첫 만남, 출발 전에

내 속도와 경계를 준비하는 다섯 가지 확인

서로 합의한 약속을 편안하게 시작하고 끝낼 수 있는지 살펴보세요.
마음이 불편해지면 이미 약속했더라도 계획을 바꿀 수 있습니다.

- ☐ 서로 합의한 공개 장소, 시간과 가게 영업 여부를 확인했나요?
- ☐ 각자 이동과 귀가 수단을 준비했나요?
- ☐ 신뢰하는 지인에게 만남 일정과 귀가 계획을 알려 두었나요?
- ☐ 전화번호나 자세한 생활 정보를 공개할 범위를 정했나요?
- ☐ 시간을 마치거나 불편한 제안을 거절할 문장을 준비했나요?

약속을 확인할 때 이렇게 말해 보세요

“토요일 오후 2시에 ○○카페에서 볼까요? 저는 3시쯤 다음 일정이 있어
한 시간 정도 대화하면 좋겠습니다. 서로 각자 이동해요.”

만남 시간은 규칙이 아닌 예시입니다. 불편한 제안에는 “오늘은 여기까지 할게요”라고
짧게 말할 수 있고, 상대가 답하기 싫은 주제는 건너뛸 수 있습니다.

이 점검표는 만남의 성공이나 안전을 보장하지 않습니다. 개인 주소·전화번호·상대의
사진이나 대화 내용을 적어 공개 공유하지 마세요.

전체 가이드와 참고자료

yebihasim.com/guides/first-meeting-checklist

참고: eSafety Commissioner의 Online dating · Consent 안내

원문·점검표·약속 문장: 예비하심 | 2026년 10월 10일