

정리하기

1 정서적 노예상태

- 다른 사람의 느낌에 대한 책임이 자신에게 있다고 믿는 단계

2 얄미운 단계

- 다른 사람의 느낌이나 욕구에 대해서 배려하기를 거부하는 단계

3 정서적 해방단계

- 다른 사람의 느낌이 아닌 자신의 느낌에 책임을 지는 단계로 다른 사람을 무시하고 희생시켜 자신의 욕구를 충족할 수 없다는 것을 인식하는 단계