

FREE E-BOOK · SEVEN SCENES

대체 불가능한 여자

남자가 식는 여자와,
놓지 못하는 여자는 무엇이 다른가

LOVETAIN

대체 불가능한 여자

남자가 식는 여자와, 놓지 못하는 여자는 무엇이 다른가

펴낸 때	2026년 11월 · 무료 배포본
지은이	러브테인 대표
펴낸 곳	러브테인 LOVETAIN
스레드	@love.tain.j
홈페이지	lovetain.kr
문의	lovetain01@naver.com

이 책은 무료로 나눠 드리는 책입니다. 글과 그림의 저작권은 러브테인에 있으며, 허락 없이 복제하거나 다른 곳에 올릴 수 없습니다.

캡처해서 스레드 · 인스타에 나누는 것은 환영합니다. @love.tain.j 를 함께 남겨 주세요.

이 책의 내용은 정신분석과 자기검증 이론을 바탕으로 썼으며, 임상 진단이나 치료를 대신하지 않습니다.



사랑받으려 애쓰느라 지친,
모든 공주님에게

HOW TO READ

이 책을 읽는 법

01 **30분이면 충분합니다.**

처음부터 끝까지, 한 번에 읽으세요.

02 **Fig. 표시가 있는 쪽은 천천히 보세요.**

러브테인이 연애를 읽는 틀입니다. 한 번 이해하면, 다음 연애에서 내가 보입니다.

03 **II부는 펼침면입니다.**

왼쪽은 아기 공주, 오른쪽은 여왕입니다. 왼쪽에서 나를 찾고, 오른쪽에서 '여왕의 한 문장'을 가져가세요.

04 **III부 셀프체크는 표시하면서 읽으세요.**

인쇄했다면 연필로, 휴대폰이라면 캡처해서 표시해도 됩니다.

05 **마음에 남는 쪽은 나눠도 좋습니다.**

캡처해서 스레드 · 인스타에 올릴 때 @love.tain.j 를 함께 남겨 주세요.

한 가지만 약속해 주세요

읽는 동안, 그 남자 말고
'나'를 생각하기로.

CONTENTS

차례

· 여는 글 · 노력하지 마세요 6

I 잘해줄수록, 그는 식습니다 7
서연 씨 이야기 · 세 단계 · 마음의 세 층 · 어른인 척 · 보호막이 굳는 과정 · 거울의 법칙과 거울의 순환

II 같은 장면, 다른 여자 19
답장이 3시간째 없을 때 · 서운한 일이 생겼을 때 · 그가 식은 것 같을 때 · 쎄한 남자를 만났을 때 · 데이트를 할 때 · 그가 "요즘 바빠"라고 할 때 · 싸운 다음 날

III 당신은 어떤 얼굴로 애쓰고 있습니까 34
셀프체크 · 다섯 얼굴 한눈에 · 미소 · 선물 · 불꽃 · 스타 · 얼음 공주 · 사랑 프레임

IV 참는 연애는, 참는 결혼이 됩니다 43
숫자로 보는 결혼 · 연애의 패턴은 사라지지 않는다 · 참는 아내는, 조용히 아프다 · 참는 결혼의 시간표 · 왕관의 서사 10단계 · 여왕의 기준 셋

· 닫는 글 · 서연 씨는, 지금 52
1:1 진단 컨설팅 · 끝까지 읽은 공주님께 드리는 선물 셋

PROLOGUE

노력하지 마세요.

저는 열세 살 때부터 심리학을 좋아했습니다. 사람들에게 사랑받고 싶어서였습니다.

남자를 끄는 건 어렵지 않았습니다. 문제는 그다음이었습니다. 먼저 연락하고, 먼저 맞춰주고, 서운해도 참았습니다. 잘해줄수록 그는 식었고, 저는 더 애썼습니다.

10년 동안 정신분석을 공부하고 나서야 알았습니다. 노력이 부족했던 게 아니었습니다. 애쓰는 것, 그 자체가 문제였습니다.

애쓰는 여자는 대체됩니다. 더 잘 맞춰주는 사람은 언제든 나타나니까요.
자기 자신으로 서 있는 여자는 대체할 수 없습니다. 세상에 한 명뿐이니까요.

이 책은 그 차이를 일곱 장면으로 보여드리고, 왜 그렇게 되는지를 정신분석의 눈으로 풀어 드립니다. 다 읽고 나면, 지금 당신이 어디쯤 서 있는지 보일 겁니다.

러브테인 대표



PART ONE

I

잘해줄수록,
그는 식습니다

몸은 어른인데,
연애만 하면 아기 공주가 됩니다.

A STORY

서연 씨 이야기

서연 씨(31)는 회사에서 일 잘하기로 소문난 사람입니다. 후배들 고민을 들어주고, 회의에서는 할 말을 합니다. 그런데 연애만 하면 달라집니다.

그가 "오늘 좀 피곤해"라고 하면, 약속을 먼저 취소해 줍니다. 생일 선물은 석 달 전부터 고릅니다. 서운한 일이 생기면 '내가 예민한가' 하고 넘깁니다.

1년쯤 지나, 그가 말했습니다.

> "너는 너무 착해서,
> 내가 없어도 잘 살 것 같아."

서연 씨는 무엇을 잘못했을까요. 아무것도 잘못하지 않았습니다. 너무 잘했을 뿐입니다.

잘해주는 여자는 고마운 여자가 되고, 고마운 여자는 언젠가 다른 고마운 여자로 바뀝니다. 대체 가능해지는 겁니다.

서연 씨가 그 뒤에 어떻게 달라졌는지는, 이 책의 끝에서 이야기하겠습니다.

※ 여러 상담 사례를 섞어 다시 쓴 이야기입니다. 이름과 나이는 바꿨습니다.

FOR YOU

이 책은,
이런 공주님을 위해 썼습니다

- [ ] 내가 쉽게 질리는 타입인 것 같다
- [ ] 남자한테 쉽게 끌려다닌다
- [ ] 남자에게 받고 싶은데, 마음처럼 되지 않는다
- [ ] 사랑하는 남자와 건강한 관계를 오래 유지하고 싶다
- [ ] 썸붕, 짧은 연애가 반복된다

하나라도 표시했다면, 당신은 노력이 부족한 게 아닙니다. 방향이 달랐을 뿐입니다.

> 이 책의 끝에서, 당신은
>
> 남자가 특별하게 생각하는 여자 · 놓치면 안 될 것 같은 여자 · 좋은 남자를 구별할 수 있는 여자 · 자신을 1순위로 둘 수 있는 여자에 한 걸음 가까워져 있을 겁니다.

THREE STAGES

아기 공주에서, 여왕으로



아기 공주 *Baby Princess*

사랑받고 싶어서, 애쓰는 여자

매달리고, 맞춰주고, 확인받고, 참습니다. 너무 큰 왕관을 쓰고 여왕인 척합니다. 겉은 어른, 속은 아기 공주.



어른 여자 *Grown Woman*

나를 알고, 원하는 걸 말하는 여자

맞지 않는 왕관을 내려놓습니다. 여자로서의 욕구와 바람을 감추지 않습니다.



여왕 *Queen*

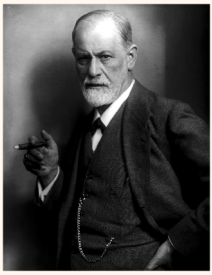
애쓰지 않아도, 사랑이 머무는 여자

내가 고르고, 그가 지키고 싶어 합니다. 나를 1순위에 두면서 사랑받습니다. 이 여자가, 대체 불가능한 여자입니다.

> 여왕은 차갑거나 군림하는 여자가 아닙니다.
> 주는 사랑은 그대로, 매달리는 사랑만 사라집니다.

THE FOUNDATION

러브테인은,
연애를 이렇게 읽습니다



Sigmund Freud · 1856–1939

“그것이 있던 곳에,
자아가 있게 하라.”

지그문트 프로이트, 『새로운 정신분석 강의』 (1933)

보이지 않는 규칙에 끌려다니던 자리에, 스스로 고르는 내가 서게 하라는 뜻입니다. 러브테인이 말하는 여왕은, 이 문장에서 시작합니다.

이 책에 쓰인 다섯 개의 렌즈 *Five Lenses*

01 **마음의 세 층** 원초아 · 초자아 · 자아 · Freud 1923 → *12쪽*
왜 몸은 어른인데, 연애만 하면 아기 공주가 될까

02 **거짓 자기** 참 자기와 거짓 자기 · Winnicott 1960 → *16쪽*
'어른인 척하는 나'는 어떻게 자라는가

03 **반복 강박** Freud 1920 → *16쪽*
남자는 바뀌어도, 왜 결말은 늘 같을까

04 **자기검증** Swann 1992 → *17쪽*
왜 늘 비슷한 남자가 곁에 남을까 · 거울의 법칙

05 **다섯 얼굴의 원리** 동일시 · 투사 · 이상화 · 자아 이상 · 반동형성 → *36쪽*
나는 어떤 방식으로 어른인 척하고 있을까

각 이론을 바탕으로 러브테인이 재구성한 관점이며, 임상 진단이 아닙니다. · 사진 Max Halberstadt 1921 (공용 도메인)

THE STRUCTURE · FIG. 1

마음에는,
세 개의 층이 있습니다

몸은 어른인데, 연애만 하면 아기 공주가 되는 이유. 답은 그 남자가 아니라, **마음의 구조**에 있습니다.

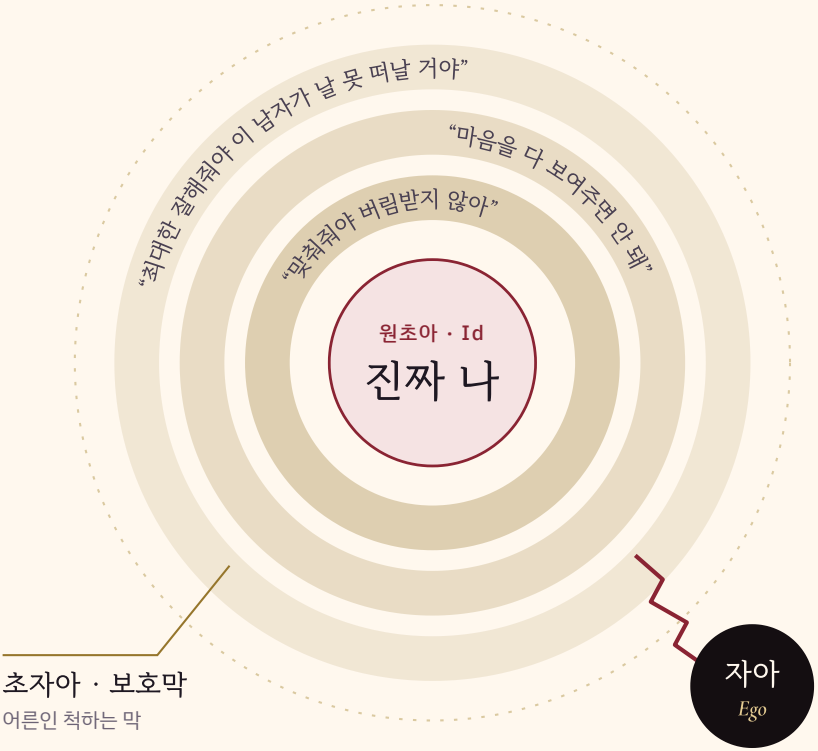


Fig. 1 어른인 척하는 보호막의 구조. 고리에 적힌 문장은 보호막이 속삭이는 '사랑받는 규칙'입니다. 자아는 금이 간 곳부터, 한 꺼풀씩 벗겨 냅니다.
프로이트의 구조 모델(『자아와 그것』 1923)을 바탕으로 러브테인이 재구성

ID · SUPEREGO · EGO

진짜 마음, 보호막, 그리고 조율하는 나

01 원초아 *Id*

진짜 마음

태어날 때부터 있던 욕구입니다. 사랑받고 싶고, 보고 싶고, 원하는 걸 지금 갖고 싶은 마음. 현실이나 도덕과 상관없이, **지금 당장의 만족**을 원합니다.

어린 시절
"과자 먹고 싶어."

연애에서
"보고 싶어. 지금 연락해 줘."

02 초자아 *Superego*

보호막 · 깨야 할 것

부모와 부딪히며 배운 **'사랑받으려면 이래야 해'라는 규칙**입니다. 규칙을 어길 때마다 죄책감과 불안으로 나를 벌합니다. 러브테인은 이것을 '어른인 척하는 보호막'이라고 부릅니다.

어린 시절
"과자 먹으면 혼나. 사랑받지 못해. 먹지 마."

연애에서
"매달리면 질려 해. 아무렇지 않은 척해."

03 자아 *Ego*

조율하는 나 · 키워야 할 것

진짜 마음과 보호막, 그리고 현실 사이에서 길을 찾는 힘입니다. 욕구를 무작정 누르지도, 무작정 따르지도 않고, **현실에서 이룰 수 있는 방법**으로 둘을 조율합니다.

어린 시절
"엄마한테 잘 얘기해서, 허락을 받아 봐야지."

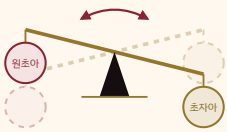
연애에서
"연락이 길게 끊기면 서운해. 바쁘면 한마디만 해 줘."

> 조율에 성공할 때마다, 보호막은 한 꺼풀씩 벗겨집니다.
> 그 자리에 서는 것이, 어른 여자입니다.

THE RIDER · FIG. 2

같은 서운함,
세 가지 자아

프로이트는 자아를 **힘센 말을 이끄는 기수**에 빗댔습니다. 같은 서운함 앞에서 기수가 어떻게 하느냐에 따라, 아기 공주와 여왕이 갈립니다.



아기 공주 휘둘린다

참다가(초자아), 한꺼번에 터집니다(원초아). 기수가 말에 끌려다닙니다.

"괜찮아." … 사흘 뒤 "너는 왜 맨날 그래?"



어른 여자 알아차린다

누르지도, 쏟지도 않고 먼저 알아차립니다. 진짜 마음도, 배운 규칙도 내 것으로 봅니다.

"아, 나 지금 서운하구나."



여왕 조율한다

서운함을 참지도, 쏟지도 않고 **요청**으로 바꿔 말합니다. 기수가 말을 이끕니다.

"아까 그 말은 좀 서운했어. 다음엔 이렇게 해주면 좋겠어."

Fig. 2 원초아와 초자아 사이, 자아의 세 가지 자리.
프로이트의 구조 모델과 '말과 기수' 비유(『자아와 그것』 1923)를 바탕으로 · 여왕 지수 테스트가 이 기준으로 단계를 봅니다

어른인 척

참는 건
어른스러운 게 아닙니다.
어른인 척하는 겁니다.

어린 시절 '사랑받으려면 이래야 해'라고 배운 규칙이, 어른인 척하는 막을 만듭니다. 배우는 능력과 사회성이 좋은 사람일수록 이 막은 두껍습니다. 그래서 겉으로는 누구보다 성숙해 보입니다.

프로이트의 초자아 개념을 바탕으로

HOW IT FORMS · FIG. 3

보호막은,
이렇게 굳어집니다

Fig. 3 보호막이 굳어지는 세 단계 · 왕관의 서사 10단계 중 1~3단계

01

내사 *Introjection*

"사랑받으려면 착해야 해." "울면 안 돼." 어린 시절 들은 말을, 내 규칙으로 삼킵니다. 삼킨 말은 어느새 내 목소리가 됩니다.

내사와 초자아 형성 · Ferenczi 1909 · Freud 1923

02

순응 *Compliance*

규칙에 맞춰 사는 '어른인 척하는 나'가 자랍니다. 위니콧은 이것을, 진짜 나를 지키려고 만든 **거짓 자기**라고 불렀습니다.

참 자기와 거짓 자기 · Winnicott 1960

03

반복 *Repetition*

남자는 바뀌어도, 결말은 같습니다. 사람은 익숙한 아픔을, 스스로 다시 만들어 냅니다. 프로이트는 이것을 **반복 강박**이라고 불렀습니다.

반복 강박 · Freud 1920

↻ 다음 연애에서, 다시 01부터

WHY SMART WOMEN

왜 똑똑한 여자일수록, 보호막이 두꺼울까요

규칙을 빨리 배우고 잘 지키는 사람일수록, 보호막은 두껍습니다. 회사에서는 인정받고 친구 고민은 잘 들어 주는데, **연애에서만 무너집니다.** 눌러 둔 마음은 사라지지 않고, 가장 가까운 관계에서 다른 모양으로 돌아오기 때문입니다.

바탕 : 프로이트 「억압」 (1915) · 『자아와 그것』 (1923) · 위니콧 (1960)

THE MIRROR

남자를 바꾸기 전에,
거울부터 바꿔야 합니다

사람은 내가 나를 보는 방식을, 그대로 비춰주는 사람에게 끌립니다. 그래서 **내가 나를 대하는 방식이, 그가 나를 대하는 방식이 됩니다.**

아기 공주	"나는 애써야 사랑받는 사람"	애쓰게 만드는 남자가 오히려 익숙하고 편합니다
어른 여자	"나는 원하는 걸 말해도 되는 사람"	내 말을 들어주는 남자가 보이기 시작합니다
여왕	"나는 그냥, 사랑받는 사람"	애쓰지 않아도 나를 아끼는 남자만 남습니다

> 늘 비슷한 남자를 만난다면, 운이 나빠서가 아닙니다.
> 거울이 같아서입니다.

스완의 자기검증 이론(Self-Verification Theory)을 바탕으로. 이 고리가 어떻게 도는지는 다음 쪽 Fig. 4에서 봅니다.

THE MIRROR LOOP · FIG. 4

늘 비슷한 남자를 만나는 건, 악순환이 반복되기 때문입니다

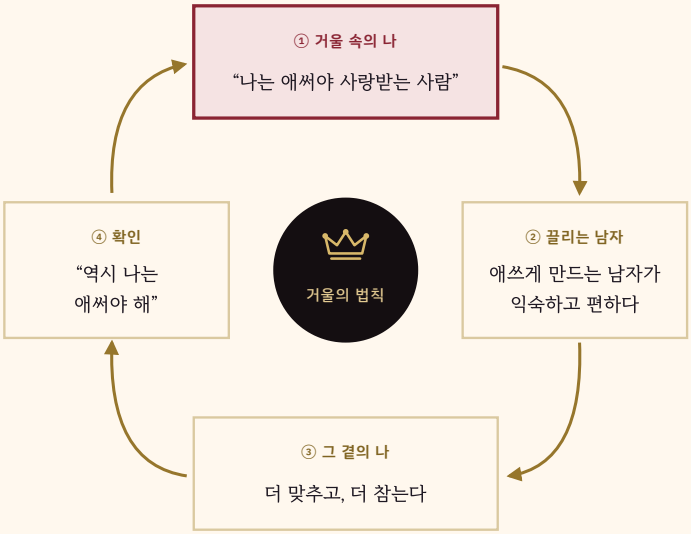


Fig. 4 거울의 순환. 내가 나를 보는 방식이, 끌리는 남자와 그 결의 나를 거쳐, 다시 나를 확인해 줍니다.

끊을 수 있는 곳은 ① 하나뿐입니다. 남자(②)를 바꿔도 ①이 그대로면, 고리는 다시 돕니다. 다음 남자도, 결국 애쓰게 만드는 남자가 됩니다. 거울을 바꾸면, ②에 비치는 남자가 바뀝니다.

연구로 보면 · 자기검증 이론. 사람은 나에 대한 생각을 '확인해 주는' 사람을 더 편하게 느낍니다. 그 생각이 부정적일 때도 그렇습니다. 결혼한 부부를 조사한 연구에서, 스스로를 낮게 보는 사람은 자신을 낮게 보는 배우자에게 오히려 더 헌신하는 경향을 보였습니다.

Swann, W. B., Hixon, J. G., & De La Ronde, C. (1992). Embracing the bitter "truth": Negative self-concepts and marital commitment. Psychological Science, 3(2).



PART TWO · SEVEN SCENES

II

같은 장면,
다른 여자

대체 가능한 여자와 대체 불가능한 여자는,
같은 장면에서 다르게 움직입니다.

OI SCENE

답장이 3시간째 없을 때

아기 공주는 *Baby Princess*

- 카톡을 열었다 닫았다 합니다. 숫자 1이 사라졌는지 열 번쯤 확인합니다.
- "바빠?" "뭐 해?" "아 미안, 귀찮게 했나ㅎㅎ"를 연달아 보냅니다.
- 답이 오면 서운했던 건 숨기고, 아무렇지 않은 척 밝게 답합니다.

속마음

"내가 뭘 잘못했나?
이러다 식으면 어떡하지."

그에게 보이는 것

"이 사람은 내가 아무것도 안 해도,
계속 기다려 주는구나."

이 장면에서 가장 흔들리는 얼굴

불꽃 공주 스타 공주 → III부

여왕은 *Queen*

- 휴대폰을 엎어 두고, 하던 일을 계속합니다.
- 답이 오면, 그때의 온도 그대로 답합니다.
- 같은 일이 반복되면 한 번, 담백하게 말합니다.

여왕의 한 문장

"연락이 길게 끊기면 나는 좀 서운해.
바쁘면 바쁘다고 한마디만 해줘."

왜 통할까. 불안을 매달림이 아니라 '요청'으로 바꾸면, 그는 쫓기는 대신 지키고 싶은 약속을 하나 얻습니다. 그리고 내가 내 시간을 귀하게 쓰면, 그도 내 시간을 귀하게 여깁니다. 거울의 법칙입니다.

러테의 한마디 공주들, 답장 3시간 없다고 세상 안 무너져. 폰 엎고 너 할 거 해. 그 사이에 더 이뻐지는 중이야 👑

02 SCENE

서운한 일이 생겼을 때

아기 공주는 *Baby Princess*

- "괜찮아"라고 말하고, 혼자 곱씹습니다.
- 며칠을 참다가, 상관없는 일에서 한꺼번에 터집니다.
- 터지고 나면 "내가 예민했지, 미안해"로 먼저 사과합니다.

속마음

"이 정도로 서운해하면,
피곤한 여자가 되겠지."

그에게 보이는 것

"괜찮다더니 갑자기 왜 화를 내지?
이 사람은 종잡을 수가 없다."

이 장면에서 가장 흔들리는 얼굴

미소 공주 | 얼음 공주 → III부

여왕은 *Queen*

- 서운한 건 그날, 짧게 말합니다.
- "너는 왜" 대신 "나는"으로, 그의 잘못이 아니라 내 마음을 말합니다.
- 그리고 바라는 것을 딱 하나만 말합니다.

여왕의 한 문장

"아까 그 말은 좀 서운했어.
다음엔 이렇게 해주면 좋겠어."

왜 통할까. 쌓아 둔 서운함은 폭발이 되고, 그날 말한 서운함은 대화가 됩니다. 그리고 '무엇이 서운했는지'보다 '다음엔 어떻게 해주면 좋은지'를 들은 남자는, 비난받았다고 느끼는 대신 자기가 할 일을 압니다.

러테의 한마디 공주들, "괜찮아"는 연애 거짓말 1위야. 서운하면 그날 말해. 쌓아 두면 이자 붙어서 터진다?

03 SCENE

그가 식은 것 같을 때

아기 공주는 *Baby Princess*

- 연락 횟수, 답장 속도, 하트 개수를 셉니다.
- 더 예쁘게, 더 잘해주려고 애씁니다. 선물과 이벤트가 늘어납니다.
- "요즘 나한테 마음 식었어?"를 몇 번이고 묻습니다.

속마음

"내가 더 잘하면,
처음처럼 돌아올 거야."

그에게 보이는 것

"확인해 달라는 질문에 답하는 게,
점점 숙제처럼 느껴진다."

이 장면에서 가장 흔들리는 얼굴

불꽃 공주 스타 공주 → III부

여왕은 *Queen*

- 그를 붙잡는 대신, 내 일상을 다시 채웁니다. 친구, 일, 좋아하는 것.
- 처음의 뜨거움이 아니라, 지금의 편안함을 봅니다.
- 정말 달라졌다고 느끼면 한 번 묻고, 그의 답을 믿습니다.

여왕의 한 문장

"요즘 우리 좀 달라진 것 같아.
너는 어떻게 느껴?"

왜 통할까. 설렘이 줄어드는 건 식는 게 아니라 자리를 잡는 겁니다. 이때 쫓아가면 그는 물러나고, 내 삶으로 돌아가면 그는 다시 궁금해합니다. 사랑은 따라오는 쪽이 아니라, 머물 자리가 있는 쪽으로 옵니다.

러테의 한마디 식은 거 같다고 이벤트부터 준비하지 마~ 너 요즘 재밌는 거 뭐해? 그게 먼저야.

04 SCENE

쎄한 남자를 만났을 때

아기 공주는 *Baby Princess*

- 쎄한 느낌이 들어도 '내가 너무 예민한가' 하고 넘깁니다.
- 그의 사정을 대신 설명해 줍니다. "원래 바쁜 사람이라서", "상처가 많아서".
- 잘해주면 바뀔 거라 믿고, 더 맞춰줍니다.

속마음

"이 사람 놓치면,
다시는 이런 사람 못 만날 거야."

그에게 보이는 것

"이 사람은 내가 어떻게 해도,
다 이해해 주는구나."

이 장면에서 가장 흔들리는 얼굴

선물 공주 | 미소 공주 → III부

여왕은 *Queen*

- 쎄한 느낌을 예민함이 아니라 '정보'로 받아들입니다.
- 말이 아니라 행동을 봅니다. 약속을 지키는지, 내 시간을 존중하는지.
- 같은 일이 세 번 반복되면, 설명을 듣지 않고 보냅니다.

여왕의 한 문장

"나를 헷갈리게 하는 사람과는,
오래 만나지 않아."

왜 통할까. 거울의 법칙입니다. '애써야 사랑받는다'고 믿는 사람에게는, 애쓰게 만드는 남자가 오히려 익숙하고 편하게 느껴집니다. 쎄한 느낌은 그 익숙함에 대한 경고입니다. 애쓰게 만드는 남자는, 보내세요.

러테의 한마디 쎄하면 쎄한 거야. 너 촉 틀린 적 별로 없잖아? 그 남자는 컷~

05 SCENE

데이트를 할 때

아기 공주는 *Baby Princess*

- 장소도 메뉴도 "아무 데나", "너 먹고 싶은 거".
- 그가 즐거운지 살피느라, 정작 내가 즐거운지는 모릅니다.
- 계산할 때 먼저 지갑을 꺼냅니다. 내가 더 내야 마음이 편합니다.

속마음

"그가 즐거워야,
다음 데이트가 있어."

그에게 보이는 것

"편하긴 한데, 이 사람이 뭘 좋아하는지는
잘 모르겠다."

이 장면에서 가장 흔들리는 얼굴

미소 공주 | 선물 공주 → III부

여왕은 *Queen*

- 가고 싶은 곳, 먹고 싶은 것이 있으면 먼저 말합니다.
- 그를 살피는 대신, 지금 이 시간을 즐깁니다.
- 그가 해주는 것을 고맙게 받습니다. 받는 것도 사랑입니다.

여왕의 한 문장

"나 요즘 여기 가보고 싶었어.
같이 갈래?"

왜 통할까. 남자는 자신이 기쁘게 해줄 수 있는 여자에게 마음이 갑니다. 원하는 게 분명한 여자 옆에서 그는 해줄 수 있는 일이 생기고, 즐거워하는 그녀를 보며 스스로 괜찮은 남자라고 느낍니다. 받을 줄 아는 여자가, 더 많이 받습니다.

러테의 한마디 "아무거나"는 아무 데이트나 만든다? 먹고 싶은 거 말하고, 맛있게 먹어. 그게 제일 예뻐 🍝

06 SCENE

그가 "요즘 바빠" 라고 할 때

아기 공주는 *Baby Princess*

- "응응, 괜찮아!" 하고 연락을 꾹 참습니다.
- 참다가 "바쁜 건 알겠는데, 연락 하나 못 해?"로 터집니다.
- 그 사이 그의 SNS 접속 시간을 확인합니다.

속마음

"바쁘다는 건 핑계 아닐까.
나는 1순위가 아닌가 봐."

그에게 보이는 것

"괜찮다더니 서운해한다.
바쁜데 눈치까지 봐야 한다."

이 장면에서 가장 흔들리는 얼굴

스타 공주 | 얼음 공주 → III부

여왕은 *Queen*

- 바쁜 걸 존중하고, 대신 바쁜 게 끝난 뒤의 시간을 약속받습니다.
- 그가 바쁜 동안, 내 시간을 충실하게 씁니다.
- 바쁜 게 몇 주가 아니라 몇 달째라면, 그때는 우리 관계를 이야기합니다.

여왕의 한 문장

"바쁜 거 알아. 끝나면,
나랑 하루 통째로 비워줘."

왜 통할까. 바쁜 남자를 붙잡으면 그는 숨이 막히고, 말없이 참으면 그는 미안함마저 잊습니다. 바쁜 게 끝난 뒤의 하루를 약속받으면, 그는 바쁜 와중에도 나를 떠올릴 이유가 생깁니다. 그리고 자기 시간을 잘 쓰는 여자에게, 그는 돌아옵니다.

러테의 한마디 바쁘대? 그럼 너도 바빠져. 자기 계발 시즌 오픈~ 대신 '하루 통째로'는 꼭 받아내 👑

07 SCENE

싸운
다음 날

아기 공주는 *Baby Princess*

- 그가 먼저 연락할 때까지 휴대폰만 봅니다. 아니면 못 참고 먼저 "미안해"를 보냅니다.
- 내가 잘못하지 않은 것까지 사과합니다.
- 화해하면 그 일은 다시 꺼내지 않습니다. 그리고 같은 싸움을 또 합니다.

속마음

"이러다 헤어지자고 하면
어떡하지."

그에게 보이는 것

"결국 이 사람이 먼저 사과한다.
싸워도 잃을 게 없다."

이 장면에서 가장 흔들리는 얼굴

다섯 얼굴 모두 → III부

여왕은 *Queen*

- 감정이 가라앉을 시간을 갖습니다. 하루쯤은 괜찮습니다.
- 내 몫만 사과하고, 그의 몫은 그에게 남겨 둡니다.
- 같은 싸움이 반복되지 않게, 다음엔 어떻게 할지 함께 정합니다.

여왕의 한 문장

"말이 심했던 건 미안해. 근데 그 일은
아직 서운해. 우리 다음엔 어떻게 할까?"

왜 통할까. 싸움은 관계를 무너뜨리지 않습니다. 무너뜨리는 건 '내가 사과하면 끝나는' 패턴입니다. 자기 몫만 사과하는 여자 앞에서, 그는 자기 몫을 봅니다. 그래서 여왕의 관계는 싸워도 무너지지 않습니다.

러테의 한마디 싸우고 나서 다 내 탓 하지 마. 너 잘못한 만큼만 미안해하면 돼. 나머지는 그 사람 숙제야.

같은 장면이라도, 흔들리는 이유는 얼굴마다 다릅니다. 나에게 맞는 한 문장은 1:1 진단 컨설팅에서 함께 찾습니다.



PART THREE

III

당신은 어떤 얼굴로 애쓰고 있습니까

어른인 척하는 방식은,
다섯 가지 얼굴로 나타납니다.

SELF CHECK

나는 어떤 아기 공주일까

해당하는 것에 모두 표시하세요. 가장 많이 표시한 얼굴이, 지금 당신이 쓰고 있는 '어른인 척'입니다.

미소 공주 *The Smile*

☐ / 3

- ☐ 싫어도 "괜찮아"가 먼저 나온다
- ☐ 장소도 메뉴도 늘 그가 고른 대로 한다
- ☐ 서운하다고 말하면 그가 떠날 것 같다

선물 공주 *The Gift*

☐ / 3

- ☐ 그가 부탁하기 전에 먼저 챙긴다
- ☐ 해준 만큼 돌아오지 않으면 허무하다
- ☐ 데이트 비용을 내가 더 내야 마음이 편하다

불꽃 공주 *The Flame*

☐ / 3

- ☐ 처음엔 누구보다 뜨겁게 빠진다
- ☐ 연락이 조금만 줄어도 끝난 것 같다
- ☐ 연애가 시작되면 내 일상이 사라진다

스타 공주 *The Star*

☐ / 3

- ☐ "너는 다른 여자랑 달라"라는 말을 꼭 듣고 싶다
- ☐ 괜찮은 척하면서 그의 반응을 살핀다
- ☐ 그의 전 여자친구와 나를 비교한다

얼음 공주 *The Ice*

☐ / 3

- ☐ 좋아도 먼저 표현하지 않는다
- ☐ 서운해도 "아무렇지 않아"라고 한다
- ☐ 마음을 다 보여주면 질릴 것 같다

같은 장면이라도, 얼굴마다 해법이 다릅니다.
무료 간단 검사로 내 얼굴 보기 · 약 6분

CROWN CODE LITE

FIVE FACES · FIG. 5

다섯 얼굴,
한눈에 보기

얼굴	이렇게 어른인 척합니다	원리
미소 공주 *The Smile*	배려하는 척. 사실은 거절당하는 게 무섭습니다.	동일시
선물 공주 *The Gift*	헌신이 사랑인 척. 사실은 버려질까 봐 먼저 줍니다.	투사
불꽃 공주 *The Flame*	뜨거운 게 진심인 척. 사실은 식을까 봐 붙잡습니다.	이상화
스타 공주 *The Star*	괜찮은 척하며 확인합니다. "나 어때?"를 계속 묻습니다.	자아 이상
얼음 공주 *The Ice*	아무렇지 않은 척. 사실은 누구보다 신경 씁니다.	반동형성

흔들리는 장면 지도 *Scene Map*

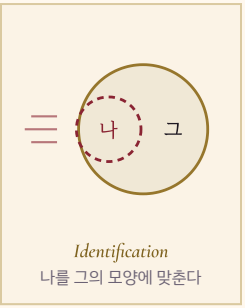
	01 답장 3시간	02 서운 할 때	03 식은 것 같을 때	04 쎄한 남자	05 데이트	06 "요즘 바빠"	07 싸운 다음 날
미소 공주	○	●	○	●	●	○	●
선물 공주	○	○	○	●	●	○	●
불꽃 공주	●	○	●	○	○	○	●
스타 공주	●	○	●	○	○	●	●
얼음 공주	○	●	○	○	○	●	●

Fig. 5 ● 가장 흔들리는 장면. 장면 07 '싸운 다음 날'은 다섯 얼굴 모두가 흔들립니다.
대부분은 두세 얼굴을 섞어 씁니다. 내 얼굴의 비율은 CROWN CODE LITE(무료)에서 봅니다.

FACE 01

The Smile

미소 공주



그녀가 믿는 말

"버림받지 않으려면,
맞춰줘야 해."

- 배려하는 척합니다. 사실은 거절당하는 게 무섭습니다.
- 그의 취향이 어느새 내 취향이 되어 있습니다.
- "괜찮아"를 너무 많이 해서, 내가 뭘 원하는지 잊었습니다.

프로이트로 보면 · 동일시. 사랑받으려고, 상대가 원하는 모습을 내 것처럼 입습니다. 그는 편해하지만, 오래 궁금해하지는 않습니다.

TODAY
오늘부터 하나

다음 약속 장소는 내가 정합니다.
"아무 데나"는 금지.

러테의 한마디 착한 척 그만~ 너 먹고 싶은 거 말해. 남자는 메뉴 딱 정해주는 여자한테 더 끌려.

이 얼굴이 흔들리는 장면 02 서운할 때 · 04 쎄한 남자 · 05 데이트

FACE 02

The Gift
선물 공주



Projection
내 마음을 그에게 비춘다

그녀가 믿는 말

"최대한 잘해줘야,
날 못 떠날 거야."

- 헌신이 사랑인 척합니다. 사실은 버려질까 봐 먼저 줍니다.
- 그가 부탁하기 전에 챙기고, 원하지 않은 것까지 줍니다.
- 해준 만큼 돌아오지 않으면, 서운함이 계산서처럼 쌓입니다.

프로이트로 보면 · 투사. 내가 받고 싶은 마음을 그에게 비춰, 그도 이걸 원할 거라 믿고 줍니다. 그는 받는 데 익숙해지고, 나는 돌려받지 못해 지칩니다.

TODAY
오늘부터 하나

이번 주엔 먼저 챙기지 않습니다.
그가 해주는 것을, 받기만 합니다.

러테의 한마디 공주, 너 산타 아니야~ 선물은 생일이랑 기념일에만. 나머지 날엔 받는 연습 해 🎁

이 얼굴이 흔들리는 장면 04 쎄한 남자 05 데이트

FACE 03

The Flame

불꽃 공주



Idealization
그를 실제보다 크게 그린다

그녀가 믿는 말

"연애에 올인해야,
후회가 안 남아."

- 뜨거운 게 진심인 척합니다. 사실은 식을까 봐 더 뜨겁게 붙잡습니다.
- 처음 몇 주, 그가 세상의 전부가 됩니다. 친구도 일도 뒤로 밀립니다.
- 온도가 조금만 내려가도, 끝난 것처럼 무너집니다.

프로이트로 보면 · 이상화. 그를 실제보다 크게 그려 놓고, 그 그림과 사랑에 빠집니다. 그림에 금이 가는 순간, 사랑도 끝난 것처럼 느껴집니다.

TODAY
오늘부터 하나

이번 주 저녁 하나는,
그가 아니라 나를 위해 씁니다.

러테의 한마디 올인은 카지노에서도 위험한 거 알지? 네 인생 칩은 반만 걸어 🔥

이 얼굴이 흔들리는 장면 01 답장 3시간 · 03 식은 것 같을 때

FACE 04

The Star

스타 공주



Ego Ideal
이상과 나 사이의 거리

그녀가 믿는 말

"나는 특별한 여자여야 해."

- 괜찮은 척하며 확인합니다. "나 어때?"를 다른 말로 계속 묻습니다.
- 그의 반응 하나에, 그날 하루의 기분이 정해집니다.
- 다른 여자와 비교될까 봐, 늘 더 나은 모습만 보여주려 합니다.

프로이트로 보면 · 자아 이상. 마음속에 '이래야 하는 나'를 세워 두고, 그의 눈으로 그 모습을 확인받으려 합니다. 확인이 늦어지면, 그가 아니라 내가 무너집니다.

TODAY
오늘부터 하나

그에게 확인받기 전에, 나에게 먼저 말해 줍니다. "오늘 나, 괜찮았어."

러테의 한마디 특별한 건 남자가 정해주는 게 아니야. 너 이미 특별해. 확인 도장 받으러 다니지 마 ⭐

이 얼굴이 흔들리는 장면

01 답장 3시간 · 03 식은 것 같을 때 · 06 "요즘 바빠"

FACE 05

The Ice

얼음 공주



Reaction Formation
마음을 정반대로 뒤집어 보인다

그녀가 믿는 말

"마음을 다 보여주면 안 돼."

- 아무렇지 않은 척합니다. 사실은 누구보다 신경 쓰고 있습니다.
- 좋아도 먼저 표현하지 않고, 서운해도 "아무렇지 않아"라고 합니다.
- 그가 다가오면 한 발 물러섭니다. 다치기 전에 먼저 닫습니다.

프로이트로 보면 · 반동형성. 너무 원하는 마음을, 정반대 모습으로 뒤집어 보입니다. 좋을수록 무심한 척합니다. 그는 내 마음을 모른 채, 다가올 이유를 잃습니다.

TODAY
오늘부터 하나

오늘 좋았던 것 하나를 그대로 말합니다.
"오늘 너랑 있어서 좋았어."

러테의 한마디 쿨한 척 그만~ 차가운 거랑 고급스러운 건 달라. 좋으면 좋다고 해. 그게 여왕이야 ❄

이 얼굴이 흔들리는 장면 02 서운할 때 · 06 "요즘 바빠"

LOVE FRAME · FIG. 6

얼굴 아래에는,
사랑 프레임이 있습니다

다섯 얼굴은 내가 **'어떻게'** 애쓰는지입니다. 그 아래에는, 사랑 안에서 내가 나를 **'어떤 사람'**으로 보는지가 있습니다. 거울의 법칙에서 말한, 바로 그 거울입니다.

Frame 01

사랑받는 사람

"나는 그냥, 사랑받는 사람"

애쓰지 않아도 되는 자리. 여왕의 거울입니다.

Frame 02

사랑받기 어려운 사람

"나는 애써야 겨우 사랑받는 사람"

맞추고, 챙기고, 참습니다.

MIRROR

Frame 03

버려지는 사람

"결국 나는 버려질 거야"

작은 신호에도, 끝을 먼저 봅니다.

Frame 04

특별해야 하는 사람

"특별해야만 사랑받을 수 있어"

확인받지 못하면, 무너집니다.

같은 미소 공주라도, 처방은 다릅니다. 프레임이 '사랑받기 어려운 사람'이면 받는 연습부터, '버려지는 사람'이면 불안을 다루는 것부터 시작합니다. 얼굴만 보고 고치면, 같은 연애가 다른 모양으로 돌아옵니다.

Fig. 6 사랑 프레임 네 가지.

나의 프레임은 CROWN CODE 정식 검사(174문항) 2부 리포트에서 확인합니다 · 정식 검사는 1:1 진단 컨설팅에 무료로 포함됩니다



PART FOUR

IV

참는 연애는,
참는 결혼이 됩니다

연애 때 삼킨 '괜찮아'는,
결혼하면 '원래 그런 사람'이 됩니다.

BY THE NUMBERS

숫자로 보면,
결혼이 더 버거운 쪽은 아내입니다

결혼생활에 만족한다

남편
82%

아내
57%

다시 태어나도, 지금 배우자와 결혼한다

남편
41%

아내
20%

집안일, 바라는 것과 실제

바라는 것 · 부부가 비슷하게
69%

실제 · 아내가 한다
68%

출처 : 한국리서치, 2026 결혼인식조사

러브테인은 이렇게 봅니다. 연애 때 맞춰주고 참던 패턴은, 결혼하면 '아내의 역할'이라는 이름으로 이어집니다. 그래서 결혼을 바꾸려면, 연애부터 바꿔야 합니다.

RESEARCH · FIG. 8

연애의 패턴은,
결혼해도 사라지지 않습니다

연구자들은 수십 년 동안 부부를 따라가며 물었습니다. 결혼이 어떻게 끝날지는, 언제부터 보일까. 답은 생각보다 **훨씬 이른 때**였습니다.

결혼 전 · 13년

결혼을 앞둔 연인의 대화가, 13년 뒤를 가릅니다

첫 결혼을 앞둔 커플들의 대화를 관찰하고 13년을 따라갔습니다. 결혼 전부터 방어하고 비난하던 커플, 갈등을 잘 다루지 못하던 커플일수록 결혼이 불행해지거나 끝날 위험이 컸습니다.

Clements, Stanley & Markman (2004). Journal of Marriage and Family, 66(3)

신혼 · 3분

싸움의 첫 3분이, 6년 뒤 이혼을 가립니다

결혼한 지 1년이 안 된 신혼부부 124쌍의 갈등 대화를 찍고 6년을 지켜봤습니다. 대화의 첫 3분만으로 이혼을 예측할 수 있었고, 이혼한 17쌍은 모두 대화를 더 부정적으로 시작했습니다.

Carrère & Gottman (1999). Family Process, 38(3)

결혼 첫 · 2년

부부를 가른 것은 싸움이 아니라, 식어 가는 애정이었습니다

168쌍을 결혼식 날부터 13년 동안 따라갔습니다. 다툼이 늘어난 것보다, 신혼 2년 사이 처음의 애정이 얼마나 식었는지가 행복한 부부와 이혼한 부부를 갈랐습니다.

Huston 외 (2001). Journal of Personality and Social Psychology, 80(2) · 환멸 모델

결혼 · 20년+

이혼한 부부 3쌍 중 1쌍은, 20년 넘게 산 부부입니다

2024년 이혼 91,151건 가운데 약 36%(약 3만 3천 건)가 혼인 기간 20년 이상이었습니다. 결혼 4년 이하 이혼(16.7%)의 두 배가 넘습니다.

통계청, 2024년 혼인 · 이혼통계 (2025. 3. 20 발표) · 비율은 발표된 건수로 계산

러브테인은 이렇게 봅니다. 결혼은 연애를 바꾸지 않습니다. 연애를 더 크게, 더 오래 보여 줄 뿐입니다.

SELF-SILENCING

참는 아내는,
조용히 아픕니다

4배

남편과 다툴 때 마음을 말하지 않고 삼키던 아내는, 그렇지 않은 아내보다 10년 사이 사망 위험이 약 4배 높았습니다.

프레이밍햄 자손 연구 · 남녀 3,682명 · Eaker 외 (2007). Psychosomatic Medicine, 69 · 다른 위험 요인을 고려한 뒤에도 나타난 관련성이며, 원인과 결과를 증명한 관찰 연구는 아닙니다.

참는 마음은, 우울이 됩니다. '내 마음을 말하면 관계가 깨질 거야'라며 스스로를 누르는 것을, 심리학에서는 **자기 침묵(Self-Silencing)**이라고 부릅니다. 연구에서는 부부 갈등이 우울로 이어지는 길목에, 바로 이 자기 침묵이 있었습니다.

Jack (1991). Silencing the Self : Women and Depression · Whiffen, Foot & Thompson (2007). Journal of Social and Personal Relationships, 24(6)

그리고 숫자는, 아내 쪽에서 무너집니다. 결혼생활 만족은 남편 82% · 아내 57%. '다시 태어나도 지금 배우자와'는 남편 41% · 아내 20%입니다.

한국리서치, 2026 결혼인식조사 (앞 쪽)

러브테인은 이렇게 봅니다. 참는 것은 관계를 지키는 일이 아니라, 나를 조금씩 지우는 일입니다. 지워진 자리는, 몸과 마음이 대신 말합니다.

THE TIMELINE · FIG. 9

참는 연애가,
참는 결혼이 되기까지

그녀는 한 번도 크게 잘못하지 않았습니다. 그저, **계속 참았을 뿐**입니다.

언제	그녀의 말	그가 배우는 것
연애 1년	"괜찮아, 나 신경 쓰지 마."	이 사람은 늘 괜찮구나
신혼	"내가 할게, 너 피곤하잖아."	집안일은 아내 몫이구나
아이가 생기고	"나만 참으면 다 편해."	말 안 하면, 알아서 하겠지
결혼 10년	"말해 봤자 안 바뀌어."	또 그 얘기네
결혼 20년	*(더는 아무 말도 하지 않는다)*	**"갑자기 왜 이래?"**

THE MIRROR, 20 YEARS LATER

그는 처음부터 나쁜 남자가 아니었습니다.
그녀가 보여 준 대로, 그녀를 대했을 뿐입니다.

거울의 법칙은 결혼에서 더 강해집니다. 매일 같은 거울 앞에, 20년을 서 있으니까요. 연애 때 한 번 삼킨 서운함은, 결혼하면 매일의 규칙이 됩니다.

Fig. 9 참는 결혼의 시간표.
상담에서 자주 보는 흐름을 하나의 이야기로 다시 쓴 예시이며, 특정인의 사례가 아닙니다.

BEFORE YOU SAY I DO

연애는,
결혼의 예고편입니다.
예고편에서 참은 장면은
20년 동안 상영됩니다.

결혼한 뒤에 패턴을 바꾸려면, 아이와 집, 양가까지 함께 흔들어야 합니다.
연애 때는, **나 하나만 바뀌면 됩니다.**

남자를 다룬다는 건 조종이 아닙니다. 원하는 걸 말해서, 그가 스스로 나를 아끼게 만드는 힘입니다. 그 힘을 기를 수 있는 가장 빠르고 가벼운 때는, 바로 지금입니다.

결혼 전에, 내 패턴부터 보세요.
나를 움직이는 규칙을 한 문장으로 · 174문항 + 1:1 해석

1:1 진단 컨설팅

THE CROWN NARRATIVE · FIG. 7

여왕이 되는,
열 개의 단계

초자아가 만든 '어른인 척'에서, 자아가 주인이 되는 여왕까지. 정신분석이 사람을 바꾸는 과정을 따라, 세 막 열 단계로 정리했습니다.



"그것이 있던 곳에, 자아가 있게 하라."

지그문트 프로이트, 『새로운 정신분석 강의』 (1933) · 이 서사의 중심 문장

TEN STAGES

지금, 당신은
몇 번째 단계입니까

I 형성 아기 공주	● 1	내사 *Introjection*	어린 시절 들은 말을, 내 규칙으로 삼킵니다 Ferenczi 1909 · Freud 1923
	● 2	순응 *Compliance*	'어른인 척하는 나'가 자랍니다 Winnicott 1960
	● 3	반복 *Repetition*	남자는 바뀌어도, 결말은 늘 같습니다 Freud 1920
II 해체 어른 여자	● 4	균열 *Rupture*	연애에서만 무너집니다. 보호막에 금이 갑니다 Freud 1915
	● 5	통찰 *Insight*	문제는 그 남자가 아니라, 내 거울이었습니다 Freud 1917 · Swann 1992
	6	분화 *Differentiation*	배운 규칙과 진짜 나를 떼어 봅니다 Bowen 1978
	7	수용 *Acceptance*	욕구와 서운함, 바람을 내 것으로 받아들입니다 Freud 1923
III 통합 여왕	8	체화 *Embodiment*	실제 장면에서 거듭 연습해, 몸에 새깁니다 Freud 1914
	9	선택 *Choice*	나를 아끼는 남자를 고릅니다 Freud 1911 · Swann 1992
	10	대관 *Coronation*	애쓰지 않아도, 사랑이 머뭅니다 Freud 1933

● 이 책에서 함께 걸은 단계 (1~5) · I부 보호막 · II부 일곱 장면 · I · III부 거울과 프레임

이 책이 데려다 드릴 수 있는 곳은, 5단계 '통찰'까지입니다. 6단계 '분화'는 배운 규칙과 진짜 나를 떼어 보는 일입니다. 떼어 내려면, 먼저 **나의** 규칙이 무엇인지 한 문장으로 알아야 합니다. 1:1 진단 컨설팅이 하는 일이 바로 이것입니다.

각 이론을 바탕으로 러브테인이 연애에 맞게 재구성한 모델이며, 임상 진단 단계가 아닙니다.

THREE STANDARDS

오늘 밤부터,
여왕의 기준 셋

01 내가 고릅니다

선택받기를 기다리지 않습니다. 이 사람이 나를 아끼는지, 내가 먼저 봅니다.

오늘 밤 그가 지난 한 달 동안 나를 위해 한 일 세 가지를 적어 봅니다. 떠오르지 않는다면, 그것도 답입니다.

02 원하는 것을 말합니다

서운함 대신 바람을, 짐작 대신 문장을 건넵니다.

오늘 밤 그에게 바라는 것 하나를 "~해주면 좋겠어"로 적어 봅니다.

03 나를 1순위에 둡니다

그를 사랑하는 것과, 나를 뒤로 미루는 것은 다릅니다.

오늘 밤 그와 상관없이, 나만을 위한 약속을 하나 잡습니다.

> 세 가지를 지키는 여자는,
> 애쓰지 않아도 대체되지 않습니다.

EPILOGUE

서연 씨는, 지금

그 연애가 끝나고, 서연 씨는 한 가지만 바꿨습니다. 애쓰는 대신, 말하기로 했습니다.

약속 장소는 먼저 정했고, 서운한 일은 그날 말했습니다. 답장이 늦으면 휴대폰을 엎어 두고 자기 저녁을 먹었습니다.

처음엔 남자가 떠날까 봐 무서웠다고 합니다. 실제로 떠난 사람도 있었습니다. 그리고, 남은 사람이 있었습니다.

> "너는 네가 뭘 원하는지
> 알아서 좋아."

서연 씨가 특별해서가 아닙니다. 거울을 바꿨기 때문입니다. 애쓰게 만드는 남자는 떠나고, 아끼는 남자만 남습니다.

이 책은 '무엇이 다른가'를 보여드렸습니다. 이제 '나는 누구인가'를 볼 차례입니다.

러브테인 대표

1:1 DIAGNOSIS

나의 보호막을,
문장으로 읽어 드립니다

보호막은 혼자서는 보이지 않습니다. 내 얼굴을 내 눈으로 볼 수 없는 것처럼요. 그래서 **거울**이 필요합니다.



174 문항 · 9 가지 이론 · 4 부 리포트

I 타고난 코드
16가지 러브 아키타입 · 기질과 성격 7개 축

II 사랑하는 방식
사랑의 삼각형 · 러브 스타일 · 아기 공주 유형 · 사랑 프레임

III 관계 안의 나
자기분화 · 거절 민감성 · 갈등 패턴 · 잘 맞는 상대

IV 정밀 분석 · 처방
29개 하위척도 · 나만을 위한 처방 셋

01
신청서 · 입금
lovetain.kr/consult

02
일정 확정
입금 확인 후 24시간 안에 카카오톡으로

03
정식 검사
174문항 · 약 20분 · 컨설팅 전까지

04
1:1 해석
원인과 나에게 맞는 해결책 · 다음 단계

CROWN CODE 정식 검사(정가 19,900원) 무료 포함

1:1 진단 컨설팅 · 50,000원

신청하기

클로닝거의 기질 · 성격 이론 등 아홉 가지 이론을 바탕으로 합니다. 임상 진단이나 치료를 대신하지 않습니다.

GIFTS

끝까지 읽어주신 공주님께, 선물 셋

01 **여왕 지수 테스트** — 무료
지금 나는 몇 단계일까 · 16문항 · Fig. 2의 기준

02 **CROWN CODE LITE** — 무료
나의 아기 공주 얼굴과 러브 아키타입 · 43문항 · 약 6분

03 **러브테인 칼럼** — 무료
일곱 장면, 그다음 이야기

더 깊이 보고 싶다면

1:1 진단 컨설팅

정식 CROWN CODE 174문항 리포트를, 대표가 1:1로 읽어 드립니다.

50,000원 · 정식 검사 포함

이제, 당신에게 맞는 왕관을 쓸 차례입니다