



- 26회 -

대한민국 은둔형 외톨이들의 현주소는?

방송 일시	2021년 02월 02일 pm 22:30
녹화 일시	2021년 01월 28일 pm 15:00
녹화 장소	TBS TV2 스튜디오 (스마티움 6층)
M C	이정미, 김진현
패 널	김혜원(호서대학교 청소년문화상담학과 교수) 박대령(이아당 심리 상담센터 소장) 유승규(K2인터내셔널 은둔고수)
연 출	문진명, 성명주, 이성백, 김소진
작 가	정삼영, 권슬기, 장소라

1. 타이틀

2. 전CM

3. 오프닝

▶ ST 중앙 2MC 착석

유승규	박대령	이정미	김진현	김혜원
-----	-----	-----	-----	-----

이정미 시민의 고민을 귀담아듣는
<민생연구소> 이정미입니다.

김진현 시민의 목소리를 대변하는
<민생연구소> 김진현입니다.

이정미 제가 얼마 전에 흥미로운 기사를 봤어요. 제목이
<일본식 '은둔형 외톨이' 전세계 확산...!!>
일본에서 사회적 문제로 대두됐던 '히키코모리'가
코로나19로 인한 비대면 사회활동과 맞물려 전세계화
하고 있다는 내용이었는데 정말 그럴 수도 있겠다는
생각이 들더라고요.

김진현 맞습니다. 경제지 포브스는 1990년대 후반 일본에서
나타난 사회적 현상인 '히키코모리'가 팬데믹 이후
미국, 영국, 프랑스, 스페인, 한국 등 다른 나라에서도
나타나고 있다고 전했는데요. 더는 우리나라도 예외가
아닌 것 같습니다.

이정미 <민생연구소> 오늘 주제는 '히키코모리'- 우리말로
표현하면 '은둔형 외톨이'에 대한 이야기를 나눠보고자
합니다. 함께해주실 분들 소개해드려야죠.
호서대학교 청소년문화상담학과 김혜원 교수님,
모셨습니다. 안녕하세요.

김혜원 (인사-)

김진현 심리상담 전문가 박대령 소장님 자리하셨습니다.

박대령	(인사-)
이정미	사회적 기업에서 '은둔 고수'로 활동하고 있는 유승규님 나오셨습니다. 반갑습니다.
유승규	(인사-)
이정미	그나저나 '은둔 고수'... 뭔가 범상치 않습니다. 정확히 어떤 분야의 '고수'입니까?
유승규	흔히 '히키코모리' '은둔형 외톨이로' 불리는 사람들이 있어요. 다양한 이유로 사회나 관계의 고리를 끊고 은둔의 행태를 보입니다. '은둔형 외톨이' 같은 경우에는 전문가도 접근과 발굴이 매우 어렵거든요. 그래서 '은둔 고수' 는 은둔과 극복의 경험이 있는 n년차 은둔 선배, 가 활동하는 서포터즈라고 생각하시면 될 것 같아요.
이정미	그럼 승규씨도 과거에는 '은둔형 외톨이'였나요?
유승규	네, 맞아요. 그러니까 저는 은둔 경력이 약 5년 정도 되는 '은둔 고수'입니다. 최장으로 집 밖에 한 발자국도 안 나갔던 적이 짧게는 몇 주 길게는 6개월에서 1년씩 간헐적으로 있었어요. 창문을 열면 햇빛이 훑날렸다가 다음에 또 열면 흰 눈이 쌓여있던 기억이 나요. 당시에는 유쾌한 경험은 아니었지만 열심히 경력 쌓았기 때문에 당사자를 돕는 상처받은 치유자 역할을 할 수 있다고 생각합니다.
김진현	혹시 실례가 안 된다면 어떤 이유로 은둔생활을 하게 된 건지 여쭙 봐도 될까요?
유승규	여러 가지 이유가 있겠지만 가장 큰 이유는 제가 믿고 있던 소신이 무너졌기 때문인데요. 10여 년 전에 제 꿈은 지금의 유튜버, 크리에이터였어요. 당시에는 이런

	명명도 없었고 가족들이나 친구들이 보기에도 컴퓨터 앞에만 앉아있는 모습이 썩 보기 좋지는 않았던 것 같아요. 부모님과도 갈등도 있었고 주변 시선도 좋지 않았고 열심히 활동을 할수록 죄책감을 갖게 되더라고요. 마음의 상처가 깊어가고 점점 방안에 틀어박히게 됐어요. 그렇게 20대 때 한 5년 정도 은둔생활을 하다가 시설에서 공동생활을 하면서 많이 좋아졌습니다.
이정미	누구나 한번쯤은 '히키코모리'라는 단어를 들어보셨을 겁니다. 특히 국내외적으로 강력범죄의 용의자가 '히키코모리' 성향이 있는 것으로 거론이 되면 사회적으로 더 주목을 받았는데요. 그 때문인지 대중들에게는 부정적인 이미지가 강한 것 같습니다.
박대령	먼저 짚고 넘어가야 할 부분입니다. 일부 언론의 책임이 크는데요, 이들을 소개할 때 대표사례로 폭력적인 행동을 하는 청년을 가장 먼저 제시하는 게 문제입니다. 언젠가부터 '히키코모리'에게 씌어진 그릇된 주홍글씨가 '예비적 범죄자'예요. 그런데 은둔형 외톨이는 범죄와 같은 반사회적 행동을 일삼는 반사회적 외톨이와 명확하게 다르고 구분이 됩니다. 실제로 일반 청년인구에서 폭력을 쓰는 비율보다 이들이 더 높지 않습니다. 우연히 접친 것인데, 마치 폭력적인 외톨이들이 전체를 대변하는 것처럼 제시하는건 부정적인 이미지를 만들고, 그걸 보는 당사자들이나 가족들은 상처를 입게 됩니다.
이정미	그럼 은둔형 외톨이에 대한 기준은 대체적으로 어떻게 정의되고 있나요?
김혜원	크게 3가지 기준이 중요합니다. 자신만의 한정된 공간(주로 집안)에 머무르고, 가족 외 사회적 접촉을 하지 않고, 이 기간이 최소 6개월 이상 지속되는 경우를 말합니다. 여기에 정신지체나 정신질환과 같은 명백한 이유로 은둔하는 경우는 배제합니다. 또 한 가지 말씀

드리고 싶은 게 경제활동을 포기한 이른바 <니트족> 하고 달라요. 은둔형 외톨이는 니트족 중에서도 소극적이며 사회적으로 좌절된 비취업희망형 인구집단이라고 보시면 될 것 같습니다.

김진현 그렇다면 앞서 언급했던 대로 코로나19로 인해 ‘은둔형 외톨이’가 늘어났다고 볼 수 있는 건가요?

박대령 실제로 일본도 1990년대 경제위기가 찾아왔을 때 히키코모리가 폭발적으로 증가했고요. 우리나라도 IMF 사태 이후 고용이 악화하고 더 경쟁적인 사회 분위기가 되면서 은둔형 외톨이가 늘어났거든요. 악화된 경제상황과 이로 인한 가정파괴, 경쟁심화로 인한 인간관계 갈등이 늘어난 게 그 배경입니다. 그러다 코로나는 불난데 부채질을 한 셈이죠. 용기 내어 나오려던 청년들도 다시 들어가게 되고, 새롭게 고립생활을 하는 청년들도 많이 늘고 있습니다.

이정미 처음부터 은둔형 외톨이인 사람은 없잖아요. 어느 날 갑자기 달라진 것도 아닐 텐데, 그 원인이 궁금합니다.

김혜원 먼저 말씀드리고 싶은 건 많은 분들이 오해를 하고 계신데요. 은둔형 외톨이는 정신질환이 아니에요. 일본 학계에서도 병이 아니라고 하거든요. 신경학적 원인인 경우 약을 먹으면 효과가 있어야 하는데 은둔형 외톨이의 경우 약물 효과가 잘 나타나지 않기 때문에 심리적인 원인이 훨씬 크다고 보시면 됩니다.

원인은 크게 4가지로 분류를 하고 있습니다.

첫 번째는 개인 및 가정환경 요인인데요.

은둔형 외톨이들을 만나보면 대부분 어린 시절부터 예민하거나 타인에게 자기를 주장하는 걸 힘들어하는 경향을 많이 보입니다. 이런 대인예민성이 가정이나 학교에서 이해되거나 수용되지 못하면 더욱 움츠러들고 관

계가 힘들어져요. 가정 요인으로는 과잉통제나 방임과 같은 극단의 양육방식이 원인이 될 수 있습니다. 은둔형 외톨이 부모님들은 어릴 때부터 아이의 욕구를 파악하기 어려웠고 그러다보니 부모가 어떤 것을 일방적으로 정해 제안하고 자녀에게 따르게 했다고 후회하는 경우가 많습니다. 또는 경제적 이유나 가족불화 등의 이유로 자녀에게 신경쓰기 어려웠거나, 이사나 전학 등 잦은 생활변화를 많이 만들어주고 그럴 때 아이의 욕구를 잘 보듬어주지 못했다고 보고하기도 합니다.

두 번째는 학교 부적응 요인입니다.

일본에서 유래한 ‘이지매(집단 따돌림, 괴롭힘)’ 현상은 1990년대 우리나라에서도 큰 사회적 문제로 대두되었다. 흔히 말하는 왕따, 학교폭력의 희생자들이 고립되는 경우가 있고요. 또한 다 아시다시피 과열 입시경쟁과 획일화된 교육 속에서 청소년들이 실패감을 많이 경험하게 되고, 이로 인해 사회에 적응하려는 의지자체가 꺾이는 경우도 많습니다.

세 번째는 사회 경제적 요인인데요.

청년실업이 증가하면서 일할 의욕을 잃고 사회활동에 참여하지 않는 건데요. 화려한 스펙을 가진 선배나 또래들도 사회에 잘 진출하지 못하는 것을 보면서, 자신은 더욱 그럴 수 없다고 미리 좌절하고 숨어버릴 수 있습니다. 여기서 니트족과의 가장 큰 차이점은 대인관계가 전혀 없다는 거예요.

네 번째는 문화적 요인입니다.

디지털문화로 대변되는 인터넷 문화의 발달과 인스턴트 식품 상용화 등은 은둔자가 기본생활 여건만 제공된다면 타인의 도움이나 방해 없이 혼자 살기에 최적의 환경 조건이 되었다는 은둔형 외톨이 출현에 끼친 영향이 크다고 할 수 있습니다.

김진현 어떻게 보면 인터넷 발달, 입시경쟁, 핵가족화와 같은 사회변화가 은둔형 외톨이를 양산하는데 영향을 미쳤다고 볼 수도 있을 것 같습니다. 또 어떤 이유로 은둔생활을 시작하게 된 건지 당사자들의 이야기를 들어봐야 될 것 같은데요. <민생 연구소>에서 다녀왔습니다. 함께 보시죠.

4. VCR ① “나는 히키코모리입니다.”

- K2인터넷내셔널에서의 하루 일상
- K2인터넷내셔널에서 공동생활하고 있는 사람들 int ‘왜 어떻게 은둔생활을 선택하게 되었나.’
- 삽화 + 재연 image

김진현 저렇게 같은 처지에 놓인 사람들끼리 모여서 공동생활 하는 걸 보니까 평범한 사람들과 크게 다르지 않은 느낌이었고, 은둔생활을 선택한 이유도 제각각이었지만 충분히 공감할 수 있었던 것 같아요.

이정미 특정 누군가의 일이 아닌 당장 우리도 처할 수 있는 문제라는 생각이 들었는데요. 지금 영상을 통해 공동 생활하는 모습을 봤잖아요. 시설에 입소하기 전에 집에서는 어떻게 생활했는지 궁금하더라고요.

유승규 그래서 제가 은둔 생활을 했던 당시 모습을 사진으로 찍어 놓은 게 있어서 가져 왔거든요. 보통 찍어 두지는 않 을텐데 문득 장관이라는 생각이 들어서 기록해 두었습니다. 영상이 전공이었던 것도 그 생각에 한 몫 했던 것 같아요. 가장 절정으로 통제 되지 않았을 때이고요. 시설에 입소하기 직전입니다. 27살 때예요. 학교도 아예 못나가게 되어서 1년 휴학을 하던 때였고, 거의 안 나갔던 시절이에요. 삶을 약간 낫다는 생각이 들었어요. 소변도 그냥 제자리에서 봐버렸을 정도였어요.
 ⇒ 유승규 은둔생활 당시 사진 Play in ST
 사진 보면서 패널들과 함께 자연스러운 토크

이정미 아니 뭐야... 저게 다 뭐예요?
 저기서 먹고 자고 생활을 했던 거예요?

유승규 그냥 저 때는 제 자신에게 늘 패널티를 줬어요. 내가 그 때 그러지 않았어야 했다던가, 자책으로 가득찬 하루였기 때문에 의욕이 없었던 것 같아요. 자극적인 것 들에만 반응했던 것 같아요. 그래서 배달음식에 의존도가 높았죠. 집 밖에 나가서 내 모습을 보여주는 것은 너무 부끄러운 일이었고요.

김진현 고립된 생활을 하면서 마음이 불편하진 않았나요?

유승규 늘 불편했고 가족에게 미안했고 그러나 다시 시작하는 방법을 몰랐어요. 매일 잠에 들 때는 내일은 나가야지 내일은 나가야지 잘 할 수 있어 라고 되뇌었어요. 그 용기로 아침에 일어나 몇 개월 만에 씻어보기도 했지만 만신창이인 내 방을 보면 다시 용기가 사라져 외출을 포기했어요. 누구에게도 저의 안 좋은 모습을 보여주고 싶진 않더라고요.

김진현 ‘보이지 않는다고 존재하지 않는 것은 아니다.’라는 말이 있습니다. 일본 사회의 명암을 답습하는 듯한 한국 사회의 특성을 생각하면 상당수 외톨이들이 집안에 틀어박혀 있을 것이라는 분석이 있는데요. 현재 대한민국의 은둔형 외톨이 수는 얼마나 되는 건가요?

김혜원 현재 은둔형 외톨이에 대한 대한민국 정책은 사각지대에 놓여있습니다. 일본은 이미 2010년부터 문제 해결을 위해 다양한 통계자료와 지원책을 내놓고 있고, 프랑스 역시 2018년 10월 국가적 조사를 실시, 청년 46만 명을 발굴하고 본격적으로 은둔형 외톨이에 대한 기준을 잡아 나가고 있지만 우리나라는 아직 은둔형 외톨이가 몇 명인지 정확한 수치는 파악되지 않고 있어요.

하지만 일부 조사를 통해 인원을 추정하고 있는데요. 2017년 한국청소년정책연구원에서 19세~39세 대상으로 한 실태조사를 통해, 이 연령대 인구 대비 은둔형 외톨이는 약 13만 5천 명 정도일 것으로 추산되고 있습니다. 또한 2018년 건강보험 가입자정보를 통해 조사한 결과에서는 21만 명 이상으로 추정하고 있습니다.

이정미 제가 알기로는 작년에 대한민국 최초로 광주시에서 은둔형 외톨이에 대한 실태조사에 나섰다고요?

김혜원 네 맞습니다. 조사대상은 광주시내 아파트 거주세대의 25%에 해당하는 10만 세대로 시행이 됐는데요. 그 결과가 얼마 전에 나왔습니다. 현재 '은둔형 외톨이'생활을 하고 있는 당사자로 응답한 사람이 237명, 가족구성원 중에 '은둔형 외톨이'가 있다고 응답한 사람이 112명 총 349세대가 있는 것으로 나타났습니다.

은둔형 외톨이 당사자라고 대답한 237명의 연령대는 20대가 116명(48.9%)으로 가장 많았고, 이어서 30대 63명(26.6%), 40대 26명(11.0%), 50대와 60대 이상이 각 11명(4.6%), 10대가 10명(4.2%)이었는데요.

은둔형 외톨이를 청소년, 청년세대의 문제로 한정하기도 합니다. 현장에서 만나는 이들을 보면 초등학교생시기인 학령기부터 64세까지 뿐만 아니라 노년에 이르기까지 전 연령에서 나타나고 있는 겁니다.

김진현 제가 예상했던 것보다 '은둔 생활'을 하는 사람들이 많은 것 같아서 놀랐는데요. 전 세계적으로 국가적인 조사를 하고 정책을 마련한다는 것은 사회적인 문제로 보고 있기 때문 아닌가요?

김혜원 2019년 3월 일본정부에서 발표한 히키코모리 숫자는 115만 명. 더 놀라운 점은 중년 히키코모리 인구가 61만 명으로 청년층 히키코모리를 뛰어 넘었습니다.

여기서 주목해야 할 점은 2015년의 인구 통계에 따르면 일본의 생산 가능 인구는 7,592만 명입니다. 즉 일본은 생산 가능 인구의 약 70분의 1이 히키코모리 상태인 거죠. 이는 일본경제에도 막대한 손실인데요.

2012년 일본에서 <소셜 코스트 갭>이라는 자료를 발표했는데요. 연구에 의하면 히키코모리 1명에게 평생 소요되는 국가 예산은 1억 5천만엔 우리나라 돈으로 무려 15억으로 알려졌습니다.

이정미 정말 어마어마하네요. 은둔형 외톨이들이 사회활동을 멈추면 나라의 경제성장은 더더질 수밖에 없을 것 같은데요. 중년 히키코모리는 청년 히키코모리 보다 더욱 해결하기가 어렵다면서요?

박대령 네 맞습니다. 고립이 장기화되어 갈수록 더 기회가 줄어들 겁니다. 청소년일 때 도움 받을 수 있는 기회가 가장 많고, 청년도 거의 없다시피 한데, 만 34세가 넘어가면 아무런 도움 받을 곳이 없는 실정입니다. ⇨ why?? 일본과 한국이 나이를 중시하는 사회라서 나이가 들수록 기회도 적어지고, 이 나이 먹도록 이 문제를 해결 못했다는 수치심이 커져서 다른 사람들 앞에 나서는 게 더 어려워집니다. 문제는 이들을 돕지 않는다면, 일본처럼 80살의 부모와 50살의 자녀가 같이 고통을 겪는 심각한 상황이 곧 다가오게 됩니다.

김진현 정말 우리나라도 이런 문제를 효율적으로 대처하려면 광주뿐만 아니라 전국적인 실태조사가 이뤄져야 할 것 같습니다. '은둔형 외톨이' 중년층이 증가하고 있다는 얘길 들으니까 그 오랜 시간 곁을 지켜온 가족들 걱정이

되더라고요.

박대령 네 맞습니다. 국내에서 추산되는 은둔 청년 13만 여명에게 함께 사는 가족구성원이 2~3명 더 있다고 가정해보면 거의 30만~40만 명이 '은둔형 외톨이'로 인한 문제를 겪고 있는 겁니다. 같이 사는 가족들이 겪는 심리적 고통, 경제적 악화들은 가정 전체의 위기를 만들어 냅니다. 가족들만이 아닌 그 주변사람들에게도 영향을 미치기 때문에 이제는 어느 한 사람, 한 가정의 문제가 아니라 우리 모두가 관심을 기울여야 할 사회문제인 겁니다.

이정미 은둔형 외톨이가 된 당사자도 힘들겠지만 곁에서 지켜보는 가족들의 속은 오죽할까요. 그런데 이 문제를 해결 할 수 있는 '열쇠' 또한 가족, 부모님이라고 합니다. 과연 어떤 관계를 맺고 어떻게 소통하는지 <민생연구소>에서 확인해봤는데요. 함께 보시죠.

5. VCR ② 마음의 문을 여는 열쇠 '가족'

- 사례자 집 방문
- 평소 생활 모습 관찰
- 집 안 SK + 부모님 int

김진현 영상을 보는 내내 속상하고 가슴이 먹먹했습니다. 이걸 '은둔 고수'에게 물어봐야 될 것 같은데요. 가장 믿고 의지할 수 있는 사람이 가족이잖아요. 왜 가족하고도 말을 안 하게 되는 건가요?

유승규 제 생각에는 가족이라서 더 솔직하지 못한 것 같아요. 수평적으로 내 의견을 다 이야기하고 수용되는 경험을 했다면 편한 관계겠죠. 하지만 제가 만났던 당사자들은 대부분 가족들과 불편한 관계였어요. 거부장적인 문화가 짙은 가정인 경우도 있고요. 불편한 관계인 사람에게 본인이 문제가 있다는 사실을 인정하고 싶지 않잖아요.

가족이라서 그런 마음이 더 심해지는 것 같아요.

이정미 더더욱 부모님의 역할이 중요하다는 생각이 듭니다. 방 안에서만 생활하다가 부모님의 노력을 통해 침대 밖으로 방 밖으로 집 밖으로 조금씩 상황이 나아지는 것 같더라고요. 이런 단계가 있는 건가요?

박대령 네 초기 단계는 가족 관계가 악화되어 집에서도 방 밖으로 나오지 않는 경우가 많습니다. 초기에 부모님들이 이런 청년들을 이해하지 못해서 야단도 치고, 하소연도 하고, 방밖으로 나오게 하려고 갖은 노력을 하시는데, 그럴 수록 관계는 악화되고 더 방문을 걸어잠그게 됩니다. 2번째 단계는 가족들이 이들을 이해하고, 마음을 내려놓는 단계인데, 놀랍게도 부모님들이 기대를 내려놓고 살아만 있어줘도 감사하다고 할때 이들이 좋아지게 됩니다. 이걸 얼마나 빨리 깨닫느냐에 따라 고립청년들이 방 밖으로 나올 수있는 시간이 단축됩니다. 그 다음 단계는 집에서는 잘 지내는데, 밖으로 나가지 못하는 단계입니다. 이런 경우는 가정외 공동체의 지원이 필요합니다. 당장 사회생활하기에는 두려움도 크고, 직업이나 인간관계 경험이 부족하기 때문에 다양한 형태의 사회적인 도움이 필요합니다.

이정미 부모님 입장에서는 이런 상황을 주변에 알리기가 쉽지 않을 것 같은데요. 승규씨도 '은둔 고수'로 활동하면서 부모님들과의 상담을 했다고 들었습니다. 주로 어떤 이야기를 나눴나요?

유승규 우선, 대부분 답답해하시죠. 은둔고수 프로그램에 참여하셨던 분들은 대부분 비슷한 이야기를 하세요. 내 자식과 이야기 하지 못했던 것을 비슷한 경험의 청년들과 대신해서 시원했고 이해해줘서 고맷다고요. 참아왔던 눈물도 많이 보이시고요. 사실 부모님들도 당사자만큼 고통 받고 있거든요. 그런데 사회적 시선이 부모님들의

활동에 큰 제약이 되는 것 같아요. 저희 부모님도 그러셨고요. 숨기려하고 주변에 알리지 않으려고 해요. 그런데 그런 시선들이 어찌면 간단히 초기에 심리상담 센터나, 정신과에 찾아가면 해결될 수도 있는 상황들을 더 키우는 것 같아요. 막상 마음을 먹어도 도움을 청할 곳이 많지 않은 것도 문제예요. 찾다, 찾다 ‘은둔 고수’를 찾아오신 분들도 많았거든요. 뭔가 마음을 터놓고 소통할 수 있는 커뮤니티가 많아졌으면 좋겠어요.

김진현 방금 유승규 교수님이 말씀하신대로, 어찌면 초기에 해결 할 수도 있는 문제잖아요. ‘은둔형 외톨이’가 되어가는 ‘은둔 증상’이나 ‘진행 과정’이 있나요?

김혜원 이유와 과정은 다양하겠지만, 대부분 청소년기에 시작이 되는 경우가 많기 때문에 가장 보편적인 예를 들어서 5단계로 설명 드릴게요.
 ① 어느 날 아이가 학교가기를 힘들어하거나 거부하고 방안에 틀어박힙니다. -> ② 이유를 명확하게 얘기하지 않고 타인이나 세상을 탓하거나 왜 자신을 나약하게 낳았냐며 부모를 원망하고 스스로를 자책합니다.
 -> ③ 낮과 밤이 바뀌는 생활을 시작하고요.
 -> ④ 부모가 밖에 나가기를 강요하면 폭력적인 성향을 보입니다. -> ⑤ 부모님과의 관계가 악화되면서 은둔형 외톨이가 되는 겁니다.

이정미 ‘은둔 고수’님에게 질문을 안 할 수가 없습니다. 다른 건 다 이해가 되는데 부모님에게 왜 공격적인 성향을 보이게 되는 건가요?

유승규 제 생각에는 그 방법 외에는 소통의 수단이 모두 막혀있기 때문인 것 같아요. 그게 더 심화되면 아예 의사 표현을 하지 않는 단계까지 가게 되면서 은둔도 심화 된다고 생각합니다. 이미 많이 참았을 수도 있고요. 아니면 그나마 화라도 내면 무언가 먹히기 때문에 일수도 있고요.

진짜 있는 그대로의 나를 바라봐 줄 수 있는 관심을 원할 수도 있고요. 그러나 첫 시작은 우발적이었을 거라고 생각합니다. 은둔고수 내에서도 비슷한 주제를 가지고 이야기 했던 적이 있었고 실제로 부모님에게 물리적이거나 언어적으로 공격했던 경험이 다들 있었어요. 그렇게 행동하면서도 마음이 편하지는 않았단다. 라고 대부분의 교수님들이 이야기를 했습니다.

김진현 은둔 청년을 집 밖으로 끌어내려면 사회와의 접점을 늘리는 일이 급선무라고 합니다. 전문가들은 일본처럼 은둔 청년들이 서로 교류할 수 있는 자조 모임이나 센터를 지역마다 만들어야 한다고 말하는데요. ‘은둔 고수’가 머무는 공동생활 공간에서도 다양한 활동들이 이뤄지고 있다고 합니다. 화면으로 만나보시죠.

6. VCR ③ ‘우리는 앞으로 나아가고 있습니다.’

- K2 인터넷서널 입소자들의 자발적인 활동
- 집 수리하는 모습
- 운동하는 모습
- 공부하고 토론하는 모습
- 입소자 int

이정미 각자의 사연도 머문 기간도 서로 다르지만 공동생활을 통해 변화되는 모습을 지켜보니까 흐뭇해집니다. 국내에 저런 시설들이 많이 있나요?

박대령 공동생활을 하는 곳은 현재 두 곳 밖에 없습니다. 사실, 제가 심리상담사지만, 심리상담만으로는 한계가 있습니다. 외톨이가 된 이유가 어떤 병 때문이 아니라 인간관계에서 부정적인 경험이 누적된 결과기 때문에, 반대로 긍정적인 관계 경험이 필요합니다. 그래서, 심리상담만 하는게 아니라 같이 공동생활하는 곳도 필요하고, 집에서 오갈 수 있는 센터도 필요하고, 다양한 관계망과 경

힘의 장이 필요합니다. 현재 청년재단이 국내 최초로 몇 개 기관들을 지원하고 있는데, 앞으로 이런 곳들이 많이 늘어나야 합니다.

김진현 은둔 청년들은 방 안에 고립돼 있지만 소통 욕구마저 내려놓지는 않는다고 합니다. 자신을 이해해줄 수 있는 누군가를 계속 찾고 있다고 하는데요. 선진국들은 어떻게 이 문제를 대처하고 있나요?

김혜원 은둔형 외톨이에 대한 정보에서 도움을 받을 수 있는 국가는 일본이 거의 유일합니다. 30년 가까운 세월동안 히키코모리에 대한 다양한 노력을 기울여왔습니다. 가장 중요하게 실태파악을 구체적으로 하려 노력하는데, 일단 내각부가 5년 단위로 전국적으로 은둔형 외톨이 현황을 조사하고 있습니다. 은둔형 외톨이만을 위한 지원단체나 센터도 전국적으로 설립되어 있어 내가 살고 있는 가까운 지역에서 도움을 받을 수 있습니다. 이런 활동은 국가적 지원을 바탕으로 NGO나 NPO와 같은 비영리법인 등을 통해 이뤄지는 경우가 많아 확일화되지 않고 다양성을 발휘할 수 있기도 합니다.

일본에서도 초기에는 많은 시행착오를 겪었는데 무엇보다 서둘러 은둔형 외톨이들의 사회복귀를 추진하고 필요한 기술교육이나 취업알선에만 초점을 둔 것이 대표적인 예입니다. 최근으로 올수록 이들이 생활속에서 자신감을 키우고 관계를 맺을 수 있는 일상적인 도움을 주는 지원방법이 많이 마련되고 있습니다. 물론 당사자, 가족, 돕는 상담자나 활동가를 위한 교육이나 가이드라인도 많이 마련되어 있습니다.

이정미 안전한 환경과 믿을 만한 관계를 담보해준다면 세상을 피해 도망친 은둔형 외톨이들도 밖으로 나올 수 있지 않을까 싶은데요.

‘은둔형 외톨이’들에 대한 성비격차가 꽤 난다고 합니다. 광주시 실태조사 결과에서도 은둔형 외톨이 당사자 중 남성은 61.6%, 여성이 38.4%로 차이가 났거든요. 이유가 뭔가요?

박대령 여성분들은 대부분 언어적인 표현이 많고 특히 어머니와 대화하는데 크게 어려움을 호소하지 않으며 또래관계에서 언어적인 소통을 잘 진행하기 때문이라고 봅니다. 남성의 경우는 외부적인 활동이 상대적으로 많은 상황에서 자신의 존재감을 보여주지 못할 때, 상대적 박탈과 소외감으로 외부활동을 하지 않고 가장 편안한 개인 공간으로 도피한다고 보고 있습니다.

또한 여성은 집에 있어도 된다는 고정관념으로 부모님이나 사회가 상대적으로 남성보다는 덜 심각하게 받아들이는 경향도 있는데요.

일본도 상황이 비슷해 여성 히키코모리가 더 소외될 수 있다는 우려가 제기되고 있다. NHK방송은 작년 10월 여성 히키코모리가 남성에 비해 잘 발견되지 않고 있다고 보도했다. 한 단체에서 히키코모리 여성을 대상으로 조사한 결과 15%는 전국 실태조사에서 전업주부 등으로 분류돼 히키코모리로 분류되지 않았다고 합니다. 또한 해당지역 은둔형 외톨이 지원기관 이용자의 70%가 남성인 점을 지적하며 “여성에게 특화된 지원이 필요하다”고 지적하기도 했습니다.

이정미 그만큼 아직 우리가 ‘은둔형 외톨이’가 얼마나 되는지 무슨 이유로 어떻게 은둔하고 있는지 정확히 모르고 있다는 반증이 아닐까하는 생각이 듭니다. 만약 어떤 도움의 손길도 없이 스스로 계속 방치된 삶을 살게 되면 어떻게 되는 건가요?

김혜원 대인기피증은 은둔 청년에게 나타나는 공통적인 증상인데요. 은둔 기간이 길어질수록 이들은 사람을 점점 더 무서워하게 됩니다. ‘다른 사람들이 방 안에만 있는 나를 이상하게 보진 않을까’ 하는 두려움에 휩싸이고 사람을 계속 피하다 보니 일상적인 대화나 간단한 욕구 표현에도 어려움을 겪게 되는 거고요. 생활습관이 무너지면서 신체적 증상이나 우울, 불안 등의 심리적 증상도 많이 경험하게 됩니다.

결국 방에만 있는 현실이 불만스러우니까 그곳에서 벗어나지 못하는 자신에게 화살을 돌리게 됩니다. 스트레스가 극에 달하면 물리적으로 자신을 괴롭히면서 자해를 하는 경우도 있고 일부는 극단적 선택을 시도하기도 합니다.

김진현 그렇다면 앞으로 우리나라의 대응 방안에 대해서도 패널 분들의 생각이 궁금합니다.

박대령 저는 무엇보다도 치유적인 네트워크가 만들어져야 한다고 생각합니다. 청년들이 이용가능한 전문 지원센터가 필요하고, 이들에게 특화된 직업훈련센터, 고용지원센터, 대안학교, 사회적 기업들이 촘촘하게 있을 때 이들이 자립할 수 있습니다.

특히 청소년기는 적극적으로 찾아가는 1:1 상담 지원이 가장 중요할 것 같습니다. 인적자원이 부족해서 현장 방문에 한계가 있다면 지역지원센터를 통해 부모교육과 부모자조모임으로 가족이 이들을 이해하고 존중하여 사회적인 개입을 이끌어 내야 한다고 봅니다.

김혜원 먼저 우리나라에 은둔형 외톨이가 심각한 수준으로 존재하고 있고, 이로 인해 많은 사람들이 고통 받고 있음을 인식하는 것이 제일 필요합니다. 또한 이것이 개인이나 그 가족만의 문제가 아니라 우리 사회가 만들

어낸 우리 사회의 문제임을 인식하는 것이 중요합니다.

이러한 인식을 바탕으로, 관련 법령 제정과 이를 통한 체계적 지원이 가능해질 것입니다. 학계, 현장전문가, 당사자와 가족 모두 함께 노력할 때 예방과 대응의 구체적인 내용들이 마련되고 실천될 수 있습니다.

유승규 아, 나 조금 힘든데? 라고 생각이 들 때 상담센터나 지원 기관에 초기에 가는 것이 당연한 사회 분위기가 있어야 한다고 생각합니다. 그리고 이런 것이 점점 더 어린 세대부터 익숙해진다면, 자연스럽게 완화될 것 같아요. 앞으로도 많은 ‘은둔 고수’ 분들을 새로 만났으면 좋겠습니다. 그리고 그들과 함께 앞으로도 이 문제를 해결하기 위해 노력하겠습니다.

7. 클로징

김진현 오늘은 점점 늘어나고 있지만 보이지 않는 <은둔형 외톨이>에 대한 이야기를 나눠봤습니다.

아직 부족한 점이 많지만 모두가 관심을 갖고 노력을 기울인다면 굳게 걸어 잠긴 청년들의 방문이 활짝 열리지 않을까 기대해봅니다.

이정미 ‘은둔 고수’ 승규씨가 ‘은둔형 외톨이’들에 대한 노래를 만들었다고 하는데요. 안 들어 볼 수 없죠? 오늘은 노래 감상하면서 인사드리겠습니다. 함께해주신 여러분, 감사합니다.