



中心：_____ 姓名：_____

1150126 高中職生中翻英短文翻譯題目

我們在舒適圈裡感到安全且不想改變，因此要做一件陌生或困難的事情對我們來說並不容易。然而，你我都需要跳脫舒適圈。要跳脫舒適圈，你可以每天做一點不同於以往的事。你可以提早起床，或是走別條路上班或上學。你也可以做些難度較高的事情。你可以面對你的恐懼，比方說，你可能是個害羞的人，但你可以試著先去跟別人說話。當你跳脫舒適圈，你會成長和改變；你學會去面對新事物，進而樂在其中。只須記得踏出你的一小步！

舒適圈 comfort zone 恐懼 fear 踏出一小步 take baby steps