

투데이 칼럼

효과적인 말하기 실전 기법

FO 사이 모든 영역에서 소통의 문제가 중요함을 인식하고 화두가 되었다.

흔히 의사소통은 입말, 몸말, 글말로 행하여지지만 의사소통은 크게 언어적 기법과 비언어적 기법의 두 가지 종류가 있는데 언어적 기법보다는 비언어적인 기법이 훨씬 중요하다.

실제로 의사소통에 관한 연구결과 몸짓이나 표정, 자세, 분위기와 같은 비언어적인 요소가 55%를 차지한다고 한다. 여기서 의사소통의 두 가지 종류를 살펴보기로 한다. 첫째, 비언어적 기법이다.

가능한 한 가까운 거리에서 대화한다. 몸의 거리가 마음의 거리를 나타내는 것일 수도 있다. 자세는 편안하게 약간 앞으로 숙이는 것이 좋다. 고개를 뒤로한 고압적인 자세는 상대방에게 위압감을 주어 따뜻한 분위기를 해친다. 시선은 상대방의 눈을 향할 채 이야기한다. 특히 중요한 말을 할 때 시선을 마주치면 자연스럽게 그 내용이 강조되어 전달된다. 물론 노력보다는 듯한 시선을 피해야 한다.

표정은 여유 있는 은은한 미소가 좋으며 몸짓은 자발적이고 자유스러운 제스처를 이용할 수 있어야

하고 손동작이나 몸짓을 자연스럽게 시도해 보자. 음성은 딱딱하지 않은 따뜻한 목소리가 좋다. 지나치게 큰소리, 높은 음역의 목소리는 피하자.

듣는 이의 반응은 말하는 이의 표현 방법뿐만 아니라 말하는 이의 '음조'에 의해서도 영향을 받는다. 자신이 하는 말이 참말이라는 어떤 주장도 그 말을 하는 방법에 담긴 비언어적 표현의 확인만은 못한다.

말하는 이가 사용하는 여러 가지 목소리의 변화를 주변 언어라고 부르는데, 이에는 목소리의 높낮이, 강도, 강세, 속도, 크기 등이 표현된다.

둘째, 언어적 기법이다. 의사소통에 있어서 비언어적 기법은 대화의 분위기나 결과에 상당한 영향을 준

다. 하지만 역시 그 내용의 중심이 되는 언어적 기법 또한 무시할 수 없다. 효과적인 의사소통을 위해서는 다음과 같은 언어적 기법을 활용해보자.

① 남이 아닌 자신의 견해를 이야기한다. "~가 그러는데....." 식으로 남의 의견을 내세우면 상대방에게 거부감을 주기 쉽다. "나의 의견은 어떻게", "나는 어떻게 느꼈다"라고 표현해보자.

② '너' 대신 '나'를 사용한다. "너는 왜 항상 약속을 안 지키니?" 보다는 "나는 네가 약속을 안 지키는 것이 걱정이다."가 상대방의 긍정적인 반응을 이끌어 낼 수 있다.

③ 두루뭉술하게 이야기하지 말고 구체적으로 예를 들어 말한다. 특히 청소년의 행동과 관련된 대화를 하

는 경우, 문제가 된 행동에 대해 느낀 대로 말해준다.

④ 가능한 짧게 이야기한다. 결론이나 요지를 먼저 간략하게 말하고 대화를 시작하는 것도 요령이다.

⑤ 상대방이 듣고 있는지 자주 확인한다. 나는 내 할 말만 하면 된다는 태도보다는 상대방의 반응을 확인해가며 말하는 것이 좋다.

⑥ 상대방의 의견을 알아보려는 노력을 한다. 대화란 주고받는 것이다. "나는 이리이러한데 너의 생각을 듣고 싶구나." 라는 식의 말을 자주하는 것이 좋다.

⑦ 칭찬과 지지를 아끼지 않는다. "이야~ 조리 있게 의견을 잘 표현하는구나", "참 잘했어", "그때 참 기뻐한다." 라는 식의 긍정적인 말은 보다 개방적인 대화 분위기를 유도한다.

그러므로 스피치 평가요소는 여러 가지가 있지만 크게 3요소인 내용(what), 연출(how), 전달(who)이므로 상황에 맞는 내용으로 잘 연출하여 상대방에게 인식되도록 해야 한다. 효과적인 스피치를 하기 위해서는 앞에서 이야기한 내용으로 잘 연출하여 철저한 연습을 통해 상대의 욕구를 채우면 말의 효과를 거둘 수 있다.

김 양 옥

한국스피치리더십연구소장 대표



독자제언

여름철 몰카범죄 세심한 관찰과 대처법 중요

여름철이면 발생이 급증하는 몰카범죄는 무더위만큼이나 반갑지 않다. 시도때도 없이 발생하는 몰카범죄이지만 여름철 특히 휴가철에 집중되어 기승을 부리는 만큼 경찰과 지자체 등에서도 사회적 불안감 해소와 몰카범죄 예방을 위한 활동을 본격적으로 시작했다.

상대방의 의사에 상관없이 신체 부위를 촬영하여 상대방으로 하여금 성적 수치심을 느끼게 하는 일명 '몰카' 행위는 5년 이하의 징역 또는 1000만원 이하의 벌금형을 받을 수 있는 엄연한 범죄행위이다.

최근 초소형 카메라를 장착한 볼펜, 안경, 자동차 키 등이 등장하며 장비가 작고 지능화됐을 뿐만 아니라 스마트폰 앱을 활용하여 카메라 촬영 중에는 액정화면이 인터넷 뉴스화면으로 대체되어 주위시선을 피하고, 저장된 후에도 사진첩이 아닌 비밀 폴더에 숨겨두어 범행이 발각된 후에도 증거 사진 발견을 곤란하게 하는 등 수법이 교묘하고 다양해지고 있다. 이에 성범죄 유형중에서도 몰카범죄는 빠

른 증가율을 보이며 급증하고 있다.

상황이 이렇다해서 속수무책으로 당하고 불안해하지만 할 수도 없기에 스스로가 대비를 할 필요성이 있다. 먼저, 숙박업소에 들어갈 때는 실내조명을 전부 소등하고 휴대전화 플래시를 비쳤을 때 반짝 하고 빛이 나는 곳이 있는지, 촬영음이 들리는지를 확인해보는 것이 좋다. 이는 휴가자에서도 마찬가지로 만약 몰카촬영이 의심된다면 가까운 경찰관서에 즉시 신고 하길 바란다.

화장실, 탈의실 등 공공장소는 몰카범죄가 빈번하게 발생하는 장소로 이용하기 전에 혼자 서성거리는 사람, 안경 또는 스마트폰을 계속 만지며 주변을 살피는 사람 등 의심스러운 사람이 없는지 살펴야 한다.

몰카범죄는 또 다른 피해가 발생하지 않도록 신고 등 신속히 대처하는 것이 중요하다. 세심한 관찰과 적극적인 대처로 모두가 몰카범죄로 인한 피해를 보지않는 안전한 여름을 나길 기대해 본다.

김소정 고창경찰서 흥덕파출소 순경

독자제언

분노범죄 스트레스 해소가 관건

치밀어 오르는 화를 참지 못하고 흥기를 휘두르는 분노 범죄가 끊이지 않고 있다.

최근 총주에서는 인터넷 속도가 느리다는 이유로 수리 기사를 흥기로 휘둘러 살해한 사건을 비롯하여 강남 양산에서 40대 남성이 고층 아파트에서 도색하던 작업자의 밧줄을 끊어 숨지게 한 사건과 연세대 대학원생이 교수에게 반감을 품고 연구실 안에 폭발물 설치해 부상을 입힌 사건도 있었다. 이러한 사건들은 치열한 경쟁 사회 속에서 누적된 스트레스와 불안요인을 적절하게 해소하지 못하고 어느 한 순간에 극단적인 분노로 표출되는 것으로 소위 분노조절 장애에 의한 범죄라고 할 수 있다.

2015 경찰청 통계연보에 따르면 1년간 발생한 상해 등 폭력범죄 37만2천723건 중 범행 동기가 우발적 또는 현상에 대한 불만으로 밝혀진 사건 수는 14만8천여 건으로 41.3%를 차지했고, 살인사건도 마찬가지로 41.3%에

달한 것으로 나타났다. 순간적으로 화를 참지 못하고 흥기를 휘두르거나 무차별적인 폭행을 저지르는 분노조절 장애 범죄의 대상은 나와 상관없는 언론 속의 이슈에 불과한 것이 아니라 내가 될 수도 있고 내 가족 내 이웃이 될 수도 있다.

또한 범죄를 저지르는 사람도 무시 못할 용의범이 아닌 누군가의 이웃 내지 가족이자 동료가 될 수 있기 때문에 단순히 피의자를 비난하고 처벌하면 끝난다는 인식으로 가법계 여기는 것은 위험한 발상이다.

전문가들은 정신 건강관리를 감기 다루듯 해야 한다고 조언한다. 개인적으로 먼저 불만과 스트레스를 어떻게 해소할지 고민해야 하고 2차적으로 가족과 이웃의 따뜻한 이해와 관심이 필요하며, 사회적으로 분노조절장애를 개인만의 문제로 한정하지 말고 안전망을 구축할 수 있도록 적극적인 대응이 중요하다.

문정원 군산경찰서 정보과

전주매일 전자신문 www.jjmaeil.com

사설

새만금 프로젝트에 힘을 실어야 한다

전북도는 새만금 발전 프로젝트에 힘을 실어야 했다. 때가 때인지라 모든 관심사가 새정부의 조각 인선에 몰입돼 있는데 관심사를 우리 지역 쪽으로 돌려야 한다. 여기 새만금에 대해서 다시 언급하는 이유가 있다. 새만금사업의 총괄기구인 국무총리실 산하 새만금위원회 실무협의회가 새정부 들어 처음으로 잇게 된 것에 의미를 부여하고 싶은 것이다. 전북도의 능력에 따라 문제인 정부가 새만금 로드맵을 보여줄 것으로 기대된다.

전북도는 지역 발전을 중심 주제로 삼고 예산 증액의 명분을 강화해야 한다. 전북도가 청구한 내년 예산이 저번에 79%밖에 반영이 안됐다는 것은 심각한 일이다. 지금 다른 광역시도들도 자기 지역을 위해 생각이 많을 것이기에 더 많은 계획과 구상을 가지고 있어야 했다. 지금 도민들이 전북도에 말하려는 것은 분명하다. 우리 지역은 다른 다른 광역 시도에 비해 너무 뒤쳐져 있다. 지역 발전이 그 무엇보다도 우선순위가 돼야 한다는 이야기다. 우리 전북 지역의 발전 보폭이 너무 좁다. 다른 지역이 보여주고 있는 것에 비하면 기본 좋은 모습이 아니다.

전북도는 새만금사업의 미래를 이끌 프로젝트를 키워야 한다. 전북도 고위 관계자들의 책임이 막중하다. 지역의 발전을 견인하는 이들은 비상한 각오를 다져야 한다. 지역을 위해서 일하고 있다는 자부심만으로는 부족하다. 새정부도 예산 편성에는 전일 정부와 크게 다르지 않을 것으로 전망된다. 전북도가 새만금사업의 프로젝트의 당위성을 설득하기 위한 세부 논리를 치밀하게 다듬어야 하는 이유이다. 그리고 더 주문할 게 있다. 무슨 일이고 계획보다 성취가 중요하다. 새만금 프로젝트를 속도감 있게 추진하려면 힘을 실어야 한다.

다시 말하거니와 전북도는 새만금 프로젝트의 세부 사업들을 꾸준히 챙겨야 한다. 새만금사업 말고는 다들 고만고만한 오늘날이다. 전북도는 과거에 공표했던 것을 잊지 말아야 한다. 새만금을 동북아의 허브로 키워겠다고 했던 거 말이다. 전북도는 도민에게 약속했던 말의 무게를 생각해야 한다. 전북도가 새만금을 아리울로 키우려면 관계자들은 다른 광역시도의 브레인보다 기민해야 한다. 전북도는 새만금 프로젝트에 더욱 힘을 쏟아주기 바란다.

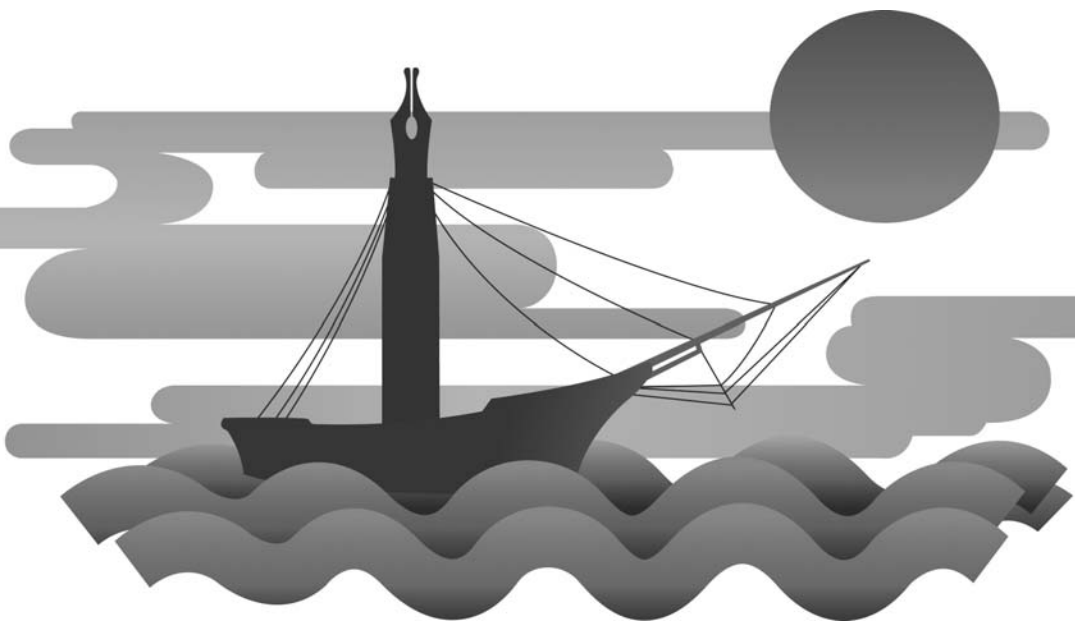
새정부의 청년 일자리 창출에 부응해야

전북도는 새정부의 청년일자리 창출에 주목해야 했다. 새정부가 일자리 창출을 최고 우선 순위로 꼽고 있는 지금이다. 전북도는 그에 부응하는 자세로 일자리 창출에 많은 관심을 가져야 했다. 두루 알고 있는대로 우리 지역은 젊은 이들의 탈진북 현상이 심각하다. 이 답답한 현실의 이유는 분명하다. 그것은 바로 일자리가 부족한 때문이다. 전북도는 새정부의 일자리 창출 정책에 효과적으로 대응해야 한다.

기회가 있을 때마다 반복해 말하고 있거니와 도내에 젊은 미취업자들이 계속 수도권으로 떠나가는 것은 우울한 일이다. 그러므로 전북도와 각 시군지자체들은 일자리 창출이 만족할 만한 수준인지 평가해야 한다. 일자리를 꾸준히 내놓고 있다지만 젊은 미취업자들은 달갑지 않다는 반응이다. 관계자들은 미취업자들이 무슨 까닭으로 그러는 것인지 헤아려야 한다. 전북도와 각 시군 지자체들은 미취업자들이 싸늘한 반응을 보이는 이유를 잘 알고 있을 것이다. 일자리에 대한 눈높이 때문에 그럴 거라는 것을 말이다.

전북도와 각 시군 지자체는 이제 일자리의 만족도를 생각해야 한다. 시간제나 기간제 같은 일자리로는 만족도를 채워주기에는 아무래도 역부족이다. 그것은 일 자리는 인생 설계에 별로 도움이 되지 않기 때문이다. 그런 까닭에 도내 젊은이들의 결혼 비율이 낮고 저출산 문제가 해결될 기미가 없다. 지금 새정부의 청년 일자리 창출 정책에 어떻게 부응할지 그리고 청년들의 입장을 어떻게 챙겨야 할지 생각이 깊어야 한다.

새정부의 일자리 창출에 부응하려면 제대로 해야 한다는 것이다. 전북도는 도내 청년들이 다른 지역으로 가지 않고도 괜찮은 일자리를 얻을 수 있도록 해야 한다. 젊은이들이 일자리를 찾아서 헤매도록 하는 것은 기성세대의 책임이 크다. 아직도 대다수의 일자리는 보수가 적은 게 하나 풀이 아니다. 그 얼마 안 되는 수입으로는 제대로 된 생활을 할 수가 없다. 새정부가 일자리를 위한 재원을 어떻게 마련할 지 더 두고 보아야 할 시점이라는 하다. 그래도 전북도는 청년 일자리 창출에 관심을 갖고 힘내야 한다.



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.