

## Growth Mindset (성장형 사고방식)



1. Our mindset, or way of thinking, **affects** our ability **to deal with** life's challenges.  
 S 사고방식은 즉 방식 ~의 사고 vt 영향을준다 우리의 O 능력 형) 처리하기위한 삶의 도전을

우리의 사고방식, 즉 사고방식은 삶의 도전에 대처하는 능력에 영향을 미칩니다.

2. Psychologists **say** there **are** two main mindsets: "fixed" and "growth."  
 S 심리학자들은 vt 말한다 (that) vi 두 가지 주된 S 사고방식 고정된 성장형

심리학자들은 "고정형" 사고방식과 "성장형" 사고방식이라는 두 가지 주요 사고방식이 있다고 말합니다.

3. **For** people **with** a **fixed** mindset, failure just **shows** **that** their intelligence, abilities, and talents **are** **limited**.  
 ~에게 사람들 ~가진 고정된 사고방식 S 실패는 단지 vt 보여준다 (점) 그들의 S 지능 S 능력 S 재능 현재 p.p 제한된다

고정형 사고방식을 가진 사람들에게 실패는 단지 자신의 지능, 능력, 재능이 제한적임을 보여줄 뿐입니다.

4. They **may** **think**, for example, "I've **never been** good **at** **writing**."  
 S vt 생각하다 M 예를들면 S 현.완) 현재까지~이다 (경험) 능숙한 ~에 글쓰기

예를 들어, "나는 글을 잘 써본 적이 없어."

5. I'll **never be** a **good** writer." *Therefore*, they **stay in** their **comfort** zone, [**where** they **won't be** **challenged**].  
 S 결코~않다 ~되다 좋은 작가 그러므로 S vi 머무르다 ~에서 안전한 지대 (=in which) S 미래 p.p 도전받다

절대 좋은 작가가 될 수 없을 거야."라고 생각할 수 있습니다. 따라서 도전받지 않는 안전지대에 머물러 있습니다.

6. They **tend to** **reject** **even** **constructive** criticism.  
 S 경향이있다 V2 거부하는 심지어 긍정적인 O 비판

건설적인 비판조차 거부하는 경향이 있습니다.

7. Also, **other** people's **success** **makes** / **them** **feel defeated** and **lose** confidence.  
 또한 다른 사람들의 S 성공은 vt 만든다 O 그들이 O.C 느끼도록 p.p 패배했다고 O.C 잃도록 자신감을

또한, 다른 사람의 성공은 패배감을 느끼게 하고 자신감을 잃게 만듭니다.

8. *Meanwhile*, people **with** a growth mindset **accept** life's challenges.  
 반면에 S ~가진 성장 사고방식 vt 받아들인다 O 도전을

반면, 성장형 사고방식을 가진 사람들은 삶의 도전을 받아들입니다.

9. *For* them, failure **is** an opportunity.  
 ~에게 그들 S 실패는 vi 기회.

그들에게 실패는 기회입니다.

10. They **may think**, for example, "I **can** still **learn** and **practice** writing skills  
 S ~일지도모른다 vt 생각하다 예들들면 S 가능 여전히 vt 배우다 vt 연습하다 글쓰기 O 기술을  
 부사절 (때) →  
**until** I **can write** a **great** story."  
 ~할때까지 S 가능 vt 쓰다 O

예를 들어, "훌륭한 이야기를 쓸 수 있을 때까지 글쓰기 기술을 배우고 연습할 수 있어."라고 생각할 수 있습니다.

11. They **can learn** from criticism, **ask for** advice, and **be inspired** by **other**  
 S 가능 vi 배우다 ~부터 비판 (can) vt 요구하다 O 조언 (can) p.p 영감을받다 다른

people's success.  
 사람들의 성공

비판을 통해 배우고, 조언을 구하고, 다른 사람의 성공에서 영감을 얻을 수 있습니다.

12. A growth mindset **empowers** / people **to feel more comfortable** about their  
 성장형 S 사고방식은 vt 권한을부여한다 O 사람들이 O.C 느끼도록 더 편안함을 ~대해 그들의  
 →  
 imperfections and **overcome** crises or mistakes **more easily**.  
 불완전함 (to) O.C 극복하도록 위기를 O 실수를 더 M 쉽게

성장형 사고방식은 사람들이 자신의 불완전함에 대해 더 편안하게 느끼고 위기나 실수를 더 쉽게 극복할 수 있도록 해줍니다.

13. Experts **say** **that** we **can** **develop** a growth mindset **through** practice.
- S vt 말한다 (접) S 가능 vt 발전시키다 성장형 O 사고방식을 ~통해 연습

전문가들은 연습을 통해 성장형 사고방식을 키울 수 있다고 말합니다.

14. **Whenever** you **feel** "It's impossible. I'd rather **give up**," **why don't** you **train** / **yourself** **to say**, "I still **want to try**. I **can** **learn** {**how to make** / **it** **possible**}"?
- 언제든지 S vt 느끼다 O (절) S ~하고싶다 + V 포기하다 ~하는게 어때? S 목적어 (의+toV~) 5형식 vt 훈련시키다 O 너자신이 O.C 말하도록 S 여전히 vt 원한다 V2 시도하는 것 가능 vt 배우다 의)어떻게 + toV O 그것이
- O.C 가능토록

"불가능해. 차라리 포기하고 싶어."라고 느낄 때마다 "아직도 시도하고 싶어. 어떻게 하면 가능하게 할 수 있을지 배울 수 있어."라고 스스로에게 말하는 훈련을 해보는 건 어떨까요?

**Q** How does a growth mindset empower people?

성장적 사고방식은 사람들에게 어떻게 힘을 실어주는가?

**A** A growth mindset empowers people to feel more comfortable about their imperfections so they can overcome crises better.

성장적 사고방식은 사람들이 자신의 불완전함에 대해 더 편안하게 느끼도록 하여 위기를 더 잘 극복할 수 있도록 해줍니다.