

심리학자가 분석한 자기계발서의 역할과 효용

성공 키워드를 쉽게 잡지 말아야

최창호 | 사회심리 전문가

경기가 불황일수록 자기계발서가 잘 팔린다. 미국 대공황 때도 그랬고, 일본 경기침체 때도 그랬고, 우리나라의 IMF 지원체제 때도 그랬다. 경기가 어렵고 사람들의 불안심리가 확산될수록 자기계발서, 처세서, 경제실용서와 같은 책들이 많이 팔릴 수밖에 없다. 그런 책들을 들고 있으면 왠지 불안하지 않고, 거기서 어떤 묘안을 줄 것만 같은 기대심리가 만만치 않기 때문이다. 마치 공부 못하는 친구들이 하루 종일 책이라도 붙들고 있어야 마음이라도 편한 것처럼 말이다.

2003년 한 해 동안은 10억 만들기가 열풍이었다. “그깟 10억이 뭐 대수라고?” 그렇게 말하는 사람들도 있을 것이다. 정치인들은 수백억 원의 불법 정치자금에 차떼기 수법으로 수수하고, 지난 한 해 동안 로또 1등 당첨자는 200명을 넘어섰고, 강남 집값 폭등으로 가만히 앉아서 떼부자가 된 사람들도 엄청나다고 하니 ‘겨우 10억’이라고 하는 사람들도 많다. 그래서인지 지난 연말 서울 거주 성인들에게 설문조사를 한 결과를 보면 서울 사람들 80퍼센트가 자신을 중산층이라고 응답했다고 한다.

자기계발서는 어렵고 힘든 세상을 살아가는 우리 삶의 로드맵이다. 어떤 경제인은 참여정부 들어 로드맵이 너무 꾸불꾸불하다고 불평하지만, 로드맵은 구절양장처럼 꾸불거릴 수도 있고, 아스팔트처럼 지름길일 수도 있고, 황당하게 막다른 골목으로 이어질 수도 있다.

독자들은 그런 부정확한 로드맵으로부터 무엇을 얻으려고 하는가?

첫째, 자기계발서는 우리의 미래를 예측할 수 있게 도와준다. 21세기에는 어떤 트렌드가 유행하고, 어떤 패션이 등장하고, 어떤 패러다임이 지배하고, 어떤 삶을 추구해야 하는지와 같은 삶의 예언자(predictor)이다. 둘째, 자기계발서는 삶에 동기를 부여해준다. 힘들고 지칠 때 나의 삶을 변화시켜 주는 한 권의 책이 있다면 자기계발서는 그 자체로서 의미가 있다. ‘그래 나도 한번 도전해 보는거야’, ‘이렇게 하면 되겠구나’ 자기계발서는 우리 삶의 훌륭한 동기부여자(motivator)이다. 셋째, 자기계발서는 우리 삶의 안내자이다. 어떻게 하면 프레젠테이션을 잘할 수 있고, 어떻게 하면 화를 잘 다스릴 수 있고, 어디에 가면 신바람을 얻을 수 있고, 사람을 만났을 때는 어떻게 해야 설득을 잘할 수 있는지를 친절하게 안내해 주는 안내자(guide)이다. 넷째, 자기계발서는 우리 삶의 전환점을 알려준다. 자기계발서는 자신과 대화를 시도하도록 유도하고, 자기와의 대화를 통해 자신의 삶을 코페르니쿠스적이든, 생존전략을 위해서이든 우리의 삶을 전환하도록 새로운 로드맵(roadmap)을 제시해 준다.

그러나 자기계발서라는 로드맵에는 독자들이 주의해야 할 함정이 있다.

첫째, 독자들은 자기계발서를 통해 자신의 미래에 관한 불안감을 씻고자 한다. 과연 오륙도, 사오정, 그리고 삼팔선의 끝은 어디인가? 과연 미래는 어떤 모습으로 전개될 것인가? 그렇다면 나는 무엇을 언제 어떻게 준비해야 도태되지 않고 살아갈 수 있을 것인가와 같은 불안감을 잊기 위해 자기계발서



이 글을 쓴 최창호는 사회심리 전문가로서 심리학 웹진 '슈레 21'의 대표를 맡고 있으며 인하대학교 교육학과 겸임교수로 재직중이다. 저서로는 《21세기를 빛낸 심리학자》, 《무엇이 사람을 움직이는가》, 《연구실 밖으로 나온 심리학》, 《심리학이란 무엇인가》 등이 있다.

를 펼쳐든다. 필자는 그런 독자들에게 차라리 종교를 권하고 싶다. 둘째, 독자들은 자기계발서를 통해 희망을 얻으려고 한다. 사람들에게 희망이 없다면 그들의 삶은 슬프고 외로울 것이다. 아니 절망이란 수렁에 빠져 헤어 나오지 못할 수도 있다. 슬프고 외로운 삶으로부터, 절망으로부터 벗어나기 위해 독자들은 자기계발서를 통해 희망을 얻으려고 한다. 그런 희망의 메시지에도 불구하고 필자는 그런 독자들에게 지금이라도 당장 책을 덮고, 새벽 인력시장이든, 수산시장이든, 빈병을 주워 팔든, 동네 청소를 하든 당신의 몸을 움직이라고 말하고 싶다. 셋째, 독자들은 자기계발서를 통해 마음과 정신의 건강을 지키고자 한다. 체조가 우리 건강을 지켜주듯이 자기계발서는 힘들고 지친 사람들로 하여금 꾸준히 자기계발을 하면 마음과 정신의 건강을 지켜줄 것이라는 믿음을 준다. 그러나 필자는 자신의 마음과 영혼을 자유롭고 건강하게 하려면 주위를 둘러보고 자신보다 부족하거나 못가진 이들을 위해 작은 봉사라도 실천하라고 말하고 싶다. 넷째, 독자들은 자기계발서를 통해 성공의 키워드를 찾으려고 한다. 부자되기, 성공하기, 터득하기, 고수되기 등등. 독자들은 자기계발서를 읽으며, 그것도 단기간에 독파하며 성공의 키워드를 움켜잡으려고 한다. 그런 책들을 읽는 순간 심장박동은 증가하고, 손에는 땀이 스며나고, 나도 할 수 있다는 자신감이 불끈 솟아오른다. 그러나 그 책을 덮는 순간, 우리는 과연 어떤 키워드를 실천할 수 있을까? 극장에서 야한 영화를 보며 환상 속에 빠져 있다가 영화가 끝나고 불이 켜지면

환상이 깨지듯 책을 덮는 순간 우리의 성공신화도 책을 덮는 순간 묻혀버리고 말 것이다.

1960년 맥스웰 몰츠의 《성공의 법칙》 이래로 《정상에서 만나다》(지그 지글러), 인간관계에 도움이 되는지 확실한지는 몰라도 《인간 관계론》(데일 카네기), 《적극적 사고 방식》(노먼 빈센트 필), 《성공하는 사람들의 7가지 습관》(스티븐 코비), 그리고 아주 오래 전에 출판된 것을 최근 리메이크한 《설득의 심리학》(시알드니), 《누가 내 치즈를 옮겼을까》(스펜서 존슨), 《펼떡이는 물고기처럼》(스티븐 런던), 《부자 아빠 가난한 아빠》(로버트 기요사키 외), 《화》(틱낫한), 《단순하게 살아라》(프란츠 베르거 외), 《바보들은 항상 결심만 한다》(팻 맥라건) 등이 출간됐다. 그러나 이런 책들은 모두 외국 번역서다. 좋은 내용의 책들이지만 대부분 우리나라 실정에 맞지 않는 책들이다. 그런 책들을 읽고 자기계발을 해서 삶의 로드맵을 제대로 그린 사람들이 과연 몇 명이나 될까? 물론 사람들의 살아가는 모습과 문화에는 보편성(etic)이라는 많은 공통점이 있다. 그러나 미국 사회의 고유성(emic)과 우리 사회의 고유성(emic)은 다르다. 미국 사람들의 살아가는 모습을 흉내내고 따라간다고 해서 우리나라 사람들의 자기계발이 온전히 이루어지기는 힘들지 않을까? 금년 한 해는 토종 자기계발서들이 많이 나와 마음으로 흠모하며 닦아가고자 하는 자기계발서를 책상 한 칸에 놓아두고 수시로 읽을 수 있기를 기대한다. 2004년에는 우리 출판계에도 우리나라 필자들이 쓴 맛깔스런 자기계발서가 많이 등장하길 바란다. **최창호**