

## The Power of Empathy

No: \_\_\_\_\_ Name: \_\_\_\_\_

## [ D ] Reading Practice Sheet Part 2 [ P8~9 ]

1	Empathy is <b>the ability to understand other people's feelings or situations</b>	共感とは <b>他人の気持ちや状況を理解する能力</b> だ
2	from their perspectives.	彼らの視点から。
3	It means <b>putting yourself in someone else's shoes.</b>	それは <b>他人の立場になって考えること</b> を意味する。
4	It is crucial to <b>building good relationships.</b>	それは <b>よい人間関係を築くこと</b> にとって非常に重要なものだ。
5	If you want to improve your ability to empathize,	もしあなたが共感する能力を高めたいならば,
6	you should become <b>an active listener.</b>	あなたは <b>積極的な聞き手</b> になるのがよい。
7	Active listeners are <b>not self-centered or judgmental.</b>	積極的な聞き手は <b>自己中心的でも批判的でもない</b> 。
8	They try to avoid	彼らは避けようとする
9	such expressions as "You shouldn't feel that way,"	「あなたはそんなふうに思わないほうがよい」のような表現
10	or " <b>If I were you,</b>	または「 <b>もし私があなたなら,</b>
11	<b>I would feel this way.</b> "	<b>私はこんなふうに考えるでしょう</b> 」。
12	Rather,	それどころか,
13	they <b>try to restate or paraphrase</b>	彼らは <b>再び言ったり, 言い換えよう</b> としたりする
14	what they have heard.	彼らが聞いたことを。
15	For example,	例えば,
16	they may say	彼らは言うことがある
17	something like " <b>Let's see if I understand you correctly,</b> "	「 <b>私が正確にあなたのことを理解しているかどうか確認しましょう</b> 」といったようなこと
18	or "So <b>what you mean</b> is ...."	あるいは「つまり, <b>あなたが言いたいことは...</b> 」。
19	They try to accept <b>different points of view.</b>	彼らは <b>異なる視点</b> を受け入れようとする。
20	If you become an active listener,	もしあなたが積極的な聞き手になれば,
21	you <b>will be able to increase your empathy</b>	<b>自分の共感を強めることができる</b> だろう
22	for others.	他人への。
23	Eventually,	最後には,
24	you <b>will understand other people better.</b>	あなたは <b>他人をもっとよく理解する</b> ようになる。