

[독해 제3부분]

<1> 오늘의 문제

<2> 이렇게 풀자! - 풀이 순서 체크하기

<3> 출제 의도 및 핵심 전략

◆ 오늘의 문제 - 문제 유형 파악하기

71-74.

坐在你身旁的同事是否总是不停地抱怨工作环境不好或是工作压力太大?在他们抱怨时,你是否会耐心地倾听呢?如果是,那你可不只是在听别人讲而已。事实上,在倾听的过程中,你也会不知不觉地被他们的压力所“传染”。

心理学家发现,压力就像感冒一样会传染,这种“二手”的压力和焦虑情绪可以在工作场所迅速蔓延。因为人们能够以惊人的速度模仿他人的面部表情、声音和姿势,从而对他人的情绪感同身受。我们其实都是“海绵”,可以吸收周围人散发出的感染性的情绪。而在吸收他人压力的同时,我们自己也开始感受到压力,并会不自觉地去看那些可能会困扰我们的问题。

为什么别人的压力会传染给我们?这是因为,一方面,我们吸收朋友或同事的压力是为了和他们打成一片;另一方面,持续灌进我们耳中的不满的声音,也会让我们开始产生消极的想法。

研究者发现,我们不仅会接受他人消极的思维模式,还会下意识地模仿他们在压力下的身体语言,这导致我们在交谈时会与他们一样弓起背、皱起眉。另外,女性遭遇“二手压力”的风险更大,因为她们往往更容易与他人产生共鸣。

71. 为什么说“我们其实都是‘海绵’”?

- A 抗压性强
- B 学习能力强
- C 有很强的适应性
- D 会吸收别人的情绪

72. 第3段中的“打成一片”,是什么意思?

- A 争论
- B 打架
- C 搞好关系
- D 相互支持

73. 根据第4段，下列哪项正确？

- A 女性喜欢模仿
- B 身体语言与年龄有关
- C 人的思维方式很难改变
- D 女性更容易受他人影响

74. 最适合做上文标题的是：

- A 海绵效应
- B 倾诉的力量
- C 会传染的压力
- D 你能读懂表情吗

◇ 이렇게 풀자! - 풀이 순서 체크하기

Step1. 문제 먼저 읽기

- 71. 为什么说“我们其实都是‘海绵’”？
- 72. 第3段中的“打成一片”，是什么意思？
- 73. 根据第4段，下列哪项正确？
- 74. 最适合做上文标题的是：

와이비엠  
인강

Step2. 지문에서 문제 키워드 찾기

我们其实都是“海绵”，可以吸收周围人散发出的感染性的情绪。而在吸收他人压力的同时，我们自己也开始感受到压力，并会不自觉地去关注那些可能会困扰我们的问题。

Step3. 키워드 관련 문제의 보기 분석하기

- A 抗压性 / 强
- B 学习能力 / 强
- C 有很强的适应性
- D 会吸收别人的情绪

Step4. 원문과 비교해서 정보 고르기

我们其实都是“海绵”，可以吸收周围人散发出的感染性的情绪。而在吸收他人压力的同时，我们自己也开始感受到压力，并会不自觉地关注那些可能会困扰我们的问题。

D 会吸收别人的情绪

Step1. 문제 먼저 읽기

72. 第3段中的“打成一片”，是什么意思？

Step2. 지문에서 문제 키워드 찾기

为什么别人的压力会传染给我们？这是因为，一方面，我们吸收朋友或同事的压力是为了和他们打成一片；另一方面，持续灌进我们耳中的不满的声音，也会让我们开始产生消极的想法。

Step3. 키워드 관련 문제의 보기 분석하기

- A 争论
- B 打架
- C 搞好关系
- D 相互支持

Step4. 원문과 비교해서 정보 고르기

为什么别人的压力会传染给我们？这是因为，一方面，我们吸收朋友或同事的压力是为了和他们打成一片；另一方面，持续灌进我们耳中的不满的声音，也会让我们开始产生消极的想法。

C 搞好关系

## Step1. 문제 먼저 읽기

73. 根据第4段, 下列哪项正确?

## Step2. 단락의 세부 사항 묻는 문제 - 보기부터 분석하기

- A 女性 / 喜欢模仿
- B 身体语言 / 与年龄有关
- C 人的思维方式 / 很难改变
- D 女性 / 更容易受他人影响

## Step3. 해당 단락과 비교해서 정보 고르기

研究者发现, 我们不仅会接受他人消极的思维模式, 还会下意识地模仿他们在压力下的身体语言, 这导致我们在交谈时会与他们一样弓起背、皱起眉。另外, 女性遭遇“二手压力”的风险更大, 因为她们往往更容易与他人产生共鸣。

- D 女性更容易受他人影响

## Step1. 문제 먼저 읽기

74. 最适合做上文标题的是 :

## Step2. 주제 문제의 보기 파악하기

- A 海绵效应
- B 倾诉的力量
- C 会传染的压力
- D 你能读懂表情吗

### Step3. 이야기 글의 주제는 첫 단락과 마지막 단락에서 찾기

#### 첫 단락

坐在你身旁的同事是否总是不停地抱怨工作环境不好或是工作压力太大？ 在他们抱怨时，你是否会耐心地倾听呢？ 如果是，那你可不只是在听别人讲而已。事实上，在倾听的过程中，你也会不知不觉地被他们的压力所“传染”。

#### 마지막 단락

研究者发现，我们不仅会接受他人消极的思维模式，还会下意识地模仿他们在压力下的身体语言，这导致我们在交谈时会与他们一样弓起背、皱起眉。另外，女性遭遇“二手压力”的风险更大，因为她们往往更容易与他人产生共鸣。

### Step4. 정답 고르기

#### C 会传染的压力

#### [어휘]

- 不停地 bùtíngde [부] 줄곧
- 抱怨 bàoyuàn [동] 원망하다
- 压力 yālì [명] 스트레스
- 耐心 nàixīn [명] 인내심
- 倾听 qīngtīng [동] 경청하다
- 只是…而已 zhǐshì…éryǐ 단지…일 뿐이다
- 不知不觉 bùzhībùjué [성] 자신도 모르는 사이에
- 传染 chuánrǎn [동] 전염시키다
- 二手 èrshǒu [형] 간접의
- 焦虑 jiāolù [형] 초조하다
- 情绪 qíngxù [명] 기분
- 蔓延 mànyán [동] 만연하다
- 以…惊人的速度 yǐ…jīngrén desùdù 놀라운 속도로
- 模仿 mófǎng [동] 모방하다
- 姿态 zītài [명] 자세
- 从而 cóng'ér [접] 따라서
- 感同身受 gǎntóngshēnshòu [성] 직접 겪은 것처럼 느낀다



海绵 hǎimián [명] 스펀지  
吸收 xīshōu [동] 흡수하다  
散发 sànfā [동] 발산하다  
关注 guānzhù [동] 중시하다  
困扰 kùnrǎo [동] 괴롭히다  
打成一片 dǎchéngyípiàn [성] 하나가 되다  
持续 chíxù [동] 지속하다  
灌 guàn [동] 주입하다  
消极 xiāojí [형] 부정적이다  
思维模式 sīwéimóshì [명] 사고방식  
导致 dǎozhì [동] 야기하다  
交谈 jiāotán [동] 이야기하다  
弓背 gōngbèi [동] 등을 구부리다  
皱眉 zhòuméi [동] 눈살을 찌푸리다  
遭遇 zāoyù [동] 당하다  
风险 fēngxiǎn [명] 위험  
产生 chǎnshēng [동] 생기다  
共鸣 gòngmíng [명] 공감  
打架 dǎjià [동] 싸우다  
搞好 gǎohǎo [동] 잘해내다  
支持 zhīchí [동] 지지하다  
消除 xiāochú [동] 해소하다  
倾听 qīngtīng [동] 경청하다  
效应 xiàoyìng [명] 효과

### ★ 출제 의도 및 핵심 전략

- 출제 의도: 주어진 정보 빠르게 분석하기

#### - 핵심 전략

- ▶ 질문 먼저 읽기
- ▶ 이야기 글 주제는 첫 단락과 마지막 단락에서 찾기