

건강 칼럼

부부 사랑 대화

고급 아파트, 고급 전원주택이 들어서고 장식도 화려한데 문제는 집은 늘어 가는데 가정은 사라지고 있다는 것이다. 가정에 사람은 줄어들고 기쁨이 없고 웃음이 없고 생각이 없는 가정이 많아지는 게 문제이다. 군대의 교회에 가면 "하나님을 위하여 나라를 위하여"라는 포어가 붙어 있는데 과연 하나님을 위하고 나라를 위한 길은 바로 가정을 건강하게 세우는 것이다. 가정이 건강해야 나라도 건강해지고 가정이 건강해야 하나님도 가장 기뻐한다는 것이다. 가정에는 세 가지 체계가 있는데 그것은 바로 부모, 부부, 자녀이다. 가정의 중심부에는 부부가 있다. 부부가 행복해야 부모님도 행복하고 자녀도 행복해지는 것이다. 부부가 하나 될 때 온 가족이 하나 될 수 있다. 부부가 하나 되어 부모님을 공경하고, 자녀를 양육하는 가정이 행복한 가정이다. 아파치 인디언들은 결혼식 때 이런 축사를 낭독한다고 한다. "이제 두 사람은 비를 맞지 않으리라. 서로가 서로에게 지붕이 되어 줄 테니까. 이제 두 사람은 흠지 않으리라. 서로가 서로에게 따뜻함이 될 테니까. 이제 두 사람은 두 개의 몸이지만 두 사람 앞에서는 오직 하나의 인생만이 있으리라."

행복을 꿈꾸는 부부들과 건강한 가정을 소망하는 사람에게 잘 어울리는 축사라고 생각한다. 가정이 행복한 사람은 직장에 대한 만족도 높고 이직률도 낮다고 하고 자신의 능력을 충분히 발휘하고 인정받을



김 양 옥 한국 스피치 리더십 컨설팅 대표

때 회사를 옮길 이유가 없지 않을까? 요즘 기업에서도 직원들이 가정을 챙기는 행사가 많아진 것도 이것 때문이다. 선진국에서는 일찍부터 가정진화 기업문화가 확산된 것이다. 행복한 가정이 최고의 경쟁력인 시대다. 그런데 가정의 핵심이 부부가 즐겁고 행복해야 하는데 갈등이 어느 공동체에서나 생겨나게 마련 이라서 부부사이에도 있다. 부부는 살다보면 오랜 부부일수록 대화가 적어지고 말투가 불통스럽게 되는 경우도 있다. 부부 대화가 잘못되어 오해가 생기고 커뮤니케이션이 잘 되지 않아 속을 상하게 하거나 잘못을 저지른 경우도 있다. 여기서 부부 갈등의 원인을 살펴 보면 첫째 역할의 갈등이다. 서로에 대한 역할기대가 미흡할 때 갈등이 생길 수 있다. 서로의 욕구가 충돌했기 때문이다. 둘째 의사소통의 갈등이다. 어느 한 사람이 일방적으로 자기주장만 일삼을 경우 또는 상대방의 이야기를 오해했을 경우 발생된다. 말의 이론에 "말은 공평성은 있지만 동일성은 없다"라는 것이 있듯

이 본인의 의사와 달리 해석할 수 있기 때문에 오해가 생긴다는 것이다. 셋째 가치관의 갈등이다. 늘 자신의 것만 챙기려는 사람과 배풀기를 좋아하는 사람이 만나면 가치관의 차이로 갈등에 부딪힌다. 넷째 차이 갈등이다. 종족, 성격, 남녀, 가정교육, 문화차이 등 차이는 단순히 다른 것일 뿐인데 이것을 틀렸다고거나 나보다 못하다고 생각하면 갈등이 생기기 시작한다. 다섯째 상처의 갈등이다. 치유되지 않는 상처란 무서운 것이고 갈등을 불러오는 큰 요인이 될 수 있다. 여섯째 재원 부족의 갈등이다. 뭔가 실제로 부족하거나 부족하다고 느낄 때 갈등이 일어난다. 또한 부부 갈등을 악화시키는 위험요인은 크게 네 가지가 있다. 비난하기, 경멸하기, 자기방어하기, 담쌓기가 있는데 가트먼이라는 학자는 "위의 요인 네 가지가 이혼의 지름길이라고 피하라"고 전했다. 요즘 표현과 감성의 시대에 스피치로 갈등을 피하고 사랑의 부부대화를 많이 하는 행복하고 즐거운 생활을 해야 하지 않을까!

살기 좋은 세상에 명품 부부가 되기 위해서는 첫째 있는 대로 받아들이야 한다. 상대의 상황과 상대의 말을 잘 경청해서 무조건 들어주어야 부부의 생활이 즐겁다. 미국 전 대통령 레이건이 중풍으로 오래 고생할 때 낸시 여사는 있는 대로 받아들인 이야기가 감동적이다. 부부는 "자기가 없는 행복보다 자기가 있는 불행도 택하겠다"는 각오가 있어야 한다. 둘째 마음을 바꿔야 한다. 말이 안 나온다고 속으로 생각만 하지 말고 진심으로 "사랑해, 수고했어. 나이 들수록 멋있어, 최고야." 이 말을 자주 외쳐보자. 셋째 작은 배려나 큰 배려도 자주한다. 작은 배려가 상대의 마음을 울리고 실득력 있는 관계를 유지한다. 넷째 환금율을 이행한다. 사람인(人)자도 한 사람이 쳐주며 받쳐주는 것이다. 쳐주는 것은 이기는 것 이다. 부부관계도 인간관계이다. 부부의 성공은 배우자로 인정받는 것이다. 다섯째 먼저 주어야 한다. 내가 먼저 주어야 인간성 좋은 관계가 유지된다. 부부의 사랑의 대화는 인정하는 것, 칭찬하는 것, 선물하는 것, 봉사하는 것, 시간 함께 보내는 것, 스킨십 하는 것 등이 있다. 우리 모두 모든 것이 어려운 현실에 살아간다면, 최고의 무기는 부부의 사랑 대화이다. 사랑의 부부대화가 무르익을 때 자녀도 부모도 즐겁다. 이것이 행복의 길이요, 이것이 성공 생활을 해야 하지 않을까!

사설

지역발전은 공조와 협치야 가능

전북의 미래에 다들 관심을 가져야겠다. 지역발전이 항상 중심 주제가 돼야한다는 이야기다. 이 많은 전북도에게만 하는 말이 아니다. 요즘 정치권 인사들의 말투들이 이상하게 꼬여가고 있는데 꼴불견이다. 그렇게 해가지고서는 지역 발전을 기대할 수 없다. 지금 이같은 주문을 하는 이유는 분명하다. 더불어민주당과 국민의당이 SOC 문제를 두고서 서로 내탓 공방을 하고 있는데 매우 불행하다. 공조와 협치를 한두 번 당 부한 것도 아닌데 이러한 곤란하다. 전북 발전은 전북도만 이끌어 가는 게 아니다. 내년도 예산 편성에서도 알수 있는 것처럼 정부는 긴축 재정을 분명히 하고 있다. 정부의 긴축 재정 굳히기 때문에 우리 전북의 발전을 위한 사업들이 큰 도전을 받고 있다. SOC 분야가 그렇고 산업 분야가 그렇고 농업 분야가 그렇다. 한결 같이 우리 전북 지역의 미래를 말하는 것들인데 염려가 된다. 지역발전이 항상 중심 주제가 돼야 하는 이유는 분명하다. 우리 지역은 다른 광역 시도와 비교해 너무 낙후돼 있다.

의원이 된 이들은 잘 생각해야 한다. 그 무엇보다도 지역 발전을 중심 주제로 내세워야 한다. 그렇게 하지 않고서는 지역 발전을 도모한다고 할 수가 없다. 지역의 발전을 견인하는 이들은 비상한 각오를 다져야 한다. 지역을 위해서 일하고 있다는 자부심만으로는 부족하다. 지금과 같은 상태라면 도민의 기대를 충족시킬 수 없다. 정부 부처가 긴축 재정을 펴고 있는 지금, 힘을 모으는 자세가 소망스럽다. 지역 발전을 위해서는 반드시 그래야 한다. 의원들은 지역의 미래를 약속하고 있는 사업들이 과연 몇 개나 되는지 생각해볼 일이다. 새만금 사업 말고는 고만고만하니 말이다. 그러므로 의원들은 지역 발전 쪽으로 관심사를 모아야 한다. 여러 분야의 개발 활성화에 신경을 써야 한다. 저번에 전북도가 공표했던 탄소산업 구상도 잊지 말아야겠다. 전북도는 2020년까지 1조 6천억 원을 투입해 우리 지역을 국내 탄소산업의 중심지로 키우겠다고 말했다. 그걸 도와서 실현시키려면 서로 공조하고 협치하는 자세를 보여줘야겠다는 다들 생각이 어찌지 금급하다.

동부권에도 발전 기회 주어야

동부권에도 발전 기회를 주어야 했다. 동부권이 서부권에 비해 낙후된 모습을 보이고 있는데 이래서는 안된다. 광역시도 간에 균등한 발전이 소망스러운 것처럼 도내의 각 시군 지역도 균등한 발전이 소망스럽다. 어찌다 보도된 내용을 보면 동부권에 대한 발전 청사진이 어지러울 정도인데 그걸 말뿐이고 실속이 없다. 시일이 좀 지나서 변화된 양상이 있나 살펴보면 그 변화라는 게 아예 없거나 미미해서 평가의 대상이 못 되고 있는 것이다. 전북 지역에 SOC의 확충은 반드시 필요하다. 그런데 그 SOC 확충은 동부권에 먼저 기회가 주어져야 했다. 동부권은 오랜 낙후로 거주 인구가 줄고 있기 때문이다. 이것은 누구나 목도하고 있는대로 부인할 수 없는 사실이다. 그동안 동부권에는 발전의 기회보다 낙후의 기회만 강요되었다. 지난 정부 때 있었던 교육부의 교육지원청 통합방침만 해도 그렇다. 농촌 지역의 교육 환경 죽어가는 것이 아닌 반반이 있었음을 잊어서는 안 된다. 교육지원청 통합은 그 대상 지역이 무주 진안 장수 임실 순창까지 포함되고 있다. 이처럼 동부권 주민들의 비탄과는 다

르게 현실은 파악해지고 있다. 전북도는 어떻게하면 동부권에도 발전 기회를 줄 수 있을 까를 마음 써야 한다. 그런 점에서 저번에 동부권발전위원회 모임을 개최한 것은 잘한 일이다. 동부권의 발전은 동부권 주민 모두의 열원이기 때문이다. 그래서 전북도에게 말 할 게 있다. 실제로 실천 방식을 구체적으로 그려두고 있어야 한다는 주문이다. 동부권에 발전의 기회를 더 주어야 한다는 담부가 수없이 반복됐던 거라며 흘러들어서는 안 된다. 다들 목도하는대로 전북 지역은 다른 광역 시도와 비교해 너무 낙후돼 있다. 그런데 그 낙후된 중에서도 도내의 동부권은 더욱 낙후돼 있다. 정말이지 동부권에도 발전의 기회가 많아야겠다. 동부권 주민들은 교통 인프라며 기업 유치며 아쉬운 게 하나 둘이 아니라는 호소이다. 그런데 이제 교육 혜택의 질마저 떨어지고 있으니 답답한 일이다. 동부권은 인구 감소로 해마다 예소화 현상이 그치지 않고 있다. 그리고 그것은 인근 임실군과 순창군도 마찬가지이다. 낙후의 세월이 한두 해도 아니고 수십 년 계속되고 있음은 너무나 답답한 일이다.

독자제언

청소년 스포츠도박 이대로 괜찮은가?

불법 스포츠 베팅사이트가 성행하는 것은 어제 오늘 일이 아니다. 이런 불법 도박사이트를 청소년들도 이용하고 있다는 사실을 알고 있는가? 무분별한 광고를 통해 전파되는 스포츠 도박 사이트는 불과 초등학교 4~6학년밖에 되지 않는 어린 아이들부터 관심을 가지고 시작하고, 중고등 학생들 사이에서는 이미 널리 퍼져 안 덩어리처럼 청소년들의 정신세계에 침입해 있다. 한 통계에 따르면 현재 도박문제를 안고 있는 중·고등학생들이 15만명이 넘는다고 한다. 한창 친구들과 활발하게 교류하는 청소년기에는 도박으로 인한 부작용도 또래 친구를 통해 빠르게 확산되는데, 해당 사이트는 별도의

성인인증이 필요 없을 뿐만 아니라 통장만 있으면 가입 절차도 간단해 접근하기 쉽게 되어있기 때문이다. 불법 스포츠 도박에 배당한 학생은 경기결과 확인을 위해 밤늦게까지 수면을 취하지 않아 학업방해로까지 이어지고 있으며, 배팅자금을 마련하기 위해 절도까지 일삼는 일이 빈번히 발생하고 있어 이대로 내버려 둔다면 도박중독으로 인한 청소년들의 정신적·물질적 피해가 심각한 수준에 이를 것으로 보인다. 어른들이 먼저 우리나라의 미래가 될 청소년들을 계도해 도박에 대한 잘못된 생각이 교착되기 전에 도움을 주어야 한다. 박재원 전북경찰청 경찰관기동대 순경

독자제언

무너진 공권력, 이제는 일으키자

사건 현장에서 예기치 않은 피습으로 부상을 당하는 경찰관이 1년에 500여명에 이르며 공권력에 대한 도를 넘은 무모한 도전이 갈수록 흉포해지고 있다. 경찰의 정당한 공무집행을 방해하거나 경찰관을 폭행하는 사례가 잇따라 발생하면서 공권력이 심각하게 위협받고 있다. 그렇다면 공무집행자들은 무엇 때문에 범죄를 저지일까. 첫 번째는 술이

다. 피혈의자들의 70%이상 술에 취해 정신이 없었다. 두 번째는 낮은 공권력이다. 출동 경찰관에게 아무런 이유없이 욕설을 하거나 폭행을 일삼는다. 경찰관으로서 가장 힘들고 사기를 찢어뜨리게 하는 공무집행 방해사범, 강력한 처벌과 처리기준 강화로 무너진 공권력을 다시 일으켜 세울 사회적 공감대가 이제는 정말 필요한 시점이다. 백요섭 고창경찰서 흥덕파출소 순경

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

전주매일 전자신문 www.jjmaeil.com



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 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 **전주매일**