

가족간에도 적당한 거리두기가 필요하다

가족이라는 착각

이호선 지음

“서열과 차별이 존재한다면 행복한 가정은 이루기 어렵다. 누군가는 힘들고 괴로운데 누군가는 편하고 즐겁다면 평등하지 않은 가족이고, 이런 가족 사이에 행복을 꽃피우기는 힘들다. 가부장적 아버지, 자식을 편애하는 어머니가 부모라면 가족 내에 서열이 정해지고 크고 작은 차별이 진행된다.”(본문 중에서)

가족은 무엇일까? 가족은 가장 가깝지만 더러는 상처를 주고받는다. 어떤 이들은 가족과 함께 있어도 외롭다고 말하기도 한다. ‘가족’이라는 단어를 생각하면 따뜻하고 그리운 이미지가 떠올라야 하는데 그렇지 못하는 이들이 많다.

도대체 무엇이 문제일까? 가장 가까워야 할 가족 때문에 상처를 받는 경우가 많다.

‘가족’이라는 이름의 환상을 깨야 ‘나’가 산다고 조인하는 이가 있다. 이호선 정신건강의학과 전문의(한양대 정신건강의학과 외래교수)는 사람들이 여러 문제를 안고 진료실을 방문하지만 결국 내면의 진짜 문제는 가족으로부터 나온다고 본다.

이 교수의 저서 ‘가족이라는 착각’은 가족 관계에서 상처를 주고받는 사람들을 위한 처방전이다. 저자는 다른 무엇보다 가족관계에서 파생되는 문제를 극복하지 않고는 직장생활, 대인관계도 본질적으로 극복하기가 어렵다고 단언한다.

현실에서 꿈꾸는 가족 구성원의 일생은 유사하다. 단란한 가족에서 태어나 양육과 교육을 받고 나이 들어 결혼을 한다. 그리고 아이를 낳고 기르며 부모의 역할을 한다. 이러한 과정에서 우리는 부모나 배우자 또는 자녀



가족 간 발생하는 문제를 해결하기 위해서는 무엇보다 가족을 향한 '나'를 객관적으로 바라볼 필요가 있다.

에게 뭔가를 기대하기 마련이다. 저자는 “기대가 채워지지 않으면 실망감, 화, 분노 등 부정적인 감정”이 들기 마련이라고 진단한다.

그러나 결국 그러한 기대는 문제로 귀착되기에 이른다. 이를 해결하기 위해서는 어떻게 해야 할까.

저자는 일단 가족을 향한 나의 마음을 객관적으로 볼 것을 권유한다. 대개의 경우 사람들은 화가 나면 타인을 비난하거나 자신의 처지를 비관하기 일쑤다. 그러나 내가 먼저 변화해 상대가 변한다는 것은 진리다. “어떤 이들은 내가 변한다고 뭐가 바뀌냐”고 묻지만, “가족은 연결되어서 구성원 중 한 명이 변하면 모두 변화를” 받는다고 한다.

또 하나 ‘가족이라서 다 괜찮다’고 생각하는 것은 금물이다. 저자는 “가족이니까 모든 문제에 개입하고 지적하고 충고해도 상관없다”는 말은 오판이라며 “의외로 많은 사람이 가족이니까 상처를 줘도 이해하리라는 잘못

된 생각을 한다”고 말한다.

가장 중요한 방안은 가족과의 관계에 대한 관점의 전환이다. ‘혈연과 필연의 관계’보다는 ‘적당한 격식과 예의’를 갖추는 것이 필요하다. 타인을 대하는 것과 같은 적당한 ‘거리 두기’가 해결의 시발점이다.

가족의 개념이 점차 다양해질수록 역설적으로 원가족의 중요성은 대두된다. ‘나’는 가족에게서 가장 많은 영향을 받는 존재이기에 “가족 문제 해결이 곧 개인의 문제 해결”이나 다르다.

한편 이시형 정신건강의학과 전문의는 “요즘에는 가정 내에 조장자가 없어 가족 간 갈등이 점점 심각해지고 상처가 깊어질 수밖에 없습니다. 가족 문제를 오랫동안 고민해 온 저자는 이 책에서 조장자 역할을 충실히 수행하고 있습니다. 가족 간 적당한 거리두기는 그가 던지는 새로운 처방전입니다”라고 평한다. <유노라이프·1만7000원>

/박성천 기자 skypark@kwangju.co.kr

새로 나온 책

▲일본이라는 이웃=일본 메이키가쿠인 대학에서 학생들을 가르치는 서정민 교수가 지난 수년간 아시아신문에 연재한 칼럼을 한 권의 책으로 엮어냈다. 저자는 한국과 일본 두 나라를 40여 년간 오가며 경제인, 지식인, 생활인으로서 정치와 이해관계에 따라 수시로 바뀌는 여론과 감정은 뒤로하고 오롯이 한일 관계의 바탕이 되는 역사·문화·종교를 중심으로 한-일관계를 살펴본다. <동연·1만7000원>

▲한국 근대 공업사 1876~1945=서울대학교 국사학과를 졸업하고 대학원에서 일제시기 경성 공업 연구로 박사학위를 받은 배성준 박사가 ‘일제 식민지 자본주의의 근대적·식민적 형성’이라는 관점에서 1876년 개항에서부터 1945년 식민지 해방에 이르는 식민지 공업의 재생산구조와 발전의 한계를 한권의 책을 통해 해명하고자 한다. <푸른역사·2만8000원>

▲인간도 짐승도 아닌=미국의 페미니스트이자 채식주의자 활동가인 캐럴 J. 애덤스는 ‘육식의 성장차’를 통해 가부장제와 고기 소비의 관계를 파헤쳐 페미니즘과 채식주의 사이의 대화를 열었다. 그런 그가 페미니즘 시각으로 동물 옹호를 탐구한다. 페미니즘과 동물 옹호가 교차하는 지점, 여성과 동물을 대하는 현대 서구 사회의 문화적 태도를 분석한다. <현실문화·2만6000원>



▲항행력=인문·사회과학 분야의 노벨상이라 불리는 홀베르그상을 수상한 캐스 R. 스티어인은 목표에 효과적으로 도달할 수 있게 해주는 능력을 ‘항행력’이라고 부른다. 저자는 부족한 정보로 인한 잘못된 선택으로 자유를 위협받는 반면 잘 설계된 환경 속에서 더 나은 선택을 통해 자유를 넓힐 수 있다고 주장한다. 진정한 자유를 누리기 위해 어떤 고민이 필요한 지에 대한 통찰력을 보여 준다. <열린책들·1만4000원>

어린이·청소년 책



▲그날이야=여성 건강 교육을 위해 설립한 국제 자선 단체에 활동하고 있는 저자 로지 케수스는 아직 생리를 시작하지 않은 아이들을 위해 정확하고, 가장 중요한 정보만 뽑아 전달한다. 왜 생리를 하는 것인지, 생리 기간 때 우리 몸에 어떤 변화가 일어나는지, 생리 용품의 올바른 사용법 등을 한권의 그림책에 담았다. <풀빛·1만3000원>

▲하늘도서관=갈수록 책을 읽지 않는 시대가 돼 가고 있다. 지식의 바다라 불리는 도서관은 여전히 그 자리에 있지만, 그보다 스마트폰 검색창이 가까운 것이 현실이 됐다. 저자 엄정원은 책이 사라진 세상을 상상하게 됐다. 책을 찾는 사람들이

즐어들면서, 책이 스스로 소멸을 고하고 지구를 떠난 어느날의 이야기를 떠올렸다. 나에게 책은 어떤 의미인지 생각해 볼 수 있는 책.

<비람숲그림책도서관·1만4000원>
▲무궁화 할머니와 파랑새=‘사회치유 그림책 시리즈’ 세번째 작품으로 위안부 할머니들의 이야기를 담았다. 일제 강점기 시절 강제로 끌려가 희생된 위안부 할머니들에 대한 진실을 알고, 그 아픔과 상처를 위로하기 위한 동화책. 씻을 수 없는 죄를 저질러 놓고도 제대로된 사과조차 하지 않는 일본 정부의 비양심을 꾸짖기 위한 이야기. <나한기획·1만5000원>

내 아이 곁에 책을 친구로 두고 싶어하는 어른을 위한 안내서

초등학생이 좋아하는 동화책 200

이시내 지음

시대를 불문하고 아이들의 독서에 대한 부모들의 관심은 크다. 하지만 관심만 있다고 자녀를 책을 읽는 아이로 만들기는 어렵다. 또한 무슨 책을 아이에게 읽히면 좋을 지도 고민거리다. 이러한 고민거리를 가진 학부모들을 위한 책이 발간됐다. ‘초등학생이 좋아하는 동화책 200’. 언뜻 책 제목만 봤을때, 나이와 학년에 맞는 동화책을 아이들에게 추천해주는 도서처럼 보인다. 그러나 이 책은 아이 곁에 책을 친구로 두고 싶은 어른을 위한 책이다. 어린이가 읽는 책



은 아니지만, 어린이를 위한 책이라고 할 수 있다.

저자 이시내 작가는 2004년부터 초등학교 교사로 일하며 학교에서 아이들과 함께 책을 읽기 나누는 일을 하고 있다. 학교에서 뿐만 아니라 강연 등을 통해 책을 소개하는 그림책·동화책 전문가라 할 수 있다. 게다가 저자 또한 두 초등학생을 키우는 양육자이다 보니 책에 관한 다양한 질문은 받는다. “어떻게 해야 아이가 책을 좋아하나요?”, “어떤 책을 읽으면 좋을까요?” 등이다. 이 작가는 자신이 받아왔던 질문들에 대한 대답을 이 책을 통해 전한다. 자신이 아이들과 함께 읽은 수천 권의 책 중 200여 권을 추렸다.

가족이 울타리, 친구와 함께, 세상을 만나는 아이들, 장르의 재미, 시리즈와 그래픽노블 등 5개 주제로 나눠 각 주제에 맞는 책들을 소개한다.

사랑으로 뛰어 오르는 아이에 눈앞이 막막할 때 함께 읽으면 좋은 책으로 저자는 아스트리드 린드그렌의 ‘나 이사 갈거야’를 추천한다. 제 멋대로 구는 주인공을 보

며 아이들은 “저래도 되는 거야?”라는 눈빛을 보내오는 걸 기대해 볼 수 있다. 저자 왜 이 책들을 소개하게 됐는지, 어떤 질문을 던지는 책인지, 아이들과 함께 생각해 볼 거리는 무엇인지 등을 친절하게 설명한다.

저자는 아이의 독서와 관련해 독자들이 궁금해 할 만한 부분도 놓치지 않았다. 아이가 제대로 책을 읽었는지 궁금한 학부모들에게 책을 읽는 즐거움과 완독의 행복이 중요한지, 이 책의 내용을 기억하는 게 중요한지 학부모 스스로에게 물어보는 것이 먼저라며 그림에도 궁금하다면 아이와 같이 책을 읽고 대화나 글쓰기나 그림 등 좋아하는 방법으로 기록하기 등의 방법을 제안한다.

또 아무리 재밌는 책이라고 안 읽는다는 고민에는 “안 읽는다면 읽어줘라”라는 해결책을 제시한다. 또 책을 읽는 시간을 평소와 다르게 준비해 보라며, 책 읽는 시간과 행위를 아이가 특별하게 좋아하는 것들과 연관지어 보는 것도 방법이라고 말한다. <북하우스·1만8500원> /김민석 기자 mskim@kwangju.co.kr

“데크의 세대교체!”




불에 타지 않고 물에 썩지 않는 논슬립 디자인데크



항매산 전망대



안성 죽산한미당



부여사비 창작지구

기존데크



고강도 디자인데크



습기의 의한 부식, 번거로운 유지관리
기존데크 철거 후 디자인데크 시공
국산 원재료사용으로 경제적이며
재활용이 가능한 친환경 데크!



프론티어벤처 KIBO 1509001
휴먼이엔티주식회사

문의 전화 1644-6430

천안본사 및 공장 | 충청남도 천안시 서북구 망향로 903-6(오목리9)