

연인과 오래 만나고 싶다면 알아야 할 '싸움'의 기술

연인 사이 피할 수 없는 게 싸움이다. 매일매일 싸우면 서로 같은 레퍼토리로 또 싸우게 된다. 그리고 싸움은 둘 중 한 사람을 지치게 만들어 이별을 생각하게 하는 원인이 되기도 한다.

싸움을 원인으로 이별을 생각하기 싫다면 진단과 처방이 필요하다. 자신이 싸울 때 어떤 타입인지 알고 고치려고 노력한다면 고칠 수 있다.

인터넷매체 '인사이트'가 연인 간의 5가지 싸움 유형을 소개했다. 서로의 싸움 유형을 파악하고 좀 더 긍정적인 방향으로 스스로 바뀌기 위해 노력한다면 오래오래 행복한 커플로 남을 수 있을 것이다.

1. 타협형(Compromise)

타협형은 두 사람 사이의 문제를 해결하기 위한 공통점을 찾기 위해 노력한다. 한쪽에만 치중된 해결책을 찾기보다 두 사람 모두가 만족할 수 있는 '중간 지점'을 찾으려 한다.

이들의 싸움은 보통 타협에 도달했을 때 끝이 난다. 타협점에 도달하지 못했을 경우 끝까지 모두를 만족시킬 수 있는 해결책을 찾는다.

타협이 갈등을 해결할 수 있는 최선의 방법이라고 생각하는 타협형끼리 만날 경우 오래도록 예쁜 연애가 가능하다.

2. 지배형(Domination)

지배형은 싸움에서 이기기 위해 자신이 가장 좋다고 생각하는 해결책을 상대방에게 강요한다. 동의하지 않을 때는 자신이 주도권을 잡고 이기기 위해 노력한다.

또한 상대방에게 지는 걸 참지 못한다. 때로는 감정이 격해져 상대방에게 큰소리를 치거나 욕설을 퍼붓고, 심한 경우 폭력을 행사하기도 한다. 배형은 상대방에게 커다란 상처를 줄 수 있다.

3. 회피형(Avoidance)

싸울 때마다 입을 꼭 다무는 회피형들은 연인과 의견



일치를 보이지 않을 때 충돌을 피하려고 한다. 갈등이 생기는 걸 두려워하고 싸움이 없는 연애를 원한다.

문제는 상대의 불만을 귀담아들으려 하지 않고 자신의 불만도 이야기하지 않는다는 것이다. 이런 사람은 상대방을 지치게 만들기 쉽다.

4. 분리형(Separation)

이들은 갈등이 있을 때 서로 생각할 시간을 갖길 원한다. 이를 통해 서로의 마음이 차분해지길 기다린다. 시뻘어져 문제를 나중에 처리하기 원하고 이것이 갈등을 진정시키는 데 효과적이라고 생각한다.

시간을 갖는 동안 상대가 답답해 할 수도 있으나, 이들은 감정에 기대지 않고도 수월하게 갈등을 해결하는 능력을 갖추고 있다.

5. 복종형(Submission)

복종형은 갈등이 있을 때 파트너에게 쉽게 굴복한다. 상대방의 의견에 동의하든 동의하지 않든 행복하는 것이 싸움을 해결하는 방법이라고 생각한다.

이들은 상대의 요구를 들어주기 위해 노력하는 사람들이다. 하지만 불만은 마음속에 차곡차곡 쌓이게 된다. 만약 복종형이 지배형을 만나게 된다면 최악의 상황이 발생할 수 있다. 이들에게는 '이별'이 하나의 답이 되기도 한다.

향수, 옷·머리에 뿌리면 안 된다?

롤-온 타입 향수나 액체 향수를 섬유나 머리카락에 직접적으로 바르면 상할 수 있다. 알코올과 오일 성분이 있기 때문이다. 하지만 일반적으로 사용하는 스프레이 타입의 향수는 입자가 작기 때문에 손상을 일으키지 않는다.

20cm~30cm 정도 거리를 두고 분사하면 옷감과 머릿결이 상하지 않으면서 향기롭게 향수를 즐길 수 있다.



머리카락에 직접 분사하는 헤어 전용 향수도 있다. 향수 전문가들에 따르면 향수 분자는 매우 작기 때문에 향수를 하루에 여러 차례 같은 곳에 분사한다고 해서 머리카락에 손상을 입히지는 않는다. 그럼에도 조금 더 안전하게 사용하기를 원한다면 향수를 손바닥에 분사한 후 비비지 않고 그대로 머리의 끝부분 쪽에 만 발라 사용하면 효과적이다.

향수는 섬유에도 역시 흔적을 남기지 않는다. 스프레이 형태로 분사되는 향수는 분자가 매우 얇고 작다. 출시 전 대부분 관련 실험도 거친다. 그럼에도 아주 예민한 섬유나 가죽의 경우 자국이 남을 수도 있다. 이런 우려가 있다면 옷의 겉면이 아닌 안쪽에 향수를 분사하면 된다.

향수와 패브릭 퍼퓸은 다르다. 옷에 직접 사용하는 패브릭 퍼퓸은 섬유에 스며들어 향균과 탈취를 하고 잔향이 남도록 한다. 향수는 이런 기능 없이 향료를 알코올에 녹여 만든 화장품이다.



CHAPMAN CARE CENTER
Skilled Nursing and Sub-Acute Facility

채프먼 케어센터

생명을 존중하고 사랑을 실천하는 요양병원

<p>전문 간호 서비스</p> <ul style="list-style-type: none"> • 24시간 전문 간호사 케어 • 단기 재활 치료 및 장기 치료 • 링거 투여 (정맥 치료) • 튜브 음식 투여 관리 • 전문 상처 관리 • 비경구영양, 정맥영양 • 당뇨병 관리 • 투석전후관리 • 근육경축/부목 • 통증 치료 및 관리 • 회복간호지원 프로그램 제공 	<p>채프먼의 특별 혜택</p> <ul style="list-style-type: none"> • 개인실 및 2인 1실 제공 • 전문 영양사의 전문 메뉴와 식습관 관리 • 일상 생활 프로그램 지원 • 모든 방에 TV와 인터넷 제공 • 미용과 이발 서비스 지원 • 사회복지 및 가족 지원 프로그램 • 종교 서비스 • 퇴원 절차 관리 • 한국 문화 프로그램 제공 (다양한 게임과 특별한 메뉴 제공) 	<p>추가 특별 서비스</p> <ul style="list-style-type: none"> • 약 서비스 (처방약 포함) • 각종 검사와 방사선 검사 • 전문 영양사와 영양 상담 • 치과, 청각, 검안과, 발 전문의 서비스 • 심리학자, 정신과 서비스 제공 • 호스피스 간호 서비스 제공 • 위탁 간호 서비스 제공
<p>준급성 치료 서비스</p> <ul style="list-style-type: none"> • 모든 숙련된 간호 및 재활 서비스 포함 • 호흡 치료 • 기관절 절개 치료 • 인공 호흡기 관리 및 치료 		

가든그로브와 에너하임의 경계에 위치한 채프먼케어센터는 99개의 침대를 보유한 숙련되고 전문화된 준급성의 시설로 환자에게 최고의 간호 및 재활 서비스를 제공하기 위해서 노력하고 있습니다.

메디케어, 메디칼, HMO, PPO 보험 받습니다. 개인 사정에 따른 캐시 플랜도 제공합니다.

CHAPMAN CARE CENTER
Skilled Nursing and Sub-Acute Facility

12232 Chapman Avenue Garden Grove, CA 92840

채프먼케어센터

Tel: 714.971.5517 Fax: 714.971.5701

한국인 담당 / Faith Kim(페이스킴)

714.469.5720

faithk@chapmancare.net

입원/퇴원 수속에 관한 문의는 연중 무휴 팩스 가능