1-41 · 1-6 습관과 자기 관리
01 마음과 뇌 · 교재 p.44

2026년 10월 고1 학평 24번

2026년 10월 시행 · 전국연합학력평가

Unfortunately, sometimes the idea of a goal is ① disconnected from the daily reality of what it will take to achieve it. We fall in love with the idea of a goal, pushing out of mind how different our day-to-day will need to be for us to make it happen. In fact, research even suggests that positive fantasies about our future can lead us to put ② more effort into our goals because our fantasies provide us with a false and ③ premature sense of accomplishment. We romanticize a goal—falling in love with the idea of a change. In the process, we gloss over the intricacies and ④ challenges of integrating a complex new behavior into our life. As one study nicely summed it up, fantasizing about a positive future "seduces a person to mentally enjoy the desired future in the here and now"—and because we don't reflect on why our fantasy is not yet our future, "a necessity to act is not ⑤ induced."

1. 어휘 윗글의 밑줄 친 부분 중, 문맥상 낱말의 쓰임이 적절하지 않은 것은?

① ② ③ ④ ⑤

2. 요지 윗글의 요지로 가장 적절한 것은?

① 목표에 대한 긍정적 환상은 성취감을 미리 느끼게 해 실제 행동을 방해할 수 있다.
② 긍정적 상상은 목표 달성의 노력을 늘린다.
③ 목표는 낭만적으로 그릴수록 이루기 쉽다.
④ 새로운 행동은 쉽게 삶에 통합된다.
⑤ 미래를 상상하지 않는 사람은 실패한다.

2026년 9월 고1 학평 22번

2026년 9월 시행 · 전국연합학력평가

Perhaps you have heard of the Law of Attraction, which states that ‘like attracts like’ and that by focusing on positive or negative thoughts, one can bring about positive or negative results. The common flaw in our understanding of this law is that we believe all we have to do is think about or visualize something to manifest it. It is true that we attract at the level of our own vibration and that our thoughts and words are extremely magnetic. But the most powerful attractor is _____. You can create beautiful poster boards full of images of what you want and affirm every day that you are available for an incredibly successful, passionate career or a loving relationship; but if you don’t truly believe you are enough, worthy, lovable, and deserving, then attracting a great career or relationship into your life may be more challenging. Consider what limiting beliefs you have that contradict your desires and upgrade them to beliefs that are in line with what you want to attract.

1. 빈칸 추론 윗글의 빈칸에 들어갈 말로 가장 적절한 것은?

① our daily visualization
② our belief system
③ the poster boards we make
④ the words we repeat
⑤ our physical energy

2. 제목 윗글의 제목으로 가장 적절한 것은?

① Positive Thinking Alone Brings Success
② Poster Boards That Change Your Life
③ Why Like Never Attracts Like
④ Believe You Deserve It: The Real Power of Attraction
⑤ Visualize Every Day and Wait

2026년 9월 고1 학평 24번

2026년 9월 시행 · 전국연합학력평가

Letting go of our need for control, being aware, is a lot about gathering the courage to face uncertainty. Human beings want to know. When we don't know, when things are uncertain, we often feel frightened and become inflexible. So we pretend that things are more predictable than they really are, even though we actually live with enormous uncertainty all the time. We cling to our plans and ideas about how things should be and turn out ever so desperately. ① And there's nothing wrong with having plans. I think it's a beautiful thing. ② But there's a difference between planning and thinking all your plans have to come to fruition. ③ American president Eisenhower once said: 'Plans are worthless, but planning is everything.' ④ Many people prefer paper calendars because they are easier to carry. ⑤ Imagine if we all used pencil instead of ink to write in our calendars and planners. Both figuratively and literally. Imagine if we could bear in mind that what we write down, what we think is going to happen, might not be what actually happens. And if we could try our best to be all right with that.

1. **무관한 문장** 윗글에서 전체 흐름과 관계 없는 문장은?

① ② ③ ④ ⑤

2. **요지** 윗글의 요지로 가장 적절한 것은?

① 계획을 세우는 것은 쓸모없는 일이다.
② 모든 계획은 반드시 실현되어야 한다.
③ 불확실성을 받아들이고 계획이 그대로 이루어지지 않아도 괜찮다고 여기는 용기가 필요하다.
④ 달력에는 잉크로 적어야 한다.
⑤ 인간은 불확실할 때 더 유연해진다.

2026년 3월 고1 학평 24번

2026년 3월 시행 · 전국연합학력평가

Habits aren't bad. We need them to survive. Understanding how the brain uses habits, and how you can work with them, is essential for business. One question to ask is, are you really trying to break a habit, or would you do better by _____ (known as temptation bundling)? Wharton professor Katy Milkman led a research project called Holding the Hunger Games Hostage at the Gym, where participants could only have access to their audio devices while at the gym. This uses a tempting habit—listening to that awesome audiobook—and combines it with a habit people would like to build, but may otherwise feel forced to put off, like exercising. The participants whose devices were "held hostage" were 51 percent more likely to visit the gym. And the really amazing thing is what happened after it was over: nearly two-thirds opted to pay to have gym-only access for their devices!

1. 빈칸 추론 윗글의 빈칸에 들어갈 말로 가장 적절한 것은?

① giving up all habits
② punishing yourself
③ avoiding the gym
④ attaching to another one
⑤ buying new devices

2. 주제 윗글의 주제로 가장 적절한 것은?

① why audiobooks are bad for exercise
② temptation bundling as a way to build good habits
③ the high cost of gym memberships
④ how businesses ignore habits
⑤ the dangers of breaking habits

2026년 3월 고1 학평 31번

2026년 3월 시행 · 전국연합학력평가

Just like how other rooms in your home can cause ① anxiety when filled with too much stuff, the same is true for kids. If the play space houses every single toy that has ever been purchased for them since birth, they may not be able to express their feelings, but they can feel ② overwhelmed by so much stuff. This reminds us of how women look in their closets packed full of clothes and think, I have nothing to wear. Revision helps everyone see what they have and use what they own. When there's too much to see, too much to step over, and too much input, kids have a ③ easy time making a choice. ④ Streamlining a play space is so important. You want your kids to feel inspired and imaginative in the room—not overcome with ⑤ indecision.

1. 어휘 윗글의 밑줄 친 부분 중, 문맥상 낱말의 쓰임이 적절하지 않은 것은?

① ② ③ ④ ⑤

2. 요지 윗글의 요지로 가장 적절한 것은?

① 장난감은 많을수록 아이의 창의력이 커진다.
② 옷장은 옷으로 가득 채워야 한다.
③ 아이들은 감정 표현을 잘한다.
④ 놀이 공간은 부모가 정리해서는 안 된다.
⑤ 아이의 놀이 공간을 간소화해야 아이들이 압도되지 않고 상상력을 발휘할 수 있다.

2026년 3월 고1 학평 41~42번

2026년 3월 시행 · 전국연합학력평가

It's fair to say that patience has a terrible name. For one thing, the prospect of doing anything that you've been told will require patience simply seems ① unattractive. More specifically, though, it's disturbingly ② passive. It is the virtue that has traditionally been urged upon housewives, while their husbands led more exciting lives outside the home; or on racial minorities, told to wait just a few more decades for their full civil rights. The talented but self-effacing employee who "waits patiently" for a promotion, we tend to feel, will be waiting a long time: she ought to be ③ trumpeting her achievements instead. In all such cases, patience is a way of psychologically accommodating yourself to a ④ lack of power, an attitude intended to help you to resign yourself to your lowly position, in theoretical hopes of better days to come. But as society accelerates, something shifts. In more and more contexts, patience becomes ⑤ a form of weakness. In a world geared for hurry, the capacity to resist the urge to hurry—to allow things to take the time they take—is a way to gain purchase on the world, to do the work that counts, and to derive satisfaction from the doing itself, instead of putting off all your fulfillment to the future.

1. 어휘 윗글의 밑줄 친 부분 중, 문맥상 낱말의 쓰임이 적절하지 않은 것은?

① ② ③ ④ ⑤

2. 제목 윗글의 제목으로 가장 적절한 것은?

① Patience in a Hurried World: From Weakness to Power
② Why Patience Is Always Passive
③ Wait Quietly for Your Promotion
④ The Faster, the Better
⑤ Patience Belongs to the Past

2025년 10월 고1 학평 40번

2025년 10월 시행 · 전국연합학력평가

Kivetz, Urminsky, and Zheng partnered with a café ① to test the motivating effect of illusory progress in an experiment. Customers ② received a reward card that offered one free coffee after they'd bought ten. While half of the customers received a card with ten open slots, the other half got a card with twelve open slots. Yet the twelve-slot card had two preexisting "bonus" stamps, so, strictly speaking, these were identical reward programs. Every customer who got a card needed to make ten coffee purchases (and collect ten stamps) to get their free coffee. But the appeal of the free stamps was high. People who thought they'd gotten a head start came back to the café more often, ③ filling in their reward card more quickly than the others. When the card came with two out of twelve slots already ④ filled, it felt to customers like they were already 16 percent finished with the goal before they'd even started. ⑤ Believed they were closer to the reward, they were more motivated to reach the finish line.

1. 어법 윗글의 밑줄 친 부분 중, 어법상 틀린 것은?

① ② ③ ④ ⑤

2. 제목 윗글의 제목으로 가장 적절한 것은?

① Free Coffee for Everyone
② Why Twelve Is Better Than Ten
③ A Head Start Speeds Us Up: The Power of Illusory Progress
④ Reward Cards Waste Money
⑤ Customers Hate Bonus Stamps

2025년 6월 고1 학평 20번

2025년 6월 시행 · 전국연합학력평가

People often ask me, “What surprises you most about habits?” One thing that continually astonishes me is the degree to which we’re influenced by _____. The amount of effort, time, or decision making required by an action has a huge influence on habit formation. To a truly remarkable extent, we’re more likely to do something if it’s convenient, and less likely if it’s not. For this reason, we should pay close attention to the convenience of any activity we want to make into a habit. Putting a wastebasket next to our front door made mail sorting slightly more convenient, and I stopped procrastinating with this chore. Many people report that they do a much better job of staying close to distant family members now that tools like group chats make it easy to stay in touch.

1. 빈칸 추론 윗글의 빈칸에 들어갈 말로 가장 적절한 것은?

① strong willpower
② sheer convenience
③ social pressure
④ expensive rewards
⑤ long-term goals

2. 요지 윗글의 요지로 가장 적절한 것은?

① 습관은 의지력만으로 만들어진다.
② 우편물 정리는 미루는 것이 낫다.
③ 가족과의 연락은 편리함과 무관하다.
④ 습관 형성에는 편리함이 큰 영향을 미치므로 원하는 행동을 편리하게 만들어야 한다.
⑤ 불편한 일일수록 습관이 되기 쉽다.

2025년 6월 고1 학평 21번

2025년 6월 시행 · 전국연합학력평가

It is common sense that people's inner beliefs may ① drive their external behavior. If you're attracted to a certain person, you should be more likely to socialize with that person. If you favor a brand of toothpaste, you're more likely to ② buy it. Of course, our internal thoughts don't always predict our public behavior, but, overall, what we do obviously ③ reflects what we think. But beliefs and behaviors are also related in a more remarkable way. It turns out that the arrow is as likely to point in the ④ same direction. As social psychologist David Myers observes, "If social psychology has taught us anything during the last 25 years, it is that we are likely not only to think ourselves into a way of acting but also to ⑤ act ourselves into a way of thinking."

1. 어휘 윗글의 밑줄 친 부분 중, 문맥상 낱말의 쓰임이 적절하지 않은 것은?

① ② ③ ④ ⑤

2. 요지 윗글의 요지로 가장 적절한 것은?

① 내면의 믿음은 행동과 아무 관련이 없다.
② 생각이 행동을 이끌 뿐 아니라, 행동 또한 생각을 바꿀 수 있다.
③ 행동은 언제나 생각을 정확히 반영한다.
④ 좋아하는 상표의 치약을 사는 것은 습관이다.
⑤ 사회 심리학은 행동을 연구하지 않는다.

2025년 6월 고1 학평 37번

2025년 6월 시행 · 전국연합학력평가

Stanford psychology professor Dr. Carol Dweck is the internationally recognized pioneer of the concept of “growth mindset” as a way to continually grow, learn, and persevere in our efforts. ① Stanford University was founded in 1885 by a wealthy railroad businessman. ② Dweck found that kids who are told they’re “smart” actually underperform in future tasks, by choosing easier tasks to avoid evidence that they are not smart, which Dweck calls having a “fixed mindset.” ③ In contrast, Dweck found, kids who are praised not for their smarts but for their effort develop what Dweck calls a “growth mindset.” ④ They learn that their effort is what led to their success, and if they continue to try, over time they’ll improve and achieve more things. ⑤ These kids end up taking on tougher things, and feel better about themselves. “Emphasizing effort gives a child a variable that they can control,” Dweck has explained.

1. **무관한 문장** 윗글에서 전체 흐름과 관계 없는 문장은?

① ② ③ ④ ⑤

2. **제목** 윗글의 제목으로 가장 적절한 것은?

① Smart Kids Always Succeed
② Choose Easy Tasks to Feel Good
③ Why Effort Does Not Matter
④ Fixed Mindset: The Key to Success
⑤ Praise the Effort, Not the Smarts

2024년 9월 고1 학평 21번

2024년 9월 시행 · 전국연합학력평가

One valuable technique for getting out of helplessness, depression, and situations which are predominantly being run by the thought, “I can’t,” is to choose to be with other persons who have resolved the problem with which we struggle. This is one of the great powers of self-help groups. When we are in a negative state, we have given a lot of energy to negative thought forms, and the positive thought forms are weak. Those who are in a higher vibration are free of the energy from their negative thoughts and have energized positive thought forms. Merely to be in their presence is beneficial. In some self-help groups, this is called “_____.” The benefit here is on the psychic level of consciousness, and there is a transfer of positive energy and relighting of one’s own latent positive thought forms.

1. 빈칸 추론 윗글의 빈칸에 들어갈 말로 가장 적절한 것은?

① staying alone at home
② avoiding all groups
③ talking about our failures
④ competing with others
⑤ hanging out with the winners

2. 요지 윗글의 요지로 가장 적절한 것은?

① 부정적인 상태에서는 혼자 있는 것이 좋다.
② 자조 모임은 효과가 없다.
③ 무력감에서 벗어나려면 같은 문제를 극복한 사람들과 함께하는 것이 도움이 된다.
④ 긍정적인 생각은 저절로 강해진다.
⑤ 승자와 경쟁하면 부정적 생각이 사라진다.

2024년 6월 고1 학평 20번

2024년 6월 시행 · 전국연합학력평가

Having a messy room can add up to negative feelings and destructive thinking. Psychologists say that having a disorderly room can ① indicate a disorganized mental state. One of the professional tidying experts says that the moment you start cleaning your room, you also start ② changing your life and ③ gaining new perspective. When you clean your surroundings, positive and good atmosphere ④ follow. You can do more things efficiently and neatly. So, clean up your closets, organize your drawers, and ⑤ arrange your things first, then peace of mind will follow.

1. 어법 윗글의 밑줄 친 부분 중, 어법상 틀린 것은?

① ② ③ ④ ⑤

2. 제목 윗글의 제목으로 가장 적절한 것은?

① Clean Your Room, Clear Your Mind
② Messy Rooms Inspire Creativity
③ Why Experts Hate Tidying
④ Organize Drawers to Save Money
⑤ Closets Full of Stories

2024년 6월 고1 학평 23번

2024년 6월 시행 · 전국연합학력평가

We often try to make cuts in our challenges and take the ① easy route. When taking the quick exit, we fail to acquire the strength to compete. We often take the easy route to improve our skills. Many of us never really work to achieve ② mastery in the key areas of life. These skills are key tools that can be useful to our career, health, and prosperity. Highly successful athletes don't win because of better equipment; they win by facing hardship to gain strength and skill. They win through ③ preparation. It's the mental preparation, winning mindset, strategy, and skill that set them apart. Strength comes from ④ comfort, not from taking the path of least resistance. Hardship is not just a lesson for the next time in front of us. Hardship will be the ⑤ greatest teacher we will ever have in life.

1. 어휘 윗글의 밑줄 친 부분 중, 문맥상 낱말의 쓰임이 적절하지 않은 것은?

① ② ③ ④ ⑤

2. 주장 윗글에서 필자가 주장하는 바로 가장 적절한 것은?

① 쉬운 길을 택하는 것이 현명하다.
② 좋은 장비가 승리를 결정한다.
③ 어려움은 다음을 위한 교훈일 뿐이다.
④ 어려움을 피하지 말고 맞서야 진정한 힘과 기술을 얻을 수 있다.
⑤ 삶의 핵심 영역에서 숙달은 필요 없다.

2024년 6월 고1 학평 24번

2024년 6월 시행 · 전국연합학력평가

Your behaviors are usually _____. What you do is an indication of the type of person you believe that you are—either consciously or nonconsciously. Research has shown that once a person believes in a particular aspect of their identity, they are more likely to act according to that belief. For example, people who identified as "being a voter" were more likely to vote than those who simply claimed "voting" was an action they wanted to perform. Similarly, the person who accepts exercise as the part of their identity doesn't have to convince themselves to train. Doing the right thing is easy. After all, when your behavior and your identity perfectly match, you are no longer pursuing behavior change. You are simply acting like the type of person you already believe yourself to be.

1. 빈칸 추론 윗글의 빈칸에 들어갈 말로 가장 적절한 것은?

① a result of luck
② a response to rewards
③ a reflection of your identity
④ an effort to impress others
⑤ a habit you cannot change

2. 요지 윗글의 요지로 가장 적절한 것은?

① 정체성은 행동에 영향을 주지 않는다.
② 행동을 바꾸려면 원하는 행동과 맞는 정체성을 갖는 것이 중요하다.
③ 투표하고 싶다는 생각만으로 투표율이 높아진다.
④ 운동은 언제나 스스로를 설득해야 한다.
⑤ 행동 변화는 언제나 어렵다.

2024년 3월 고1 학평 20번

2024년 3월 시행 · 전국연합학력평가

Magic is what we all wish for to happen in our life. Do you love the movie Cinderella like me? Well, in real life, you can also create magic. (①) Here's the trick. (②) Write down all the real-time challenges that you face and deal with. (③) Let me give you an example here. (④) If you struggle with getting up early in the morning, then write a positive statement such as "I get up early in the morning at 5:00 am every day." (⑤) Once you write these statements, get ready to witness magic and confidence. You will be surprised that just by writing these statements, there is a shift in the way you think and act. Suddenly you feel more powerful and positive.

1. 문장 삽입 글의 흐름으로 보아, 다음 문장이 들어가기에 가장 적절한 곳은?

> Just change the challenge statement into positive statements.

① ② ③ ④ ⑤

2. 제목 윗글의 제목으로 가장 적절한 것은?

① Cinderella Was Just Lucky
② Why Getting Up Early Is Impossible
③ Rewrite Your Challenges, Rewrite Your Life
④ Magic Exists Only in Movies
⑤ List Your Problems and Give Up

정답 및 해설

1-41 **1.**② **2.**① · 1-42 **1.**② **2.**④ · 1-43 **1.**④ **2.**③ · 1-44 **1.**④ **2.**② · 1-45 **1.**③ **2.**⑤ · 1-46 **1.**⑤ **2.**① · 1-47 **1.**⑤ **2.**③ · 1-48 **1.**② **2.**④ · 1-49 **1.**④ **2.**② · 1-50 **1.**① **2.**⑤ · 1-51 **1.**⑤ **2.**③ · 1-52 **1.**④ **2.**① · 1-53 **1.**④ **2.**④ · 1-54 **1.**③ **2.**② · 1-55 **1.**③ **2.**③

1-41 · 2026년 10월 고1 학평 24번
1. ② 긍정적 환상은 거짓 성취감을 주어 목표에 '더 적은' 노력을 들이게 한다. ② more → less.
2. ① 목표를 낭만화하면 일상의 어려움을 외면하고 행동할 필요를 느끼지 못하게 된다는 것이 요지다.

1-42 · 2026년 9월 고1 학평 22번
1. ② 이미지를 붙이고 매일 다짐해도 자신이 그럴 자격이 있다고 믿지 않으면 끌어당기기 어렵다. 가장 강력한 끌개는 '신념 체계'다.
2. ④ 끌어당김의 법칙은 생각과 시각화만으로 작동하지 않으며, 자신을 제한하는 믿음을 바꿔야 한다는 글이다. ①은 글이 지적한 흔한 오해다.

1-43 · 2026년 9월 고1 학평 24번
1. ④ 글은 계획이 그대로 이루어지지 않을 불확실성을 받아들이자는 내용이다. ④는 종이 달력의 편리함 이야기로 흐름과 무관하다.
2. ③ 계획은 좋지만 모든 계획이 실현되어야 한다는 집착을 버리고 불확실성을 받아들여야 한다는 것이 요지다.

1-44 · 2026년 3월 고1 학평 24번
1. ④ 습관을 끊으려 하기보다 원하는 습관에 즐거운 습관을 '붙이는' 유혹 묶기가 효과적이다. 오디오북과 운동을 묶은 실험이 근거다.
2. ② 좋아하는 습관과 만들고 싶은 습관을 묶어 운동 빈도를 높인 실험으로 유혹 묶기를 설명한다.

1-45 · 2026년 3월 고1 학평 31번
1. ③ 볼 것과 입력이 너무 많으면 아이들은 선택하기 '어려워한다'. ③ easy → hard.
2. ⑤ 물건이 너무 많으면 아이도 압도되어 선택하지 못하므로 놀이 공간을 간소화해야 한다는 것이 요지다.

1-46 · 2026년 3월 고1 학평 41~42번
1. ⑤ 사회가 빨라질수록 서두르려는 충동을 견디는 인내는 '힘'의 한 형태가 된다. 뒤에서 세상을 장악하는 방법이라고 한다. ⑤ weakness → power.
2. ① 전통적으로 인내는 힘없는 자의 수동적 미덕이었지만, 서두르는 세상에서는 힘의 한 형태가 된다는 글이다.

1-47 · 2025년 10월 고1 학평 40번
1. ⑤ 그들이 보상에 더 가깝다고 '믿은' 능동의 관계이므로 현재분사 Believing이 알맞다. ⑤ Believed → Believing.
2. ③ 실제 조건은 같아도 이미 진행된 것처럼 느끼게 하면 목표 달성 동기가 커진다는 실험을 다룬 글이다.

1-48 · 2025년 6월 고1 학평 20번
1. ② 행동에 드는 노력·시간·결정의 양이 습관 형성에 큰 영향을 주므로, 우리는 순전히 '편리함'에 크게 좌우된다.
2. ④ 편리하면 하고 불편하면 하지 않으므로, 습관으로 만들고 싶은 활동의 편리함에 주목해야 한다는 것이 요지다.

1-49 · 2025년 6월 고1 학평 21번
1. ④ 믿음이 행동을 이끌 뿐 아니라 화살표가 '반대' 방향을 가리킬 수도 있다. 행동이 생각을 만든다는 인용이 근거다. ④ same → reverse.
2. ② 믿음과 행동의 관계는 양방향이어서, 행동함으로써 생각하는 방식이 바뀌기도 한다는 것이 요지다.

1-50 · 2025년 6월 고1 학평 37번
1. ① 글은 성장 마인드셋과 노력에 대한 칭찬을 다룬다. ①은 스탠퍼드 대학의 설립 역사로 흐름과 무관하다.
2. ⑤ 똑똑하다는 칭찬은 고정 마인드셋을, 노력에 대한 칭찬은 성장 마인드셋을 기른다는 드웩의 연구를 소개한다.

1-51 · 2024년 9월 고1 학평 21번
1. ⑤ 문제를 극복한 사람들과 함께 있는 것만으로 긍정적 에너지가 전해지므로, 자조 모임에서는 이를 '승자와 어울리기'라 부른다.
2. ③ '할 수 없다'는 생각에 갇혔을 때, 그 문제를 해결한 사람들 곁에 있으면 긍정적 에너지가 옮겨 온다는 것이 요지다.

1-52 · 2024년 6월 고1 학평 20번

1. ④ 주어가 단수 positive and good atmosphere이므로 follows가 알맞다. ④ follow → follows.

2. ① 어지러운 방은 부정적 감정과 연결되므로, 방을 정리하면 마음의 평화가 따라온다는 글이다.

1-53 · 2024년 6월 고1 학평 23번

1. ④ 힘은 가장 쉬운 길이 아니라 '고투'에서 나온다. 역경을 이겨 힘을 얻는다는 앞 내용과 연결된다. ④ comfort → struggle.

2. ④ 성공한 운동선수처럼 역경에 맞서야 힘과 기술을 얻으며, 역경이 최고의 스승이라는 주장이다.

1-54 · 2024년 6월 고1 학평 24번

1. ③ 우리가 하는 행동은 자신이 어떤 사람이라고 믿는지를 보여 준다. 즉 행동은 '정체성의 반영'이다.

2. ② '투표자'라는 정체성을 가진 사람이 더 투표했듯, 정체성과 행동이 일치하면 행동 변화가 쉬워진다는 것이 요지다.

1-55 · 2024년 3월 고1 학평 20번

1. ③ 도전 과제를 적으라는 문장 뒤에 그것을 긍정문으로 바꾸라는 단계가 오고, 이어서 Let me give you an example로 예를 든다.

2. ③ 겪는 어려움을 긍정적인 문장으로 바꿔 쓰면 생각과 행동이 달라진다는 글이다.