

“결혼까지 골인하려면” ... 연애 기간 얼마가 적당?

부부의 결혼 전 연애 기간을 물어보면 짧게는 몇 개월부터 길게는 십수 년까지 다양하다.

그런데 오하이오 주립 의대 크리스토퍼 패건즈(Christopher P. Fagundes) 교수는 행복한 결혼 생활을 위한 '적절한 연애기간' 을 밝히기 위해 연애를 갖 시작한 102명의 사람을 2년 동안 추적 관찰했다.

크리스토퍼 교수는 실험자들이 연애 기간 동안 연인과의 관계가 어떻게 변했는지 매월 설문조사를 함께 진행했다. 그 결과 커플 관계가 총 3단계 나뉘어 발전한다는 사실을 찾아냈다.

1단계: '너와 함께 있고 싶어(proximity seeking)'

첫 번째 단계는 '같이 시간 보내기' 에 초점이 맞춰져 있다. 이 시기 연인들은 서로에게 강하게 이끌리고 상대의 모든 것을 궁금해하며 함께 시간을 보내고 싶은 마음으로 가득차 있다. 커플마다 다르지만 연애 시작 후 1-3개월은 해당 시기에 머무른다.

2단계: '너가 너무 필요해(Safe haven)'

두 번째 단계는 서로가 서로의 '피난처' 가 되는 시기이다. 이 단계에 연인들은 함께 있을 때 떨림보다는 정서적 안정을 느끼게 된다. 주로 직장, 학업으로 스트레스를 받을 때 연인과의 대화에서 안정을 얻고, 우울하거나 슬픈 일이 있을 때 위로 받는다. 주로 연애 4개월차 커플이 해당 시기에 접어들다.

3단계: '나는 늘 네 편이야(Secure base)'

세 번째 단계에서 커플은 서로의 '안전 기지' 를 구축한다. 이 시기에 도달한 커플은 외부에 흔들리지 않을 만큼 안정돼 서로를 의지하게 된다. 마치 '부모와 자식' 관계처럼 '상대가 나에게 즉각적 반응을 해준다' 는 믿음으로 가득 찰 시기이기도 하다. 크리스토퍼 교수는 이 정도의 신뢰 관계를 형성하는데 최소 2년이 걸린다고 말했다. 1, 2단계와 비교해 천천히 도달한다는 특징이 있다.



결과를 종합해보면, 3단계 '정서적 안전 기지' 를 형성하는 것이 커플 관계에서 매우 중요하다는 분석이다. 이는 커플의 관계 안정성에 영향을 줄 뿐만 아니라 이 단계에 도달한 커플일수록 이별 확률이 크게 줄었다. 즉 결혼으로 이어질 확률 또한 높아진다는 말도 된다.

크리스토퍼 교수는 "정서적 안전 기지(3단계)에 도달하는 건 상대방에 대한 헌신이 필요하기에 서로의 희생과 인내 없이는 불가능하다." 며 그럼에도 "이 단계에 도달한 커플들은 관계에 갈등이나 어려움이 있더라도 서로의 희생을 바탕으로 관계를 지키려는 의지를 갖는다." 고 설명했다.

한편 지난해 한국의 한 결혼정보업체에서 미혼남녀 300명을 대상으로 설문조사한 결과 미혼남녀 절반가량(남 50.7%, 여 42.7%)이 결혼 전 적정 연애 기간으로 '1년 이상 2년 미만' 을 꼽았다. 그 뒤로는 '2년 이상 3년 미만', '3년 이상' 이 뒤를 이어 대체로 '최소 1년 이상' 은 만나 보는 것이 적절하다는 의견이 다수였다.

사진=shutterstock

시니어 헬스케어 전문 **MART** 연

하워드 약국 HOWARD DRUGS

당뇨/ 고혈압/ 콜레스테롤 상담 전문
세리토스, 실비치, 싸이프레스, 롱비치, 하와이언 가든, 다루니

30년 병원 임상경험
*노약사에게 전화주세요



약사 노혜경
Pharm.D.



(Del Amo Bl. + Pioneer Bl.)

562-866-6011

20141 Pioneer Blvd. Lakewood, CA 92715

JSK 건축, 플러밍



물
새
요
:

Lic #1049049 **재해복구 전문업체**

제이킴

714.249.5469



CHAPMAN CARE CENTER
Skilled Nursing and Sub-Acute Facility

채프먼 케어센터

생명을 존중하고 사랑을 실천하는 요양병원









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

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

전문 간호 서비스

- 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
- 투석전우간리
- 근육경축/부목
- 통증 치료 및 관리
- 회복간호지원 프로그램 제공

채프먼의 특별 혜택

- 개인실 및 2인 1실 제공
- 전문 영양사의 전문 메뉴와 식습관 관리
- 일상 생활 프로그램 지원
- 모든 방에 TV와 인터넷 제공
- 마용과 이발 서비스 지원
- 사회복지 및 가족 지원 프로그램
- 종교 서비스
- 파면 절차 관리
- 한국 문화 프로그램 제공 (다양한 게임과 특별한 메뉴 제공)

추가 특별 서비스

- 약 서비스 (처방약 포함)
- 각종 검사와 방사선 검사
- 전문 영양사와 영양 상담
- 치과, 청각, 검안과, 발 전문의 서비스
- 심리학과 정신과 서비스 제공
- 호스피스 간호 서비스 제공
- 위탁 간호 서비스 제공

재활 치료 서비스

- 물리 치료
- 작업 치료
- 언어와 언어 치료

준급성 치료 서비스

- 모든 숙련된 간호 및 재활 서비스 포함
- 모음 치료
- 기관절 절개 치료
- 인공 호흡기 관리 및 치료



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