2023학년도 2학기 중간과제물

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **교과목명** | : | 심리학에게묻다 |
|  | **학번** | : | 202234-366307 |
|  | **성명** | : | 최문성 |
|  | **연락처** | : | 010-8010-6050 |

- 사람은 누구나 사랑을 받고 또 주고 싶어 한다. ‘심리학에게묻다’ 교재(p165-183)

내용 및 기타 자료를 개인이 자유롭게 참조하여,

1) 자신의 현재 혹은 이전의 사랑에 대해(꼭 이성적 사랑이 아니어도 됨)

스턴버그(R. Sterberg)의 사랑의 삼각형 이론을 적용하여 분석하고,

2) 자신이 추구하는 사랑과 펙(M. S. Peck)이 제시한 참사랑의 공통점과 차이점을

비교해 보고,

3) 이러한 적용과정에서 느낀점과 배운점을 쓰시오.

: 위의 3단계가 모두 포함되어야 함

1. 서론

나는 서른 살이 넘도록 연애경험이 단 한 번도 없었다. 20대의 대부분을 우울, 무기력으로 인해 집에서 게임만 하며 보냈고, 사람 만나기를 극도록 꺼려했다. 그러다가 인터넷을 통해서 전 여자친구를 만나고 약 2년 간의 연애를 하고 헤어지게 되었다. 내 첫 연애는 한 명의 성인으로서 무척이나 미성숙했던 내가 그나마 덜 미성숙하게 변화하는 계기가 되었다. 그녀를 만남으로써 내게 생긴 큰 변화들로는 이전까지 무기력했던 내가 직업교육을 받고 취직해서 스스로를 부양할 수 있고자 하는 의욕이 생기게 되었고 또한 이전까지는 부정적이고 냉소적으로 바라봤던 잿빛 미래를 교육과 노력을 통해 더 밝은 빛으로 바꾸고자 하는 의지를 갖게 되었다. 내가 그녀와 가졌던 관계는 사람들이 일반적으로 연애에서 가지는 관계와 차이점이 몇 가지가 있는데 첫째로는 서로 다른 문화권에서 자라고 다른 언어를 사용한다는 것이고, 둘째는 인터넷에서 만난 장거리 연애였고 코로나 사태로 인해 국제여행 및 비자발급이 어려워진 관계로 헤어질 때 까지 단 한 번도 만날 수 없었다는 점, 그리고

1. 스턴버그의 삼각형 이론을 적용한 분석

사랑의 삼각형이란 사랑의 구성요소에 대해 설명하기 위해 로버트 스턴버그라는 미국의 심리학자가 고안해낸 이론이다. 그는 친밀감, 열정, 의사결정을 사랑의 3요소라고 봤다. 이 중 친밀감이란 서로 가깝게 연결 및 결합되어 있다는 느낌이고, 열정이란 관계 속에서 낭만이나 육체적 매력, 성적인 몰입과 같은 것들로 이끄는 욕망, 마지막으로 의사결정이란 타인을 사랑한다는 결심에서 시작하여 장기적으로 사랑을 유지하고자 실행하는 행동과 헌신을 의미한다.

먼저 사랑의 삼각형의 요소 세 가지를 내가 했던 사랑에 적용하여 비교해보자면 다음과 같다.

1. 친밀감