

〈장담소 연구소〉

상처의 원근법, 워킹맘 이해하기

* 자세한 스토리는 영상으로 확인하세요!

Q. 일과 가정, 완벽한 병행이 가능할까



TV 나 SNS 에서는 늘씬한 몸매와 화사한 미소로 육아와 일을 완벽하게 병행하는 워킹맘들을 볼 수 있다. 그러나 정작 현실에서는 자신이 어느 것 하나 제대로 해내지 못하는 빵점 엄마, 빵점 아내라는 인식이 자리잡은 엄마들이 많다. 우리는 자신에게 결핍된 부분을 가진 누군가를 볼 때 그 사람의 인생은 완벽하다고 느낀다. 그와 동시에 현실 속 자신의 모습에 괴로워하기도 한다. 하지만 과연 우리는 타인에 대해 얼마나 알고 있을까?

우리는 겉으로 드러난 모습만으로 타인의 삶의 무게를 짐작한다. 하지만, 타인이 보는 우리의 모습이 전부가 아니듯 우리 눈에 비친 타인의 모습이 전부가 아니라는 것을 깨달아야 한다. 모두 저마다의 상처를 안고 삶을 이끌어가는 중이다. 그럼에도 '엄마로서 부족하다.', '아내로서 부족하다.', '일하는 곳에서도 능력이 부족하다.'라는

생각이 드는 것은 바로 상처의 원근법 현상이다. 상처의 원근법은 가까운 것은 커 보이고 멀리 있는 건 작게 보이는 것처럼 내 상처와 문제는 가장 커 보이고 타인의 상처와 문제는 작아만 보이는 것을 말한다. 하지만 자기 자신뿐만 아니라 우리 모두가 부족하다는 것을 인정해야 한다. 그것을 아는 것만으로도 자신 자신에게 큰 위로가 될 것이다. 그리고 자신이 더 상처받지 않기 위해선 타인에게 평가할 자격을 주지 말아야 한다. 엄마로서 뺑뺑이든, 일을 매끈하게 처리하지 못하든, 아내로서 부족하든 그 사람들에게 당신이 자격 미달이겠지만 그 사람들 또한 당신에게 자격 미달임을 기억해야 한다.

엄마는 24 시간 온종일 아이들과 부대끼며 열심히 살았고, 직장동료에게 폐 끼치지 않으려 노력했고, 힘든 일도 잘 견뎠고, 지금껏 뚝뚝하게 잘 살아왔다. 그럼에도 이 모든 것으로부터 도망치고 싶다면 자신의 의지로 도망쳐야 한다. 밥그릇을 놓고 협박하는 상사나 육아에 반만 발을 걸치고 있는 남편의 몇 마디에 당신의 삶의 방향을 수정할 필요는 없다. 그러한 이유로 그만두는 것은 자신의 삶에서 그 사람들의 영향력을 높일 뿐이다. 사랑하는 아이들을 위해서, 돈이 필요해서, 경력을 위해서 일하는 것이 중요하다면 버텨야 한다. 돈 때문에 일하는 건 당연한 것이며 사랑하는 이를 위해 버티는 건 부끄러운 것도 비참한 것이 아니다. 당신의 삶을 비난하는 인간들보다 자신의 삶이 더욱 소중하다. 그러니, 어떤 선택을 하든 행복하고 싶다면 당신의 행복에 관심을 가져라.

BM

“얼마나 힘들었을까? 얼마나 외로웠을까?”

이 모든 것을 이겨 낸 그 사람, 엄마 "

- 장담소의 카운슬링 쪽지

[참고도서]

<나는 나로 살기로 했다>, 김수현, 마음의숲