

The Power of Empathy

No: _____ Name: _____

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

1	Empathy is the ability to understand other people's feelings or situations	共感とは 他人の気持ちや状況を理解する能力 だ
2	from their perspectives.	彼らの視点から。
3	It means putting yourself in someone else's shoes.	それは 他人の立場になって考えること を意味する。
4	It is crucial to building good relationships.	それは よい人間関係を築くこと 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 an active listener.	あなたは 積極的な聞き手 になるのがよい。
7	Active listeners are not self-centered or judgmental.	積極的な聞き手は 自己中心的でも批判的でもない 。
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 "If I were you,	または「 もし私があなたなら,
11	I would feel this way."	私はこんなふうに考えるでしょう 」。
12	Rather,	それどころか,
13	they try to restate or paraphrase	彼らは 再び言ったり, 言い換えよう 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 "Let's see if I understand you correctly,"	「 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 」といったようなこと
18	or "So what you mean is"	あるいは「つまり, あなたが言いたいことは... 」。
19	They try to accept different points of view.	彼らは 異なる視点 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 will be able to increase your empathy	自分の共感を強めることができる だろう
22	for others.	他人への。
23	Eventually,	最後には,
24	you will understand other people better.	あなたは 他人をもっとよく理解するようになる 。