

14차수 곰 같은 남편을 움직이는 여우 같은 아내 전략

[오프닝]

안녕하세요 한국워킹맘연구소 이수연 소장입니다.

우리 워킹맘들이 일과 가정을 잘 양립하려면 누구의 도움이 가장 절실할까요?

바로 남편인데요 어때요~ 선생님들의 남편들 집안 일 많이 도와 주시나요?

아마 이 가사 분담 문제로 부부 싸움 하시는 집들 많으실텐데요 그래서 이 차수에서는 이 <곰 같은 남편을 움직이는 여우 같은 아내 전략>에 대해서 말씀드리겠습니다.

통계청 조사에 따르면 집안일을 하는 시간이 전업 주부의 경우 6시간 25분, 맞벌이 아내의 경우 3시간 28분이 소요된다고 합니다.

그렇다면 우리 남편들은 어떨까요? 얼마나 시간을 소요하고 있을까요? 한번 맞춰보세요~

바로 전업 주부의 남편은 31분, 맞벌이 남편은 32분이라고 합니다.

아내가 직장이 있거나 없거나 남편이 집안 일을 하는 시간은 1분 밖에 차이가 나지 않습니다.

이러니 남편에 대한 워킹맘들의 불만이 하늘을 찌를 수 밖에 없겠죠.

똑같이 밖에서 일하는데 집안일과 육아까지 모두 나 혼자서 도맡아 해야 한다면 억울하고 화나는 것은 너무도 당연합니다.

가정의 평화를 위해서라도 남편 역할이 중요한데요 우리 나라 남편들은 집안일에 굉장히 인색하죠.

지금 시대가 어느 시대인데 손 하나 까닥 안 하는 남자들이 꽤 많더라구요.

저희 연구소에 아빠들을 위한 프로그램이 있기도 하고 일의 특성상 워킹 대디들도 많이 만나는데요 만날 때마다 “집안일 하세요?” 라고 꼭 물어 봅니다. 안 한다고 하면 왜 안하는지를 물어보는데요 대답들이 거의 비슷비슷해요.

첫째 어떻게 도와줘야 하는지 모르겠다

둘째 기껏 해줬더니 잔소리를 하더라

마지막 셋째는 명령조로 말하는 아내의 말투가 기분 나빠서 라고 이야기들을 합니다.

솔직히 말해서 집안일과 육아를 분담하는 것은 너무나 당연한 일인데도 남편들은 꼭 도와준다고 생각하는 것이 알뜰기도 하고 치사하기도 하죠. 하지만 어떻게 하겠어요~

내 몸이 편하려면 어떻게 해서는 남편의 도움을 끌어내야죠.

게다가 우리 나라 남자들은 큰일을 해야 한다며 부엌 출입을 자제시켰던 가부장적인 부모 밑에서 자랐습니다. 어릴 때부터 쳐다 보지도 않았던 집안일을 결혼했다고 해서 하루 아침에 똑딱 잘할 수는 없습니다.

남편을 가정적이고 자상하게 바꾸고 싶다면 내 스타일에 맞게 길들이는 것도 여자의 능력입니다.

“남자는 여자 하기 나름이에요~” 라는 말도 있잖아요.

자, 그렇다면 지금부터 좀 더 구체적으로 남편을 길들이는 방법에 대해서 알아보도록 하겠습니다.

첫 번째 전략은 남편을 존경하라 입니다.

어때요? 가슴에 손을 얹고 양심적으로 생각했을 때 남편들 존경하고 계십니까?

혹시 있으시면 손 한번 들어보세요.

대부분 집집마다 존경은 커녕 존재감 자체도 없는 경우가 많습니다.

솔직히 말해서 여자들은 아이를 낳으면서 그 동안 남편에게 쏟았던 모든 관심과 사랑을 아이에게 돌려버립니다.

그러다 보니 남편이 와도 본체만체 하는 경우도 많고 남편보다는 항상 아이 위주로 생각하고 행동할 때가 많아집니다. 남자들은 그게 굉장한 상처라고하더라구요.

남편을 가정 안에 머물게 하고 싶다면 남편이 아내와 아이들에게 얼마나 필요하고 소중한 존재인지 말과 행동으로 보여주는 것이 중요합니다.

예를 들면 중요한 의사 결정은 남편에게 맡긴다거나 (하지만 대부분의 가정에서는 통보를 하죠!) 음식을 먹을 때 아이들에게 아빠 몫을 먼저 챙기게 하거나 항상 아빠 먼저 드리는 습관 등 생활 곳곳에서 존재감을 느낄 수 있도록 하는 겁니다

저희 집 같은 경우에는 남편의 물건들 예를 들면 신발, 시계, 가방 등은 아이들이 못만지는 곳으로 올려놓고 혹시라도 만지려고 하면 “안돼! 그건 아빠거야. 너희들이 함부로 만지면 안되는거야~” 라고 이야기를 해줍니다.

그리고 아이들이 제게 가장 많이 혼날 때가 아빠에게 버릇없이 굴 때인데요. “아빠한테 누가 버릇없이 굴어? 가서 죄송하다고 말씀드려! 아빠는 너가 함부로 대할 분 아니야” 라고 이야기를 하죠.

놀랍게도 어느 순간 제가 한 행동을 남편이 따라해요. 아이들이 제 물건을 만지려고 하면 남편이 “그건 엄마 일하실 때 쓰시는 소중한 물건이야 함부로 만지면 안돼!” 라고 말하고 아이들이 제가 버릇없이 굴면 남편이 혼을 내더라구요.

남편을 통해서 그 말을 들으니깐 엄마로서 위상도 생기고 기분이 참 좋았습니다. 그러면서 드는 생각이 ‘아 남편도 이런기분이었겠구나’ 하는 생각이 드니까 더 잘하게 되더라구요.

가장 어리석은 사람이 아이들 앞에서 남편 홍보고 함부로 하는 사람입니다.

남편에게 왕비대접을 받으려면 남편을 왕처럼 대접하라는 말이 있듯이 남편을 진심으로 존경하는 마음으로 대해보세요. 분명 그보다 더 한 대접을 받으실 수 있을 겁니다.

그리고 제발 남편 출근할 때 옷차림 좀 체크해주세요. 옷이 구깃구깃하지는 않은지, 양복에 이물질들이 묻어 있지는 않은지.. 가끔 보면 워킹맘의 남편들이 호라비보다 더 후줄근하게 다니는 경우들이 있어요.

바쁜 건 알지만 제발 남편 체면은 좀 세워주는 지혜로운 아내가 되셨으면 좋겠습니다.

두 번째는 남편의 존재이유를 만드는 것입니다.

남자들은 내가 우리 가정에서 정말 필요한 사람이구나 싶을 때 더 집안에 헌신을 합니다.

연애할 때를 한 번 생각해볼까요? “난 오빠만 있으면 돼!” 이 한마디에 남자는 나만 믿는

이 여자를 위해 추운 겨울날에도 기꺼이 코트를 벗어주고 여자 화장실 앞에서 손가방을 들고 기다려주면서 정성껏 돌봐주죠.

하지만 여자들이 엄마가 되는 순간 우리는 너무도 강해져요. 힘도 어찌나 세지는지 그 무거운 유모차도 번쩍 들어 계단을 올라가고 웬만한 것은 똑딱똑딱 고쳐버려요. 그러니 남자들이 집안에서도 할일이 없어져요.

물론 우리가 연애할 때처럼 그렇게 매사 “자기가 필요해~” 라고 할 수 없겠지만 가끔 힘쓰는 것, 병이나 캔 따는 것 등 남편에게 맡겨보세요. 그런 다음 “어머~! 나는 아무리 해도 안되던데.. 자기는 어떻게 그렇게 잘해? 역시~ 나는 자기 없으면 아무 것도 안된다니까!”

라고 말해보세요. 바로 남편들 “내가 또 뭐 도와줄 것 없어?” 이렇게 나옵니다.

세 번째 전략은 명령조가 아닌 부탁조로 말하는 겁니다.

많은 워킹맘들이 저지르는 실 수 중 하나는 “똑같이 일하는데 이 정도는 당연히 해줘야 하는 거 아냐!” 라며 명령하고 요구하는 것입니다. 남자들은 “해라!” 라는 말을 자신의 권위와 능력에 대한 도전으로 여기기 때문에 오히려 안해주고 모르쇠로 일관하는 경우가 많습니다.

남편의 도움을 받고 싶으면 “쓰레기 좀 버려!” 가 아니라 “나 지금 식사 준비중인데 쓰레기 좀 버리고 올래요?” 처럼 도움을 청하는 말투가 효과적입니다.

네 번째 전략은 구체적으로 알려주는 겁니다.

남편들의 불만 중 하나가 막연히 “좀 도와달라고!” 라고만 하면 도대체 뭘 어떻게 도와줘야 할 지 막막하다는 겁니다.

“딱 보면 모르니!” 라는 소리가 절로 나오기도 하지만 남자들은 뇌 구조상 진짜 모릅니다.

제가 아는 어떤 분은 남편에게 “빨래 좀 넣어줘” 라고 말했더니 진짜로 넣기만 했다고 합니다.

구깃구깃해진 빨래를 펴지도 않은 채 말입니다. 이게 바로 남자입니다. 그러므로 아이들에게 가르치듯 차근차근 구체적으로 알려줘야 합니다.

이 때 주의할 점이 있습니다. 남편의 실수를 절대 비난하지 않는 것입니다. 간혹 남편이 서툴다고 짜증을 내거나 기껏해주니 맘에 안 든다고 그 자리에서 바로 다시 해버리는 아내들이 있는데 이는 스스로 무덤을 파는 겁니다.

기껏 힘들게 해줬는데 욕만 먹고 보람도 없이 아내가 다시 하는 것을 지켜보아야 하는 남자가 다음에는 또 하겠습니까?

절대 안 하죠!!!

남편이 하는 게 영 미덥지 못하고, 잔소리가 목구멍까지 나오려고 하더라도 참고 또 참으세요.

다섯 번째는 달콤한 칭찬으로 남편을 춤추게 하는 것인데요 남자들은 칭찬에 참 약합니다.

가만 한번 생각해보세요. 최근에 남편에게 한 칭찬이 있는지..

아마 대부분 없으실 겁니다. 살면 살수록 비난은 많이 해도 칭찬은 잘 안하게 됩니다.

하지만 남편이 집안일을 도와주거나 아이를 잘 봐줄 때마다 설령 마음에 안들었다하더라도 칭찬해주세요.

“오~ 역쉬! 고마워~ 자기가 이렇게 도와주니까 내가 너무 수월하네 행복해~~!” 이렇게 해보세요.

특히 사람이 많이 모여있을 때 한 번씩 찐하게 칭찬해주면 남자들 자존감이 확 올라가서 다음부터는 안 시켜도얼마나 잘하는지 모릅니다.

(현재 25분입니다^^)

여섯 번째는 가전제품을 적극적으로 활용하는 건데요

설거지를 하는 대신 식기세척기를 그릇에 넣거나 청소기를 돌리는 대신 로봇 청소기 버튼을 누르는 것은 남편에게도 식은 죽 먹기입니다.

음식물 역시 마찬가지입니다. 남편이 음식물 쓰레기 안 버린다고 화내지 말고 음식물 처리기 한 대 사세요.

이런 제품을 적극적으로 활용하다 보면 남편과 가사 분담으로 싸울 일도

그만큼 줄어듭니다.

물론 돈이 든다는 단점은 있지만 요즘은 저가형 제품도 많이 나와 있으므로 고려해 볼만 합니다.

한가지 팁을 드리자면, 남편이 가장 싫어하는 집안 일 대체 제품을 골라서 남편에게 사달라고 하는 겁니다.

예를 들면 음식물 버리는 것을 싫어한다 그러면 남편에게 “자기야 음식물 버리기 싫지? 그래서 내가 알아봤는데요즘 00 브랜드 제품이 괜찮대. 가격은 00이고, 00에서 사면 좀 싸게 살 수 있나봐~ 한 번 고민해봐” 이렇게 툭 던져놓으면 남자들이 덩석 묻니다. 바로 “주문해~” 이런말 나오니까 한 번 해보세요~

마지막으로 성적 충족감을 줘라! 입니다.

위의 것이 다 충족 돼도 사실 성이 충족이 안되면 다 소용없습니다.

그만큼 부부 사이에는 몸으로 하는 대화는 매우 중요합니다.

저희 연구소에서 설문 조사를 해 본 결과 평균적으로 월 1~2회 부부 관계를 갖고 있었는데 아예 안한다는 섹스리스도 36%나 차지할 정도로 굉장히 많은 비율을 차지했었습니다. 부부 관계를 안 하는 주된 이유로 피곤하고 귀찮아서가 가장 많았는데요 그러다 보니 남편이 큰 맘먹고 다가와도 “나 피곤하거든, 제발 그냥 좀 자자” 라고 손을 탁! 치죠.

하지만 계속해서 거부하면 남자들은 굴욕감을 느끼고 큰 상처를 받아서 나중에는 아예 와이프하고는 안하려고 합니다.

물론 우리 워킹맘들 삶이 너무 피곤하긴 합니다. 그렇다고 남편의 욕구를 너무 무시하거나 등한시하면 절대 안됩니다. 만약 남편이 다가왔는데 너무 힘들다 싶으면 짜증이나 화를 내는 것이 아니라 자기야 나도 하고는 싶은데 지금 내가 너무 피곤해~ 미안한데 조금만 이해해줄 수 있어? 라고 상처받지 않게 부드럽게 양해를 구하시는 것이 좋습니다.

자 한 번 정리해 볼까요?

곰 같은 남편을 움직이는 여우 같은 아내 전략 7

첫째: 남편을 존경하라

둘째: 남편의 존재이유를 만들어라

셋째: 명령조가 아닌 부탁조로 말해라

넷째: 구체적으로 알려줘라

다섯째: 달콤한 칭찬으로 남편을 춤추게 하라

여섯번째: 가전 제품을 활용해라

마지막 일곱번째: 성적충족감을 줘라 입니다.

사실 다른 것은 다 잊으셔도 마지막 일곱번째인 성적충족감을 심어줘야
남편이 가정 일에 헌신한다는 것 꼭 명심하셨으면 좋겠습니다!

지금까지 한국워킹맘연구소 이수연 소장이었습니다.

감사합니다.