PUBLI-CATION

심리학의 새로운 발견

한미화 | 출판컬럼니스트

지난 시기 여자가 사회로 나아가기 위해 고군분투했던 것처럼 남자는 가정으로 돌아오기 위해 공부해야 하는 때가 된 듯하다. 우리들 모두는 변화의 문 앞에 서 있다. 1990년대 중반 여성들이 성담론을 포함한 가치관의 변화를 책에서 배웠듯이 중년과 남성 세대를 포함하여 기성세대는 새롭게 사는 법을 배워야 한다. 그러기 위해 먼저 할 일은 스스로를 아는 일이다.

1세대 심리서 – 처세술서

어쩌다 보니 최근 심리학적 요소가 담긴 책들을 여럿 읽었다. 물론 심리와 영화를 두루 섭렵하려고 이름을 심영섭으로 바꿨다는 영화평론가의 말에 따르면 이건 어쩌다가가 아니라 내 마음이 그리로 갔기 때문이다. 심영섭은 대학 시절 야구를 했는데 포지션이 포수였다는 이야기를 들려준 적이 있다. 투수부터 내야수 그리고 외야수에 이르기까지 여러 포지션 중에 굳이 포수를 선택한 이유가 뭘까 생각해 보니 자신의 첫사랑이 투수였으며, 그렇다면 포수를 택한 것은 무의식의 발로가 아니겠느냐고, 마음이란 이런 거라 했다. 그런데 제 버릇 개 못 주고 그간 읽은 심리서를 한 줄로 세워보니 심리 트렌드의 계보랄까 그런 것들이 그려진다.

대중적 심리서의 1세대 대표선수는 이시형 박사다. 80년 초반에 그가 펴낸 『배짱으로 삽시다』는 어림잡아 백만 부 정도가 팔렸다고 한다. 이시형 박사의 책을 읽은 적은 없지만(1980년대 초반이면 아직 중학생이었다), 고등학교 시절 이광수의 소설을 즐겨 읽고, 대학에서는 헤밍웨이와 나쓰메 소세키에 심취했다는 문청기질 다분한 정신과 의사 이시형 박사의 인기 요인을 짐작하는 것은 어렵지 않다.

이시형 박사의 전공 분야는 대인공포증이다. 자신의 전공을 한국인이라는 집단을 분석하고 치유하는 데 적용했다고나 할까. 산업사회를 살지만 의식은 여전히 농경사회에 머물러 있던 1980년대 한국인들의 스트레스를 대인공포증으로 풀어냈다.

특히 당시 산업사회의 주역이었던 남성들에게 배짱 있게 살라고 어깨를 다독여 준 것이 주효했다. 한국인은 지나치게 남을 의식하는 데 익숙하지만, 살다보면 남에게 신세를 질 때도 도움을 줄 때도 있는 게 아닌가, 자신 있게, 신나게 용기를 잃지 말고 살자는 이시형 박사의 메시지는 한국인의 약점과 강점을 잘 파악하여 새

왼쪽 • 1세대 심리서, 이시형의 『배짱으로 삽시다』
가운데 • 2세대 심리서, 이나미의 『때론 나도 미치고 싶다』
오른쪽 • 3세대 심리서, 로버트 치알디니의 『설득의 심리학』

로운 한국인 상을 제시하는 한편 성공하는 처세술서로 자리매김 하는 효과를 낳았고 베스트셀러가 되었다.

심리학 관련서들이 다시 등장한 것은 1993~95년 즈음이다. 그러나 2세대 심리서들은 1세대와는 질적으로 다르다. 1세대 심리서의 주 독자가 남자라면 2세대 심리서는 여성을 대상으로 한다. 1세대 심리서들이 산업사회를 배경으로 한다면 2세대는 대중문화를 기반으로 한다. 물질적으로도 풍요로워졌고 정치적 이념과도 멀어졌다. 대학교육을 받은 여성들이 등장하며 여성의 지위는 급격히 향상되었고 발언력도 높아졌다. 전 세대와 많은 부분이 달라졌지만 개인이 변화를 어떻게 수용해야 하는지에 대한 답은 존재하지 않았다. 2세대 심리서들의 역할은 여기로부터 시작한다.

2세대 심리서 – 정신분석 상담서

2세대 심리서의 대표적 필자로는 정신과 의사인 김정일, 이나미, 양창순 등을 들 수 있는데, 주로 여성을 독자층으로 삼아, 여성의 삶에 드리워진 구조적 모순과 순결 콤플렉스 등을 정면에서 다뤄 큰 호응을 얻었다. 김정일의 『나는 다만 하고 싶지 않은 일을 하지 않을 뿐이다』에서는 콤플렉스, 성문제, 이혼 등을, 이나미의 『때론 나도 미치고 싶다』에서는 자살 충동, 의처증과 의부증, 전자게임, 아메리카 콤플렉스 등을 다뤘다,

1세대 심리서가 성공하기 위한 처세술서로 자리매김했다면, 1990년대 등장한 심리서들은 자아의 소중함을 강조하고 메시지를 전달의 목적이 아니라 임상사례를 바탕으로 상담하듯 이야기를 풀어나갔다는 점에서 다르다. 결과적으로 2세대 심리서들은 책 속에 소개된 사례를 통해 가치관의 혼돈에 처한 독자에게 상담자를 자처했다. 특히 성과 몸에 대해 파격적일 정도로 솔직하게 이야기를 털어놓아 적잖은 대중적 공감을 얻었다.

3세대 심리서 – 경제경영서

반면 3세대 심리서들은 경제경영서로 간다. 이 분야 최고의 베스트셀러인 『설득의 심리학』이 출간된 것이 1996년이다. 그러나 심리학적 코드가 활발하게 경제경영서에 접목된 것은 『설득의 심리학』이 개정판을 펴낸 2002년 즈음이니 이 즈음을 시기적으로 3세대로 구분하는 것이 무리가 없어 보인다. 이 무렵 출간된 『대화의 기술』 『칭찬의 기술』 『칭찬은 고래도 춤추게 한다』 등이 모두 심리학적 코드를 바탕으로 한 경제경영서다. 세상을 사는 데 기술이 필요하며, 나를 세일즈해야 한다는 사회적 관심을 반영한 결과다. 한국인에게는 비판과 투쟁의 힘 혹은 순종의 미덕만이 있을 뿐 글로벌 스탠더드로 재무장하기 위해 갖춰야 할 칭찬과 설득 혹은 대화와 토론의 자질은 전무했다. 지금껏 80만 부 정도 팔린 『설득의 심리학』이 20~50대까지, 여성과 남성에 관계없이 고르게 팔리고 있는 이유는 바로 한국인에게 부족한 요인들을 채워줬기 때문이다.

4세대 심리서 – 심리학 개론서

반면 4세대 심리서들은 하나로 정의하기에는 무리가 따른다. 2003년에 출간되어 8만 부 이상이 팔린 『유쾌한 심리학』 같은 경우는 전형적인 일반인을 위한 심리학 개론서다. 심리학의 주요한 개념들을 잘 정리하고 기술한 것이 장점이다. 심리학적 요소를 대입한 자기계발서를 읽다보니 정작 심리학이란 무엇인가 궁금한 독자들에게 참고가 될 만하다. 그 외에도 『심리학의 즐거

움』『야심만만 심리학』 등의 책들이 여러 권 출간되었는데, 일상생활 속의 심리학 혹은 비언어적 행동이 말하는 심리를 다룬 책들이다.

그러나 개인적으로 4세대 심리서의 대표주자로 정신과 전문의 정혜신의 『사람 대 사람』과 소설가 김형경의 『사람 풍경』을 꼽고 싶다. 일단 『사람 대 사람』이나 『사람 풍경』은 심리학을 한때 사람을 현혹하는 싸구려 기술로 취급하지 않는다. 『사람 대 사람』은 평전이긴 하지만 심리학적으로 살펴본 인물평전이며 『사람 풍경』은 에세이이지만 심리학적 에세이다.

두 권의 책을 읽고 나면 우선 글쓴이가 딱히 치료자의 입장을 고집한다는 생각조차 들지 않는다. 소설가 김형경의 경우는 아예 환자였다고 말한다. 마흔이 될 무렵 이유 없이 아파서 정신분석 치료를 받았고 살던 집을 팔아 외국여행을 떠났고 돌아와 펴낸 책이 『사랑을 선택하는 특별한 기준』과 『성에』다. 소설은 아니지만 『사람 풍경』 역시 이런 과정 속에서 자신을 치유하는 책 중 하나다. 그래서 책을 들여다보면 그이의 엄한 어머니와 사람 좋고 적당히 방탕했던 아버지와 젊은 날 떠들썩했던 H와의 관계가 읽힌다. 누군가를 치료하기 위해서가 아니라 자신을 억압했던 것이 무엇인지를 들여다보는 글들이다.

『사람 대 사람』의 정혜신 박사는 남자보다 더 남자의 마음을 잘 아는 심리학자로 알려져 있다. 중년남자 전문가로도 유명한데 오랫동안 암 투병을 했던 어머니를 간병하느라 고단하게 살았던 아버지에 대한 관심이 이어진 결과다. 실제로 전문의가 되고 나서 처음 치료했던 대상이 아버지였으며, 전문의가 되고 나서 처음 사망진단서를 발급한 대상 또한 아버지였다 한다. "내가 죽으면 누가 올까. 10여 명 정도의 일가친척이 전부"라고 말할 정도로 대인관계가 서툴다고 고백하는 정혜신 박사는 전공의 과정 중 일주일에 두 번씩 2년 동안 스승에게 심리치료를 받으며 자신을 치유한 경험이 있다.

왼쪽 • 4세대 심리서, 정혜신의 『사람 대 사람』
오른쪽 • 4세대 심리서, 김형경의 『사람 풍경』

정혜신의 말처럼 모든 사람은 대단하며 동시에 대단치 않다. 그리고 이 말에는 김형경이나 정혜신 자신도 포함된다. 또한 '관객에겐 기쁨을, 감독에겐 고통을 주는' 영화감독 박찬욱이나 아침 6시에 일어나 물걸레로 마루바닥을 청소하고, 연필로 글을 쓰는 스타일리스트 김훈에게도 적용된다. 그래서 독자는 우리 시대의 유명인들을 만나면 그 속에 숨은 자신을 찾아낼 수 있다. 김형경이 유년에 형성된 이미지를 발견하고 그것이 근거 없는 환상이자 착오라는 사실을 깨닫는 과정에서 역시 독자는 스스로 초라하고 보잘것없는 듯 무가치한 존재라는 느낌에 발이 묶였던 자신을 돌아보게 된다.

그리고 새로운 심리서

마지막으로 두 권의 미덕으로 심리학을 다루되 문학적으로도 성공했다는 점을 들고 싶다. 김형경의 책에는 대상 선택, 분노, 우울, 의존, 시기심, 회피 같은 심리적 개념을 따라 글이 이어진다. 정혜신의 책 속에는 서로 어울리지 않을 것 같은 인물들을 짝을 지어 심리학적 요인들을 살핀다.

김형경과 정혜신이 쓴 두 권의 책을 따라 읽으며 우리 사회에 새로운 심리학이 필요할 때가 아닌가 하는 생각이 든다. 예컨대 산업사회에 필요한 심리학이 있고, 페미니즘 시대에 필요한 심리학이 있다면 디지털 시대의 심리학 혹은 여성 시대의 심리학이 필요하다는 생각이다.

이명박 서울시장과 영화감독 박찬욱을 자신감과 자존감으로, 심은하와 김민기는 자기충족과 자기충실의 노출로 짝을 지우는 식이다. 그러나 "용기란 절망 속에서도 전진할 수 있는 능력"이라거나 "누구에게 피해가 가면 욕심이고 누구에게 피해가 안 되면 희망이라고 할 때 불행해지지 않기 위해 버려야 할 것이 욕심이라면 불행해졌을 때 가져야 할 게 희망일 것이다" 같은 말들이 전하는 감성적 울림은 크다.

김형경과 정혜신이 쓴 두 권의 책을 따라 읽으며 우리 사회에 새로운 심리학이 필요할 때가 아닌가 하는 생각이 든다. 심리학의 새로운 발견이라고 해도 좋을 텐데, 예컨대 산업사회에 필요한 심리학이 있고, 페미니즘 시대에 필요한 심리학이 있다면 디지털 시대의 심리학 혹은 여성 시대의 심리학이 필요하다는 생각이다.

남자가 가장이라는 인식이 팽배했을 때, 남자에게는 가부장제를 기반으로 한 삶의 모델이 존재했다. 그러나 아버지를 중심으로 한 공식적 가족이 힘을 잃고 육체적 힘을 과시하는 마초의 설자리가 줄어드는 지금, 힘과 권위를 기반으로 한 부성이나 남성성은 용도 폐기되고 있다. 『남자의 탄생』이나 『대한민국에서 장남으로 살아가기』 같은 책들이 이미 출간되어 화제를 불러일으켰던 것처럼 아들로서 아버지로서 특별하게 길들여진 우리 시대의 남성들에게 가치관의 혼란이 다가오고 있음은 너무나 당연한 결과다.

중년 역시 마찬가지다. 사춘기야 교과서에도 실려 있을 만큼 사회적 학습을 받아왔고 익숙한 개념이지만 제2의 사춘기인 중년에 대처하는 법은 일찍이 배운 적이 없다. 나는 제대로 살고 있는지, 내가 지녀온 가치는 정말 올바른 것이었는지, 스스로를 되돌아보는 중년의 변화와 부닥치면 대부분 당황하게 마련이다. 중년의 우울증이나 중년의 이혼이 급증한다는 말은 그만큼 학습 받지 않은 중년의 몸부림이 심하다는 뜻이기도 하다.

지난 시기 여자가 사회로 나아가기 위해 고군분투했던 것처럼 남자는 가정으로 돌아오기 위해 공부해야 하는 때가 된 듯하다. 중년 역시 마찬가지다. 고령화 사회를 앞두고 중년은 더 이상 인생이 끝이 아니다. 우리들 모두는 변화의 문 앞에 서 있다. 1990년대 중반 여성들이 성담론을 포함한 가치관의 변화를 책에서 배웠듯이 중년과 남성 세대를 포함하여 기성세대는 새롭게 사는 법을 배워야 한다. 그러기 위해 먼저 할 일은 스스로를 아는 일이다. 김형경과 정혜신의 몫이 바로 이것이리라.