

# 가정의 행복은 남자 하기 나름이다

“당신의 행복을 위해서 무엇이 필요하다고 생각하는가? 무엇이 당신의 삶을 의미 있는 것으로 만든다고 생각하는가?”라는 질문에 대부분의 사람들은 가족, 친구, 연인과의 원만하고 친숙한 관계라고 대답한다. 지금까지 행복학자들이 연구한 바에 의하면, 행복의 조건 가운데 1순위에 오른 것은 성공이나 돈, 아름다운 외모, 권력이나 인기가 아니라 친밀한 인간관계라는 것이 밝혀지고 있다.

글 정동섭 가족관계연구소장, 한동대 겸임교수

### 가족관계는 행복의 중요한 요건

우리나라의 행복지수는 세계 178개국 가운데 102를 차지하고 있다. 우리는 1960년대에 비해 1인당 GDP가 250배쯤 늘어났다. 경제 규모 세계 13위, 수출규모 세계 7위, G20 정상회의를 개최한 나라로 국격이 크게 높아졌다고 한다. 그런데 ‘행복을 느끼는 국민’은 자꾸 줄어들고 있다. 최근에 2010년 말에 조선일보에서 10개국 5190명을 대상으로 실시한 조사에서 ‘행복선진국’들보다 좋은 조건을 갖추었는데도 브라질, 인도네시아, 캐나다, 베트남, 말레이시아, 호주, 미국, 덴마크, 핀란드에 이어 행복지수가 가장 낮게 나타났다. 전문가들의 분석에 의하면, ‘안보에 대한 불안’과 ‘재물에 대한 집착’이 발목을 잡고 있다고 한다. 그러나 무엇보다도 막강해진 경제력에도 불구하고 행복도가 떨어지는 것은 그 원인이 사회생태계의 붕괴에 있다. 불행한 가족, 위기에 처한 가족, 이혼하는 가족이 늘어나고 있기 때문이다. 높은 이혼율과 자살율이 우리나라가 행복한 나라가 아님을 말해주고 있다.

사랑하는 가족관계는 행복의 가장 중요한 조건이다. 우리 자녀들의 행복에 가장 많은 영향을 미치는 것은 아버지와 어머니이다. 부부관계가 행복하다고 평가하는 부부는 인생 전체가 행복하게 느껴진다.

어떤 암환자의 말을 들어보라: “우리의 삶을 전체적인 긴 안목으로 살펴보면 거기에서 가장 중요한 것은 나의 가족을 포함한 내가 아는 사람들과 맺는 인간관계이고, 그 이외의 모든 것은 그 밑에 떨어진 것이라고 생각돼요.” 사람의 기대가 영으로 줄어들었을 때, 그 사람은 자기가 가진 모든 것을 진심으로 감사하게 된다.

“바로 전날 정서적으로 긴장을 느꼈다면, 그 요인이 무엇이었는가?”하는 질문에 ‘식구들’이라는 질문이 가장 많았다. “지난 날에 즐거움을 느꼈으면 그 요인이 무엇이었는가?”하는 질문에도 역시 ‘가족’이라는 응답이 제일 많았다.

나는 아내를 행복하게 하겠다는 의도로 결혼했다. 그러나 나는 남편 역할과 아버지 역할에 실패했다. 우리나라의 대부분의 남편들처럼 가부장적 아버지 밑에서 아내 위에 군림하는 남편의 본을 보고 자란데다, 어떻게 아내를 사랑해야 하는지를 모르는 채 결혼했기 때문이다. 나는 너무 늦기 전에 남편과 아버지 역할을 새롭게 배워서 실천하겠다고 40이 다 된 나이에 유학길에 올랐다. 기독교 세계관에 기초한 가정생활의 원리를 배우면서, 배운 것을 그대로 적용하므로 나는 역기능가정을 순기능가정으로 변화시키는데 성공하였다.

우리는 흔히 원만하고 행복한 결혼생활은 “남자보다 여자가 하기 나름이다”는 믿음을 갖고 있다. 그러나 최근의 연구결과는 가정의

행복은 80%가 남편/아버지에 의해 좌우된다는 것이 밝혀지고 있다. 사랑은 배워서 습득할 수 있는 기술이다. 결혼의 행복이 여자보다 남자 하기 나름이라면, 우리 남자들은 도대체 무엇을 해야 하는가?

### 가족역할에 대한 인식의 변화가 필요하다

지난 반세기 동안에 가장 큰 변화 가운데 하나는 결혼의 성격이 가부장적인 위계질서에서 사랑과 신뢰에 기반을 둔 동반자 관계로 바뀌었다는 것일 것이다. 일방적 권위가 상호적 권위로 대체되고 있다. 남편을 하늘과 같이 받들라는 것이 당연시되던 관계에서 피차 복종하면서(엡 5:21) 서로 사랑하는 우애관계가 가능한 시대가 되었다. 그래서 전문가들은 지금 우리에게 요구되는 것이 역할재구성(role redefinition)이라고 주장하고 있다.

현대가정은 갖가지 갈등으로 불안정하다. 위기의 증상이 구타와 별거, 그리고 이혼으로 나타나고 있다. 갈등의 원인에는 부부역할에 대한 기대차이, 부부간 친밀감 표현에 대한 기대상승, 자녀양육과 가사분담의 문제, 세대 간의 가치관 충돌, 여성의 경제력 향상에 따른 재정운용에 대한 견해차이, 성격, 욕구, 가치관, 성장배경, 결혼기대, 사고방식의 차이 등이 거론되고 있다.

무엇보다 역할에 대한 기대가 서로 달라 많은 문제가 야기되고 있다. 기대되는 역할에 실패하는 예는 두 가지로 나타나고 있다. 첫째, 전통적 역할규정에 집착하는 경우이다. 맞벌이 부부의 경우, 남편은 가부장적 역할 고집하고 아내를 노동, 자녀양육, 가사노동 담당을 혼자 담당한다. 이때 여성은 스트레스로 탈진할 수 있다. 수직적 역할 규정에서 수평적이고 유연한 역할재구성이 요청된다.

둘째, 역할실패의 또 다른 예는 배우자를 다른 사람으로 바꾸는 것이다. 이혼으로 문제관계 자체를 포기하는 경우이다. 문제는 사람을 바꿔도 같은 패턴이 되풀이 된다는 것이다. 옛 어른들이 하는 말에, ‘그놈이 그놈이고 그년이 그년’이라 하지 않았던가? 배우자를 바꾸는 데 해결책이 있는 것이 아니다. 사랑하는 법, 대화하는 기술을 배우면 된다.

해결책은 기존의 관계 속에 창조적으로 새로운 활동을 추가하는 것이다. 상대방에게 경청하며 깊은 차원에서 반응하는 것; 신체적 정서적 필요를 채워주는 것; 여가생활을 풍부하게 하는 것; 자녀양육과 가사에 협력하는 것 등이다. 가족 간의 위계설정을 최소화하고 부부는 서로 인격적으로 존중하며, 서로의 역할에 가치를 부여해야 한다.

부모자녀 관계에서도 역할 재구성이 요청된다. 자녀와 질적인 시간(quality time)을 가지는 것이 요청된다. 이제 부모자녀관계는 전



문가-고객의 성격을 띠고 있다. 자녀의 독특한 요구들에 창조적으로 부응하여야 한다. 교사, 상담자, 의사와 긴밀히 협조하여야 한다.

부부관계나 부모자녀 관계에서 서로의 정서통장에 입금하는 일을 게을리 하서는 안 된다. 전에는 위계질서가 가족 관계를 유지시켰다고 할 수 있지만, 지금은 가족 간의 관계의 질이 어느 때보다 중요해졌다. 정서적 친밀감과 사회적 친밀감, 성적 오락적, 영적 친밀감을 증진시키기 위해 가족 모두가 노력하는 것이 필요한 시대가 되었다.

#### 친구 같은 남편, 친구 같은 아버지

무엇보다도 좋은 아버지는 자녀의 어머니를 사랑해주는 아버지이다. “아버지가 자녀에게 해 줄 수 있는 가장 좋은 선물은 그 자녀의 어머니를 사랑해주는 것이다”는 말이 있다. 유교적 전통에 의해 형성된 아버지 상은 ‘일정한 거리를 느끼게 하는 존경과 두려움의 대상’이었다. 아버지는 자녀가 가까이 다가가기 어려운 분이였다. 이제 아버지들은 아내를 동반자로 사랑하고 자녀와 친밀감을 주고받을 수 있는 자상한 아버지로 거듭나야 한다. 현대에 바람직한 아버지는 친구 같은 아버지, 함께 놀 수 있는 아버지, 마음에 있는 것을 표현하는 아버지, 대화하는 아버지, 아내를 배려하고 가사에도 동참하는 아버지이다.

#### 남자로서 우리는 가정에서 구체적으로 어떻게 사랑할 수 있는가?

(1) 관계는 시간을 먹고 자라난다고 했다.

매일의 삶이 너무 바빠서 양적으로 많은 시간을 내지 못한다면, 짧은 시간이라도 아내와 자녀를 위해 시간을 만들도록 하라. 질적 시간은 마음을 나누는 시간이다. 하루 중에 정기적으로 함께 얼굴을 마주 대하는 시간을 갖도록 하라. “인생에서 가장 중요한 것은 ‘어디서’의 문제가 아니라 ‘누구와’의 문제”라고 하였다. 아내와 외식을 하거나 산보를 하면서 대화하는 시간, 자녀와 놀아주는 시간은 가족의 행복도를 높이는 지름길이다.

(2) 매일 가족 간에 ‘인터뷰 하기’ 를 일상화해 보라.

아내를 파악하는 언어적 방법으로 추천할만한 것은 '아내에 대해 질문하기'를 일상화하는 것이다. 건강한 부부관계를 위해서는 기본적인 정보만 주고받는 일상적 대화보다는 매일 매일을 경험세계를 공유하는 감정대화, 심정대화가 필수적이다. 대화를 통한 정서적 친밀감이 없이 성적, 영적 친밀감을 누리기는 어렵다. 친구같이 다가가는 남편이 되기 위해서는 아내의 하루 일과, 친구들, 최근의 근심이나 걱정거리, 어렸을 적의 즐겁거나 괴로웠던 일들, 선호하는 음식, 음악, 영화, 장래의 포부와 희망 같은 것에 대해 물어보라. 그리고 그날 있었던 경험을 아내와 나누도록 하라. "여보, 오늘 무슨 일이 있었어요? 무엇이 힘들었어요, 그때 기분이 어땠어요?" 이런 질문을 주고 받음으로 서로의 경험세계를 공유하는 대화를 나누어야 한다. 지금보다 훨씬 더 많은 것을 알게 되고 피차간에 연결감을 느낄 것이다.

(3) 부부가 진정으로 친구관계가 되기 위해서는 상대방에 대해 호감을 갖고 좋은 점을 볼 수 있어야 한다.

행복한 부부는 배우자를 가장 친한 친구라 고백한다. 친구가 되는 가장 좋은 방법은 상대방을 인간적으로 좋아하고 있다는 것을 전달하는 것이다. 누구든지 상대방이 자신을 좋아하고 있다는 것을 아는 것은 기분 좋은 일이다. 언어적으로 당신의 호감을 전달하는 효과적인 한 가지 방법은 '상대방의 좋은 점과 고마웠던 점'을 말하는 것, 즉 칭찬해 주는 것이다.

(4) 자신의 행동에 의해 상대방이 불쾌감과 좌절감을 갖게 되었을 경우, 그 행동에 대해 진심으로 사과하는 것이 매우 중요하다.

사랑은 상대의 허물을 덮어주고 용서하는 것이다. '미안해요' '괜찮아요' '고마워요' '사랑해요' '존경해요'와 같은 말을 천국의

방언이라고 했다.


결혼생활의 행복은 거창한 일들이나 커다란 성취에 있지 않고, '함께 하는 작고 일상적인 일들'에 있다. 아침을 서로 포근하게 안아 주는 것으로 시작해 보라. 하루에 적어도 5번씩 안아주라고 권하고 있다. 상대방의 괴로움, 마음의 상처, 그리고 스트레스에 관해 질문하고 들어주고 이해해 주면 정신적으로 위안이 되고 힘이 된다는 것을 잊지 말자.

매일 그날에 경험했던 히로애락의 감정을 나누는 심정대화를 한 후에 그날의 감사제목과 기도제목을 하나님께 아뢰고 잠자리에 들도록 하라. 잠이 달 것이다. 단잠을 잘 수 있는 부부는 참으로 행복한 부부가 아니겠는가!

나는 남편들에게 자신의 정서지능(EQ)을 개발하도록 하라고 조언하고 싶다. 아내에 대해 더 많은 것을 알고, 배려하고 존중하며, 매일 매일 심정대화를 나누라고 권하고 싶다. 대화는 결혼생활의 혈관과 같다. 대화경화증에 걸린 부부가 늘어가고 있다. 같은 집에 살면서 분방하는 부부가 늘어가고 있다. 겉으로는 결혼했는데, 속으로는 이혼한 부부처럼 살고 있는 부부가 늘어가고 있다. 법적으로는 이혼하지 않았는데, 정서적 이혼상태에 있는 부부가 증가하고 있는 것이다. "새 계명을 주노니 서로 사랑하라" 는 예수님의 말씀이 제일 먼저 적용되어야 할 관계는 부부관계와 부모자녀 간의 관계이다.

효행장려지원법(법률 제8610호 2008.8.4시행)에 따른

## 효 교육 지도사 및 강사 양성과정 모집



**최정성 박사**  
인천효교육원(사단법인 부모사랑운동본부 인천지회)에서는 효행장려 및 지원에 관한 법률(제5조)에 의거, 유치원 및 초·중·고등학교, 영유아보육시설, 사회복지시설, 평생교육기관, 군 등에서 효행교육을 담당할 효교육 지도사 및 강사 양성과정 교육생을 아래와 같이 모집합니다.

**■ 자 격**  
- 효교육에 관심있는 전문대학, 일반대학교, 대학원 졸업자  
- 교사, 교감, 교장 출신, 대가법 임원, 공직자 출신, 권위(경력급)  
- 목회자(목회경력 10년 이상), 목회자 사모  
- 기타 본원에서 효행 교육을 강의할 수 있다고 인정되는 자  
특정: 강사자격증을 취득한 자는 본원에서 지정할 요건을 갖추지 지부 설치 및 교육원장으로 그 역할을 수행할 수 있음

**■ 교육일시**: 2011년 1월 26일 부터 ~ 4월 6일 까지(매주 수요일 오전 10:00 ~ 15:00까지)  
(10주간 이론수업: 이론과정 이수 후 강사교육에 필요한 (심화과정) 있음

**■ 정 원**: 정 원 30 명(선착순 접수)

**■ 교 육 비**: 60만원(이론과정 이수후 우수학생에게 장학금 20% 환별: 자격 검정료 및 교재비 포함)  
국민은행 668101-01-535497, 예금주: 강촌군(인천효교육원)

**■ 강 사**

<ul style="list-style-type: none"> <li>· 박종현 교수: 부모사랑운동본부 대표회장</li> <li>· 강준근 교수: 인천효교육원 지부장</li> <li>· 최정성 교수: 인천효교육원 원장</li> <li>· 박희원 교수: 서울문래청소년수련관 팀장</li> <li>· 허정섭 교수: 서울신학대학교 겸임교수</li> <li>· 오영현 교수: 서울신학대학교 기독교윤리 교수</li> <li>· 김용희 교수: 노인생활유사체험 전문 강사</li> <li>· 이상희 교수: 노인생활유사체험 전문 강사</li> <li>· 정현석 교수: 한국다문화가족연구소 소장</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 나근형 교수: 인천광역시 교육감(임대 초빙교수)</li> <li>· 유필우 교수: 인천광역시 사회복지협의회 회장</li> <li>· 김규성 교수: 서울시 사회복지협의회 회장</li> <li>· 전광현 교수: 서울신학대학교 사회복지대학원 원장</li> <li>· 김성철 교수: 인천기능대학교 교수</li> <li>· 고형기 교수: 한양전문학교 학장</li> <li>· 권도국 교수: 계양구다문화센터 센터장</li> <li>· 최성철 교수: 원광대학교 사회복지 전문 강사</li> </ul>
--	---

**■ 장 소**: 사단법인) 부모사랑운동본부 인천지부 (인천효교육원)

**■ 접수기간**: 2011. 1. 17(월) ~ 1. 26(화), 오후 5시까지

**■ 기 타**: 본 과정은 교육 후 소정의 철차를 거쳐 효 교육 지도사 및 강사 자격증을 취득. 이후 효교육 전문인력의 수요가 증대될 것으로 예상되는 바, 자유 효 교육 지도 및 강사로 활동할 예정이다.

**■ 기타 자세한 내용**은 <인천효교육원> 지부장이나 사무국장(연구회)에게 문의 할 것

**■ 문의전화**: 032-555-6422(사무실), 010-3917-9125, 032-282-3023(FAX)  
E-mail : kang9394@hanmail.net(강준근)  
주소: 인천광역시 서구 연희동 666-4번지 계장빌딩 3층 (인천효교육원)

**☐ 사단법인) 부모사랑운동본부 인천지부 인천효교육원**    인천지부장 강 준근 / 교육원장 최정성 박사