

**각양각색 '혼자 노는 법'**

'나 혼자 밥을 먹고 나 혼자 영화를 보고 나 혼자 노래 하고~'  
지난 2012년 인기를 끌었던 가요 'Alone'은 혼자의 설움을 노래했지만, 최근 들어서 '혼자 놀기'의 위상이 달라졌다. 한때 은둔형 외톨이(히키코모리)로 부정적인 사회 문화를 반영했지만 지금은 하나의 소비 문화로 자리 잡았

다. 혼자 밥이나 술을 먹는 '혼밥', '혼술'은 흔히 볼 수 있는 풍경이 됐다. 혼자만의 생활을 즐기는 경제 활동을 뜻하는 '일코노미'(1+Economy)라는 신조어도 생겼다.  
시장조사전문기관 '트렌드모니터'가 지난 2014년 전국 만 19~59세 1인 가구 530명을 대상으로 설문 조사한 결과 10명 중 7명(70.9%)는 '타인에게 구속받지 않는 생활 환경'에 대해 만족감을 느끼는 것으로 나타났다. 1인 가구는 상대적으로 소수의 친구를 사귀는 성향을 보였다.

연령대별로 보면 20대 51.2%, 30대 42%, 40대 30%, 50대 27.5% 등 어릴수록 친구를 덜 사귀고 있다는 답변이 나왔다.  
이제 현대인은 '혼자 잘 노는 법'을 찾고 있다. '디지털' 일색에서 벗어나 돌맹이를 반려자 삼는 혼자족이 생겨나고 색칠놀이와 레고 조립 등 어릴 적 추억을 되살리는 추세다. VR 게임·로봇 강아지 등을 가정으로 들여오는 등 더 생동감 있게 체험할 수 있는 여가생활도 각광받고 있다.

# 반려 동물 대신 애완돌... 돌맹이와 정들줄이야

# 나호



돌맹이에 이름 붙여 대화  
목욕시키고 가족웃도 입혀  
지친 일상 속 힐링의 시간

'비밀 털어놓기', '여행 동반' 등 애완돌의 용도는 무궁무진하다.

◇“돌 키워볼래요?” 반려동물 대신 애완돌  
'집승돌', '남친돌'과 같이 아이돌 그룹을 수식하는 표현이 아니다. 말 그대로 살아있는 동물 대신 키우는 돌을 '애완돌'이라고 부른다.

애완돌의 역사는 꽤 거슬러 올라간다. 미국의 '펫스톤'(Pet Stone)은 1970년대 캘리포니아에서 시작됐다. 반려 동물을 키울 때의 상실감이나 고충을 나누는 술자리에서 '애완돌'에 대한 아이디어가 생겨났다. 취중 진담으로 구상된 '펫 락'(Pet Rock)은 1개당 4달러에 나와 6개월 만에 150만 개가 팔렸다.

흥미로운 영상·뉴스 콘텐츠를 제공하는 사이트 '피키캐스트'는 지난달 '애완돌 분양' 행사를 진행했다. 무기력한 일상을 견딜 수 없는 이들에게 '애완돌'을 나눠주겠다는 것이다. 돌처럼 아무것도 하고 싶지 않은 사람들에게 돌을 키워볼 것을 권한다는 취지에서 이 행사는 시작됐다. 82명을 초청하는 이 행사에는 3만여 명의 누리꾼이 응모했다. 작정하고 웃기려고 기획한 이번 행사에는 재미난 요소가 가미됐다. '결상', '동반 여행' 등 용도를 나눠 돌을 분양하는 한편, 품질보증서와 양육법도 동봉했다.

'애완돌'은 주로 온라인을 통해 판매되고 있다. 지름 10cm 안팎의 애완돌은 1만~2만원 선으로 팔리고 있다. 애완돌을 손질하는 브러시와 손수건도 나왔다. 함께 산책도 할 수 있도록 만든 전용 목걸이, 가죽 옷도 인기 상품이다. 길에서 걷어차이는 것이 돌이지만 해외에서는 85달러(9만 원)에 팔리기도 했다. 디자이너가 참여해 제작한 돌은 일부 백화점에서 유통되기도 했다.

애완돌의 매력은 역시적으로 말을 못하는 데서 발휘된다. 애완돌을 키우는 반려인들은 지친 일과를 마치고 집에 돌아와 돌과 대화하며 일상을 나눈다. 돌맹이에 이름을 붙여 주고 목욕도 시켜주면서 지극정성으로 돌보며 정이 든다. 애완돌은 반려 동물이 나 식물을 잃고 우울증과 같은 후유 증상을 겪는 이들이 찾기도 한다. 동물을 키우기 힘든 여건을 지닌 이들에게 애완돌은 그 무게보다 진중한 위안을 얻는다.

반려동물·식물 잃고 우울증 앓는 이들

돌맹이 지극정성 돌보며 위안 얻고

색칠놀이·레고 조립 아날로그 놀이부터

VR 게임·로봇 강아지 등 여가생활 각광

◇때로는 '아날로그'...추억의 놀이

애완돌보다 조금 더 평범해 보이는 혼자 노는 법으로는 색칠놀이와 필사가 있다. 아무 생각 없이 주어진 틀에 따라 색칠하고 베껴 써 보면 스트레스가 풀린다. 색칠놀이와 필사에 쓴 컬러링북과 라이팅북은 한 권씩 늘려가는 성취감도 상당하다. 문구집에서 직접 색연필과 크레파스, 만년필 등을 사 모으는 재미도 쏠쏠하다. 라이팅북은 시구절 뿐만 아니라 에세이·소설과 같은 문학 작품, 성경 등 선택의 폭이 넓다. 글씨를 아름답게 쓰는 '캘리그라피'와 점토를 필사본을 찍어 SNS에 올리는 인증 사진도 유행이 됐다.

레고(LEGO)는 더 이상 어린이의 전유물이 아니다. 레고는 어른이 자신을 표현하는 하나의 수단이 됐다. 국내에는 레고 동호회 원 15만 명 정도가 브리나라, 브릭랜드, 브릭인사이드, 브릭스월드, 레고당 등 인터넷 카페를 기반으로 활동하고 있다. 회원 상당수는 30~40대로 파악된다.

레고를 통해 상상하는 모든 것이 이뤄진다. 영국 빅벤, 타워브리지, 호주 오페라하우스 등이 현실감 있게 재현되고 '레고 덕후'의 로망인 스타워즈 '전설의 10179번' 밀레니엄 팔콘도 재탄생한다. 레고 애호가들은 "레고를 조립하면 일상에서 쌓였던 스트레스는 어느새 사라진다"며 입을 모은다. 누구도 간섭하지 않는 나만의 공간에서 무엇이든 만드는 자유를 맛볼 수 있는 게 레고의 매력이다.

/백희준기자 bhj@kwangju.co.kr

간섭 안받고 나만의 공간서 자유 만끽  
스타워즈 밀레니엄 팔콘·오페라하우스  
상상하는 모든 것이 이뤄진다



브릭 쌓기는 더 이상 어린이의 전유물이 아니라 어른이 자신을 표현하는 하나의 수단이 됐다.



혼자만의 시간에 색칠놀이와 필사를 하며 어릴 적 추억을 되살리는 취미생활이 인기다.

주어진 틀에 색칠하며 스트레스 훌훌  
색연필·크레파스 모으는 재미 쏠쏠  
시·에세이·소설·성경 베껴쓰기도

- '혼자 놀기' 난이도
- 1단계 카페에서 혼자 놀기
- 2단계 소풍 혼자 하기
- 3단계 코인 노래방에서 혼자 노래하기
- 4단계 영화관 가서 혼자 영화 보기
- 5단계 여행 혼자 떠나기
- 6단계 술집에서 혼자 술 마시기
- 7단계 음악 페스티벌 혼자 가서 놀기
- 8단계 고기 집서 혼자 고기 구워 먹기
- 9단계 놀이공원 가서 혼자 놀기
- 10단계 모임에서 혼자 스마트폰 하기

## '혼자 놀기' 어디까지 해봤니?

'대학내일 20대 연구소'는 '혼자 놀기' 난이도를 측정하는 설문지를 내놓았다. '카페에서 혼자 놀기'는 비교적 쉬운 수준의 혼자 놀기다. 그 밖에 ▲소풍 혼자 하기 ▲코인 노래방에서 혼자 노래하기 ▲영화관 가서 혼자 영화 보기 ▲여행 혼자 떠나기 ▲술집에서 혼자 술 마시기 ▲음악 페스티벌 혼자 가서 놀기 ▲고기 집 가서 혼자 고기 구워 먹기 ▲놀이공원 가서 혼자 놀기 순으로 난이도가 높아진다. '모임에서 혼자 스마트폰 하기'는 이들 선택지 중에서도 가장 높은 난이도로 꼽힌다.

기자는 10개의 선택지 중에서 8가지 사항에 동그라미를 쳤다. 우리가 느끼지 못하는 사이에 혼자 놀기는 일상 깊숙이 파고들고 있다.

/백희준기자 bhj@kwangju.co.kr

# 로



**내 집같은 편안함!**  
고객님의 여행과 휴식을 한 차원 높은 수준으로 업그레이드



**건강한 우리 음식 한정식**  
30년 전통의 한정식, 평일 주중 오찬 정식



**알찬행사를 위한 연회장**  
세미나를 위한 영상 시설이 갖춰진 중·소규모의 연회장



## 정겨운 만남은 품격있는 **금수장호텔 아리랑하우스**

www.geumsoojang.com

예약문의 (062) 525-2111 계림동 홈플러스 건너편

**광주맛집** since 1981 37년을 고객과 함께 지켰음 **1등맛집 연속 선정 광주의 대표맛집**



**광주금수장호텔** GEUMSOOJANG HOTEL