

2023年安全夏季饮食要注意教案反思 安全反思月活动心得体会(精选9篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

翻译心得体会篇一

在年后的日子，为了能充分将所学的知识转化为工作能力，为了能更好地了解自我，锻炼自身的社会活动能力，了解社会现实，为明年毕业、就业做好准备。今年暑期我在南阳金牛电器有限公司进行了为期三周的实习。

南阳金牛电气有限公司成立于20xx年，总投资20xx万元，占地面积20000平方米，河南省高新技术企业，专业生产防雷避雷电气产品，产品主要有金属氧化物电阻片、氧化锌避雷器、高能电阻器、压敏电阻器、跌落式熔断器、复合绝缘子、隔离开关等。

从2月7日到2月26日，我进行了为其3周的实习，每天早上8点钟上班，开始了一天忙碌的工作，中午有一个小时的午休，下午5点整下班。实习期间主要负责翻译资料填写表格。

我与其他两位同学一起来到公司实习，我们三人组每天早上基本上都能够提前10分钟到达公司。在工作时间认真完成工作；在休息时间与公司的人员多沟通交流，通过一周的实习，我基本上适应了公司的环境。而公司人员都非常支持我们的工作，提供了忠实的意见与宝贵的机会来提升锻炼我们的能力，而正是这些信任给了我们进步的压力与动力，让我们有了紧迫感。

我被分到了人力资源部，第一天就接到了翻译“sgs的焊工资格认证书的任务”，这对我来说是一个艰巨的任务，因为里面的专业术语太多，而且很多是缩略语，需要到网上查阅大量的资料才能确定如何翻译。而且有些词是有两种意义的，例如“na”它一方面可以表示“无”，另外也可以表示“国家级的”，两种意思差别巨大，而且无上下文可以联系进行判断。最终，在翻阅大量资料后，我确定na是无的意思。所以我觉得要更优质、更高效地完成工作必要的工具书是不可或缺的。

因此我充分意识到了，虽然在学校里学了很多英语单词掌握了英语语法与常用术语，但是对专业英语词汇以及用法却知之甚少，所以工作之余要下很大的功夫熟悉这方面的术语并且向朋友借了一本专业翻译词典。

我们工作的时候应该认真仔细，要知道稍微的疏忽可能会给公司带来巨大的损失。所以工作的时候尽量与别人合作。例如，翻译工作，难免会发生错误，所以我会请别人校正，以保证准确无误的完成工作。

作为一名实习生我们首先要端正心态，心态决定这我们的工作状态，不要认为“我们还是学校的学生”，就可以做好做坏无所谓，上班可以迟到，有事没事可以经常请假。应该把自己看成该单位的试用期员工，这样有利于我们未来的就业，达到实习目的。

翻译心得体会篇二

两个星期的实习很快就结束了，时间虽然很短，但收获却是很大的。

(我和小老外在安装现场)

我在那里独立地担任德国米巴赫焊机专家的专职翻译，仅应

付他一个，我就明显地感到底气不足。第一天有翻译老师带着，没出什么问题，第二天我独自一人，才发现问题的严重性，很多的专业词汇我一窍不通，我一个人在那里根本无法成为工人与老外沟通的桥梁。渐渐地，要翻译什么东西时，工人宁愿走很远去找我的翻译老师，也不理我了，我好伤心。两个星期的时间不算长，但我也不能浪费啊，何况还有这么好的机会能单独和老外交流，这可是锻炼口语的绝佳机会。当时我就拿出纸笔，把机器上所有的英文和工人说的中文都记了下来，休息时全部在字典中查了出来，并牢牢记住了它们的意思，再开始工作时，我就找机会问工人这些词对应的是机器的哪一部分，我也抽老外有空的时候向他请教各种专业知识。不到三天的时间，机器各部位的名称和工作原理我都了如指掌，再有工人问我时，我就不会不心慌气短，慢慢地也能应付自如了。

对于翻译，英译汉还基本可以，汉译英真是让人不知所措。一个中文词在英语中有很多表述法，选择适当的词义就成了令我头疼的一件事，这特别考验一个人的应变能力。

有一件让我特别难忘的事，就是我做了一次会议主翻译。那天一冷轧焊机出了故障，将我老外邀去商量解决方案，我也要跟着去。去后才发现不是直接维修，而是开会商谈。我从未见过这样的场面，一大群有身份的中国人围着我俩，我很紧张，因为这影响着少则几百万的钢铁产量，我对自己毫无半点信心，一直拉着我老外的衣服，他却劝我，让我别怕。会议刚开始时我还能应付，后来谈到些特别专业的词汇时我只能束手无策，急中生智的我找来纸笔，连画带写地将整个问题的大概翻译给他，他也顺利地找到了问题的所在。通过这件事让我明白，碰到问题别紧张，别害怕，要及时想出解决的方案，只要达到了预期的效果，通过什么样的手段都是次要的。

去了那里以后，才发现自己的水平是那么地有限，听力和口语都差得太原，很多时候，当自己正在庆幸听懂了老外说的

话时，却无法对上他的话，一句很简单的话，都要在心里琢磨很久，就是我不知道怎么表达出来，这与我平时训练过少还是有很大的关系。我们处在中文的语境中，说英语的机会本来就不多，仅仅在课堂上，课下自己也很少找外交交流，很少用英语和大家对话，那英文想提高真的很困难。很多人认为学好英语词汇是关键，通过这两个星期的实习，我发现并不是这样。单词是要背，关键还是单词的用法，如果只知其意，不知搭配，背再多的单词也是枉然，说出口的句子不成句子，有时一词多意，别人甚至还会误解句子的意思这样真是得不偿失。

(我和小老外在他办公室)

这两个星期的实习，收获不仅是学习上的，在生活上，也学到了许多在学校学不到的东西，社会远比学校复杂得多。在工厂里，不仅要做好翻译工作，还要处理好与工人间的关系。老外说话很直接，做翻译的我就很为难了。有时老外不喜欢工人围观，影响工作，要我让他们都“go away”[]这时我讲话就要注意分寸，尽量转述他的意思而不伤害到工人，他们不像同学，都是要面子的人，如果伤害到他们，那以后恐怕就没有人合作了。在办公室里，翻译老师们对我们都很友好，但办公室大小有限，我们去实习已经很打扰人家，我们都很自觉地选择呆在户外，以免给人家造成更大的不便。我们争取让自己做到最好，要让人家觉得我们是帮手而不是负担。

如果时间允许我再从大一来开始一次，我一定每天早上早点起床，用更多的时间读英语，这会培养一个人的语感；我一定会多争取与外交交流，这会使自己更牢固地掌握各种单词的用法；我一定会多听磁带，这会使自己的语音语调更好；我还会多背单词，这会扩大自己的知识面。但一切都不可重来。实习结束了，但我的学习还在延续，我会从现在开始，走好自己的每一步！

翻译心得体会篇三

我翻译的的课本内容来源于希腊神话故事篇，里面有大量的神话故事，而原文生词居多，人物名也多，只是之前看过相关的希腊神话电影，从而减少了翻译理解的难度，在我看来理解阶段比翻译阶段更为重要，也是基础。

翻译阶段划分：

- 1) 前翻译阶段。
- 2) 翻译阶段。
- 3) 老师指导后翻译阶段。

前翻译阶段是理解原文的过程，把全文大概地看一遍，把陌生的单词及其人名查出来，一些句子的意思便能很快地理解，只是有些从句部分较多的句子容易理解错，先设一个问号，之后再去做研究。

翻译阶段是一个输出的过程，也就是要把自己理解的东西以中国人能理解的通俗易懂的方式翻译出来。这个过程需要建立在深厚的语言功底的基础上，往往一遍不足以翻译出比较好的译文，要反复精炼语言，反复修改句子，使其达到通俗易懂，言简意赅的程度为好。希腊故事的翻译形式以故事的方式来述更能令人接受，在《阿基里斯的愤怒》里。人物颇多，要想理清人物关系倒是颇费了我一番心思，从句的翻译，我便把其与主句合在一起，把重复的人物，动词等舍去。有些从句我也将其分为单独的两句，使句子通顺，便于理解。

指导后阶段是经老师指导后修改的阶段，老师指出我理解错误的句子后，我便加以修改，容易理解错误的部分就是人物关系，及人物所做的事情，容易混淆。还有一些定语从句的理解也有大的差异。例如 \square trojan 在原文中是特洛伊人的意思，

我理解为特洛伊木马，从而导致后句希腊人也准备了防御工事被我理解为特洛伊木马是防御工事的佼佼者。这其中也是因为缺乏对历史事件先后发生顺序的理解，特洛伊木马是在此事之后，显然与我翻的部分不相关。所以了解事情的历史背景也是重要的。文中还有异译部分，是根据句子的连贯性翻，而直译出来生涩难懂。在老师的指导下，我也一一修改了。

翻译心得体会篇四

获悉全球俄语笔译文学翻译大赛的相关讯息后，我就决定要参加这次比赛，对于广大的俄语学子来说，这是一次不可多得的展现自己的机会。

20_年三月份我满怀激动地开始了自己的第一次文学翻译之旅，首先通读全文，排查生词，再根据文章上下文从我的脑子里搜刮合适的词句来表达原作者的意思。在这期间要考虑到中俄文化差异，熟语谚语中俄采用的不同形象等问题。原来我一直不喜欢读翻译文学，因为总是觉得怪异，文字，表达通过翻译后变得不那么行云流水。自己翻译了之后才知道翻译的苦！

大概四月份我完成了我的初稿，我恬不知耻地以为自己翻译得还不错，于是甚至都没有校对重读就发给了敬爱的华老师，当时华老师正在西伯利亚学习进修，百忙之中抽空帮我修改了译文，委婉地质疑了我的中文水平并要求我仔细斟酌后修改译文，我经过两个星期的修改后，又进行了一次大胆尝试——我再一次把译文发给了华老师，华老师再一次对我的中文水平表示担忧。于是至今我也没敢把译文发给华老师，而是向我在俄罗斯的阅读老师伊琳娜寻求帮助，老师非常认真热心地帮助了我，她用俄语给我解释了文章的风格和主旨，大晚上的还在帮我操心我的翻译，如果不是这两个老师，我觉得我不会在这一次翻译中了解到翻译的艰辛，不论何种翻译都需要大量的准备，不能浮躁，要静下心来去体会，尝试和

作者建立起思想的桥梁。

不论最后结果如何，在翻译的过程中很开心能有这两位负责、博学、专业能力强的老师的帮助，我觉得我收获到了一些不一样的东西，并且开始享受翻译的过程，这些比拿奖还要让我满心欢喜！

翻译心得体会篇五

一. 实习目的：

为了使自己更加深入了解英语在社会和实际工作中的应用，丰富已学过的专业课内容，培养理论联系实际的能力，提高在语言应用中分析问题及解决问题的实际能力。为了更好地为完成毕业论文打下基础，为了以后工作的顺利进行。通过实习，还应了解英语在外贸，及涉外和服务行业中的重要地位，了解和积累更多的实践经验，培养热爱专业，献身国家建设的思想。我们使用相关专业课教材，及实习单位提供的相关材料通过参与一个完整的笔译过程(资料, 情报翻译)或口译过程(涉外接待, 贸易谈判等), 使自己掌握和提高熟练使用英语的技能。

实习单位的介绍：

翻译公司是本市的一家经工商局审批注册的专为国内外各机构和个人提供专业翻译服务的企业。拥有各行业的专业翻译人员、高级审译顾问、外籍专家、审译人员、留学回国人员等组成的优秀工作团队。本公司坚持“以人为本”的指导思想，本着“团结拼搏, 勇创一流”的精神，恪守“追求卓越挑战极限”的原则，积极为焦作地区的经济、文化和对外交流与合作，作出我们应有的贡献。公司长期对外承接的翻译服务有：英、日、法、俄、德、韩、蒙、越南、阿拉伯、西班牙、意大利，等近40种语种与汉语不同形式的笔译，陪同口译，交替传译，同声传译等业务。涉及机械、化工、汽车、

金融、文学等各个领域。我们实行的是“翻译一副译审一总译审”的三级质量管理体系。合理的翻译运作流程、严格的质量控制体系、独特的译员审核标准以及完善的跟踪回访服务是我们优质翻译的保证。我们始终信守诚实做人，踏实做事的原则。秉承“竭诚为客户服务”的宗旨，用我们的辛勤工作换来沟通无限和您的微笑。

二. 翻译过程的基本环节与具体要求

(一) 实际翻译程序可以归纳如下：

6. 译文送交三审审阅。

(二) 汉译英的具体要求：

1. 符合写作的一切规则

a) 格式要求

i. 拼写正确

ii. 标点正确(英语中不用汉语标点：英语无顿号、逗号是圆点，所有符号语汉语大小不同；逗号后面有空格，前面没有；英语标点和汉语没有必然对应关系)

b) 语法要求

i. 注意每个名词的单复数是否正确

ii. 注意时态是否正确

iii. 人称和数是否照应

c) 词和句子的要求

- i. 每个单词的意思准确、符合上下文需要
- ii. 每个单词的搭配符合英语习惯
- iii. 每个动词的句型符合英语习惯
- iv. 每个介词的用法符合英语习惯

翻译的三个基本要求是“信”、“达”、“雅”。“信”要求忠实原文的内容和每个句子的含义，用现代汉语字字落实、句句落实直译出来，不得随意地增减内容。“达”要求翻译出的现代文要表意明确、语言通顺、语气不走样。“雅”要求用简明、优美、富有文采的现代汉语把原文的内容、形式及风格准确地表达出来。

(三) 在翻译中遇到的困难及其分析：

基于翻译的具体要求，我还不能完全达到这种水平，虽然可以句句落实直译出来，做到不随意增减内容，但却做不到“达”的要求，翻译出的材料表意不明确，译不出原材料的那种语气，“雅”的要求更是离的太远，还有涉及到专业性的材料就会觉得一头雾水，不知从何下手，此翻彼翻都觉得不太贴切。

“一个英语专业8级的大学毕业生，语法结构错误百出，认为‘小康’就是‘富有’，译文做成中英文字符的简单对应……”说起前两天来应聘翻译职位的一位大学毕业生的表现，北京一家翻译公司的负责人直摇头。其实，考试的题目并不是很难——一段关于“我国实行按劳分配制度，允许和支持一部分人通过诚实劳动先富起来”的100字左右的中译英试题。这家翻译公司的负责人说，像这样拿着英语专业8级证书，却当不了合格翻译的大学毕业生，并非极端个别的例子。现在合格的翻译太少了。

伴随着中国加入世贸组织，对外交流的日益频繁，翻译人才的缺口越来越大。业内专家表示，翻译市场巨大，合格翻译人才紧缺，学了外语就能当翻译的老观念该改一改了。

这则消息正说明了一个现实问题，我深有体会，我们在工作中翻译用词不准确，专业领域背景知识缺乏，写作水平又差，真觉得不能胜任翻译工作。把“数控发电机”译成“数字化发电机”，把“保税仓库”译为“保证税收的仓库”，这样的例子比比皆是。由于历史背景和专有名词的缺乏，单纯从字面意思出发，把“五四运动”中的“运动”直译为“sport”(即体育运动)，这样的笑话也出了不少。由于自己的中文基础不扎实，词汇变化少，语言贫乏，翻译出来的东西语言不通顺。外语的学习则是从认知语言学起，我们掌握了大量的词汇、语法后，再串成句子连成段落。老师在讲述外语的过程中不可能一篇文章或一段话地讲解，学习效果很不地道。学完外语专业只能表示具备翻译行为，而并不具备职业翻译能力。换句话说，学完外语专业不是就能做翻译了。本科生在大学学习阶段，大多没有接触过系统的翻译课程训练，即使有翻译课程也是在大三下学期或大四才开课。没有平时的训练怎么能成为合格的翻译呢？由于高等教育的日益普及，本科教育已不是终端教育。学生在本科阶段主要打好语言基础，在研究生阶段进行集中翻译学习培训。专家普遍认为，要成为一名合格的翻译，需要在本科毕业后，用2至3年进行专门的翻译课程学习，在工作中磨练若干年，并学习相关的专业知识和术语等。

三. 那么在以后的学习和工作中怎样才能做一名合格翻译呢，具体有以下几点需要注意：

1. 扎实的语言基本功。一名优秀的译员应具备良好的英语修养和扎实的汉语基本功，掌握英汉两种语言的特点和互译规律，拥有快速、准确地遣词造句的能力。译员要有良好的语音基本功，掌握英汉两种语言基础，敏锐的听力，超常的词汇量，良好的语感，灵活的表达能力以及广阔语言文化背景

知识。需要特别强调的是译员的听力理解能力,他是口译成败的一个关键因素,也是一名译员的综合语言和知识水平的反映。

2. 广博的知识面。译员光有扎实的语言基本功是远远不够的。常常有译员因缺乏主题知识或百科知识而出现“卡壳”的现象。译员的接触面很广,接待的对象在职业、年龄、身份、阶层、志趣、爱好、生活习惯、民族性格、社会习俗、宗教信仰等方面都会有很大的差异,随时随地都有可能遇到各种话题。因此,译员必须掌握丰富全面的百科知识,例如专业常识、社会常识、法规政策常识、国际常识以及背景知识、国情地情、风土人情、名胜古迹、花草树木、昆虫动物等百科知识,拥有较高的文化修养,能上知天文、下通地理、博古通今,并熟悉各行各业,努力做一个“杂家”或“万事通”。

3. 出众的记忆力。译员需要有非凡的记忆力,这一点是由口译工作的特点所决定的。首先,译员在口译过程中不可能有机会查阅词典和工具书,或请教别人,因此,译员必须记住大量的词汇(包括专业词汇)、成语、典故和缩略词等。其次,译员要把讲话人所讲的内容准确详尽地用另一种语言表达出来,也必须有相当好的记忆力。

4. 口齿要清楚。

5. 严谨的工作作风。

6. 良好的心理素质。

四. 实习收获及总结:

经过为期两个月的实习,我学到很多东西知道了翻译的具体过程和基本要求,了解到自己不足的地方,清楚了自己应向哪个方面努力。在实习期间从事大量中英文文字翻译,例如

各种出国证明书(出生证明, 亲属证明, 成绩单等), 合同, 财务报表, 公司章程及法律文件。以后, 我在学习上应理论联系实际, 从点到面的全面学习, 避免拿以前应付考试的态度来学习; 在工作中应该实事求是, 细心认真的独立完成自己的工作, 并要培养与人协作的精神; 在生活中就我个人而言应学会更好的与人相处和沟通, 即将离开学校走入社会, 我必须更好的完善自己的性格。