

나의 '이런 행동'이 남친을 밀어낸다

잘 풀려가는 것 같던 연애가 갑자기 왜 꼬이는지 궁금해한 적이 있다면, 나도 모르는 작은 습관이 상대방을 멀어지게 하는 건 아닌지 한번 살펴볼 때일 수 있다. 특히 여성들이 남자친구를 밀어내는 행동들에 어떤 것들이 있는지 호주 대인관계 전문 출판 미디어 '해킹스피릿(Hack Spirit)' 이 소개했다.



고를 아끼지 않는데도, 이를 당연히 해야 할 일이라고 생각하며 인정하지 않는 것이다. 모든 사람은 인정을 받고 싶은 욕구가 있다. 상대방의 노력을 인정하지 않거나 당연하게 여기면 자신의 가치에 대해 다시 생각하게 되고 결국 멀어질 수 있다.

■ 상대에게 너무 의존한다

관계에서 상호의존은 매우 중요하다. 서로 신체적으로, 정서적으로, 정신적으로 도움을 주며 균형

있는 관계를 만들어 갈 수 있다. 하지만 상호의존과 무조건적인 의존은 다르다. 무조건적인 의존은 상대방에게 감당하기 힘든 부담감주어 도망치고 싶도록 만들 수 있다.

■ 사소한 부분까지 지나치게 생각한다

여성은 남성보다 사소한 부분에 더 민감하게 반응할 때가 있다. 단어 하나, 몸짓 하나 등 사소한 디테일까지 분석하며 남성의 말과 행동 뒤에 숨겨진 의미를 찾아내려고 한다. 이는 상대방 입장에서는 끊임없이 의심하고 불신하는 모습으로 생각될 수 있다.

■ 상대를 바꾸려고 한다

사랑하는 사람에게 더 좋은 모습을 원하는 건 당연하다. 하지만 상대방을 바꾸려 하는 건 그가 지금 있는 그대로 충분하지 않다는 메시지를 보내는 것과 같다. 사람은 누구나 있는 그대로의 모습으로 사랑받길 바란다.

■ 혼자 있을 공간을 내어주지 않는다

깨어 있는 모든 순간을 함께 보내는 것이 사랑을 표현하는 가장 좋은 방법이라고 생각한다면 다시 생각해보자. 모든 일상을 함께 하고, 심지어 친구들의 모임에까지 따라가는 건 그 사람에게 개인적인 공간을 전혀 주지 않고 숨이 막히게 하는 행동일 수 있다.

■ 상대의 노력에 고마워하지 않는다

특히 오랫동안 함께 한 연인이라면 상대방을 당연하게 여기기 쉽다. 상대방이 나를 배려하는 행동을 하거나 수

■ 상대의 감정을 인정하지 않는다

관계에서 서로의 감정을 그대로 인정해주는 것도 중요하다. 상대의 감정을 무시하거나 과민반응 하는 것으로 치부해버리는 실수를 하지 않아야 한다. 상대방이 나의 말을 들어주지 않는다면 이해 받지 못한다고 느끼면 외로움과 단절된 느낌을 받을 수 있다.

■ 솔직하게 소통하지 않는다

여는 인간관계처럼 연인 사이에서도 솔직한 의사소통이 중요하다. 갈등을 피하고 싶거나 상대방에게 부담을 주고 싶지 않다는 생각에 혼자 자기 생각에 빠져 있으면, 둘 사이에 벽이 생길 수 있다. 상대방에게 내가 원하는 것, 감정, 걱정을 솔직하게 말하지 않으면 그는 당신이 자신을 믿지 못하며 밀어내고 있다는 느낌을 받을 수 있다.

사진=shutterstock

시니어 헬스케어 전문 **MART** 옆

하워드 약국 HOWARD DRUGS

당뇨/ 고혈압/ 콜레스테롤 상담 전문
세리토스, 실비치, 파이프러스, 롱비치, 하와이언 가든, 다우니

30년 병원 임상경험
*노약사에게 전화주세요



약사 노혜경
Pharm.D.



(Del Amo Bl. + Pioneer Bl.)

562-866-6011

20141 Pioneer Blvd. Lakewood, CA 92715

디톡스 피부관리!!
작은 디테일이 큰 차이를 만듭니다

올리브스킨케어

Olive Skin Care
PREMIUM

경락 리프팅
마사지

- 수분
- 리프팅
- 탄력 관리

여드름
브라이트닝
아쿠아필

714.735.8844 7041 Western Ave. #C, Buena Park, CA 90621

용문루

GRAND OPENING

Authentic Chinese Korean Cuisine
Eat Good, Feel Good



홈 파티 케이터링 환영



각종 파티 및
단체 모임 환영

파티룸 10~50명 수용 가능

waiter, waitress 구합니다.

용문루 T.626.363.4961
www.yongmoonlu.com

월,수,목,금 11:30am ~ 3:00pm
4:30pm ~ 9:00pm 토,일 11:30am ~ 9:00pm

19240 Colima Rd. Rowland Heights, CA 91748