청년 마음 이야기

청년 마음건강 실태조사 보고서

사회적협동조합 일하는학교

시민건강증진연구소
PEOPLE'S HEALTH INSTITUTE

후원 아름다운재단 The Beautiful Foundation

청년 마음 이야기

청년 마음건강 실태조사 보고서

출판일 ‖ 2018년 3월 5일

편집인 (가나다 순) ‖ 김명희 시민건강증진연구소 연구원
이정현 일하는 학교 사무국장

필진 (가나다 순) ‖ 류한소 시민건강증진연구소 영펠로우
서상희 시민건강증진연구소 연구원
이정현 일하는 학교 사무국장
이주연 시민건강증진연구소 연구원
조원섭 시민건강증진연구소 연구원

조사팀 (가나다 순)
일하는 학교 박경란, 박명선, 유승태, 이선지, 이정현, 전미영
시민건강증진연구소 류한소, 서상희, 이주연, 조원섭

ISBN 979-11-87195-07-8 (PDF)

〈 차례 〉

우리 동네 청년들의 마음건강 이야기 ····· 1
연대를 통해 만난 '우리 동네 청년들' ····· 3

1. 조사는 어떻게 이루어졌나? ····· 5
 1.1. 설문 조사 ····· 5
 1.2. 심층면담 ····· 11

2. 조사를 통해 우리가 알게 된 것 ····· 14
 2.1. 일하는 청년들의 마음 건강 상태 ····· 14
 2.2. 무엇이 청년들의 마음을 병들게 하는가? ····· 27
 2.3. 청년의 마음건강 대응법 ····· 55
 2.4. 청년을 위한 사회적 지지체계가 필요하다 ····· 60

3. 맺음말 ····· 62

〈표 차례〉

표 1 설문참여자의 사회인구학적 특성 ····· 8
표 2 설문 참가자의 일자리 특성 ····· 9
표 3 심층면담 참여자의 특성 ····· 12
표 4 청년들의 마음 건강 상태 ····· 14
표 5 청년들의 수면 문제 ····· 24
표 6 일하는 청년들의 직무 소진과 직무 스트레스 ····· 28
표 7 업무 수행 중 폭력 경험 ····· 38

〈그림 차례〉

그림 1 청년들의 마음 건강 상태와 영향을 미치는 요인들 ····· 54

〈글상자 차례〉

글상자 1 압박감 ····· 16
글상자 2 불안감 ····· 17
글상자 3 움츠러들다. ····· 18
글상자 4 무력감과 무기력 ····· 20
글상자 5 불면과 수면부족 ····· 22
글상자 6 건강 문제와 자살 생각 ····· 24
글상자 7 생존 노동 ····· 29
글상자 8 장시간 노동 ····· 30
글상자 9 저임금 ····· 32
글상자 10 “전전하는 직업”, 아르바이트 ····· 34

글상자 11 스펙과 무관한 불안정 노동의 굴레 ····· 35
글상자 12 일상적인 차별과 성희롱 ····· 37
글상자 13 직장 내 갑질과 진상손님 ····· 39
글상자 14 아프면 안 된다 (1) ····· 40
글상자 15 아프면 안 된다 (2) ····· 41
글상자 16 부양해야 할 가족 ····· 42
글상자 17 무겁게 짓누르는 가족 ····· 43
글상자 18 나를 비난하는 가족 ····· 44
글상자 19 폭력 그리고 가족 ····· 45
글상자 20 공감하기 어려운 ‘우리’ 사이 ····· 46

글상자 21 혼자 있는 게 편하다, 그러나 고립되고 싶지는 않다. ····· 48
글상자 22 사회적 시선 ····· 50
글상자 23 쓸모없는 유용한 제도 ····· 52
글상자 24 참기, 버티기, 흘려보내기 ····· 56
글상자 25 주경야독-자기계발에 애쓰는 청년들 ····· 57
글상자 26 적극성, 책임감, 생존력 ····· 58
글상자 27 순응과 적응 ····· 59
글상자 28 의논하고 의지하고 마음을 나눌 곳. ····· 60

♣ 여는 글, 하나 ♣

우리 동네 청년들의 마음건강 이야기

이 보고서는 일하는 학교가 2015년부터 '아름다운 재단'의 지원을 받아 진행해 온 성남지역 청년문제 실태조사의 '세 번째' 이야기입니다. 아름다운 재단의 '변화의 시나리오 프로젝트' 지원을 받아 사회적 협동조합 일하는 학교와 사단법인 시민건강증진연구소가 함께 진행했습니다.

일하는 학교는 2015년에 '생계형 알바' 청년들의 노동환경 실태조사, 2016년에 '독립생활청년'들의 의식주와 삶의 만족도 조사를 진행한 바 있습니다.

2015년 생계형 알바 노동환경 실태조사는 '보조적, 한시적 노동으로서의 알바'가 아닌 생업을 목적으로, 직업에 준하는 의미와 방식으로 알바를 하는 청년들에 대한 이야기였습니다. 보통 사람들이 '알바'라고 부르는 일터에서 10대 때부터, 주5일 이상 1일 8시간 이상을 지속적으로 일해 온 청년들을 만났고 그들이 어떤 노동환경에서 일하고 있는지, 알바노동을 통해 무엇을 느끼고 경험하고 있는지에 대해 알아보았습니다. 대체로 대학에 진학하지 않았거나 중고등학교 때 학교를 그만두었던 청년들이 조사에 많이 참여했습니다.

예상할 수 있듯이 많은 청년들은 사업주, 선임자, 고객에게서 비인간적 대우를 받거나 정당한 임금을 받지 못하거나, 지나치게 긴 시간을 일하는 등 열악한 노동환경에서 일하고 있었습니다. 하지만 그럼에도 불구하고 이 청년들에게 '일'이 단지 '돈 때문에 억지로 하는 노동'이 아니라 '학교'를 대신해 사회를 경험하고 자신을 이해하고 성취감을 얻는 의미 있는 시간과 공간이라는 측면도 발견하게 되었습니다.

2016년 '빈곤과 고립 - 독립생활 청년 실태조사'는 '안정된 가족이나 집'을 갖지 못한 청년들에 대한 이야기였습니다. 가족으로부터 떨어져 혼자 살아가는 청년들, 가족이 있지만 도움을 받지 못하고 경제적으로 독립한 청년들, 월세 30만 원 짜리 고시원이나 원룸에 살면서 생계를 위해 분투하는 청년들이 어떤 환경에서 살고 있고 무엇을 느끼고 있는지 알아보았습니다.

조사결과, 독립생활 청년들은 집에서 가족과 함께 사는 청년들에 비해 삶의 만족도가 훨씬 낮았습니다. 특히 생계압박으로 장시간 불안정 노동을 해야 하는 청년들이 삶의 만족도가 낮은 것으로 나타났습니다.

독립생활 청년들이 토로한 어려움들은 '빈곤과 고립'이라는 두 개의 키워드로 정리할 수 있었습니다. 경제적 압박 때문에 혹은 생계를 위해 쉼 없는 장시간 노동을 반복해야 하고, 식사라는 개념도, 마땅한 여가생활도 없이 혼술로 밥과 여가를 함께 해결하는 경우가 많았습니다. 이 때문에 친구나 사회관계가 축소되거나 단절되고 또래들의 문화로부터 소외되는 문제를 확인할 수 있었습니다.

2017년 '청년 마음건강 실태조사'에서는 2015년과 2016년 조사에서 공통적으로 드러났던 '우울', '불안', '고립감' 등 마음, 정신 건강의 문제를 다뤄보려 했습니다. 생계형 알바 청년, 독립생활 청년들이 호소했던 우울, 불면, 알코올 의존, 압박감 등의 마음문제가 어떤 상태이고 무엇 때문에 생겨나는지 알아보려 했습니다.

2015-2017 3년간의 청년실태조사를 통해 일하는 학교가 이야기하고 싶었던 것은 '누군가에게는 당연하지 않은 것들'에 대해서입니다.

가족, 집, 밥, 학교, 친구, 놀이.

보통 사람들이 당연하게 가지고 있을 것만 같은 것들을 가지지 못한 청년들이 아주 많다는 것, 이런 결핍과 부재를 전혀 고려하지 않고 사회정책들이 만들어지고 실행되고 있다는 것을 이야기하고 싶었습니다. 그리고 사회정책뿐 아니라 우리 사회의 인식이 변화하고 넓어져야 한다는 점을 이야기하고 싶었습니다.

이 보고서를 통해 잘 알려지지 않고 주목받지 못했던 청년들의 다양한 환경과 삶의 방식들이 알려지고 이해받고 공감을 얻을 수 있기를 바랍니다. 일하는 학교는 앞으로도 청년이슈 속에 가려진 주제들에 대한 조사와 이야기를 계속해가려고 합니다.

이 보고서가 만들어질 수 있도록 노력해주신 여러분께 감사드립니다.

특히 조사를 함께 기획하고 진행해주신 청년들, 조사에 응해주시고, 자신이 겪은 어려움과 고민들에 대해 흔쾌히 이야기해주신 청년들, 조사결과를 정성껏 분석해주신 시민건강증진연구소 연구진께 감사드립니다.

사회적 협동조합 일하는 학교

사무국장 이정현

♣ 여는 글, 둘 ♣

연대를 통해 만난 '우리 동네 청년들'

시민건강증진연구소는 오늘을 살아가는 사람들이 경험하는 불평등과 그로 인한 고통이 사회 구조의 특정한 속성에서 비롯된다는 것을 드러내고, 이러한 진단에 기대어 어떻게 하면 모두가 건강한 세상을 만들어 갈 것인지를 모색해 온 단체입니다.

우리 연구소는 일하는 학교가 2015년부터 청년들의 노동과 삶에 대한 실태조사를 해오고 있음을 알고 있었습니다. 그래서 이번 조사를 함께 진행하자는 연대 제안을 받았을 때 기쁜 마음으로 함께 했습니다.

이번 조사는 연구의 엄밀성 측면보다는 청년 당사자가 준비부터 조사, 그리고 실제 목소리를 내는 것까지 직접 행동하고 참여하는 것에 큰 의미를 두었습니다. 조사의 기획 단계에서부터 조사 진행, 결과 해석에 이르기까지 전 과정에 조사의 대상자이기도 했던 청년 당사자들이 참여했습니다.

이 조사는 흔히들 생각하는 것보다 다양한 청년들의 삶이 존재한다는 것을 말해 줍니다. 세상에 잘 드러나지 않던 당사자가 자신의 목소리를 내는 것은 그 자체로 중요하며, 그러기 위해서는 스스로 목소리를 내는 방법을 익히는 것이 필요합니다. 청년들이 스스로의 고통을 돌아보고 또 다른 사람들의 고통을 이해하게 되면서, 이것이 결코 개인의 불운이나 잘못 때문이 아니라 사회적 구조와 제도에서 비롯된 것임을 깨닫는 것은 문제 해결의 첫걸음입니다.

'아는 것'은 나의 상황을 객관적으로 돌아보게 만들어 판단에 도움을 주기도 하고, 공감대를 형성해 고립감의 낭떠러지로 떨어지지 않게 해주는 난간 역할을 하기도 합니다. 이 보고서의 내용이 여러 어려움에 맞서며 오늘을 살아내는 청년들에게 현실을 직시할 수 있는 힘, 함께 목소리를 내서 현실을 변화시킬 수 있는 힘을 불어넣는 지지대가 되기를 바랍니다.

조사를 함께 준비하고 많은 의견을 내준 청년들, 조사에 참여하여 자신의 이야기를 흔쾌히 들려준 청년들, 그리고 함께 했던 일하는 학교의 모든 분들께 감사드립니다.

(사) 시민건강증진연구소
연구원 서상희

1. 조사는 어떻게 이루어졌나?

청년마음건강실태조사는 『아름다운 재단』의 후원을 받아 2017년 9월~11월 사이에 이루어졌다. 이 조사의 목적은 스스로의 노동으로 생계를 꾸려가고 있는 성남 지역 청년들의 마음건강 상태를 살펴보고, 이들의 마음 건강에 영향을 주는 요인들을 찾아보는 것이다. 이를 통해 청년들이 어떠한 고민을 안고 있는지 우리 사회가 이해하고, 또 청년들이 스스로와 또래들의 마음속을 들여다보며 '혼자가 아님'을 깨닫고 함께 나아가는 데 작은 디딤돌을 만들어주고자 했다.

조사 대상은 성남 지역에 살고 있으며 만 19세 이상 34세 이하, 현재 일하고 있거나 최근 3개월 이내에 일했던 청년들이다. 조사의 기획은 일하는 학교 청년조사팀이 맡았으며, 일하는 청년 300명에 대한 설문조사, 이 중 20명에 대한 심층면담 조사를 시행했다.

1.1. 설문 조사

설문조사의 목적은 성남지역에서 일하는 청년들의 마음건강 상태, 그와 관련한 생활환경의 문제들을 전반적으로 스케치하기 위한 것이다. 일하는 학교 청년들이 조사원으로 활동한 직접 대면 설문조사에 200명이 참여했으며, 온라인 설문에 100명이 참여했다. 이 설문조사는 엄밀한 표본 설계에 의해 모집단을 대표할 수 있도록 무작위 추출한 이들을 대상으로 한 것이 아니기 때문에, 이 결과를 성남 지역 청년, 혹은 우리 사회 청년 일반의 특징으로 일반화해서는 안 된다. 또한 전문 조사요원이 아니라 일하는 학교의 청년활동가들이 직접 조사원으로 참여하고, 설문항목의 선정에도 이들의 의견이 적극적으로 반영되었기 때문에 학술 목적의 조사연구나 국가공인통계에 비하면 과학적 엄밀성은 다소 낮을 수밖에 없다. 하지만 일반적인 통계조사에선 잘 표집되지 않는 '일하는 청년'들에 초점을 두고 이들의 목소리를 수집했다는 점에서 이는 매우 소중한 자료라고 할 수 있다.

설문지에 포함된 조사 항목들은 다음과 같다.

- 사회경제적 특성: 성별, 연령, 주거지, 학력, 직업, 소득과 채무, 가족 구성 등
- 일하는 환경: 노동 시간, 근무 일수와 휴가, 일하는 이유, 일터에서의 폭력 경험

- 사회적 지지: 사회적 지지란 다른 사람으로부터 실제로 도움, 돌봄을 받거나 받을 수 있다고 믿는 상태를 말한다. 사회적 지지는 그 자체로 마음 건강에 긍정적 영향을 미치며, 특히 스트레스에 대응하거나 상황을 극복하는 데 도움이 된다. 사회적 지지에는 여러 측면들이 있다. 우선 '정서적 지지'는 타인으로부터의 관심과 신뢰, 존중 등을 나타내며, '물질적 지지'는 돈이나 시간 같은 구체적 도움을 말한다. 또한 '정보적 지지'는 충고나 제안, 정보와 자료를 제공해주는 것을 의미하며, '평가적 지지'는 행동에 대한 조언이나 가치 판단을 도움으로써 스스로를 돌아볼 수 있게끔 만드는 지지를 뜻한다. 우리 조사에서 사용한 사회적 지지 설문 항목은 정서적 지지(7문항), 평가적 지지(6문항), 정보적 지지(6문항), 물질적 지지(6문항)의 총 25문항이었으며[1] 점수가 클수록 사회적 지지가 높다고 해석할 수 있다. 이는 정해진 기준값이 없기 때문에 응답자들의 평균점수를 기준으로 사회적 지지가 낮은 군과 높은 군으로 구분했다. 분류기준 점수는 사회적 지지 총점 79.9점, 정서적 지지 23.1점, 평가적 지지 19.4점, 정보적 지지 19.0점, 물질적 지지 18.4점이다.

- 마음 건강: 우울, 직무 소진, 직무 스트레스, 자살에 대한 생각이나 시도

① 우울은 정신건강을 측정하는 설문도구인 PHQ-9 항목을 이용했다. 0~3점으로 측정하는 9개 항목의 점수를 합산하는데, 최저 0점에서 최고 27점까지 가능하며 점수가 높을수록 우울증상이 심하다고 볼 수 있다. 0-4점 정상, 5-9점 경증, 10-14점 중등도, 15-19점 중등 치료필요, 20-27점 적극치료가 필요한 중증상태로 구분할 수 있다. 우리 조사에서는 10점을 기준으로 그보다 낮으면 '정상군', 10점 이상인 경우 '우울 위험군'으로 분류했다.

② 직무소진: 흔히 번-아웃(burnout)이라고 불리는 소진은 장기간에 걸친, 해결되지 않는 직무 스트레스로 인해 정서적으로나 육체적으로 피로감, 좌절감에 빠지는 상태를 말한다. 정서적 탈진 상태가 되거나 인간관계에 냉소적이 되고 일에 대한 성취감이 떨어지는 것이 특징이다. 우리 조사에서는 해외 연구자가 개발하고 국내에서 타당성 검증을 시행한 설문항목을 사용했다.[2] 정서적 소진 5문항, 냉소 4문항, 개인적 성취감 6문항의 총 15개 문항으로 구성되어 있다. 소진 점수는 절대 기준값이 없고 상대적이기 때문에, 조사 참여자들의 평균 점수(46.1점 ±8.56)를 기준으로 직무소진이 낮은 군과 높은 군을 구분했다.

③ 직무스트레스: 일과 관련해서 경험하는 스트레스를 말한다. 단순히 일이 많아서 힘들다는

1) 박지원 (1985) 사회적지지척도 개발을 위한 일 연구. 연세대학교 박사학위논문

2) Schaufeli WB, Leiter MP, Maslach C, Jackson SE. (1996). The Maslach Burnout Inventory-Test Manual (3rd ed). Consulting Psychologists Press, Palo Alto, CA. 신강현 (2003) 일반직 종사자를 위한 직무 소진 척도 (MBI-GS)에 대한 타당화 연구. 한국심리학회지: 산업 및 조직. 16(3), 1-17.

것이 아니라, 여러 요소들을 포함하고 있다. 우리 조사에서는 한국인 직무스트레스 단축형 측정도구 24문항을 활용하여, 업무량, 일의 자율성, 일터에서의 관계 갈등, 직무 불안정성, 조직체계, 보상의 적절성, 직장문화 등을 조사했다.[3] 설문 총점과 각 세부항목 점수가 클수록 직무스트레스가 심한 것으로 해석할 수 있다. 각 영역과 총점에 대하여, 전국 남/녀 근로자 점수의 상위 25% 점수를 기준치로 사용하여 그 이상의 점수를 나타낸 이들을 고위험군으로 정의했다.[4]

④ 자살에 대한 생각과 시도: 자살은 마음건강이 극단적으로 악화되었음을 나타낸다. 보건복지부에서 시행하고 있는 '국민건강영양조사'에 포함된 설문 항목을 이용했다. 지난 1년 동안 자살에 대해 진지하게 생각해보거나 구체적인 계획을 세운 적이 있는지, 실제로 시도한 적이 있는지 질문했다.

설문 참여자 300명의 특성은 다음과 같다. 참여자의 평균 나이는 24.4세였으며, 19~24세인 경우가 169명으로 56.3%를 차지했다. 참가자 중 여성 194명, 남성 106명으로 약 2배 정도 여성이 많았다. 살고 있는 지역은 성남시 중원구가 36.3%, 수정구 28.2%, 분당구가 22.5%를 차지했으며, 성남시 거주자가 아닌 이들도 12.8%를 차지했다. 응답자 중 청년 혼자 살고 있는 경우는 10.4%에 불과했으며, 4인 가구 이상에 속한 경우가 147명으로 전체의 약 절반을 차지했다. 함께 거주하는 가구원 숫자는 평균 3.5명이었다. 이는 2015년, 2016년 조사와 달리 독립생활 청년에 초점을 두지 않고 참여자를 모집했기 때문에 벌어진 현상이라 할 수 있다. 고등학교 졸업 이하의 학력인 경우가 38.7%, 전문대학 수료/졸업에 해당하는 이들이 39.7%를 차지했으며, 4년제 대학을 졸업하거나 대학원 이상의 학력을 가진 이들이 21.7%였다. 참여자 중 중학교나 고등학교를 중퇴해본 경험이 있는 이들이 13.6%를 차지했다 (표1).

3) 장세진, 고상백, 강동묵 등. (2005). 한국인 직무 스트레스 측정도구의 개발 및 표준화. 대한직업환경의학회지, 17(4), 297-317.
4) 노동안전보건교육센터 (http://safedu.org/pds1/9633)

표 1 설문참여자의 사회인구학적 특성

변수		남성		여성		전체	
		N	(%)	N	(%)	N	(%)
연령	19~24세	66	39.1	103	60.9	169	56.3
	25~29세	35	32.1	74	67.9	109	36.3
	30~34세	5	22.7	17	77.3	22	7.3
	소계	106	35.3	194	64.7	300	100.0
지역	중원구	41	37.6	68	62.4	109	36.6
	수정구	32	38.1	52	61.9	84	28.2
	분당구	22	32.8	45	67.2	67	22.5
	기타	9	23.7	29	76.3	38	12.8
	소계	104	34.9	194	65.1	298	100.0
학력*	고졸 이하	51	44.0	65	56.0	116	38.7
	전문대	42	35.3	77	64.7	119	39.7
	대학/대학원	13	20.0	52	80.0	65	21.7
	소계	106	35.3	194	64.7	300	100.0
가구 형태	1인 가구	8	25.8	23	74.2	31	10.4
	다인 가구	98	36.6	170	63.4	268	89.6
	소계	106	35.5	193	64.5	299	100.0
혼인 상태	미혼	101	35.7	182	64.3	283	95.3
	기혼	3	21.4	11	78.6	14	4.7
	소계	104	35.0	193	65.0	297	100.0

* 학력: 조사 시점에서 전문대학에 중퇴/재학/휴학 중인 경우에는 '고졸 이하'로, 4년제 대학에 중퇴/재학/휴학인 경우는 '전문대'로 분류함

설문 참여자의 95%가 임금노동자로 일하고 있었으며 4.4%는 작지만 자기 사업을 경영하고 있었다. 노동자로 일하는 이들 중 54.1%가 비정규직이었다. 한국청소년정책연구원이 시행한 청년 사회·경제실태조사에서 임금노동자의 비정규직 비율이 20대 38.8%, 30대 12.7%인 것에 비하면 상당히 높은 편이다. 청년들이 일하는 직종은 남녀 모두 서비스직이 가장 많았으며(35.0%), 사무직(23.5%)과 전문직(17.7%)이 그 뒤를 이었다 (표2).

표 2 설문 참가자의 일자리 특성

변수	남성		여성		전체	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)
고용 상태						
임금근로자	100	35.6	181	64.4	281	94.9
정규직	29	24.2	91	75.8	120	42.7
비정규직	65	42.8	87	57.2	152	54.1
기타	6	66.7	3	33.3	9	3.2
자영업/고용주	5	38.5	8	61.5	13	4.4
무급가족 종사자	0	0.0	2	100.0	2	0.7
소계	105	35.5	191	64.5	296	100.0
업종						
사무직	15	21.7	54	78.3	69	23.5
생산직	9	60.0	6	40.0	15	5.1
관리직	4	57.1	3	42.9	7	2.4
영업판매직	4	44.4	5	55.6	9	3.1
서비스직	41	39.8	62	60.2	103	35.0
전문직	14	26.9	38	73.1	52	17.7
요식업	11	45.8	13	54.2	24	8.2
기타	5	33.3	10	66.7	15	5.1
소계	103	35.0	191	65.0	294	100.0

월 평균 임금소득과 기타소득을 포함한 총 소득을 묻는 질문에 총 275명이 응답했으며, 임금소득의 중위수[5]는 150만원, 총 소득의 중위수는 165만원이었다. 100만원 미만이라는 응답자의 비율이 6.3%, 100-200만원 미만인 경우가 12.3%로 '2016 가계동향조사'의 4.3%, 11.4%에 비해 약간 높았다. 월 가구 소득의 중위수는 350만 원이었다.

소득 대비 주거비 지출 규모를 살펴보면, 주거비를 하나도 부담하지 않는다는 경우가 45%였다. 이는 독립생활보다는 가족과 함께 거주하는 경우가 많기 때문에 예상할 수 있는 결과였다. 하지만 소득 대비 주거비 지출이 20~40%, 40% 이상에 달한다는 응답자도 각각 18.6%, 10.5%나 되었다.

한편 채무와 저축 상황을 살펴보면, 응답자 296명 중 채무가 있다고 응답한 사람이 93명(31.4%)으로, 이 중에는 1천만 원 이상의 채무가 있는 사람도 35명(37.6%)이나 되었다. 반면

5) 전체 값을 더하여 응답자 숫자로 나누는 평균의 경우, 몇몇 고소득자에 의해 과대평가될 가능성이 있다. 예컨대 대다수의 소득이 1백만 원 남짓인데 한두 명이 수억 원이면 평균은 수천만 원이 될 수도 있다. 이는 현실과 매우 동떨어진 결과를 초래한다. 중위값은 소득금액을 크기 순으로 나열한 다음 가운데에 위치한 값을 택하는 것이기 때문에, 극단적인 고소득층의 영향을 덜 받는다는 장점이 있다.

저축한 돈이 전혀 없다는 응답자가 109명으로 36.7%에 달했으며, 월 20만 원 미만의 저축을 하는 이들이 16.5%를 차지했다.

이상의 내용들을 종합해보면, 우리 설문조사에 참여한 청년들의 평균적인 모습은 고등학교나 전문대학을 졸업한 20대 초반의 비정규직 노동자들로, 주로 서비스업 분야에 일하면서 가족과 함께 살고 있는 이들이라 할 수 있다. 이들은 임금이 낮으며 저축을 충분히 하지 못하는 상황인데, 일부는 많은 채무를 안고 있다.

1.2. 심층면담

설문조사가 청년들의 마음건강 상태와 처한 환경을 숫자로 요약해서 보여준다면, 심층면담은 그 숫자들 뒤에 숨어 있는 삶의 생생한 모습, 객관식 답변으로 알아내기 힘든 내밀한 사연들을 들여다볼 수 있게 해준다.

우리는 설문조사에 참여한 이들 중에서 현재 마음 건강에 어려움이 있거나 최근 1년 사이에 마음건강 문제를 경험한 청년들을 중심으로 20명의 조사대상을 선정하기로 했다. 설문조사에서 우울/불안 점수가 높으면서 일자리 특성과 경제 상황이 비교적 열악한 조건에 처한 이들을 포함하고자 했으며, 학생 신분으로 단시간 알바에만 종사하고 있는 경우는 배제했다. 비슷한 특성을 가진 대상자가 여럿인 경우에는 그동안 일하는 학교 활동에 참여하지 않았던 청년, 자살생각이나 시도를 했던 경우, 1인 혹은 2인 가구에 속한 이들을 우선적으로 후보에 포함시켰다. 또한 이들 중에서도 설문의 '기타 답변'에 주관식으로 답변을 기재한 이들이 보다 조사에 적극적인 참여자들이라고 짐작되어 우선 접촉했다.

일하는 학교 활동에 참여한 적이 있는 청년들의 경우 직접 전화를 통해 참여 의사를 확인했으며, 그렇지 않은 이들에 대해서는 문자로 최대 3회까지 참여 의사를 확인하고 응답이 없는 경우에는 다음 후보로 넘어가는 방식을 취했다. 실제로 일하는 학교 프로그램에 참여해본 적이 없는 청년들은 심층면담 참여 요청에 응하지 않는 경우가 많았다. 또한 생계가 어렵고 우울/불안이 심할수록 표현하려는 욕구가 낮아지면서 면담을 거부하는 경우가 적지 않았다. 그래서 현재 우울/불안 문제가 없다 해도 2015년과 2016년 조사 당시에 마음건강 문제가 있다고 했던 이들도 심층면담에 참여하도록 했고, 이들의 과거 면담 자료도 분석에 포함시켰다.

심층면담에 참여하겠다고 의사를 밝힌 이들에 대해서는 참여자가 원하는 장소에서 연구와 녹취에 대한 동의를 얻은 후 1~2시간 동안 개별면담을 진행했다. 면담은 일하는 학교 활동가 2명, 일하는 학교 조사팀 청년 3명, 시민건강증진연구소 연구원 3명이 진행했으며, 사전에 심층면담과 관련한 교육을 시행했다.

면담 진행자 사이에 일관성을 유지하기 위해 반(半) 구조화된 질문 가이드를 이용하여 면담을 수행했다. 대략적으로 ① 수면장애, 스트레스, 불안, 우울, 자살에 대한 생각 등 최근의 마음건강 상태, ② 일, 가족관계, 인간관계 등 마음을 힘들게 하는 원인들, ③ 마음이 힘들 때 대처하는 방법 등에 관해 질문했다. 이외에도 면담 참여자의 상황과 업무 특성에 맞는 질문들이 추가되었다.

면담 참여자는 남성 7명과 여성 13명이었으며 모두 20대였다. 고등학교를 졸업한 이가 7명(35%), 검정고시를 통한 고졸학력 취득자 7명 (35%), 대학교 또는 대학원 졸업자가 6명(30%)이었다. 하고 있는 일은 면담시점을 기준으로 서비스・판매직에 종사하는 이들이 9명으로 가장 많았고, 단순노무직 4명, 전문・사무직 3명, 생산・기능직 1명이었으며, 3명은 실직 상태였다 (표3 참조).

표 3 심층면담 참여자의 특성

번호	참여자 (가명)	성별	연령	학력	직업(면담시점기준)
1	우준수	남성	20대	대학재학 중(검정고시)	서비스·판매직
2	엄서진	남성	20대	고졸	실직 상태
3	박기영	여성	20대	고졸	단순노무
4	고지인	여성	20대	고졸(검정고시)	단순노무
5	박수연	여성	20대	고등학교 중퇴	실직 상태
6	민재은	여성	20대	고졸	서비스·판매직
7	노도경	남성	20대	고졸(검정고시)	전문·사무직
8	방준희	여성	20대	고졸(검정고시)	서비스·판매직
9	송지인	여성	20대	고졸(검정고시)	서비스·판매직
10	강아란	여성	20대	고졸	서비스·판매직
11	안은수	여성	20대	고졸	서비스·판매직
12	김철수	남성	20대	고졸(검정고시)	단순노무
13	홍진태	남성	20대	고졸	서비스·판매직
14	한수진	여성	20대	고졸	단순노무
15	신서현	여성	20대	대졸	실직 상태
16	유지철	남성	20대	대졸	서비스·판매직
17	구소영	여성	20대	대졸	전문·사무직
18	유은진	여성	20대	대졸	서비스·판매직
19	이유미	여성	20대	대졸	생산·기능직
20	이진수	남성	20대	대학원 졸	전문·사무직

자료 분석은 보건분야에서 널리 이용되는 질적연구 방법 중 하나인 프레임워크 방법(framework approach)을 적용했다. 마음 건강 문제를 경험하고 있는 청년들의 경험과 인식, 태도, 행동을 살펴보고, 이를 통해 우리사회의 구조적 문제점과 개선방안을 탐색하고자 했다. 다음과 같은 과정에 따라 분석을 시행했다.

- 자료 분석: 면담과 녹취가 완료된 초기 참여자 5명의 녹취록을 연구자 4인이 반복해서 읽으면서 공통적으로 나타나는 주제들을 추출하여 범주로 만들었다. 이 때 문장 형태의 발언

을 그대로 인용하고, 문장에 드러난 주제들을 귀납적 방식으로 소분류에서 대분류로 확장해가면서 범주를 구성했다. 이를 기반으로 1차 코딩 매트릭스를 작성하고, 이후 전체 참여자 20명의 심층면담 녹취록을 대상으로 1차 코딩 매트릭스에 기반하여 범주화 작업을 수행했다.

- 기술적 설명 도출: 20명의 녹취록을 연구자 4인이 분담하여 1차 코딩 매트릭스에 따라 범주화한 후, 이 자료를 통합하고 연구진의 토론을 거쳐 코딩 매트릭스를 수정하여 확정했다. 그리고 추상적 개념으로 변환한 대범주 (① 마음건강 상태, ② 구조적 원인, ③ 대처/대응 방법)에 따라 통합된 자료를 재분류했다.
- 해석적 설명 도출: 이 단계에서 최종적으로 모든 자료를 종합하여 도출된 주제의 인과관계를 설명할 수 있는 연구자의 해석을 덧붙였다.

2. 조사를 통해 우리가 알게 된 것

2.1. 일하는 청년들의 마음 건강 상태

설문조사에 참여한 청년들 중에서 PHQ-9으로 평가했을 때 우울증 위험군으로 추정되는 사례는 34.5%였고 특히 여성 청년들에게서 그 빈도가 높았다. 이는 '2016년 국민건강영양조사' 결과 20대 6.3%, 30대 5.3%인 것에 비하면 매우 높은 편이다. 마음 건강 문제로 상담을 받아본 적이 있거나 약물을 복용하고 있는 경우도 각각 17.3%와 6.7%였으며, 이 또한 여성에게서 비율이 높았다. 또한 설문 참여자의 14.8%가 지난 1년 동안 자살에 대한 생각을 해본 적이 있고, 그 중 1/3이 실제 자살을 계획하고, 다시 그 중에서 2/3이 자살을 시도했던 것으로 나타났다 (표4).

표 4 청년들의 마음 건강 상태

변수	남성		여성		전체	
	n/N	%	n/N	%	n/N	%
지난 2주 우울상태 (PHQ-9)	27/105	25.7	74/188	39.4	101/293	34.5
지난 1년 우울 경험	24/106	22.6	68/194	35.1	92/300	30.7
마음건강 문제로 상담	14/106	13.2	38/194	19.6	52/300	17.3
마음건강 문제로 약물복용	6/106	5.7	14/194	7.2	20/300	6.7
지난 1년 자살생각	8/104	7.7	36/194	18.6	44/298	14.8
(실제 자살 계획)	(3/8)	(37.5)	(13/36)	(36.1)	(16/44)	(36.4)
(실제 자살 시도)	(1/3)	(33.3)	(9/13)	(69.2)	(10/16)	(62.5)

그렇다면 일하는 청년들의 마음 건강은 실제로 어떤 상태일까?

가. 벼랑 끝: 압박감과 불안

일하는 청년들의 시계는 빠르게 흐른다. 또래들이 중학교, 고등학교에 다니고 있을 때, 대학에 진학해 진로를 고민하고 미래를 준비할 때, 이들은 생계유지를 위해 아르바이트를 전전했다. 주말에도 일을 해야 한다는 압박감이 벼랑 끝에 선 청년들의 마음건강을 해치고 있었다. 이들은 어려운 가정 형편 때문에 시계 바늘처럼 잠시도 멈출 수 없었다. 설문조사에서도 일을 하는 이유를 묻는 질문에 36.8%의 응답자가 '돈을 벌지 않으면 당장 생활이 곤란해져서'라고 답했으며, '돈을 벌지 않으면 미래가 불안정해져서'라는 답변(22.4%)이 뒤를 이었다.

대학에 진학하지 않고 17살부터 부모님께 생활비를 드려 온 24살의 강아란은 자신과 같이 일하는 청년들이 '부모님의 기대'에 가장 큰 압박을 느낀다고 이야기했다. 생계형 아르바이트를 하고 있는 22살의 박기영은 밀린 월세와 후불 교통카드비를 내려면 잠시도 아르바이트를 쉴 수 없는 상황이다. 아르바이트가 적성에 맞지 않았지만 돈이 '우선'이기 때문에 쉽게 그만둘 수 없었다. 일하는 청년들이 어려운 가정의 생계를 책임져야 하는 경우, 일을 통해 돈을 벌어오지 못한다면 가족의 냉대까지 견뎌내야 했다. 일 대신 대학에 진학하겠다는 청년들은 부모님의 지지를 받을 수 없었다 [글상자 1].

글상자 1 압박감

구소영 (27세, 여) | (구직활동이) 근 6개월이 넘어가고 있는 거 같아요... 어디 해소할 수가 없는데 어쨌든 멈추면 안 되니까 가고 있는, 그냥 질질 끌면서 가고 있는 약간 그런 느낌 (중략) 면접 나가 있을 때는 일단 돈을 아껴야 되니까 안 먹는 것도 있고. 계속 심적 압박을 받으니까 배가 고파도 입에 뭐가 안 들어가고.

강아란 (24세, 여) | 부모의 기대가 가장 힘들 것 같아요. 왜냐면 저는 나와 사니까 그래도 엄마한테 생활비를 드리거든요. 17살 때부터 드렸어요. (중략) 어떤 친구는 엄마 몰래 적금 들었다가 엄마가 은행 가가지고 해지해서 다 썼다는 애도 있었어요.

박기영 (22세, 여) | (요즘에는 돈이 밀린 것도 있고 그래요?) 네, 월세랑 후불 교통카드. 야간 일을 하고 그거를 채우거나 아무튼 일하고 잠깐 쉬고 풀로 해 가지고 돈을 채워야 되는데 너무 힘들어 갖고 그게 안 돼요. 밀리면 안 되는데...

고지인 (22세, 여) | 제가 일을 할 때 되게 힘들었어요. 그 일을 하면서 점점 말 수가 없어져서 집에 오면 말을 안 하고, 그냥 불 다 꺼 놓고, 이렇게 누워 있었거든요. 그게 반복 됐어요. (중략) 근데 엄마는 몰랐죠. 그렇게 힘든 줄... 근데 힘들어서 쉬었잖아요? 올해 쉬는데 언제까지 쉴 건지에 대한 압박. 이런 압박. 이해를 한다는 척은 하는데 속으로는 이해를 못하고 있는 게 보이거든요. 저는 그게... 유일하게 옆에 제일 가까운 엄마인데 그렇게 생각을 한다는 거.

박수연 (22세, 여) | 다른 알바 같은 거 하면, '진짜 일하기 싫다,' 딱 세 달만 되면 '일 그만두고 싶다'는 생각이 엄청 많이 들었거든요. (중략) 근데 지금은 돈이 우선이잖아요. 돈 없으면 안 되니까. (중략) 일하면 스트레스 받을 것 같고, 그렇다고 하기에는 일은 하고는 싶은데. 돈 때문에 일은 하고는 싶은데. 팔이 너무 아프기도 하고, 스트레스 받을 것을 생각하니까 너무 짜증나기도 하고.

우준수 (20세, 남) | 주말에 일을 해야 한다는 압박감 하고, 잠을 못 잔다는 거랑. 그런 거요. (중략) 10대 때는 되게 잠 같은 것도 자고 싶을 때 자고, 일어나고 싶을 때 일어나면서 뭔가 하고 싶은 거 하면서 공부하고 편했거든요. 그런데 지금은~ 하고 싶은 것도 못하고, 뭔가 어디를 가고 싶은데 그럴 여건도 안 되고, 뭔가 일을 해야...주말에 쉰다는 그런 게 없어서...

[글상자 2]에 제시된 사례들은 일하는 청년들이 느끼는 불안을 보여준다. 이를테면 또래보다 대학 진학이 늦어진 청년들은 불안함을 느낀다. 22세의 박가영은 어릴 때부터 아픈 어머니를 돌봐야 했기 때문에 자신의 의지대로 삶을 이어나갈 수 없었다. 그는 지금도 여전히 매일매일 불안을 안고 살아간다. 어린 시절 아버지의 폭력 때문에 불안함에 익숙해졌다고 말하는 청년도 있었다. 취직에 성공했다고 불안함이 사라지는 건 아니다. 청년들은 만족스럽지 못한 직장에서 벗어나기 위해 쉼 없이 '준비하는 삶'을 살아간다. 미래에 대한 불안감은 현재의 삶에 집중하지 못하게 만든다. 이러한 상황에서 청년들은 일터에서뿐만 아니라 일상의 많은 즐거움도 함께 미룰 수밖에 없다.

글상자 2 불안감

유지철 (26세, 남) | 다들 내일이 없어 보여요. '해 봤자 의미가 없다'라는 느낌. 취직도 사실 마음먹은 대로 안 되듯이 좋은 사람 만나기도 힘들고, 직장에 들어가도 그 직장이 마음에 들 거라는 보장도 없고 평생직장이란 개념도 사라졌고. 무슨 직업은 또 없어진다 그러고. 그러다 보니까 다들 불안불안한 그 상태에서 그나마의 행복들을 찾으면서 버티고 있는 거 같아요.

박기영 (22세, 여) | 대학교를 들어갈 거면 스무 살, 스물한 살에 들어가는 게 좋은데 이제 스물두 살에 지금 스물두 살에 스물세 살에 대학교 가는 게 다른 사람 저보다 나이 많은 사람 많은 거 아는데 그래도 제 관점 제 기준에서는 너무 늦다고 생각되니까. 사실상 넌 늦은 게 아니다. 이런 건 위로가 안돼요

고지인 (22세, 여) | 엄마가 아프셔가지고~ 무엇을 못 해요. 그러니까 뭘... 불안감? 엄마 아프셔서 학교를 못 다녔어요. 근데 뭐 하려고 하면 또 아프고, 뭐 하려고 하면 아파서... 그게 아직도 남아 있는 거죠. 내가 뭘 하려면 어느 순간 '엄마가 또 아프면 어떡하지?' 라는 불안감.

유은진 (28세, 여) | 일이 안 맞는데 무언가를 계속 준비는 하고 있고, 공부는 계속 해야 되고, 막~ 놀지는 못하고. 그렇잖아요? 그러다 보니까 또 운동도 못하고, 취미생활도 잘 못 가지고. 그러니까 뭔가 직장인이면서 공시생인 그 느낌이니까. 그러니까 맘 편하게 놀지를 못했던 것 같아요. 원래~ 마음 편하게 뭔가를 막~ 하.... 근데 막 참.....계속 준비는 해야 될 것 같고.

나. 움츠러들다

일하는 청년들의 마음은 또래와의 관계 속에서 움츠러들었다.

일과 학업을 병행하며 허덕이는 삶은 친구들과 어울릴 시간적 여유를 갖기 어렵게 만든다. 23세의 독립생활청년 송지인에게 고시원은 작고 좁지만 '살 만한 공간'이다. 하지만 남들에게 '불행의 상징'처럼 보여질까 괜스레 위축된다. SNS를 통해 친구들의 삶을 구경할 때 청년들의 마음은 더욱 움츠러들었다. 실제로 설문조사에서도 SNS를 통해서 스트레스를 받는다는 응답자가 38.6%나 되었고, 온라인 인간관계에서 편안함과 위로를 느낀다는 비율은 24.3%에 그쳤다. 고등학교 졸업과 대학 진학을 당연시 여기고 무심코 던진 질문들, 일터에서 학력에 따른 급여 차이와 차별 대우는 사회생활을 일찍 시작한 저학력 청년들을 위축시킨다. 고등학교를 중퇴한 22세 박수연은 일터에서 고등학교를 졸업하지 않은 사람들을 단체 카카오톡에서 배제시키는 차별을 경험하기도 했다. 학력이 높다고 특별히 사정이 나아지는 것도 아니다. 30세의 이진수는 어려운 가정형편에도 불구하고 국가장학금으로 대학원까지 졸업했다. 이후 계약직 연구원으로 취직했지만 동료들과의 격차는 오히려 더 크게 느껴졌다. 똑같은 '계약직'이라도 다가올 미래는 너무나도 다르다고 느꼈다 [글상자 3].

글상자 3 움츠러들다.

우준수 (20세, 남) | 우울해진 경우요? 얘들은 주말에 학과 동기들은 주말에 뭔가 되게 클럽가고, 술 먹고 있고 그런데~ 저는 혼자서 일터에 앉아서 매대에서 휴대폰만 하니까 그게 조금 힘들었죠.

송지인 (23세, 여) | 고시원 산다라고 하면 사람들 머리 속에 그리는 이미지가 있잖아요. 엄청 좁고 정신병 걸릴 것 같고 창문도 엄청 작고 그 정도까지는 아니고 살 만한데 다만 엄청 부지런해야 된다는 힘든 점도 있는데, 사람들 생각하는 인식이 너무 불행의 상징 같아서.

유지철 (26세, 남) | 그런 걱정은 들어요. 예를 들어 고시원 산다, 뭐 정신과 다닌다, 약을 그렇게 오랫동안 먹었고 가족이 없고 막 저에게는 수많은 '들었을 때 헉하게 만드는 게' 너무 많은 거 같아서 이런 것들을 이 사람이 알면 힘들어하겠지. 나를 좀 싫어하게 될지도 몰라

신서현 (25세, 여) | 제가 지금 구직 상태거나 기분이 안 좋을 때, 페이스북이나 인스타나 카카오톡 프로필 보면 딴 사람들은 잘 살고 있을 때, '얘는 잘 살고 있는데, 나는?' 그런 거 느껴요.

엄서진 (21세, 남) | 다른 친구들이 페이스 북에서 노는 걸 보면, 놀거나 일하면서 찍는 사진들을 보면, 굉장히 잘 하고 있다고 생각 들고 자격지심 같은 거 느끼는 거죠. 그런 사진 보면.

고지인 (22세, 여) | 새로운 사람을 조금씩 알아 가다보면 학력이나 이런 게 되게... 말할 때 나 혼자 움찔하게 되고. "고등학교 어디 나왔어?" 당연한 질문이 이렇게 나오는 거에요. 저는 고등학교 안 나왔잖아요. 검정고시를 봤기 때문에. 그거를 사실 정말... 제 딴에는 나쁜 행동을 해서 학교를 안 다닌 게 아니라 어머니 아프셔서 그랬던 건데. 그걸 구구절절 설명을 하는 것도 너무 머리 아픈 거에요.

이진수 (30세, 남) | 처음에는 지금 저와 같은 친구나 사람들(계약직 연구원)과 단절 된 게 있어가지고~ 거기서도 처음에 스트레스 였어요. (중략) 조금 단절감은 조금 있었어요. 왜냐면은 확실히 다들 석사들이고, 당연히 학벌들은 매우 좋고, 그러다보니까 당연히 집안 환경은 당연히 달라요.

이진수 (30세, 남) | 소득 수준의 차이는 단순히 '내가 노동을 해서 내 용돈을 쓴다'의 문제보다는 훨씬 넘어 서는 것 같아요. 일단 두 가지의 차이가 있는데요. 하나는, 첫 번째는 그럼에도 불구하고 그 사람들 용돈은 자기가 쓴다고 해도 알게 모르게 다른 수입들이 많고, 두 번째는 설사 백프로 용돈을 자기가 스스로 번 다 할지라도 미래를 계획 하는 게 명백하게 달라요. 너무 명백하게 달라요.

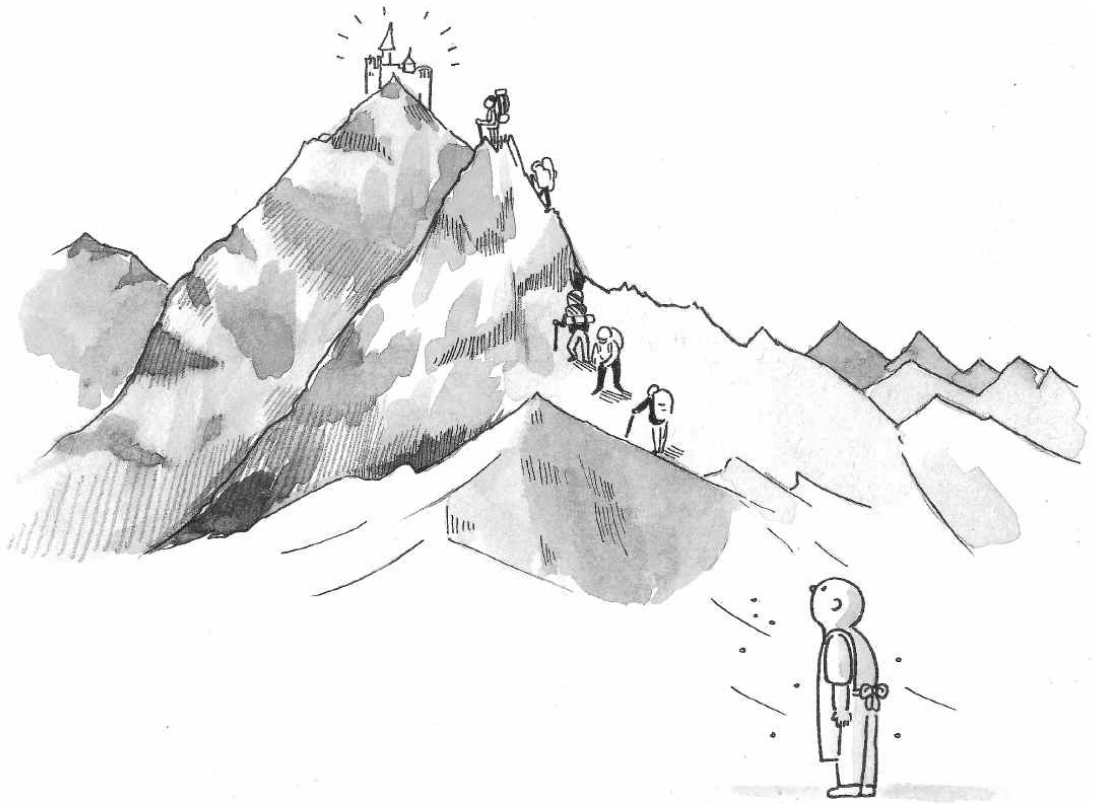
박수연 (22세, 여) | 저는 고등학교 검정고시도 못 땄잖아요. 다른 애는 대학교 휴학생이에요. 그러면 비교 엄청 심하고 월급 차이가 심해요. (다른 사람 비교 말고 스스로 느낀다면?) 저도 느끼는 거죠. 월급차이도 심하니까. 나는 만약에 80을 받는데 애는 100만 원을 받아요. 그러면 '쟤는 100만원 받네. 나도 고등학교 졸업하고 대학교 갔어야 됐나? 그러면 나 여기 때려쳐야 되나?' 약간 이런 거. 그런 거....

박수연 (22세, 여) | 예전에 갓 스무 살 때. (중략) 일할 때 단톡방이 있는데 저는 몰랐어요. 단톡방이 있는지도. 근데 거기에 학력 고졸인 애들만 짜르륵 있는 거에요. 중졸이나 학교 안 다니는 그런 애들은 없고. 톡 방이..

> 유은진 (28세, 여) |'나도 얘네 만큼 이렇게 괜찮은 직장에 가서 나도 이렇게 그냥 조금 내가 이렇게 안정적으로 잘 살고 있다.' 이런 걸 얘기하고 싶은 그런 욕구들은 있는 거죠. 막 비교가 되면서 그거는 예전만큼 그렇게 심하지는 않는데~ 예전에는 그런 자괴감도 사실 들었었어요. 비교를 스스로 비교를 하고 힘들어했죠. (중략) 나도 빨리 괜찮은, 얘네가 보기에도 괜찮은 직장에 내가 취업을 해서 나도 이제 같이 만났을 때 "아, 나 이런데 가니까 좋더라." 이렇게 하면서 얘기하고 싶은 그런 욕구들.

다. 무력함과 무기력

일하는 청년들은 압박감, 미래에 대한 불안, 위축감을 느꼈지만 개인의 노력만으로는 이 문제를 해결할 수 없었다. 23세 노도경은 청년들에게 주어진 어려운 환경이 마치 '설산'과도 같지만 설산을 오를 수 있는 '아이젠', 추위를 견디기 위한 '패딩'이 없어 설산을 오를 '시도'조차 하지 못한다고 설명했다. 청년들은 무력했다. 이들의 마음은 분노보다는 '너덜너덜'해졌고, '꿈이 사라진 느낌'이 들었다. 청년들은 지나친 압박감과 불안 때문에 오히려 아무 생각하지 않고 '무기력'하게 살아가고 있었다 [글상자 4].



글상자 4 무력감과 무기력

구소영 (27세, 여) | 분노보다는 거의 너덜너덜해진. 그냥 못 죽으니까 산다, 약간 이런 느낌. 거의 꿈이 없어져 있는 것 같은 느낌. 막다른 길인 거 보이는데 멈추면 안 되니까 어쩔 수 없이 걸어가는 그런 느낌. 그런 느낌이 요즘.

구소영 (27세, 여) | 그러니까 더 자괴감이 큰 거죠. 나 되게 열심히 살았는데 남은 게 아무것도 없다 이런 거 (중략). 그 이상 내가 뭘 빡세게 할 수 있는 건 없었어요. 이 이상 더 해야 된단 말인가 약간 이런 생각이 지금 들고 있는 거라서, 여기서 뭘 더 어떻게 내가 해야 되지 막 이런. 가끔 요즘엔 다큐 보면 나도 저런 섬나라로 도망가고 싶다. 다 때려 치고 그냥 사랑이고 뭐고 다 지겹고 그냥 빌어먹고 살아도 되니까 혼자 그냥 어디 외딴 데 떨어져 사회 단절하고 살고 싶다는 생각도 들어요. 너무 힘드니까.

구소영 (27세, 여) | (중략) 맨날 가다가 주저앉아가지고 아프고 맨날 신물 토하고 이 정도까지 되니까 다 싫은 거 있잖아요. 나는 다 망가졌는데 얻은 게 하나도 없어. 최선을 다했는데 안 된다. 근데 이렇게까지 해도 결과론적으로는 제가 갖고 있는 게 없기 때문에 없잖아요 어쨌든. 그냥 냉정하게 놓고 따지면. 그래서 네가 이룬 게 지금 뭐야 아무것도 없잖아 어쨌든 너는 노력을 했다고 하지만 없으니까 너는 노력을 안 한 거야 라고 말을 하거든요. 다들.

홍진태 (25세, 남) | 요새 친구들이랑 만나서 아무 생각 없이 웃고 떠들 순 있는데 이제 얘기가 조금만 더 진지해지다보면 다 부정적인 생각들 밖에 안 해서 긍정적인 미래에 대한 긍정적인 대화를 나눠본 게 언젠지도 모르겠어요. 그게 거의 고등학생 때가 마지막인 거 같아요. 그래도 대학생 되면 아, 나 대학생 되면 뭐도 하고 이것도 하고 연애도 하고 열심히 알바도 해서 돈도 벌고 여행도 가고 그래 그런 긍정적인 얘기도 많이 했었는데 이제는 친구들이랑 술을 먹으면 이제 앞으로는 난 뭐 해 먹고 살아야 될지 모르겠다, 온갖 부정적인 얘기만 하다 보니까 그리고 자기 현실에서 자기를 깎아내리는 얘기만 하다 보니까.

노도경 (23세, 남) | 높은 설산 위에 성이 있는데요, 아이젠이 없어요. 그래서 바라만 봐요. 설산 위에 성이 있는데 그 쪽을 가면 그 성이 제 꺼가 될 수 있어요. 근데 아이젠이나 패딩이나, 추위를 견딜 수 있는 장비들이 없어서 올라갈 시도조차 못하고 있는 그런.

이진수 (30세, 남) | 저는 요즘에 확실히 아무생각 안하고 살거든요. 미래를 걱정하며 살면 안 그랬을 것 같은데... 왜냐면 당장 저는 그런 신분(정규직)이 아니라.

유은진 (28세, 남) 그렇게 부당해고 당하고 나서 다시 노인복지관에 왔는데 되게 열정이 없는 채로 1년을 일을 했었던 것 같아요. 1월에 입사를 해서... 어떻게 보면 그분들 입장에서는 되게 신입답지 않은 모습들? 그냥 "공모사업이 왔는데 이걸 한 번 써봐라." 근데 입사한지 일주일도 안 됐는데 공모사업을 쓰라고 하는데 하기가 그냥 싫은 거에요. 처음에 입사할 때부터 열정이 없이 입사를 해서...

라. 잠 못 드는 밤: 불면과 수면부족

생계를 위해 야간 알바를 하는 청년들은 늘 잠이 부족했다. 주말에만 야간 알바를 하는 경우에도 수면이 불규칙해져 평일에까지 영향을 받는다. 압박감과 불안 때문에 불면증을 호소하기도 했다. 약국에서 수면제를 사먹기도 하고, 정신과에서 수면제를 처방받기도 한다. 수면제를 먹으면 약 기운에 하루 종일 힘이 없다. 계속된 불면이 규칙적인 생활을 무너뜨리면 무기력하고 우울해질 뿐 아니라 폭식을 하게 되기도 하고, 자존감이 낮아지기도 한다. 24세 고졸의 독립생활청년 강아란은 잠을 자기 위해 술에 의존하고 있었다 [글상자 5].

글상자 5 불면과 수면부족

우준수 (20세, 남) | (지금 현재로서 내 마음을 가장 괴롭히고 있는 것은 어떤 게 있을까요?) 주말에 일을 해야 한다는 압박감 하고, 잠을 못 잔다는 거랑. 그런 거요.

우준수 (20세, 남) | 잠을 못자니까 그거를 정신과에서 이제 불면증으로 해서 계속 받고 있어요. 상담을 받고 있는데~ 상담을 받아도 도움이 안 되니까 약을 계속 세게 받아도~ 세게 받아도 잠이 안 오는 거 에요. 불면증이라서. 그러니까 정말 피곤해야지 가만히 있으니까 불면증이 더 하는 거에요. 그 때 졸린데~ 이제 너무 당연시 되가지고. 약을 세게 세게 하도록. 어쨌든 그런 것 때문에.

우준수 (20세, 남) | 네 그럼요. 엄청 심하죠. 자도 잠 제대로 못 자고 심리적으로도 계속 불안하니까 잠을 못 자요 깊이. 한 두 시간 자고 깨고 한 시간 자고 깨고 많이 자봤자 한 세 시간. 그러고 나면 불안하니까 잠 못 자고 계속 컴퓨터 앞에 앉아 있어야 되고.

강아란 (24세, 여) | 잠은 원래 조금 잘 못 잤는데 막~ 불면증 약도 먹었어야 되고, 막 비오는 소리 어플이 있어요. 그거를 들어야만 잠이 올까 말까 한 상태도 있었고~.... 그러니까 나를 편안하게 할 수 있는 뭐든 최적의 조건을 만들어도 잠이 안 올 때가 있어요. 잠이. 근데~ 요즘 술을 먹죠. (중략) 그러니까 많이는 아니어도 맥주 한 캔을 먹더라도 먹어야 잠이 오는. 약발이 이제 안 들으니까. (중략) 요즘이 아니고.... 한 3-4년 된 것 같아요. 술 없으면 잠이 안 오는 게.

홍진태 (25세, 남) | (중략) 불면증을 잠이 와야지만 잘 수 있어요. 아침이고 밤이고 잠을 못 자요. 그래가지고 잠이 와야지만 자고 그렇게 한번 잠들면 10시간 넘게 자고 그러니까 아예 몸이 그때부터 박살나기 시작했어요. 운동도 안 하니까 그 때부터 살찌고 불면증 오니까 불면증에 무기력증, 우울증까지 다 와가지고 아무래도 사회생활도 하나도 안 하니까 막 자존감도 떨어지기 시작하고, 뭐 나쁜 건 다 오더라고요. 살찌면서 그 때 막 폭식, 과식하고 그랬어요.

홍진태 (25세, 남) | 처음에 불면증 걸렸을 때는 수면제를 먹어 봤죠. 약국에 파는 것. 근데 그거는 먹으면 죽은 것처럼 잠만 자고 피곤하고 잠자고 나면 피로가 풀리는 느낌 있잖아요. 그런 것도 없고, 하루 종일 약에 취해 있어야 돼가지고 잠에 취해 있는 느낌 그게 더 안 좋더라고요. 그래가지고 약도 안 먹고 나중에는 그러다가 정신과를 가게 됐죠.

방준희 (23세, 여) | 근데 거기(병원)서 수면제를 준다고 수면제를 주기는 했는데 수면제는 먹어도 잠이 안 오더라고요. 강도가 점점 세졌었어요. 수면제는~. 그리고 감정...그 뭐지? 그 약도 있었는데 그것은 잘 모르겠어요. 그 효과가 있었던 게... 선생님들 말로는 "어 약 먹으면 괜찮을 것 같아." 했는데 잘 모르겠어요.

고지인 (22세, 여) |(잠을 잘 못 자는구나) 중간에 자꾸 깨요. 잠들어서. (중략) 그래서 되게 기운이 없다고 해야 되나? 되게 멍해요. 정신 상태가 되게 멍해지고, 기운도 없고, ...그래서 푹 자고 싶다는 느낌을 받고 싶은데 그렇지 못한 상황이죠. 지금은.

설문조사에 따르면, 조사에 참여한 청년들의 하루 수면시간은 3시간부터 12시간까지 다양했으며 평균 약 6.6시간(±1.4)이었다. 최소 6-7시간을 적정한 수면시간이라 했을 때, 이보다 수면시간이 짧은 경우가 19.5%에 달했다. 수면 시간 이외에 수면의 '질'과 관련한 문제도 적지 않았다. 지난 2주 동안 잠들기 어려웠다는 이들이 19.7%, 잠을 유지하기 어려웠다는 경우가

21.0%였으며, 너무 일찍 깨거나(13.3%), 깊게 잠을 못 자거나(20.0%), 잠에서 깨기 어렵다는(32.7%) 이들도 적지 않았다. 최근 일주일 동안 잠을 자도 피로가 회복되지 않았다는 청년이 응답자의 절반을 차지했으며(52.0%), 수면제를 복용하고 있다고 응답한 이는 3%였다 (표5).

표 5 청년들의 수면 문제

변수	남성		여성		전체	
	n/N	%	n/N	%	n/N	%
지난 2주 동안 심하게						
잠들기 어려움	21/105	20.0	38/194	19.6	59/299	19.7
잠유지 어려움	15/106	16.5	37/194	23.6	52/300	21.0
너무 일찍 깸	17/106	16.0	23/194	11.9	40/300	13.3
깊게 못 잠	14/106	13.2	46/194	23.7	60/300	20.0
깨기 어려움	28/106	26.4	70/194	36.1	98/300	32.7
이상 1가지 이상 문제	49/106	46.2	103/194	53.1	152/300	50.7
지난 1주 동안						
수면이 피로회복에 불충분	43/106	40.6	113/194	58.2	156/300	52.0

마. 몸의 이상과 자살에 대한 생각

마음의 상흔은 몸에 새겨진다. 일하는 청년들은 과도한 스트레스로 위경련에 시달리고 갑자기 쓰러지는가 하면, 어린 나이부터 일을 하면서 끼니를 거르다가 응급실에 실려 가기도 했다. 힘든 상황을 커피, 술, 담배로 버티는 청년들의 몸이 망가지고 있었다. 어려운 가정형편을 자기를 탓하며 자해를 시도했고, 자살을 생각하는 경우도 있었다 [글상자 6].

글상자 6 건강 문제와 자살 생각

<건강 문제>

구소영 (27세, 여) | 너무 심적으로 지치니까 최대한 사람이 없는 곳, 나 아는 사람 없는데 가고 싶은 거죠. 나랑 말 안 통하는데 차라리 가고 싶은 거죠. 말 통해서 말을 해 봤자 좋게 돌아오는 게 별로 없으니까 차라리 말이 안 통해서 그런 거면 아 말이 안 통해서 저런갑다 이러고... 진짜 이 2년 간 엄청 많이 아팠어요. 스트레스를 받으니까 저는 스트레스로 사람이 이렇게까지 아플 수 있다는 걸 몰랐거든요. 근데 이건 맨날 환청 들리고 잠 불면증은 너무 기본적인 거고 무슨 신경 뭐 땜에 뇌인지 어디가 잘못돼서 한번 쓰러지기도 했었거든요. 위경련은 달고 살고 맨날 가다가 주저앉아가지고 아프고 맨날 신물 토하고 이 정도까지 되니까 다 싫은 거 있잖아요.

강아란 (24세, 여) | 미용하는 사람들은 위가 건강한 사람들이 없어요. 너무 아파서 병원 갔다 온다고 해도.... 병원 가서 10분인가 밖에 안 지났는데 왜 안 오냐고 소리 지르고. 그리고 눈이 너무 와서 계단으로 올라오는데~ 눈이 다 쌓여가지고 미끄러워가지고 엘리베이터 타고 올라가느라고 1분 지각을 했어요. 1분 지각했다고 "너는~ 너네 엄마가 너를 어떻게 가르쳤길래 이 모양 이 꼴이냐면서.." 이런 욕까지도 하고.

송지인 (23세, 여) | (중략) 근데 제가 건강이 자꾸 나빠지고 있는데 병원에 못 가겠는 거예요. 내시경 받으라고 하겠지, 나보고 생활습관을 이렇게 바꾸라고 하겠지, 커피 마시지 말라거나 술 마시지 말라거나 근데 그런 걸 하나씩 제하다 보면 버틸 수 없을 거라는 그것 때문에도 그렇고. 그래서 건강문제를 아예 치워 버렸어요. 그냥 이렇게 아프게 살지 뭐 하고, 그게 좀 서러운 거 같아요.

방준희 (23세, 여) | 혼자 살면서 계속 일하는 데 밥을 잘 안 먹었어요. 그 때도 응급실에 실려 간 거죠. 제가. (이유가 뭐였어요?) 위경련. 그것도 있었고. 뭐라고 뭐라고 하는데...

<자살생각과 자해>

엄서진 (21세, 남) | 전 옛날에 저 자해를 했던 이유는 하나에요. 저는 우리 집 가정환경이 이렇게 된 거 무슨 일이 있었고 뭐가 있었고 이랬던 게 왠지 다 내 탓 같았거든요. 내가 이렇게 행동에서 이렇게 된 거고 이런 생각을 되게 많이 했어 가지고 내 피를 보면서 위안삼아 딴 거 같아요. 나는 아파도 돼. 나는 좀 다쳐도 돼. 이런 생각으로 했었거든요, 자해를. 맨 처음에는 이렇게 보이는데 막 이렇게 하다가 이거를 남들이 보고 신경 쓰는 걸 보고 안 보이는 데다 하기 시작했어요. 그래서 샤워해도 옷 벗고 못 나오고 목욕탕도 못 가고 그래서.

김철수 (25세, 남) | OO 보건소인가? 거기가 무료 상담도 되고. 전화로 바로 할 수 있더라고요. 그 분한테 막 처음에 제가 집에 혼자 있었는데~ 우울하고 그래서 막.... 그때 OO 보건소가 집에 가까웠어요. 힘들어서 울면서 통화했어요. 다음에 그 분이 만나자고 했고, 그래서 그 때는 힘들어서 저희 엄마랑 같이 갔거든요. 제가 많이 우울해서.... 겨울이었나? 가을이었나? 그 때 후드 티 모자를 눈도 안보이게 쓴 다음에 갔어요. 그 때는 막 우울했어요.

2.2. 무엇이 청년들의 마음을 병들게 하는가?

지금까지 심층면담에 참여한 청년들이 겪고 있는 '마음건강'의 문제를 살펴보았다. 여기에서는 청년들이 겪고 있는 우울, 불안, 무력감, 불면이 어디에서 유래했는지, 무엇이 청년들의 마음을 병들게 하고 있는지 찾아보려 한다.

청년들의 불안과 우울의 중심에는 무엇보다 '일'이 있었다. 장기간 빈곤상태가 지속되고 의식주와 미래 전망이 위협받는 청년들은 '생존 노동'의 굴레에 갇혀있었다. 집안 형편이 좀 나은 청년들도 가족과 사회로부터 '안정되고 돈 잘 버는 직업'을 향해 끊임없이 노력할 것을 요구받았다.

일이라는 것은 사람들이 먹고 살기 위한 수단이기만 한 것은 아니다. 일을 통해서 자아를 실현하기도 하고, 가족 이외의 사람들과 안정된 인간관계를 맺기도 하며, 규칙적 시간표를 통해 삶에 리듬을 찾을 수도 있다. 또 어떤 일을 하는가가 그 사람의 정체성을 설명해주기도 한다. 그러나 오늘날 이런 '일'은 누구나 쉽게 구할 수 있는 것이 아닌 게 되었으며, 일을 통해 얻는 긍정적 측면만큼이나 부정적 측면도 크다. 특히 우리가 만난 청년들에게, 일은 매우 하고 싶은 것이지만 쉽사리 손에 잡히지 않고, 또 막상 일을 하게 되었을 때에는 몸과 마음을 갉아먹는 문제의 원인인 경우가 적지 않았다.

나의 정체성을 규정하기도 하고 나를 의미 있게 만들어주기도 하며, 무엇보다 나의 생존을 거머쥐고 있는 '일'을 확보하기 위한 청년들의 몸부림은 불안함과 우울함으로 드러났다. 면담에 참여한 청년들에게 오늘날의 '일'이 의미하는 바는 한 마디로 '불안'이었다. 이들은 대부분 불안정 노동에 시달리고 있었다. 불안정 노동은 공통의 경험과 공감을 바탕으로 한 사회적 관계를 쌓아갈 시간적, 경제적, 심리적 여유를 주지 않는다. 그래서 친구와 동료 등 서로를 지지해줄 수 있는 관계를 포함하여 사회적 관계를 단절하게 만들었다.

설문조사에서는 일하는 남성 청년에 비해 여성 청년의 직무소진이 상대적으로 심한 것으로 나타났으며, 직무스트레스의 경우 전국조사결과와 비교할 때 직무요구도가 높고 자율성은 낮은 경우가 많은 것으로 드러났다. 여성 청년의 경우 남성 또래에 비해 거의 모든 요소에서 직무 스트레스 위험군이 많은 것으로 나타났는데, 직무자율성의 경우에는 남성 청년에게서 문제가 더 심각한 것으로 보였다 (표6).

표 6 일하는 청년들의 직무 소진과 직무 스트레스

변수	남성		여성		전체	
	n/N	%	n/N	%	n/N	%
소진위험*	34/106	32.1	104/192	54.2	138/298	46.3
직무 스트레스**						
직무요구 높음	24/106	22.6	62/194	32.0	86/300	28.7
직무자율성 낮음	37/106	34.9	53/194	27.3	90/300	30.0
관계 갈등 심함	25/106	23.6	55/194	28.4	80/300	26.7
직무불안정 심함	18/106	17.0	41/194	21.1	59/300	19.7
조직체계 문제	14/106	13.2	38/194	19.6	52/300	17.3
보상 부적절함	18/106	17.0	53/194	27.3	71/300	23.7
직장문화 문제	14/106	13.2	38/194	19.6	52/300	17.3
총괄: 스트레스 위험	15/106	14.2	43/194	22.2	58/300	19.3

* 직무소진: 조사 참여자들의 평균 점수(46.1)를 기준으로 이보다 높은 경우
** 직무스트레스: 전국 남/녀 근로자의 직무스트레스 평가 결과 상위 25% 점수보다 높은 경우

한편, 흔히 마음의 안식처라고 알려진 가족 또한 이들에게는 부담인 경우가 많았다. 면담에 참여한 청년들은 가족으로부터 지지를 받지 못할 뿐 아니라 가족으로부터 비난받거나 부양책임 등을 포함한 압박과 억압 속에서 힘들어하고 있었다. 가족 사이에 좋은 관계를 유지하기가 힘들고, 가족들은 불안정 노동의 구조적 원인을 이해 못한 채 개인의 무능력이나 성격 탓을 하며 '저소득 또는 실직 상태인 나'를 비난하기도 했다. 그래서 가족들과 떨어져 홀로 있기를 선택하는 이들도 있었다.

그러나 인간은 사회적 동물이다. 청년들은 관계로부터 상처를 받으면서도 완전히 고립되고 싶지는 않기 때문에 SNS 등을 통해 정보를 얻기도 하고 타인과 소통을 시도하며 현재의 힘든 상황을 극복하기 위한 노력을 기울이고 있었다.

가. 불안정 노동

♣ 생존노동

심층면담에 참여한 대부분의 청년들은 하고 싶지 않아도 당장의 생계를 해결하기 위해 어쩔 수 없이 해야 하는 '생존노동'을 하고 있었다. 설문조사에서도 일을 하는 주된 이유로 '돈을 벌지 않으면 당장 생활이 곤란해진다'는 답변이 36.8%, '돈을 벌지 않으면 미래가 불안정해져서'라는 답변이 22.4%로 나타났다. 그러다보니 부당한 일을 당해도 항의하지 못했고, 참고 견

디며 버텼다. 일터에서 부당한 일을 당해도 아무도 항의할 수 없는 문화가 만들어지면 그곳은 점점 더 존중받으며 일할 수 없는 곳이 되어간다. '생존노동'을 하는 청년들은 그곳이 내 목숨줄을 쥐고 있다는 생각에 부당한 일을 당해도 저항할 수 없었고, 그러한 자신에 대한 자괴감과 모멸감에 우울만 깊어갔다. 설문조사에서도, '능력을 키우고 나를 발전시키기 위해' 일을 하거나 '일하는 것이 재미있어서'라는 이들이 우울 위험군인 비율이 각각 22.0%와 10.5%인데 비해, '돈을 벌지 않으면 당장 생활이 곤란해져서' 혹은 '돈을 벌지 않으면 미래가 불안정해져서'라고 응답한 이들은 우울 위험군 비율이 각각 42.9%와 40.9%나 되었다. 마찬가지로 생계곤란이나 미래 불안정 때문에 일을 한다는 청년들은 다른 이들에 비해 직무 소진과 직무 스트레스 고위험군인 비율도 높았다.

대부분의 사람들에게 일이란 생계 수단이면서 동시에 일을 통해 내가 의미 있는 존재임을 인정받게 해주는 수단이다. 면담에 참여한 청년들 또한 마찬가지였고, 그래서 더 나은 진로를 고민하고 있었다. 그러나 자신이 좋아하는 일로 도저히 생계를 해결할 수 없거나 가족을 부양할 만큼 돈을 벌지 못하면, 결국 '생존노동'으로 돌아오거나 가족들의 비난을 온몸으로 받아야 했다 [글상자 7].

이렇게 생존 그 자체를 위한 노동은 장시간노동, 저임금, 사업주의 부당 노동행위 등으로 이어졌고 자신의 진로나 경력개발과 무관한 일에 훨씬 더 많은 시간과 에너지를 소모해야하는 악순환으로 이어졌다.

글상자 7 생존 노동

강아란(24세, 여) | 재미있지는 않고여. 할 수 있는 게 이거 밖에 없어요. 그러니까...(중략) 먹고 살라고 하는 거죠. 17살 때부터 나와 살아가지고~ 일을 안 하면 돈이 없으니까.... 그 생계가..

구소영(27세, 여) | 진짜 지금 이 달, 두 달 동안 한 20군데를 회사를 공고 같은 데를, 면접도 보고 회사 직접 가보기도 하고 진짜 그 중에 20군데 중 열댓 군데는 다 그렇더라구요 다. 좀 업계에 오래된 회사도 다 그렇더라구요. 처우가 그런 거예요. 인턴보다도 안 쳐 주는 거예요... 그런데 당장 막막하잖아요. 계속 살아야 되는데 어쩔 수 없이 눈치 보면서 다니고 있는 거예요. 근로계약서도 안 써 주더라고요. 그거를 '6개월 차 지나고 나중에 천천히' 이러고.

민재은(22세, 여) | 그거는 솔직히 처음 했을 때는 발바닥도 너무 아프고 그랬거든요. 근데~ 여기 또 딴 데 찾으려면~ 막 안 받아 줄 것 같기도 하고, 왜냐하면 경력이 없으니까~. 그냥 온 데로 가는 거고, 딱히 이유는 없어요. 뭔가 그만두면 다른 데서도 일 못 할 것 같고 그랬어요..

이유미(29세, 여) | 그런 게 일단 해결이 안 된 상황에서 일단 직장을 구하는 것도 힘들고

내가 지금 하루하루 살아 나가는 것도 힘든데 내 마음이 어떻고 돌보는 거 자체도 실은 버거운 일이에요. 현실을 살아가는 거 자체가 일단. 내가 이러지도 저러지도 못하는데 마음은 또 어떻겠어요.

유은진(28세, 여) | (취업됐을 때) 기쁘기는 했는데 그거는 그냥 단지 정말 취업이 안 되는 상황에서~ 잘 안 되는 상황에서 그냥 지푸라기라도 잡자.... 취업은 해야 되니까. 먹고는 살아야 되고. 일은 해야 되니까. 그냥 단지 거기에 대한 기쁨이었던 것 같아요. 취업을 했다는 기쁨. (중략) 대안학교 이후에는 사실 그렇게 딱히 원하는 곳도 없었던 것 같아요.... 그냥 다 넣었던 것 같아요. 분야 상관없이. 왜 그러냐면 계약직의 서러움을 한 번 겪고 나니까 계약직으로 죽어도 가기가 싫은 거예요. 그리고 청소년 수련관 쪽으로도 갈까를 되게 많이 생각을 했었는데 또 급여적인 부분에서 되게 안 맞는... (중략) 그냥 생계를 위해 사회복지를 하는 것 같아요. 되게 열정이 없는... (중략) 그러니까 그런 생각이에요.

박수연(22세, 여) | (하고 싶은) 노래는 돈벌이가 별로 안돼요. 하휴~~. 노래는 전공을 한 게 아니라서 돈벌이가 별로 안돼요.

박기영(22세, 여) | (물류 아르바이트) 재미 전혀 없었어요. 왜냐하면 시간 진짜 안 가고 혼잣말 하면서 어 어 하면서 좀비처럼 혼잣말 하면서

♣ 장시간 노동

심층면담에 참여한 청년들은 대개 장시간의 불규칙한 노동을 하고 있었다. 대부분 휴게시간을 보장받지 못했고, 휴가 역시 편하게 사용할 수 없었다. 연장 야간 노동을 하는 것은 예사였고, 정해져 있는 근무 시간 외의 근무 또는 임의로 변경되는 근무시간도 당연히 받아들여야 했다. 심지어 야간 물류 작업 같은 경우에는 12시간에서 14시간 노동이 기본이었다 [글상자 8]. 설문조사에서도 하루 평균 노동시간이 법정 기준인 8시간이라는 응답자는 35.9%에 불과했고, 8시간 미만 20.7%, 8~10시간 19.7%, 10시간 이상인 경우가 23.7%였다. 생계를 유지하기 어려울 만큼 단시간 일하거나, 혹은 장시간 노동에 시달리고 있는 셈이다. 한편 지난 1년 동안 (유급) 휴가를 전혀 사용해본 적이 없다는 청년이 응답자의 37.5%에 달했으며, 1~5일의 휴가를 가졌다는 이들이 31.3%로 절대 다수가 휴가 부족에 시달리고 있었다.

글상자 8 장시간 노동

방준희(23세, 여) | (일 할 때 쉬는 시간 같은 거는) 없죠. 아예. (중략) 주말에 대부분 서류(작업) 할 때가 많아서. 근데 사실은 주 6일이에요. 원래 어린이집이~. 근데 저희는 토요일 날 등원하는 아이들이 없어서 요일제 안하고 있는 건데~ 서류 일이 아주 많기 때문에 서류는 집에서 노트북으로....아는 까페 가서 하루 종일 서류하거나 (중략) 휴식 시간만 있어도 좋을 것 같아요. (중략) 서류 작업 때문에 야근할 때는 10시 11시? 그런데

그 때 집에 가서도 하죠. (중략) 이번 휴가 때는 뭐 했지? 이번 휴가 때...아무것도 안 했는데. 집에서 그냥 쉰 것 같은데. 당직이 제비뽑기로 했는데 이렇게 연달아 쉬는 게 아니라 하루~ 막 이렇게 되가지고. 어디 갈 수 없는 상황이었어요.

강아란(24세, 여) | 원래는 12시 30부터 9시 30분까지 근무하기로 했었는데,,, 뭐~ 조금 바쁘다 그러면 10시에 나와서 7시까지 퇴근하고. 아니면 그렇게 했으면, 또 그 다음 날도 똑같이 그렇게 했으면 좋았는데~ 1시 출근해서 10시에 퇴근하라고 했다가~ 그 다음 날은 10시에 출근하라고 그러고. 이게 너무 변동이 심해 가지고....

송지인(23세, 여) | (식사 시간이 쉬는 시간) 빨리빨리 먹을 거면 빨리 빨리 먹고, 출퇴근도 좀 늦게 해서 아마 한 10시간 있는 거 같아요. 매장에. (중략) 지금은 다 마감 근무라서 2시 반 출근해서 11시 반이 근무 시간이예요.

신서현(25세, 여) | (노동강도는) 진짜 바쁠 때는 새벽 5시 퇴근? 그리고 앱 한번 업데이트 하는 날이면 직원들 집에 못가요. 버그를 잡아서 다시 문제 없게 업데이트 해야 되기 때문에. 업데이트 날 정해놓고 문제가 생기면 그 다음 날 미루거나 다다음 날 미루면 되는데 무조건 그날 맞춰야 돼요. 약간 그런 게 있어가지고 다 같이 밤새면서 문제 있는 거 잡고 개발자 분들이랑. 몸은 힘들었는데 그래도 뭐, 솔직히 자기 생활 없긴 했죠, 그렇게 일하면. (중략) 진짜 바쁠 때는 일주일에 5일을 그냥 야근, 12시 퇴근. 출근 시간은 원래 9시 반인데, 그 전날 늦게 12시 넘게 하면 10시 반, 11시까지 출근해도 뭐라고 하지 않아요. (원래는) 9시 반부터 6시 반까지. 야근 진짜 바쁠 때는 진짜 힘들긴 했죠. 그나마 저는 집이 금방 같은 동네니까 퇴근이라도 하면 바로 저는 자는 시간이 이미 확보해놓으니까 저는 좀 체력적으로 괜찮았는데, 집이, 진짜 가는데 2시간 걸린 사람들은 12시 끝나면 진짜 그냥 가서 좀 자고 바로 출근하고

박기영(22세, 여) | 8시부터 10시까지 했을 때 12만 원 받았었어요. 오후 8시부터 오전 10시까지 야간으로. 그렇게. 기본은 8시까지가 맞고 연장이 9시까지 될 수도 있고 10시까지 될 수도 있고. 12시간에서 14시간. (중략) 물류 할 때는 쉬는 공간이 없었는데 물류를 제가 여러 곳에서 했거든요. 어떤 데는 쉬는 시간이랑 공간이 있고 어떤 데는 쉬는 시간이 아예 없고. 알아서 눈치껏 쉬는 거였어요. 고기집 (알바) 할 때는 브레이크 타임 3시에서 5시까지 자도 되고 어디 나갔다 와도 되고 그런 쉬는 시간이 있었어요.

♣ 저임금

최저임금이란 노동자에게 최소한의 생활을 보장해주기 위해 국가가 임금의 최저 기준을 정하여 사용자에게 지급을 강제한 임금을 말한다. 이 정도면 적당하다는 뜻이 아니라 최소한 이 정도는 보장해야 한다는 것이고, 따라서 여기에도 미달하는 경우에는 법 위반으로 처벌을 받게 된다.

설문조사에 참여한 청년들의 월 평균 임금은 146.9만 원이었으며, 100만 원 미만인 이들이 25.1%, 100~200만 원을 받는 이들이 45.5%로 대부분 저임금 노동에 종사하고 있었다. 심층 면담 참여자 중에도 최저임금을 받지 못하는 경우가 적지 않았다. 어떤 참여자는 '그래도 나는

최저임금은 받고 일한다'며 긍정적으로 이야기했고, 어떤 참여자는 최저임금도 안 되는 임금을 업계 관례면서 공공연하게 공지하는 것에 대해 분노를 표현하기도 했다. 이러한 저임금 때문에 참여자들은 자발적으로 장시간 노동을 찾아 하거나, 추가 아르바이트를 하기도 했다. 이러한 저임금은 잠깐의 실직 동안에도 생계를 보장해주지 못했고, 미래를 대비할 수 없게 만들었다 [글상자 9].

글상자 9 저임금

신서현(25세, 여) | 새벽 4시, 5시까지는 많을 땐 일주일에 한 번, 적을 땐 한 달에 한두 번 (야근수당에) 규칙이 있어요. 10시 반까지 만 오천 원, 12시까지 3만 원, 그 이후엔, 시간당도 아니에요. 7시죠 저녁 되면, 7시에서 10시반까지 만5천원. (중략) 그게 본사가 공장 쪽으로 들어가는 거라 본사가 그렇게 아예 규정을 해놨으니까 이 회사도 그렇게 따라가더라고요. 그렇게 해서도 야근수당 많이 받을 때는 4~50. (중략) 대전은 연봉 테이블이 진짜 낮거든요. 디자인 쪽은 아예 낮아요. 에이전시 같은 경우에는 연봉이 신입이 1800, 1600인 데도 많고 아직까지.

노도경(23세, 남) | (아르바이트를) 지속적으로 달달이 하는 거는 이제 그래도 한 백 얼마 정도씩은 벌었었죠. 그랬고 이제 달달이 하는 게 아니라 잠깐잠깐 하는 거는 그때 그때마다 받는 거니깐요 (중략) (청소년 때는) 뭐 부당이라기에는, 최저시급만 받았던 거죠 야간에 일하는데

구소영(27세, 여) | (아르바이트도 아니고 대졸자들인데도) 120, 수습 120이라고 100도 많더라고요. 너무 어이가 없어서. 140 이렇게. 찾아보면 그런 거 법적으로도 안 되는 건데도 당당하게 다 적어 놔요. 120. (중략) 사람인. 인크루트, 잡코리아 당당하게 다 그렇게 써 놔요. 금액을 안 써놓고 '협의' 이렇게 해놓고 '규정'. 이렇게 놓고 들어가면 저 오늘도 출근했어야 하는 회사가 하나 있었는데 최종 합격이 났대요. 그래서 OJT를 갔었거든요. 근데 처음에 면접 볼 때는 2400 주겠다 이래 놓고는 갑자기 말이 바뀌는 거예요. OJT 갔더니. 중간에 전화가 왔구나. 입사 전에 금액 조정을 좀 해야 될 거 같다. 그럼 OJT 가서 얘기를 해 주겠거니 하고 OJT 갔는데 얘기를 안 해 주는 거예요. 그래서 제가 직접 물어봤거든요 대표한테. 그때 그렇게 말씀을 하셨는데 산정이 아직 안 됐으니까. 제 월급도 모르고 출근을 할 수는 없잖아요.

강아란(24세, 여) | 디자이너 단다고 해서 디자이너도 돈을 그렇게 잘 버는 것은 아니에요. 사실~. 그러니까 나 혼자 한 월 매출에 몇 %를 가져가느냐~ 그런 개념이어 가지고~. 여기는~ 제가 지금 있는데는~ 한 40%를 줘요. 500만원 매출을 찍어도 200을 못 가져가는 거에요. 170정도 가져가요. (기초수당 같은 개념은) 없어요. 죽는 거죠.

♣ "전전하는 직업", 아르바이트

흔히 '알바'라고 부르는 아르바이트는 직업이 아니면서 별도의 수입을 얻기 위해 하는 일로, 단기 또는 임시로 고용되어 일하는 것을 의미한다. 그러나 심층면담에 참여한 청년들에게 아

르바이트는 일종의 '전전하는 직업'이었다. 일하는 학교의 2015년 '생계형 청년알바의 일과 삶에 대한 실태조사보고서'가 명명한 대로 이를 '생계형 알바'라고 부를 수 있다. 2015년 보고서의 여는 글에서는 '생계형 노동'과 '알바'라는 단어의 결합이 모순이지만, 현실에서 보는 수많은 '생계형 알바'를 드러내기 위해 이렇게 쓸 수밖에 없다고 밝혔다. 동시에 이들이 사실상 직업 노동자임을 강조했다. 주 5일 이상, 1일 8시간 이상을 일하고, 그 임금으로 자신의 생계 뿐 아니라 가족의 부양을 책임지기도 한다. 그 무게가 결코 가볍지 않기에, 이 글에서도 '알바'라고 부르는 것이 사실상 직업노동자의 불안정 노동의 한 형태라는 점을 강조하고 싶어 '전전하는 직업'이라고 명명했다.

심층면담에 참여한 청년들은 이 아르바이트가 끝나면 저 아르바이트로, 쉼 없이 아르바이트를 전전하며 일을 했다. 여러 개의 아르바이트를 동시에 하기도 하고, 고정 아르바이트 하나와 일용직 아르바이트를 중간 중간 섞어서 하기도 했다. 한 아르바이트를 하다가 그만두면, 바로 연이어 다음 아르바이트를 찾았다. 설문조사에 의하면, 주로 근무하는 직장 이외에 급여를 받는 다른 일을 하고 있다는 응답자가 17.4%에 달했다.

때로는 운 좋게 아르바이트가 직업이 되기도 했다. 그러나 직업이 되었다고 해서 정규직은 아니기 때문에 어차피 계약이 종료되면 다시 아르바이트를 구해야 한다는 불안감을 가지고 있었다. 청년들은 저임금 장시간 아르바이트로 생계를 유지하다보니, 자신이 생각하기에 괜찮은 또는 내가 하고 싶은 일을 찾기 위해 준비할 시간과 돈이 부족했다. 이러다 평생 아르바이트만 하게 되는 것은 아닐까 불안감에 휩싸이기도 쉬웠다. 여전히 '생존 노동'임은 변함없지만 구인광고에서 '아르바이트'가 아닌 '직원'을 뽑는다는 일자리에 힘겹게 들어간다고 해도, 불안정 노동의 속성 상 언제든지 계약이 종료하면 아르바이트를 해야 했다. 면담에 참여한 청년들은 직업과 알바의 경계가 매우 모호한 채로, 짧은 근속기간과 함께 잦은 입퇴사를 반복하고 있었다 [글상자 10].

글상자 10 “전전하는 직업”, 아르바이트

구소영(27세, 여) | 1일 단기 이런 것도 중간에 조금씩 하고, 하기는 아예 매장 관리하는 데 아예 하나를 정해놓고 거기를 쭉 다녔죠. 그것도 계속 옮기고 이러면 그것도 알아보고 이러는데 시간이 너무 많이 소비되니까 아예 그냥 한군데 좀 오래 했었어요. 음반같은 거 판매하는데. 거기서 매니저같이 하면서 관리를 다하는. 판매부터 서비스까지 다.

홍진태(25세, 남) | 클럽에서도 일해 보고 클럽 파티팀 이런 데서도 일 해보고 JK 플라자에서도 일하고 술집에서도 일했고 서빙도 하고 주방도 하고, 뭐 이것저것 다 했어요 제가. 해본 알바랑 일만 한 열네 가지 되는 거 같아요.

한수진(25세, 여) | 그 전에는 조금 한 게 많아서요. 알바보다는 첫 직장은 콜센터였고요. 두 번째 직장은 생산직도 갔었고. 주방보조 알바도 했었고요. 그리고 또 고객센터로 가기도 하고.... 그런 식으로 이제~ 주로 단기 알바~ 대부분 생산직도 많이 가고. (중략) 첫 직장은 얼마 못 다녔고요. 한 6개월 정도 다닌 것 같고요. 콜센터 두 번 째로 갔을 때 1년 4개월 정도 다녔었어요.(중략) (단기물류알바는) 이게 돈이 필요할 때마다 가는 편이여서 얼마 안 가기는 했지만 한 4일 정도 갔었거든요

김철수(25세, 남) | 주유소 아르바이트도 해보고요, 충전소도 해봤고, 홀서빙, 고깃집도 해봤고요, 또 또 술집, 성인 되가지고는 술집도 해봤고, 또 공장 일도 되게 많이 해봤어요. 생산직, 비닐 만드는 것, 식품회사, 또 장애인 활동보조 일도 해봤고, 또 기계, 이런 거 많이 했어요. 주유소에서 조금 오래 했던 것 같아요.

강아란(24세, 여) | 저는 호프집에서도 일도 해보고, 전단지도 돌려보고, 주유소도 해보고, 뭐... 그런 거 해봤던 것 같아요. 진짜 한번은~ 현대 모비스 부품 파는 회사라 그래서 갔더니~ 주유소에 나만 떨렁 던져놓고 와이퍼 팔라고.... 그랬던 데도 있었어요. (중략) 그리고 또 보궐선거 때도 전화 하는 것도 해보고~. 저 별거 다 해봤던 것 같아요. 그리고 또 어떤 그....무슨 회사인데~ 건설업 회사인데~ 컴퓨터 타이핑하는 그런 알바도 해보고 했는데~ 적성에 안 맞아. 적성에 안 맞고, ‘아~ 미용할 껄. 아~ 왜 내가 이걸 때려치우고 이걸 한다고 해가지고....’ 이런 생각이 계속 들어가지고 다시 미용으로 온 거예요.

송지인(23세, 여) | 프랜차이즈 카페에서 바리스타 직원이예요. 알바로만 경력 쌓다가 직원으로 들어갔어요. 계약서상에는 8시간 근무, 1시간 휴게 해서 매장 상시, 매장에 있는 시간만 9시간이라고는 적혀 있는데, 사실 1시간 다 쉬지도 못하고 바쁘면 도와주러 나와야 되고, 사무실 잠깐 들어가면 그때 발주 같은 것도 넣어야 되고 서류 작업할 것 조금씩 있고

홍진태(25세, 남) | 군인이었다가 나와서 처음에는 그냥 용돈 쉬엄쉬엄 용돈 벌이도 하고 놀 생각으로 모란에 있는 맥주 집에서 알바도 해 보고 서빙 알바, 택배 상하차도 하고 그러다가 이제 추석 때까지만 할 알바를 구하고 추석 이후부터는 아예 일을 잡아야겠다. 생각 하고 농협에서 일을 했는데, 거기서 했는데, 거기서 계속 할 생각 없냐고 그래가지고 그냥 안 그래도 마침 빨리 일 시작하려고 하던 참이었으니까 바로 시작했죠. 거기서. 지금까지. 지금 이제 알바까지 합치면 한 두 달 정도 됐죠. 두 달, 석 달 반. (중략) 저 비정규직이죠. 내년 4월까지입니다. 4월 17일까지. 반년 기준이에요. 6개월 기준. 재계약 하든가 거기서 계약 만기하든가 하겠죠.

♣ 스펙과 무관한 불안정 노동의 굴레

심층면담에 참여한 청년들 중에는 현재보다 나은 미래를 찾기 위해 일과 공부를 병행하는 경우도 있었고, 학교 공부를 제대로 마치지 못한 것이 후회되지만 현재의 생계 문제가 절실하다보니 다른 공부를 하지 못하는 경우도 있었다. 청년들 중에는 학창 시절에 열심히 공부하지 않았던 자신을 탓하며 지금의 저임금과 장시간 노동을 당연하다고 받아들이는 이도 있었다.

그러나 자신의 능력을 증명할 수 있는 학력, 자격증, 국가공인시험 등에서 스펙을 쌓아도 불안정 노동의 굴레에서 벗어나기는 쉽지 않았다. 기껏 부당한 대우를 참고 경력을 쌓았음에도 '업계 관례'라는 뜬금없는 명분으로 '경력 같은 신입'을 뽑거나, 저임금이지만 참고 입사했는데 회사가 구조조정을 하는 바람에 퇴사할 수밖에 없는 경우도 있었다. 또한 대학이나 대학원을 졸업했어도 여전히 고용 안정성이나 정당한 처우를 기대하기는 어려웠다.

현재의 삶에 충실하게 몰두하는 경우나, 더 나은 미래를 꿈꾸며 일과 공부를 병행하며 무엇인가를 준비하는 경우 모두, 불안한 것은 마찬가지였다. 공통적으로 지금의 어려운 상황 안에서도 소소한 행복을 찾으려 노력하며 삶을 버텨내고 있었다 [글상자 11].

글상자 11 스펙과 무관한 불안정 노동의 굴레

강아란(24세, 여) | 다들 내일이 없어 보여요. 계획을 자기가 자진해서 딱히 안 한다는 것도 있지만 사실 해 봤자 의미가 없다라는 느낌. 취직도 사실 마음먹은 대로 안 되듯이 좋은 사람 만나기도 힘들고, 직장에 들어가도 그 직장이 마음에 들 거라는 보장도 없고 평생 직장이란 개념도 사라졌고, 무슨 직업은 또 없어진다 그러고. 그러다 보니까 다들 불안불안한 그 상태에서 그나마의 행복들을 찾으면서 버티고 있는 거 같아요. 다른 부분들은 다들 각자 자기가 알아서 하고 있는데 너무 당연히 보장되어 있어야 할 경제적인 안정 같은 걸 장담할 수가 없는

노도경(23세, 남) | 자기 생활에 만족을 못한다는 거죠. 정확히 제가 알지는 못 하죠. 그 사람들의 생각이니깐. 근데 누가 봐도 술을 먹거나 이야기를 해 봐도 되게 많이 (과거로) 돌아가고 싶어 하고 (학업을 다시 하고 싶어 하는 게) 지금의 본인의 생활에 만족을 못 하는 게 보이는 거죠. (지금 학업을 계속할 수 있다 해도) 그 분들은 안할 것 같아요. 왜냐면은 그 분들이 필요한 거는 궁극적으로는 돈이 필요하다는 건데 학업을 하고 하면 그 동안에 하던 있는 일을 줄여야하는 부분이 있는 거잖아요. 혹은 잠을 줄여야 된다거나 본인이 가지고 있는 최소한의 휴식시간을 포기하면서까지 할 것 같진 않아요. 그것보다는 본인들의 생계가, 본인들이 하던 생활이 더 중요하니깐 (중략) 시간과 돈이겠죠. 학원을 다니려면 학원비가 필요하고 학원을 다닐 시간이 필요한 거고

구소영(27세, 여) | 그리고 이게 처음 회사를 들어갈 때보다 이직하는 게 더 힘들더라고요. 막 사람들이 경력자만 뽑아서 신입이 힘들다 이렇게 얘기하는데 사실 경력자도 하나도 안 쉽거든요. 경력을 쳐주는 기준 자체가. 요즘에는 경력을 신입으로 들어오게 하는 회사가 훨씬 많아서 '경력 같은 신입'을 원하는 데가 많아가지고 페이는 신입이랑 똑같이 주는데, 경력은 한 3년, 5년 차 이상이어야 되고 그런 게 되게 많아요. 그래놓고 정작 들어가면 수습기간 이런 거는 신입이랑 똑같이 하면서 3~6개월까지 쳐주는 데도 있고, 제가 지금

저번 주인가 한번 갔던 회사는, 제가 갔다가 아마 여기 전화 온 데가 거기일 거에요. 출근하라고 왜 안하냐고. 그런데 보면 있던 사람들 얘기도 들어 보면 그 사람들도 다 똑같아요. 먹고 살아야 되니까 어쩔 수 없이 다니고 있는 건데, 어떤 분은 대리급으로 들어왔대요. 대리급으로 왔는데 대리로 들어오려면 적어도 3년차 이상이니까 대리로 왔을 거 아니에요 그런데 수습이 6개월이고 지금 거기서 다닌 지 근 1년 차가 되간대요. 근데 아직도 수습 연봉을 받고 있다는 거예요.

유지철(26세, 남) | 회사는 무역회사인데요. 제가 하는 일은 해외거래선 관리, 중국 거래처 연락하는 업무를 하고 있구요. 연락하면서 물건을 구매하고 문제 있으면 상호간에 해결하고 그런 업무를 주 업무로 하고 있어요. (중략) 중국어를 하죠. 중국 사람이랑 거래를 해야 되니까 (중국어는) 그냥 일에 지장 없을 정도로 (해요) (중략) (청년들은 마음이) 진짜 썩어 문드러진다. 진짜 자괴감만 들고 돈 많은 사람은 떵떵거리면서 최순실이 나와 가지고 돈도 빽도 실력이다 그러고, 다 뉴스 터지는 거 보면 비리 터지고, 기업 블라인드 채용한다 해놓고 다 수정 테이프로 고치고, 자기네 주변 사람들로 인사채용하고 진짜 막. 돈이 많은데 준다는 것도 아니고, 진짜 그냥 최소한의 생활을 유지하는데 필요한 직장마저도 그렇게 노력했는데도 보장을 못 해 준다면 다 우선순위 따로 있고, 그런 사회에서 도무지 무슨 희망을 갖고 살아야 돼요 맞잖아요. 그런 거 같아요. 노력하면 다 될 것처럼 해놓고

신서현(25세, 여) | 회사에서 원래 본사가 있었는데 본사에서 지원을 12월 달까지 끊기로 했고 그 지원이 안 되니까 M&A 하거나 회사 자체를 다른 회사에 흡수하려고 했는데, 그게 안 되다 보니까 대표님이 최소 인원으로 이 인원만 인수합병을 하는 게 어떠냐 다른 회사에 제안했고 그러면서 나머지 거의 개발자 분들 세 분 빼고는 다, 대표님, 개발자 두 분, 그 나머지 한 분해서 총 네 명만 해서 M&A. 15명, 16명 그 정도 됐었어요. 협상 자체가 안되기 보다는 어떻게 보면 대표님도 자기 살아야 되는 그런 게 있으니까 이제 그렇게 된 거 같아요.

이진수(30세, 남) | 그런 연구원을 상상하시면 안돼요. 큰 연구소에 자잘한 사람들이 있어요. 저는... 이런 식으로 프로젝트 하나를 진행하고 있고요. 그거 프로젝트 자체는 중소기업 연구원이니까. 중소기업 중에서 이제 뛰어난 기업을 찾고, 그 기업이 왜 뛰어난 지를 분석하는 것을 하고 있어요. 하지만 실제는 그런 것과... 상상하시는 것과 전혀 다른 거예요. (중략) 다음 달에는 명함이 사용 안 될 수 있을 것 같아서요. 저의 신분은 그만큼 불확실하기 때문에~. 계약기간이 있는데~ 재계약이 불확실한 거죠. 그게...또... 재계약이라는 게, 연 단위가 아니라 프로젝트 단위라서. 당연히 이제 올해 프로젝트는 거의 끝나가고, 다음 번 프로젝트에는 제가 참여할 수 있을지 모르겠는데, 상사와의 관계도 안 좋은 것 같고 이런 거죠. (중략) 뭐 몇 년짜리도 있겠지만 몇 년짜리로 고용을 하지는 않고요. 예를 들어, 2-11월, 3월에서 11월. 1년이 안 되죠. (중략) 대부분 석사생들 아예 안 뽑는 경우가 많으니까 보통은 정규직으로는 거의 안 뽑는다고 보시면 되요. 왜냐면 박사를 뽑으니까. 어리면 더 좋죠.

♣ 일상적인 차별

심층면담에 참여한 청년들은 일상적으로 차별을 겪고 있었는데, 학력과 연령차별이 불쾌했다고 이야기하는 경우도 있었지만, 일상적으로 가장 심각한 것은 성차별이었다. 특히 성희롱은 지긋지긋할 정도로 일상화되어 있었는데, 일상적으로 불쾌함을 느끼면서도 참아야 한다는 것

은 상당한 스트레스였다 [글상자 12]. 설문조사에서도 일터에서 지난 한 달 동안 원하지 않는 성적 관심을 경험했다는 응답자가 9.4%였는데, 이들 중 절대 다수는 여성이었다. 지난 1년 동안 일터에서 성희롱을 경험했다는 이들은 6.7%였으며, 이 또한 응답자의 절대 다수가 여성이었다.

글상자 12 일상적인 차별과 성희롱

박기영(22세, 여) | 예전에 그 판교에서 무슨 어디였지? 거기도 홀 서빙이었는데요. 이름이 기억이 안 나네. 낮에는 그냥 밥을 먹고 밤에는 손님들이 술도 시키는, 그런 데였는데 이름이 기억이 안 나는데요. 거기 점장님이 제가 남자친구, 예전에 군대 기다렸었어요, 끝까지 기다리긴 했는데 그 시즌에 알바를 했던 거거든요. 근데 맨날 남자친구랑 헤어지라 그러고 점장님이. 헤어지라 그러고 헤어지고 자기랑 만나자 그러고요. 그게 장난이 아니었어요. 딱 보면 알잖아요. 장난인지 아닌지. 장난이 아니었어요. 그리고 막 카톡 되게 많이 했고요, 저한테 뭐 하냐 그러고. 그리고 같이 있을 때 사람들 없고 둘만 있을 때 여행 그런 얘기 했는데 여행 한 번도 못 가봤어요 제가. 그냥 얘기를 하려고 여행 가본 적 있냐고 그런 거 말했거든요. 아무 생각 없이. '갈래?' 이러면서 '가가지고 스위트룸 같은 데도 가고' 이래가지고. 네? 이렇게 하고 딴 데 가긴 했어요. (점장님 나이가) 서른 한 다섯.

박수연(22세, 여) | 막~ 조금... 외관적인 걸 지적을 많이 해요. 나는 상관이 없는데 손님도 그닥 신경 쓰시는 편도 아닌데 막 위에 직급들이 와 가지고 장난을 치는 거에요. 그 사람들은 장난인데 나는 기분이 나쁜 거죠. "앉아 있으면 살찐다. 막 서 있으면 살 빠진다." 약간 이런 거. 그래서 뭐 먹으려고 하면, 살찐다 어쩌구저쩌구 이야기를 하니까 기분이 나쁜 거죠. 저로서는. 그래서 그만둔 것도 있어요. (중략) "살 빼라. 너가 살 안 빼서 아픈 거다. 살 때문에 병이 생긴 거다. 너는 꾸미고 다녀라." 이런 소리를 되게 많이 하거든요. 그것 때문에도 조금 짜증나고. 일 하기도 싫고.

강아란(24세, 여) | 어릴 때도 저는 할 말은 하는 스타일이여서. 어릴 때도 "그거 성희롱이에요. 한 번만 더하면 저 신고할 꺼에요." 이랬어요. 그래서 많이 혼났어요. 원장한테요. 손님한테 말버릇이 그게 뭐냐고. 그래가지고 "그 성희롱 하는데 가만히 있냐고"

민재은(22세, 여) | 약간 헷갈리는 것은, 손님 중에서 이런 거는 뭐 피자..그러니까 뭘 잘라주는 피자가 있거든요? "이런 거는 여자가 잘라야지 하면서 언니 이리 와 봐" 하면서 잘라 달라고 하시는 분들이 한 분 있었어요. 그래서 조금 애매한… 근데 팁을 주셨어요. 되게 분위기나 보는 게 조금... 그랬었어요. (팁은) 만 원이요. 아저씨 셋이었어요

이유미(29세, 여) | 아무래도 성희롱 같은 거는 좀 일어날 수 있죠. 직장 내에서도 그냥. (중략) 뭐, 가슴이 크네. 작네. 너나 잘 하세요. 이러고 마는데, 장난으로라도 그런 말을 할 수도 있어요. 그러면 3천만 원 이러거든요.

♣ '갑'질: 직장 내 갑질과 진상 손님

'갑질'은 계약 권리 상 쌍방을 의미하는 갑/을(甲乙) 관계에서 상대적으로 우위에 있는 '갑'이 상대방에 무례하게 행동하거나 제멋대로 구는 것을 말한다.[6] 엄밀한 학술적 용어는 아니지만, 사회적으로 큰 논란이 되면서 이제 많은 사람들이 익숙하게 사용하고 있다. 심층면담에 참여한 청년들 역시 이러한 직장 내 갑질과 손님의 갑질 때문에 상당한 스트레스를 받고 있었고, 심각한 우울감을 호소하기도 했다.

설문조사에서도 지난 한 달 동안 위협적이거나 굴욕적인 행동을 경험했다는 이들이 20.0%나 되었는데, 이 때 가해자는 직장동료, 상사, 부하직원인 경우와 손님 등 고객인 경우가 각각 절반을 차지했다. 특히 여성 청년의 경우 남성에 비해 2배 이상 많은 경험을 한 것으로 나타났다. 지난 한 달 동안 언어폭력을 경험했다는 응답자도 17.1%였는데, 가해자는 역시 직장 내부와 고객이 각각 절반 정도를 차지했다. 지난 1년 동안 신체폭력을 경험한 경우도 1.7%였다(표7).

표 7 업무 수행 중 폭력 경험

변수	남성		여성		전체	
	n/N	%	n/N	%	n/N	%
지난 1개월						
언어 폭력	12/106	11.3	39/193	20.2	51/299	17.1
원하지 않는 성적 관심	1/74	1.4	19/138	13.8	20/212	9.4
위협/굴욕적 행동	9/74	12.2	33/136	24.3	42/210	20.0
이 중 1개 이상 경험	13/106	12.3	48/193	24.9	61/299	20.4
지난 1년						
신체적 폭력	2/106	1.9	3/193	1.6	5/299	1.7
왕따/괴롭힘	2/106	1.9	8/192	4.2	10/298	3.4
성희롱	1/106	0.9	19/192	9.9	20/298	6.7
이 중 1개 이상 경험	5/106	4.7	26/193	13.5	31/299	10.4

이렇게 위협 또는 굴욕적 행동을 경험한 청년들이 그렇지 않은 이들에 비해 우울증 위험군인 경우가 흔했다(각각 70.0%와 22.2%). 마찬가지로 언어폭력을 경험하거나 원하지 않는 성적 관심을 경험한 이들도 그렇지 않은 이들에 비해 우울 고위험군인 경우가 흔했다. 또한 업무 수행 중 이러한 폭력을 경험한 이들이 그렇지 않은 경우에 비해 직무소진 위험군일 가능성이

6) 위키 백과 https://ko.wikipedia.org/wiki/갑질

두 배 가까이 높았다.

청년들은 육체적으로 힘든 노동은 참을 수 있지만, 언어폭력을 포함한 직장 내 괴롭힘, 휴식과 휴가를 보장해주지 않는 것, 부당 해고 등 '직장 내 갑질'과 진상 손님, 블랙컨슈머라고 불리는 '손님의 갑질'은 참기 힘들다고 고통을 호소했다 [글상자 13].

글상자 13 직장 내 갑질과 진상손님

고지인(22세, 여) | 어린이집 환경에서 아이들만 케어한다고 되는 게 아니라 서류 일도 너무 많고, 야근도 너무 잦고, 그리고 또 원장, 원감이랑 사이에서... 부하직원을 되게 너무 하대하듯이 행동을 해서. 동료직원들도 많이 힘들어 했어요. 다 같이 동시에 관뒀거든요.

박수연(22세, 여) | 공장이 차라리 나아요. 공장은 차라리 앉아서라도 할 수 있지. 마트는 앉아 있으면 뭐라 하고. 솔직히 계속 쭉 6시간 동안 서있으면 힘드니까. 다른 일을 하려고, 잡일을 하려고 하는데 이제 그것도 힘든 거죠. 원래 하던 사람이 있으니까 뭔가 도와주기도 애매하고, 앉아 있기에는 손님도 있고, 그렇죠.... 앉아있으면 또 뭐라 해요. 와가지고. (중략) 손님 상대 하는 것. 그냥 뭐라고 해야 하지? 좋은 손님만 있는 건 아니잖아요. 그래서 엄청 힘들었어요. 계산 해주고 있는데 카드를 드렸는데 "자기는 카드를 받은 적이 없다" 이러면 CCTV를 돌려봐요. 그러면 CCTV를 돌렸을 때 카드를 드린 게 잡혀요. 그럼 그 손님은 그걸 "아~ 알겠다"고 하고 가는데. 거기에 앉아 있는 게 딱 들키면 그 CCTV에 앉아 있는 게 들키면 혼나요. 불려가서. "왜 앉아 있었냐?" "다리 아파서 앉아 있었다" 이러면~ 손님 없을 때. 그러면 "그래도 손님이 갑자기 들어오면 어떡할 꺼냐?" 이러면서 막 혼이 나요. (중략) 아줌마들이 진상이 너무 많아서 진짜 너무 힘들어가지고, 탈모 생길 것 같아서 그만 뒀는데

김철수(25세, 남) | 저는 크게 힘든 일은 없어요. 다 우리 사람 관계. (중략) 대놓고 욕은 안 하지만은 조금 말할 때 "아 이거 조금 다시 해줬으면 좋겠어" 이런 말이 아니라, 부드러운 느낌이 아니라 조금 화내서 "이것도 못해?" 이런 거. 조금 눈빛이나 그런 게 위협적이라고 해야 되나, 막 사람이.

이유미(29세, 여) | 자기보다 더 아랫사람이라고 그거 아니야. 그냥 듣지도 않고 무시를 해 버리고 그렇게 하면은 자기가 그러다가 나중에 이제 와서야 제 방식대로 하더라고요. 근데 이제 창피하니까 그래 네 방식이 맞았어. 이렇게를 못 하고 가만히 있더라고요. 그럼 이제 저는 뒤에서 그냥 거 봐, 내 말이 맞잖아. 이러고. (중략) 언어폭력은 항상 존재하죠. 아유, 항상 존재해요. 언어폭력 때문에 회사를 퇴사한 사람도 있어요.

홍진태(25세, 남) | 어제 갑자기 내일 회식이니까 쉬는 날이더라도 너 와라 이래가지고. 오냐 안 오냐 라고 안 물어보고 그냥 필참. (중략) 그리고 오후 출근, 요새는 오후 출근 하고 있는데 오후 출근 하면 퇴근이 11시라 보통 11시에 딱 퇴근을 안 시켜줘요. 11시에 딱 퇴근하기가 힘들어요. 일이 다 끝나면 한 11시 10분에서 20분. 저번에는 11시 50분에 끝나 갖고 집에 택시 타고 갔는데 택비시도 안 주고.

한수진(25세, 여) | 근데 제일 힘든 거는... 그래도 콜센터. 감정 노동자잖아요 일단은. 그러니까. 근데 이게 고객한테만 욕을 먹는 게 아니라 상사한테도 욕을 먹고, 매일 매일 한 70-80통 정도는 욕을 먹어요. 그러다 보니까 사람이 견디기가 조금 힘들죠. 많이.

민재은(22세, 여) | 약간 제가 기분 나쁜 것은 반말로 부른다거나 그런 것도 있는데, 저는 "아가씨"라고 부르는 거나 "언니"라고 부르는 것도 솔직히 별로 안 좋아하거든요.

노도경(23세, 남) | 전화 와서 이제 시작부터 쌍욕으로 시작해서 쌍욕으로 끝나는 사람들이 있어요. 그럼 뭐 잘 참고 끝나고 나서 전화 끊고 나서 이제 욕 한 번 하고 담배 피러 올라가고 뭐 그런 그런 그런 식이죠 상처라기에는 상처를 받았다기보다는 그냥 스트레스 받는 거죠

♣ 아프면 안 된다.

심층면담에 참여한 청년들 중 직장에서 아플 수도 있다는 사실을 인정해 준 경우는 없었다. '유급병가'는 고사하고, 아파서 '무급병가'라도 신청하려고 하면 퇴사를 종용했다. 저임금 장시간 노동의 특성 상 아플 때 병원을 쉽게 가기도 어렵지만, 청년들이 경험한 노동 현장은 아픈 사람을 노동자로 인정하지 않기 때문에 마음 편하게 아플 수조차 없었다. 병원비 부담 역시 마음 편하게 아플 수 없는 이유이기도 했다. 충분히 쉬고 치료받을 수 있는 시간적, 경제적 여유가 모두 없었다. 때로는 힘든 삶을 버텨낼 수 있게 해주는 유일한 방법인 '술 마시기'를 포기하고 싶지 않아서 '건강 챙기기'를 포기한 경우도 있었다. 그러면서도 그럴 수밖에 없는 자신의 상황에 서러움을 느꼈다 [글상자 14].

글상자 14 아프면 안 된다 (1)

고지인(22세, 여) | (아파서 병원에 갔다 오겠다고 했는데) (애들) 낮잠 시간에 갔다 오라고. 낮잠 시간이 1시간인데. 그것도 부담감을 주는 거죠. 낮잠시간 동안 갔다 온 다는 것조차 내가 잘못해서 가는 것처럼 그런 분위기를 조성해 주니까... 되게... 울면서 일 했었어요.

구소영(27세, 여) | 금전적인 여유가 없어지면서 병원을 못 가겠더라고요. 돈이 너무 많이 드니까 웬만하면 아픈 거 그냥 다 참게 되고

강아란(24세, 여) | 그게 거의 돈 때문에요. 그 스트레스가. 그리고 가족. 너무 감당할 수 없는 일들이 너무 많이 일어나서... 그것을 저 혼자 해야 하니까 그게 가장 힘들었고. 근데 저는 남한테 얘기하는 게 너무 싫어요. 그걸. 예전에, 옛날도 아니고 21살 쯤에 정신과를 한 번 간 적이 있어요. 가서 그냥 내가 하고 싶은 이야기를 막 했어요. 의사선생님이 다 들어주시고 약도 지어주시잖아요. 근데 그 때 하셨던 말씀이 너무 불안한 상태라서 기분이 막 좋았다가도 금방 우울해지고 그런대요. 근데 그러고 나서 또 그 병원을 또 못 가겠는 거에요. 그래서 그러고 나서부터 술을 먹었던 것 같아요. 약을 먹으면 그게 신경 안정제더라고여. (중략) 병원비도 비싸고. (중략) 밥도 못 먹고, 병원...

송지인(23세, 여) | 제가 건강이 자꾸 나빠지고 있는데 병원에 못 가겠는 거예요. 내시경 받으라고 하겠지, 나보고 생활습관을 이렇게 바꾸라고 하겠지, 커피마시지 말라거나 술 마시지 말라거나 근데 그런 걸 하나씩 제하다 보면 버틸 수 없을 거라는 그것 때문에도 그렇고 그래서 건강문제를 아예 치워 버렸어요. 그냥 이렇게 아프게 살지 뭐 하고, 그게 좀 서러운 거 같아요.

박수연(22세, 여) | 갑자기 병 생겨서. 병 있는 거 확인해가지고 그만 뒀어요. 병가 처리를 안 해준다고 해가지고 그냥 퇴사하라고 해서 "알겠다" 퇴사 한 거에요. (중략) "병가 처리해서 조금 쉴 수 있냐고?" 얘기를 하고, 그러고 "어느 정도 나으면 출근 하겠다" 했는데 "안 된다"고. 대략 2주 정도 된다고 했는데 "안 된다" 해가지고. 그럴 꺼면 퇴사하고 재입사해라 그래서 퇴사처리 했는데 아직도 안 나아서, 거기서 "재입사 할 꺼냐? 오늘이 마지막 면접이다" 이래서 못 한다고....했어요.

이들이 아파도 병원에 가기 어려운 상황은 '마음이 아플 때' 더욱 문제가 되었다. 마음의 병을 진단받으면 '정상이 아니다'는 사회적 비난을 받지 않을까 하는 두려움이 큰 몫을 했다. 저렴한 비용으로 이용할 수 있는 '정신건강증진센터' 서비스를 받고 싶은 경우도 있었지만, 행정적 이유로 실질적인 도움을 받을 수 없었다 [글상자 15].

글상자 15 아프면 안 된다 (2)

구소영(27세, 여) | 병원을 가는 게 나쁜 것도 아닌데 가면 뭐 괜히 왠지 거기까지 발이 떨어지지 않아서 뭔가 약간 그런 거에 도움을 받는 게 삶의 마지노선 같은 느낌이 있어서 진짜 정말 도저히 버틸 수 없을 때 거기는 찾아야지. (중략)너 왜 그런 거 먹어, 정상이 아닌가봐, 멀리 해야겠다

민재은(여, 22세) | 제가 대학 안 갔잖아요? 그 때 엄청 상처를 받았던 것 같아요. 제가 중학교 때도 우울증 왔었는데 그 때도 안 좋게... 집에서 더 괴로웠던 것 같아요. 병원(은) 못 갔어요. 왜냐면 그 때 사회 시선 때문에 겁먹은 것도 있었고, 왜냐면 가면 진짜 정신병자 되는 거 아니냐.~ 이런 생각도 있었고. 그 때는 조금 정신병원에 대한 안 좋은 시선.

신서현(여, 25세) | 내가 이것 때문에 힘들다라고 해서 이렇게 이렇게 생각하면 어떨까 좀 해결 방안을 내주는 게 아니라 아, 힘들었구나 만 해 주는 거에요. 어 뭐지 하고 그 이후로는 안해요. (중략) 해결방안을 바란 거였는데, 아 힘들었구나 그런 좀 위로 같지 않은 위로..

이진수(남, 30세) | 여기는 원래 성남시에 있는 정신건강센터인가, 가보려고 했는데… 직장인에게는 갈 수 없는 시간 때만 운영하더라고요.

유은진(여, 28세) | 올 해 상반기 때 진짜 진지하게 (상담받을 생각이) 있었어요. 그런 상담 받아야 되겠다. 건강...정신 그...정신건강증진센터 그런데도 알아봤었어요. 근데 성남에는 그렇게까지 상담을 해주지 않더라고요. 서울시에 있는데~ 송파구 쪽에 있는데~ 그것은 서울 시민만. 저는 주소지가 성남이여서 그것도 해당이 안 됐었고, 그래서 못 받았었고. 근데 이제 비용 쪽으로 부담은 되게 되더라고요. 한 번 받는데 10만원씩 막 이렇게 하니까

나. '가족' - 불행의 상징

흔히 가족은 '마음의 안식처', '언제나 내 편', 무엇보다 소중한 가치인 것처럼 그려지지만, 청년들이 경험한 현실은 꼭 그렇지만은 않았다. 가난하지만 단란하고 의좋은 가족의 모습은 영화와 드라마 속에서만 존재하는 것인지도 모른다.

♣ 부양해야 할 가족

심층면담에 참여한 청년들은 자신의 생계 뿐 아니라 가족의 생활비까지 부담하고 있는 경우가 꽤 있었다. 자신이 번 돈을 스스로를 위해 제대로 써 본적이 별로 없는 경우도 있었다 [글상자 16].

글상자 16 부양해야 할 가족

강아란(24세, 여) | 한 번도 저는 살면서 그래 본 적이 없거든요. 제가 돈을 벌면, 제가 제대로 써 본 적도 없고. 그리고 나를 먼저 생각하기 전에 항상 가족을 먼저 생각해야 했었고. 뭔가...이번 년도는 그게 목표였는데~

방준희(23세, 여) | 적금 한 50 넣고, 30 월세 내고, 오빠 한 10만 원? 많이 주면 20만 원 주고, 아빠도 30만 원 주고, 핸드폰 요금 10만 원. 보험금 11만 원. 그러면 남는 게 없는데 저는, 거의. (중략) 오빠는 원래 체육관 하다가 군대, 공익 됐는데 늦게 됐어요. 그래서 공익이니까 돈이 없어서 주는 거고, 아빠는 몸이 안 좋으셔서 일을 못하는 상황이라.

고지인(22세, 여) | 엄마가 아프셔가지고 무엇을 못 해요. 그러니까 뭘... 불안감? 엄마 아프셔서 학교를 못 다녔어요. 근데 뭐 하려고 하면 또 아프고, 뭐 하려고 하면 아파서 그게 아직도 남아 있는 거죠. 내가 뭘 하려면 엄마가 어느 순간 또 아파지면 어떡하지? 그래서.. 에. 되게...그런 부분 ..'엄마가 또 아프면 어떡하지?' 라는 불안감. (중략) 그 정도로 아플 때가 많아서, 간병을 해줘야 되는 상황이 생길 때가 많아서. (중략) 외롭다. 그냥 친구들 보면은, 그냥 속마음을 이야기 할 사람이 별로 없다는 거에 그런 거에. 서로 의지를 하기는 하는데...자주 못 만나기도 하니까. 평일에는 되게 외롭게 지내다가 주말 하루 만나면, 그 때 그거를 충족한다고 생각하거든요. 근데 외롭다는 느낌은 받으니까. (중략) (부모님한테는 거의 의지를 못하고) 제가 보호자 역할이니까

박수연(22세, 여) | 당연히 (가족에게) 주죠. 50만 원 씩. (지금 실직 상태에서 50만원 씩 못 드리고 있어서) 그래서 엄마 그렇게 화나 있어요.

민재은(22세, 여) | 제가 돈을 버니까 지원금(기초생활수급비)이 덜 나와 가지고. 그래서 엄마를 드려야 되요.

노도경(23세, 남) | 지금 한 달 저 먹고 살지도 못하는데 도와주진 않죠. 제가 그래가지고 따로 일을 할 땐 뭐 어느 정도 씩은 드렸죠.

♣ 나를 짓누르는 가족

청년들은 가족의 생활비 부담보다 더 피하고 싶은 것이, “생활비를 왜 이것밖에 주지 않느냐, 누구네 집 애는 생활비를 이만큼 준다더라, 아파도 쉬지 말고 일해서 가계에 보탬이 되라, 번듯한 직장을 얻어 가정에 득이 되고 나도 어디 나가 자랑 좀 하자”라는 가족들의 압박이었다. 또한 정해놓은 틀 안에서만 행동하길 바라는 억압을 견디기 힘들다고도 이야기했다. 이러한 압박과 억압은 가족이 청년을 무겁게 짓누른다고 느끼게 만들었다 [글상자 17].

글상자 17 무겁게 짓누르는 가족

강아란(24세, 여) | 부모의 기대가 가장 힘든 것 같아요. 왜냐면 저는 그래도 나와 사니까 그래도 엄마한테 생활비를 드리거든요. 17살 때부터 드렸어요. 동생들을 다 케어하셔야 되고. 저는 그래도 나와서 혼자 100만 원만 벌어도 솔직히 저는 사는데 엄마는 그게 아니잖아요. 자식을 키워야 되는 게 있으니까. 그래서 그랬는데, 부모님이랑 같이 사는 친구들은 더 힘들 것 같아요. 왜냐면 “너는 일을 언제 시작할 꺼니?”부터 시작해서 만약 지금 일을 안 한다면. 그리고 일하는 애들은 “엄마한테 생활비 고작 요것밖에 못주니? 왜 안주니? 남에 집 애는 누구를 얼마를 줬다더라.” 이런 얘기들이 너무 힘들게 할 것 같아요. 어떤 친구는 엄마 몰래 적금 들었다가 엄마가 은행 가가지고 해지해서 다 썼다는 애도 있었어요. (중략) 근데 어른들이 하는 그 기대를 지금 저한테 할... 제 나이 때 얘들한테 할 거는 아니라고 생각이 들거든요. 근데 어른들은 그게 어쩔 수가 없나봐요. 쟤는 첫째니까 요만큼은 해줘야 해. 쟤는 둘째니까 첫째만큼은 못해도 요만큼은 해주겠지. 너는 막내니까 누나 형 보다는 못해도 니가 할 도리를 하겠지. 이런 게 조금 있더라고요. 어른들이 다 그래요. 그리고 또 너무 요즘은 이게 발달했잖아요? 스마트하잖아요? 그러니까 막 보다가도 막 “야 누구네 아들은 이랬다는데, 너는 요것밖에 안 돼?” 이런 게 있어요. (중략) 어른들이 그게 너무 심각하더라고요. 그래서 저는 솔직히 얘들이 우리 엄마가 이랬어, 우리 아빠가 저랬어, 그러면 “한 귀로 듣고 한 귀로 흘려. 무시해.” 이랬거든요. 둘째한테도 솔직히 엄청 제가 혼을 내요. “니는 니가 밥 벌어먹고 살지도 못하면서, 이렇게 얹혀 살면은 양심이라도 있어야” 막 타박을 하긴 해요. 근데 이번에 술 먹고, “너 아직 그래도 되는 나이 맞고, 나도 미용은 하고 있지만 내가 지금 왜 이러고 있나 싶기도 하고 나도 다 그랬다고. 너무 조급해 하지 않으면 다 된다고.”

고지인(22세, 여) | 제일 가까운 사람인 엄마가, 제가 일을 할 때 되게 힘들었어요. 근데 그 일을 하면서 점점... 말 수가 없어져서, 집에 오면 말을 안 하고 그냥 불 다 꺼 놓고, 이렇게 누워 있었거든요. 그게 반복됐어요. 일을 하면은, 집에 오면 완전 쓰러져 누워서 불 끄고 조용히 있어가지고. 시끄러운 곳에 있다가 혼자만의 시간을 가지면 말이 점점 없어지거든요. 유일하게 혼자 있는 시간이 집, 방 안에 혼자니까. 근데~ 엄마는 몰랐죠. 그렇게 힘든 줄. 얘기 안 한 게 제 잘못이지만. 근데 힘들어서 쉬었잖아요? 올해 쉬는데, 언제까지 쉴 건지에 대한 압박. 이런 압박. 이해를 한다는 척은 하는데 속으로는 이해를 못하고 있는 게 보이거든요. 저는. 그게...유일하게 옆에 제일 가까운 엄마인데... 그렇게 생각을 한다는 거랑...

민재은(22세, 여) | 태생을 (바꾸고 싶어요). 그러면 일단 살아가는데 덜 피곤하지 않았을까? 일단 돈이.... 제일 크고.(중략) 집 안에서 뭔가를 제가 원하는 걸 할 수가 없어요. 술도 못 마셔요. 그리고 짧은 바지도 못 입게 하고 그런 것도 있어요. 입을 때마다 욕하시죠.

유은진(28세, 여) | “어 니가 건강보험공단 들어가면 얼마나 좋을까?” 엄마는. 그냥 그렇게 말씀하세요. “엄마가 얼마나 좋을까? 어디 친구들 만나면 이렇게 자랑도 할 수 있고.”

♣ 나를 비난하는 가족

청년들은 가족의 지원은 바라지도 않는다며, 비난이나 하지 말았으면 좋겠다고 호소했다. 집안 살림에 보탬이 되지 않을 정도로 월급이 적은 일자리를 가지면 멸시를 받았고, 실직으로 생활비를 보태지 못하는 경우에는 학대에 가까울 정도의 비난을 받기도 했다. 불안정 노동 환경에서 ‘일’도 힘들고 경제적으로도 어려운데, 가족들의 비난은 청년들을 더욱 지치고 힘들게 만드는 요인이었다 [글상자 18].

글상자 18 나를 비난하는 가족

한수진(25세, 여) | 이게 지지를 못 받는 것까지는 괜찮은데 비판을 하거든요. 그래가지고 그것 때문에 차라리, 비판 받을 바에는 나가자. 그러니까 “대학을 가야겠다” 얘기를 하면, 춤 이야기가 아니라 “너 머리로 되겠어?”라는 얘기를 하세요. 그래가지고 그게 조금... 차라리 비판받을 바에는 혼자 스스로 치유하는 게 나을 것 같아서.

구소영(27세, 여) | 계속 (무조건 선생님 공무원 하라고). 아니면 아무 데나 그냥 다 공장 가이러고. 그런 거 할 바에는 돈이나 벌어서 집안 살림에 보태라는 이런 느낌이어서. 그런 거에 대한 압박이 굉장히 크죠. 가뜩이나 그런 거 옆에서 푸쉬 안 줘도 저도 죽을 거 같은데 매일매일 그러니까 (중략) 밥 축내는 사람이라면서 그런 얘기를

안은수(24세, 여) | 제가 원하는 거 한 것뿐인데 “맨 날 그런 거만 하냐?”고 그래가지고. 아빠가요. 단순한 사무직이나 언니가 KT에서 일하거든요. 그래서 저도 그런 거나 하라고. 기술직, 폴리텍 대학에 있는 기술직, 그런 거 알아보라고. 그런데 저는 그런 거 전혀 관심이 없거든요.

박수연(22세, 여) | (아파서 퇴사 후 쉬고 있는데) 집에 밥이 없어요. 엄마가 쌀을 안 사와요.

유지철(26세, 남) | 쓸데없는 소리 하지 말라고, 바로 단번에 들어보지도, 들을 생각도 안 해요. “이러이러하고 내 계획은 이런 걸 해볼까 하는데 어떻게 생각하냐?” (중략) “하던 일이나 하던지, 그것도 못하면서 뭐 하냐?” 이런 식으로 대화가 안 돼요 진짜. 그게 가장 큰 거 같아요. 그러니까 진짜 저는 부모한테 물려받은 돈이 없어서 원망을 하는 건 아니거든요. 근데 그것보다도 정신적으로 제가 기댈 수 없다는 게 의지할 수 없다는 게 더 엄청 슬픈 거 같아요.

김철수(25세, 남) | 부모님이 생각하는 자식의 삶의 태도 같은 게 있잖아요? 그것은 대학을 안 가고, 주간에 일을 하는 거예요.

박기영(22세, 여) | 저는 그런 거, 결혼은 꼭 해야 한다고 말하는 거요 그냥. 제가 대학교 들어가면 2년제 들어가면 25살에 졸업하잖아요. 엄마가 그러면 돈은 언제 벌고 결혼은

> 언제 하냐고 그래서 결혼 안 할 건데 이렇게 하니까 그렇게 말할 줄 알았다고 결혼은 해야 된다고 꼭 해야 된다고 했는데 이해가 안 갔어요. (중략) 사회복지사를 하려고 대학교를 가고 싶은데, 부모님이 지금부터 돈을 벌지 왜 대학교를 가냐 이런 식으로 계속 설득이 안 돼 가지고 그것 때문에도 힘들어요. 돈이 다 돼도 그거 생각 때문에도 힘들 거 같아요. 엄마가 저 생각해서 하는 말인 거 당연히 아는데 제가 생각이 있고 다 계획해 놨으니까 그런 건데 계획된 것도 많이 말하고 했는데 전혀 듣지를 않으시니까 많이 힘든 것 같아요.

♣ 폭력, 그리고 가족

심층면담에 참여한 청년들 중에는 가정폭력을 경험한 이들도 있었다. 이들은 가족의 지지나 지원은 처음부터 기대도 하지 않았을 뿐 아니라, 가족을 '불행의 상징'으로 여기고 있었다. 자신의 우울함이 가족 탓이라고 생각하기도 했다. 이들은 지지하고 지원해 줄 가족이 없다고 생각하기 때문에 불안정 노동에서 발생하는 문제들을 오롯이 홀로 감당하고 있었다 [글상자 19].

글상자 19 폭력 그리고 가족

> 송지인(23세, 여) | 4월에 그때 쯤에 아빠를 가정폭력으로 고소하고 집을 나오면서 살게 됐는데, 5월에 다른 가족들이랑도 연락도 끊기면서 거기가 제 집이 되버렸죠. (중략) 원래는 할머니랑 아빠랑 셋이 살고 있었는데, 할머니는 이제 제가 가정폭력 겪고 나서 화가 나서 집을 난장판을 해 놨더니 그게 힘들다며 강원도로 가셨고, 삼촌은 타 지역에 서울인지 뭐 살면서 돈만 이렇게 보내주고 있었는데 내가 삼촌한테 말대꾸 몇 마디 했더니 할머니도 그대로 강원도에 있는 채로 연락 두절되고, 아빠는 원래 주민등록 말소 상태라서 어딨는지 조회가 힘든 사람이고 (빈 그 집에 살지 않고 지금 고시원에 살고 있는 이유는) 거기가 너무 불행의 상징이 되어버렸어요.
>
> 노도경(23세, 남) | 그냥 어머니는 교회를 좀 다니고 싶어하셨는데 어머니가 교회를 좀 광적으로 믿으시는 부분이 있었는데 아버지는 그런 걸 싫어하셨죠. 그랬던 것 같아요 그래서 이제 아버지가 어머니를 때려서 입원까지 하시는 정도까지 가시고
>
> 김철수(25세, 남) | 그 때는.... 우울증을 솔직히 말해서는~ 아주 어렸을 때 내면에서 있었던 것 같아요. 어렸을 때 막 엄마랑, 아빠랑, 동생이랑 살 때도 있었지만은, 또 할머니랑 할아버지랑 살 때도 있었고. 또 엄마랑 여동생이랑 저랑 살 때도 있었어요. 그게 하나의 자식에게 학대잖아요. 안정적이지 못한 가족, 환경. 또 아빠한테 많이 맞기도 하고, '여동생은 안 맞아. 왜 나만 맞지?' 이런 느낌도 많이 받았고.
>
> 박수연(22세, 여) | 초등학교 때 잠깐 아빠랑 살다가 다시 할머니네 집으로 들어갔다가 중학교 때 엄마랑 잠깐 살다가 다시 할머니네로 갔는데~ 이제 오빠가 괴롭혀가지고 나온 거죠. 가정폭행. 친오빠. 그래서 나와서 시설에서 살다가 다시 할머니가 불러서 들어갔다가 다시 또 나왔어요. 오빠 제대해가지고. 나와서 살다가 이제 오빠랑 할머니랑 같이 살 집으로 이사 간다길래, 들어갔는데 할머니 돌아가시고 나서 한 몇 달 살다가 오빠가 또 괴롭혀가지고 나와 버렸죠. 그냥.

박기영(22세, 여) | 그 뭐지 엄마가 이혼하셨는데 새 아빠랑 같이 사시거든요. 새아빠랑 저랑 안 좋은 일이 있었어가지고 어쩔 수 없이 따로 살게 됐어요.

다. 필요하지만 부담스러운 사람들

♣ 공감하기 어려운 '우리' 사이

일터에서의 어려움과 가족관계에서의 고민을 직장 동료나 또래 친구들과 나누면 좋을 것 같지만 현실은 그렇지 못했다. 청년들은 자신과 살아온 배경이 다른 동료들과 공감하기 힘들어 조직에 소속감을 느끼지 못했고, 열악한 노동환경과 짧은 근속기간 때문에 동료의 아픔에 공감하기 어렵다는 점을 지적하기도 했다. 친구들과의 관계 역시 자신의 고민을 100% 털어 놓을 정도의 '우리'가 되지는 못했다 [글상자 20].

글상자 20 공감하기 어려운 '우리' 사이

이진수(30세, 남) | 항상 카페가고 이런 문화가 있거든요. 거기에. 이 사람들이 부르주아들이라 어쩔 수 없어요. 안 가면, 어울리기도 해야 되니까. (중략) 처음에는 지금 저와 같은 친구나 사람들과 단절된 게 있어가지고, 거기서도 처음에 스트레스였어요. (중략) 한 5월 달부터도 친해졌을 수 있기는 한데, 조금 단절감은 조금 있었어요. 왜냐면은 확실히 다들 석사들이고, 당연히 학벌들은 매우 좋고, 그러다보니까 당연히 집안 환경은 당연히 달라요. (중략) 아무래도 학교는 분당이었기 때문에 제 주변은 다 그랬어요. 성남에서 살았지만 어쨌든 초중고는 다 분당이어 가지고. 그리고 여기 와서 만난 사람들도 어쨌든 간에 학벌과 소득은 상당히 연관을 가지고 있는 사람들이고. (중략). 저도 경기권 벗어난 본 적이 별로 없어요. 여기 연구원 사람들은 "다 같이 엠티 겸 일본 갈래?" 이런 얘기를 하고 있으니까 제가 어울릴 수가 없어요

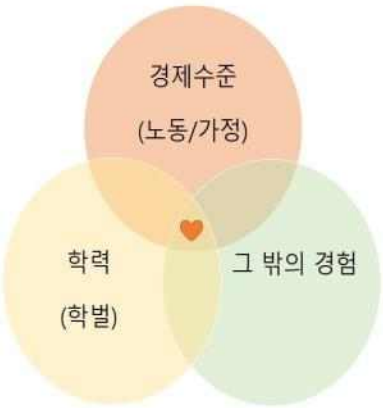
유지철(26세, 남) | (여행은) 그게 문제가 있는 게, 제가 일단 몰라요. 뭐가 좋은지 몰라. 뭔가 알아야지 갈 그런 동기가 생기는데 너무 아무 것도 모르니까 가면 그냥 무의미한 약간 그런 느낌. 그런 게 있는 거 같아요. (중략) (진행자: 나는 뭘 가 본 적도 없고 어디가 좋은지도 몰라서 가고 싶은 곳이 딱히 없다 라고 얘기 했거든요. 그래서 저랑 똑같아서 웃었어요.)

한수진(25세, 여) | 그 친구는 제가 볼 때 나올 수 있는 상황인건 같긴 한데, 매일매일 못 나올 상황은 아닌 것 같거든요. 저도 솔직히 스트레스 장염 받고 하면 그냥 나가요. 나가기는 하는데 굉장히 그것 때문에 지각도 많이 하긴 하곤 하는데, 그래도 그런 거 견디고는 가니까, 그 친구 상황이 이해가 되지는 않더라고요.

송지인(23세, 여) | 솔직히 조금 친구들이 저보다 열등해 보여요. 가족들이랑 계속 투닥투닥하는 친구들이, 가족에 대해 이상적인 모습이라든지, 뭔가 내가 가족들한테 느꼈던 정이나 고마운 것도 생각하면 그건 좀 아쉽지 하고 한편 씁쓸하긴 한데, 친구들이 엄마를 너무 사랑하는데 엄마는 나를 너무 미워하고 사실 나도 엄마를 미워하지만 동시에

> 사랑하고, 이런 것들 때문에 괴로워하는 거 보면 그냥 나와 살면서 그 고민을 하지, 왜 왜 그러지? 나와도 되는데. 제 그런, 어떻게 보면 우스워보일 수 있는 (나는 집을 나왔다고 가족과 연을 끊었다는) 그 우월감을 들키지 않으려고 가족 얘기할 때 입을 잘 안 열어요. 그냥 제 얘기가 나오면 얘기 하는데 농담처럼 "연 끊을 수도 없고" 이러면 "나 연 끊고 사는데?" 이러면서 그렇게는 얘기하는데, 친구들이 각자 가족 얘기를 할 때는 대답을 잘 안 해요.

심층면담에 참여한 청년들의 상황이 모두 비슷하지는 않았다. 어느 누구도 힘들지 않은 사람은 없었지만, 누가 봐도 상황이 심각하게 안 좋은 경우부터 그래도 조금 나은 경우까지 다양했다. 얼핏 봐서는 비슷하니까 서로 공감하며 의지할 수 있을 것 같지만, 그 미묘한 차이들이 '우리'로 묶이는 것을 방해했다. 옆 그림의 ♥표시 부분처럼 자신을 둘러싼 여러 가지의 조건들이 일치하는 경우에는 '우리'라고 느끼며 100% 공감하기 쉽지만, 일부분만 겹지는 경우에는 관계를 이어나가더라도 유지하기가 쉽지 않았고, 자신과 겹쳐지는 부분이 전혀 없는 경우는 나와 다른 사람이라는 이질감을 느끼기 쉬웠다. 힘겹게 생계를 이어가고 있는 청년들이 어딘가에 소속감을 느끼고 안정감을 찾거나 공감하며 서로 지지하는 것은 어려운 일이었다.



설문조사 결과에 의하면, 가족 또는 친척과 만나는 빈도가 월 1회가 안 되는 이들이 13.7%, 월 2-3회인 경우가 8.7%, 주 1회 이상인 경우가 77.7%였다. 이는 가족들과 함께 사는 청년들이 많았던 이번 조사의 특성을 반영하는 결과이다. 친구와 만나는 빈도는 월 1회 이하가 18.4%, 월 2~3회 18.7%이었으며, 주 1회 이상인 경우가 62.9%이었다. 한편 월 1회 이상 정기적으로 참여하는 활동 중에는 친목(42.0%), 여가와 레저(37.3%), 종교(25.7%), 공익 활동(16.9%)의 순으로 빈번했다. 고민이나 힘든 일이 있을 때 의논하거나 상담하는 사람이 없다고 응답한 청년은 9.4%였으며, 그 중에는 친구에게 상담하는 경우가 가장 흔했고(42.2%), 연인(15.9%), 부모(13.3%)의 순서를 보였다.

♣ 혼자 있고 싶다! 그러나 고립되고 싶지는 않다!

불안정 노동과 불행의 상징인 가족 관계에서 지친 청년들은 혼자 있고 싶어 했다. 때로는, 어느 날 돌아보니 이미 혼자가 되어 있는 경우도 있었다. 관계 맺기가 어려워질수록 혼자 있고

싶었으나 그럼에도 완전히 고립되는 삶을 원하지는 않았다. 혼자서 돈들이지 않고 할 수 있는 취미를 찾기도 했다. 그것이 '책'이거나 '공부'인 경우도 있었지만 대부분은 사회관계망서비스(SNS)나 온라인 채팅, 게임을 통해 사회와 연결되고 있었다.

돈이 없고 관계맺기가 어려워서, 누군가를 만나러 나가는 것이 부담스러울 때 온라인 세상인 SNS나 채팅, 게임은 나와 비슷한 사람들이 있다는 안도감을 느끼게 해주었다. 현실의 고통을 잊고 지금에 집중하며 잠시라도 편하게 해주는 것으로 온라인 세계는 술만큼이나 지친 청년들에게 매력적이었다. 그렇지만 SNS에서 나의 처지와는 다르게 너무나 행복하게 잘 사는 타인들의 모습을 접했을 때, 좌절감과 자괴감은 오히려 더 커졌고 이질감은 강화되었다 [글상자 21]. 설문조사에서도 SNS 이용에서 스트레스를 받는다는 경우가(38.6%) 위안을 얻는다는 경우보다 더 많았다(24.3%).

글상자 21 혼자 있는 게 편하다, 그러나 고립되고 싶지는 않다.

이진수(30세, 남) | 일단 무엇보다 뭔가 활동적으로 놀고 싶다라기 보다는, 완벽하게 릴랙스하고 싶다는 욕구가 강해요. 완벽하게 휴식을 취하고 싶다. 회사 가기 전 날, 일요일에는 아무 약속도 안 잡고, 누워만 있는다거나. 그리고 한창 스트레스 많이 받았을 때 집에서 영화를 엄청 많이 봤어요.

유은진(28세, 여) | 그러니까 결국은 그건 것 같아요. 누군가한테 이런 이야기들을 조금 마음 편하게 터놓을 수 있는 상대가 많이 없는 거죠. 사실 직장 동료를 붙잡고 이런 얘기를 할 수도 없는 거고, 그렇다고 부모님을 붙잡고 이런 얘기를 할 수도 없고, 다들 살기 바쁜데, 친구를 붙잡고 얘기를 할 수 없는 거고.

신서현(25세, 여) | 제가 대전 있을 때 퇴사하고 취업기간이 길었거든요. 퇴사하고 재취업하는 구직 기간이 길었어요. 8개월. 텀이 8개월 있었는데 집에 있으면 그거에 대한 압박감이 심했거든요. 대전 집에 있으면. 차라리 혼자 있으니까 집도 안 내려가고 어쨌든 마음이 편해요. 오히려 혼자 사는 게 마음이 좀 더 편하더라고요.

이유미(29세, 여) | 지금으로선 최선은 상의할 사람이 있다는 게 제일 중요하겠죠. 인간 관계…. 또 좀 어려운 거 같아요. 그것도 만약에 그 사람이랑 만약에 잘못돼버리면 너무나 힘들어지기 때문에, 그런 경우가 자살할 수도 있거든요. 그래서 오히려

엄서진(21세, 남)| 혼자 있을 때는 편하죠. 형 이제 출근하고 엄마도 출근하면 편한데, 가족들이랑 있으면 좀 불편한 거 같아요.

박기영(22세, 여)| 엄마를 보고 그 본가에 있는 것보다 집에 혼자 있는 게 더 편한 것 같아요. 가족보다 혼자 있는 게 더 편한 것 같아요. 새 아빠 그것도 있고 계시기 때문에 그런 것도 있고 엄마를 보면은 엄마랑 제 가치관이 너무 안 맞아 가지고 불편해요 너무. 지금도 대학 가는 거 반대하시고 제가 뭐만 말하면 다 반대하고 아니라 그러고, 싫다 그러고, 잘못했다 그러고, 여태까지 잘 했다고 칭찬을 한 적도 없고 그냥 엄마 편하지가 않아요.

유지철(26세, 남) | 사람을 너무 자주 만나는 건 비용이 들잖아요. 사람을 만나면. 그래서 안

만나는 게 있는 거 같아요. (중략) 여태까지 버틸 수 있었던 게 성남 청년회 때문에 그런 거 같아요. 유일하게 제가 성남에서. 사람을 만나야 되죠. 아니면 진짜 고독사로 돌아갔을 수도 있을 거 같아요. 진짜로.

엄서진(21세, 남) | 전 사실 게임을 현실도피용으로 많이 했었거든요. 학교를 그만두고 검정고시 준비할 때 정말 저한테 좀 안 좋은 일이 있었어요. 주변관계가 다 정리가 돼 버린 거예요. 저는 사람한테 의지를 많이 하는 편이었는데 그때는 정말 만나서 내 얘기를 할 수 있는 사람이 하나도 안 남은 거예요. 그래가지고 처음으로 게임을 시작했죠. 서든하고 아이언하면서 얼굴도 모르는 사람들이랑 토크온 하면서 게임하고 이런 거에서 약간 좀 위안을 얻고 외로움을 달래고 그랬었거든요.

송지인(23세, 여) | (내 성격은) 외딴 섬 느낌. 저는 좀 여기에 슬프기도 하는 동시에 자부심도 느껴요. 사람들이랑 억지로라도 계속 관계를 유지하려고 애쓰는 거보다 가족이 없어진 것도 그렇고 그걸 시작으로 돌이킬 수 없는 거기도 한데 어쨌든 그랬기 때문에 나만의 색깔로 뭔가 막 예쁘게 꾸며 놓은 울릉도 이런 느낌.

노도경(23세, 남) | 잘 못 만나죠. 오히려 돈이 없으면 안 만나려고 하죠. 만나봐야 친구들도 알고서는 만나는 거긴 하지만 저도 기본적으로 써야하는 돈이 있고 기본적으로 조금 써야지 오히려 친구가 내주는데 그런 기본적인 돈 자체도 없다보니깐 잘... 안 만나려고 하죠 (중략) 담배를 피우러 가거나요 혹은 이제 다 끝나고 나서 게임을 하면서 잊는 편이에요

안은수(24세, 여) | 친구나... 아니면 온라인 상의 사람들이랑 얘기 하는 거. 소통....채팅. 모르는 사람들 아니고, 그렇게 해서 알게 된 사람들. (중략) 제 편도 들어주고, 이거는 아닌 것 같으면 아닌 것 같다고 말해주고, 잘 말해주고 해가지고....

민재은(22세, 여) | 트위터요. (반응은) 솔직히 별로... 팔로워들끼리 그렇게 반응이.. 이렇게 주고... 활발한 편이 아닌데, 그래도 그 사람들이 보고 있다는 것만 느끼고, 올리면 그것만으로도 위안이 되요. 기분이나 맛있는 거 먹으면 맛있는 거 찍어 올리고. (다른 사람들이 올린 거 보면) 부럽고 저기 가보고 싶고 그렇죠. (중략) 일부러 말하는 사람들 별로 없어요. 그냥 거기는 관심 끌면, 딱 이렇게 하트? 마음인가? 그게? 내가 이거 읽었다. 라는 표시니까, 그걸로 만으로도 괜찮아요.

송지인(23세, 여) | 전 트위터에 살아요. 제 자아가 거의 통째로 거기에 있어요. 그게 거의 눈 뜨면 해서, 눈 뜨고 눈 감을 때 까지. 버스 타면 버스 기다리면서 계속 하고(중략) 저는 사람들이 좀 소소하게, 소소하게 라기보다는 일상 곳곳에서 행복을 찾는 얘기들, 그리고 좀 불행하게라도 살아내고 있는 얘기들. (중략) 그렇게 남이 사는 얘기들을 보면 좀 기운이 나요. 이렇게 사는 거야

엄서진(21세, 남) | 가족들하고도 대화가 없는 건 사실인데, 그건 어릴 때부터 그랬어 가지고 상관없는데, 보통 SNS 페이스북 같은 거 하잖아요. 제가 그걸 끊었거든요. 하면 엄청 막 외로워지는 느낌, 하면 막 이불 속에서 페이스북 하고 있는 게 너무 한심하다고 생각해야 되나 어쨌든 그런 느낌 때문에 그것도 끊었거든요. 페이스북도. 다른 친구들이 페이스북에서 노는 걸 보면, 놀거나 일하면서 찍는 사진들을 보면, 굉장히 잘 하고 있다고 생각 들고 자격지심 같은 거 느끼는 거죠. 그런 사진 보면.

강아란(24세, 여) | 요즘은 (SNS) 잘 안 해요. 꼴보기 싫어가지고. 하하하하. 너무 솔직했나?. 그냥... 애들이. 그러니까... 그런 거 있잖아요. 나도 돈 벌고, 나도 저거 사먹을 수 있고, 저거 살 수 있어, 그리고 나도 저기 갈 수 있고, 나도.. 나도 여유 부릴 수 있는데.... 이상하게 거기 올린 얘들은 뭐가 그리 여유가 넘쳐. 너네는 뭐가 돈이 넘쳐

나가지고, 그래요. 걔네는 참 이상해. 또 웃긴 게 남들도 나를 그렇게 볼 수도 있어요. 근데 사람이다 보니까 그렇게 생각은 안 들더라고요. 그러니까 재수 없어, 재수 없어서 안 봐요.(중략) (제일 꼴 보기 싫은 건) 어디 여행 가는 거. 나는 지금 일하고 있는데, 이 평일 날. 그런 거. 근데 그것도 국내 여행도 아니고 꼭 해외여행을 가요. 사람들이.

라. 사회의 시선과 평가

♣ '나의 노력은 왜 인정받지 못할까?'

청년들은 사회가 나를 바라보는 시선의 불공평함, 부당함에 힘들어하고 있었다. 이들은 독립적이고 주체적으로 스스로의 삶을 개척하고 가족들을 부양하기까지 하지만, 사회적 시선은 차갑기만 했다. 그 시선의 기준은 내가 따를 수 없는 '그들만의 법칙' - 공부를 잘 하는가, 학력은 어느 정도인가, 나이 때에 맞게 무엇을 하고 있는가, 경제력은 어느 정도인가 등이다.

'그들만의 법칙'으로 나를 규정하고 차갑게 바라보는 시선 때문에 청년들은 자괴감을 느끼고 좌절했으며, 과거를 후회하거나 스스로를 탓하기도 했다. 대학에 간 사람은 간 사람대로 후회를 했고, 그렇지 못한 사람은 또 그렇지 못한 것에 대해서 후회했다. 청년들은 '당신들이 규정한 나'가 사실과 다르다고 항변하자니 억울하기도 했고 자존심이 상하기도 했다. 생계를 위해 하루 10시간이 넘게 일하고, 주어진 상황에서 스스로의 삶을 책임져 왔지만 '그들만의 기준'에 들지 못하면 사회적으로 인정받을 수가 없었다. 어쩌다 사회 구성원으로서 가치를 인정받게 되었을 때는 커다란 보람과 만족감을 느꼈다 [글상자 22].

글상자 22 사회적 시선

고지인(22세, 여) | "그냥 **검정고시** 봤어"라고 얘기를 하면, 괜히 나 혼자 '나를 안 좋게 보겠지?' 날 또 설명하기에는~ 그냥...너무....자존심도 상하기도 하고. 그냥 그런 거? 요즘은 느끼고 있어요. 학력에 대해서. 고등학교를 안 나와서 자괴감에 빠진다고 해야 되나?

박기영(22세, 여) | (청년들의 답답한 마음은) 해결이 안 될 거 같아요. 스펙 따지고 그런 것 때문에 대학을 들어가려고 그러고 대학원 나올라 그러고 아니면 돈이라도 벌라 그러고 어떻게든 경쟁에서 이길라 그러고 그런 것 때문에 답답하고 약간 연애하기 힘든 시대인 거 같아요. 알아서 잘 하지만 연애하기 힘든 시대인거 같아요. 이것저것 걱정이 많은 거 같아요, 다들. (중략) 어른들이 저희들이 걱정이 없을 거라 생각하고 너희들은 좋은 때다 말하는 게 무슨 뜻인지는 알겠는데 전혀 좋지는 않은 거 같아요. 저희는 안 힘들다고 생각하는 거 같아요.

민재은(22세, 여) | 솔직히 제 머리로는 다 괜찮은데 주변에서 부담 주는 거. 그런 게 더 힘들었던 것 같아요. (중략) (부모님) 그런 것도 있고, 일단 막상 솔직히... 사회를 보면은

제 나이 때 뭐 하고 있고 이런 게 많잖아요? 조금 뒤쳐지는 느낌 같은 거. 정석대로 코스를 안 밟으니까. (중략) 캐나다에서 한 번 살아보고 싶은 마음이 있거든요. (중략) 그냥 사람 대 사람으로 다 똑같이 봐주면 솔직히...막 청년들이 자기 대학 나온 거에 대해서 막 숨기고 그런 것도 있잖아요? 그래서 그런 것도 없어질 것 같아요. 동등하게 산다면.

김철수((2015년), 23세, 남) | 제가 그냥 숨기고 건강한 척 해야될 걸 그랬나봐요 (중략) 이런 거 숨기고 현역 갈 걸, 이런 생각 들어요. 괜히...그래요.(중략) 학교를 그만 둔 것도 후회되고 (중략) 후회되죠. 사회복무요원 하는데 네이버뉴스 보면 현역이나 군대나 이런 군생활 같은 거 나오면 댓글 보면 공익, 사회복무요원, 면제 막 욕하고 안 좋은 시선 있고. (중략) 사회복무요원을 너무 무시하는 거 같아요. 냉대하고. 다른 나라들은 좀 우대해 주는데. 우리나라보다는 좀 괜찮게 대우받는데

이유미(29세, 여) | 기대는 많고, 일단은 사람들이 정해진 그런 좋은 직업들, 뭐 어디서 살면 좋고, 이런 것들이 이미 벌써 정해지고 짜여져 있는데 그거에 맞춰 살려고 하니까, 나는 너무 힘들고, 내 능력은 안 되고, 그냥그냥 살고 싶어도 그냥 그냥 살게를 두지를 않으니까

유지철(26세, 남) | 제가 하고 싶어도 남들 시선이나, 아니면 가정환경이나 여러 가지 그런 제약들 때문에 스트레스, 고민 그런 게 있죠. (중략) 그냥 시키는 대로 내가 열심히 하면 되겠지, 세상이 그렇게 가르치잖아요. 네가 노력하면 된다. 열심히 하면 된다. 남들이랑 다르게 밤새 가면서 해라, 이렇게 외치잖아요. 그대로 했죠. 근데 배신당한 느낌인 거예요.

이진수(30세, 남) | '내가 인간관계를 잘못했나? 우리는 잘 될 수도 있었는데'라는 생각을 했었던 것 같아요. (중략) '애당초 대학 가지 말 걸 그랬다'라는 생각을 해요. 대학 자체를. 대학원도 아니고 대학 차체를. 진짜로. 어차피 이쪽으로 제가 잘 될 수 없던, 어떤 성장 경로와 배경을 갖지 않았나. 그것도 다 모든 걸 소득으로 환원할 수 없겠지만, 당연히 물론 노력도 있을 테고, 재능도 있을 테고 다양하게 있겠지만, 다 환원할 수 없어서 어쨌든.... 이렇게 환경이었다면. 애당초 안 가고 고등학교만 졸업했으면 어땠을까 생각을 해요.

홍진태(25세, 남) | 전 지금 좀 만족스러워요 지금 생활이. 자존감이 그렇게 높아진 것까지는 아닌데 옛날보다 많이 나아진 것 같기도 하고, 아무래도 생산 활동을 계속하고 일을 함으로써 보람이나 성취를 느끼니까, 나도 이런 데에 도움이 되는구나 이런 거, 이런 거를 할 수 있구나, 이런 생각을 하게 되니까.

신서현(25세, 여) | (만족도는) 시기적으로 그나마 그래도 좀 바쁠 때가 (좋아요). 개인적인 시간에 대한 만족도가 낮기는 한데 (중략) 그 구성원의 뭔가 필요하다는 그런 게 느껴져서 차라리. 솔직히 쓰임이 없는 사람이라고 느껴지면 그 회사에 다녀야 될 이유도 없고

이들 청년들의 경우, 아무렇게나 살았기 때문에 학교를 졸업하지 못한 것도 아니었고, 윤리의식이 없어서 빚이 쌓인 것도 아니었다. 생계 때문에 빚을 져야만 하는 상황이 종종 발생했고, 정보도 부족하고 보호해줄 울타리가 없다 보니 사기 같은 범죄에도 자주 피해를 입게 되었다. 자신의 삶을 책임지기 위해 누구보다 애쓰며 살아가고 있지만, 사회는 '그들만의 법칙'으로 '나를 잘 알지도 못하면서' 쉽게 '나의 가치'를 결정하며 끊임없이 차가운 시선을 보냈고, 청년들은 그러한 사회적 시선 때문에 더욱 외롭고 불안해 할 수밖에 없었다.

마. '쓸모없는 유용한' 제도

심층면담에 참여한 청년들은 정부나 지자체에서 실시하는 여러 프로그램들의 혜택을 받아본 경험이 있었다. 그런데 의미 있고 괜찮은 프로그램은 조건이 까다로워 선정되기가 너무 힘들고, 그렇지 않으면 제대로 진행이 되지 않아 실질적 도움이 되지 않는 경우가 많았다. 이런 지원 프로그램이 아예 없는 것보다는 낫겠지만, 제대로 운영되지 않다보니 청년들이 가진 마음건강 문제를 덜어줄 정도는 되지 못했다. 어쨌든 이러한 프로그램들은 사회가 청년에게 내미는 따뜻한 손길이라는 점에서 중요한 시도라고 할 수 있다. 최소한 사회가 청년을 방치하지 않고 있지 않다는 점을 알게 해주고, 이들이 사회적 존재로 살아가는 데 지지가 된다[글상자 23].

글상자 23 쓸모없는 유용한 제도

강아란(24세, 여) | 돈을 모을 수 있는.. 그리고 그런 거 있잖아요. 지금 그런 거 하시잖아요. 그...도에서 몇 명 뽑아가지고 한 달에 10만 원씩 하면 천만 원 만들어 주는 건가? 그것도 너무 ... 저 그거 두 번 넣었거든요. 두 번 다 떨어졌거든요.

고지인(22세, 여) | 저는 수급자가 아니에요. 어머니가 수급자에요. (중략) 근데 저는 못 받는 거죠. 근데 소득이 없는데, 일을 할 수 있는 상황인가 싶으면 끊는 거죠. 그래서 그런 거? 되게 제도가.....아~ 그랬어요. 수급비가 끊기는 걸 말을 안 해줘요. 갑자기 끊기는 거에요. 돈이 나 올... 안 나온다는 말도 없이 끊겨가지고 생활비 낼 돈이 없는 거죠. 그런 거?

박수연(22세, 여) | (엄마랑) 같이 살기 전에는 시설에 있었어요. 그 전에 시설이나(쉼터)

민재은(22세, 여) | (기초생활수급권자) 가족이요. (중략) 그 지원 받는 금액이 있잖아요? 제가 탈수급 할 만큼 벌면 공부할 시간이 없어져요.(중략) 제가 보기에 두 분은 만족하시는 것 같아요. 왜냐면은 저는 수급자 벗어나고 싶은데, 계속 걱정하시는 것을 보면은 그게 더 안정적이라고 생각하시는 것 같아가지고.

김철수(2015년, 23세, 남) | 기초생활수급자는 안 되는 거 같아요. 보니까. (중략) 저희 집에 그 제가 혼자 사는 거 확인도 하고 여러 가지 얘기도 하려고 한 명도 오고 두 명도 오고 우리 집에 와가지고 확인한대요. 그런데 안 와요 한 달 넘었는데. (중략) 저보고 엄마랑 만나고 있냐 안 만나고 있냐, 만나서 뭐 하냐 이런 거 물어보시는데, 솔직히 만나봤자 뭐해요. 만나면은 저한테 용돈 안주고 가끔 엄마 집 가서 얘기하고 밥은 먹긴 먹지만 엄마 집에서, 저한테 반찬도 안 주고 돈도 안 주고 아무것도 안 주잖아요

신서현(25세, 여) | (취업성공패키지제도) 그게 진짜 취업이 될까도 좀 의문이 되고 그때 예전에 비슷하게 취업 제의를 받아서 한 게 있거든요. 제가 원하던 기업도 아니고 안 좋은 기업 그런데도 많더라고요. 수준 이하의 기업을 매칭해 가지고 그렇게 한번 예전에 한번 있었는데 그거 하고 이 이후로는

안은수(24세, 여) | (취업성공패키지에서) 그냥 알선 받았어요. 취업 알선. (바리스타교육 같은 교육과정이수) 그걸 하려고 했는데 바로 취업 알선 되가지고, 취업 되가지고

끝났어요.

엄서진(21세, 남) | 얼마 전까지 편의점 일했다가, 지금 취업성공패키지라고 신청해 가지고 학원 다니는 건데, 다니려고 준비하고 있어요. 헤어미용이요. (중략) 그 취업성공패키지 같은 거라도 아는 사람이 많으면 참여할 수 있는 사람이 되게 많을 텐데 하고 싶은 사람이 되게 많을 텐데 그런 거 알고 있는 사람이 많이 없는 거 같아요. 이런 것도 있다, 라는 것도 정현 쌤한테 들었고 그런 걸 알고 있는 사람이 별로 없는 거 같아요. (일하는 학교 OO샘한테 정보를 듣기 전에는) 있다는 거 전혀 몰랐죠.

이진수(30세, 남) | 저희 집은 소득 수준이 낮기 때문에 당연히 (학비를) 적게 적게 냈어요. 그 퍼센트가 기억이 안 나는데 한 30만 원 나오고 그랬어요. 적게 나올 때는 17만원 씩 나오고 그래서 (학비에) 큰 부담은 없었거든요. (중략) 여기는 원래 성남시에 있는 정신건강센터인가 가보려고 했는데, 직장인에게는 갈 수 없는 시간 때만 운영하더라고요. 8시~5시. 아니 9시~6시. 그러니까 딱 직장인 근무. 그 타임에. 절대 못 가죠. 주말 전혀 안하고. (중략) 일을 안 하고 있는 사람 정도가 되어야지 갈 수 있더라고요. 실제로는 그런 사람들 대상으로 있는 것 같고.

바. 종합해보기

지금까지의 내용을 다음의 그림과 같이 종합할 수 있다. 생존 노동에 종사하는 청년들의 불안, 우울, 외로움은 대개 노동 현실 그 자체와 가족 관계로부터 발생하는 경우가 많았다. 또한 관계의 단절과 질림의 반복 속에서 혼자 있고 싶지만, 그러면서도 고립되고 싶지는 않은 갈등 상황에 처해 있었고, 획일적인 가치평가 기준에 의한 사회적 시선은 이들을 더욱 어렵게 만들고 있었다.

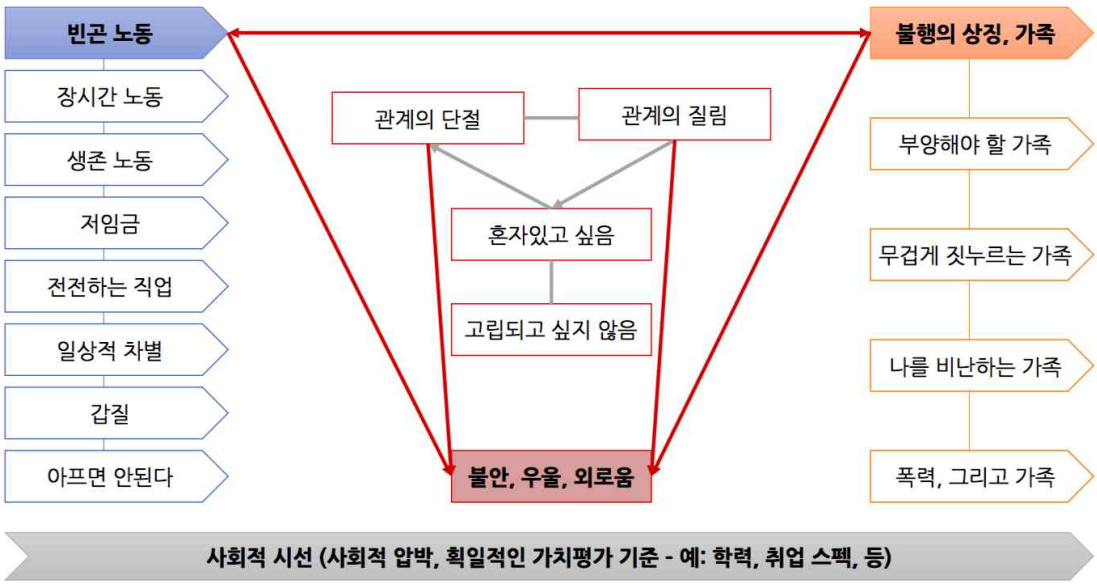


그림 1 청년들의 마음 건강 상태와 영향을 미치는 요인들

2.3. 청년의 마음건강 대응법

가. 참기, 버티기, 흘려보내기

청년들이 무겁고 힘겨운 현실에 대처하는 방법은 순응과 인내였다. 참고 버티기, 좌절하고 포기하기, 힘든 상황을 피해버리기, 어려운 상황에 짓눌려 자신을 한없이 작은 존재로 느끼는 등의 모습으로 드러난다. 하지만 자신을 위로하고, 긍정적으로 상황을 판단하고, 부당함에 대해 적극적으로 항변하거나, 사회의 부당한 시선에 신경 쓰지 않는 등의 긍정적으로 대처해가는 모습 또한 확인할 수 있었다.

대처할 수 있는 방법을 몰라서 힘든 상황을 참기만 한다는 청년들은 참는 것이 당연하다는 반응을 보이거나 참다보면 힘든 상황이 지나가더라고 담담히 이야기했다. 오랜 시간 힘든 상황에 처해있다 보니 아예 감각이 무뎌져서 통증이나 고통에 대해 둔감해지는 경우도 있었다. 어려움을 해결하기 위해 일자리를 찾지만 지속적으로 실패하며 좌절감을 느끼고, 연애도 포기하고 꿈도 포기하는 경우도 있었다. 어려움을 피하는 방식은 그 상황에 대해 생각하지 않거나 인정하지 않는 태도로 드러났다.

가족, 인간관계에서 오는 괴로움을 피하기 위해 관계를 아예 끊거나 혼자 지내기를 스스로 선택하는 청년도 있었는데, 그로 인한 외로움과 고립감은 온전히 그들의 것이 되었다. 가족을 포함한 주변 사람들과 관계를 단절하는 것은 타인에 대한 경계심 증가로 나타나기도 했다. 고민을 나누고 해결 방법을 모색하기 위해 다른 사람과 소통하는 것에 거부감이 생기고, 나의 고민을 다른 사람에게 알리면 내가 무시당할 수도 있다는 불안감을 느끼기도 했다. 다른 사람들과 관계를 맺고 유지하는 것을 어려워하면서, 오히려 특정인에게 지나치게 의존하거나 관계가 지속되지 못할 것에 대해 미리 두려워하는 모습을 보이기도 했다

청년들은 노력하고 버티는 자신에 대한 연민을 느끼면서도, 타인으로부터 인정받고 싶다는 욕구, 그러면서도 인정받지 못한다는 것에 대한 위축감을 함께 경험하고 있었다. 현실에서 인정을 받기보다 온라인 세계에서 인정을 받는 것이 쉽기 때문에 SNS에 빠져들거나, SNS 상에서의 평판을 중요하게 여기기도 했다. 버는 돈은 적고 써야 할 돈은 많은 상황에서, 생활을 이어가기 위해 식생활이나 의료에 쓰이는 돈을 줄이는 전략을 선택하기도 했다.

많은 경우, 현실의 무게, 부담을 잊기 위한 반편으로 '술'을 선택하고 있었다. 술자리에서 폭음을 하는 경우도 드물지 않았다. 충분한 휴식을 취하지 못하고, 노동 시간이 길며, 각종 스트레스 요인에 노출되어 있는 청년들은 박카스 같은 카페인 음료에 의존하며 일을 하기도 했다.

면담에 참여한 청년들 중에는 수면 문제를 호소하는 이들이 많았는데 이들은 수면제를 복용하거나 술을 마심으로써 수면 문제에 대응했다.

우리가 만났던 청년들에게 공통적으로 관찰되는 모습은, 문제가 생기면 스스로의 힘으로 혼자 해결해야 한다고 믿고 그렇게 대처해왔다는 점이다. 사회구조적인 문제를 지적하는 청년도 있었지만, 개인의 노력을 강조하는 반응이 더 두드러졌다. 꿈을 위해 개인이 더 노력해야 하고, 어려움을 잘 대처하기 위해 개인이 긍정적인 대처방식을 잘 연습해서 본인을 통제할 수 있어야 한다는 믿음이 우세하였다 [글상자 24].

글상자 24 참기, 버티기, 흘려보내기

우준수 (20세, 남) | 진짜 그냥 참아요. 그래. 그러려니 하나보다 이러고 그냥 참아요.

신서현 (25세, 여) | 대처할 수 있는 방법이 없잖아요. (대처를) 딱히 딱히…….(안 해요)

강아란 (24세, 여) | 그냥 다 어떻게든 지나가더라고요 하하하

유은진 (28세, 여) | 계속 시험 준비만. 공고가 있고 정보가 있으면 캡쳐해서, 봤는데 또 생각보다 그러니까 이제 이거 캡쳐를 하고 그런 거는 이제 올 해 말부터. 계속. 그런데 이제 실제로 또 넣지는 못하고 쉽지가 않더라고요. 다시 자기소개서를 쓰고 다 쓰려니 또 힘들기도 하고. 일도 많은 데. 미루고 미루다 보니까 또 기간이 지나가고.

홍진태 (25세, 남) | 세 번이나 실패한 거였잖아요. 아직 성공의 맛을 보지도 못한 상태에서 실패를 세 번이나 하다 보니까 자존감 하락에. 저는 난 이것밖에 안 되는 구나 이런 생각도 하고, 그랬으니까. 이런 생각을 안 하려고 해도 떠오르는 건 어쩔 수 없더라고요.

노도경 (23세, 남) | 산 위에 있는 성의 위치가 어디인지도 모르니깐 올라갈 시도도 안하고 있는 거고 그냥 그럴 생각 자체를 아예 안하고 있는 것 같아요.

박기영 (22세, 여) | 아무 생각 없이 뇌신경을 꺼버리는 그런 게 좋은 거 같아요. 혼자 쉴 때.

엄서진 (21세, 남) | 2년 전까지만 해도 진짜 사귈 마음이 별로 없었거든요. 지금은 좀 필요한 것 같아요. 외로워 가지고.

유지철 (26세, 남) | 그냥 제 귀를 닫으면 돼요. 제 눈을 감으면 돼요. 그냥 집에서 저만 아무, 부모 소리도 안 듣고 친구 소리도 안 듣고 책만 읽으면 돼요.

고지인 (22세, 여) | 집에 오면 완전 쓰러져 누워서 불 끄고 조용히 있어가지고. 시끄러운 곳에 있다가. 혼자만의 시간을 가지면 말이 점점 없어지거든요. 유일하게 혼자 있는 시간이 집, 방안에 혼자니까. 근데 엄마는 몰랐죠. 그렇게 힘든 줄. 얘기안한 게 제 잘못이지만.

강아란 (24세, 여) | 페이스북에 이런 거 올리지 말라고. 동생에게 뭐라고 해요. 너 힘든 거 알아달라고 올리는 거냐고. 이거 사람한테 쉬워 보인다고 그냥 하지 말라고. 그러거든요.

나. 적극성, 주체성, 책임감

열악한 생활조건과 노동환경에도 불구하고, 적극적이고 주체적으로 대처하며 상황을 해결하려는 노력들도 함께 확인할 수 있었다. 이는 맡은 일에 대해 높은 책임감으로 나타났다. 생활에 대한 의지가 강해서 본인이 할 수 있는 모든 종류의 일을 하며 생계를 이어온 25세의 홍진태는 지금까지 일해 본 직종이 14가지나 된다고 했다. 일하면서 경험하는 부당한 대우에 적극적으로 항의하는 방식으로 권리를 주장하는 청년들도 있었다.

생계를 책임지고 부채를 해결하기 위해서 노동을 지속하면서도 학력을 높이기 위해 노력하는 청년들도 있었다. 일하는 시간을 주간 혹은 야간으로 조절하거나 요일을 배분하여 노동과 교육에 시간을 투자하고 있는 것이다. 이들은 사회에서의 학력의 중요성을 체감하고 학력을 높이기 위한 투자를 하고 있으며 학력뿐만이 아니라 자기개발에 대한 높은 열정도 보이고 있었다. 기술을 배우기 위해 자비를 부담해서라도 교육과정에 등록하거나, 운동, 독서 등을 통해 자신을 관리하고 성장을 도모하고 있기도 했다. 상대적으로 비용 부담이 적은 독서를 통해 자기개발을 도모하는 전략도 확인할 수 있었다 [글상자 25].

글상자 25 주경야독-자기계발에 애쓰는 청년들

> 김철수 (25세, 남) | 제가 주간 일을 못하잖아요. 월요일부터 목요일까지 사회복지 공부하고 있고. 야간 일은 잘 안 구해지고.
>
> 박기영 (22세, 여) | 사회복지 쪽에서 일할 때 대학교에 나오면 더 도움이 된다고 생각하고 있고요. 그리고 더 많은 사람들을 볼 수 있고. 더 많은 경험을 할 수 있고. 그냥 막연하게 대학교는 나와야 된다 해서 가는 게 아니고 도움이 크게 될 것 같아요.
>
> 홍진태 (25세, 남) | 운동을 시작하고 독서도 하고 자기계발만 계속 했어요.
>
> 유지철 (26세, 남) | 제가 덜 성숙한 것 같아요, 책을 접해서 성숙해진 다음에 사람을 만나면 조금 더 관계가 이어지지 않을까 제 혼자만의 착각이 있는 것 같아요.

스트레스 요인이 다양하기 때문에 생활방식도 전략적이고 현실적으로 바뀌어가는 것으로 보였다. 미리 계획을 세우고 그 계획을 실천하기 위해 노력하는 것보다, 생활하면서 필요에 따라 일을 하고 실천으로 옮기는 방식을 택하면서 불필요한 노력을 하지 않으려 했다.

생활형편이 어렵고 노동환경이 열악하다는 것만으로 청년들이 불행하며 온통 고통 속에 살고 있다고 볼 수는 없다. 그러한 환경 속에서 주체적으로 살아가고 문제를 해결하기 위해 노력하며, 그렇게 잘 살아내는 자신에 대해 높은 가치를 부여하고 자신의 삶을 성찰하면서 성장의

계기로 삼기 때문이다. 개인이 노력하더라도 쉽게 상황이 개선되지 않고, 좌절을 경험하더라도 자신만의 대처 방법으로 살아가고 있는 것이다. 우리가 만난 청년들은 사회적 시선에 부담을 느끼고 사회에 인정받기 위해 노력하거나 좌절하는 경우도 있었지만, 그러한 시선에 아랑곳하지 않고 자신의 생각과 태도를 중요한 가치로 여기며 자신만의 삶을 살아가는 청년들도 있었다. 25세의 홍진태는 청년들의 삶이 마치 팬케익 같다고 표현했다. 뭔가 많은 것에 신경쓰다보니 하나도 제대로 깊게 할 수 없어 만족할 수 없는 삶이라고 표현한 것이다 [글상자 26.

글상자 26 적극성, 책임감, 생존력

방준희 (23세, 여) | 너무 아파서 출근을 못할 정도라도 나가야 돼요. 출근은 해야 돼요. 출근해서 원장이 직접 보지 않는 이상 안 믿거든요. 그때 애들 수업 다하고 애들 이제 재우고 나니까 이제 정신 줄이, 긴장이 풀렸나봐요. 애들 재우고 나니까. 그때 픽 돼 가지고 (쓰러져서)…….

홍진태 (25세, 남) | 전 필요에 의해 살다보니까 뭐가 필요하면 뭘 하고 뭐가 필요하면 뭘 하고 이렇게.

유지철 (26세, 남) | 전 제가 불행하지 않다는 걸 말하고 싶어요.

홍진태 (25세, 남) | 굳이 자기를 다른 사람한테 비교하면서 자기를 깎아내릴 필요는 없다고 생각해요. 그렇게 자신을 깎아내릴 필요는 없으니까.

송지인 (23세, 여) | 언젠가는 그래 해결될 거야

강아란 (24세, 여) | 내가 오늘 술 한 잔 먹고 털자. 해도 다시 부딪히는 현실을 맞닥뜨리면 다시 우울해지는

방준희 (23세, 여) | 다른 사람이 안 좋게 생각해도 '어쩌라고' 막 이런 거. 별로 그렇게 신경 쓰는 타입이 아니어 가지고, 아예 신경을 안 썼어요. 뭐라 해도 '그래 니 지껄여라'

유은진 (28세, 여) | 안정적인. 제가 만약에 나중에 결혼을 하기 위했을 때 이제 곧 사람을 만나서 이제 결혼을 해야 되는데 그런 부분들에 있어서 조금 보여지는 그런 부분들을 많이 생각을 하고

홍진태 (25세, 남) | 그때 팬케익 같은 삶이었다고 생각하심 될 것 같아요. 뭔가 넓게 하고는 있는데 다 얇은, 고루고루 담그고 있는 이런 느낌이었어요. 무언가에 하나에 집중하다 보면 자기 성취를 하다보니까 차라리 돈 버는 데 집중하면 돈이라도 많이 버니까 그런 걸로도 자기만족 할 수 있는데, 뭘 하든 그렇게 만족스럽지도 않았어요. 진로를 탐색하는데 있어 여기도 만족스럽지 않고 저기도 만족스럽지 않고 그러니까 그렇게 막 보람차다고 생각되는 때는 아니었어요.

여러 가지 스트레스 상황을 경험하면서도 주체성과 적극성을 잃지 않기 위해 노력하거나 꿈

을 포기하지 않으려고 노력하는 청년들의 모습에는 좌절과 포기라는 단어보다 '의지와 강인함'이라는 단어가 더 어울린다 [글상자 27].

글상자 27 순응과 적응

박수연 (22세, 여) | 학교 이야기 할 때는 '야 나 화장실 갔다 온다' 다른데 가거나.

송지인 (23세, 여) | 전 트위터에 살아요. 제 자아가 거의 통째로 거기에 있어요. 어려운 얘기하면 조언을 해주고, 위로를 해주고, 제 편을 들어주고, 이거는 아닌 것 같으면 아닌 것 같다고 말해주고, 잘 말해주고 해가지고

구소영 (27세, 여) | 돈이 너무 많이 드니까 웬만하면 아픈 것 그냥 다 참게 되고, 특히 치과 같은 거 30, 40만 원 그냥 깨지잖아요. 그런 델 못가겠더라고요.

신서현 (25세, 여) | 아점 한 끼, 저녁에 저녁도 생각하면 함께. 배고프면 뭐 먹고 싶으면 그냥 포장해와서 먹거나. 아니면 그냥 야채쥬스 하나 그냥 갈아먹거나 해요.

송지인 (23세, 여) | 술에 취하면 막 어질어질한 게 좋아요. 그 느낌이 좋아요. 고민되던 부분 힘든 부분들이 많이 잊혀지는 편이에요. 누가 먼저 물어보지 않으면 굳이 그 생각은 안 나요.

이진수 (30세, 남) | 박카스 매일 마십니다. 피곤하게 매일 적게 자고 출근했기 때문에. 박카스 먹으면 잠만 깨요. 잠만.

방준희 (23세, 여) | 잠자려고 먹었어요. 웬만하면 안 먹으려고 하는데 정말 심각할 때는 먹어요. 일주일에 4시간 정도 잘 때도 있어요.

안은수 (24세, 여) | 혼자 해결하려고 하거나 혼자 못하면 일단 냅뒀다가 나중에 얘기하려고.

유지철 (26세, 남) | 제 꿈을 향해서 분투할 때죠.

이유미 (29세, 여) | 그런 자세들이 필요할 것 같아요. 요즘에는 너무 쉽게 쉽게 모든 지 다 되는 세상이라 처음부터 내가 안 되면 안 된다는 생각을 가지고 포기하는 사람이 더 많잖아요. 그래서 그런 마음이 중요한 것 같아요. 저도 하루하루 힘들지만 그거를 하루하루 승리하는 삶을 살려고 노력하고 있어요.

2.4. 청년을 위한 사회적 지지체계가 필요하다

우리가 만난 청년들은 노동권을 보장하고, 주거와 법률, 복지 지원이 필요하다고 호소했다. 삶에서 부딪치는 노동문제, 주거문제, 가족문제 등에서 비롯된 고민을 털어놓을 수 있는 사람이 있었으면 좋겠다고 공통적으로 강조했다. 설문조사에 의하면, 고민이나 힘든 일이 있을 때 의논하거나 상담하는 사람이 없다는 응답자가 9.4%였으며, 의논하거나 상담할 이가 있다는 사람들 중에는 친구에게 상담하는 경우가 가장 흔했다(42.2%). 또한 설문에서 우울 증상 위험군으로 확인된 100명 중 상담이나 치료 같은 도움을 받아본 적이 있다는 청년은 31명에 불과했다.

청년들은 주거비 지출이 부담스럽기 때문에 주거문제가 해결되면 채무도 상당 부분 해결될 수 있을 것으로 기대했으며, 상세한 법률적 지원도 받을 수 있으면 좋겠다고 했다. 또한 일자리 찾는 것에 대한 적절한 지원이 필요하며, 돈 걱정 없이 새로운 기술을 배우고 훈련받을 수 있어야 하고, 훈련기간 동안 생계를 해결할 수 있어야 그러한 훈련 프로그램에 참여할 수 있다고 강조했다.

청년들은 건강과 생활에 대한 정보에 접근하기 어렵다는 점도 지적했다. 또한 마음과 신체의 건강 문제로 병원을 이용하고 싶어도 비용과 시간 문제, 또는 사회적 인식 때문에 이용하지 못한다는 점을 이야기하기도 했다. 불면증이나 우울증으로 힘들어 하면서도 정신건강의학과를 찾는 것에 대한 심리적 거부감과 비용 문제, 시간문제 때문에 실제 이용이 어렵다고 했다 [글상자 28].

글상자 28 의논하고 의지하고 마음을 나눌 곳.

홍진태 (25세, 남) | 모두들 똑같은 시작 선에 세울 수는 없어도 다 뛸 기회는 줘야한다고 생각해요. 그래서 전 청년배당에 찬성합니다. 내가 청년이라서 뿐만이 아니라 제가 커서도 이건 똑같이 했으면 좋겠어요.

강아란 (24세, 여) | 솔직히 혼자 사는 사람이 많을 것 같아요. 혼자 사는 청년도 많을 것 같고, 그 미혼모 센터에 있는 학생들도 있겠지만 그 애들도 얼마나 힘들겠어요. 거기 있는 다고해서 돈을 얼마나 벌어 모으겠어요. 그러니까 이런 주거 환경이 조금 있었으면 좋겠어요.

유지철 (26세, 남) | 집 문제가 좀 해결됐으면 좋겠다. 했는데, 그냥 내가 살 집 이거를 누가 도와줬으면 좋겠다 싶었는데

유지철 (26세, 남) | 지금은 법적 자문을 전문적으로 좀 들어주는 사람이 있었으면 좋겠어요. 대한 법률구조공단 그게 있긴 한데 진짜 잠깐 얘기해주고 말고, 막상 그것도 사람들은

간절하니까 전화도 폭주해가지고 오늘도 통화도 못하고.

엄서진 (21세, 남) | 돈보다는 배울 수 있는 기관 같은 거 많이 생겼으면 좋겠어요.

이진수 (30세, 남) | 돈보다도 청년센터 공간이 더 중요한 것 같아요.

유지철 (26세, 남) | 사람을 만나야 되죠. 아니면 진짜 고독사로 돌아갔을 수도 있을 것 같아요. 진짜로

엄서진 (21세, 남) | 의지할 사람 있고 없고 차이가 엄청 심하잖아요.

유은진 (28세, 여) | 결국은 그건 것 같아요. 누군가한테 이런 이야기들을 조금 마음 편하게 터놓을 수 있는 상대가 많이 없는 거죠. 사실 직장 동료를 붙잡고 이런 얘기를 할 수도 없는 거고, 그렇다고 부모님을 붙잡고 이런 얘기를 할 수도 없는 거고. 다들 살기 바쁜데 친구를 붙잡고 얘기를 할 수도 없는 거고.

이유미 (29세, 여) | 같이 욕도 하고, 실은 같이 욕도 하는 게 최고인 것 같아요. (중략) 상의할 사람이 있다는 게 제일 중요한 것 같아요, 그 사람의 문제를 같이 들어주고 동참해주는 게 정말 내 마음을 다 해서 하는 게 중요하다고 봐요. 그냥 대화할 사람 많은 거 절대 아니에요. 내가 그 사람을 정말 이해가 될 때 대답을 해줄 수 있는 그런 사람. 많은 인간관계는 필요 없어요. 다 허물일 뿐이에요. 내가 오히려 마음을 하나 줄 수 있고 내가 이런 분야에서 이 사람한테 마음을 터놓을 수 있어. 저런 분야에서는 저런 사람한테 터놓을 수 있어 하는 그런 사람들만 있으면 그게 최고죠.

3. 맺음말

이 글은 일하는 청년들의 마음건강에 대한 보고서이다. 그들이 지금까지 살아온 하루하루와 오늘의 일상이 청년들의 마음에 고스란히 쌓여 왔고, 앞으로도 쌓여갈 것이다. 이런 점에서 청년들의 마음 건강 상태는 그들의 삶을 보여주는 중요한 증거라고 할 수 있다.

♣ 청년이 아프다

청년들의 마음을 들여다 본 결과, 그들의 마음속에서 가장 큰 자리를 차지하고 있는 것은 끝없는 불안이었다. 우리가 만난 청년들은 또래들보다 일찍 사회에 나와 어려운 가정의 생계를 책임진 경우가 많았다. 이들은 가족과 본인의 생계를 책임져야 한다는 압박에 지쳐있었고, 현재 상황에서 벗어나려 해도 미래의 불안이 그들을 짓누르고 있었다.

또한 일하는 청년들의 마음은 사람들과의 관계 속에서 움츠러들었다. 이들은 친구를 만날 시간이 잘 나지 않았다. 장시간 노동과 저임금, 불안정한 고용 상태에 처해있다 보니 쉴 시간조차 부족했다. 뿐만 아니라 친구를 만나는 데도 돈이 드니 사람 만나는 것이 부담스러운 것도 사실이었다. 이러한 시간과 돈의 부족은 새로운 친구를 만드는 것도 어렵게 만들었다. 혹은 주변에 사람이 있다 해도, 간혹 마주치는 '출발부터' 다른 사람들이나 SNS 속의 여유 있는 타인들은 그들의 마음을 위축시켰다.

그러나 청년들은 이러한 압박과 불안, 위축감 속에서도 꿋꿋하게 매일 매일을 살아내고 있었다. 오히려 그렇기 때문에, 한 청년의 말을 빌리자면, 개인의 노력만으로는 올라갈 수 없는 '설산' 앞에서 깊은 무력감을 느낄 수밖에 없었다. 저 멀리 보이는 산을 앞에 두고, 산을 오르기 위한 '아이젠'도, 추위를 견디기 위한 '패딩'도 없이 맨 몸으로 눈보라를 맞고 있는 청년들은 산을 오를 '시도'조차 할 수 없기 때문이다.

이러한 마음 상태를 말한 청년들의 다수는 만성적 수면부족과 불면증에 시달리고 있었다. 퇴근 후 녹초가 되어 집에 돌아와도 그들은 쉽게 잠들 수 없었다. 과도한 스트레스 때문에 위경련에 시달리고 갑자기 쓰러지는가 하면, 끼니를 거를 때가 많고 응급실에 실려 가는 경우도 있었다. 더욱이 힘든 상황을 커피, 술, 담배로 버티는 청년들은 이 때문에 몸이 망가지기도 했다. 일부 청년들은 이 모든 상황을 스스로의 탓으로 돌리고 자해를 시도하거나 자살 생각을 하기도 했다.

마음건강을 되찾기 위해 정신건강의학과 치료를 받는 청년들도 있었지만, 사회적 시선과 비용 문제를 걱정하며 치료를 미루고 있는 이들도 있었다.

♣ 이들의 마음은 왜 아픈가?

빈곤에서 비롯된 불안정 노동문제가 제일 컸다. 우리가 만난 청년들은 불안정한 고용조건과 저임금, 장시간 노동, 안전하지 않은 노동환경에서 일하고 있는 경우가 많았다. 청년들은 자신들의 경험을 들려주며 최저임금도 주지 않는 곳이 많다고 이야기했다. 어떤 이는 최저임금도 안 되는 임금을 업계 관행이라는 이유로 공공연하게 공지하는 구인광고의 '떳떳함'에 분노하기도 했다.

우리가 만난 청년들의 일터는 일과 중 제때 휴식시간을 제공하지 않았고, 휴가를 쓰는 것마저 여러 가지 압력을 주면서 어렵게 만들었다. 청년들은 당장의 생계를 위해 노동을 할 수 밖에 없다보니, 휴가 사용 뿐 아니라 일터에서 벌어지는 여러 가지 부당한 일에도 항의하기가 어려웠다. 특히 청년들은 일터에서 여러 가지 차별을 겪고 있었는데, 학력 차별, 연령 차별과 더불어 성차별이 특히 문제였다. 청년 여성노동자들은 성희롱을 당하기 일쑤였다. 청년들은 육체적으로 힘든 노동보다 직장 상사들의 언어폭력을 포함한 직장 내 괴롭힘, 진상 손님들의 '갑질' 등 정신적 고통에 더 괴로워했다.

그러나 이렇게 청년들이 일 때문에 몸과 마음이 아플 때, 그들을 이해하고 인정해주는 직장은 거의 없었다. 유급병가는 고사하고, 아파서 무급병가라도 신청하려고 하면, 직장에서는 아예 일을 그만두라고 했다. 하루 종일 일하거나, 늦은 밤에 일하는 경우가 많은 청년들의 경우, 아플 때 병원에 가는 시간을 내는 것조차 어려웠다. 아무리 일을 계속 해도 끄떡없는 기계가 아니라 힘들게 일하면 당연히 아플 수 있는 사람이라는 것을 기업은 인정하지 않았고, 청년들은 아파도 그저 참을 수밖에 없었다.

또한 우리가 만난 청년들은 '직업'과 '알바'의 경계가 모호한 채로 짧은 기간만을 일하면서 입·퇴사를 반복하고 있기도 했다. 대부분의 사람들은 일을 생계 수단으로 생각하면서 동시에 일을 통해 내가 의미 있는 존재임을 확인받고 싶어 한다. 청년들 역시 마찬가지였기 때문에 자신의 미래를 고민하고 있었다. 그러나 자신에게 의미가 있는 일을 선택하게 될 경우, 본인의 생계를 유지하기 어렵거나 가족을 부양할 만큼 돈을 벌기가 힘들었다. 결국 다시 '생존노동'을 이어가거나, 그렇지 않은 경우 가족들의 비난을 받는 것으로 이어졌다.

심층면담에 참여한 청년들의 경우, 가족은 내가 보호받을 수 있는 버팀목이기보다 내가 '보호자'가 되어야 하는 대상인 경우가 많았다. 청년들은 가족이 자신을 지지해주기는커녕 오히려 자신을 비난하는 경우가 있다고 말했다. 이렇듯 불행의 원천이기도 한 가족 내에서 청년들이 가족과 좋은 관계를 맺기 어려웠고, 아예 가족으로부터 떨어져 혼자 사는 것을 선택하기도 했다.

청년들을 혼자 있고 싶게 만드는 건 비단 가족뿐만이 아니었다. 우리가 만난 청년들은 자신과 '배경'이 다른 사람들과 대화할 때 공감이 잘 안 된다고 이야기했다. 특히 직장 동료들의 경우, 녹초가 되게 만드는 근무환경을 비롯해서 짧은 기간 일하고 여러 차례 직장을 옮겨 다니다 보니 내 옆의 동료라 해도 그 사람의 아픔에 공감하기가 힘든 게 사실이었다. 또한 친구들과의 관계 역시도 100% 자신의 고민을 털어 놓을 수 있는 사이라고 느끼기에는 부족함이 있었다.

문득 돌아보니 혼자가 되어 있는 경우도 있었다. 하루하루 정신없이 살다보니 이전에 친하게 지냈던 사람들과 연락이 끊겨 있는 것이다. 이렇게 누군가와 관계 맺는 것이 어려워질수록 혼자 있는 게 편하다는 생각이 들 때도 있지만, 또 완전히 고립되어 살고 싶지는 않다는 생각이 강했다. 그래서 청년들은 자신이 할 수 있는 취미를 찾기도 했다. 취미라고 이름을 붙이기에는 어렵겠지만, 손쉽게 즐길 수 있는 것으로 술을 마시는 경우도 있었고, 많은 이들이 SNS를 통해 사회와 소통하고 있었다.

♣ 청년들이 살아낸 하루, 그 자체

우리가 만난 청년들은 고된 하루를 마친 후 지쳐 쓰러져 잠드는 날들이 많았다. 몸과 마음이 망가지게 만드는 노동환경은 청년들로 하여금 퇴근 후 무언가를 할 조금의 여력도 남겨 주지 않았다. 그러나 이 와중에도 일부 청년들은 현실에 좌절하지 않고 적극적으로 현실에 대처해 나가는 모습을 보였다. 부당함에 항변하고, 자존감을 지키며, 상황을 객관적으로 판단하기 위해 애썼다. 또한 다른 누구보다도 자기 자신을 성찰하려고 애쓰며 스스로를 위로했다. 거기에서 나아가 경제적 조건, 학력, 사람들의 지지, 정보, 여러 서비스가 존재하지 않거나 충분하지 않은 상황에서도 자신의 삶을 변화시키기 위해 없는 힘을 쥐어짜내기도 했다.

그러나 우리 사회는 이러한 일부 청년들의 모습에 대견하다고 박수를 보내는 것에 그쳐서는 안 된다. 우리 사회가 해야 할 일은 '대견한' 청년들의 모습에 박수를 보내거나 '저런 사람들도 있는데 너는 왜 못해?'라며 청년들의 '초인적' 노력을 부채질하는 것이 아니다. 우리는 지

쳐 쓰러져 잠들 수밖에 없는 그 청년의 하루 그 자체에 집중해야 한다.

앞서 소개했던 '설산'의 비유를 다시 이야기해보자. 청년들의 삶을 손쉽게 평가하기 좋아하는 사람들이나 우리 사회는 청년들이 악천후 속에서도 한 발 한 발 힘겨운 걸음을 내딛어 결국 설산을 정복하기를 바란다. 아이젠이 없고 패딩이 없어도, 설산 앞에 우두커니 멈춰 서 있지 않기를 바란다. 그러나 그 자리에 발을 딛고 서 있기 위해 얼마나 큰 노력이 필요한지는 많은 사람들이 알지 못하고 알려고 하지도 않는다. 설산 밑에서 맨 몸으로 눈바람을 맞고 서 있는 그 자체 말이다. 우리 사회가 청년들을 이해하기 위해서는, 이토록 가혹한 환경에서 두 발로 자신을 지탱하며 서 있는 노력과 용기에 대한 인정에서 출발해야 한다. "당신이 아픈 것은 당신 잘못이 아니다. 무엇보다 당신은 그동안 충분히 수고했고, 누구의 도움도 받지 않고 당신의 삶 뿐 아니라 심지어는 가족의 삶까지도 지켜왔다."

그리고 이러한 인정과 더불어, 한 청년이 말했던 것처럼 "나 되게 열심히 살았는데 이 이상 더 해야 된단 말인가?"라는 물음에 사회가 답해야 한다. "아니, 당신은 그 이상 더 하지 않아도 된다"고 말이다. 이 보고서에 등장하는 청년들의 이야기는 특별한 개인의 문제가 아니다. 그러니 이 청년들의 삶을 나아지게 하는 것 또한 청년 개개인의 노력 여부에 달린 문제가 아니다.

♣ 이젠 사회가 답할 차례다.

우리가 만난 청년들은 일하는 청년을 위해 어떤 프로그램이 있으면 좋겠냐고 묻자 최저임금이나 제대로 지불했으면 좋겠다고 이야기했다. 무려 50여년 전, 한 노동자가 자신의 몸에 불을 붙이며 외쳤다는 '근로기준법을 준수하라'는 말은 오늘날 한국사회에서 여전히 지켜지지 않고 있다. 청년들은 여전히 장시간 노동에 시달리며 제대로 된 휴식 시간을 인정받지 못하고, 일터에서 차별과 부당한 일을 겪고 있으며, 위험한 환경에서 일하면서 아파도 제대로 치료받지도 못한다. 일하는 청년들의 마음 건강이 나아지는 일은 몇 개의 청년 정책만으로 할 수 있는 일이 아니다. 우리 사회에 만연한 '갑질문화'와 전반적인 노동환경이 변하지 않고서는 청년도 행복해질 수 없다. 최저임금 이상의 소득을 보장하는 것은 말할 것도 없고 안전하고 건강하게 일할 수 있는 일터를 보장하는 것이 가장 우선 과제라 할 수 있다.

일터와 관련된 것 이외에 청년들이 마음 건강을 위해 주거 지원, 복지제도, 의료서비스 등이 필요하다고 했다. 일하는 청년들, 특히 독립생활 청년들의 경우 주거비 부담이 상당히 크고 주

거 환경 또한 열악해서, 몸과 마음의 건강에 악영향을 미친다. 주거문제 해결은 경제적 측면과 건강 측면 모두에서 필수적이다. 저임금과 임금체불이 잦은 고용 조건에서, 높은 주거비를 충당하기 위해서는 채무가 발생할 수밖에 없고 이 채무는 금새 눈덩이처럼 불어나기도 쉽다.

또한 청년들은 자신들의 문제에 관심을 가지고 구체적으로 도움이 되는 복지제도를 원했다. 주위에 도와줄 '어른' 없이 자신에게 닥친 문제를 스스로 해결해 나가야하는 청년들의 경우, 접근하기 쉬우면서도 실질적인 도움이 될 수 있는 법률 자문을 원했다. 이외에도 자신들이 직접 경험해본 사업들, 예컨대 취업 성공 패키지, 경기도 일하는 청년통장, 기초생활보장 제도 등에 대해 아쉬웠던 점을 들려주었다. 이들의 공통점은 일하는 청년들의 현실을 잘 반영한 실효성 있는 '일자리 제도'와 '복지제도'의 필요성이었다.

'취업성공 패키지'의 경우, 단지 취업 성공률 지표를 위해 저임금의 질낮은 일자리를 소개해주는 경우가 많았다. 안전하고 건강한 노동환경에서 청년이 장기간 근속할 수 있는 직장을 연계해주는 것이 필요하다. 이에 덧붙여 구직에 대한 지원, 새로운 기술을 배우고 훈련할 수 있는 지원 또한 중요하다. 이 때 단순 교육비 지원만으로는 일하는 청년들에게 실질적인 도움이 될 수 없다. 교육비가 지원이 된다 한들, 생활비가 없는 상황에서 당장의 생계 때문에 일을 해야 해서 교육/훈련 프로그램에는 참여하기가 어렵다. 우리가 만났던 한 청년은 '경기도 일하는 청년 통장'에 두 번이나 지원했지만 탈락이 되었다고 했다. 지원 대상을 확대하는 것이 필요하다. '대학생' 청년의 경우 국가 장학금 제도가 있지만, 청년복지정책이 시급한 일하는 청년의 경우 오히려 정책 혜택을 받을 수 있는 기회가 거의 없다. 기초생활보장제도의 경우에도 청년복지와 관련한 문제점이 드러난다. 부양의무자가 실질적으로 부양을 책임지지 못하는 상황에서도, 단지 부양의무자가 존재한다는 이유만으로 기초생활수급을 받는 것이 곤란하다. 또한 실제 취업 여부가 아닌 근로 능력 자체를 기준으로 수급권을 판단하기 때문에, 청년들은 으레 건강하고 아프지 않을 것이라는 생각만으로 수급 자격이 제한되고 있다.

우리가 만난 청년들은 이처럼 중앙정부나 지자체가 시행하는 몇 가지 지원 프로그램의 혜택을 받아본 경험이 있었다. 의미 있고 괜찮은 것도 있었지만 조건이 까다로워 선정되기가 너무 힘들고, 그렇지 않으면 제대로 진행이 되지 않아 실질적 도움이 되지 않고는 했다. 없는 것보다는 낫지만, 청년들의 마음 건강을 지켜줄 정도는 되지 못했던 것이다. 그럼에도 이러한 사업들은 사회가 청년들에게 먼저 손을 내민 것이라는 점에서 중요한 의미가 있다. 정책을 개발하고 이를 실행하는 담당자들이 청년들의 목소리를 귀담아 듣고, 이것들이 청년들에게 실질적 도움이 될 수 있는 방안을 강구하도록 해야 한다.

청년들은 소통할 사람의 중요성을 공통적으로 강조하며, 의지할 수 있는 누군가를 확보할 우 있는 지지체계, 정신건강서비스 지원이 필요하다고 주장했다. '청년센터'처럼 청년들의 상황과 어려움을 잘 이해하고, 그들에게 적절한 정보와 지원을 제공할 수 있는 조직이 필요하다. 또한 비슷한 상황에 처한 청년들이 모여 서로를 지지해 줄 수 있는 관계를 만들도록 도와주는 제도도 필요하다.

청년들은 정신건강서비스의 중요성을 강조했다. 기존 서비스는 접근하기 어렵고, 특히 비용부담이 크기 때문에 이용하고 싶어도 실제 이용은 쉽지 않았다. 청년들이 일상에서 겪는 어려움과 그로 인한 마음 건강 문제를 '정신의학적' 문제로만 간주하는 것에는 반대하지만, 자살생각 등 의료적 개입이 시급할 만큼의 큰 어려움을 겪고 있는 청년들이 적절한 의료서비스를 받을 수 있게 해주는 것은 매우 중요하다.

오늘도 고된 노동을 하며 자신의 존엄을 지키고 하루를 살아낸 일하는 청년들에게, 그들의 삶을 건강하게 꾸려 나갈 수 있는 사회적 지지 체계와 제도가 필요하다. 한 청년은 '아이가 미래'라는 요즈음 정부 정책에 빗대어, 그 아이가 청년이 되고 그 청년이 어른이 된다면서 청년을 '새싹 어른'이라고 칭했다. 그는 청년 정책이란 곧 좋은 어른을 만드는 제도라고 말했다. 청소년기본법은 청소년의 기준을 9~24세로 정하고 있고, 따라서 우리가 만난 청년들의 상당수는 아직 청소년, '새싹 어른'이라고 볼 수도 있다. 청소년이든 어른이든 '무엇'으로 보더라도, 우리가 만난 청년들을 위한 사회적지지 체계, 정책적 도움은 찾아보기 쉽지 않았다. 이것이 바로 "일하는 청년들을 위한 제도"가 필요한 이유라 할 수 있다

♣ 조사를 마치며 ♣

우리는 청년에 대해,
나와 다른 삶들에 대해 얼마나 알고 있을까?

나는 오늘도 아무것도 하지 않았어.

정말 그런가?
언젠가부터 돈을 벌지 하지 않으면
아무것도 하지 않는 사람 취급을 받곤 해.

'돈을 버는 것'만이 '일'인 걸까.
나는 오늘 하루도 고되게 보냈는데.

돈을 못 번다고, 왜 욕을 먹어야 하지.

나는 오늘도 고된 일을 해
'일을 구하는 일'
이 사람 저 사람을 만나
'내게 일을 달라는 일'을 해.

'글다방-청년 글쓰기모임' 문집원고 中

빈곤, 학력, 불안정노동, 인간관계, 미래에 대한 불안

이 조사에서는 빈곤에서 비롯된 생존노동, 단절된 사회관계를 중심으로 청년의 마음건강을 들여다 보았다. 사실 청년의 마음건강을 해치는 요인들은 다양하고 복잡하게 얽혀있었다.

한 가지 알 수 있었던 것은, 열악한 환경이나 힘든 노동만큼이나 사회의 시선, 사람들의 편견어린 생각이 청년들이 마음건강을 해치는 있다는 점이다.

청년들의 우울과 불안은, 단지 돈이 없다거나 학교를 다니지 않는다거나 언제 일을 그만둬야할지 모른다는 사실에서만 비롯된 것이 아니었다. 나름대로 열심히 살아온 자신의 노력과 결과물이 어떠한 형태로도, 그 누구로부터도 존중받거나 격려 받은 적이 없다는 사실이 그들을 더욱 아프게 만들었다.

사람들은 주변의 관심과 칭찬, 격려에서 힘을 얻으며 성장한다. 주변사람들로부터 칭찬과 인정을 받으며 살고 싶은 것이 보통 사람의 마음이다. 하지만 많은 청년들, 특히 우리 사회의 '보통'이라는 기준으로부터 멀어져 살아가는 청년들은 그런 경험을 하기가 너무나 어렵다. 가족은 더 많은 것을 요구하고, 친구들은 남보다 더 모질게 나를 비난한다.

이것은 청년 개인, 또는 그를 둘러싼 가족과 친구들만의 문제가 아니다. 우리 사회가 '보통'이라는 기준을 벗어난 삶들에 대해 잘 알지 못하고, 다양한 삶의 방식에 대해 알려고 하기보다는 기준에 맞출 것을 강요하기 때문에, 그리고 그것을 개개인의 탓으로 돌리면서 '다른 삶'에 대해 이해하고 평가해 줄 '눈'을 갖지 못해 생기는 일들이다. 10대에는 학교를 다녀야 하고 20대에는 대학에 가야 하고, 학교를 졸업하면 취업해 돈을 벌어야하고 서른이 가까워지면 집을 얻고 결혼을 하고 아이를 낳아야 한다. 이 '보통'의 기준을 벗어나면, 어떤 고민과 노력도 '쓸모없거나 별 볼일 없는 일'로 간주하는 것이 우리 사회가 가진 '눈'이다.

자신에게 주어진 환경을 해결하고 극복하며 살아가는 것은 인간의 숙명일 것이다. 그러나 그것을 완전히 넘어서지 못하거나 그저 그것들과 싸우며 살아가기에 급급하다고 해서 그 사람이 비난받거나 그의 노력과 삶이 가치가 덜하다고 말할 이유는 없다. 모든 사람의 출발점은 다르고, 각자의 다른 출발점에 맞는 존중과 격려가 필요하다. '주경야독'만이 난관을 극복하는 유일하게 의미있는 삶의 방식은 아니다. 우리가 만났던 청년들처럼 순응, 인내, 외면, 회피도 살아남는 하나의 방식이다. 어느 쪽이건, 그들은 자신 앞에 놓인 환경에서 각자의 방식으로 노력하며 살아왔고 위태로운 환경 속에서도 자신의 삶을 잘 지탱해왔다. 때로는 '참아내기', '버텨내기' 만으로도 충분히 존중받고 칭찬받아야 할 삶들이 있다.

자신이 선택하지 않은 환경이지만 묵묵히 받아들이고 헤쳐 나가며 살아온 것,
외롭지만 스스로의 힘으로 버텨온 것,
그 틈바구니에서 새로운 가능성을 찾고 도전하고 있는 것.

우리는 이 청년들의 고된 삶 자체를 존중하고 격려해야 하지 않을까?

"고생 많았어"," 잘 살고 있어"
청년에게 이런 말들이 필요하지 않을까?

주소 : 경기도 성남시 수정구 신흥동 3405-2번지 4층 (성남초등학교 맞은편)
전화 : 031-753-6584 / 전자우편 : kkoonunion@gmail.com
홈페이지 : http://www.youthwork.kr / 페이스북: facebook.com/kkoonunion
후원하기 : https://goo.gl/yfMLW7

시민건강증진연구소
PEOPLE'S HEALTH INSTITUTE

주소 : 서울시 동작구 사당로 13길 36, 2층
전화 : 02-535-1848 / Fax : 02-581-0339
홈페이지 : http://health.re.kr / 전자우편 : phikorea@gmail.com
후원계좌 : 하나은행 199-910004-60804 (사)시민건강증진연구소

비매품/무료
05330
9 791187 195078
ISBN 979-11-87195-07-8 (PDF)