infantil. Vou vos falar então dos efeitos positivos dos jogos e quais são? Por exemplo os jogos podem dar aos vossos filhos um treino mental muito grande. Muitos jogos exigem muitas capacidades que as crianças e os adolescentes precisam para na verdade ter sucesso e conseguir ter sucesso nestes jogos. Este tipo de capacidades quando treinadas são um benefício para as crianças. Algumas destas capacidades incluem por exemplo, seguir instruções, resolver problemas, coordenação olhar-gesto e coordenação motora. Por exemplo, nos jogos de tiros a personagem corre de um lado para o outro e o jogador tem que dar tiros, apontar a sua arma para um alvo ou para outras personagens enquanto que elas estão a correr, portanto isto exige que o jogador mantenha sempre atento às posições das outras personagens e da sua própria personagem, à velocidade, para onde a arma está dirigida, se de facto a arma está a atingir o inimigo, etc. Todos estes elementos na verdade têm de ser considerados e o jogador tem que coordenar o... a sua interpretação cerebral e reagir de acordo com o movimento das suas mãos. Este processo exige uma grande capacidade de coordenação motora e o jogador tem de ter a noção e de se aperceber do que é que ele vê e em combinação com a noção espacial e aperceber-se onde se move a personagem. Outros benefícios são por exemplo as capacidades gestão de recursos, logísticas, conseguir fazer várias funções ao mesmo tempo, várias atividades e utilizar vários objetos ao mesmo tempo. Por exemplo, nos jogos de estratégia, quando estão a construir uma cidade ou outra coisa qualquer uma surpresa inesperada pode surgir. Isto força o jogador a ser flexível, fazer decisões rápidas no momento se necessário e também alterar rapidamente as suas táticas. Estes são também capacidades que pode ser treinadas quando se está a jogar este tipo de jogos e algumas vezes os jogadores fazem isto a cada segundo do jogo. De acordo com alguns estudos os jogos que simulam eventos stressantes como por exemplo jogos de batalha ou jogos de guerra, podem por exemplo ser uma forma de treino para situações no mundo real. Há vários estudos que sugerem que jogar estes jogos de ação, (uh)... treina o cérebro a... para tomar decisões

rápidas e jogar estes jogos é muito semelhante a por exemplo resolver um problema científico. Por exemplo, os estudantes e os cientistas num laboratório, tal como eles os jogadores têm de formular hipóteses e se por exemplo uma hipótese não resultar eles têm que encontrar e alterar as hipóteses, encontrar outras e tentar outras. Isto pode ser visto por exemplo quando os jogadores neste tipo de jogos de ação, jogos de batalhas, experimentam diversas combinações de armas ou mudam as suas armas, se uma não funciona a outra provavelmente funcionará. Outro benefício é que este tipo de jogos são também experiência que são fundamentais para aprender a atingir objetivos. Estes jogos apresentam aos vossos filhos a tecnológica de computador, o mundo online e é necessário reconhecer que hoje em dia vivemos numa só... num mundo e numa sociedade altamente sofisticada a nível tecnológico e os jogos de vídeo fazem com que as crianças se sintam confortáveis e se adaptem com os conceitos de computação e de tecnologia em geral. Isto é particularmente importante para as raparigas, por exemplo. Tipicamente as raparigas não são tão interessantes em tecnologia como os rapazes. Os jogos também permitem a vocês e aos vossos filhos jogarem juntos e isso pode ser uma atividade de ligação entre pais e filhos. Alguns jogos são atrativos para as crianças e também para os adultos e isto pode ser algo que os pais e os filhos possam partilhar em comum. Quando uma criança ou quando o filho sabe mais que o pai pode ensiná-lo a jogar e nesse caso você o pai pode entender as capacidades do vosso filho, os talentos e as habilidades. Os jogos de vídeo também permitem que a aprendizagem se torne em algo divertido. Se as crianças gostam dos jogos por causa das cores, da animação e também pela interatividade e os desafios durante o jogo e também quando têm sucesso eles... eles recebem prémios e sentem algo positivo. E a melhor maneira de aprender é quando a pessoa que está a aprender se diverte ao mesmo tempo. É por isso que os jogos de vídeo são professores naturais. Outro aspeto importante é que os jogos aumentam a autoconfiança das crianças e a sua autoestima a medida que se vão tornando mais proficientes nos jogos. E o nível de dificuldade de muitos jogos é ajustável. Em primeiro lugar claro, joga-se como um principiante num nível fácil pela prática constante e ao pouco a pouco constrói... ganhar capacidades a pessoa torna-se mais confiante, principalmente quando têm bons resultados ao jogar estes jogos. Neste caso aumenta a autoconfiança e a autoestima. Isto claro, esta construção da autoestima e da autoconfiança pode ser para a vida real. Outro benefício é que os jogos que envolvem vários jogadores ao mesmo tempo de diferentes nacionalidades por exemplo, encorajam as crianças a trabalhar em cooperação com outras e a atingir objetivos juntamente com

um parceiro. As crianças escutam-se umas às outras e às suas instruções, constroem planos em conjunto e distribuem as suas tarefas durante o jogo baseadas nas capacidades de cada um. Alguns jogos são jogados online por exemplo e também a nível internacional. Isto pode apresentar aos vossos filhos a jogadores de diferentes nacionalidades, diferentes culturas e isto permite criar amizades entre... em grupos bastantes díspares e com pessoas bastante diferentes. Em conclusão gostaria de dizer que jogar jogos é mais seguro do que permitir que os jovens bebam ou tomem... consumam drogas no mundo real. Agora gostaria de deixar algumas recomendações sobre os jogos de vídeo. É necessário monitorizar o quando os vossos filhos jogam jogos da mesma maneira que também monitorizam outras atividades como por exemplo ver TV ou qualquer outro tipo de meio tecnológico. Também quando compram um jogo para os vossos filhos deveriam também verificar qual... para que idade é o jogo indicado, as classificações do jogo e também verificar a maturidade dos vossos filhos porque a idade cronológica não é necessariamente uma maneira de medir a maturidade. Além de todos estes aspetos é necessário também escolher jogos que exijam que o jogador construa estratégias, faça decisões inteligentes no jogo e também que seja mais complexo do que simplesmente dar murros, roubar, dar pontapés, matar e além de outros aspetos nativos tais como este. Portanto isto conclui o meu discurso de hoje, gostaria de vos agradecer pela vossa atenção e terei todo o gosto em responder a todas as perguntas que me queiram colocar. Muito obrigada, adeus.”

d)

“Boa noite senhoras e senhores, quero dar-vos as boas vindas a esta conferência sobre jogos de vídeo e de computador. No meu discurso de hoje vou falar especificamente sobre os bons efeitos destes jogos em crianças. Jogos de vídeo e de computador como muitos outros atividades de entretenimento de crianças são considerados por muitos pais como desperdício de tempo ou pior. Os pais pensam que estes jogos apodrecem o cérebro. Também alguns peritos pensam que os jogos violentos são a razão pela qual alguns jovens ou adolescentes, alguns jovens adultos tornam-se violentos, e cometem alguns atos extremamente antissociais. Mas também há muitos cientistas que pensam que estes jogos têm benefícios sendo o principal que estes jogos tornam as crianças mais inteligentes. Isso é porque os jogos podem na verdade ensinar as crianças capacidades de raciocínio que precisarão no futuro. Hoje vou falar sobre os benefícios de jogos de vídeo e de computador de acordo com peritos. Como já

mencionei vou falar sobre os bons efeitos dos jogos e quais são estes bons efeitos? Por exemplo os jogos dão um excelente exercício para o cérebro das crianças. Em muitos jogos há muitas capacidades que as crianças e adolescentes precisam para terem sucesso nesses jogos. Estas capacidades quando treinadas são muito benéficas. Algumas destas capacidades, por exemplo, incluem seguir instruções, resolução de problemas, coordenação entre os olhos e as mãos e capacidades motoras. Por exemplo, nos jogos de tiros a personagem corre de um lado ao outro e o jogador tem que disparar quando apontar a arma a personagem enquanto a personagem está a correr. Isto requer que o jogador mantenha, tenha sempre noção da posição da personagem, da sua velocidade e onde está a apontar a arma, se o disparo está mesmo a acertar no inimigo, etc. Todos estes elementos têm de ser dito em conta e o jogador também tem de coordenar a interpretação do cérebro e a sua reação com o movimento das mãos. Este processo requer muita coordenação entre os olhos e as mãos e o jogador tem de estar consciente do que vê em combinação com o espaço em que a personagem se está a mexer. Outros benefícios, por exemplo, incluem capacidades como gestão de recursos, logística, multitasking e gestão de vários objetivos. Por exemplo, em jogos de estratégia, por exemplo, ao construir uma cidade ou qualquer outra coisa, alguma surpresa pode surgir e isto força o jogador a ser flexível, a tomar decisões rapidamente e ser necessário mudar de táticas rapidamente. Estas são capacidades que podem ser treinadas também com jogos e por vezes o jogador sente isto em quase qualquer segundo do jogo. De acordo com pesquisas feitas, jogos que simulem situações stressantes, por exemplo, jogos de guerra, estes jogos são uma ferramenta de treino para situações do mundo real. Há vários estudos que sugerem que jogar estes jogos de ação aprimora o cérebro a tomar decisões e jogar estes jogos é muito semelhante a trabalhar para resolver um problema científico como alunos cientistas num laboratório os jogadores têm de criar uma hipótese e se uma hipótese não funciona o jogador tem de mudar a sua hipótese e tentar outra. Isto pode ser visto por exemplo, quando os jogadores nestes jogos de ação experimentam várias combinações de armas, mudam de armas, se uma não funciona, a outra provavelmente funcionará. Outro benefício é que estes jogos também são experiências que levam a um objetivo e essas experiências são fundamentais para a aprendizagem. Estes jogos apresentam muitas crianças à tecnologia de computador e ao mundo da internet. É preciso reconhecer que hoje em dia vivemos num mundo de alta tecnologia e sofisticado e os jogos ajudam as crianças a adaptarem-se e a sentirem-se confortáveis com o conceito de computadores e novas tecnologias em geral. Isto é

particularmente importante para raparigas que geralmente não se interessam tanto por tecnologias, pelo menos não tanto como os rapazes. Os jogos também permitem que vocês e as crianças que joguem juntos e isto pode ser uma atividade de interação. Há jogos que são, que têm como público-alvo as crianças assim como adultos e isto pode ser algo que os pais e os filhos tenham em comum. Quando o filho, o vosso filho saberá mais que vocês pode ensinar-vos a jogar e podem vocês compreender as capacidades dos vossos filhos e seus talentos e habilidades. Os jogos também fazem com que aprender seja divertido, os vossos filhos gostam destes jogos por causa das cores, das animações, as crianças também gostam da interatividade, dos desafios que aparecem durante o jogo e quando sucssam são recompensados por isso e a melhor maneira de aprender é quando quem está a aprender também se está a divertir ao mesmo tempo e é por isso que os jogos de computador e jogos de vídeo são professores naturais. Outro aspeto importante é que os jogos aumentam também a autoconfiança e a autoestima dos vossos filhos à medida que eles começam a ter mais jeito para os jogos. Em muitos jogos o nível de dificuldade é ajustável e primeiro joga-se como principiante no nível mais fácil e com constante prática, cria capacidades lentamente, tornam-se mais confiantes quando têm sucesso a jogar estes jogos. E aumentar a autoconfiança e a autoestima também é uma atitude que pode ser transferida para a vida real. Outro benefício é que, jogos que envolvam múltiplos jogadores de nacionalidades diferentes por exemplo, encorajam as crianças a trabalhar e a cooperar em equipa, a cooperarem, e a conseguirem chegar a objetivos com o parceiro. As crianças ouvem estas instruções umas das outras, formam planos juntos e distribuem tarefas durante o jogo com base nas suas capacidades. Alguns jogos são jogados online e também a nível internacional. Isto pode dar a conhecer aos vossos filhos jogadores de várias nacionalidades e de várias culturas e isto cria amizade entre pessoas diferentes. Para concluir gostaria de dizer que jogar estes videojogos é mais seguro do que por exemplo os adolescentes consumirem drogas, álcool, ou qualquer outra atividade perigosa no mundo real. Vou dar agora algumas recomendações de jogos. Como os pais deviam monitorizar o quanto os vossos filhos jogam da mesma maneira que monitorizam outras atividades como por exemplo ver TV ou qualquer outro média, qualquer outro meio, perdão. Também deviam, ao comprar um jogo para os vossos filhos, deviam ver qual é a idade recomendada na caixa, e deviam ver para quem é que os jogos são apropriados e deviam verificar o nível de maturidade dos vossos filhos porque a idade cronológica não é necessariamente uma medida de maturidade. Além de todos estes aspetos, também devíamos escolher jogos

que obriguem o jogador a criar estratégias, a fazer decisões inteligentes e com um ambiente de jogo que seja mais complexo e que simplesmente dar murros, pontapés, roubar, matar e com todos estes aspetos negativos. Isto conclui o meu discurso por hoje, gostaria de agradecer muito a vossa atenção e eu posso responder a quaisquer perguntas que tenham, muito obrigado, adeus.”

e)

“Boa noite senhoras e senhores,

Eu gostava de vos dar as boas-vindas a esta conferência sobre jogos de vídeo e de computador e no meu discurso de hoje vou falar especificamente sobre os bons efeitos, os efeitos positivos destes jogos nas crianças. Os jogos de vídeo e de computador tais como vários... várias atividades para as crianças são consideradas para muitos pais desperdício de tempo, e ainda pior, os pais acham que estes jogos estragam o cérebro. Também existem especialistas que pensam que jogos de vídeo violentos são a razão para alguns jovens e adolescentes e jovens adultos se tornam violentos ou cometem... ou têm comportamentos antissociais. Mas também há muitos cientistas que acreditam... que pensam que estes jogos de vídeo têm muitos benefícios e o principal é que estes jogos fazem... tornam as crianças mais inteligentes e isso é porque os jogos de vídeo podem ensinar grandes capacidades de pensamento que eles vão precisar no futuro. Então eu vou falar sobre os benefícios dos jogos de computador e videojogos de acordo com os especialistas em crianças. Então como mencionei anteriormente eu vou falar sobre os efeitos positivos dos videojogos e o que é que são estes bons efeitos? Por exemplo os jogos de vídeo dão ao cérebro das vossas crianças um trabalho e muitos jogos de vídeo existem várias aptidões que as crianças e adolescentes precisam para ter sucesso no videojogo. E estas aptidões quando treinadas são benéficas claro. Algumas destas aptidões incluem seguir instruções, resolver problemas, coordenação entre os olhos e as mãos e capacidades motoras tais como em jogos de tiros. A personagem está a correr de um lado para o outro e o jogador tem de atirar, tem de apontar a sua arma à personagem enquanto a personagem está a andar. Então e isto requer que o jogador tenha sempre noção da posição do personagem, a sua velocidade, para onde a arma está a apontar, se a arma está a acertar no inimigo, etc. Então todos estes elementos têm de ser considerados e então o jogador deve coordenar a interpretação do cérebro e reação com o movimento da mão. E então este processo, requer um grande nível de coordenação entre os olhos e as mãos e o jogador tem de ter consciência do que vê e combinado com o espaço onde a personagem se está a mexer. Outros benefícios incluem por exemplo, capacidades como a gestão de recursos e também lógicas, realizar várias tarefas ao mesmo tempo e gerir vários objetos ao mesmo tempo. Por exemplo, em jogos de estratégia, por exemplo, enquanto desenvolvemos um CD ou algo do género, uma surpresa inesperada pode surgir. Isto força o jogador a ser flexível, a

tomar decisões rápidas e se necessário, a mudar a tática muito rapidamente, isto são tudo aptidões que podem ser treinadas enquanto jogamos videogames. E algumas vezes o jogador faz isto a todo o segundo do jogo, sempre. De acordo com investigadores os jogos que simulam eventos stressantes tais como jogos de batalhas ou jogos de guerra, estes jogos são uma ferramenta para o mundo real, para situações do mundo real. Há muitos estudos que sugerem que jogar estes videogames de ação treina o cérebro para tomar decisões e jogar estes jogos é na realidade muito semelhante ao trabalhar num problema de ciência. Tal como os estudantes ou cientistas num laboratório, os jogadores têm de ter... criar hipóteses e se uma hipótese não funciona, o jogador tem de mudar essa hipótese e tentar outra, isso podem ver, por exemplo, quando os jogadores nestes jogos, nestes jogos de ação ou de batalha, tentam várias combinações de armas, eles trocam de arma se uma não funciona, a outra provavelmente funcionará. Outro benefício é que estes jogos de vídeo também são (uh) experiências partilhadas. Estas experiências são fundamentais para a aprendizagem. Estes jogos introduzem as vossas crianças à tecnologia dos computadores e o mundo online. Devem reconhecer que atualmente vivemos num mundo de alta tecnologia e os jogos de vídeo fazem com que as crianças se adaptem e se sintam confortáveis com os conceitos da computação e da nova tecnologia em geral. Isto é particularmente importante, que tipicamente não estão interessados na tecnologia tanto como os rapazes. Os jogos de vídeo também permitem que você ou as crianças joguem juntos e isto pode ser uma atividade enriquecedora para a vossa relação. Alguns jogos atraem as crianças mas também os adultos e isto pode ser algo que o os pais e as crianças partilhem, tem em comum. Quando uma criança sabe mais que você pode ensinar-lhe como jogar e você pode entender as capacidades da sua criança e talentos e habilidades. Os jogos de vídeo fá... tornam aprender divertido. A sua criança gosta destes jogos devido às cores, às animações e também as crianças gostam da interação, os desafios durante o jogo e quando têm sucesso eles são recompensados por isso. E então a melhor forma de aprender é quando a pessoa que está a aprender se está a divertir ao mesmo tempo e é por isso que os jogos de computador e os videogames são professores naturais. Outro aspeto importante é que os jogos de vídeo aumentam a autoconfiança e autoestima da sua criança porque... porque eles evoluem tornam-se bem-sucedidos nos jogos. Em muitos jogos o nível de dificuldade é adaptável e primeiro começam a jogar no nível de aprendizagem, num nível fácil, e conforme praticam e constroem as suas habilidades, tornam-se mais confiantes quando têm sucesso. Ao jogar... enquanto jogamos estes jogos e aumentar a autoestima e a

confiança é também uma atitude que pode ser transferida para a vida real. Outro benefício é que jogos que envolvem vários jogadores de diferentes nacionalidades, por exemplo, encorajam as crianças para trabalhar cooperativamente e a alcançar objetivos com um parceiro. Então as crianças ouvem as instruções de cada um, formam planos em conjunto e distribuem as tarefas durante o jogo baseadas nas suas capacidades e alguns jogos são jogados online e internacionalmente. Isto pode introduzir o seu filho a jogadores de diferentes nacionalidades, diferentes culturas e isto fomenta amizade entre diferentes pessoas. Em conclusão eu gostava de dizer que jogar jogos de vídeo é mais seguro do que ter os adolescentes a consumir drogas, a beber álcool ou qualquer outra atividade perigosa no mundo real. Agora vou dar algumas recomendações para videojogos. Você, o pai, deve monitorizar os jogos de vídeo da mesma forma que monitoriza qualquer outra atividade como por exemplo ver TV ou qualquer outro... qualquer outro media. Também deve ao comprar um jogo de vídeo para o seu filho deve verificar o que está escrito na caixa, ver para que idade cada jogo é adequado, deve claro ver o nível de maturidade da sua criança porque crono... a idade cronológica não é necessariamente uma medida de maturidade. Para além destes aspetos também deve escolher jogos que requeiram que o jogador crie estratégias, o faça ter de decidir com inteligência num ambiente de jogo, que seja mais complexo do que simplesmente bater, roubar, matar e que tenha... ou que tenha estes aspetos negativos todos no jogo. Então isto conclui a minha conversa para hoje, eu gostaria de vos agradecer muito pela vossa atenção e estou disponível para responder a qualquer pergunta que possam ter. Muito obrigada, adeus.”

f)

“Boa noite senhoras e senhores,

Gostava de vos dar as boas vindas para esta conferencia sobre vídeos e jogos de computador. E no meu discurso hoje vou falar especificamente sobre os bons efeitos destes jogos nas crianças. Bem vídeos e jogos de computador como qualquer outro tipo de ... outro tipo de... são considerados por muitos pais como algo de perder tempo e pior pensam que estes corroem o cérebro. Há muitos espertos que pensam que... que vídeo... que videojogos violentos são a razão para que... para que alguns (uh) alguns uh adolescentes e jovens adultos são muitos violentos e têm um comportamento muito antissocial mas também há muitos cientistas que acham que estes videojogos são

muitos... têm muitos bons benefícios e o principal é que estes jogos fazem as crianças mais espertas. Isto é porque os videojogos são... fazem com que pensam num level muito mais elevado que eles irao precisar num futuro próximo. Então hoje falarei sobre os benefícios... sobre os vídeos e os jogos de computador de acordo com os espertos sobre crianças e especialistas. Bem como já disse antes falarei sobre os efeitos bons dos videojogos e quais são os bons efeitos? Por exemplo videojogos dão aos vossos crianças uh um... exercício físico muito bom ao cérebro. Há muitos videojogos que... há muitos competências que os jovens precisam para ser sucedidos nos videojogos e estas competências quando treinadas são benéficas claro e muitos destes conhecimentos incluem seguir instruções, resolver problemas, e coordenação dos olhos e muitas tarefas de... muitas tarefas ao mesmo tempo. Por exemplo, (uh) a personagem está a correr de um lado para o outro e o jogador tem de chutar e tem de apontar a sua... a sua arma ao personagem quando a personagem está a correr. Com isto é preciso com o jogador consiga captar onde está o jogador e a sua velocidade para que ele onde aponte está... para onde a arma está a apontar e se a arma está mesmo a atingir o inimigo e todos estes elementos têm que ter... tem que ser tomados em conta e depois o jogador tem de coordenar a intenção do cérebro e reação com o movimento da mão. E bem este processo necessita um grande... uma grande capacidade de coordenação dos olhos e o jogador tem que... tem que estar... tem que estar... tem que estar... tem que saber que ele que vê em combinação com o espaço... se isso a personagem está na realidade a mover-se. Outros benefícios são por exemplo, incluem conhecimentos como a logísticaaaa... muitas tarefas ao mesmo tempo e conseguir coordenar muitos objetivos ao mesmo tempo. Por exemplo, em jogos de estratégia, por exemplo enquanto desenvolvem uma cidade ou outra coisa qualquer uma surpresa ina... que não é esperada pode surgir e isto força o jogador a ser muito flexível para fazer uma reação... uma reação muito... muito rápida e para mudar de tática muito rapidamente. Isto são capacidades que podem ser treinadas quando jogar... enquanto jogamos videojogos e muitas vezes o jogador, muitas vezes o jogador tem de fazer este treino todos os segundos durante o videojogo. De acordo com algumas pesquisas, jogos que têm muitos muitos muitos acontecimentos ao mesmo tempo como por exemplo jogos de luta, estes jogos são uma ferramenta de treino para situações reais. Há muitos estudos que sugerem... sugeram... sugirem que jogar videojogos faz com que o cérebro faça (uh) decisões rápidas e jogar estes jogos é muito similar a trabalhar como trabalhar num problema científico por exemplo. Como por exemplo estudantes ou cientistas num

laboratório, as pessoas que jogam têm que ter uma hipótese, têm que surgir com uma hipótese e resolver... e se uma hipótese não resultar o jogador tem que mudar a sua hipótese e tentar outra nova. Nisto podemos ver por exemplo, quando pessoas que... jogadores e nestes jogadores nestes jogos de ação ou jogos de luta, tentam várias combinações de armas, eles mudam de armas e se uma não funciona a outra provavelmente irá funcionar. Outro benefício é que estes videojogos são também... são experiências... são fundamentais para... são fundamentais para aprender e introduzem os os os nossos filhos a tecnologias de computadores e ao mundo online. E devemos reconhecer que vivemos num num mundo que tem tecnologia muito avançada e os videojogos fazem com que os as crianças fiquem fiquem fiquem à vontade com as novas tecnologias e os computadores em geral. Isto é pontualmente importante para as raparigas que tipicamente não... não se estão interessadas nas tecnologias avan... nas altas tecnologias como a maior parte dos rapazes estão. Videojogos também permitem que vocês e o seu filho joguem juntos, isto pode ser uma maneira de conseguir alcançar um momento familiar. Isto... os jogos são atrativos para crianças e também para adultos e pode ser algo que o pai e o filho tenham em comum e quando a criança sabe mais que si ele pode ensina-lo a jogar e e pode e você pode... podeeee... perceber mais as a sua... a a inteligência do seu filho e as suas habilidades videojogos também são fazem com que a aprendizagem seja interessante, seja divertida, faz com que o seu filho goste por causa das cores, da animação. As crianças também gostas de ter atividade e os desafios durante o jogo e estes quando são sucedidos são recompensados por isso. E bem a melhor maneira para aprender-se é quando o que... a pessoa que está a aprender está a realmente a ter... a divertir-se e bem é por isso que os videojogos e os... são professores naturais. Outro aspeto muito importante é que os videojogos faz com que a autoestima dos vossos filhos seja maior. Muitos jogos, o nível de dificuldade é ajustável e bem claro que primeiro nós jogamos como iniciantes num nível inicial mais fácil e ao praticando e ao construir as a conhecimentos ficamos mais confiantes e quando somos na realidade sucedidos. Quando jogamos estes jogos e aumentar a nossa autoestima e a nossa autoconfiança é também uma atitude que pode ser transferida para a vida real. Outro benefício é que jogos que envolvem muitos jogadores de diferentes nacionalidades por exemplo, encoraj... fazem com que os... encorajam as crianças a a... a agir... em conjunto e a alcançar objetivos em conjunto. As crianças ouvem as instruções de cada um, formolam estratégias juntos e distribuem as tarefas durante o jogo baseadas nos conhecimentos e nas qualidades e bem alguns

jogos são jogados online e são também jogados internacionalmente e isto pode introduzir... pode induzir o seu ou a sua criança a jogadores de outras nacionalidades e diferentes culturas. Estas estas estas amizades internacionais... Bem para concluir gostava de dizer que jogar videojogos é muito mais asseguro do que ter os alunos a tomar... a fazer drogas, a beber álcool ou outro tipo de atividades (uh) perigosas no mundo real. Agora irei algumas recomend... irei dar algumas recomendações para videojogos. Os pais devem monitorizar os videojogos os... da mesma maneira que monitorizam outras atividades como por exemplo, ver TV ou outro tipo de media. E também deve quando comprar um videojogo para o seu filho deve também ver os ratings, verificar também para qual é a idade adequada o jogo e deve também claro verificar o nível de maturidade do seu filho porque o nível cronológico de idade não é normalmente uma medida de maturidade. Para além deste tipo de outros aspetos devem também escolher jogos que necessitam que o jogador... que o jogador faça... faça com que o jogador faça (uh)... Que é mais complexo do que simplesmente pontuar ou matar ou chutar e que tenha este tipo de negatividade no jogo. Bem, isto isto conclui a minha... o meu discurso por hoje, gostaria de dizer obrigado, muito obrigado pela sua atenção e... e estarei disponível para responder a qualquer questão que tenha. Muito obrigada, adeus.”

g)

“Boa tarde senhoras e senhores,

Gostaria de vos convidar para esta conferencia sobre jogos de vídeo e de computador. No meu discurso de hoje eu vou falar especificamente dos efeitos positivos destes jogos nas crianças. Os jogos de vídeo e de computador tais como outras formas de entretenimento e de atividades de crianças são considerados por muitos pais como desperdiçadores de tempo e pior, as pessoas acreditam que estes jogos prendem o cérebro. Pessoas que pensam que jogos violentos são a razão porque... são motivo que alguns adolescentes e jovens adultos se tornam violentos e com comportamentos extremamente antissociais mas também há muitos cientistas que acham que estes jogos de vídeo têm muitos benefícios e o principal é que estes jogos tornam as crianças mais inteligentes. Isso é porque os jogos de vídeo podem ensinar as crianças alto pensamento e coisas que eles podem precisar no futuro. Então hoje vou falar sobre os benefícios dos jogos de vídeo e de computador de acordo com os especialistas em crianças. Então como já disse anteriormente, eu vou falar sobre os efeitos positivos dos jogos de vídeo e o que são estes efeitos positivos? Por exemplo, os jogos de vídeo dão às crianças (uh) um verdadeiro exercício ao cérebro. Nos videojogos há várias habilidades que as crianças e os adolescentes precisam para serem bem sucedidos nos videojogos, jogos de vídeo. E estas habilidades quando treinadas são muito positivas. Alguns destas habilidades incluem seguir instruções, resolver problemas, coordenação de mãos e de olhos e habilidades motoras. Por exemplo em jogos de tiros o personagem está a correr de um lado para o outro e o jogador tem que disparar e tem que apontar a arma a esta personagem enquanto a personagem está a correr. Isto requer que o jogador (uh) memorize a posição do personagem, a velocidade, onde é que a arma está a apontar, se o tiro está a acertar mesmo no inimigo. Então todos estes elementos têm que ser tidos em conta e então o jogador deve coordenar a interpretação do cérebro e a reação com o movimento da mão. Bem, este processo requer uma grande habilidade de coordenação de motora e o jogador tem que se aperceber do que vê em combinação com o espaço que onde o personagem se está a mover ele próprio. Outros benefícios incluem habilidades como gestão de recursos e também logística, multitasking, gestão e gestão de vários objetivos. Por exemplo, em jogos de estratégia, por exemplo, enquanto se está a desenvolver uma cidade ou qualquer outra coisa, pode uma... pode acontecer uma surpresa inesperada e bem isto força o jogador a ser flexível, tomar decisões rápidas e

isso é necessário para mudar rapidamente de táticas. Isto também são habilidades que podem ser treinadas enquanto se jogam jogos de vídeo e as vezes o jogador faz isto a qualquer segundo do jogo. De acordo com os especialistas os jogos que simulam eventos stressantes, por exemplo, jogos de luta ou jogos de guerra, estes jogos são uma ferramenta de treino para situações de mundo real. Existem vários estudos que sugerem que jogar estes jogos de ação leva a que o cérebro tome decisões rápidas e jogando estes jogos é... é muito semelhante a... a resolver um problema de ciência. Como estudantes ou cientistas num laboratório, os jogadores devem descobrir uma hipótese e se uma hipótese não funcionar eles têm que... o jogador tem de mudar de hipóteses e testar outra. Isto conseguem ver por exemplo em jogos... em jogos de luta e entre outros... onde é preciso testar várias combinações de armas e têm que as mudar e se uma não funcionar a outra provavelmente funciona. Outro dos benefícios é que estes jogos de vídeo são também experiências... e estas experiências são fundamentais para a aprendizagem. Estes videojogos introduzem as crianças às tecnologias de computação e ao mundo online. Devem reconhecer que hoje em dia vivemos num... num mundo so... tecnologia sofisticado e os jogos de vídeo fazem com que as crianças se adaptem e se sintam confortáveis com os conceitos de computação e novas tecnologias em geral. Isto é particularmente importante para raparigas que tipicamente não... não estão tao interessadas nas tecnologias como os rapazes estão. Os jogos de vídeo também permitem a nós e às crianças de jogarem juntos. Isto pode ser uma atividade de união. Alguns jogos são viciantes para crianças tais como para adultos e isto pode ser algo que os pais e as crianças (uh) partilham em comum. Quando a criança... a criança pode-nos ajudar a jogar e podemos perceber as habilidades da nossa criança, os talentos e as habilidades. Os jogos de vídeo tornam a aprendizagem divertida. A nossa criança gosta destes jogos por causa das cores, das animações, as crianças gostam também da interatividade e dos desafios e durante o jogo bem, quando eles são bem sucedidos eles recebem recompensas e a melhor forma de aprender é divertir-se ao mesmo tempo. E bem, isto é a razão que os jogos de computador são... são professores naturais. Outro aspeto importante é que os jogos de vídeo aumentam a autoconfiança das crianças e autoestima quando eles se tornam profissionais nos jogos. Em vários jogos o nível de dificuldade é ajustável e primeiro jogamos como novatos num nível fácil e... por praticar constantemente e a construir habilidades devagar tornamo-nos mais confiantes quando somos mais bem sucedidos. Quando jogamos estes jogos e bem... aumentar a nossa autoconfiança... aumenta-nos a nossa autoconfiança e é uma atitude que pode ser

transferia para o mundo real. Outro dos benefícios é que os jogos que envolvem jogadores múltiplos de várias nacionalidades por exemplo, encorajam as crianças a trabalhar cooperativamente e a atingir objetivos com um parceiro. Então as crianças ouvem as instruções de cada um, formam planos juntos e distribuem as tarefas durante o jogo baseados nas suas habilidades. Alguns jogos são jogados online e internacionalmente e isto pode introduzir as crianças a jogadores de várias nacionalidades, de várias culturas e isto alimenta... alimenta a amizade entre as pessoas. Ok, para concluir eu gostava de dizer que jogar jogos de vídeo é mais seguro do que ter as adolecete a tomar drogas, álcool (risco) ou outras atividades perigosas no mundo real. Agora vou dar algumas recomendações para jogos de vídeo. Devem monitorizar os jogos de vídeo como monitorizam outras atividades, por exemplo, ver TV ou qualquer outra, qualquer outro media. Devem quando compram um jogo de vídeo para as vossas crianças devem ver também as, os ratings nas caixas, devem ver para que idade é apropriado, então devem ver o nível de maturidade das vossas crianças. A idade cronológica não é necessariamente uma medida de maturidade. Além destes aspetos todos devem escolher jogos que façam com que a criança crie estratégias e tome decisões inteligentes num ambiente de jogo que seja mais complexo que simplesmente dar murros, roubar, matar e tudo que tenha estes aspetos negativos nos jogos. Então isto conclui o meu discurso para hoje, eu gostaria de dizer muito obrigado pela vossa atenção e vou responder qualquer questão que vocês possam ter. Muito obrigado e adeus.”

h)

“Boa tarde senhoras e senhores,

Gostaria de vos dar as boas vindas a esta conferencia sobre jogos de computador e no meu discurso de hoje vou falar especificamente sobre os efeitos positivos destes jogos nas crianças. Os jogos de computador como muitos tipo de entretenimento populares e outras atividades são consideradas por muitos pais como... estes tipos de jogos exercitam o cérebro. Mas também pensam que os jogos com mais violência podem ter... alguns adolescentes e jovens adultos tornam-se mais violentos e com comportamentos antissociais. Mas também existem muitos cientistas que pensam que na realidade estes jogos de vídeo têm alguns benefícios. E o principal destes benefícios é que estes videojogos tornam as crianças mais inteligentes. Isto porque os jogos de vídeo

podem ensinar as crianças técnicas para pensarem muito mais rapidamente que irão utilizar no futuro. Por isso hoje irei falar sobre os benefícios dos videogames de acordo com os especialistas em crianças. Deste modo como falei anteriormente, vou falar sobre os efeitos positivos dos videogames e quais esses efeitos positivos? Por exemplo, os videogames exer... é um treino para o exercício mental das crianças. Nestes videogames existem muitas... que as crianças e os adolescentes podem utilizar para serem suce... (uh) para serem... Estes skills são treinadas. Algumas destas skills podem incluir seguir instruções, resolver problemas, coordenação entre a mão e olhar e coordenação motora. Por exemplo nos jogos de tiros... enquanto correm de um lado para o outro e o jogador tem de disparar, ou seja, apontar a sua arma para outra... para outro jogador enquanto corre. Desta forma requer que os jogador continue a ter uma atenção ou a posição do outro jogador, para onde a arma está apontada, se os seus tiros estão realmente a atingir o inimigo. Todos estes elementos tem que ser levados em conta pois o jogador deve coordenar ou seja o seu cérebro deve interpretar e reagir com a mão. Este processo requer que muito controlo entre as mãos e visão, coordenação motora. O jogador tem que estar consciente do que vê e em combinação com o espaço onde o jogador está inserido, onde está a movimentar. Outros benefícios dos videogames para as crianças são características como gestão de recursos, logística, multitasking e gerir múltiplos objetivos. Por exemplo, jogos de estratégia, estes por exemplo quando desenvolvem uma cidade ou qualquer outra coisa, uma surpresa inesperada pode aparecer e isto leva a que o jogador tenha que ser flexível e seja capaz de tomar decisões rápidas. Isto para mudar rapidamente de táticas e isto também são características que podem ser adquiridas quando se joga videogames. Por vezes o jogador faz isto quase todos os segundos do jogo. De acordo com pesquisadores jogos que simulam efeitos reais como jogos de batalha ou jogos de guerra, estes tipo de jogos são uma ferramenta de treino para situações do mundo real. Existem várias estudos que sugerem que jogar este estilo de jogos ativa o cérebro para agir de forma instintiva. Jogar este tipo de jogos é na realidade muito similar num problema de ciência. Como estudantes ou cientistas num laboratório, os jogadores devem arranjar uma hipótese e se uma hipótese de fato não funciona, o jogador nesse caso deve alterar a hipótese e testar uma outra. Isso podemos verificar quando por exemplo, neste tipo de jogos de ação ou jogos de batalha, quando tentam várias combinações de armas, eles mudam de armas, se uma não funciona, eles mudam para outra e essa provavelmente irá funcionar. Um outro benefício destes jogos tem a ver com experiências... E estas experiências são fundamentais para aprender.

Estes jogos apresentam também a criança a tecnologias de computador e o mundo online. Devem reconhecer que hoje em dia vivemos num mundo de alta tecnologia altamente sofisticado e os jogos de vídeo fazem as crianças adaptar-se e sentirem-se confortáveis com mundo dos computadores e tecnologia. Isto é particularmente importante... tipicamente não estou muito interessado nestas tecnologias. Realmente as mulheres não estão tão interessadas como os homens neste tipo de videojogos. Os videojogos também permite que você e as vossas crianças joguem juntos e isto pode ser uma atividade que permite criar laços familiares. Alguns tipo de jogos são atrativos para crianças e também para adultos e isto pode ser que algo que pais e crianças podem partilhar em comum. Quando a criança sabe mais que nós, eles podem ensinar-nos a jogar e pode perceber as capacidades da criança e talentos e mais uma vez as suas capacidades. Os videojogos tornam também a aprendizagem divertida. A crianças gostam destes jogos por causa das cores, da animação, as crianças gostam também de interatividade e os desafios que acontecem durante o decorrer do jogo e isto quando são... quando já têm suceder recebem uma recompensa por isso. É claro quando o jogador está a ter prazer no que está a fazer ao mesmo tempo. É por este motivo que os jogos de computador são professores naturais. Uma outra aspeto importante é que os videojogos tornam a confiança das crianças mais forte. Sempre que são que conseguem atuar com forma com sucesso nos jogos. À medida que o nível de dificuldade... ou seja o nível de dificuldade pode ser ajustado. Claro que primeiro jogamos como principiante num nível mais fácil e depois ao praticar constantemente e aumentar as capacidades podemos ficar mais confiantes quando obtemos o sucesso a jogar estes jogos ou seja, aumentando o nosso nível de confiança e o nosso nível de autoestima. Esta é uma atitude que podemos transferir também para a vida real. Um outro benefício é que os jogos que envolvem múltiplos jogadores de diferentes nacionalidades encorajam as crianças a trabalhar de forma cooperativa e atingir objetivos com outros jogadores. As crianças ouvem as instruções dos outros e formulam planos juntos e distribuem as suas tarefas durante o jogo baseado nas suas capacidades. Alguns jogos são jogados online e de forma internacional e isto pode levar a criança a conhecer jogadores de diferentes nacionalidades, diferentes culturas e isto pode criar um laço de amizade entre diferentes tipos de pessoas. Ora muito bem para concluir gostava de dizer que jogar jogos de vídeo é mais seguro do que ter as crianças ou adolescentes a tomarem drogas, álcool ou qualquer atividade perigosa no mundo real. Agora irei dar algumas recomendações para os jogos de vídeo. Devem, vocês como pais devem monitorizar as crianças que e o que

jogam da mesma que devem monitorizar outras atividades como... Devem também quando ao comprar um jogo para as vossas crianças, devem também ter em atenção ao nível que está escrito na caixa. Devem ver para que faixa etária cada jogo é apropriado. Devem claro também verificar o nível de maturidade da criança porque claro a idade cronológica não é necessariamente um nível de maturidade. Apesar de todos estes aspetos devem também ter em atenção que os jogos requerem que o jogador adaptem novas estratégias, tomando decisões inteligentes no jogo, no ambiente do jogo. E isto é mais complexo do que simplesmente pontapear, matar e todos estes aspetos negativos dentro dos videojogos. Isto conclui a minha conversa por hoje e gostaria de vos agradecer por toda a vossa atenção e estarei a vossa disposição para responder a qualquer pergunta. Muito obrigado e adeus.”

i)

“Boa noite senhoras e senhores,

Gostava de vos dar as boas-vindas a esta conferência sobre jogos de... de videojogos. Este meu discurso de hoje eu vou falar especificamente dos efeitos positivos deste tipo de jogos nas crianças. Videojogos como por exemplo... São uma atividade viciante para crianças e são consideradas gastadores de tempo. Os pais pensam que estes jogos apodrecem o cérebro. Também alguns peritos que pensam que jogos violentos são a razão pela qual alguns adolescentes e alguns jovens adultos se tornam violentos ou registam comportamento bastante antissocial mas também existe alguns cientistas que pensam que estes videojogos têm muitos benefícios e o principal é que estes jogos fazem as crianças mais inteligentes. Isto regista-se porque alguns videojogos podem ensinar as crianças um pensamento mais elevado que vão necessitar mais a frente no futuro. Hoje eu vou falar de os benefícios de videojogos de acordo com os pesquisas de alguns cientistas. Como referi antes eu vou falar dos efeitos positivos destes videojogos e quais são estes bons efeitos? Por exemplo, videojogos dão à vossa criança, ao cérebro da vossa criança um bom exercício e ao jogar videojogos é necessária algum tipo de atividades que é necessárias colocar em competência para jogar e essas competências quando são treinadas são bene... são um benefício. Alguma destas atividades incluem seguir instruções, resolução de problemas, coordenação entre mãos e olhos e... Por exemplo nos jogos de tiro a personagem está a correr de um lado ao outro e o jogador tem que disparar e tem que apontar a arma a outra personagem

enquanto a outra personagem está a correr. Isto necessita que o jogador esteja sempre focado nessa personagem, na sua velocidade, se os tiros da arma dele estão de fato a acertar nessa personagem por isso todos estes elementos têm que ser considerados e o jogador ainda tem que coordenar a interpretação cerebral e a reação com o movimento das mãos. Este processo requer uma coordenação entre o cérebro e as mãos e o jogador tem que se tornar consciente daquilo que vê em combinação daquilo com o espaço onde está, onde se encontra essa personagem. Outros benefícios são por exemplo, atividades como resolução de alguns... multitasking, gestão de várias atividades ou de vários itens como por exemplo. Pode parecer uma surpresa, algo inesperado e isto força ao jogador... força-se o jogador se torne flexível, faça decisões rápidas e que mude rapidamente a sua tática. Isto são todas atividades que tem de ser treinadas e que podem ser treinadas e em alguns casos o jogador faz isto quase a todos os segundos enquanto joga. De acordo com alguns cientistas, jogos que simulam situações de stress como por exemplo jogos de batalha ou jogos de guerra. Estes tipos de jogos são uma ferramenta de treino para intervenções no mundo real. Há estudos que comprovam, comprovam que jogar este tipo de jogos faz com que o cérebro fique habituado a tomar decisões rápidas e jogar estes jogos é de facto muito igual a um problema na vida real. Como por exemplo estudantes ou cientistas num laboratório, jogadores têm que apontar uma hipótese e se uma hipótese não funciona, o jogador tem que rapidamente mudar essa hipótese e tentar outra coisa. Isto podem ver por exemplo quando alguns jogadores nestes jogos, nestes jogos de ação ou nestes jogos de batalha, tentam várias combinações de armas e mudam de armas, se uma não funciona a outra poderá funcionar. Outro benefício é o que estes jogos também são experiências, são fundamentais para a aprendizagem. Estes jogos ensinam algumas crianças à tecnologias de computador e o mundo online e devemos reconhecer que hoje em dia estamos a viver num mundo altamente sofisticado e esses videojogos fazem com que essas crianças se adaptem de uma forma mais confortável a esses conceitos de computadores e novas tecnologias em geral. Isto é particularmente importante para raparigas que tipicamente não estão tão interessadas em tecnologias como os rapazes. Os videojogos também permitem que nós ou as nossas crianças possamos jogar juntos e isto pode ser uma atividade até mesmo criar laços. Alguns jogos são mais atraentes para crianças como também podem ser para adultos e isto pode ser algo que os pais podem partilhar em comum. Quando a criança sabe mais que o pai pode até mesmo ensinar o pai a como jogar e para que o pai possa também possa entender os talentos e as atividades que essa

criança está a desempenhar. Videojogos também podem fazer com que a aprendizagem seja mais divertida. Se a criança gostar dessas, dessas... como pode gostar das cores, da animação e pode também gostar da interatividade, dos desafios até. Durante o jogo e quando são, quando têm bons resultados podem até ser recompensados por isso. A melhor forma de aprender é quando a aprendizagem é também divertida. Bem também por isso é que jogos de computador e videojogos são professores quase naturais. Outro aspeto importante é que os videojogos aumentam a confiança das crianças e as... porque aprendem e... tornam-se mestre nesses jogos e aumenta a sua autoestima. Muitas vezes os jogos têm dificuldades ajustáveis e claro, primeiro jogamos como um principiante num nível fácil e por causa da prática constante vamos lentamente tornando... ganhando mais... (pausa extensa) Tornamo-nos melhor no desempenha e podemos com isso aumentar a dificuldade e claro vamos aumentar também a nossa autoestima e a nossa... e é uma atitude que nós podemos transferir para a vida real. Outro benefício é que jogos que envolvem multiplayer por exemplo ou que podemos interagir com pessoas de outros países, leva as crianças a que possam e que devam trabalhar em equipa para atingir um certo objetivo com os parceiros. As crianças ouvem as instruções uns dos outros, formulam planos entre eles e distribuem as tarefas durante o jogo baseadas nos... Nos pontos fortes de cada um e alguns jogos são feitos quase mundialmente até e podem introduzir um jogador a outros jogadores de outras nacionalidades, de outras culturas e isto cria amizade entre várias pessoas. De forma a concluir gostava de dizer que jogar videojogos é muito mais seguro do que ter adolescentes a tomar drogas ou álcool ou outro tipo de atividade mais perigosa no mundo real. Bem eu agora vou dar algumas recomendações para videojogos, que nós como pais devemos ter em conta quando estamos a monitorizar o jogo e a nossa criança e outras atividades como por exemplo ver TV ou outro tipo de media. Devemos ter quando estamos a comprar um jogo para a nossa criança, devemos ver a rating na caixa que é a idade. A idade mínima para jogar... qual é a idade apropriada para que uma criança possa jogar. Também ver o material que... a que a criança tem para poder jogar e também ter em conta a maturidade da nossa criança porque vários jogos dependem e têm vários tipos de maturidade. Também devemos ter em conta quais são os ativos do jogo porque isso podem levar com que a criança deva criar vários planos e devemos ter em conta qual é o nível de complexidade desse jogo, também depende das... dos efeitos negativos que o jogo tem porque pode ser mais violento que o normal. Isto conclui o

meu discurso por hoje, gostava de vos agradecer muito pela vossa atenção e estarei disponível para responder a qualquer pergunta que possam ter. Muito obrigado, adeus.”

j)

“Boa noite senhoras e senhores,

Gostaria de convidá-los a esta conferência sobre jogos de computador e videogames. No meu discurso de hoje vou falar sobre os bons efeitos destes jogos em crianças. Os videogames e jogos de computador assim como qualquer outra atividade popular é considerada pela maior parte dos pais um desperdício de tempo ou pior. Talvez pensem que estes jogos fazem... Alguns especialistas que pensam que... que dizem que este tipo de jogos são a razão alguns adolescentes ou adultos ficam agressivos e mostram (uh)... Possam serem antissociais. Mas há muitos cientistas que pensam que estes jogos (uh) mostram os seus benefícios. O principal é que objetivo é que faz uma criança mais inteligente. Isto porque um videogame faz com... faz, ensina a criança (uh) algumas habilidades que podem ajudar a criança no futuro portanto eu vou falar sobre os benefícios de videogames e de jogos de computador de acordo com especialistas em jogos. Como podem antes vou falar dos bons efeitos e quais são estes bons efeitos? Por exemplo, os videogames fazem um exercício mental às crianças. Muitos videogames têm habilidades, competências que as crianças precisam... que precisam de saber nos videogames. E estas competências são... são benéficas claro. Algumas destas habilidades por exemplo, seguir ordens, resolução de problemas, (uh) (uh)... (uh) habilidades motoras. Por exemplo em jogos de, de tiros, a personagem está a andar de um lado para o outro e o jogador tem que apontar a arma a esta personagem, enquanto esta personagem está a correr. Isto requer que a criança, o jogador mantenha contacto com a posição da criança... da personagem desculpem, e calcular a velocidade e apontar a arma e todos estes elementos têm que ser tomados em consideração quando o jogador está a coordenar a... (pausa extensa) Ou seja o cérebro tem que coordenar e interpretar o movimento da mão. Isto claro que fortalece a coordenação entre a mão e o olho e o jogador tem que tornar-se... tem que estar atento ao que vê em combinação com o espaço... com o espaço que o personagem (uh) se está a mover. Outros benefícios por exemplo incluem (uh) competências como logística, multitasking ou e gestão de múltiplos objetos. Por exemplo, em jogos de estratégia, por exemplo quando estão a construir uma cidade ou outra coisa qualquer... isto... (uh) obriga o jogador a

ser flexível, a tomar decisões rápidas e se necessário (uh) mudar de tática. Isto são habilidades, competências que têm, que são treinadas quando se joga videogames... jogos de vídeo... e as vezes o jogador faz isto durante todos os segundos do jogo. De acordo com cientistas (uh)... os jogos de batalha ou os jogos de guerra, estes jogos são um instrumento de treino situações do mundo real. Há muitos estudos que sugerem que a jogar este tipo de jogo (uh) habilita o cérebro a fazer decisões rápidas, tomar decisões rápidas. E jogar estes jogos (uh) fazem... fazem ser bastantes, fazem com que seja bastante parecido como um trabalho científico. Assim como uma criança no laboratório, os jogadores num jogo também têm de criar novas hipóteses e se uma hipótese não funciona o jogador tem de mudar e ter uma... mudar de hipótese, solução e tomar uma nova. Isso acontece quando jogos, quando este tipo de jogos tentam uma série de combinações de armas e se uma não funciona uma ou outra irá funcionar. Outro benefício é que este jogos... (uh) fazem vivenciar experiências que são essenciais viver. Estes jogos introduzem também às crianças (uh) e o mundo online. E deve acontecer que hoje em dia estamos a viver num mundo sofisticado de alta tecnologia e os videogames, os videojogos fazem com que as crianças (uh) se adaptem facilmente a esta evolução. E isto não é só tão... tipicamente não são... são tipicamente interessantes para os adultos porque não são tão interessados neste tipo de tecnologia. Videojogos também fazem com que você e o seu filho (uh) possam jogar juntos e isto pode ser uma atividade para criar laços. Alguns (uh) jogos são atrativos a crianças como também a adultos e isso pode ser algo que o pai e o filho pode pegar. Quando a sua criança sabe mais que você pode ensina-lo como jogar e você pode compreender as competências da sua filha, do seu filho e das suas competências. Videojogos fazem também com que aprender seja divertido. (uh) A sua criança gosta deste tipo de jogos por causa das cores, animação. Elas também gostam de interatividade e de desafios. Durante o jogo e bem quando são bem-sucedidos são recompensados por isso e a melhor forma de aprender é quando o aprendiz, quem está a aprender está a ter, está se a divertir ao mesmo tempo e é por isso que os videojogos e jogos de computador são professores naturais. Outro aspeto importante é que videojogos (uh) aumentam (uh) a confiança do seu... a autoconfiança e a autoestima no seu... Muitos jogos, o nível de dificuldade é ajustável e bem no início começamos como principiante num nível fácil mas por estar sempre a praticar tornamo-nos mais confiantes e tornamo-nos bem-sucedidos quando estamos a jogar este tipo de jogos e estamos a aumentar a nossa autoconfiança e a nossa autoestima e também a atitude (uh) também a atitude que pode ser transferida para o

mundo real. Outro benefício é que jogos que envolvem (uh) múltiplos jogadores de diferentes nacionalidades como por exemplo, encorajam as crianças a trabalhar (uh) em cooperação e a atingir metas com um companheiro. Portanto (uh) as crianças ouvem umas às outras e formam planos em comum e distribuem as tarefas durante o jogo baseando-se nas competências de cada um. E alguns jogos são jogados online e também internacionalmente e isto pode introduzir a sua criança a jogadores de diferentes nacionalidades, de diferentes culturas e... e estas amizades de diferentes culturas. Bem, para concluir gostaria de dizer que jogar videogames é... é... é mais... que... é melhor que ver o seu filho a tomar drogas ou álcool. Portanto agora vou-lhe dar algumas recomendações para videogames. O pai deve monitorizar o... o... o vídeo... o videogame como outras atividades como ver TV ou outro qualquer tipo de media. Também deve ao comprar um videogame para dar a sua criança, deve ver a idade recomendada na caixa, para idade é recomendada e... Verificar a maturidade do seu filho porque a idade cronológica não é necessariamente a mesma medida para a maturidade. Além disso também deve escolher jogos que requerem o jogador a, a criar estratégias, a tomar decisões inteligentes no jogo, (uh) e que seja mais, que seja mais complexo que simplesmente bater, ou que tenha qualquer tipo de aspetos negativos que há nos jogos. Isto conclui a minha palestra de hoje, gostaria de vos agradecer imenso pela vossa atenção e gostaria... e estou disposto a responder a qualquer pergunta que tenham. Muito obrigado, adeus.”

k)

“Boa noite senhoras e senhores,

Eu gostava de vos dar as boas vindas a esta conferência sobre jogos de vídeo e de computador e no meu discurso de hoje irei falar especificamente sobre os bons efeitos destes jogos nas crianças. Os jogos de vídeo e de computador como muitos, muitas atividades de entretenimento são consideradas por muitos pais como algo que é uma perda de tempo. Os pais pensam que estes jogos podem ser maus para o cérebro. Existem alguns especialistas que pensam que os jogos de vídeo violentos são a razão pelas quais, pela qual alguns adolescentes e jovens adultos se tornam violentos ou têm um tipo de comportamento antissocial. Também existem muitos cientistas que na realidade pensam que estes jogos de vídeo têm muitos benefícios e o principal é que estes jogos (uh) tornam as pessoas crianças espertas. Isso é porque os jogos de vídeo

podem de fato ensinar as crianças a pensar e muitas capacidades de pensamento que vão necessitar no futuro. Portanto hoje irei falar sobre os benefícios de jogos de vídeo e de computador de acordo com os especialistas de crianças. Como mencionei anteriormente irei falar sobre os efeitos positivos dos jogos de vídeo e quais são estes (uh) aspetos positivos? Por exemplo, jogos de vídeo dão às vossas crianças, ao cérebro das vossas crianças um exercício real e muitos jogos de vídeo têm muitas competências que as crianças e os adolescentes precisam para se tornarem bem-sucedidos nos jogos de vídeo e estas competências quando treinadas são benéficas claro. Algumas destas competências incluem por exemplo, seguir instruções, resolver problemas e ter coordenação e algumas capacidades motoras. Por exemplo nos jogos de tiros, a personagem passa de um lado para o outro e o jogador tem que apontar e a arma desta personagem enquanto a personagem corre de um lado para o outro. Isto requer que o jogador mantenha atenção na posição da personagem (uh) á velocidade, onde a arma está apontada, se está a atingir o inimigo, etc. Todos estes elementos têm de ser considerados e o jogador tem de coordenar a interpretação do cérebro e a reação com o movimento da mão. E isto requer uma grande coordenação entre o olhar e as mãos e o jogador tem de ter atenção aquilo que vê combinado com o espaço onde a personagem se está a mover. Outros benefícios incluem por exemplo, competências como a gestão de recursos, (uh) fazer várias tarefas ao mesmo tempo e gerir vários objetivos, por exemplo, nos jogos de estratégias, desenvolver algo uma surpresa inesperável pode surgir e isto força o jogador a ser flexível, a tomar decisões rapidamente e necessita de trocar rapidamente de tática. Isto também são competências que podem ser treinadas ao jogar jogos de vídeo e por vezes, o jogador faz isso a cada segundo de jogo. De acordo com investigadores os jogos que simulam eventos com stress, por exemplo batalhas ou de guerra, este tipo de jogos são uma ferramenta de treino para situações reais. Existem vários estudos que sugerem que jogar estes jogos de ação, treina o cérebro para fazer decisões rápidas, a ter decisões rápidas e jogar estes jogos é bastante semelhante a trabalhar num projeto de ciências, como por exemplo os estudantes ou os cientistas num laboratório, os jogadores também têm que encontrar uma hipótese e se uma hipótese não resulta, o jogador têm de mudar de hipótese e tentar uma nova. E podemos ver isto, por exemplo, quando os jogadores nestes jogos de ação ou de batalha tentam várias combinações de armas e mudam de armas, se uma não resulta a outra provavelmente resultará. Outro benefício é que estes jogos de vídeo também dão experiências e estas experiências são fundamentais para aprender. Estes jogos também introduzem às

crianças os computadores, as tecnologias e o mundo online. Deve reconhecer que hoje em dia vivemos (uh) num mundo das tecnologias bastante sofisticado e os jogos de vídeo fazem com que as crianças se adaptem e se sintam confortáveis com o conceito dos computadores e das novas tecnologias em geral. E isto é especialmente importante para as raparigas que normalmente não têm tanto interesse nas tecnologias como os rapazes. Os jogos de vídeo também permitem que você e as suas crianças joguem juntos e isso pode ser uma atividade que permite a criação de laços. Alguns jogos são bastante atrativos e para adultos e isto pode ser algo que pais e crianças partilhem em comum. Quando uma criança sabe mais do que você pode ensinar-lhe a jogar e você pode compreender as competências da sua criança e os talentos e capacidades. Os jogos de vídeo também tornam a aprendizagem divertida. A sua criança gosta destes jogos por causa das cores, da animação e também as crianças gostam da interatividade, dos desafios durante o jogo e quando são bem-sucedidos eles têm um prémio por isso. E a melhor forma de aprender é quando a pessoa que está a aprender está a divertir-se ao mesmo tempo e isso é o motivo pelo qual os jogos de vídeo e de computador são professores naturais. Outro aspeto importante é que os jogos de vídeo aumentam a autoconfiança da sua criança e a autoestima enquanto se tornam bem-sucedidos nos jogos. Muitos jogos o nível de dificuldade nesses jogos é ajustável. E primeiro, joga como iniciante num nível mais fácil e através da prática constante e pela construção lenta de competências torna-se mais confiante quando se torna bem-sucedido quando está a jogar estes jogos e aumenta a sua autoconfiança e autoestima e isso é uma atitude que pode ser transferida para a vida real. Outro benefício é que jogos que envolvem diversos jogadores de diferentes nacionalidades, por exemplo, encoraja as crianças a trabalhar em conjunto e a atingir objetivos com os parceiros. Portanto as crianças ouvem as instruções uns dos outros, formulam planos conjuntamente e distribuem essas tarefas durante o jogo baseadas nas competências. E alguns jogos são jogados online e também a nível internacional e isto pode apresentar à sua criança jogadores de diferentes nacionalidades, diferentes culturas e isto pode criar uma amizade entre diferentes pessoas. Para concluir eu gostaria de dizer que jogar jogos de vídeo é mais seguro do que ter os adolescentes a usar drogas, a beber álcool ou a fazer outro tipo de atividade perigosa no mundo real. Agora darei algumas recomendações para os jogos de vídeo. Deve monitorizar o jogo de vídeo tal como monitoriza outras atividades como por exemplo ver TV ou qualquer outro tipo de meio. Também quando comprar um jogo de vídeo para a sua criança deve ver quais são as recomendações na caixa, deve ver qual é

a idade para a qualquer é apropriada, e deve verificar obviamente o nível de maturidade da sua criança porque a idade cronológica não é necessariamente uma medida de maturidade. Para além de todos estes aspetos também deve escolher jogos que requeiram que o jogador tenha de criar estratégias, tenha de fazer, tomar decisões inteligentes no jogo, no ambiente do jogo, seja mais complexo do que simplesmente dar murros, roubar, matar e todos estes aspetos negativos que existam no jogo. Isto conclui o meu discurso de hoje, gostaria de agradecer a vossa atenção e terei muito gosto em responder a qualquer pergunta que tenham. Muito obrigado, adeus.”

## 2.3 Questionnaire

### Mestrado de Tradução e Interpretação Especializadas

**Leia, por favor, com atenção, as seguintes instruções, antes de iniciar o seu trabalho.**

7. Preencha o quadro inicial com o n.º do seu aparelho. De seguida efetue a primeira medição e preencha o Valor Inicial da Tensão e Batimentos Cardíacos.
8. Verta para português o discurso proferido em inglês, em modo interpretação simultânea.
9. Imediatamente após verter o discurso para português, efetue uma segunda medição e preencha o Valor Final da Tensão e Batimentos Cardíacos
10. Responda, agora, às questões **1, 2 e 3**, selecionando apenas uma das opções em cada das alíneas.
11. Ouça a sua interpretação e responda às alíneas da questão **4**.
12. Ouça a interpretação de um(a) colega e responda às alíneas da questão **5**.

**Gratos pela colaboração!**

## Mestrado de Tradução e Interpretação Especializadas

**Nº. do Aparelho de Tensão:**

<b>Valor Inicial</b>	Tensão:
	Batimentos Cardíacos:
<b>Valor Final</b>	Tensão:
	Batimentos Cardíacos:

## 1 - Discurso

---

a) O discurso foi:

- Pouco extenso
- Normal
- Bastante Extenso
- Muito Extenso

b) O discurso foi:

- Simples
  - Algo Complexo
  - Complexo
  - Muito Complexo
- 

c) O discurso apresentava terminologia difícil?

- Sim
- Não

d) A velocidade do discurso foi:

- Lenta
  - Normal
  - Rápida
  - Muito Rápida
- 

e) O orador tinha uma dicção:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

## 2 - Questões Técnicas

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| a) A qualidade do som era:            | b) Notou alguma interferência no som? |
| <input type="checkbox"/> Má           | <input type="checkbox"/> Sim          |
| <input type="checkbox"/> Boa          | <input type="checkbox"/> Não          |
| <input type="checkbox"/> Bastante Boa |                                       |
| <input type="checkbox"/> Muito Boa    |                                       |

Se respondeu Sim na questão 2 – b), por favor indique se tal incómodos afetaram a sua prestação.

## 3 - Questões relacionadas com o Stress

- |  |   |
|--|---|
| e) Sentiu (...) stress no início da sua prestação? | f) Se sentiu stress, aponte se no final da sua prestação sentiu (...) stress, em comparação ao início da sua prestação. |
| <input type="checkbox"/> Nenhum                    | <input type="checkbox"/> Menos  |
| <input type="checkbox"/> Algum                     | <input type="checkbox"/> Mais   |
| <input type="checkbox"/> Bastante                  |   |
| <input type="checkbox"/> Muito                     |   |

- g) Considere a primeira situação de interpretação presencial. O nível stress foi mais ou menos elevado nesta situação de avaliação sumativa (int. conferência)?
- Mais
- Menos

Indique algumas razões.

- |  |   |
|--|---|
| h) O stress, se sentido, afetou a sua prestação? | i) Utilizou alguma técnica para se sentir mais confortável durante a sua prestação? |
| <input type="checkbox"/> Sim                     | <input type="checkbox"/> Sim  |
| <input type="checkbox"/> Não                     | <input type="checkbox"/> Não  |

Se respondeu Sim na questão 3 – e), por favor indique qual/quais técnicas e de que maneira ajudaram.

## 4 - Relativamente ao seu trabalho de interpretação

---

a) A sua prestação foi:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

b) A sua entoação foi:

- Desadequada
- Pouco Adequada
- Adequada

---

c) Quantas hesitações registou durante a sua prestação?

- Muito poucas
- Poucas
- Bastantes
- Muitas

d) Quantos segmentos inacabados registou?

- Muito Poucos
  - Poucos
  - Bastantes
  - Muitos
- 

## 5 - Relativamente ao trabalho do(a) colega

---

a) A prestação foi:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

b) A entoação foi:

- Desadequada
- Pouco Adequada
- Adequada

---

c) Quantas hesitações registou durante a prestação?

- Muito poucas
- Poucas
- Bastantes
- Muitas

d) Quantos segmentos inacabados registou?

- Muito Poucos
  - Poucos
  - Bastantes
  - Muitos
- 

**Gratos pela colaboração!**

## **3 Third Experiment**

### **3.1 Speech**

“The reason why I chose this topic is not just because I’m a product of it, so to speak, but I work within the system and I truly believe in its benefits.

I think a good starting point is defining what I mean by International secondary education or international education in general. This is the group of international schools scattered across the world. An international school is a school that promotes international education, in an international environment, either by adopting a curriculum such as that of the IB, or Cambridge International Examinations, or by following a national curriculum different from that of the school's country of residence.

These schools cater mainly to students who are not nationals of the host country, such as the children of the staff of international businesses, international organizations, foreign embassies, missions, or missionary programs. But also, many local students attend these schools to learn the language of the international school and to obtain qualifications for employment or higher education in a foreign country.

I can say that at CLIP - the international school where I work we have 25 different nationalities and perhaps 60% of all student are Portuguese.

Increased movement of people around the globe has created a generation of children growing up and residing in foreign countries, creating and expanding this market for international schools that can cater for their educational needs.

For example: In April 2007 there were 4,179 English-speaking international schools, number expected to set to rise with globalisation. Worldwide entries for the University of Cambridge International General Certificate of Secondary Education (also known as IGCSE) for the June 2009 examination session are up by almost 20% on the same session last year. This indicates that despite the global financial crises education is still a valued investment. International schooling allows children to become global

citizens by providing a rigorous and comprehensive education with full immersion into multiple languages and cultures.[4]

International schools typically use curricula based on the school's country of origin. The most common international schools represent Education in the United Kingdom or Education in the United States. Others may use curricula specially designed for international school such as the International General Certificate of Secondary Education. These are predominantly committed to internationalism, developing the global citizen, providing an environment for optimal learning, and teaching in an international setting that fosters understanding, independence, interdependence, and cooperation.

Like other schools, international schools teach language arts, mathematics, the sciences, humanities, the arts, physical education, information technology, and design technology.

A lot of teaching is also done in the local language where the school is based.

For example, at CLIP, arts, Physical education, all subjects related to Portugal like language and history are taught in Portuguese.

We aim to provide a bilingual education.

This next section is about the benefits to students of studying in international schools

There are cultural benefits and academic benefits

Exposure to a variety of different cultures and backgrounds can be extremely enriching for a child, and international schools offer this experience. The international curriculum such as the International Baccalaureate, incorporates a wider world view into the teaching process and encourages students to engage with other world cultures. This curriculum is acknowledged and used across the world and is recognised as an excellent form of education to the point that it improves chances of entering higher education. As a rule, international schools believe in the importance of diversity and the

celebration of difference, allowing students to grow up into emotionally mature, well-rounded individuals with a better understanding of the world around them.

This celebration of diversity is also expressed through international schools' renowned focus on extra-curricular activities. This is a great way to nurture and develop a students' creativity and imagination. Children that participate in extra-curricular activities are less likely to experience behavioural problems and also show improvements in focus and drive; they can also help children to better develop confidence in problem-solving skills and critical thinking. Children can discover and explore new talents and be encouraged in their new skills, proving that it's not just their education that contributes to their development as individuals.

Some evidence also points to possible economic benefits of bilingualism, as it's a skill greatly valued by prospective employers.

Bilinguism is one of the objectives of international schools.

Recently, we've heard a lot about cognitive benefits. Researchers hypothesize that the cognitive multitasking involved in speaking more than one language may act as a protection against dementia.

And finally there is the social aspect:

Friends for life: As you are likely to be foreigner in the country where you live you are more likely to develop strong bonds in school. In my case, there were 10 students in my Form 12 and, 8 nationalities and we are all still in contact.

Now let's quickly look at the disadvantages:

Children who go to international schools often find themselves neither part of the culture of the country they are in, nor the country they are from, merely an approximation of it.

Some students mention loosing friends as there are lots of students continuously arriving and leaving. One of my students' who is the daughter of missionary, has never

stayed in one country for more than 3 years. We have lots of kids whose parents are professional sportsmen who move around a lot.

A big disadvantage is normally the school's fees associated with these schools.

Finally, just to conclude, it's been proven repeatedly that learning in an international school opens doors for its students. Studies have shown that children from international schools are more likely to attend college and university and their international education puts fewer limits and restrictions on them. The chances are high that they will leave the country competent in more than one language and with enough knowledge and understanding of world culture to smoothly transition in higher education of working conditions. Being able to speak more than one language is very important for anyone with ambition; it allows you to travel the world and carry out international business matter with ease. It signifies a growing trend; with around 60% of the world's children now speaking more than one language, it would seem that the international approach to education is the way forward."

## 3.2 Transcribed Interpretations

a)

“Boa noite a todos,

Hoje vou falar sobre a educação secundária internacional. Penso que um bom ponto de partida será definir o que se entende por educação internacional. Isto é um grupo de escolas internacionais espalhadas por todo o mundo. Uma escola internacional é uma escola que promove a educação internacional num ambiente internacional que é por adotar um currículo, por exemplo do ABI ou do Cambride... os exames internacionais de Cambridge ou então um currículo diferente do país de residência da escola. Estas escolas são principalmente direcionadas a alunos estrangeiros, como por exemplo, filhos dos trabalhadores das (uh) pessoas que trabalham para as embaixadas e programas de missionários. Mas também muitos alunos locais vão a estas escolas para aprender a língua das línguas internacionais e para obter qualificações para uma educação superior num outro país. Posso dizer que no CLIP, que é a escola internacional na qual eu trabalho, nós temos 25 nacionalidades diferentes e possivelmente 65% de todos os alunos são portugueses. O movimento, o aumento do movimento de pessoas pelo mundo aumenta o número de crianças a viverem em países estrangeiros o que aumenta o mercado e também as suas necessidades. Por exemplo, em abril de 2007 existiam 4109 escolas internacionais, um número que se espera aumentar devido à globalização. As entradas de todo o mundo para a Cambridge... para o exame de junho de 2002 aumentaram cerca de 20% do que na mesma sessão do ano passado. Isto indica que apesar da crise global, a educação ainda é um investimento válido. A educação internacional permite às crianças tornarem-se cidadãos internacionais ao providenciar-lhes (uh) uma imersão em diferentes línguas e culturas. As escolas internacionais utilizam os currículos normais, das escolas normais, as mais comuns representam a educação no Reino Unido e nos Estados Unidos. Outros poderão utilizar currículos desenvolvidos especialmente, como por exemplo o Certificado Internacional de Educação Secundária, estes estão predominantemente comprometidos para desenvolver a educação e também ensinar neste ambiente promove a compreensão e uma cooperação independente. Como outras escolas, as escolas internacionais lecionam artes, matemática, ciências, humanidades, educação física, informações tecnológicas, entre outros. Muita da educação é feita na língua em que a escola se baseia. Por

exemplo no CLIP, artes, educação física e todas as disciplinas relacionadas com Portugal e com a história de Portugal são lecionadas em português. Nós tentamos providenciar uma educação bilingue e é especialmente aqui que eu vou focar o meu discurso, especialmente sobre os benefícios para os alunos que estudam nestas escolas internacionais. Existem benefícios culturais e académicos. A exposição a diferentes culturas poderá ser muito enriquecedora para uma criança e as escolas internacionais oferecem esta experiência. O currículo internacional como o Bachelard internacional engloba uma visão global do processo de ensinar e familiarizam os alunos com outras culturas. Isto é utilizado em todo o mundo e é reconhecido como uma excelente forma de educação por promover as... as hipóteses de entrar numa educação superior. As escolas validam a importância da diversidade e das diferenças e permitem aos alunos a evoluir e a amadurecer como indivíduos com melhor entendimento do mundo à sua volta. Esta celebração da diversidade também é expressada por escolas internacionais que se focam em atividades extracurriculares. Isto é uma boa forma de promover a criatividade e imaginação das crianças. As crianças que participam em atividades extracurriculares têm menos probabilidade de sofrer problemas comportamentais e também mostram melhorias em concentração, também desenvolve a confiança e capacidades de resolver problemas e pensamento técnico. As crianças podem descobrir e explorar novos talentos e serem encorajados nestas habilidades. Isto comprova que não é só educação que ajuda o seu desenvolvimento como indivíduos. Também existem benefícios económicos em ser bilingue e é uma característica bastante valorizada pelos empregadores. Ser bilingue é um dos objetivos das escolas internacionais. Recentemente ouvimos também sobre os benefícios cognitivos. Os investigadores acreditam na hipótese que o multitasking simultânea mais que uma língua poderá funcionar como uma proteção contra a demência. Também existe o aspeto social: Amigos para toda a vida. Existe uma grande probabilidade para ficarem fluentes na língua onde estão. Existe uma grande probabilidade de criarem laços na escola. No meu caso existiram 10 alunos no meu 12º de 8 nacionalidades e ainda estamos todos em contacto. Vamos rapidamente ver as desvantagens. AS crianças que vão para escolas internacionais normalmente estão desenquadradas da cultura do país, nem do país de que são, nem sequer uma aproximação. Alguns alunos mencionam a perda de amigos como existem muitos amigos que estão sempre a chegar e a partir. Um dos meus alunos que é filha de um missionário nunca ficou num país durante mais de 3 anos. Temos muitos, muitas crianças cujos pais são desportistas e que se movem muito. Outra

desvantagem será as próprias destas escolas. Finalmente, para concluir já foi provado repetitivamente que aprender em escolas internacionais, abrem portas para os alunos. Os estudos mostram que as crianças das escolas internacionais têm mais probabilidade de ir para a faculdade e a educação internacional coloca menos restrições para estas crianças. As probabilidades são altas de que irão sair do país competentes em mais de que uma língua e com conhecimento suficiente do mundo para fazer uma transição suave entre o estudo superior e trabalho. Ser capaz de falar mais do que uma língua é importante para qualquer pessoa com ambição. Isto permite-vos viajar pelo mundo e efetuar negócios internacionais de uma forma muito fácil. Representa uma moda global com cerca de 60% das crianças atualmente a falar mais de uma língua. Parece que a abordagem à educação internacional é a forma adequada. Muito obrigada pela vossa atenção.

b)

“Boa tarde a todos,

Hoje vou falar sobre educação secundário internacional. Acho que um bom ponto de partida é definir o que é que quero dizer com este tipo de educação ou educação internacional em geral. Isto é um grupo de escolas internacionais espalhadas pelo mundo. Uma escola internacional é uma escola que promove a educação internacional num ambiente internacional e ao adotar um currículo da IB, ou dos... dos... parâmetros de Cambridge ou outro qualquer, outro qualquer padrão adotado pelo país da escola. Estas escolas atendem aos alunos que não são (uh) que não são nativos do país, como por exemplo, aqueles de negócios internacionais, organizações, embaixadas, missões ou programas missionários. Mas também muitos estudantes locais também aprendem as línguas da escola internacional nestas escolhas ou obter qualificações de emprego ou educação superior noutro país. Posso dizer que at CLIP que é a escola onde eu trabalho, perdão posso dizer que no CLIP, a escola internacional onde eu trabalho, temos 5 nacionalidades diferentes e talvez 60% de todos os alunos são portugueses. O movimento por volta do mundo criou uma geração de crianças que cresce noutros países e expande o mercado de escolas internacionais que atendem a necessidades especiais. Por exemplo, em abril de 2007 haviam 4169 escolhas internacionais que falavam inglês. O número que se esperava que subisse com a globalização. Isto foi... isto dado ao certificado para o as... de... Dado a um certificado de Cambridge para uma sessão de junho. Isto indicava que apesar das dificuldades financeiras, isto é um bom

investimento. Estas escolas fazem com que as crianças se tornem alunos com uma grande imersão em várias línguas e culturas. As escolas internacionais tipicamente têm um currículo baseado na escola do país. Mais típico representa a educação no Reino Unido ou nos Estados Unidos. Outros utilizam currículos especiais... criados especialmente para escolas internacionais como o certificado geral de escolarização secundária. Isto são (uh)... eles estão... a desenvolver uma... que... o meio em que promove cooperação, compreensão e também outro tipo de ensino e aprendizagem. Outras escolas ensinam escola... (uh) artes humanidades, educação física, matemáticas, informática... tecnologias de informação, design e também de ciências. Muita muita aprendizagem é feita onde a escola se situa. Por exemplo, at CLIP a educação física, a arte e também outras cadeiras rel... relevantes a Portugal são feitas em português. Nós optamos por uma educação bilingue e é disto que eu vou agora focar-me o meu discurso na próxima sessão. É sobre os benefícios que os alunos têm ao estudar nestas escolas internacionais. Existem benefícios culturais e académicos. A exposição a culturas e passados diferentes pode ser bastante enriquecedor para uma criança e as escolas internacionais oferecem esta experiência. O currículo internacional tal como o... o Bachelor internacional incorpora uma vista mundial na aprendizagem e incentivam as crianças a participar nestes tipo de eventos. Este currículo é reconhecido e utilizado pelo mundo e é reconhecido como uma boa forma de educação no ponto que isto melhora as hipóteses de entrar no ensino superior. Como regra as escolas internacionais acreditam na importância da diversidade, na celebração da diferença, permitindo os alunos crescer num ambiente, crescerem como com em pessoas com maior conhecimento do mundo à volta delas e com maturidade. Isto é expresso com escolas internacionais com atividades extracurriculares que é uma boa maneira de... de desenvolver a imaginação e criatividade da criança. As crianças que participam nestas atividades têm menos probabilidades de ter problemas comportamentais e têm melhor atenção e vontade. Têm melhor confiança, desenvolvem capacidades de pensar melhor e também de resolver problemas de forma melhor. Elas podem descobrir e esperar novos talentos e serem encorajados em novas... em novas skills. Isto promove o seu desenvolvimento como indivíduos. Algumas provas também apontam, apontam para os benefícios económicos de ser bilingue e isto é uma, uma característica que é valorizada pelos, pelos empregadores. Bilinguismo é algo que é valorizado pelas escolas. Recentemente nós ouvimos muito sobre benefícios cognitivos. Os pesquisadores hipotizam que multitasking de falar várias línguas pode agir como proteção contra demência. E

finalmente existe também o aspeto social: amigos para a vida. Como vocês podem ser diferentes num país onde vivem, podem desenvolver boas relações na escola. No meu caso havia 10 alunos no meu form 12 de várias nacionalidades, de 8 delas que ainda temos contacto com elas. Vamos agora ver as desvantagens. As crianças que vão a estas escolas muitas vezes encontram-se não fazendo parte da cultura do país de onde vêm, apenas uma aproximação dela. Alguns alunos dizem que perdem amigos porque existem vários alunos que continuam a vir e a sair. Um dos meus alunos que é uma filha de um missionário, nunca permaneceu num país durante mais de 3 anos. Temos muitas crianças cujos pais são desportistas profissionais que viajam muito. Uma grande desvantagem é as taxas de escola associadas a estas escolas. Finalmente, só para concluir, foi provado repetidamente que aprender em escolas internacionais abre portas para os alunos. Estudos provaram que as crianças de escolas internacionais têm mais probabilidade de frequentar universidades e este tipo de... de educação põe menos limites nelas. As oportunidades são tantas que podem ter mais competências numa língua e conhecimento suficiente da cultura do mundo para conseguir transitar de uma educação superior para condições de trabalho. Falar mais do que uma língua é muito importante para qualquer pessoa com ambição. Isto permite viajar pelo mundo e fazer negócios internacionais com mais facilidade. Isto significa uma... uma... uma moda crescente em que uma criança fala mais que uma língua. Isto nota-se que (uh) a aproximação internacional da aprendizagem é a via para o futuro. Muito obrigado por me ouvirem.”

c)

“Boa noite a todos, hoje vou falar sobre educação secundária internacional. Acho que um bom ponto para começar-mos é definir o que eu quero dizer com educação secundária internacional ou educação internacional no geral. Isto é um grupo de escolas internacionais por todo o mundo. Uma escola internacional é uma escola que promove educação internacional num ambiente internacional ao adotar um programa como o do IB os exames internacionais de Cambridge e seguir um currículo nacional diferente do país de residência da escola. Estas escolas são principalmente para alunos que não são nacionais do próprio país tal como crianças do staff de organizações internacionais, embaixadas estrangeiras ou programas de missionários. Mas também muitos alunos locais vão a estas escolas para aprender a língua da escola internacional e para obter qualificações para um trabalho ou uma educação superior num país estrangeiro. Posso

dizer que na CLIP, que é a escola internacional onde eu trabalho, temos 25 nacionalidades diferentes e talvez 60% de todos os alunos são portugueses. O maior movimento de pessoas por todo o globo criou uma geração de crianças que crescem e residem em países estrangeiros criando e expandindo este mercado para escolas internacionais que se encontram às suas necessidades. Em abril de 2007 havia 4179 escolas internacionais em inglês, o número esperava-se que viesse a subir com a globalização. As entradas globais na certificado de Cambridge de educação secundária subiu quase 20% na mesma sessão do ano passado. Isto indica que apesar da crise financeira global a educação ainda é um investimento válido. O ensino internacional permite que as crianças se tornem cidadãos globais ao fornecer uma educação rigorosa e compreensiva com uma imersão completa em várias línguas e culturas. Escolas internacionais usam tipicamente programas no país de origem. Por exemplo, educação no Reino Unido ou nos Estados Unidos. Outros podem usar programas especialmente desenhados para escolas internacionais. Como o certificado geral internacional de educação secundária. Estes são predominantemente comprometidos a internacionalizar, a desenvolver o cidadão global, a fornecer um ambiente para aprender da melhor forma e ensinar num cenário internacional que promove compreensão e cooperação independente. Como outras escolas, as escolas internacionais ensinam, línguas, artes, matemática, ciências, humanidades, artes, educação física, tecnologias de informação e tecnologias de design. Muito ensino também é feito na língua local do país onde a escola se encontra. Por exemplo, na CLIP, arte, educação física e todas as disciplinas relacionadas com Portugal como a língua e história são ensinadas em português. Queremos fornecer uma educação bilingue e é precisamente este o objetivo do meu discurso nesta próxima secção, é sobre o benefício dos estudantes em estudar nestas escolas internacionais. Há benefícios culturais e benefícios académicos. Ao serem expostos a várias culturas pode ser muito enriquecedor e as escolas internacionais oferecem esta experiência. O programa internacional como o Bacharelato internacional incorpora uma visão mais abrangente e encoraja os alunos a interagirem com outras culturas. Este programa é usado em todo o mundo e é reconhecido como uma forma excelente de educação ao ponto de melhorar as hipóteses de entrar no ensino superior. No geral as escolas internacionais acreditam na importância da diversidade e na celebração da diferença, permitindo que os alunos cresçam para se tornarem indivíduos emocionalmente maduros com melhor entendimento do mundo à sua volta. Esta celebração de diversidade também é expressada através de escolas internacionais e do

seu foco em atividades extracurriculares. Esta é uma forma excelente de nutrir e desenvolver a criatividade e imaginação de um aluno. As crianças que participam em atividades extracurriculares são menos prováveis de desenvolver problemas comportamentais e mostram melhorias na concentração e na sua motivação. Também pode ajudar as crianças a desenvolver melhor a sua confiança, a capacidade de resolver problemas e pensamento crítico. As crianças podem descobrir e explorar novos talentos e serem encorajados nas suas novas capacidades desde que não seja só a educação a contribuir para o seu desenvolvimento como indivíduos. Também poderá haver benefícios económicos no bilinguismo. É uma capacidade muito valorizada por possíveis empregadores. O bilinguismo é um dos objetivos das escolas internacionais. Recentemente, ouvimos muito falar dos benefícios cognitivos. Os investigadores põe a hipótese que o multitasking cognitivo e envolvido com o falar mais que uma língua pode proteger contra a demência. Finalmente também há um aspeto para social. Num escola as crianças são é mais provável criarmos amigos na escola. Na minha escola havia alunos de 8 nacionalidades e ainda todos estamos em contacto uns com os outros. Agora vamos ver as desvantagens. As crianças que vão às escolas internacionais muitas vezes encontram-se... sentam que não fazem parte da cultura do seu país nem do país de onde vieram, apenas uma aproximação. Alguns amigos dizem que perderam amigos porque há vários alunos que estão continuamente a entrar e a sair. Uma das minhas alunas filha de um missionário, nunca ficou num país mais do que 3 anos. Temos muitas crianças cujos pais são desportistas profissionais que mudam muito de casa. Outra desvantagem são taxas associadas a estas escolas. Tem sido provado repetidamente finalmente que aprender em escolas internacionais abre portas aos alunos. Estudos mostraram que crianças de escolas internacionais são mais prováveis de entrar numa universidade e a educação internacional impõe menos limites e restrições. Há muitas hipóteses deles virem a sair do país competentes em mais do que uma língua e com conhecimento suficiente e compreensão das culturas do mundo para fazer uma transição suave para o ensino superior e nas condições de trabalho. Conseguir falar mais do que uma língua é muito importante para qualquer pessoa para ambição. Permite-nos viajar pelo mundo e lidar com negócios internacionais com facilidade. Significa uma moda crescente onde 60% das crianças do mundo agora falam mais do que uma língua. Parece que uma aproximação internacional à educação é o caminho a seguir. Muito obrigado pela vossa atenção.”

d)

“Boa tarde a todos,

Hoje vou falar sobre a educação no ensino secundário internacional. Eu acho que um bom ponto de partida é definir o que eu entendo por educação secundária internacional ou mesmo a educação internacional em geral. Isto é um grupo de escolas internacionais disparadas por todo o mundo. Uma escola internacional é uma escola que promover uma educação internacional num ambiente internacional quer seja por adotar um currículo quer seja do IB ou os exames internacionais de Cambridge ou por seguirem um currículo internacional diferente do das escolas de residência. Estas escolas reúnem na maioria estudantes que não serão nativos do país natal tal como os filhos do staff das pessoas que trabalham nestas escolas, nas embaixadas ou em programa de missão. Mas também muitos estudantes locais vão (uh) a estas escolas para aprender a língua das escolas internacionais ou para obter qualificações para emprego ou para o ensino superior num país diferente. Eu posso dizer que no CLIP que é a escola onde eu trabalho, posso dizer que no CLIP a escola internacional onde eu trabalho, temos 25 nacionalidades diferentes e praí 60% de todos, da maior do número de alunos são portugueses. O movimento das pessoas à volta do mundo criou uma geração de crianças que crescem e vivem num país diferente do seu ao criar e expandir este mercado para escolas internacionais que podem tomar conta das necessidades destas pessoas. Por exemplo, em abril de 2007 haviam 4179 escolas formantes em inglês. O número que é esperado que aumente devido à globalização. As entradas para a Cambridge certificados para os exames de 2009 aumentaram cerca de 20% na mesma... do que na mesma sessão do ano anterior. Isto indica que apesar da crise financeira global, a educação ainda é um valor em que se deve investir. As escolas internacionais permitem que as crianças sejam cidadãos globais através de lhes fornecer uma educação compreensiva com emersão em línguas diferentes e culturas. As escolas internacionais usam o método de ensino da escola de origem. As escolas internacionais mais comuns representam a educação no Reino Unido ou nos Estados Unidos. Outras também podem usar métodos usados tais como o certificado internacional do ensino secundário. Estes são especialmente dedicadas ao internacionalismo, desenvolver o cidadão global, fornecer um ambiente e dar aulas a um cenário internacional que fomenta a interação, a dependência e a cooperação internacional. Tal como outras escolas, as escolas internacionais ensinam, línguas, artes, matemática, ciência, humanidades, artes,

educação física, formação tecnologia e tecnologia do design. Muito do ensino também é dado na língua local onde a escola está situada. Por exemplo, no CLIP, artes, educação física e todos os, as disciplinas relacionadas com Portugal como a história e as línguas são ensinados em português. Nós pretendemos dar uma educação global e é para isto que quero direcionar o meu discurso na minha próxima secção, sobre os benefícios para os estudantes que estudam nestas escolas internacionais. Há benefícios culturais e académicos. Exposição para várias culturas pode enriquecer uma criança e as escolas internacionais oferecem esta experiência. O currículo internacional tal como... Em que certificado internacional encoraja os estudantes a dedicar-se a outras culturas globais. Este currículo é conhecido e utilizado por todo o mundo e é reconhecido como uma forma excelente de educação para o ponto em que aumentar a possibilidade de entrar em estabelecimentos de ensino superior. Como uma regra as escolas internacionais acreditam na importância da diversidade e celebração da diferença, permitindo aos estudantes crescer e ficar mais velhos emocionalmente com uma melhor compreensão do mundo à sua volta. Esta celebração da diversidade também é expressa pelas escolas internacionais com foco nas atividades extracurricular. É uma forma muito boa para amadurecer e desenvolver a criatividade e imaginação dos estudantes. As crianças que participam nas atividades extracurriculares têm menos probabilidade de ter problemas de comportamento e mostram melhorias na concentração. Também ajudam as crianças a desenvolver melhor a sua confiança, em resolver problemas e pensamento crítico. As crianças podem descobrir e explorar novos talentos. Tendo em conta que não é só a sua educação que contribui para o seu desenvolvimento como indivíduos. Há provas que mostram benefícios económicos de ser bilingue e é uma aptidão muito valorizada pelos futuros empregadores. Pelo bilinguismo é um dos objetivos das escolas internacionais. Recentemente ouvimos muito sobre benefícios cognitivos. Pesquisadores criam a hipótese que a capacidade de pensar que está envolvida em falar duas línguas pode funcionar como uma proteção contra a demência. E finalmente também há o aspeto social: amigos para a vida. Como que podem ter formado numa cidade em que nasceram também formam laços muito fortes na escola. No meu caso houve 10 estudantes no meu secundário de 8 nacionalidades e todos ainda comunicamos. Vamos rapidamente olhar para as desvantagens. As crianças que vão para as escolas internacionais muitas vezes não se sentem parte da cultura do país ou da cultura da... Apenas uma aproximação aquilo. Alguns estudantes mencionam perder amigos porque há muitos alunos que estão sempre a chegar e a partir. Um dos meus estudantes que é

filha de um missionário, nunca esteve num país por mais de 3 anos. Temos muitas crianças cujos pais são atletas profissionais ou se mudam muitas vezes. Uma grande desvantagem é normalmente o preço associado a estas escolas. Finalmente apenas para concluir está provado que aprender numa escola internacional abre portas para os estudantes. Estudos demonstram que as crianças das escolas internacionais têm a maior probabilidade de vir para a universidade e uma educação internacional põe lhes limites e restrições as hipóteses são altas que eles vão sair do país competentes em mais do que uma língua e com conhecimento suficiente e compreensão da cultura do mundo para fazer a transição para a educação superior ou para o trabalho. Ser capaz de falar mais do que uma língua é importante para qualquer pessoa que tenha ambição, o que permite uma pessoa viajar o mundo e ter negócios internacionais e lidar com eles. Significa uma moda em crescimento. Cerca 60% das crianças do mundo não falam mais do que uma língua. Parecia que a... a educação internacional é uma forma de lidar com isso. Muito obrigada pela vossa atenção.”

e)

“Boa noite a todos,

Hoje falarei sobre a int... educação secundaria internacional. Acho que um bom ponto de começo é definir o que é que eu entendo por isto ou simplesmente por educação internacional no geral. Isto é um grupo de escolas internacionais no mundo inteiro e uma escola internacional é uma escola que promove educação internacional num ambiente internacional... Ou por seguir um currículo nacional diferente daquele que o da escola do país onde estão residentes. Este... Assim como crianças do staff de... embaixadas ou programas de missionários. Também há muitos estudantes locais para aprender a língua da escola internacional e para obter classificações ou uma educação mais alta num país estrangeiro. Eu posso dizer que no CLIP que é a escola que eu trabalhei... nós temos 25 nacionalidades diferentes e talvez 6% da escola... dos estudantes são portugueses. Há pessoas a trabalhar no mundo inteiro... criando uma, um mercado para escolas internacionais para... por exemplo. Em abril de 2016... havia 469 escolas internacionais. Um numero muito esperado por causa da globalização. (falta de informação e silencio prolongado)

Isto indica que apesar da crise financeira, a educação é ainda algo muito que é valorizado. Isto faz com que os estudantes sejam estudantes internacionais e que estejam atentos a novas culturas e a línguas estrangeiras. A mais comum representam a educação nos Estados Unidos e no Reino Unido. Outros podem usar currículos especialmente direcionados por escolas internacionais. Estão ligadas à internacionalização devolvendo os... (segmento incompreensível, palavras baralhadas). Como outras escolas, a escola internacional (uh) ensina ciências, humanidades, matemática, artes, educação física, línguas, informação da tecnologia e e desenho técnico e design. (Uh) Também é feito muitas no CLIP por exemplo, as artes e educação física e todas as disciplinas relacionadas com Portugal são ensinadas em português, como por exemplo a história. Isto é exatamente o que vou fazer, vou focar o meu discurso na próxima secção. Estudar nestas escolas internacionais é bom para estudantes porque há benefícios culturais e desc... esc.. escolares. Ter este tipo de background escolar é muito enriquecedor e o currículo internacional como por exemplo o Bachelor currículo internacional, tem uma visão do tipo de ensino e abraçar outras culturas. É usado no mundo inteiro e é feito para melhorar (uh) a educação mais elevadas. As escolas internacionais acreditam na diversidade e na celebração da diferença deixando os estudantes a crescer... e que percebam melhor o mundo que os rodeia. Esta celebração da diversidade é também expressada através das escolas internacionais que agora se focam em atividades curriculares. É uma boa ideia para celebrar a criatividade e imaginação dos estudantes. As crianças que participam nas atividades extracurriculares têm muito menos probabilidade de ter maus comportamentos e também pode ajudar os estudantes a melhorar a confiança e a... e... e nas suas capacidades. As crianças podem explorar novos talentos e encorajar nos seus capacidades. Não é só a educação que contribui para a sua educação como indivíduos. Há também alguns benefícios económicos na bilinguagem... e que é muito tomado em conta por empregadores. Recentemente nós ouvimos muito sobre os benefícios cognitivos. A hipótese é uma tarefa multi... de multitarefa e evita demência. E finalmente há também o aspeto social: amigos para sempre, para a vida. Está preste a ser formado no país em que nasceste, no meu caso havia 10 estudantes no... e 8 nacionalidades e estamos todos em contacto ainda. Vamos olha um bocadinho para estas (uh) vantagens. Estudantes que vão para as escolas internacionais, encontram-se dentro da cultura do país, ou dentro da cultura do país que eles são, que eles vêm. Alguns estudantes mencionam perder estudantes porque há muitos estudantes a saírem e

a entrar. Um dos meus estudantes era uma filha de um missionário e nunca ficou mais do que 3 anos num país. Temos muitos... crianças que estas crianças são filhas de desportistas internacionais. Finalmente, para concluir, é provado repetidamente que aprender nas escolas internacionais abre portas para os estudantes e estudos mostraram que as crianças que estudam nestas escolas são mais prováveis a... a com... a frequentarem universidades e ensinos superiores. E vão deixar o país com muitas competências e com muitas linguagens e têm muita competência para seguir numa educação mais alta, mais elevada. Ser capaz falar mais do que 2 línguas é muito importante para qualquer pessoa com ambição, permite-lhe viajar os mundos e ter negócios internacionais. 5% das crianças falam mais do que uma língua, parece que educação internacional é a forma de ir e de... Muito obrigada.”

f)

“Boa tarde a todos,

Hoje vou falar sobre educação secundária. Eu acho que um bom ponto de partida é definir o que eu quero dizer por isto ou... ou educação internacional no geral. Isto é o grupo de escolas internacionais que estão espalhadas pelo mundo e uma escola internacional é uma escola que promove educação internacional num ambiente internacional ou por adotar um currículo de... de IB ou Cambridge International Examination, ou por um currículo internacional do... da, da, do país de residência da escola. Estas escolas agradam mais alunos que não são internacionais como os filhos de donos de empresas internacionais, ou de embaixadas, ou de programas de missionários. Mas muitos locais vão à escola para aprender a linguagem da escola e para obter qualificações para emprego ou para educação superior num país estrangeiro. Posso dizer que na CLIP, que é a escola onde eu trabalho, desculpem, a escola internacional onde eu trabalho, temos 25 nacionalidades diferentes e talvez 60% de todos os estudantes são portugueses. Um número crescente de pessoas à volta do globo estão a crescer a residirem em países estrangeiros, criando um mercado que se expande para as escolhas internacionais que se adequem às necessidades educativas deles. Por exemplo, em abril de 2007 haviam 4100, mais ou menos 4100 escolas internacionais, um número que se espera que suba com a globalização. (uh) entradas internacionais da universidade de Cambridge e para preparação de examinação, aumentaram por 29% durante (uh)... comparadas com a mesma sessão do ano anterior. Apesar da crise, a educação ainda

continua a ser um bom investimento. A educação internacional (uh) permite que os estudantes se tornem cidadãos internacionais com múltiplas linguagens e culturas. Nas escolas internacionais, usam currículos baseados no país de origem. As escolas internacionais mais comuns representam escolas no Reino Unido ou nos Estados Unidos. Outras podem usar currículos criados especialmente para escolas internacionais como a International... como certificado internacional de... Estas estão... desenvolvem o cidadão global, fornecem educação ótima... em cooperação independente. Tal como outras escolas, as escolas internacionais ensinam a arte, ciência, matemática, humanidades, artes, educação física, tecnologias de informação e tecnologia de design. Muitos dos ensinamentos são feitos nas instalações onde a escola se encontra, por exemplo no CLIP, todas as matérias relacionadas com histórias e línguas... temos que promover a educação bilingue e isto é exatamente o que eu vou, onde eu me vou focar nesta próxima secção. Sobre os benefícios dos estudantes a estudarem nestas escolas internacionais. Há benefícios culturais e benefícios académicos. Exposição a uma variedade de culturas diferentes pode ser extremamente enriquecedor para uma criança e escolas internacionais oferecem estas experiencias. O currículo internacional... como o Bachelato internacional... encoraja os estudantes a comunicar com outras culturas. Este currículo é conhecido à volta do mundo e é conhecido como uma excelente forma de educação pois aumenta as chances de entrar num ensino superior. Escolas internacionais compreendem o significado de diversidade, permitindo aos estudantes crescer e evoluir emocionalmente com uma melhor compreensão do mundo que os rodeia. Esta celebração de diversidade também é... Com focos extracurriculares. Isto é uma maneira ótima de aumentar a criatividade do aluno. As escolas participam em atividades extracurriculares, são menos propícias a experienciar problemas de comportamento e aumentam o foco e o... ajudam as crianças a desenvolver a confiança e habilidades de resolução de problemas e o pensamento no geral. Não é só a educação que contribui para o seu desenvolvimento como indivíduos. Algumas provas também apontam para benefícios económicos do bilinguismo e é uma habilidade... que é avaliada muito bem pelos empregadores. O bilinguismo é um objetivo das escolas bilingues. Recentemente ouvimos muito sobre benefícios cognitivos. Os estudos provam que... pode agir como uma proteção contra a demência. E finalmente existe também o aspeto social: amigos para a vida. Como... mostramos no... desenvolvemos melhores ligações na escola. 8 nacionalidades que ainda estão em contacto. Agora vamos olhar muito rapidamente para estas vantagens. As crianças que vão para escolas

internacionais, muitas vezes encontram-se parte da cultura do país ou do país que se encontra, meramente uma aproximação dele. Alguns alunos mencionam perder amigos pois alunos continuam a chegar e a ir-se embora. Um dos meus estudantes que é o filho de um missionário, nunca ficou num país mais de 3 anos. Temos muitas crianças cujos pais são atletas profissionais que se deslocam muitas vezes. Uma grande desvantagem são os... os paga... os preços destas escolas, que estão associados. Finalmente para concluir, foi provado repetidamente que aprender em escolas internacionais abre portas para os seus estudantes. Estudos mostraram que as crianças das escolas internacionais estão mais propícias a chegar à faculdade e põe menos restrições neles. As chances são altas que eles saiam do país competentes em mais do que uma língua e conhecimento do mundo e... que façam uma transição mais fácil para condições de trabalho. É importante para todos os que tenham ambição. (uh) andar pelo mundo e realizar negócios com mais facilidade. Significa uma moda crescente com 60% das crianças no mundo a falar mais do que uma linguagem. Parece que a... é o caminho a seguir. Muito obrigado pela vossa atenção.”

g)

“Boa noite a todos,

Hoje vou falar sobre a educação secundária internacional. Acho que um bom ponto de partida é definir o que eu entendo por educação internacional secundária ou educação internacional no geral. Isto é um grupo de escolas internacionais espalhadas por todo o mundo. Uma escola internacional é uma escola que promove educação internacional, num ambiente internacional através de adotar um currículo como o IB ou exames de Cambridge, ou a seguir um currículo diferente daquele geralmente usam as escolas no país de residência. Estas escolas procuram geralmente alunos que não são alunos do país... desse país onde dão as aulas. Temas como... Mas também muitos estudantes locais vão a estas escolas para aprender a língua dessa escola internacional e para obter qualificação para um emprego ou maior educação num país estrangeiro. Posso dizer que na CLIP, a escola em que eu trabalho... Peço desculpa, posso dizer que a CLIP a escola internacional onde eu trabalho temos 24 diferentes nacionalidades e talvez 60% de todos os estudantes são portugueses. O movimento de pessoas por todo o globo criou uma geração de crianças que crescem e vivem em países estrangeiros. Criando e expandindo este mercado para as escolas internacionais que podem lidar com

as suas necessidades de ensino. Em abril de 2007 houve 4879 escolas internacionais que falavam inglês, número que esperamos que aumente com a globalização. Aumenta em todo o mundo para a universidade de Cambridge, do certificado internacional de educação e o julho de 2009 o exame, aumentou cerca de 20% desde a sessão do ano passado. Isto indica que apesar da crise financeira, a educação ainda é um investimento válido. Escolas internacionais permitem que os alunos se tornem cidadãos internacionais com uma boa educação, mergulhando em múltiplas línguas e culturas. Escolas internacionais geralmente usam currículos como baseado na escola de origem ou do país de origem. Muitas vezes estas representam educação no Reino Unido ou educação nos Estados Unidos. Muitas vezes este currículo desenhado para escolas internacionais tal como o certificado internacional de estudos secundários, estes são predominantemente dominados pelo internacionalismo, desenvolvem o cidadão promovendo um ambiente bom para o ensino, que promove independência e cooperação. Como outras escolas, as escolas internacionais ensinam línguas da arte, matemática, ciências, humanidade, arte, educação física, informação... informática e design. Muito do ensino é também feito na língua local. Por exemplo, na CLIP, a arte, educação física e todas as outras disciplinas relacionadas com Portugal como a língua e a história, estas são ensinadas em português. Pretendemos obter um ensino bilingue e isto é basicamente o que eu vou apontar o meu discurso nesta próxima secção. É sobre os benefícios para os alunos ao estudar nestas escolas internacionais. Existem benefícios culturais e benefícios do estudo. Diferentes backgrounds podem ser extremamente eficientes para uma crianças e as escolas internacionais oferecem esta experiência. O currículo internacional tal como... o certificado bachelor atribui diferenças no ensino e leva os... os estudantes a mergulhar noutras culturas. É reconhecido... reconhecido como excelente forma de ensino e melhora as hipóteses de entrar no ensino superior. Como regra, as escolas internacionais acreditam na importância da diversidade e a celebração da diferença, permitindo aos alunos crescerem e amadurecerem enquanto indivíduos e percebendo melhor o mundo que os rodeia. Esta celebração da diversidade é também expressado através das escolas internacionais e o seu reconhecimento das atividades extracurriculares. É uma ótima forma de melhorar a criatividade dos alunos. Crianças que participam nestas extra atividades, são menos prováveis de terem problemas de comportamento e também mostra comportamento na motivação e concentração. As crianças quando desenvolvem melhor a sua autoconfiança e a capacidade de resolver problemas. Crianças podem descobrir novos talentos e serem encorajados nos seus

novos talentos, tendo em conta que não é só a sua educação que promove a sua melhoria enquanto individuo. Algumas provas apontam também para melhorias económicas para os bilingues. É uma característica muito adorada pelos empregadores. O bilingue é um dos standards das escolas internacionais. Recentemente ouvimos bastante sobre os desenvolvimentos cognitivos. Estudiosos acreditam que multitasking cognitivo que envolve falar mais de que uma língua pode agir como uma proteção contra a demência. E existe também o aspeto social: amigos para toda a vida. Que é muito provável que gostem do país onde vivem, é mais provável que adquiram laços fortes na escola. No meu caso havia 10 alunos no meu 12º ano, cerca de 8 nacionalidades e estamos todos ainda em contacto. Vamos agora então olhar para as desvantagens. Alunos que vão a escolas internacionais, geralmente não se acham parte da cultura do país ou do país de onde se originam. Alguns alunos mencionam que perdem amigos uma vez que existem muitos estudantes que chegam e partem. Um dos meus estudantes que é filha de um missionário nunca ficou num país por mais de 3 anos. Temos imenso alunos em que os país são desportistas profissionais que significa que estão sempre a mover-se de um lado para o outro. Finalmente e para concluir, já foi provado repetidamente que aprender em escolas internacionais abre as portas para os seus estudantes. Estudos já demonstraram que crianças de escolas internacionais é mais provável que frequentem as escolas superiores e universidades porque colocam menos limites e restrições em si próprios. As hipóteses são altas que eles irão abandonar o seu país competentes em mais de uma língua e irão ter conhecimento suficiente da linguagem e da cultura do mundo de forma a transacionarem de forma mais rápida para o ensino superior. Ser capaz de falar mais do que uma língua é muito importante com alguém com ambição. Isto permite viajar o mundo e levar a cabo trabalhos internacionais com bastante facilidade. Isto significa uma melhoria continua em que 60% das crianças de todo o mundo neste momento falam mais de uma língua. Parece que a abordagem internacional para o ensino é a maneira de seguir em frente. Muito obrigado pela vossa atenção.”

h)

“Boa noite a todos,

Hoje eu vou falar educação internacional secundária. E o que é que eu quero dizer com este conceito ou educação em geral. Isto é um grupo de escolas espalhadas por todo o mundo. Uma escola internacional é uma escola que promove a educação internacional

num ambiente internacional, seja por adotar um currículo que seja do IB ou seguindo um currículo nacional diferente daqueles que estão definidos na escola. Estas escolas apelam mais a alunos que não são nacionais, como por exemplo crianças do grupo de... grupos internacionais como embaixadas ou programas (uh)... Alunos locais também vão a estas escolas para aprender linguagem ou para obter qualificações num país internacional. Posso dizer que no CLIP que é a escola onde eu trabalho, desculpem, posso dizer que no CLIP a escola onde eu trabalho, temos 25 diferentes nacionalidades e cerca de... uma percentagem desses alunos são portugueses. Um número de pessoas a volta do mundo desenvolveu, criaram... Por exemplo, em abril de 2007 houveram 4179 escolas de língua inglesa. Este número espera-se que aumente com a globalização. Entrada global para a universidade de Cambridge... A entrada para uma disciplina na escola de Cambridge subiu. Isso indica que apesar da crise global que se ocorre, a educação ainda é algo que pode ser apostado. Estas escolas permitem que as crianças se tornem cidadãos globais, a dar uma educação com total imersão em várias línguas e culturas. Escolas internacionais, usam currículos baseado no país de origem. As escolas internacionais mais comuns, representam a educação num... Outros podem usar currículo feito especialmente para escolas internacionais como... Estes são, estão... Virados para desenvolver um novo cidadão global, de forma a ensinar num panorama internacional que ensina independência e cooperação. Como outras escolas, as escolas internacionais também ensinam línguas, artes, matemática, ciências, humanidades, artes, educação física, tecnologias de informação e tecnologia de design. Muito do ensino também é feito na língua do local onde a escola se situa. Por exemplo, na CLIP, artes, educação física e outros tipo de disciplinas que têm origem português são dadas em português. Tentamos dar um ensino global e é isso que hoje vou focar mais este aspeto. É sobre o benefício que os alunos têm ao estudar nestas escolas internacionais. Tem benefícios culturais e académicos. São expostos a várias culturas e pode ser algo muito bom para uma criança e estas escolas internacionais oferecem esta experiência. O currículo internacional incorpora um ponto de vista global que encoraja aos estudantes que interajam com outras culturas. Este currículo é conhecido e é usado em todo o mundo e é reconhecido como uma forma excelente de educação ao ponto em que melhora as chances de entrar e obter uma educação superior. Como regra, escolas internacionais acreditam na importância da diversidade e na celebração da diferença, permitem que os alunos cresçam e se desenvolvam em indivíduos que tenham um bom entendimento do mundo a sua volta. Esta celebração da diversificação também é

expressada através de escolas internacionais conhecidas como tendo boas atividades extracurriculares. Esta é uma forma excelente de desenvolver e ajudar o aluno a trabalhar mais o seu ponto criativo. Crianças que participam nestas atividades extracurriculares estão menos propensas a desenvolver problemas sociais e melhoram até o seu comportamento social. Também ajudam crianças a desenvolver mais a sua confiança em resolver problemas e pensamento crítico. Crianças podem descobrir e explorar novos talentos e são encorajados nestes novos (uh) habilidades. Provando que não é só a educação que contribui para o seu desenvolvimento como indivíduos. Algumas provas também apontam para o bom desenvolvimento económico do... e é uma habilidade bem olhada para os... para aqueles que oferecem trabalho. Ser bilingual é um aspeto muito positivo nestas escolas. Recentemente ouvimos muito... Pesquisadores pensam que fazer multitask, por exemplo falar em várias línguas, pode ajudar proteger de doenças mentais. E finalmente também existe o aspeto social: por exemplo, amigos para a vida. Como já que vocês são... vocês são estrangeiros num país de origem estão mais propensos de criar laços com outras pessoas. Num caso houve 10 alunos de 8 nacionalidades e ainda estamos todos em contacto. Vamos rapidamente olhar para os pontos negativos. Crianças que vão para estas escolas normalmente não se encontram dentro da cultura do país nem dentro da cultura de onde vêm, apenas uma pequena aproximação do que é realmente. Alguns alunos referem que perdem amigos já que há muitos alunos a chegar e a irem embora. Um dos meus alunos que é a filha de alguém de um missionário, não ficou nesse país por mais de 3 anos. E temos filhos de pessoas que são muito importantes nomeadamente desportistas e as taxas de ir a esta escola também são bastante elevadas. Finalmente só para concluir, foi provado já várias vezes que aprender numa escola internacional abre portas para os seus alunos. O estudos mostram que as crianças de escolas internacionais estão mais propensas a ir para a faculdade e a aprender uma educação superior. As chances são altas... existem chances altas de que essa criança saia do país mais... melhor desenvolvida com mais capacidades e agora que é capaz de falar mais do que uma língua é muito importante para aqueles que têm ambições. Isto permite que possam viajar o mundo e desenvolver atividades de negócio mais facilmente. Significa... é uma tendência crescente onde cerca de 60% das crianças do mundo falam mais do que uma língua. Parece que esta... esta aproximação a este conceito é algo muito bom. Muito obrigado pela vossa atenção.”

i)

“Boa noite a todos,

Hoje vou falar sobre a educação secundária internacional. Um bom ponto de partida é definir o que é que eu quero entender com isto ou... educação internacional no geral. Isto é um grupo de... de escolas internacionais do mundo. Esta escola é uma escola que promove (uh)... Uma educação internacional que tem... que tem... ou seguindo um currículo nacional... Estas escolas... apenas aceita (uh) estudantes que não sejam nacionais do país onde se encontra. Como... alunos que venham de embaixadas ou de programas missionários. Mas também muitos alunos locais (uh) vão a esta escola para aprender línguas estrangeiras e obter qualificações para ensino superior num país estrangeiro. Posso dizer que no CLIP, que é uma escola onde trabalho... No clip a escola internacional onde eu trabalho temos 25 nacionalidades diferentes e talvez 65% dos estudantes são portugueses. O aumento de pessoas (uh) a viajar pelo mundo faz com que pessoas queira viver no estrangeiro o que faz que esse mercado de escolas internacionais cresçam. Por exemplo, em abril de 2007 haviam perto de 4000 (uh)... escolas internacionais que falam em inglês. Vagas para a faculdade de Cambridge, de exames de junho de 2009 aumentaram cerca de 20% em relação à do ano passado. Apesar da crise financeira a educação é um bom investimento. Este tipo de escolas faz... terem uma boa educação emergidos em diferentes línguas e culturas. Escolas internacionais apenas usam currículos... unidades curriculares do seu país de origem. Ou seja só usam... base no Reino Unido ou nos Estados Unidos. Há unidades curriculares que são adaptados como o certificado de educação de segunda... Dando um ambiente... independência e cooperação independente. Como outras escolas, escolas internacionais usam (uh) ensinam artes, matemáticas, educação física, (uh) tecnologias de informação e design. (Uh) Muitas aulas são dadas na língua do país onde a escola está. Por exemplo em CLIP todas as unidades curriculares que têm a ver com a língua e história, assim como artes, são dadas em português. Próximo discurso vou falar sobre os benefícios dessas escolas internacionais. Há benefícios culturais e benefícios académicos. Estar exposto a uma variedade de backgrounds pode ser enriquecedor para a criança e estas escolas aumentam isso. (longo silencio) Esse currículo é usado... é reconhecido como forma de educação e prova as hipóteses de entrar no ensino superior. Como regra, as escolas internacionais acreditam na importância da diversidade e da celebração da diferença permitindo estudantes crescer e amadurecer matura...

emocionalmente com melhor conhecimento do mundo que os rodeia. Esta celebração de diversidade é também expressa através de escolas internacionais que também focam em unidades curriculares extracurriculares e isto claro que desperta criatividade e imaginação. Crianças que participam nestas unidades curriculares extracurriculares normalmente mostram melhoramentos em... em foco e isto também ajuda as crianças a desenvolver problemas de confiança de espírito crítico. Crianças despotam novos talentos... não só a educação contribui para o desenvolvimento como indivíduos. Também indica benefícios económicos e bilinguismo. E essas habilidades são apreciadas por empregadores. (Uh) o bilinguismo é um dos objetivos das escolas internacionais. Recentemente ouvimos muito sobre benefícios cognitivos. Investigações hipótese de que o... o sistema cognitivo de multitasking pode agir... pode fazer, pode agir como proteção contra a demência. Também claro há o aspeto social e amigos são a vida. E como... é mais comum do que o normal... é normal que criem laços mais fortes na escola. Vamos falar rapidamente das desvantagens. As crianças que vão para as escolas internacionais normalmente encontram-se (uh) na cultura da escola, na cultura da localidade onde estão. Alguns (uh) alguns estudantes (uh) perdem amigos porque muitos estudantes chegam e saem. Um dos meus alunos era uma filha de um missionário que nunca ficou num país por mais de 3 anos. Temos muitas crianças que os pais são, têm como trabalho algo com muita mobilidade. Finalmente, antes para concluir, foi provado repetidamente que aprender em escolas internacionais abre portas a estudantes. Estudos mostraram que crianças que escolas internacionais têm mais possibilidade de ir para o ensino superior pondo menos (uh) limites e restrições neles. As hipóteses são que eles vão sair do país com competências em mais de uma língua, em mais de uma cultura e fazer uma transição suave para (uh) um sítio superior, uma escola superior. Isto dá a possibilidade de viajar e... e de fazer negócios à volta do mundo. Há uma tendência global sendo que... muitas crianças falam mais do que uma língua atualmente. Muito obrigado pela vossa atenção.”

j)

“Boa noite a todos,

Hoje vou falar sobre educação secundária internacional. Eu penso que um bom ponto de partida é definir o que eu quero dizer com (uh) educação secundária internacional ou educação internacional de uma forma geral. Isto é um grupo de escolas

internacionais por todo o mundo. Uma escola internacional é uma escola que promove uma educação internacional, num ambiente internacional, quer seja por adotar um currículo que seja da dos exames da camara internacional ou então um currículo nacional que seja diferente daqueles do país de residência. Estas escolas dirigem-se a estudantes que não são nacionais desse país. Tal como as crianças de pessoas que pertencem aos negócios internacionais, organizações internacionais, embaixadas, missões ou mesmo programas (uh) missionários. Mas também muitos estudantes locais vão para estas escolas para aprender a língua da escola internacional e para obter qualificações para a empregabilidade ou para educação superior num país estrangeiro. Posso dizer que na CLIP, que é a escola em que eu trabalho, peço desculpa, a CLIP, a escola internacional em que trabalho, nós temos 35 nacionalidades diferentes e provavelmente 60% dos alunos são portugueses. O aumento das pessoas que vão (uh) se localizando por todo o mundo aumentou esta educação nas crianças que vivem em países estrangeiros aumentando e expandindo este mercado das escolas internacionais que podem prover estas necessidades internacionais. Em abril de 2007 haviam cerca de 3000 escolas de língua inglesa, internacionais. Um número que se espera que suba com a globalização. Enquanto que as entradas para a universidade de Cambridge e os certificados internacionais em 2009, junho de 2009, representam mais de 20% na mesma sessão do ano passado. Isto indica que independentemente da crise mundial a educação ainda é um investimento valorizado. As escolas internacionais permitem que as crianças se tornem uns cidadãos internacionais ao ter uma educação compreensiva e uma emersão muito grande com grandes culturas e línguas. As escolas internacionais usam um tipo de currículo do país de origem. As mais comuns, escolas internacionais mais comuns, representam a educação no Reino Unido ou nos Estados Unidos. Outros podem utilizar uns currículos desenhados especialmente para escolas internacionais, tal como o certificado internacional para o ensino secundário. Isto são sobretudo, (uh) estão sobretudo focadas na internacionalização e este tipo de ambiente (uh) que ensina algo internacional que aumenta o entendimento, a independência e a cooperação. Tal como outras escolas, as escolas internacionais ensinam línguas, artes, matemática, ciências, humanidades, artes, educação física, as TIC e tecnologias de design. Muita da aprendizagem também é feita na língua em que a escola se encontra sediada. Por exemplo na CLIP, as artes, educação física e todas as disciplinas relacionadas com Portugal tal como as línguas e a história são ensinadas em português. Nós tentamos criar um ambiente internacional e é nisto que vou dirigir o meu discurso agora na próxima

secção. É sobre os benefícios dos estudos dos alunos estudarem em escolas internacionais. Existem benefícios culturais e académicos que a exposição a uma série de culturas e experiências pode ser muito enriquecedor para as crianças e estas escolas internacionais oferecem estas experiências. O currículo internacional como o (uh) o tipo de currículo internacional encoraja os estudantes a conviverem com várias culturas. Este currículo é utilizado em todo o mundo e é reconhecido como uma ótima forma de educação um ponto em que melhor as hipóteses de entrar no ensino superior. Geralmente as escolas internacionais acreditam na importância da diversidade e na celebração da diferença, permitindo que os estudantes cresçam como pessoas bastante maduras com melhor entendimento do mundo que os envolve. Esta celebração da diversidade também é expressa pelas escolas internacionais que se focam em atividades extracurriculares. E esta é uma ótima forma de aumentar a criatividade e imaginação das crianças. As crianças participam em atividades extracurriculares (uh) têm menos probabilidade de ter problemas comportamentais e também mostram melhorias na concentração e na motivação. Também podem ajudar crianças a desenvolver mais a sua autoconfiança, a resolver problemas e a ter um pensamento crítico. As crianças podem descobrir e explorar novos talentos e serem motivados para estas novas capacidades. Provavelmente não é apenas a educação que contribui para o seu desenvolvimento como indivíduos. Algumas provas mostram que pode ter benefícios económicos em serem bilingues e que estas capacidades são muito valorizadas por empregadores. O bilinguismo é um dos objetivos das escolas internacionais. Recentemente ouvimos muito sobre os benefícios cognitivos. Estudos colocam a hipótese que o multitasking cognitivo envolvem também a utilização de duas línguas e que isso pode ser uma proteção contra a demência e finalmente também existe o aspeto social: amigos para a vida. Como querem no país em que vivem, têm maiores probabilidades de desenvolver laços fortes na escola. No meu caso existiam 10 alunos e 8 nacionalidades com as quais eu ainda tenho contacto. Vamos falar das desvantagens. As crianças que vão para as escolas internacionais muitas vezes encontram dificuldades em termos de cultura do país de onde vêm, uma aproximação dessa cultura. Alguns estudantes mencionaram perder amigos visto que muitos continuam a chegar e a ir embora. Um dos meus alunos que é filho de um missionário, nunca fica num país mais de 3 anos. Temos muitas crianças cujos pais são desportistas ou movem-se bastante. Uma grande desvantagem são as propinas associadas a estas escolas. Finalmente, para concluir, encontra-se comprovado que aprender em escolas internacionais abre portas aos estudantes. Os

estudos mostram que as crianças das escolas internacionais, têm uma maior probabilidade de irem para a universidade e que este tipo de educação lhes coloca menos limites, existem grandes hipóteses que eles deixem o país com mais competências, competências em várias línguas e com conhecimento suficiente para perceber a cultura do mundo e para ter uma transição mais fácil para da educação superior para o trabalho. Terem capacidade de falar mais que uma língua é importante para a ambição de qualquer um. Permite viajar pelo mundo e estabelecer negócios internacionais. Mostra uma grande(uh) moda em que mais.. muitas crianças ao longo do globo falam várias línguas e isso vê-se na abordagem internacional de educação. Muito obrigado pela vossa atenção.”

### 3.3 Questionnaire

#### Mestrado de Tradução e Interpretação Especializadas

**Leia, por favor, com atenção, as seguintes instruções, antes de iniciar o seu trabalho.**

13. Preencha o quadro inicial com o n.º do seu aparelho. De seguida efetue a primeira medição e preencha o Valor Inicial da Tensão e Batimentos Cardíacos.
14. Verta para português o discurso proferido em inglês, em modo interpretação simultânea.
15. Imediatamente após verter o discurso para português, efetue uma segunda medição e preencha o Valor Final da Tensão e Batimentos Cardíacos
16. Responda, agora, às questões 1, 2 e 3, selecionando apenas uma das opções em cada das alíneas.
17. Ouça a sua interpretação e responda às alíneas da questão 4.
18. Ouça a interpretação de um(a) colega e responda às alíneas da questão 5.

**Gratos pela colaboração!**

## Mestrado de Tradução e Interpretação Especializadas

**Nº. do Aparelho de Tensão:**

<b>Valor Inicial</b>	Tensão:
	Batimentos Cardíacos:
<b>Valor Final</b>	Tensão:
	Batimentos Cardíacos:

## 1 - Discurso

---

f) O discurso foi:

- Pouco extenso
- Normal
- Bastante Extenso
- Muito Extenso

g) O discurso foi:

- Simples
  - Algo Complexo
  - Complexo
  - Muito Complexo
- 

h) O discurso apresentava terminologia difícil?

- Sim
- Não

i) A velocidade do discurso foi:

- Lenta
  - Normal
  - Rápida
  - Muito Rápida
- 

j) O orador tinha uma dicção:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

## 2 - Questões Técnicas

c) A qualidade do som era:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

d) Notou alguma interferência no som?

- Sim
- Não

Se respondeu Sim na questão 2 – b), por favor indique se tal incómodos afetaram a sua prestação.

## 3 - Questões relacionadas com o Stress

j) Sentiu (...) stress no início da sua prestação?

- Nenhum
- Algum
- Bastante
- Muito

k) Se sentiu stress, aponte se no final da sua prestação sentiu (...) stress, em comparação ao início da sua prestação.

- Menos
- Mais

l) Considere as situação anteriores de interpretação presencial. Estando a chegar ao fim da sua formação, sentiu muito ou pouco stress neste exercício

- Muito
- Pouco

Indique algumas razões.

m) O stress, se sentido, afetou a sua prestação?

- Sim
- Não

n) Utilizou alguma técnica para se sentir mais confortável durante a sua prestação?

- Sim
- Não

Se respondeu Sim na questão 3 – e), por favor indique qual/quais técnicas e de que maneira ajudaram.

## 4 - Relativamente ao seu trabalho de interpretação

---

e) A sua prestação foi:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

f) A sua entoação foi:

- Desadequada
- Pouco Adequada
- Adequada

---

g) Quantas hesitações registou durante a sua prestação?

- Muito poucas
- Poucas
- Bastantes
- Muitas

h) Quantos segmentos inacabados registou?

- Muito Poucos
  - Poucos
  - Bastantes
  - Muitos
- 

## 5 - Relativamente ao trabalho do(a) colega

---

e) A prestação foi:

- Má
- Boa
- Bastante Boa
- Muito Boa

f) A entoação foi:

- Desadequada
- Pouco Adequada
- Adequada

---

g) Quantas hesitações registou durante a prestação?

- Muito poucas
- Poucas
- Bastantes
- Muitas

h) Quantos segmentos inacabados registou?

- Muito Poucos
  - Poucos
  - Bastantes
  - Muitos
- 

**Gratos pela colaboração!**