

2025 EBS 수능특강 영어  
05강

Edited by NERNTER

5강 G

집중이 스트레스 관리에 미치는 영향  
the impact of attention focus on stress management

도입	집중 방식이 스트레스 처리에 미치는 영향
설명1	분산된 집중은 경험에서 스트레스를 유발하는 부분에만 좁게(얕박하게) 집중하도록 만들기 때문에 스트레스를 흘려보낼 수 없게 만들
설명2	집중 범위를 넓히는 것은 피상적인 스트레스 유발 요인뿐만 아니라 경험을 균형 있게 인식하도록 하여 스트레스 관리에 도움을 줌
정리 반복	좁은(얕박한) 집중과 넓은 범위의 집중의 영향 차이
마무리	넓은 범위로 집중할 수 있는 것을 '놀러볼지 않는 팬'에 비유

5강 1

경적 지속가능성에 있어서 상대적 관점이 가진 오류  
the fallacy of relativism in environmental sustainability

도입	삶의 문제에 단정적인 흑백논리를 적용할 수 없다는 믿음
역접	지속가능성 문제에 있어서는 단정적인 흑백논리를 적용해야 함
부연	'더 지속가능하거나 덜 지속가능한' 문제가 아닌 '지속가능하거나, 지속가능하지 않거나'의 문제임
마무리	지속가능성 문제를 '얇은 얼음판 위를 걷는 일'에 비유하며 인류의 위기 강조

5강 2

시장 경제가 사회적 지위에 미친 영향에 대한 비판  
criticism on the impact of the market economy on social status

도입	자유방임주의 시장 경제는 개인의 지위와 기능의 필요를 보지 못함
부연1	자유시장경제에서는 경제적 측면이 유일한 지위와 기능의 판단 근거임
부연2	자유시장경제는 기회의 평등을 부정하고 지위가 정치적인 이유로 결정되었던 사회에 대한 혁명의 결과임
역접	기회의 평등을 추구했던 혁명은 경제적 발전을 이루기 힘든 대다수에게 지위를 부여하는 것을 간과함

5강 3

직물산업에서 순환 경제를 달성하는 일의 어려움  
the challenges of achieving a circular economy in the textile industry

도입	'순환 경제'의 의미
역접	현재 자원 순환이 제대로 되지 않고 있는 직물산업의 상황
원인1	패션산업의 복잡성이 순환 고리 밖으로 자원이 유출되도록 함
원인2	직물 자원 재활용에도 탄소발자국이 추가됨

## 5강 4

시간이 자연스럽게 하는 일을 서둘렀을 때 오는 결과  
the consequences of hastening what time does naturally

## 주장

시간이 가져오는 변화를 즉각적으로 요구하여 시간의 영향이 자연스럽게 이루어지는 것을 막아서는 안된다.

## 전개

시간을 고리대금업자에 비유(시간을 앞당기는 요구를 했을 때 치러야 할 대가가 큼)

## 예시1

나무의 성장을 인위적으로 앞당겼을 때 나무가 쉽게 시드는 결과

## 예시2

젊은 날의 힘을 앞당겨서 남용하는 사람이 노년에 치러야 할 대가

# 05강 2025학년도 수능특강 영어

## G 집중이 스트레스 관리에 미치는 영향

### the impact of attention focus on stress management

- 01** [How you focus your attention] **plays** a critical role in [how you deal with stress].  
 (=The way) ↓ [ ] 관계사절이 주어이므로 단수동사 | 전치사 in의 목적어 ↳ ~에 대처하다 (유) handle, manage  
 ★ **빈칸예상** play a role in (~하는데 역할을 하다)  
 여러분이 여러분의 주의를 집중하는 방식은 여러분이 스트레스를 처리하는 방식에 중요한 역할을 한다.  
 ↑ { } 양보 부사절
- 02** Scattered attention **harms** your ability [to let go of stress], [because {even though your attention **is scattered**}],  
 해치다 ▲ ~을 해소하다 (문) 부사절(이유) ↳ (비록~일지라도) 수동태  
 분산된 주의력은 스트레스를 해소하는 능력에 피해를 입히는데, 그것은 여러분의 주위가 분산되더라도,  
**it is narrowly focused**, for you are able to **fixate only on** the stressful parts of your experience].  
 your attention 수동태 (문) (~ 때문에) ↳ ~에 집착하다  
 여러분은 여러분의 경험 중 스트레스가 많은 부분에만 집착할 수 있기 때문에 주의력이 협소하게 집중되기 때문이다.
- 03** [When your attentional spotlight is **widened**], you can more easily **let go of** stress.  
 ~할 때 [ ] 부사절 (유) broadened, expanded (반) narrowed, contracted ↳ ~을 해소하다 ★ **서술형예상**  
**핵심 문장** 여러분의 주의력 초점이 확대되면, 여러분은 스트레스를 더 쉽게 해소할 수 있다.  
 ↑ 더 많은
- 04** You can **put in perspective** [many more aspects of any situation]  
 put [ ] in perspective (~을 균형 있는 시각으로 보다)  
 여러분은 어떤 상황이든 그 상황의 훨씬 더 많은 측면들을 균형 있는 시각으로 볼 수 있으며,  
 and not get locked into one part [that ties you down to superficial and anxiety-provoking levels of attention].  
 ~에 갇힌 ▲ (= which) ↳ tie down to (~에 묶어매다)  
 피상적이고 불안을 일으키는 주의력 수준에 여러분을 매어두는 한 부분에 갇히지 않을 수 있다.  
 ↑ ★ **어휘예상**
- 05** A narrow focus **heightens** the stress level of each **experience**, but a **widened** focus **turns down** the stress level  
 (유) boosts, raises, increases each + 단수명사 (반) narrowed turn down (~을 낮추다)  
 협소한 초점은 각 경험의 스트레스 수준을 높이지만, 넓은 초점은 스트레스 수준을 낮춘다  
 [because you're **better** able to **put each situation into** a broader perspective].  
 부사절 접속사 (= as, since) put A into B (A를 B에 두다, 이해하다)  
 여러분은 각각의 상황을 더 광범위한 시각에서 더 잘 볼 수 있으므로
- 06** [One anxiety-provoking detail] **is less** important **than** the **bigger picture**.  
 S V ~보다 덜 ~한 (비교급) = overall situation  
 불안감을 일으키는 하나의 세부 사항은 더 큰 전체적인 상황보다 중요성이 떨어진다.  
 ↑ 앞 문장 내용 ↑ transform A into B (A를 B로 변형시키다)
- 07** **It's like transforming** yourself into **a nonstick frying pan**.  
 전치사(~와 같은) + 동명사 함축의미 출제됨 ★ **문장삽입예상**  
 그것은 여러분 자신이 늘어붙지 않는 프라이팬으로 변하는 것과 같다.
- 08** You can **still** fry an egg, but the egg won't **stick to** the pan.  
 여전히 ~에 들러붙다  
 여러분은 여전히 달걀을 부칠 수 있지만, 그 달걀이 팬에 늘어붙지 않을 것이다.

\* provoke: 유발시키다

- 함축 의미**
- ① never being confronted with any stressful experiences in daily life (일상생활에서 스트레스가 많은 어떤 경험에도 결코 직면하지 않는 것)
  - ② broadening one's perspective to identify the cause of stress (스트레스의 원인을 파악하기 위해 시각을 넓히는 것)
  - ③ rarely confining one's attention to positive aspects of an experience (경험의 긍정적인 측면에 주의를 거의 제한하지 않는 것)
  - ④ **having a larger view of an experience beyond its stressful aspects** (스트레스를 주는 측면을 넘어 경험에 대한 더 넓은 시각을 갖는 것)
  - ⑤ taking stress into account as the source of developing a wide view (넓은 시각을 개발하는 원천으로 스트레스를 고려하는 것)

Words & Phrases	
<b>01</b> scatter	분산시키다, 흩뜨리다
<b>02</b> let go of	~을 해소하다[놓아주다]
<b>03</b> fixate on	~에 집착하다
<b>04</b> attentional spotlight	주의의 초점, 주의의 집중
<b>05</b> put ~ in perspective	~을 균형 있는 시각으로 보다
<b>06</b> tie down to	~에 묶어매다
<b>07</b> superficial	피상적인
<b>08</b> anxiety-provoking	불안감을 유발하는
<b>09</b> the bigger picture	더 큰 전체적인 상황
<b>10</b> transform	탈바꿈시키다
<b>11</b> nonstick	늘어붙지 않는
	큰 그림

# 05강 2025학년도 수능특강 영어

## 01 환경적 지속가능성에 있어서 상대적 관점이 가진 오류 the fallacy of relativism in environmental sustainability

- 01** There are no black-and-white issues in life.  
흑백 논리: 어떤 상황을 2개의 선택지로 나누어 보려는 이분법적인 관점  
 삶에서 흑백 논리적인 문제는 없다.
- 02** ✓ No categorical answers.  
(There are)  
 절대적인 답은 없다.
- 03** Everything is a subject for endless debate and compromise.  
every + 단수동사 (유) constant, incessant (반) occasional, intermittent  
 모든 것이 끊임없는 토의와 타협을 위한 주제이다.  
↑ one of + 복수명사
- 04** This is one of the core principles of our current society.  
 = 삶에서 흑백 논리의 문제는 없으며 모든 것은 타협의 대상이라는 점  
 이것은 현재 우리 사회의 핵심 원칙 중 하나이다.
- 05** Because that core principle is wrong, the society ends up causing a lot of problems when it comes to sustainability.  
모든 것은 타협 가능! ★ 어휘예상 end up v-ing: 결국 ~하다 ~에 관해서 ★ 어휘예상  
 그 핵심 원칙이 잘못되었기 때문에 사회는 결국 지속 가능성에 관해서 많은 문제를 일으키고 있다.  
┌ 수일치 ─┘
- 06** There are some issues [that are black and white].  
강조 ~ some issues를 수식하는 주격 관계절  
 흑백 논리인 몇 가지 문제들이 '있다'.
- 07** There are indeed planetary and societal boundaries [that must not be crossed].  
★ 빈칸예상 ~ 주격 관계절  
 침범되어서는 안 되는 세계적인 사회적 경계가 정말로 있다.
- 08** For instance, we think [✓ our societies can be a little bit more or a little bit less sustainable].  
(that) ── 병렬 ──  
 예를 들어, 우리는 우리 사회가 조금 더 지속가능하거나 조금 덜 지속 가능할 수도 있다고 생각한다.
- 09** But in the long run you cannot be a little bit sustainable — [either you are sustainable or you are unsustainable].  
흑백 논리의 관점  
 그러나 궁극적으로 여러분은 조금만 지속 가능할 수는 없으며, 여러분은 지속 가능하거나 지속 가능하지 않거나이다.  
↑ walk on thin ice: 누군가가 불쾌하거나 심각한 결과를 낳을 수 있는 위험한 일을 하는 상황을 묘사
- 10** It is like walking on thin ice — either it carries your weight, or it does not ✓.  
함축의미 출제됨 thin ice (carry your weight)  
 그것은 얼얼음판 위를 걷는 것과 같은데, 얼얼음은 여러분의 체중을 버티거나 버티지 못하는 것이다.
- 11** Either you make it to the shore, or you fall into the deep, dark, cold waters.  
 여러분은 물가에 도달하거나 깊고 어두운 찬 물속으로 빠지는 것이다.
- 12** And [if that should happen to us], there will not be any nearby planet [coming to our rescue].  
가정법 미래 (미래에 대한 불확실성) ~ any nearby planet을 수식하는 분사구  
 그리고 행여 그것이 우리에게 일어나더라도 한다면, 우리를 구조하러 올 인근 행성은 아예 없을 것이다.
- 13** We are completely on our own.  
(유) entirely  
 우리는 완전히 홀로인 것이다.

삶의 문제에는 이분법적인 정답이 없다.

문제제기: 지속가능성 → 흑백논리의 관점

타협이 불가능한 경계도 있다.

지속 가능성을 이루지 못한 경우 대참사

\* categorical: 단정적인

① A balance between extremes is needed to maintain sustainability. (지속 가능성을 유지하려면 극단 사이의 균형이 필요하다.)  
 ② We should not think of technology as either beneficial or harmful. (우리는 기술을 득이 되거나 해로운 것으로 생각해서는 안 된다.)  
 ③ Our survival depends on keeping an open mind about global issues. (우리의 생존은 세계적인 문제에 대해 개방적인 태도를 유지하는 데 달렸다.)  
 ④ In the climate change debate, it is vital to keep a practical perspective. (기후 변화 논쟁에서 실용적인 시각을 유지하는 것이 매우 중요하다.)  
 ⑤ Sustainability is a critical situation where failure means the end of life on Earth. (지속 가능성은 실패가 지구상의 생명체의 끝을 의미하는 매우 중요한 상황이다.)

# 05강 2025학년도 수능특강 영어

## 시장 경제가 사회적 지위에 미친 영향에 대한 비판 criticism on the impact of the market economy on social status

### Words & Phrases

- 01 compromise 타협, 절충      02 sustainability (환경의) 지속 가능성      03 societal 사회의  
04 boundary 경계      05 rescue 구조

01 [The modern corporation as a **child** of laissez-faire economics and ✓ of the market society] is based on a **creed** [ ] 주어 기업      ㉠ ↳ 산물      ↳ a child 생략      ~에 기반을 두고 있다 신조 ㉡

[**whose** greatest weakness is **the inability** {to see the need for status and function of the individual in society}].  
a creed를 수식하는 관계절      ↳ the inability를 구체적으로 설명하는 to부정사구      ↳ the lack of ability, ineffectiveness

자유방임 경제와 시장 사회의 산물로서의 현대 기업은 가장 큰 약점이 사회에서 개인의 지위와 기능에 대한 필요성을 보지 못하는 것인 신조에 기반을 두고 있다.

02 [In the philosophy of the market society] **there is no other social criterion than** economic reward.  
★ **빈칸예상**      없다      ↳ (sg.) 기준 (pl.) criteria      ↳ 오로지 경제적 보상만 있다

시장 사회의 철학에서는 경제적 보상 이외에 다른 사회적 규범은 없다.

03 **Henry Maine's famous epigram** [**that** the course of modern history **has been from** status **to** contract]

현대사의 과정이 지위에서 계약으로 존재해 왔다는 Henry Maine의 유명한 경구는

neatly summarizes **the belief** of the nineteenth century, [**that** social status and function should be

**exclusively** the result of economic **advancement**].  
(유) only, solely, completely, fully, entirely      성공 (유) achievement

사회적 신분과 기능이 오로지 경제적 성공의 결과이어야 한다는 19세기의 믿음을 깔끔하게 요약한다.

↳ a new concept: 경제적 성공으로 신분 상승(=신분 이동) 가능, 즉, 성취 지위를 갖게 된 것

04 This emphasis was **the result of a rebellion against** a concept of society  
~에 반대[적대]하여, 적대하여

이러한 강조는 사회 개념에 대한 반항이 만들어 낸 결과였다

[**which** defined human **position** {**exclusively** in terms of **politically determined status**}],

↳ [ ] a concept of society를 수식하는 관계절 ①      ↳ 지위 (유) status      오로지      ~면에서, ~에 관하여      ↳ 지위 (유) position      ★ **어휘예상**  
↳ 정치적으로 결정되는 지위=신분 → 즉, 귀족지위와 유사한 개념

인간의 지위를 오로지 정치적으로 결정된 지위의 관점에서만 정의했고

and [**which** thus denied **equality of opportunity**].

↳ 따라서      ↳ 기회의 평등  
[ ]: a concept of society를 수식하는 관계절 ②

<b>[Tip] 귀속지위 (ascribed status)</b> 개인이 태어나면서부터 자연적으로 지니게 되는 사회적 위치이다. 선천적 지위라고도 하며, 대표적인 예로 신분제도가 있다.	<b>[Tip] 성취지위 (achieved status)</b> 성취 지위는 살아가면서 개인의 능력이나 노력에 의해 얻게 되는 후천적 지위이다. 귀속 지위와 대응된다.
---	--

그래서 기회의 평등을 부정했던 (사회 개념)

05 **But the rebellion went too far.**

**핵심**      함축의미출제됨  
**문장**      하지만 그 반란은 너무 멀리 나갔다.

06 [In order to establish justice] it denied **meaning and fulfillment to those who** cannot advance —

**핵심**      ↳ the result of a rebellion against a concept of society      ★ **빈칸예상**      ~한 사람들  
**문장**

**that is, to the majority** — instead of realizing [that **the good society must give both justice and status**].  
즉      다수에게      명사절접속사      S'      V'      O'

정의를 확립하기 위해 그것은 좋은 사회는 정의와 지위 둘 다를 주어야 한다는 것을 깨닫는 대신, (경제적으로) 발전하지 못하는 사람들, 다시 말해, 다수에게 의미와 성취감을 주지 않았다.

\* laissez-faire: 자유방임의 \*\* creed: 신조, 신념 \*\*\* epigram: 경구(警句)

**함축의미**

- No economic reward was actually made. (어떤 경제적인 보상도 실제로 이루어지지 않았다.)
- The social status of the masses grew too much. (대중의 사회적 신분은 너무 많이 성장했다.)
- Society defined individuals only as social beings. (사회는 개인을 오로지 사회적 존재로서만 규정했다.)
- Status was overshadowed by economic advancement.** ((인간으로서의 사회적) 신분은 경제적 성공에 의해 가려졌다.)
- The new order overemphasized individuals over groups. (새로운 질서는 집단보다는 개인을 지나치게 강조했다.)



## Words &amp; Phrases

01 material	재료, 자재, 직물	02 circulate	순환되다	03 crucial	매우 중요한
04 highlight	강조하다	05 landfill	매립지	06 stuffing	충전재
07 loop	루프, 고리	08 complexity	복잡성	09 leak	누출되다
10 environmental footprint	환경(에 악영향을 미치)는 발자국	11 secondhand	중고의	12 implication	영향, 함축
		13 transport	운송하다		

01 **When anticipating** the effects of time, we should mentally **forecast** [what **they** are likely to be];  
핵심 현재분사(능동) ↳ =When we anticipate ~ (유) anticipate, predict ↳ the effects of time

문장 시간의 영향을 예측할 때, 우리는 그것들이 무엇일지를 마음 속에서 예상해야 하고,  
we should not practically **stop them from happening**, **by demanding** the immediate performance of promises  
the effects of time ↳ ↳ stop A from Ving: A가 B하는 것을 막다 ↳ by Ving: ~함으로써

[**which** time alone can fulfill].

목적격 관계대명사 (=that), 생략 (O)

시간만이 실현할 수 있는 약속의 즉각적인 성과를 요구함으로써 그것들이 일어나지 못하도록 실제로 막아서는 안 된다.

↳ 주격 관계대명사 (=that) 생략(X)

↳ 접속사 that, what(X)

02 **The man [who makes his demand] will find out [that there is no worse or stricter usurer than Time];**  
S ~ 선행사 the man을 수식하는 관계절 V O ↳ = Time is the worst of strictest usurer. ★ **빈칸예상**

자신의 요구를 하는 사람은 '시간'보다 더 악하거나 더 가혹한 고리대금업자도 없다는 것을 알게 될 것이며

and that, if you **compel** Time **to give** money in advance,  
(유) force, urge compel OC자리 to부정사 ↳ 함축의미 출제됨

여러분이 '시간'에게 미리 돈부터 줄 것을 강요한다면,

you will have to pay a rate of **interest much** higher than any usurer would require.  
이자 ↳ 비교급 강조 '훨씬' (= far, even, still, a lot)

그 어떤 고리대금업자가 요구할 것보다 훨씬 더 높은 이자율을 지불해야 한다는 것을 알게 될 것이다.

03 **It is possible, for instance, to make** a tree **burst** forth into leaf, **blossom**, or even **bear** fruit within a few days,  
가주어 진주어 OC1 (원형부정사) OC2 (원형부정사) OC3 (원형부정사)

by the application of unslaked lime and artificial heat; but **after that** the tree will wither away.  
그 이후에 (= then, afterward) ★ **빈칸예상**

예를 들어, 생석회와 인공 열을 가해서 며칠 만에 갑자기 잎이 돋아나고 꽃이 피거나 심지어 열매를 맺게 할 수도 있지만, 후에 그 나무는 시들어 버릴 것이다.

04 So a young man may **abuse** his strength — it may be only **for** a few weeks —  
(유) misapply during (X)

by trying **to do** at nineteen [**what** he could easily manage **at** thirty],  
try toV : ~하기 위해 노력하다 ↳ do의 목적어 역할을 하는 명사절 that (X) ↳ at + 나이

그래서 한 젊은이는 서른 살에 쉽게 할 수 있는 일을 열아홉 살에 하려고 노력함으로써 단 몇 주 동안일 수도 있지만, 자신의 힘을 남용할 수도 있고,

and Time may give him **the loan [for which he asks];**  
↳ = which[that] he asks for (the loan을 수식하는 관계절)

'시간'은 그가 요구하는 대출금을 그에게 줄 수도 있다,

but **the interest [✓ he will have to pay] comes out of** the strength of his **later** years;  
단수 S ↳ which/that 생략 단수 V 노년의 latter (X)

indeed, it is part of his **very** life **itself**.

형용사 : 바로 그 (한정적 용법만) ↳ 강조적 용법 (생략 가능)

하지만, 그가 지불해야 할 이자는 그 자신의 말년의 힘에서 나오는데, 정말로 그것은 바로 그의 생명 그 자체의 부분이다.

\* usurer: 고리대금업자 \*\* unslaked lime: 생석회(生石灰) \*\*\* wither away: 시들어 죽다

① pass on your responsibilities to someone else (자신의 책임을 다른 사람에게 떠넘긴다)

② **seek premature results before the time is right** (적절한 시기가 오기 전에 시기상조의 결과를 얻으려고 한다)

③ aim to predict the success or failure of your work (일의 성공이나 실패를 예측하는 것을 목표로 한다)

④ ask for enough time to get your work done successfully (일을 성공적으로 마치기 위해 충분한 시간을 요구한다)

⑤ want to get paid for tasks you've completed ahead of schedule (예정보다 일찍 완료한 일에 대한 대가를 받기 원한다)

함축 의미



## Words &amp; Phrases

01 anticipate	예견하다, 예상하다	02 forecast	예측하다	03 practically	실제로
04 immediate	즉각적인	05 fulfill	이행하다	06 strict	가혹한
07 compel	강요하다	08 burst forth into	갑자기 ~하기 시작하다	09 blossom	꽃을 피우다
10 application	이용, 적용	11 artificial	인공적인	12 abuse	남용하다
13 loan	대출금, 융자금				