

인터넷에서 배울 수 없는 삶과 평화의 언어방법

‘비폭력 대화법’을 알고 난후부터
마셜 B. 로젠버그의 《비폭력 대화》



《비폭력 대화》
마셜 B. 로젠버그 지음 | 캐서린 한 옮김 | 바오출판사 | 288쪽 | 값 12,000원

● 이 글을 쓴 김준호는 현재 단행본 출판 에이전시 '서울출판정보'의 대표다. 한성대 학보사 편집장을 지냈고 10대 대상의 잡지 《뮤직 라이프》 《캠퍼스 비전》 기자, 고교생 대상 《한국고교신문》 편집장을 역임했다. 청소년 도서의 저자와 기획자로 활동하고 있고, 기획한 책으로는 《10대의 꿈을 실현해주는 진로코칭》 《강남 8학군도 무너졌다 입시전략 다시짜리》 《대한민국 1318 희망비타민》 《수능뒤집기》 등 다수가 있다. 저서로는 《영어에 성공한 사람 13인이 털어놓는 영어학습법》 《명강사 13인의 7차 수능공략》 등이 있다.

한국 청소년은 인터넷과 친근하다. '싸이질을 통해 친구들의 컨디션 확인하고 안부전화를 건다'는 한 10대 소녀의 이야기가 별로 낯설지 않게 들리는 작금의 10대 문화다. 청소년의 인터넷 문화는 이른바 '네티즌의 힘'이라고 불리며 사회에서도 적지 않은 영향력을 발휘한다. 지난 연말에 전 국민을 상대로 즐기세포의 학습자로 만들었던 '황우석 쇼'에서 네티즌의 즐기세포와 국익을 둘러싼 찬반양론은 인터넷을 넘어서 전 사회에 이르는 전방위적인 위력을 떨쳤는데 10대 네티즌들도 자신들의 생각과 의견을 가감 없이 쏟아냈다.

스타 연예인조차도 10대 네티즌들의 눈치를 본다. 이들의 일거수 일투족은 스타들을 좋아하는 팬뿐만 아니라 안티팬에게도 집중 표적이 되기 때문이다.

그런데 문제는 일부 10대 네티즌들의 댓글 문화에 일방적이고 이분법적인 '폭력적 대화방법'이 즐겨 사용된다는 점이다. 자신들과 의견을 달리하는 타 네티즌은 물론, 연예인, 방송국, 정치인을 가리지 않고 '자신의 주장과 다르면 모두 적'이란 식의 공격적인 태도로 비난하며 온라인 공간을 누빈다.

상대를 인정하거나 존중하기보다는 자신의 주장만을 고집하는 폭력적인 대화 방법은 오프라인 공간인 교실에서도 크게 다르지 않다. 체벌을 둘러싸고 선생님을 신고하는 웃지 못할 풍경은 이제 대한민국 학교에서는 더 이상 뉴스가 아니다.

아이러니하지 않은가? 쌍방향 커뮤니케이션을 지향하는 인터넷 세대의 주역인 10대이자, 열린 교육과 창의적인 사고력을 중시한다며 논술시험을 대입에 크게 반영하는 대한민국 정부의 교육정책에도 불구하고, 한국 청소년들에게 기초적인 소통의 능력이 부족하다는 징후가 곳곳에서 감지되고 있으니 말이다. 또 학교 현장에서 존경과 사랑으로 이뤄져야 할 사제시간에 폭력적인 대화나 행동이 만연하고 있다는 점도 답답한 현주소다.

그래서 더욱 《비폭력 대화》에 눈길이 간다. 저자인 마셜 로젠버그는 '비폭력 대화Nonviolent Communication(이하 NVC)'는 견디기 어려운 상황에서도 인간성을 유지시킬 수 있는 능력을 키워주는 대화(=커뮤니케이션) 방법이라고 말한다. 저자는 우리 마음 안에서 폭력이 가라앉고 자연스럽게 본성인 연민으로 돌아간 상태를 비폭력이라고 정의하고 이러한 것을 실천할 수 있는 구체적인 대화 방법(말하기와 듣기)을 제시한다.

우리 주변을 둘러보자. 부모나 형제, 친구와 같은 가장 가까운 인간관계에서도 폭력적인 대화를 쉽게 발견할 수 있다. 각 개인이 미처 깨닫지 못하는 사이에 기존의 제도나 교육, 관습을 통해서 이미 폭력적인 대화 방법이 자리

를 잡고 있기 때문이다.
 “너는 너무 이기적이어서 문제야.”
 “그 애는 게을러.”
 “그들은 편견에 가득 찼어.”
 “그건 당치 않아!”

이러한 자신의 가치관과 부합하지 않다면 타인의 행동을 도덕주의적으로 비판하는 말들은 삶을 소외시키는 대화방법의 대표적인 유형이다. 《자신을 불행하게 만드는 법 How to Make Yourself Miserable》을 쓴 댄 그린버그는 ‘만약 자신의 삶을 정말로 불행하게 만들고 싶다면 자기 자신을 다른 사람과 비교하는 법을 배워라’고 했다. 이 말은 비교하는 대화 방법이 얼마나 어리석은 것인가를 우리에게 일깨워 준다.

하물며 감사의 표현속에서도 상호 소통을 방해하는 폭력적인 요소가 숨어 있다. 상대를 향해 “숙제를 잘 했다” “넌 매우 능력이 뛰어나다” 같은 식으로 고마움을 표현하는 것은, 말하는 사람이 자신의 내면은 거의 드러내지 않은 채 재판관의 자리에 앉아 비평하는 것과 마찬가지로 인 셈이다.

이러한 폭력적인 대화방법은 자기 자신과의 대화에서 더욱 극명하게 나타난다. 저자는 자기 스스로를 비판적인 방법으로 보게 된다면 자신에게 수치심을 느끼게 되고, 그 결과로 행동을 바꾼다면, 그 사람은 자기 혐오를 배우며 자라고 그것에서 나온 행동은 자유스럽지도 즐겁지도 않다고 주장한다.

이렇게 잘못된 대화 방법을 지양하고, 비폭력 대화를 통해 세상과 주변 사람, 그리고 자신과 진정으로 대화하는 방법을 모색하고 있는 것이 《비폭력 대화》가 전하는 메시지다. 이 책의 진가는 저자의 경험을 바탕으로 구체적인 사례가 많이 제시돼 독자들이 책 내용에 쉽게 공감할 수 있다는 점이다. 필자 역시 장마다 제공된 연습문제를 아주 열심히 풀면서 비폭력 대화 방법을 익히려고 노력했다.

13개의 장으로 구성된 이 책에는 일상생활에서 활용할 수 있는 사례와 지침들이 상세하게 수록돼 있다. 따라서 별도의 워크숍이나 강사의 도움 없이도 이 책에서 제시하고 있는 비폭력 대화방법을 쉽게 익혀서 활용할 수 있다는 장점이 있다. 이 책을 읽고 난 후 나는 함께 살고 있는 어머니에게 NVC를 적용해 보았다. 보통 나는 어머니가 남과 비교하며 내게 얘기하거나 본인의 예를 들며 강요적인 말씀을 하시면 다소 반발하곤 했다. 때로는 내가 적당히 참다 못해 반응을 나타내면 어느새 논쟁을 벌이거나 일방적으로 야단맞는 경우가 흔했다.

NVC를 알고 난 후 어느 날 아침식사 시간, 어머니가 ‘사람은 부지런해야 한다’는 뉘앙스의 이야기를 시작했다. 어느 때 같으면 ‘또 잔소리가 시작됐군’ 하던 나의 마음은 NVC를 떠올리며 어머니 말씀에 마음 깊이 귀를 기울였다. 그리고 이야기를 계속 들으며 난 어머니가 원하는 것은 그저 자신의 이야기를 들어주는 상대가 필요하다는 것을 직감했다. 더 이상 예로 들었던 남의 비교나, 아들에 대한 책망과 같은 이야기는 사실 말씀하고 싶은 본질이 아니라는 것을 깨달았다. 그 순간 필자는 어머니에게 큰 연민을 느꼈고, 더 깊이 어머니를 이해하게 됐다.

《비폭력 대화》를 통해서 NVC를 익히게 되면 필자와 같은 경험은 그리 어렵지 않다. 특히 인터넷 게임 등에 빠져 타인에 대한 배려보다는 자기 중심적이고 개별화 돼있는 한국 청소년들에게 NVC는 의미심장하게 다가갈 것으로 본다. 청소년 시절은 더불어 살아가는 지혜를 배우는 소중한 시기다. 다듬어지지 않았기에 배움의 기회가 생기면, 흐르는 강물에 몸을 던지듯이 자유롭게 흡수하고 이를 기반으로 더 깊은 지성에 눈을 뜬다. NVC에 눈을 뜨면 다른 사람은 물론이고 자기 자신을 따뜻한 마음으로 받아들일 수 있다. 그리고 《비폭력 대화》는 이를 원하지만 실행하기 어려운 평화로운 삶과 진정한 소통을 가능하게 해주는 구체적인 틀을 제공해 준다.

저자인 마셜 로젠버그가 설립한 NVC 센터(The Center for Nonviolent Communication)는 100명이 넘는 강사를 보유한 비영리 단체로 성장해 세계 30여 개국에서 각계각층의 사람들에게 교육 프로그램을 소개하고 있다. 특히 유고슬로비아의 CNVC는 학생과 교사 수만 명을 교육하고 있으며, 이스라엘 정부에서도 수백 개 학교에서 NVC를 교육하도록 공식 인정하고 있다. 주변의 청소년에게 꼭 권하고 싶은 《비폭력 대화》다. **추천**