

투데이 칼럼

현명한 부부싸움

한 부부가 뜻밖에 크게 싸움을 벌인 사례가 있다. 화가 너무 난 남편이 '보 기 싫어! 나가버려!' 하고 소리를 질러버리자 부인은 '내가 못나갈 줄 알고 나도 풀 보기 싫다'고 대꾸하며 집을 나섰다. 얼마 안 있어 부인이 돌아오자 아직 화가 안 풀린 남편은 왜 돌아왔느냐고 따졌다. 부인은 '제일 소중한 것을 놓고 갔어요.' 라는 대답을 했고 그 대답에 '그게 무엇인데?' 라고 남편이 묻자 부인은 '바로 당신이예요.' 라고 이렇게 감성의 스피치를 하자 남편은 '너워서 이혼해 봤자 위자료로 청구할텐데 나도 참는다.' 하면서 몹시 화가 났던 부부싸움을 웃음으로 넘긴 것이다. 우리 주위에서 부부싸움이 이렇다면 오죽 좋으랴만 우리네 가정을 살펴보면 상 소리와 폭력이 오가고 정신적으로 상대를 압박하는 사례가 허다하다. 갈수록 이혼율이 높고 특히 황혼들이 매년 증가하는 것도 그 방증이다.

부부관계는 가장 행복하게 만나 가장 불행해지는 경우도 알뜰하게 있다. 무조건 만나 가장 친한 것도, 가장 원수가 되는 것도, 돌아서면 남남이 되는 것도 부부관계이다. 부부싸움은 '칼로 물 베기', '시랑싸움'이라 해서 대수롭지 않



김 양 옥 한국스피치리더십컨설팅 대표

게 생각해 온 것이 사실이나 오늘날 부부싸움은 현명하게 해야 하는 먼저 부부싸움 규칙을 알아보자.

첫째, 신사적으로 싸워야 한다. 부부는 적이 아니고 평생 함께 가야 하는 동반자이기 때문에 막가는 식의 말투나 폭력싸움은 안 된다.

둘째, 자존심을 건드리거나 상처 주는 말은 삼간다. 평생 가슴에 못 박은 말, 자존심을 건드리는 처가나 시댁 식구들을 들먹이며 비난하지 말아야 한다. 스피치의 여유(1~3초)의 법칙을 적용하면 된다.

셋째, 문제만 놓고 싸워야 한다. 상대방을 비난하는 일에 공격하는 경우가 있는데 문제 본질만 말한다. 넷째, 과거를 들추지 말고 당장의 문제만 말한다. 싸울 때마다 과거를 들먹이며 싸우면 끝이 없다. 어제일도 심각하게 따지지 말아야 한다. 다섯째, 논쟁이나 변명하지 말고 잘못을 인정하자. 말꼬리 싸

움은 끝이 없다. 사과 할 일은 사과 하는 것이 최상이다. 여섯째, 큰소리 치지말자. 큰소리쳐서 이기는 것은 이기는 것이 아니고 진 것이다. 논리적이고 부드럽게 따져야 한다.

일곱째, 장소도 범위 안에서 싸워라. 권투선수가 링 안에서 싸우듯이 싸우다 친정으로 가거나 부모님께 알려버리는 것은 반격이다. 상대가 싫어하는 사람을 만나는 것도 피해야 한다. 여덟째, 감정이 격할 때는 한쪽이 피하라.

시간이 지나면 감정도 가리얏고 지난 일이 유치하게 느껴진다. 격앙 될 때는 동작을 정지하고 긴 숨을 내쉬며 이성을 찾는다. 아홉째, 자녀들 앞에서는 싸우지 마라. 자녀들 정서가 깨지면 큰 것을 잃어 버린다. 자녀에게 대물림되는 사실을 명심하고 자녀의 기억에 시한폭탄을 심어주는 것이기 때문이다.

열 번째, 예쁘게 하고 존댓말로 싸워라. 상대가 예뻐 보이고 세련되게 보이면 싸움도 약해진다. 존댓말은 말수를 줄일 수 있고 감정을 조절 할 수 있다. 부부갈등 해결 대화법은 반영적 경청과 인정하기, 공감하기를 잘하면 문제가 해결된다. 반기문 유엔사무총장은 화를 내지 않는 사람으로 유명한데 그는 늘 "나 자신보다 상대방의 입장에서 배려하고 이해하고 존중하려 한다"고 한다. 바로 이것이다. 부부싸움은 항상 상대가 나보다 낫다고 하는 존중의 마음이 있으면 싸움이 안 되고 이해하고 넘어간다. 화를 심하게 내는 사람은 심장마비나 협심증에 걸릴 가능성이 3배 높고, 화를 낼수록 뇌졸중 발병확률이 약 2배 높고 현대인의 질병 90%가 스트레스, 분노가 관계있다는 미국 유태대학의 연구가 발표되었다.

부부간에 서로 무조건 말을 들어 주고 화풀이나 분노를 표현 할 때도 '나 메시지'로 전달하면 부부싸움은 줄어든다. 우리 모두 부부간에 '행복순간'을 만들어 차 한 잔 마시는 삶, 로맨스 날을 매일 정하 여 첫사랑 시절, 연애시절로 되돌아가면 부부싸움도, 화도 줄어들어 건강하게 오래오래 살 수 있다. 즐겁고 행복한 부부생활로 성공적인 삶을 살 수 있다.

독자제언

수사구조개혁은 시대적 과제

미국, 영국, 프랑스 등 민주주의가 발달한 선진국일수록 '수사-기소-재판'의 완벽한 분리를 이루고 있다. 이를 통해 각 단계별 절차에 따라 사법적 과오를 걸러내 단 한사람의 역할한 사법적 피해자가 없도록 방지하고 있는 것이다. 그렇다면 현재 우리나라의 사법제도는 어떨까?

수사권과 기소권을 적절하게 분산시켜야만 권한의 집중을 막아 검찰이 무소불위의 권력기관이 되는 것을 방지하여 사법적 부패를 막을 수 있는데, 우리나라의 현실은 그렇지 못하다. 왜, 우리나라는 현재와 같이 검사가 수사권과 기소권을 독점하게 되었을까? 검사의 절대 권력의 뿌리는 일제강점기 당시 일본 자국민을 비호하고 조선인을 탄압하기 위해 검사에게 수사와 기소의 모든 권한을 부여하였고, 일제의 잔재라고 볼 수

있는 당시의 식민통치형 사법제도가 현재까지 이어지고 있는 것이다.

현 정부에서는 수사와 기소를 분리하여 진정한 사법민주화가 이루어질 수 있도록 경·검 수사권 조정을 추진하고 있다. 작년 6. 21. 정경 수사권 조정 정부 합의안 발표 이후 사계 특위를 구성하여 지속적으로 수사권 조정에 대한 논의를 나누는 등 수사권 조정의 지각변동이 시작되었다. 경·검 수사권 조정은 경찰을 위한 것이 아닌 국민들의 인권을 더욱 효과적으로 보호하기 위한 것이며, 경찰은 수사, 검사는 기소라는 본연의 업무에 충실함으로써 경·검의 상호 협력 및 견제를 통해 부정부패를 척결하는 시대적 과제를 완수하기 위함이다. 이 지각변동과 같은 과제를 우리 국민의 손으로 직접 이루는 날이 오기를 희망한다.

최현주 진안경찰서 수사과 검사

사진으로 보는 지구촌 소식

"21세기 위한 새로운 기준 만들어야"



도널드 트럼프(앞) 미국 대통령이 5일(현지시간) 워싱턴 국회의사당에서 마이크 펜스(왼쪽) 부통령과 낸시 펠로시 하원 의장이 지켜보는 가운데 국정연설을 하고 있다.

지역발전을 계속 중심 주제로

예전에도 이야기한 바 있지만 다시 언급해야겠다. 국토교통부가 동서 철도 건설과 관련해 언급한 것을 다시 돌이켜 보는 기분이 쓸쓸하다. 그제 희망을 이야기한 것이긴 해도 실속이 없는 대답이었구나 라는 생각을 떨칠 수가 없다. 이래가지고는 지역 발전이 될 턱이 없다. 도시사와 고위 관계자들의 의식 속에 지역발전이 계속 중심 주제가 돼야하는 이유이다. 그렇게 하지 않고서는 지역 발전을 기대할 수가 없다. 시류에 따라 다른 것들이 주요 관심사로 떠올랐다가 사라지길 반복하고 있는데 바람직하지 않다.

우리 전북 지역이 여전히 낙후의 대명사가 되고 있기 때문이다. 예전과 달리 조금 씩 발전하고 있다고는 하나 그것은 어디까지나 자체 비교일 뿐이다.

다른 광역 시도에 비하면 매우 낙후돼 있다. 그러므로 전북도는 잘 생각해야 한다. 지역 발전을 항상 중심 주제로 삼기해야 한다. 그렇게 하지 않고서는 지역 발전을 도모한다고 말할 수 없다. 예전에 했던 말을 또 하고 또 하고

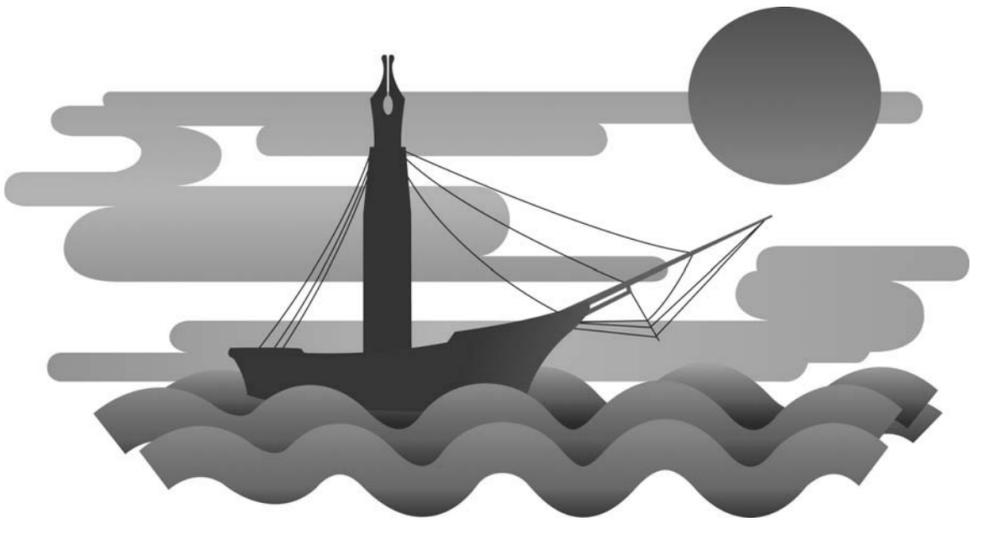
반복하거나와 발전 보폭이라는 게 마음에 들지 않는다. 다른 지역이 보여주고 있는 것에 비하면 우리 지역의 발전은 미미하기 이를데 없다.

새만금 사업도 그렇지만 도내 대형 프로젝트 사업들이 거북이 걸음을 보이고 있는데 답답한 노릇이다. 지역의 발전을 견인하는 이들은 비상한 각오를 다져야 한다. 이번엔 새만금 국제공항 건설 사업이 예타면제가 됐다고 해서 마냥 들떠 있어서는 안 된다.본래 요구한예산보다 적게 책정된다면 그 역시나 곤란한 일이기 때문이다. 전북도는 지역의 미래를 약속하고 있는 사업들이 도내에 과연 몇 개나 되는 지 생각해볼 일이다.

그러므로 전북도는 저번에 공표했던 것을 잊지 말아야 한다. 2020년까지 1조5천억 원을 투자해 우리 지역을 국내 탄소산업의 중심지로 키우겠다고 했던 거 말이다. 2020년이면 바로 내년이다.그 걸 실현시키기 위해서는 평소에 정부측 관계자들을 상대로 부단한 노력이 있어야 했다.

구독 · 광고문의 063-288-9700

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 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴러겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 **전주매일**