

『거울부모』

권수영, 올림사, 2007

“자녀를 사랑하십니까?” 이 질문에 모든 부모님들은 ‘두말할 필요 없이 당연하죠.’라는 대답을 하실 것입니다. 자녀를 사랑하는 방법을 알려주는 많은 조언들과 이것들을 적은 책들이 시중에는 많이 있습니다. 그리고 자녀에게 지대한 관심을 가지신 많은 부모님들은 그 이론들을 잘 적용하려 노력하고 계십니다.

그런데 요즘 서점을 돌아 보면 대부분 책들의 주제가 아이를 천재로 키우는 법, 공부 잘하게 하는 방법 등 학습능력에 주안점을 둔 것 일색입니다. 제일에 관련된 서적들임에도 불구하고 뭔가가 채워지지 않은 허전함을 느끼곤 합니다.

영아들은 세상 밖으로 머리를 내 밀며, 자신에게 특별한 영향을 미치는 관계인들의 반응에 느낌과 감정을 만들어 갑니다. 이것들은 성장 과정을 통해 하나 둘 쌓여져 ‘행복통장’의 자산이 됩니다. 그래서 부모의 충분히 좋은 적절한 반응은 아이의 행복척도를 결정하는 중요한 요소가 됩니다. 혹시 자녀와의 관계성 때문에 힘들어 하시는 부모님들은 안계신지요? 그렇다면 이 책이 구체적이고 적절한 노력의 방향을 제시해 줄 수 있다는 생각이 듭니다.

<거울부모>의 저자는 현재 연세대학교 대학원 상담학부 교수이자 실제 임상적인 상담에도 많은 경험을 갖추신 분입니다. 이 책은 저자가 자녀 또는 조카들의 성장과정을 지켜보면서 실제로 체험했던 일들과 실제 상담경험을 통한 다양한 사례들을 싣고 있습니다. 전문가적 시각에서 부모와 자녀 간의 문제를 다루고 있음에도 불구하고, 실제 사례들을 생활 속의 친근한 소재들로 연결해 나가다보니 눈곱만큼의 지루함조차 느껴지지 않는 책입니다. 이렇게 흥미롭고 쉬운 방법으로 대상관계를 설명해 주는 책이 또 있을까? 하는 생각을 하게 됩니다.

사람들은 태어나는 시점부터 외부로부터의 관심과 인정을 받기 원합니다. 출생과 동시에 처음 만나는 사람이 어머니이고 아버지입니다. 성장 과정을 통해 가장 커다란 영향력을 행사하는 대상이 부모인 것을 누구도 부인하지 않습니다. 그렇기에 부모는 거울처럼 긍정적인 반응을 지속적으로 아이들에게 보내야 한다고 이 책은 언급합니다.

적절하게 아이들을 비춰주는 거울부모가 되기 위하여서는 무엇보다도 자녀들을 향한 공감의 최선임을 강조합니다. 거울 부모의 시작은 자녀의 가슴을 읽기 위해 아이들의 가슴에 귀 기울이는 것으로부터 시작됩니다.

이 책에 표현된 ‘가슴높이 맞추기’라는 용어가 참 인상적으로 저를 끌어당깁니다. 지금 이 글을 읽으시는 부모님들은 아래 중 어떤 단계에서 자녀들을 만나고 계신지요? 그리고 아주 오래 전 우리들이 자녀들과 같이 아이였을 때, 부모님의 부모님들은 어떻게 여

러분께 다가 오셨고 그때 느끼셨던 감정을 기억해 보는 시간을 가져봤으면 합니다.

잠시 바쁘신 일상을 내려놓으시고 아래의 단계들을 경험해 보시는 시간을 경험해 보시길요.

<1> 머리높이 맞추기 : 부모의 머리(생각) 수준으로 아이를 맞추려 한다.

“너, 몇 시간째 TV를 보는 줄 알아! TV 많이 보면 공부 못하는 바보 되는 것 몰라? 엄마 생각에는 이제 그만 보았으면 좋겠어.

<2> 눈높이 맞추기 : 아이의 관점으로 이해하려 하지만, 아이의 생각에만 머물고 마음속 깊은 감정을 놓치는 경우.

“너, TV만 보면 아무 생각 없지? 숙제할 생각도 안하고, 학원 갈 생각도 안하고, 네가 스스로 생각하고 알아서 해주면 엄마는 참 좋겠다.”

<3> 가슴높이 맞추기 : 아이의 감정을 최우선으로 생각하며, 그 느낌에 공감하려함.

“TV보는 네 모습을 보니까, 여간 즐거워 보이지 않는구나. 지금 끄라고 하면 무척이나 섭섭하고 화나겠는 걸! 그래도 숙제를 안 하고 계속 TV만 보다가 나중에 시간이 없어 짜증이 날 텐데, 어떻게 하면 좋을까?”

저자는 “**감정에 솔직한 아이가 건강하다.**” 고 말합니다. 정말 우리의 자녀들이 일생을 통하여 행복해 지기를 바란다면 이 부분에 유념할 필요가 있을 것 같습니다. 아이들이 착하다는 것이 나쁜 것이 아니라 착하게 되는 과정이 중요하다는 말입니다. 즉 남의 감정에 굴복해서가 아니라, 자기 스스로 느끼고 생각하는 과정에서 만들어진 착함이 진정한 착함이라고 말입니다. 그러므로 다음의 인용에 오해 없으시길 바랍니다.

“대부분의 부모는 자녀에게 감정을 효과적으로 건강하게 표출하는 법을 가르쳐 주지 않고, 부모의 말에 순종하지 않고 자신의 목소리를 내는 아이에게 무조건 나쁜 아이 꼬리표를 붙여준다. 그 때문에 아이는 자신의 감정을 되도록 감추고 드러내지 않아야 착한 아이의 굴레에 들 수 있다는 잘못된 정보를 가지게 된다.”

‘투명인간 같은 아이들’ 라는 표현이 가슴 아프게 와 닿습니다. 만약 부모님의 다툼 등으로 가정이 불화를 겪게 되는 경우, 그 자녀를 걱정하시는 부모님들은 많이 계실 것입니다. 그러나 현재의 상황 혹은 유기적 상황을 염두에 둔 두려움, 수치심 등으로 인한 분노, 때로는 자책감 등을 안고 부모의 눈 밖에서 울며 떨고 있는 자녀의 감정을 깊게 헤아리고 만져주는 부모님은 그리 흔치 않다는 메시지를 담고 있습니다.

그저 제 머릿속에 떠오르는 대로 이 책의 부분적인 것들을 정리해 보았습니다.

어머니와 자신을 동일시하던 영아기 초기 단계에서 어느 순간 분리를 느끼는 모든 사람들은 결국 모두가 똑같지만은 않은 독특한 존재들입니다. 부모님과 많이 닮아 보이는 아이들조차도 부모세대가 쉽게 간파할 수 없는 곳에 다른 경험과 느낌들을 쌓아가며 자

신의 세계와 세대를 살아가는 유일한 존재들입니다. 부모님의 삶을 통하여 습득하신 모든 경험들은 아이들에게 훌륭한 간접 경험 효과를 제시하는 타산지석(他山之石)이 될 수 있습니다. 하지만 그 것보다도 더 중요한 것이 내가 사랑하는 아이들 속으로 들어가, 그들과 가슴을 맞추고 그들의 이야기를 경청하고 공감하며 적절한 반응을 내 비추는 거울부모의 모습이라는 데 동의합니다.

저 역시 두 아이들을 키우는 아빠로서, 책을 읽는 동안 많은 반성과 새로운 다짐들을 하게 되었습니다. 지금부터라도 더 진지한 모습으로 제대로 된 ‘거울부모’의 삶을 살아가는 인내의 노력을 하려 합니다.