



그것도 몰라? 척 하면 딱이지!



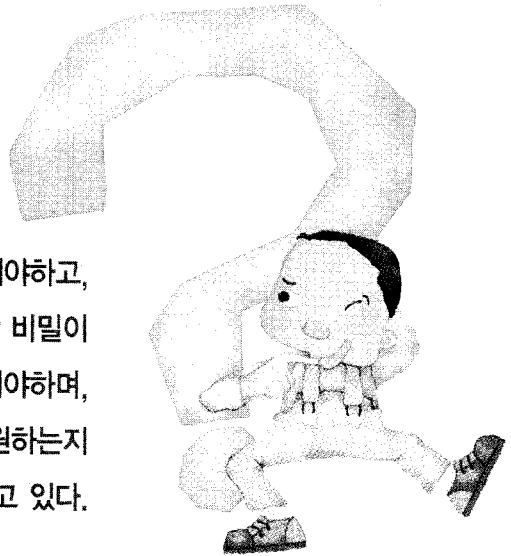
| 정 현 숙 / 상명대학교 가족복지학과 교수

학 력이나 연령을 불문하고 결혼한 사람들은 한 두 가지씩 남편이나 아내에 대해 고정적인 불만이 있다. 이러한 불만 중에서 “내 마음을 남편(아내)이 몰라도 너무나 모른다”는 불만이 1, 2위를 다룬다. 최근의 한 광고 카피 중에서 “선물하는 사람이 선물받는 사람의 요구를 너무나 모른다”는 내용의 홈쇼핑 회사 광고도 같은 맥락이 아닐까 생각이 된다.

이런 저런 시행착오를 거치면서 한 50년을 같이 산 부부들은 아마도 눈빛이나 손짓만 봐도 서로의 요구사항을 알까? 아마도 그렇게 오래 산 부부도 대화가 없다면 손짓의 의미를 이해하기는 매우 힘들 것이다. 하물며 20~30년을 다른 환경에서 살다가 어느날 갑자기 결혼이라는 의식을 통해 같이 살게 된 부부들이 서로에 대해 완전히 이해하고, 이야기하지 않아도 안다는 것은 거의 불가능한 일이다. 그러나 우리들은 ‘부부는 서로를 완전히 이해해야 하고, 항상 함께 있어야 하며, 서로에 대한 비밀이 없이 모든 것을 공유하여야 하며, 말하지 않아도 상대방이 무엇을 원하는지 알아야 한다.’는 환상을 가지고 있다.

부부간 의사소통 기술은 결혼 이후 50~60년을 살아가면서 가장 중요한 기술 중의 하나이다. 의사소통을 통해 부부는 서로의 기대와 역할을 알아가며, 갈등을 해결해 나가며, 친밀감을 증진시킨다. 상대방이 진정으로 나를 이해해주길 바란다면 다음 두 가지를 실천해 보

우리들은 '부부는 서로를 완전히 이해해야하고,
 항상 함께 있어야 하며, 서로에 대한 비밀이
 없이 모든 것을 공유하여야하며,
 말하지 않아도 상대방이 무엇을 원하는지
 알아야 한다.'는 환상을 가지고 있다.



는 것이 어떨까?

첫째, 배우자간의 친밀감을 높이기 위해서는 나 자신을 상대방에게 알려주는 것이 중요하다. 우리나라 부부들의 대화 주제는 주로 자녀문제나 TV 드라마 같은, 부부를 뺀 나머지 부분에 집중된다. 부부가 파트너가 되어 서로를 이해하고 발전을 이루기 위해서는 각자 나 자신이 원하는 것, 내가 느끼는 공포, 내가 실망하는 것, 나에게 기쁨과 만족을 주는 것이 무엇인가를 이야기하고, 이러한 것을 부부가 함께 나누는 것이 중요하다. 다시 말하면 절대로 배우자가 내 마음을 알아줬으면 하고 기대하지 말고, 내가 원하는 것을 요구하여 상대방이 나 자신에 대해 알게 하는 것이 중요하다. 독심술가가 아니면 상대방이 말을 하지 않아도 그 사람을 알 수 있는 방법은 전혀 없다. 정치적인 이슈나 회사일도 중요한 화제가 될 수 있지만 개인적 화제를 이야기함으로써 서로에 대한 이해의 폭을 넓힐 수 있으며 친밀감을 증가시킬 수 있다. “어제가 내 생일이었는데 어떻게 잊을 수가 있어?” 혹은 “나는 장갑이 좋은데 어떻게 세탁기를 선물할 수 있어?”

하고 싸우기보다는 내가 먼저 내 생일을 어떻게 보냈으면 좋겠는지, 무슨 선물이 갖고 싶은지 이야기하는 편이 가족의 평화를 위해 더 나은 방법이 될 것이다.

둘째, 부부가 하루에 단 5분이라도 이야기하고 들을 수 있는 대화 시간을 가져보자. 5분이 힘들다면 2~3분이라도 서로가 집중할 수 있는 시간이 필요하다. 이때에는 상대방의 생각과 느낌을 듣고, 이야기하는 것을 번갈아 하는 것이 좋다. 또한 판단하거나 평가하려하지 말고 이해하려고 노력해야 한다. 대화과정에서 서로 지지해주고 격려해준다면 앞으로의 삶의 질을 높이는 중요한 초석이 될 것이다. 의사소통은 많은 기술이 필요하지만, 기술보다도 더 중요한 것은 부부가 서로 대화를 하겠다는 의지이며, 상대방을 이해하고 배려하겠다는 마음가짐이다. 이러한 마음가짐을 가지고 상대방을 바라본다면 아마도 50년쯤 후에는 말하지 않아도 눈빛만 봐도 상대방이 무엇을 원하는지 알 수 있을 것이다. 그 전에는 항상 대화하는 자세가 필요하다. PPFK