

사랑이 식었다는 것을 알려주는 남친의 '카톡 말투'

사랑을 할 땐 서로가 아니면 살 수 없을 것처럼 열정적이다. 하지만 불같이 사랑했던 커플도 연애 기간이 길어짐에 따라 서서히 마음이 식어가곤 한다.

헤어짐에는 여러 가지 이유가 있겠지만, 오래 사귀다 보면 여자친구가 편해진 남자들의 무관심한 행동이 그 이유 중 하나가 될 수 있다. 자신은 티를 내지 않는다고, 변하지 않았다고 생각하겠지만 상대방은 작은 행동과 말투에서 숨길 수 없는 징후를 포착한다. 그리고 이런 징후가 이어지면 남자친구들은 "서운하다" 고 토로하는 여자친구와 다툼이 잦아진다. 남자친구는 이런 여자친구에게 지쳐갈 테고, 그렇게 그들은 자연스럽게 어찌면 예상된 이별을 하게 된다.

사랑이 식었을 때 남자들이 보이는 카톡 말투 5가지를 인터넷매체 '인사이트' 가 소개했다.

1. '읽씹'과 '안읽씹'이 늘어난다.

연애를 하면서 가장 중요한 건 서로에 대한 관심도다. 서로의 일상이 궁금할수록 연락을 자주 하게 되는 건 당연한 행동이다.

하지만 연락을 주고받는 시간이 길어졌다고 하는 건 상대방이 귀찮아지기 시작했다는 뜻이다. 이는 자신보다 중요한 일이 생겼고, 후 순위가 된 것 같다는 뜻으로 해석될 수 있다.

2. 다툼 후에 무관심해진다.



더 이상 관계 개선을 위해 노력하지 않는다. 아무리 싸워도 먼저 전화를 끊지 않았던 행동들이 사라지기 시작한다.

싸워도 꼭 화해를 해야 한다며 적극적으로 노력하



던 남자친구의 모습은 보이지 않는다. 싸움이 일어나면 대화 자체를 거부하고 돌아서며 '미안하다' 는 말은 절대 하지 않는다.

3. 선택을 하지 않는다.

남자친구가 더 이상 여자친구를 궁금해하지 않는다는 사실을 단적으로 보여주는 예이다.

가슴 아프지만 남자친구는 자신의 일상을 사느라 바쁘다. 더 이상 남자친구에게 여자친구는 우선순위가 아니다. 이제 막 사랑을 키워나갈 때에도 그랬는지 곰곰이 생각해봐야 할 필요가 있다.

4. 앞서 나눈 대화들을 기억하지 못한다.

하루에 있었던 일상을 공유하고 데이트 약속을 잡아도 전혀 기억하지 못한다면 이는 위험한 징후다. 상대방의 말들이 큰 의미가 없게 느껴지고, 무어라 말을 해도 집중되지 않는다는 것이다.

사람들은 공감을 잘 해주는 버팀목을 원한다.

5. 질문은 없고, 대답만 하는 대화를 한다.

애써 대화를 이끌어가려고 해도 돌아오는 건 단답뿐이다. 연인과의 대화가 흥미롭지 않다는 뜻으로 해석될 수 있다. 바쁘다는 핑계는 연인에게 더욱 상처를 줄 뿐이다.

묻는 말에 그저 기계처럼 대답하는 건 대화가 아니다.

■ 알고계셨나요?

건강한 아이 만나는 임신부 운동 5가지

임신 중이라고 해서 운동을 특별히 제한할 필요는 없다. 임신 중 운동이 몸을 더 피곤하게 한다거나 위험을 증가시키지 않기 때문이다. 오히려 산모의 운동은 건강을 유지시켜 주는 등 다양한 장점을 가지고 있다. 단, 산모에 따라서는 운동을 피해야 할 경우도 있으니 반드시 담당 전문의와 먼저 상의해야 한다.

♥수영

물의 부력이 몸을 편안하게 지탱해 줘 임신 중 가장 적합한 운동 중 하나다. 관절에 무리가 가지 않아 점점 체중이 늘어나는 임신부들이 하기 편한 운동이다.

단, 좋다고 해서 임신 기간 중 무리하게 수영을 배울 필요는 없다.

♥걷기

통상 하루에 30분 이상의 유산소 운동이 권장되는 산모에게 가장 적합한 운동이다. 배우자와 이야기를 나눠도 숨이 차지 않는 편안한 속도로 하루 3~4킬로미터를 걸으면 충분하다.

편안한 옷과 굽이 없거나 낮은 신발을 신는 것이 좋다.

♥요가

혈액순환을 도와 임신으로 인한 부종을 가라앉힌다. 호흡과 명상을 통해 마음을 안정시키고 골반과 회음부의 탄력을 높여주고 척추를 바로 잡아 전신의 근육단련에 도움이 된다. 몸이 힘들 정도의 운동이 아닌 부담 없는 스트레칭은 산모에게 더 할 나위 없이 좋다.



SIERRA HOSPICE CARE, INC.

시에라 호스피스

시에라 호스피스에서는 최상의 호스피스 전문가 팀이
환자와 그 가족을 위해 필요한 간호를 사랑으로 돌봐드립니다.

서비스 안내

- 간호 서비스
- 의료용품
- 가정간호 보조
- 가정 의료기 (병원 침대, 산소 등)
- 영적 상담
- 양로 병원 입원간호
- 의료 사회복지 상담
- 5일간 양로 병원 입원 간호 서비스
- 영양상담
- 임종의 순간까지 지속적인 관리
- 물리치료 (필요시 제공)
- 임종을 맞은 후 관리
- 언어치료 (필요시 제공)
- 임종을 맞은 후 관리
- 통증 조절과 증상관리
- 임종을 맞은 후 관리
- 호스피스 진단으로 처방되는 모든 약 제공
- 훈련된 자원봉사 지원

호스피스 서비스 비용의 지불은 누가 하나요?



- 1 호스피스 서비스를 받으시는 환자나 가족분들께 추가 경비 부담이 없습니다.
- 2 서비스를 받으시는 동안 환자의 소셜 혜택과 간병인 서비스에 지장이 가지 않습니다.
- 3 환자와 그 가족에게 필요에 따라 7일 24시간의 보조와 지원을 제공합니다.
- 4 정부 인증 기관으로 24시간 대기 서비스를 제공합니다.



SIERRA HOSPICE CARE, Inc.
Tel. 213.380.1100

무료 상담

213.700.6989
www.sierra-hospice.com

