

투데이 칼럼

공감 정확도를 높이며 살자

함께 살거나 생활하면서 상대방의 말과 행동을 통해 상대방의 마음을 읽는다. 상대방의 마음을 읽고 거기에 맞춰 반응하고 행동해야만 적절한 사회생활이 가능하다. 이처럼 타인의 관점에서 상상해 그 사람의 감정을 이해하거나 직감하는 것을 '공감(empathy)'이라고 한다. 공감능력이 발달로 사회생활에서 필수적인 능력이며, 공감 지능이 사회적 리더가 되는데 매우 필요한 능력이다.

그렇다면 우리는 어떤 사람에게 더 공감을 잘하게 되는가? 공감을 잘하기 위해서는 무엇이 필요한가? 이 문제를 오랫동안 연구해온 학자가 사회심리학자 윌리엄 이케스이다. 이케스 교수에 따르면 친구들끼리는 6분 동안 다양한 행동과 말을 통해 서로 더 많은 정보를 주고받기도 했지만, 공감정확도에 결정적인 기여를 한 것은 서로에 대한 '사적 정보의 양'이라고 한다. 이처럼 공감에 필요한 지식은 대부분 매우 사적인 것이어서 친밀한 관계에서 표현되는 상대방의 생각과 감정을 경험하면서 얻게 된다.



김 양 옥

전주교대 평생교육원 교수

오랜 기간 함께 생활해온 부부들은 사적 정보가 많을 테니 공감정확도가 높을까? 놀랍게도 결과는 정반대로 나왔다. 뉴질랜드의 심리학자 지오프 토마스와의 동료들은 뉴질랜드 캔터베리 지역에 살고 있는 80쌍 넘는 부부들을 초청해 인간관계 문제를 토론했게 하고 그 과정을 녹화했다.

녹화가 끝난 뒤 비디오에이프를 보면서 그들의 토론에서 경험한 서로의 생각과 감정을 기록하게 했다. 그 결과 결혼 기간이 길수록 공감정확도가 떨어진다는 사실을 발견했다.

부부들은 언제부터 서로에 대한 공감정확도가 떨어지기 시작할까? 충격적이게도 대다수가

결혼한 지 1년도 채 안 돼 감소하기 시작하는 것으로 나타났다. 심리학자가 신희부부들을 3년 동안 추적 조사한 결과, 결혼한 지 6개월이 된 시점보다 1년 반이나 2년 된 시점에서 부부의 공감정확도가 더 낮다는 사실을 발견했다.

왜 오래된 부부일수록 서로에 대한 공감 능력이 떨어지는 것일까? 오래된 부부들은 친밀한 접촉을 통해 상대방의 생각과 감정을 진정으로 나누기 보다는, 상대방에 대한 고정관념에 근거해 잘못 이해한다고 심리학자들은 입을 모은다. 부부는 시간이 가면서 계속 변하는데, 그들의 친밀한 의사소통이 줄어들면서 상대방에 대한 정확한 인

식은 줄어들고 결혼초기에 형성된 서로에 대한 고정관념에 따라 상대방을 이해한다는 것이다. 그러나 보니 서로에 대한 이해는 점점 더 부정확 해지고 고정관념처럼 굳어진다.

결혼한 첫해에는 부부들이 결혼 관계를 잘 유지하기 위해 상대방의 감정과 생각을 읽으려고 각별한 노력을 기울이지만 시간이 흐르면서 서로 잘 이해한다는 '과도한 자신감'을 갖게 돼 서로의 말과 행동을 적극적으로 관찰하려는 동기가 떨어지고 노력을 게을리하게 된다고 지적했다. 공통의 화제가 줄어들면서 상대방의 생각과 감정을 지속적으로 따라가며 이해하기가 어려워진다는 것이다. 그 장기적인 결과로 결혼기간이 길어질수록 공감정확도가 전반적으로 저하된다는 것이다.

그러므로 상대와 소통하여 호감받기 위해서는 고정관념을 버리고 상대와 진정으로 자주 대화 나누며 이해, 협의로 공감정확도를 높이며 살아가는 것이다. 이것이 행복과 즐거운 생활이다.

사 실

KCC 농구단 연고지 이전 논란

KCC 농구단이 전주시와의 갈등을 이유로 22년 만에 연고지를 부산으로 이전했다. 이를 놓고 전주시의 무능이다, 혹은 KCC의 잘못이다 등 책임 소재를 두고 논란이 이어지고 있다.

KCC 농구단은 새로운 체육관 건립 등을 둘러싸고 전주시와의 갈등을 연고지 이전의 배경으로 밝혔다.

전주시 누리집에는 전주시의 무능, 무책임한 행정을 비판하는 글이 계속해서 올라오고 있다.

새 구장을 제때 짓지 못했으면서 오히려 KCC 탓을 한다며 전주시의 해명을 반박하는 글도 이어졌다. 일부 농구 팬들은 전주시가 계속 약속을 어긴 만큼 KCC 입장은 충분히 이해된다고 말한다.

그러면서 부산에 가셔도 응원하겠다고 한다. 이런 가운데 전주시 체육회와 농구협회를 비롯한 지역 단체들이 KCC 농구단의 연고지 이전 결정을 일방적이라고 비판했다.

지난 몇 년 동안 새 체육관 건립과 관련해 소통해 왔는데, 갑작스럽게 연고지 이전을 강행했다는 것이다. 구단 측이 이전 이유로 꼽은 몇몇 사례들에 대해 전주시와 구단 측의 말이 다르다며 진상 규명이 이뤄져야 한다고도 강조했다.

전주시 체육회는 구단 측에 철저한 진상규명과 함께 이전 강행을 해명해 달라고 요구하는 상황이다. 진상이 밝혀져서 누군가 책임질 사람이 있다면 책임을 지는 모습을 보여주고 싶다는 것이다.

전주시의회 역시 입장문을 통해 KCC의 연고지 이전을 규탄했다.

그러나 행정에서 빚미를 제공했다는 여론의 질타를 받아들이 일련의 과정을 철저히 살피겠다고 밝혔다.

소모적인 논란이 확대되지 않도록 연고지 이전 배경을 따져볼 필요가 있다. 문제는 그동안 열열이 응원해준 전북 팬들의 실망과 상실감을 어떻게 해소할 것인가가 관건이다.

우석대 전국대학배구 우승

우석대 학교 남자배구부가 2023 대한항공배 전국대학배구 제천대회에서 우승을 차지했다. 이번 대회는 지난 8월 16일부터 24일까지 충북 제천시 실내체육관과 어울림 체육관에서 열렸다.

이 대회에서 우석대는 B그룹에 출전해 2전 2승으로 조 1위로 결승에 올라 호남대를 3:1로 꺾고 우승컵을 들어 올렸다. 이번 대회에서 우석대 남자배구부 사동혁(체육학과·3년)은 최우수상을, 오태훈(체육학과·3년)이 리베로상을, 강원중(체육학과·1년)이 블로킹상을, 이용욱(체육학과·1년)이 세터상을 각각 받았다. 경기남 감독은 최우수 지도자상의 영예를 안았다. 그는 "선배들 간의 조화와 할 수 있다는 자신감이 좋은 결실로 이어졌다"며 "앞으로도 더 좋은 성적을 거둘 수 있도록 최선을 다해 지도하겠다"고 말했다.

우석대학교 여자배구부도 이 대회에서 1승 1패로 예선 2위

로 준결승에 올랐지만 아쉽게 3위에 그쳤다. 이채은(체육학과·2년)은 수비상을 받았다.

경기남 우석대 배구 감독은 대한민국배구협회가 주최한 2020 배구인의 밤에서 문화체육부장관 표창장을 받았다. 전북도 배구협회 전무이사를 겸임하고 있는 정 감독은 지난 2018년 전북서 개최된 제99회 전국체전을 성공리에 치른 공로를 인정받았다.

지난 2019년 강원도에서 열린 현대캐피탈배 전국대학배구대회에서 우승하는 등 대학 정상의 여자 팀을 16년 째 이끌기도 했다.

남자부는 창단 2년 만에 대학 2부에서 2위 자리까지 올린 대본인이다.

전북 도내 배구 선수들이 전국을 제패하고 있다. 특히 대학부의 활약은 눈부시다. 정 감독은 전북 고창 태생으로 남성고 배구 선수 출신이다. 앞으로도 끊임없는 분부노력을 기대한다.

독자재언

귀가길 안전수칙으로 범죄예방

최근 불특정 다수를 향한 물자마 강력범죄에 의해 주민들의 불안감이 가중되고 있다. 이리다 보니 매일 지나다니는 길도 두려움이 생긴다.

특히, 귀가길 여성들을 대상으로 하는 범죄가 증가하면서 특별한 주의가 요구된다. 여성이 혼자 어두운 골목길을 지나간다는 사실만으로 범죄자들의 표적이 되기 쉽고 이러한 범죄를 예방하기 위해서는 스스로 범죄예방에 대한 자세가 필요하다.

첫째, 귀가길 여성 혼자서 귀가하지 말고 동행하는 것이 좋으나 부득이 혼자 귀가할 경우 인적이 드문 골목길보다는 큰길로 다니는 것이 안전하다.

둘째, 보행 중 이어폰을 사용하는 것을 자제해야 한다. 이어폰 속

의 집중으로 다른 사람의 위협을 알리는 소리, 범죄 목적으로 자신을 뒤따르는 사람의 움직임을 감지할 수 없다.

셋째, 호루라기와 같은 간단한 개인 호신용품 하나 정도는 가지고 다니는 것이 좋다.

위급 상황에 처하면 자신의 존재를 알려 도움을 요청하고 위험하다고 생각되면 지인에게 전화를 하여 범죄 의지를 억누르게 해야 한다.

넷째, 휴대폰에 112 범죄신고 전화번호를 단축번호로 설정하여 이용하는 방법도 효과적이다.

일상생활에서 범죄에 대한 경각심을 가지고 준비와 예방으로 범죄자들로부터 피해를 예방하는 지혜를 가져야 할 것이다.

박규선고창경찰서 생활안전계 경위

사진으로 보는 지구촌 소식

곡예비행 선보이는 레드 애로우즈 특수비행단



3일(현지시간) 영국 본머스에서 본머스 에어 페스티벌이 열려 영국 공군(RAF)의 레드 애로우즈 특수비행단이 곡예비행을 선보이고 있다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 어려움을 속 시원하게 풀어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 전주매일