

길 가다 이상형과 눈 마주치면 '3초' 세야 하는 이유

관심 있는 이성에게는 반드시 훑어볼듯 훑어보는 걸 삼가야 한다. 상대가 오해해 기분 나빠할 수 있기 때문이다. 시선을 떨구거나 자꾸 다른 곳을 보는 것도 상대 입장에서는 '나랑 있는 게 지루한가?', '내가 마음에 안 드나?' 하고 오해하기 좋다. 가장 좋은 방법은 이야기에 집중하면서 눈을 맞추는 것이다. 처음엔 상대가 부담돼서 오히려 눈을 피할 수 있는데, 당황하지 말고 자신 있게 눈을 마주치는 것이 중요하다. 만약에 상대도 당신이 마음에 든다면 시선을 마주치며 서로 첫눈에 반하는 기적을 경험하게 될지도 모른다.

한 데이팅업체의 설문조사에 따르면 여성이 서로 상대에게 끌릴 때는 '스킨십할 때(24.7%)' 보다 '시선을 맞출 때(25.8%)' 였다. 이 업체는 "간혹 대화를 나눌 때 쑥스럽다며 시선을 마주치지 않는 사람들이 있는데, 사람의 마음은 눈으로 표현된다는 말이 있듯이 시선을 맞추고 하는 대화만으로도 상대방에게 호감을 줄 수 있다는 점을 잊지 말아야 한다." 고 조언했다.

그런데 길을 걷다 우연히 꿈에 그리던 이상형을 만난다면? 당연히 자신도 모르게 시선이 그에게 집중될 것이다. 온 세상은 뿌연게 변하고 오직 그 사람에게만 완벽하게 몰입하게 되는 것이다.

그러나 한순간 매료돼 버린 당신의 마음과는 달리 상대방은 '뭐야, 왜 저래?' 라고 생각할 확률이 높다. 너무 과몰입(?)한 탓에 지나치게 뻘뻘 쳐다보거나, 자꾸만 힐끗거리려는 모습이 오히려 역효과를 부를 수 있기 때문이다. 그렇다면 상대방의 호감을 부르는 최적의 '아이컨택' 은 몇 초일까?

이 같은 궁금증을 해결하기 위해 런던대학교 연구팀이 직접 실험에 나섰다. 과학 저널 '로열 소사이어티 오픈 사이언스(Royal Society Open Science)' 에 소개된 연구 결과에서 연구팀은 호감도를 높이는 최적의 아이컨택 시간을 테스트 결과를 공개했다.



▲ 사진=shutterstock

연구팀은 우선 약 500여 명의 남녀 참가자를 모집해 카메라를 응시하는 한 여성이 나오는 영상을 시청하게 했다. 화면 속 여성과 눈을 맞추게 한 다음, 불편함을 느끼기 시작할 때 버튼을 누르라고 지시했다.

이때 연구팀은 피실험자들의 동공 확장 정도와 미세한 표정 변화를 샅샅이 살폈다. 그 결과 참가자들이 평균적으로 선호하는 아이컨택 시간은 3.3초였다. 이 시간 동안 실험 참가자 대부분 동공이 순간적으로 확장됐는데 연구팀은 이를 눈을 마주치기 위한 무의식적인 신체 반응으로 해석했다.

참가자들은 3초간 서로에게 호의적으로 접근하려는 기질을 보였고 편안함을 느꼈다고 답했다.

반면 0.5초~1초의 짧은 시간 동안 눈을 맞추면 '나를 훑어본다' 는 부정적인 생각을 했다. 또한 참가자들은 8초 이상 길게 아이컨택을 하면 '부담스럽다', '어색하다' 는 생각이 든다고 말했다.

썸을 타는 이성이나, 꿈에 그리던 이상형을 만난다면 더도 말고 속으로 딱 3초만 세어보자. 당신과의 '심쿵' 은 맞춤에 상대방 역시 흘린 듯 반할지 모른다.

20141 PIONEER BLVD. LAKEWOOD, CA 92715
(Del Amo Blvd. + Pioneer Blvd.)

MART 옆

약사 노혜경
Pharm.D.
Board Certified
Pharmacotherapy Specialist
30년 병원 임상경험

하워드 약국 (노약국)

*노약사에게 전화주세요
562-866-6011

Howard Drugs Your Locally Owned HealthMart PHARMACY

This pharmacy is independently owned and operated under a license from Health Mart Systems, Inc.

JOY 핸디맨 & 플러밍

물
새
요
:

연락주세요.

24
시간

제이킴

714.249.5469

확실한 선택과 후회없는 결정! 30년 경험의 신용과 책임!

작은 일에도 책임과 정성을 다하여 드리겠습니다.

O **ORION** CABINET & TILE

최고급 캐비닛 & 유로피안/퀵츠/그라나잇/타일/우드/방수라미네이트 홈세일

공장직영

50,000 sq.ft.
초대형 창고/쇼룸

커스텀 캐비닛
커스텀 카운터탑

모든 시티
인-허가 공사

설계/시공/인테리어

부엌/화장실 스페셜 리모델링 전문

전기/플러밍/드라이월/페인팅 모든 공사 책임 시공

오리온캐비닛/타일

*상담 후 쇼룸을 방문하시면 더욱 다양하고 만족할 선택을 약속드립니다

714.858.3000

www.orientile.com 주 정부 면허 및 보험

Showroom & Warehouse 900 E. Vermont Ave, Anaheim, CA 92805

상담문의/ 방문시 예약