

Feeling Like a Failure : 무엇이 우리를 실패한 것처럼 느끼게 만드는가?

안혜정 (KAIST 실패연구소 연구조교수)



Feeling Like a Failure:

무엇이 우리를 실패한 것처럼 느끼게 만드는가?

사전에서 '실패'를 찾아보면, 실패는 '뜻한 것을 이루지 못하거나, 목표나 계획을 달성하지 못하는 것'으로 정의된다. 즉, 사전적 의미에서 실패는 무언가 뜻하거나, 목표하거나 시도하는 행위가 선행될 때 일어나는 사건이다. 그러나 사람들에게, 특히 한국의 청년세대로부터 '실패'의 경험을 수집하다 보면, 요즘 사람들이 목표 추구나 시도에 따르는 실패보다 더 자주 경험하는 것은 '실패감', 즉 '실패한 것 같은 느낌'인 것만 같다.

저마다 '실패한 것 같은 느낌'에 빠지는 이유는 다양하겠으나, 실패감을 느끼는 사람들의 이야기에 자주 등장하는 키워드 중 하나는 '상대적 박탈감'이다. 몇 년 전 한국 사회에서 유행했던 신조어 '벼락 거지'라는 말이 이를 잘 보여주는 예다. 부동산 가격의 급격한 상승으로 상대적으로 빈곤해진 무주택자를 일컫는 이 용어는, 상대적 박탈감에 빠진 무주택자들이 온라인상에서 자기 삶을 자조하는 말로 쓰이곤 했다. 벼락 거지가 되어 상대적 박탈감을 호소하는 사람 중에는 이전에 집을 사려는 목표나 시도가 없었던 사람도 있었다. 이렇듯 무언가를 가진 타인이 눈앞에 나타났을 때, 자신이 무언가를 얻을 기회를 놓쳤을지 모른다는 불안과 앞으로의 노력으로 그 차이를 메울 수 없다는 생각에 이르렀을 때, 그들은 무언가 잘못되어 간다는 느낌, 실패한 것 같은 느낌에 빠져들었다.

'실패한 것 같은 느낌'은 아무리 노력해도 성공에 도달할 수 없을 것 같은 '무력감'으로부터 오기도 한다. 밀 빠진 독에 물을 붓는 것처럼 끊임없는 노력에도 쉬이 얻어지지 않는 보상, 개인의 노력으로 성취할 수 있는 속도보다 더 빠르게 변하는 사회와 점점 더 높아지는 기준은 현재 자신이 가진 역량과 자원이 늘 충분하지 못하다는 느낌, 미래의 불확실성에 대한 불안과 함께 '실패한 것 같은 느낌'을 만들어낸다. 이러한 생각이 만들어내는 심리적, 행동적 결과는 육체적, 정신적으로 극심한 피로를 느껴 열정을 잃어버린 번아웃 증후군의 증상과도 닮았다.

문제는 '실패한 것 같은 느낌'은 실제로 실패가 일어나지 않았음에도 그 자체로 실패를 여러 번 반복한 것과 유사한 부정적 심리상태를 만들어낸다는 점에 있다. 실패한 것 같은 느낌에 동반하는 좌절감과 수치심, 그리고 무력감과 같은 감정은 자기 능력에 대한 의심과 또 다른 실패에 대한 두려움으로 이어진다. 그 결과로 실패한 것 같은 느낌에 사로잡힌 사람들은, 새롭고 도전적인 목표를 추구하기보다 더 안정적이고 확실한 성공을 보장하는 선택지를 찾고, 추구하는 목표의 수준을 낮추며, 해야 할 일을 뒤로 미루는 등의 행동을 보인다.

이 글에서는 무엇이 우리를 실패한 것처럼 느끼게 만드는지를 이야기해보려 한다. 구체적으로 우리가 자신의 특정한 삶의 경험이나 상황을 실패라고 여길 때 그 판단에 들어있는 기준과 가정은 무엇인지, 그 기준들이 가지는 의미는 무엇인지를 생각해보는 것이 이 글의 목표다.





01

사회적 가치관 : 획일화된 가치 기준의 문제

사람들은 자신이 가진 성공과 실패의 가치판단 기준에 따라 삶의 특정 경험을 실패로 규정한다. 그리고 그 판단에 쓰인 기준은 그 사람이 사는 사회의 문화적 가치관의 영향을 받는다. 흔히 한국 사회의 문제로 가치의 다양성이 낮은 점이 지적되고 있다. 실패 판단의 맥락에서 한국 사회의 획일화된 가치관은 개인의 실패감을 강화하는 조건으로 작용할 가능성이 크다. 사회적으로 공유된 가치관이 다양하지 않다는 것은 개인의 경험에 긍정적인 의미를 부여하는 개인적, 사회적 자원이 협소하다는 의미이기도 하기 때문이다.

그렇다면 우리 사회는 어떤 기준으로 성공과 실패를 판단하고 있는가. 미디어와 일상생활 등에서 우리가 어떤 사람을 성공한 사람으로 여기는지를 보면 그 기준을 어느 정도 가늠해볼 수가 있는데, 그 기준은 부의 정도, 직업의 귀천, 학업 성취 수준 등으로 주로 외적, 물질적 영역에 해당하는 것이다. 여러 국가의 물질주의 수준을 비교한 다수의 조사에 따르면 한국 사회는 높은 수준의 물질주의 가치지향을 보이는 사회이며, 경제성장에도 불구하고 여전히 물질주의적 가치관이 높은 수준으로 유지되는 특이한 사례로 평가된다.¹⁾ 물질주의란 물질의 획득을 인생의 중요한 가치로 두고 얼마나 많은 물질을 획득했는지를 성공의 잣대로 삼는 태도를 말하는데, 행복 과학 분야의 세계적 권위자 에드 디너(Ed Diener) 박사는 한국인이 행복하지 않은 원인의 중심에 지나치게 물질 중심적인 가치관이 자리 잡고 있다고 분석한 바 있다.²⁾ 물질을 추구하는 것 자체가 나쁜 것은 아니지만 하나의 가치에 지나치게 몰입함으로써 사회적 관계나 개인의 심리적 안정 등 다른 가치의 중요성을 간과하게 된 결과로 행복으로부터 멀어지게 된다는 것이 그의 설명이다.

.....

1) World Values Survey Association. (2005). World values survey. Ann Arbor:University of Michigan.

2) Diener, E., Suh, E. M., Kim-Prieto, C., Biswas-Diener, R., & Tay, L. S. (2010) Unhappiness in South Korea: why it is high and what might be done about it. Seoul, Korean Psychological Association.

오늘날 다수의 한국 청년들이 보이는 '시험 능력주의' 역시 가치의 확실성을 보여주는 한 예라 할 수 있다. 시험능력주의란, 성적 혹은 순위를 매기는 시험이 학력이나 능력을 제대로 평가할 수 있는 가장 객관적인 지표라고 보는 믿음을 일컫는 말로, 사람에게 어떤 자격이나 지위를 부여하는 데 있어 '시험'이라는 절차를 거치는 것이 가장 공정하다고 생각하는 경향을 말한다.³⁾ 개인의 실패 경험 맥락에서 본다면, 시험은 그 게임에 발을 들인 모든 사람에게 점수가 부여되고, 점수에 따른 서열이 분명하게 나타나는 사건이라는 점에서, 1등이 아닌 대다수가 '실패감'을 경험하게 할 가능성이 큰 조건이다. 이 역시 문제는 시험 그 자체가 아니라 시험만이 공정한 평가 방식이라고 생각함으로써 다른 방식으로 평가될 수 있는 개인의 역량의 차원을 축소하는 것, 그로 인해 다양한 개인의 경험과 삶의 양상에 긍정적인 의미를 부여할 가능성을 협소하게 만드는 데 있다.

02

타인의 영향력 : 타인에 대한 고려와 사회 비교

우리가 어떤 경험을 실패로 여기는 데에는 타인에 대한 고려 역시 포함된다. 실패의 두려움을 측정하는 도구를 만든 Conroy 등(2002)은 사람들의 실패 경험에 대한 관찰과 조사를 바탕으로 두려움의 다섯 가지 차원⁴⁾을 도출했는데, 그중 두 가지가 타인과 관련된 것이었다. 실패하면 '자신에 대한 다른 사람들의 기대 혹은 관심이 감소할 것에 대한 불안', 그리고 가족 등 '자신에게 중요한 사람을 실망하게 할지도 모른다는 불안'이 그것이다.

특히 한국 문화에서 타인의 영향력은 더 크게 작용한다. 문화심리학자들은 서양의 개인주의에 대응하여 한국은 관계주의가 작동하는 사회라고 본다. 외부에 크게 영향을 받지 않고 자기 내면의 생각과 감정을 기준으로 선택과 의사결정을 하는 것을 당연시하는 개인주의 문화에 비해, 관계주의 문화에서는 가까이 있는 타인의 욕구, 기대 등을 개인의 목표 및 의사결정에 반영하는 정도가 크다. 스스로에 대한 평가에도 자신을 둘러싼 관계들이 나를 어떻게 보고 있는가가 상당히 중요하게 작용한다.

실제로 개인이 실패로 여기는 경험에 관한 사례를 수집해 보면, 주변의 기대나 시선에 의해 원치 않는 목표를 설정했지만, 그것을 지속할 내적 동기가 부족해 과업을 완수하지 못하거나 스스로 만족감을 느끼지 못하는 사례들을 종종 접하게 된다. 자신이 원하는 바가 명확하지 못해 타인이 원하는 목표를 수용하는 경우도 있지만,

3) 김동춘(2022) 시험 능력 주의:
한국형 능력주의는 어떻게 불평등을
강화하는가. 파주: 창비

4) Conroy, Willow와 Metzler(2002) 본문에
제시된 것 이외에, 자신의 역량에 대한
의심, 미래에 대한 불안, 수치와 당황을
경험하는 것에 대한 두려움 등이 실패 두려움
의 차원으로 제시되었다. Conroy, Willow와
Metzler(2002)



그보다 부모, 배우자, 직장 상사 등 자신에게 의미 있는 타인의 기대치를 충족시키거나 이들과 갈등을 만들지 않으려는 욕구가 많은 사례에서 관찰된다. 반대로 본인이 스스로 정말 원해서 하는 도전이나 만족한 의사결정을 한 경우에도, 중요한 타인으로부터 기대만큼의 긍정적인 반응을 받지 못하거나 부정적 반응을 받으면 실패한 것처럼 여겨지는 경험이 수집되기도 했다.

다른 한편으로 실패감을 만들어내는 가장 강력한 도구는 '타인과의 비교'다. 앞에서 예시로 든 벼락 거지의 사례처럼, 무얼 원하지도, 계획하지도, 시도하지 않고서도 성공한 것으로 여겨지는 사람과의 비교만으로 우리는 실패한 것 같은 느낌에 사로잡힐 수 있다. 특히 인터넷과 미디어의 발달과 더불어 SNS가 보편화된 이후, 우리는 전에 없이 다양하고 많은 사람의 존재를 가까이에서 접할 수 있게 되었고 타인과 자기 삶을 비교하기 쉬워졌다. 문제는 SNS를 통해 볼 수 있는 타인의 삶이 실제로보다 훨씬 긍정적으로 편향되어 편집된 모습을 보여준다는 점이다. 더 많은 부, 더 많은 성공, 더 많은 행복이 전시되는 SNS 게시물 속 편집된 타인의 모습과 자신의 현실을 비교하는 것은 상대적 박탈감과 충족이 불가능한 욕구를 끊임없이 만들어낸다.

03

시간 조망 : 시간의 압박과 근시 사고

시간에 대한 감각 역시 실패의 판단에 영향을 미친다. 실패에 관한 농담 중 '콜럼버스의 아메리카 대륙 발견은 인도를 찾아 떠난 콜럼버스에게 대실패였다'라는 말이 있다. 그러나 오늘날을 사는 그 누구도 콜럼버스의 신대륙 발견을 실패로 규정하지 않는다. 세계사를 바꿀 만큼 큰 역사적 진보를 이룬 사건이었기 때문이다. 이렇듯 우리의 삶을 보다 더 장기적인 시선으로 본다면 눈앞의 실수나 시행착오는 실패가 아닌 성공 혹은 성장의 과정으로 인식될 수도 있다. 반대로 단기적이고 근시안적인 태도는 실패감이 잘 자라나는 토양이다. 그러나 우리 사회는 다양한 방식으로 사람들에게 시간에 대한 압박을 가함으로써, 시간에 대한 관점을 좁고 근시안적으로 만든다.

사람들에게 시간에 대한 압박을 가하는 하나의 기제는 사회적 시계(Social Clock)⁵⁾다. 사회적 시계란 특정 사회나 문화 체제 안에서 관습처럼 여겨지는 인생 주기를 말하는 것으로, 쉽게 말해 진학, 취업, 결혼, 출산 등 특정 나이대에 반드시 달성해야 하는 발달과업이 존재한다는 믿음을 일컫는다. 어느 사회나 사회적 시계의 압박이 존재하지만, 획일적인 가치관이 팽배하고 타인의 시선과 기준을 중요시하는 한국인들은

'어떤 일을 하기에 늦거나 이른 나이', '특정 나이대에 이루어야 하는 성취', '특정 나이대의 자산 평균치'와 같은 연령 규범에 조금 더 민감하게 반응하는 경향을 보인다. 이런 문화적 압력 아래에서, 대다수 사람들은 사회적 시계에 맞추어 살고자 노력하지만, 특정 나이에 기대되는 발달과업을 완수하지 못하거나 지연되는 일은 흔하게 발생한다. 이렇게 사회적 시차가 발생할 때 혹은 사회에서 '일반적으로 기대되는' 수준에 못 미친다고 느낄 때 사람들은 불안과 조급함을 느끼며 '실패한 느낌'에 빠질 수 있다.

문제는 발달과업을 완수하는데 요구되는 자격의 기준과 노력의 양이 과거에 비해 매우 증가했으며 그러한 경향이 가속화하고 있다는 점이다. 실제로 오늘날의 청년세대들은 기성세대와 비교하면 학업과 직업의 영역에서 더 큰 노력을 기울임에도 불구하고, 같은 수준의 지위를 획득하는데 평균적으로 더 긴 시간과 비용이 소요된다. 이러한 상황에 놓인 청년들은



5) Neugarten, B. (1976). Adaptation and the life cycle. Counseling Psychologist, 6, 16-20.

6) 이나다 도요시(2022) 영화를 빨리 감기로 보는 사람들 (가성비 시대가 불러온 콘텐츠 트렌드의 거대한 변화), 황미숙 역, 서울: 현대지성

맏으며 : 주목할 것은 개인이 아니라 문화

사회적 시계에 뒤처지지 않기 위해 시간을 쪼개어 틈틈이 여러 노력을 채워나가지만, 동시에 계속해서 시간의 압박을 느낀다. 이러한 시간 압박에 놓인 청년들이 '실패하더라도 더 크게 성공할 수 있는 옵션', '남들이 가지 않은 새로운 길'을 선택하는 대신 '실패할 확률이 적은', '참고할 사례가 많은' 선택지를 선호하는 것은 어쩌면 그것이 생존에 유리한 전략이라고 생각되기 때문이 아닐까, 도전 의식이 부족해서가 아니라.

앞에서 살펴본 것처럼, 우리 삶의 어떤 경험이나 상황에 대해 '실패한 것처럼 느끼는 것'은 주관적인 판단이지만, 그 판단에는 그 개인이 놓여있는 사회의 조건과 문화적 가치관 등이 복잡하게 반영되어 있다. 지나치게 물질주의적이고 획일화된 가치평가, 타인과의 비교, 사회적 시계에 따른 시간 압박 등은 '실패한 것 같은 느낌'을 부추기는 요인이지만, 우리 문화에서 당연한 것으로 여겨왔기 때문에 문제라고 인식되지 못하거나, 문제라고 인식하는 경우라도 개인이 그 기준에서 완전히 벗어나 사고하기가 힘들다. 문화적으로 공유된 가치관은 미디어와 대인 간 상호작용을 통해 오히려 강화되는 속성을 가지고 있기 때문이다.

그러나 우리가 당연하게 여겨왔던 그 기준을 강요하는 문화가 개인과 사회에 건강한 것인지를 묻는 것은 중요하다. 얼마 전 한 책⁹⁾에서 요즘 청년들은 '실패를 두려워 말고 일단 해보라'는 상사의 말을 배려 보다는 괴롭힘으로

느낀다는 분석을 본 적 있다. 실패에 대한

두려움을 극복하고 대담한 도전으로 나아가자는

구호를 현실화하기 위해서는, 먼저 실패를 두려워하고 도전을 주저하게 마음이 어떤 문화와 사회적 맥락 위에서 만들어지는지 조금 더 면밀하게 이해할 필요가 있다.

