

Dopamine+Farming

통권 제399호 | 2025

‘도파밍’ 시대

도서관

도서관에서 찾는 느린 행복



도서관 | 통권 제399호 | 2025

Dopamine+Farming

‘도파밍’ 시대

도서관에서 찾는 느린 행복



국립중앙도서관
National Library of Korea

들어가기 전에

**‘도파밍’ 시대,
속도를 멈추고
삶을 다시 읽다**

기술의 발전은 삶의 속도를 끊임없이 재촉하고, 쉴 새 없이 쏟아지는 자극에 익숙해진 일상엔 사고의 리듬마저 바뀌어놓았습니다. 우리는 즉각적인 쾌락을 끝없이 추구하며 중독되어 가는 ‘도파밍(Dofarming)’ 시대에 살고 있습니다.

‘도파밍’은 쾌감을 주는 신경전달물질 ‘도파민(Dopamine)’과 아이টে를 모으는 게임 용어 ‘파밍(Farming)’을 결합한 신조어로, 자극적인 콘텐츠를 강박적으로 소비하는 현대인의 자화상을 나타냅니다.

빠른 쾌락에 길든 사회는 안타깝게도 집중력과 문해력을 상실해 가고 있습니다. 그리고 이 문제는 이제 개인의 과제를 넘어 공동체 전체가 마주해야 할 시대적 현상이 되었습니다. 그렇기에 피상적인 소비에서 벗어나 깊이 있는 독서와 성찰의 기록이 더욱 중요한 시점입니다.

이번 『도서관』 제399호는 바로 이 지점에서 출발합니다. ‘독서’와 ‘문해력’ 그리고 ‘도서관’을 핵심 키워드로 삼아 지금 우리가 놓치고 있는 가치가 무엇인지 살피고, 사유와 회복의 방향을 함께 모색하고자 합니다. 무엇을 읽고 어떻게 쓸 것인지 성찰하는 일은, 개인의 삶을 넘어 공동체의 건강성을 회복하는 일과 깊이 연결되어 있기 때문입니다.

이 성찰의 여정에 든든한 길잡이가 되어주는 공간이 있습니다. 바로 도서관입니다. 세상이 아무리 빠르게 변해도 도서관은 본질을 잃지 않으며, 모두에게 열린 지식의 통로이자 사람과 사람을 잇는 치유의 공간으로 우리 곁을 지켜왔습니다. 이번 호는 지식과 공감의 공동체로서 도서관이 지닌 소중한 역할과 의미를 다시금 돌아봅니다.

『도서관』 제399호가 디지털 속도에 지친 모두에게 잠시 숨을 고르고 자신의 삶을 찬찬히 들여다볼 기회를 선물하기를 바랍니다. 부디 이 책이 바쁜 일상 속의 조용한 쉼표가 되어, 여러분이 앞으로 써 내려갈 행복한 문장의 자양분이 되기를 소망합니다.

목차

총론

‘도파밍’ 시대의 새로운 행복 담론

작지만 단단한 행복, 회복의 균형을 말하다 008

신영철 (정신건강의학과 전문의, 정신건강정책 혁신위원장)

논고

도파민 권하는 사회

도파민 중독을 권하는 사회는 어떻게 만들어졌는가? 025

노명우 (사회학자)

숏폼 등 자극적인 콘텐츠 중독으로 인한 문해력 저하 문제 044

강진숙 (중앙대학교 미디어커뮤니케이션학부 교수)

디지털 시대의 읽기와 쓰기

디지털 전환 이후의 한국 독서문화 063

천정환 (성균관대학교 국어국문학과 교수)

아날로그 기록 vs. 디지털 기록 080

장성민 (인하대학교 국어교육과 교수)

도서관의 힘

비독자를 이끄는 도서관의 힘 099

이순영 (고려대학교 국어교육과 교수)

소통 강화를 위한 도서관의 문화예술 프로그램 118

이애란 (문헌정보학 박사)

탐방 취재

도파민 디톡스 활동 및 모임 취재

도파민 디톡스로 가는 다양한 모임의 세계

141

김민영 (작가, 『나는 오늘도 책 모임에 간다』 저자)

대담

‘도파밍’ 시대의 독서와 문해력 그리고 도서관

160

사회자: 정진수 (덕성여자대학교 문헌정보학과 교수)

대담자: 전병근 (작가, 북클럽 오리진 대표)

전보라 (신목고등학교 사서교사)

제갈선희 (대구광역시립북부도서관 관장)

최유경 (국립어린이청소년도서관 정보서비스과 사서사무관)

최인자 (가톨릭대학교 교육대학원 교수)

추천 자료

185

※본지에 실린 글의 내용은 집필진의 개인적인 견해로, 국립중앙도서관의 의견이 아님을 밝힙니다.

총론

‘도파밍’ 시대의 새로운 행복 담론

작지만 단단한 행복,
회복의 균형을 말하다

• 글 신영철 (정신건강의학과 전문의, 정신건강정책 혁신위원장)

“당신은 무슨 일을 하고 있습니까?”

직장인 대상 강연을 시작할 때 필자가 가장 먼저 던지는 질문이다.

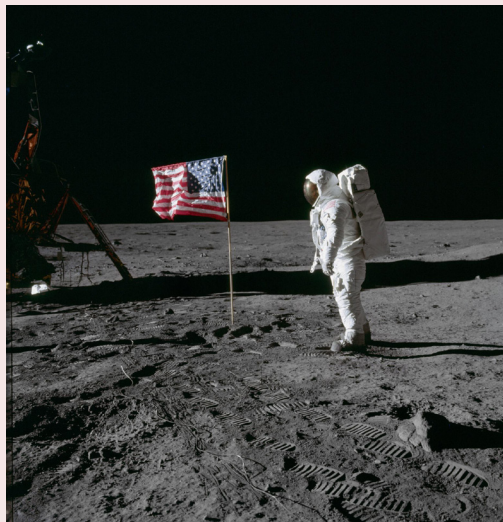
“인사 팀장입니다.”

답을 들으면 나는 다음의 이야기를 들려준다.

1969년, 아폴로 11호가 인류 역사상 처음으로 달에 착륙했다. 사람이 달에 간다니, 누구도 쉽게 상상할 수 없던 일이었다. 온 세상이 숨죽이며 역사적 순간을 숨죽이며 지켜봤다. 그러나 프로젝트의 성공은 어쩌면 이미 예정되어 있었는지 모른다.

당시 미국 대통령은 우주선 발사를 준비 중이던 미국항공우주국(National Aeronautics and Space Administration, NASA)을 방문해 직원들과 간담회를 가졌다. “당신은 이번 프로젝트에서 무슨 일을 하고 있습니까?” 대통령의 질문에 답한 사람은 연구원도, 우주비행사도 아닌 한 청소부였다. 그리고 그는 이렇게 말했다.

“저는 사람을 달에 보내는 일을 하고 있습니다.”



[그림 1] 아폴로 11호에서 내린 우주비행사 에드윈 유진 올드린 주니어

출처: NASA

이 일화가 사실인지 여부는 확실하지 않다. 그러나 누군가 감동을 위해 만들어 낸 이야기일지라도 우리는 깊은 울림을 느끼게 된다. 자신의 일이 단순한 노동에 머물지 않고, 더 큰 가치와 연결되어 있다는 믿음이 사람을 얼마나 단단하게 하는지 보여주기 때문이다.

질문은 다시 우리 자신에게로 돌아온다.

“나는 지금 무슨 일을 하고 있는가?”

이 질문에 우리는 자신만의 이야기를 만들고, 세상에 하나뿐인, 누구도 할 수 없는 대답을 가질 수 있어야 한다.

가치가 사라진 세상

최근 몇 차례 군부대에서 강연할 기회가 있었다. 일련의 정치적 사건들 속에서 많은 군인이 상처받고 흔들렸다는 이야기를 들었다. 대부분의 군인은 정치와 무관하게 나라를 지킨다는 자부심으로 묵묵히 자신의 자리를 지켜왔다. 그들이 자신의 가치를 다시 확인하고 스스로 존중할 수 있기를 바라는 마음으로 찾아간 것이었다. 그 자리에서 나는 또 다른 질문을 던졌다.

“군인은 무엇을 먹고 사나요?”

처음에는 다들 어리둥절해한다. 때로는 오래된 대답이 나오기도 한다.

“군인은 명예를 먹고 삽니다.”

그 말의 진짜 의미는 무엇일까. 나는 질문을 이어간다.

“군인은 왜 목숨을 걸고 전쟁터로 나아가야 할까요? 소방관은 왜 죽음을 무릅쓰고 불 속으로 뛰어들까요? 단지 돈 때문일까요?”

그렇지 않다. 주지하다시피, 그들의 고된 일에 비해 보상은 결코 크지 않다. 그럼에도 그들은 왜, 어떻게 그 일을 해낼까.

다른 관점에서 한 번쯤 생각해 볼만한 질문 하나가 있다.

“한우가 맛있나요? 미국산 쇠고기가 맛있나요?”

사람들은 당연히 ‘한우’라고 말한다. 그러면 나는 되묻는다.

“미국산 최고급 쇠고기를 먹어본 적이 있습니까? 없지요? 그러니 한우라고 하는

겁니다.”

농담처럼 던지는 말이지만, 최고의 쇠고기는 그 출처와 상관없이 모두 맛있다. 한때 미군부대에서 먹는 스테이크의 맛이 그렇게 좋다는 소문이 돌던 시절이 있었다. 이유를 묻자, 미국은 군인들에게 최고급 쇠고기를 우선 보급한다는 이야기가 전해졌다. 이것이 의미하는 바는 분명하다. 국가가, 사회가 그리고 사람들이 그들의 ‘가치’를 인정하고 있다는 것이다.

미국에서 가장 존경받는 직업 1위는 소방관이다. 선한 가치를 위해 자신의 생명을 아끼지 않는 그 숭고함에 국민이 존경을 표하는 것이다. 군인에 대한 사회적 인식도 마찬가지다. 국가와 사회 그리고 사람들은 그들의 존재를 존중하고 그 의미를 기억하려 한다.

만약 우리가 하는 일에 가치를 부여하고, 일상이 의미로 가득 차 있으며, 그 일에 기꺼이 열정을 쏟아낼 수 있다면 그 삶은 얼마나 행복해질까. 비록 현실은 녹록지 않지만, 그런 삶을 살아보고 싶은 꿈을 가지고 살아야 한다.

하지만 요즘의 현실은 그 반대처럼 보인다. 가치가 사라지고, 삶의 의미가 희미해진 시대. 사람들은 더 높은 곳을 향해 끝없이 올라가려 한다. 마치 올라가는 사다리가 하나밖에 없는 것처럼 말이다. 그리고 그 위에서 낙오하면 끝이라는 강박 속에서 서로를 경쟁자로만 여긴다. 모든 것은 오직 결과로만 평가된다.

돈이 생기면 행복해질까?

가치가 흐려진 세상에서 우리는 어느새 돈을 최고의 가치로 여기는 사회에 살고 있다. 물론 자본주의 사회에서 돈은 중요한 의미를 지닌다. 나 역시 사람들이 열심히 일하고, 성취하고, 정당한 대가를 받기를 바란다. 돈도 가능한 한 많이 벌면 좋을 것이다.

하지만 묻고 싶다.

생산과 성취만이 선(善)이 되는 사회에서, 돈과 지위가 인생의 목표가 된 사회에서, 과연 우리는 더 행복해졌을까?

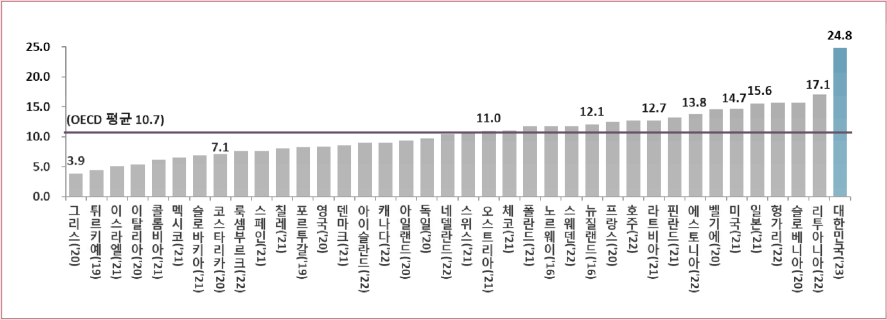
잠시 멈춰 생각해 보자.

‘냉장고, 세탁기, 자동차, 텔레비전, 에어컨, 스마트폰.’

이것들의 공통점은 무엇일까?

바로 1970년대까지 대다수의 집에는 없던 것들이라는 점이다.

그 시절에 비해 지금 우리의 국민총생산(Gross National Product, GNP)은 100배 넘게 성장했다. 그런데 행복지수는 어떠한가? 자살률은 높고, 삶의 만족도는 오히려 후퇴하고 있다.



[그림 2] 경제협력개발기구(Organization for Economic Co-operation and Development, OECD) 국가 연령표준화 자살률 비교 (OECD 표준인구 10만 명당 명)

* 자료: OECD, STAT, Health Status Data(2024. 9. 추출), 우리나라 최근 자료는 OECD 표준인구로 계산한 수치임

* OECD 평균은 자료 이용이 가능한 38개 국가의 가장 최근 자료를 이용하여 계산

출처: 통계청.

왜 이런 현상이 생긴 걸까?

돈이 삶을 편리하게 만드는 것은 자명하다. 그리고 돈이 많으면 불행할 가능성은 낮아질지도 모른다. 하지만 ‘불행하지 않다’는 것과 ‘행복하다’는 것은 전혀 다른 이야기다.

결국 행복해지기 위해서는 돈만으로는 채워지지 않는 무언가가 필요하다는 사실을 이제는 함께 생각해야 할 때다.

현대인의 탈출구, 반려동물과 스마트폰

지친 현대인에게 두 가지 특별한 존재가 위로가 되어주고 있다. 바로 반려동물과 스마트폰이다. 가볍게 들릴지 모르지만, 이것은 분명 오늘을 살아가는 우리의 모습이다.

처음에는 낯선 풍경이었다. 유모차에 반려견을 태우고 거리를 걷는 사람들, 강아지와 대화를 나누는 젊은 부부들. 몇 년 전만 해도 어색하게 느껴졌던 장면들이 더 이상 낯설지 않다. 익숙함을 넘어, 오히려 당연한 삶의 한 풍경이 되었다.

진료실에서 당황한 적도 있었다. 자식을 잃었다며 슬픔을 토로하는 젊은 엄마에게 무슨 말을 건네야 할지 난감해하던 중 문득 눈치챘다. 그 ‘자식’이 사람이 아니었다는 사실을. 반려동물을 잃고 깊은 우울증에 빠진 사람들, 그 상실감이 인간관계에서 오는 상처와 다르지 않다는 점을 곱씹게 된다. 이는 현대인의 고단한 삶 속에서 반려동물이 주는 위로가 생각보다 크다는 것을 의미한다.

그리고 또 하나의 도피처가 있다. 바로 스마트폰이다. 현실에서 벗어나기 위한 손쉬운 통로, 언제 어디서나 펼쳐지는 또 다른 세계. 스마트폰은 유일한 친구가 되고, 도피처가 되고, 잠시라도 마음의 틈을 내어주는 안식처가 되었다.

지친 일상에서 우리는 결국 가장 쉽고, 가장 빠르게 위로받을 방법을 찾는다. 그리고 자신만의 방식으로 그 안에서 쉼을 얻는다.

스마트폰을 입에 물고 태어나는 아이들

세상이 참 편리해졌다.

이제 손가락 한 번 까딱하면 할 수 없는 일이 없다. 세상은 우리 손안에 들어왔고, 정보는 경계 없이 흘러 다닌다.

지도책을 펼쳐가며 목적지를 찾던 시절이 있었다. 그리 오래전도 아니다. 채 30년도 지나지 않았다. 내비게이션(Navigation)이 보급되기 전, 먼 길을 떠날 때마다 지도책을 들고 헤매던 기억. 길을 잃고, 식은땀을 흘리며 시간을 걱정하던 그 시절은 이제 아련한 기억 저편으로 사라져 버렸다.

우리나라에 위치정보 시스템(Global Positioning System, GPS)이 장착된 차량이 처음 등장한 것이 1997년. 물론 지금처럼 실시간 교통 상황을 확인하며 운전할 수 있게 된 건 스마트폰이 등장한 이후의 일이다.

그리고 그보다 더 거대한 전환점이 있었다. 바로 월드와이드웹(World Wide Web, WWW)의 등장이다. 한때는 꿈도 꾸지 못했던, 전 세계를 하나로 연결하고 정보를 실시간으로 공유하는 세상의 출현. 1994년 넷스케이프(Netscape)가 등장하면서 인터넷이 우리의 생활 속으로 파고들었고, 그때부터 세상은 급격히 변했다.

스마트폰은 그 변화의 결정판이다. 2010년 전후, 아이폰(iPhone)과 갤럭시 스마트폰이 차례로 등장하며 사람들의 일상은 완전히 바뀌었다. 지금처럼 언제 어디서나 정보를 얻고, 소통하고, 세상과 연결된 것은 불과 십수 년 된 일이다.

너무도 당연해진 지금의 현실이, 사실은 그렇게 오래되지 않았다는 것을 우리는 종종 잊는다.

지나친 자극의 시대

기계는 결코 우리를 위협하지 않는다. 그것을 어떻게 사용하는가가 문제일 뿐이다. 세상 모든 일에는 빛과 그림자가 있다. 스마트폰과 인터넷, 디지털 기술이 때로는 인간의 삶을 갉아먹는다. 특히 청소년과 청년층에게서 지나친 사회관계망 서비스(Social Network Service, SNS) 몰입, 짧은 영상인 숏폼(Short-Form) 중독, 과도한 게임과 사이버 도박 문제는 사회적 우려를 넘어선 지 오래다.

‘팝콘 브레인(Popcorn Brain)’이라는 경고까지 등장했다. 뇌가 과도한 자극에 익숙해져 둔감해진다는 우려를 보여준다. 극단적인 주장처럼 들릴지 모르지만, 그 안에 담긴 메시지는 절대 가볍지 않다.



[그림 3] ‘팝콘 브레인’은 뇌가 스마트폰 등 디지털 기기의 빠르고 과도한 자극에 익숙해져 팝콘이 터지듯 크고 강렬한 자극에만 반응하고, 현실의 자극에 무감각해지는 현상을 일컫는다.

출처: 서터스톡.

필자가 진심으로 걱정하는 것은 조금 다른 지점이다.

지나친 자극 속에서, 사람들이 어느새 ‘작은 일상의 행복’을 잃어버리고 있다는 사실이다.

인간의 뇌는 자극에 반응한다. 그러나 강한 자극이 반복되면, 뇌는 점차 반응을 줄인다. 그리고 그 무뎠어진 감각이 결국 삶의 만족감까지 앗아간다.

일례로 도박중독에 빠진 한 사람의 이야기가 있다.

휴가차 마카오에 갔다가 우연히 5억 원을 뒀다. 꿈같은 일이었다. 그러나 현실로 돌아온 그는 그 어떤 일에도 흥미를 느끼지 못했다. 월급날도, 친구들과의 술자리도, 아이와 노는 시간도 예전 같지 않았다. 왜냐하면, 단 몇 시간 만에 거대한 돈을 거머쥔 경험이 그의 뇌에 새겨져 버렸기 때문이다. 결국 그는 다시 카지노로 향했고, 10억 원을 잃었다.

작은 행복이 사라지는 순간, 사람은 일상의 균형을 잃는다. 지나친 자극은 그렇게 인간의 감각을 마비시키고, 삶의 의미를 희미하게 만든다.

그렇다면 자극으로 가득한 이 시대를 살아가는 우리는 어떻게 해야 행복할 수 있을까?

관계, 행복의 제1조건

행복에 관해 이루어진 수많은 연구 가운데 가장 널리 인용되는 것이 있다. 바로 ‘하버드 성인 발달 연구(Harvard Study of Adult Development)’, 일명 ‘하버드 인생 성장보고서’다. 80여 년간 이어진 연구에서 인생의 행복에 가장 큰 영향을 주는 요소는 무엇으로 밝혀졌을까? 돈, 명예, 건강, 가족, 일… 모두 중요한 요소다. 그러나 무엇보다 사람의 삶에 깊이 영향을 주는 것은 뜻밖에도 ‘관계’였다. 삶에서 의미 있는 관계를 맺고 유지하는 능력, 이것이 곧 행복을 결정짓는 첫 번째 척도였다.

그렇다고 해서 모든 사람과 두루두루 좋은 관계를 맺어야 한다는 뜻은 아니다. 누구에게나 어울리는 관계의 폭은 다르다. 역지로 자신을 맞추거나, 성향이 맞지 않는 사람에게까지 에너지를 소진할 필요는 없다.

다만 좋은 사람들과 건강한 관계를 지속할 수 있다면, 그 자체로 삶은 풍요로워진다. 불필요한 충돌을 피하고, 서로의 다름을 받아들이며 적당히 거리를 유지하는 것, 이것도 사회적 관계를 맺는 하나의 기술이다.

어쩌면 행복은, 그 기술을 얼마나 잘 익히느냐에 달려 있는지도 모른다.

당신은 누군가를 변화시킬 능력이 없다

사람이 받는 스트레스의 대부분은 결국 사람에게서 온다. 관계에서 오는 갈등이 인간 삶의 가장 큰 스트레스 요인이라는 것은 누구나 공감하는 바다.

그렇다면, 관계의 갈등은 어디에서 비롯될까?

놀랍게도 대부분 ‘내가 옳다’는 확신에서 시작된다. 내가 옳다면 상대는 틀릴 수밖에 없고, 그러면 당연히 상대방이 변해야 한다는 생각에서부터 모든 갈등의 씨앗이 된다.

“여보, 이건 당신이 잘못된 거야.”

“아들아, 네가 이걸 몰라서 그렇지.”

“김 대리, 자네가 틀렸어.”

경험이 많은 사람일수록, 직책이 높을수록, 부모일수록 이런 오류에 빠지기 쉽다. 자신이 그 길을 먼저 걸었고, 더 많은 정보를 가졌다는 이유로 ‘내가 옳다’는 확신이 굳어진다.

그래서 상대를 변화시키기 위해 애쓴다. 충고하고, 훈계하고, 가르치고…. 하지만 상대는 좀처럼 변하지 않는다. 그 순간, 분노는 쌓이고 관계는 조금씩 금이 가기 시작한다.

여기서 잊지 말아야 할 점은 단 하나다.

당신은 누구도 바꿀 수 없다.

정신과 의사도, 유명한 상담가도 마찬가지다.

변화는 상대가 스스로 동기를 가질 때에만 가능하다. 지적을 받는다고 해서 사람은 변하지 않는다. 오히려 진심으로 이해받고 공감받을 때, 비로소 변화의 문은 열리기 시작한다.

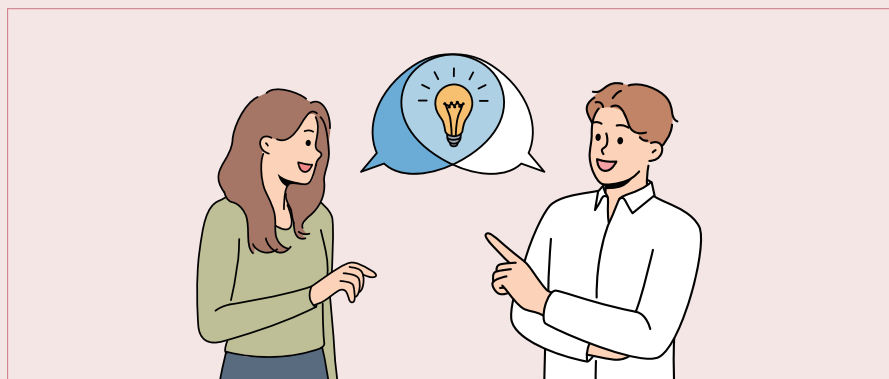
상대를 바꾸려는 말을 계속해서 던질수록 관계는 더 멀어진다.

그렇다면 어떻게 해야 할까?

판사가 아니라 변호사가 되어야 한다.

상대를 평가하고 판단하는 대신, 그의 입장을 이해하려는 태도.

부모로서도, 상사로서도, 친구로서도 결코 쉬운 일이 아니지만, 이것이야말로 관계를 지키는 유일한 방법이다.



[그림 4] 상대를 평가하고 판단하는 대신 이해하려는 태도를 가져야 한다.

출처: 셔터스톡.

정신과 의사인 나 역시 아내와의 대화가 항상 쉬운 것은 아니다.

언젠가 아내가 벼르고 벼르다 나에게 털어놓은 말이 있다.

“분명히 당신이 잘못해서 이야기를 시작했는데, 5분쯤 지나면 내가 잘못된 것 같은 기분이 들어.”

나는 아내와 조목조목 논리적으로 대화를 잘했다고 생각했으나, 아내 입장에서는 남편 말이 틀린 건 아니지만 대화가 끝나면 기분이 편치 않았다고 한다.

혹시 당신의 아내, 남편, 자녀, 동료가 당신과의 대화에서 느끼는 감정도 그렇지 않을까?

옳고 그름에 너무 매몰되지 않아야 한다.

판단이 필요한 순간도 있겠지만, 대다수의 경우 우리는 ‘판사’가 아니라 ‘변호사’로 남는 편이 낫다.

또한 소통의 핵심은 말에만 있지 않다.

우리는 대부분의 소통을 비언어적으로 하고 있다.

표정, 눈빛, 목소리, 태도… 말보다 더 많은 것을 이들이 전달한다.

소통에서 ‘말’이 차지하는 비율은 고작 7%다.

그렇다고 말이 중요하지 않다는 뜻은 아니다.

오히려 말만으로는 부족하다는 사실을 기억해야 한다.

사람들이 가장 무서워하는 순간이 언제인지 아는가?

“여보, 우리 얘기 좀 해.”

“김 대리, 잠깐 이야기 좀 하지.”

이 말 한마디가 왜 그렇게 무서울까?

대개 그 말은 ‘이야기’가 아니라 ‘심판’의 시작이기 때문이다.

그래서 상대는 마음을 닫고, 소통은 단절된다.

우리는 문제가 생기면 대화를 시도한다. 그러나 그건 이미 대화가 아니라 선고일 때가 많다.

어느 날 친구가 푸념했다.

“아이들이랑 대화하고 싶은데, 내가 집에 들어가면 애들이 자기 방으로 도망가. 이 유를 모르겠어.”

모를 리가 없다.

그 얼굴과 표정으로 집에 들어가면 아이들은 도망갈 수밖에 없다.

설령 아이들과 마주 앉는다고 해도, 무슨 이야기를 할까?

“공부 열심히 해라. 똑바로 살아라. 세상이 얼마나 힘든지 아느냐. 아빠 때는 더 힘들었다.” 구구절절 웅은 말이지만, 아무런 도움이 되지 않는 말이다.

나는 소통의 기술을 말하는 것이 아니다. 문제는 기술이 아니라 태도다. 사람은 상대의 말보다 그 태도를 먼저 읽는다. 눈빛에서, 표정에서, 진심을 알아차린다.

“정말 고맙다. 당신 덕분에 내가 여기까지 올 수 있었다. 미안하다. 내가 더 좋은 대접을 못 해주어 미안하다.”

진심으로 그런 마음을 품고 상대를 바라본 적이 있는가? 그 마음이 관계의 시작이다.

감사, 행복의 시작

“범사에 감사하라.” 신앙이 없더라도 누구나 한 번쯤은 들어본 말이다.

그러나 아는 것과 그렇게 사는 것은 다르다.

특히 요즘처럼 어려운 시절에 감사하며 살아간다는 것은 말처럼 쉽지 않다.

그런데 생각을 조금만 바꾸어 보면 어떨까.

나는 침실 천장에 ‘30초 감사’라는 문구를 붙여두었다.

예전 아이들 방에도 같은 글을 붙여 주었다.

강연을 갔다가 감동적인 경험을 하고 그때, 배운 감사를 실천하고 싶어서 한 행동이다. 별것 아닐 수도 있지만, 이 작은 실천이 하루를 다르게 만든다.

여러분도 한 번 해보시길 바란다.

이제 내가 만난 두 명의 택시 기사 이야기를 들려드리고자 한다.

오래전 일이다. 학회 참석차 지방 도시를 찾았을 때였다.

“OO호텔 갑니다.”

당연히 기사분이 대답하실 줄 알았는데 답이 없었다.

왜 답이 없지? 혹시 못 들었나?

그때의 깨름직한 기분, 아마 여러분도 경험한 적 있으시리라.

분명 들은 것 같은데 혹시 다른 곳으로 가면 어쩌나, 잠깐의 순간 별생각이 다 들었다. 할 수 없이 한 번 더 크게 이야기했다.

“OO동에 있는 OO호텔 갑니다.”

또다시 침묵. 그 순간 기사분이 고개를 돌려 잠시 나를 쳐다보곤 차를 출발시킨다. 알아들었다는 말이다.

순간 불쾌감이 올라왔다. “네”라는 그 한마디가 그렇게 어려운 일일까.

그러다 문득 나 자신을 돌아보게 되었다.

혹시 나는 환자가 진료실에 들어올 때 저런 표정으로 맞이한 적은 없었을까?

제자나 연구원들이 상의하고 결재를 받으러 올 때 저런 얼굴로 응대한 적은 없었을까? 섬찝한 순간이었다.

그리고 떠오르는 또 한 명의 얼굴.

혹시 여러분은 택시 기사분에게 팁을 받아본 적 있는가? 정말 놀라운 경험이었다.

대한민국이 경제 위기를 겪고 있던 시절, 지금만큼이나 어려운 시절이었다.

새벽 다섯 시에 택시를 탔고, 젊은 기사분이 반갑게 맞아줬다.

“선생님, 안녕하세요. 어디 가세요?”

“네, OO병원 갑니다.”

“아, 의사 선생님이세요?”

“예.”

시큰둥하게 대답을 마쳤는데, 그가 주섬주섬 이야기를 꺼내기 시작했다.

“남들은 요즘 실직할까 걱정이 많은데 저는 택시 운전을 해서 너무 좋아요.”

이건 또 무슨 소리인가? 힘든 시기에, 젊은 친구가 새벽 다섯 시에 택시를 몰면서 행복하다니.

“어제는 지방을 갔는데 27만 원을 벌었지 뭐니까.”

속으로는 조금 짜증이 났다. 내가 이른 새벽 택시를 탔던 건 원고 마감을 위해 서둘러 병원에 가기 위해서였다.

마음이 바쁜데 자꾸 이런저런 이야기를 하니 조금해졌고 건성으로 대답했다.

그렇게 병원에 도착해 요금 6,900원을 확인하곤 7,000원을 주고 가려는데, 뒤에서 누가 나를 불렀다.

“선생님, 왜 그냥 가세요?”

분명 7,000원을 주고 내렸는데 의아했다.

어두운 새벽, 그 기사는 택시를 세워 두곤 환한 미소로 다가왔다. 그러곤 내 손에 무언가를 쥐여 주었다.

200원.

이게 뭐지? 잠시 멍하니 생각하던 찰나, 그가 씩 웃으며 한마디를 던졌다.

“이렇게 일찍 오셨는데 커피 한 잔 뽑아 드셔야죠. 오늘도 힘내세요. 행복하게 보내시고요.”

돌아서는 기사분의 뒷모습을 보며 와락 눈물이 맺혔다.

그 이후 나는 지치고 힘들거나, 넘어지고 좌절할 때면 그가 손에 쥐여 준 200원을 떠올린다.

그가 어떤 삶을 살아왔는지, 무엇을 이루고, 얼마나 많은 것을 가졌는지 나는 모른다. 그러나 누군가에게 따뜻한 말 한마디와 손길을 건네고, 작지만 세상에 섰던 영향력을 미치며 살 수 있다면 그 삶은 성공한 삶 아닐까?

평생 잊히지 않는 새벽이었다.

여러분은 이 두 명의 택시 기사 가운데 어떤 삶을 살고 있는가?

어떤 삶을 살고 싶은가?

선택은 우리의 몫이다.

일상의 작은 행복들

40대와 70대, 누구의 행복지수가 높을까?

물론 상황에 따라 다르겠지만, 조사 결과를 보면 큰 차이가 없다. 외국의 보고서이긴 하나 큰 행복은 대부분 젊은 시절에 온다. 승진을 하거나 집을 사는 등의 일은 나이가 들면 어려운 법이다. 그런데 어떻게 두 집단의 행복지수가 차이가 없을까?

나이가 들면 큰 행복은 사라지지만 일상의 작은 일들을 행복으로 만드는 능력이 생긴다. 정말로 이 능력이 생긴다면, 나이가 든다고 행복지수가 떨어지지 않는다는 말이다. 나는 10여 년 전 어느 5월의 기억을 잊을 수가 없다. 아버지가 돌아가시고 어머니 홀로 생활하고 계실 때 찾아뵈던 날이었다. 아들을 보고 좋아하시던 어

머니는 이렇게 말씀하셨다.

“아들아, 여기 꽃을 한번 봐.”

난초 꽃이 환하게 피어 있었다.

“왜요?”

나를 한참 보시더니 어머니가 한마디 하셨다.

“아들아, 이 꽃은 원래 6월에 피는 꽃이란다. 그런데 우리 아들이 왔다고 이렇게 5월에 피었잖니.”

아, 그때 어머니의 환한 미소와 표정을 잊을 수가 없다. 어떻게 꽃을 보고 저런 미소를 지을 수가 있을까? 나에게서는 지금 아무런 느낌도 없는데.

만약 어머니의 저 미소를 배울 수만 있다면 나의 행복지수도 높아지지 않을까? 그 후로 나는 하루의 일과를 돌아보는 훈련을 한다. 작지만 씩 웃게 되는 순간들이 있다. 때로는 감동이 몰려오기도 한다. 이 작은 일상을 나의 행복으로 만들 수 있다면 지금 나의 행복지수 역시 올라갈 것이라고 믿는다.

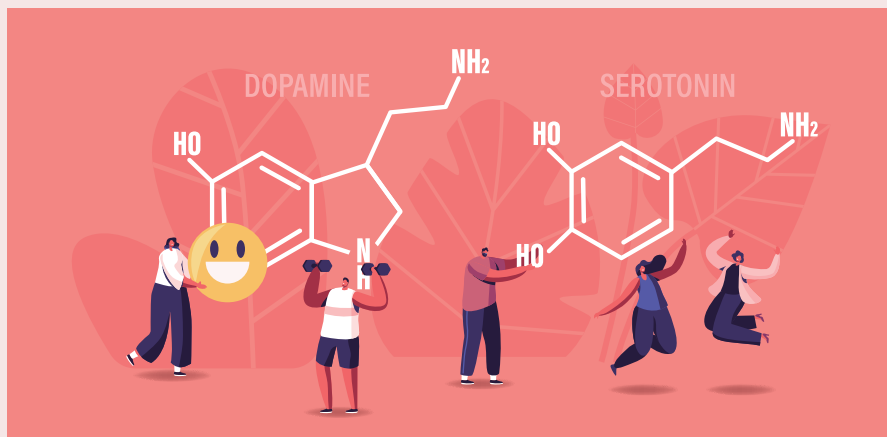
조화와 균형

도파민(Dopamine)은 죄가 없다. 마치 도파민이 문제인 양 이야기하는 경우도 있지만 전혀 사실이 아니다. 자극에 대한 반응으로 도파민이 올라가기 때문에 지나친 자극을 경계해야 하는 것은 맞다. 그러나 도파민이 일시적 쾌락을 올려주는 물질로서의 기능만 하는 것은 아니다. 인간의 동기를 강화시켜 주는 데 큰 역할을 한다. 어떤 행동을 할 때, 보상이 주어지고 도파민이 올라가면 우리는 다음에 그 행동을 강화하게 된다. 이게 삶의 활력소가 되고, 의욕을 만들고, 동기를 높여준다.

문제는 방향성이고 조화와 균형이다. 에너지의 방향이 어디로 향하는가가 삶에 지대한 영향을 미친다. 자신이 가진 열정과 에너지가 어느 쪽을 향하느냐에 따라 자신과 세상에 도움이 될 수도, 중독에 빠져 심각한 피해를 줄 수도 있다.

도파민 외에 흔히 알려진 신경전달물질로 세로토닌(Serotonin)이 있다. 도파민처럼 화끈하지는 않지만 안정감과 행복감을 느끼게 해준다. 때로는 과도한 도파민에 제동을 걸어주기도 하고 몸과 마음의 항상성을 유지해 준다. 이 두 물질

이 상호 보완적 역할을 하고 삶 속에서 적절히 조화와 균형을 이룰 때, 행복한 삶이라고 말할 수 있을 것이다.



[그림 5] 도파민과 세로토닌이 조화와 균형을 이룰 때 우리는 행복을 느낄 수 있다.

출처: 셔터스톡.

수많은 자극 속에 살아가는 우리의 자녀, 젊은 세대에 대한 우려 섞인 시선과 걱정이 존재한다. 과연 이런 환경에서 성장한 아이들이 건강한 사회의 일원이 될 수 있을지 염려하는 기성세대들도 있지만 걱정만 하고 있을 수는 없다.

이제 우리가 해야 할 일은 부모와 어른들이 먼저 행복하게 사는 모습을 보여주는 것이다.

“때로는 지치고 힘들 때도 있지만, 그래도 세상은 살 만한 곳이란다.”

이런 이야기를 자녀들에게, 후배들에게, 자손들에게 들려줄 수 있으면 좋겠다.

오늘날 자극으로 인해 세상에 문제가 많다고 해서 과거로 돌아가자고 말할 수는 없다. 조화와 균형 속에서 세상을 더불어 살아가며, 우리가 지켜야 할 가치를 유지해 나가면 된다. 온라인 세상도 흥미롭지만 사람과 사람이 부딪히며 살아가는 오프라인 세상도 참 재미있다는 사실을 일깨워 주면서, 작지만 단단한 행복을 함께 일구고 살아간다면 우리 모두 조금은 더 행복해질 수 있지 않을까.

도파민 권하는 사회

도파민 중독을 권하는 사회는 어떻게 만들어졌는가?

노명우 (사회학자)

숏폼 등 자극적인 콘텐츠 중독으로 인한 문해력 저하 문제

강진숙 (중앙대학교 미디어커뮤니케이션학부 교수)

도파민 중독을 원하는 사회는 어떻게 만들어졌는가?

• 글 노명우 (사회학자)

게오르크 짐멜(Georg Simmel)은 1903년 발표한 에세이 「대도시와 정신적 삶(Die Großstädte und das Geistesleben)」에서, 당시 산업화로 출현한 새로운 사회적 공간인 메트로폴리스(Metropolis)를 살아가는 사람에게서 나타나는 타인에게 관심을 두지 않는 독특한 태도를 ‘대도시적 무관심(Grossstadt-Gleichgültigkeit)’이라고 정의했다. 그는 대도시적 무관심이 등장하는 배경으로 대도시 환경이 제공하는 과잉의 자극이라는 정보 과부하에 주목했다.

짐멜은 대도시 합승 마차에 탑승한 승객의 ‘냉담한 태도(Blasiertheit)’를 대도시 정신생활의 독특한 형태를 파악할 수 있는 실마리로 삼았다. 대도시에 합승 마차가 등장하면서 사람들은 이전에는 전혀 경험할 수 없었던 새로운 시각적 환경에 노출되었다. 합승 마차에 올라 건너편 좌석에 앉은 이가 앉아 있으면 승객 사이의 시선 교환은 불가피하지만, 대도시 사람은 적극적인 대화 대신 상대방에게 어떠한 형태의 관심도 표현하지 않는 ‘소극적 태도(Reserviertheit)’를 유지한다. 합승 마차에는 수시로 승객이 타고 내리기에 건너편 좌석에 앉아 시선을 교환하는 사람 역시 계속 바뀐다. 과거에는 일정한 시간 동안 동일 공간에 머물게 되면 모르는 사이라 할지라도 서로 인사하고 날씨 이야기를 건네는 스몰 토크(Small Talk)를 자연스레 나누며 사교 활동을 했겠지만, 이처럼 승객이 끊임없이 바뀌는 강도 높은

외부 자극 상황에서 사람들은 결국 동승객에 대해 냉담하고 소극적인 태도를 유지하게 된다는 것이다.

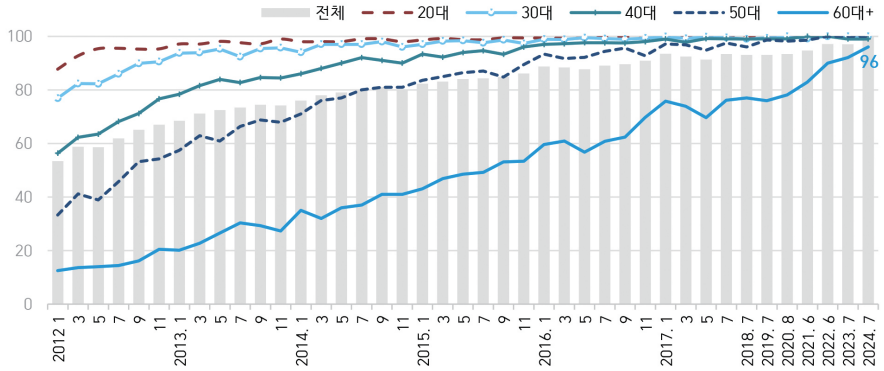
대도시적 무관심은 대도시의 과도한 자극 속에서 개인이 자신을 보호하고 정신적 에너지를 보존하기 위한 일종의 방어 메커니즘(Mechanism)이다. 대도시적 무관심을 내면화한 도시인은 자신을 둘러싼 ‘다자극(多刺激)’에 일일이 감정적으로 개입하지 않는다. 대도시는 다자극뿐만 아니라 전통적인 농촌 공동체에서는 일어나지 않았던 살인, 노상강도, 뺑소니와 같은 충격적인 ‘고자극(高刺激)’도 빈번하게 발생하는 공간이다. 다자극과 고자극에 일일이 반응하면 신경쇠약에 걸릴 수도 있기에 도시인은 주변 자극으로부터 감정적 거리를 두는 냉담한 태도를 취할 수밖에 없다. 냉담한 태도는 대도시에서 살아남기 위한 생존 전략인 것이다. 20세기 짐멜은 대도시의 다자극과 고자극에 냉담한 태도로 무장하여 대도시적 무관심으로 대응하는 도시인의 등장을 사회심리학적으로만 설명했지만, 한 세기가 흐른 지금 우리는 사회심리학적 설명 이외에, 그사이 발전한 뇌과학의 연구 성과를 참조하면서 짐멜의 대도시적 무관심에 상응하는 현대인의 독특한 태도를 파악하기 위해 그들이 처한 미디어 환경부터 살펴보고자 한다.

21세기 도시 풍경: 스마트폰 좀비의 등장

21세기 현대인은 ‘스마트폰 좀비(Smartphone Zombie, 약칭 스몐비)’다. 현대인이라면 대부분 스마트폰을 소지하고 있으며, 길거리를 홀로 걷는 사람 대다수는 각자의 이유로 스마트폰만을 들여다보고 있다. 스몐비는 보행 중 스마트폰만을 들여다보며 주위를 살피지 않는 젊은 세대의 모습이, 마치 낮 나간 좀비의 걸음걸이를 연상시킨다고 해서 풍자적으로 사용되기 시작한 단어였다. 그러나 이제 스몐비의 행태는 특정 세대에 국한되지 않고 스마트폰을 사용하는 모든 사람의 특징적인 행동 양식으로 자리 잡았다.

21세기에 접어들면서 대면 상호작용은 갈수록 드물어지고 있다. 스마트폰이라는 미디어를 통한 ‘매개화된 상호작용’은 대면 상호작용을 압도하는 지배적 형식이 되었다. 한국갤럽조사연구소의 2024년 조사에 따르면, 스마트폰 사용자는 모든 연령대에서 100%에 가깝게 육박하고 있다. 조사가 시작된 2012년만 해도 스마트폰 사용은 젊은 세대에 한정된 현상이었으나, 2024년 현재 스마트폰은 전 국민

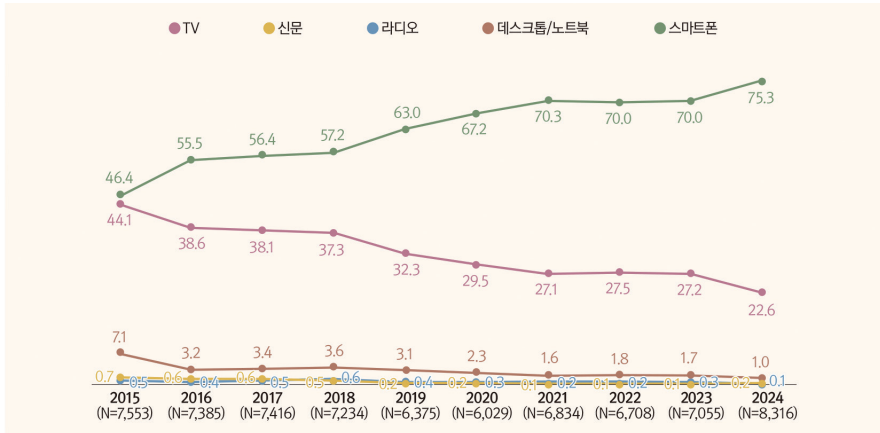
을 스몐비로 만들 정도로 전 시대에 걸쳐 ‘만연한’ 현상으로 자리 잡았다.



[그림 1] 스마트폰 사용률 2012-2024: 연령별(%)

출처: 한국갤럽조사연구소 (2024).

텔레비전의 시대는 이미 예전에 끝이 났다. 일상생활에 필수적인 미디어가 무엇 인지를 묻는 ‘필수 미디어 인식률’ 조사에서 스마트폰은 모든 미디어를 압도하고 있다. ‘2024 방송매체 이용행태 조사’에 따르면 75.3%의 사람들이 스마트폰을 필 수 미디어로 여기고 있는 반면, TV를 필수 미디어로 여기는 사람은 22.6%로 극적 으로 줄어들었다. TV와 스마트폰의 ‘필수 미디어 인식률’은 해를 거듭할수록 벌어 지고 있다. 특정 세대에서만 스마트폰이 필수 미디어로 여겨지는 것은 아니다. 스 마트폰을 필수 매체로 인식하는 비율이 10~30대에서 90% 이상으로 가장 높았지 만, 40~50대에서도 80% 이상에 도달했고 60대 이상에서도 꾸준히 늘고 있어 그 영향력은 전 연령층으로 확산되고 있다.



[그림 2] 일상생활에서 필수적인 매체 (N=전체 조사 대상 가구원, 단위: %)

출처: 방송통신위원회, 한국정보통신진흥협회 (2024).

스마트폰에 대한 의존도가 과도하게 높아져 발생하는 문제적 상태가 ‘스마트폰 과의존’이다.¹⁾ 스마트폰 과의존 상태에 빠진 사람은 개인의 삶을 스마트폰에 전적으로 의존한다. 모든 개인 활동을 스마트폰에 의존하기에 스마트폰이 없으면 모든 사회생활 자체가 위험에 빠질 정도로 중요하게 여기는 ‘현저성(Salience)’이 대표적인 ‘과의존’ 증상이다. 현저성이 지나치면 스마트폰 사용 시간을 개인의 의지에 따라 결정하는 자율적 조절 능력이 떨어지는 ‘조절 실패(Self-Control Failure)’ 양상을 보이며, 결국 스마트폰 이용으로 인해 신체적·심리적·사회적으로 부정적인 결과를 경험함에도 불구하고 스마트폰을 지속적으로 이용하는 ‘문제적 상태’에 돌입하게 된다. 과학기술정보통신부와 한국지능정보사회진흥원이 진행한 ‘2024 스마트폰 과의존 실태조사’에 따르면 전체 스마트폰 사용자 중 22.9%가 ‘스마트폰 과의존’ 상태에 있음이 밝혀질 정도로, 이는 21세기를 특징짓는 시대의 질병으로 자리 잡았다.

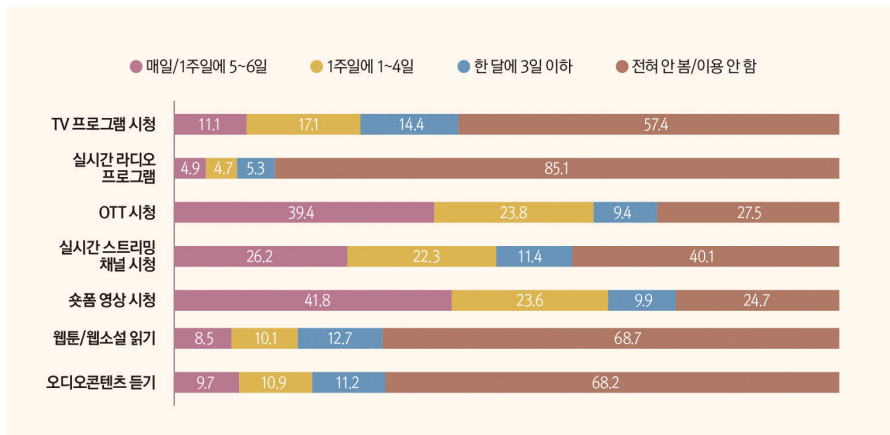
우리는 왜 스마트폰에 과의존하게 되는가?

스마트폰은 전능하다. 인간이 사회생활을 하는 데 필요한 모든 활동은 스마트폰을 통해 가능하다. 그 어떤 미디어도 스마트폰에 도전장을 내밀 수 없다. 스마트폰

안에는 인간이 지금까지 개발한 모든 미디어 그리고 그 미디어를 통해 유통되던 모든 메시지가 들어 있다. 스마트폰은 여러 미디어 중 경쟁력이 있는 미디어가 아니라 스마트폰 자체가 미디어 그 자체라고 할 수 있을 정도로, 절대 전능한 지존의 자리에 올랐다.

사람들은 스마트폰을 통해 넷플릭스(Netflix)로 대표되는 오버더톱(Over-the-Top, OTT) 서비스를 이용한 영화 및 드라마 시청, 유튜브(YouTube)·인스타그램(Instagram)·틱톡(TikTok) 등 소셜미디어에 업로드된 콘텐츠 소비 그리고 애플 뮤직(Apple Music)과 스포티파이(Spotify)와 같은 스트리밍 서비스를 통한 음악 감상에 가장 많은 시간을 할애한다.

‘2024 방송매체 이용행태 조사’에 따르면 스마트폰을 통해 주 5일 이상 이용하는 주요 콘텐츠는 숏폼(Short-Form)²⁾(41.8%), OTT(39.4%), 실시간 스트리밍(26.2%) 등이다. 과의존 위험군은 일반 사용자군보다 숏폼을 장시간 시청한 경험 이 더 높다. 온라인 동영상 시청에서 숏폼이 차지하는 비중이 50% 이상을 차지하는 비율은 과의존 위험군에서 35.7%에 달해, 19.4%에 그친 일반군보다 높은 것으로 나타나고 있다.



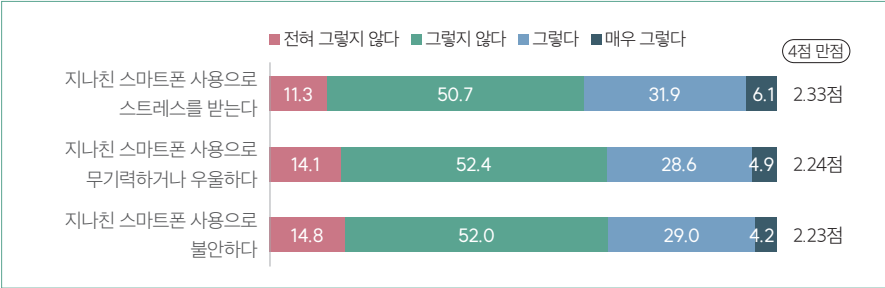
[그림 3] 스마트폰을 통한 콘텐츠 이용 빈도 (N=스마트폰 이용자 7,905명, 단위: %)

출처: 방송통신위원회, 한국정보통신진흥협회 (2024).

1 <https://www.iapc.or.kr/contents.do?cid=6&idx=5>

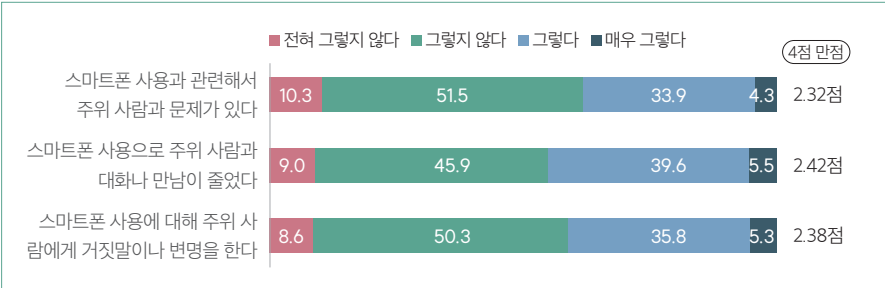
2 짧은 길이의 영상 콘텐츠를 의미한다.

스마트폰 과의존이 빚어내는 ‘문제적 결과’는 조사에서도 분명하게 나타난다. 과의존 위험군의 스마트폰 폐해로 인한 정신 건강 관련 심층 경험을 분석한 결과, 대부분 “지나친 스마트폰 사용으로 스트레스를 받는다”고 답했으며, 스마트폰 사용으로 인해 무기력증을 느낀 사람도 적지 않음이 드러났다. 스마트폰에 과의존하면서 나타난 대인관계의 변화도 분명하게 감지된다. 과의존 위험군의 대인관계 맥락 관련 심층 경험을 분석한 결과, “스마트폰 사용으로 주위 사람과 대화나 만남이 줄었다”는 응답과 “스마트폰 사용에 대해 주위 사람에게 거짓말이나 변명을 한다”, 그리고 “스마트폰 사용과 관련해서 주위 사람과 문제가 있다”는 응답이 압도적으로 제시되었다. 스마트폰 폐해로 인한 생산성 저하 현상도 분명하게 나타났는데, 심층 경험을 분석한 결과 다수의 응답자에게서 “스마트폰 사용으로 계획, 기본 생활에 영향이 생긴다”, “스마트폰 사용으로 해야 할 일을 자주 까먹는다”, “스마트폰 사용으로 집중력이 떨어졌다”와 같은 현상이 나타났다(과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원, 2024).



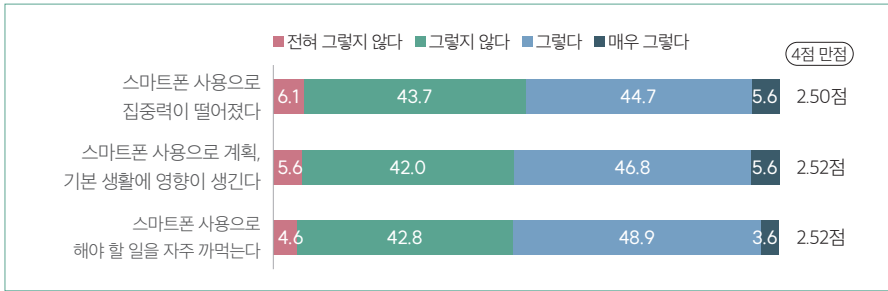
[그림 4] 과의존 위험군 스마트폰 이용 관련 심층문항 폐해 경험(정신 건강) (단위: %)

출처: 과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원 (2024).



[그림 5] 과의존 위험군 스마트폰 이용 관련 심층문항 폐해 경험(대인관계 맥락) (단위: %)

출처: 과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원 (2024).



[그림 6] 과의존 위험군 스마트폰 이용 관련 심층문화 피해 경험(생산성 저하) (콘텐츠 이용자 단위: %)

출처: 과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원 (2024).

왜 현대인은 스마트폰의 과도한 사용으로 인해 문제적 상태에 돌입했고, 그것을 자각하고 있음에도 불구하고 스마트폰 과의존 상태에서 벗어나지 못하는 것일까? 우리는 그 질문에 답할 수 있는 실마리를 ‘도파민 중독(Dopamine Addiction)’이라는 뇌과학의 설명에서 찾을 수 있다.

만연한 현대적 질병인 도파민 중독

뇌과학 연구에 따르면, 사람이 즐거움을 낳을 수 있는 행위를 하면 그 사람의 뇌에는 보상 신경전달물질인 도파민이 소량 분비된다고 한다. 뇌에 분비된 도파민은 사람으로 하여금 쾌락을 느끼게 하는 신경전달물질이자 호르몬으로 분비되는 화학물질이다. 예를 들어 맛있는 음식을 먹는 것과 같은 특정 행동을 할 때, 그 행동에 대한 보상으로 도파민이 뇌에서 분비되면 인간은 쾌감과 만족감을 느끼게 된다. 도파민은 인간에게 즉각적인 만족을 제공하는 보상 체계의 핵심이다. 하지만 도파민 분비로 인해 발생한 쾌감은 오래가지 못한다. 그 쾌감은 시간이 지나면 사라진다. 도파민이 분비됨으로써 인간이 느끼게 되는 쾌락이 달콤했기에 보상을 받은 인간은 도파민을 분비시켰던 특정 행동을 잊지 못하고 그 행동을 다시 하고자 하는 욕망을 갖게 된다. 달리기하는 동안은 힘들었지만 목표한 거리를 완주하고 난 후 느끼는 상쾌한 기분을 알고 있어 러너가 러닝을 중단하지 못하는 것과 같은 이치이다. 도파민 분비에 의한 쾌락이라는 보상 체계의 맛을 본 사람이 그것을 잊지 못하고 강박적으로 도파민 분비를 가능하게 하는 행동에 몰입하는 것, 그것을

우리는 도파민 중독이라 부른다. 이는 스마트폰에 과의존하는 현대인 특유의 그리고 가히 시대의 증후라고 해도 지나친 말이 아닐 정도로 현대에 만연한 질병이다.

하지만 신경과학에서 밝혀진 가장 중요한 발견은 쾌락과 고통이 뇌의 같은 부위에서 처리되며, 뇌는 쾌락과 고통 사이의 균형을 유지하려고 노력한다는 점이다. 뇌는 사실상 숨겨진 스토아학과(Stoicism)인 셈이다. 만약 뇌가 한 방향으로 기울면 신경과학자들이 ‘항상성(Homeostasis)’이라고 부르는 중립 상태를 회복하기 위해 뇌는 반대 방향을 향한다. 즉 도파민이 분비되면 즉시 자극된 도파민 수용체의 수를 줄이거나 하향 조절하여 도파민 증가에 적응하는 것이다(Lembke, A., 2024). 그래서 도파민 분비로 인한 쾌락은 영원히 지속되지 못한다. 도파민 분비에 의한 강한 쾌락을 느낀 후 인간은 항상성을 유지하려는 뇌의 작용에 따라 기분이 가라앉는 후유증을 경험한다. 항상성을 유지하려는 뇌에 의해 기분이 가라앉음으로써 뇌가 다시 중립 상태에 돌입하지만, 한 번 도파민 분비에 의한 쾌감을 겪은 사람은 계속해서 또 다른 쾌락을 얻고 싶어 한다. 이 과정을 통해 현대의 질병인 도파민 중독이 만들어진다.

이 무한 반복의 회로 내에서 쾌락을 끊임없이 추구하다 보면 어떤 쾌락도 느끼지 못하는 ‘쾌락 불감증(Anhedonia)’에 빠지게 된다. 쾌락 불감증에 빠진 사람은 자신이 스마트폰 과의존 상태임을 자각하고 있음에도 불구하고 무의미하고 끝없는 유튜브 시청을 중단하지 못하고, 사회관계망 서비스(Social Network Service, SNS), 메시지, 포스팅, 블로그를 찾기 위해 잠시도 스마트폰을 손에서 내려놓지 않으며, 심지어 생각 없이 계속 스크롤하며 웹 서핑, 온라인 뉴스 논평, 연예인 가십 기사를 찾는 등 도파민 중독에 의한 강박적 행동 패턴 내에서 맴돈다. 도파민 중독은 인간이 스마트폰을 필수 미디어로 간주하기 시작한 이후 비단 스마트폰 과의존 집단뿐만 아니라 강하든 약하든 미세한 차이는 있지만 대부분의 사람에게서 나타난다. 그렇기에 그 자체만 놓고 보면 정신병리학적 현상처럼 보이는 도파민 중독의 만연은 대부분의 시대적 징후에 해당하는 질병이 그러하듯, 그 현상을 배태한 사회적 배경으로까지 거슬러 올라가서 원인을 찾아야 한다. 이 탐색의 과정에서 우리는 ‘주목 경제(Attention Economy)’라는 자본주의의 새로운 양상과 만나게 된다.

도파민 중독을 낳는 사회적 배경으로서의 주목 경제

대도시적 무관심으로 무장한 도시인의 ‘주목’을 끌기는 쉽지 않은 노릇이다. 그들은 웬만한 자극에는 눈 하나 깜빡하지 않을 정도로 고자극, 다자극의 사회적 환경에 적응해 냉담한 태도와 소극적 태도로 무장하고 있기 때문이다. 스마트폰으로 음악을 듣거나 유튜브에서 영상을 시청하려고 애플리케이션(앱)을 클릭해 본 사람이라면 누구나 알고 있다. 이 세상에 음악은 많아도 너무 많고 유튜브에 올라온 영상은 무한대에 가깝다. OTT의 경우도 별반 다르지 않다. 영화를 보겠다고 결심하고 OTT 앱을 클릭한 사람은 보고 싶은 영화를 보기 위해 손가락을 분주히 움직여야 한다. 하지만 결정은 쉽지 않다. 주목을 요청하는 영화와 음악이 너무나 많기 때문이다. 사용자는 이러한 점에서 결정에 어려움을 느끼고, 콘텐츠 공급자는 사용자의 주목을 끄는 것이 쉽지 않아 애를 태운다. 고자극, 다자극 스마트폰의 세계에서 주목은 아주 귀한 것이 되었다.

허버트 사이먼(Herbert Simon)은 일찍이 주목의 의미를 변화시킨 사회경제적 조건에 선구적으로 주목하였다. 그는 정보가 과도하게 풍부한 세상에서 주목 자체가 희소해지는 경향을 언급하며 “정보의 풍요는 주목의 빈곤을 낳는다”고 지적한 바 있다(Simon, H. A., 1971). 사이먼의 선구적 성찰은 21세기 스마트폰의 과의존 시대에 새로운 의미를 얻는다. 주목 경제가 21세기 미디어 풍경을 설명할 수 있는 핵심 키워드로 부상하기에 이른 것이다.

인간이 한 번에 사용할 수 있는 인지 자원은 제한되어 있으며, 한 가지 작업에 자원이 할당되면 다른 작업에 사용할 수 있는 자원은 제한된다는 점은 심리학, 인지 과학, 신경 과학, 경제학 등 광범위한 분야의 연구에서 입증되었다. 주목은 다른 인지 가능한 정보를 배제하고 특정 정보 항목에 자원을 선택적으로 집중하는 인지 과정이다. 주목이 점점 더 희소한 상품이자 자원(Resource)(Crawford, M. B., 2015)이 되자 주목 경제는 스마트폰에 대한 의존도가 높아지면 질수록 광범위한 사회적 시스템(Goldhaber, M., 2006)으로 자리 잡기에 이른다.

디지털 시대에 접어들면서 스마트폰과 태블릿의 접근성이 증가하여 사용자들이 언제 어디서든 콘텐츠에 참여할 수 있게 되었고, 이는 전통적인 미디어 소비 패턴을 근본적으로 변화시켰다. 결과적으로 눈과 귀를 사로잡기 위한 멀티미디어 경쟁이 촉발된다. 스마트폰에 의존적인 현대인이 항시적으로 노출된 고자극, 다자극 상황에서 주목은 경제적 이득을 얻을 수 있는 일종의 통화 가치를 지닌 희소 자원

으로 취급된다. 이에 따라 희소 자원인 주목을 획득하기 위해 현대 경제는 독특한 메커니즘을 창출하는데, 이 메커니즘은 현대인을 도파민 중독으로 이끄는 핵심 통로로 작동하고 있다. 다음으로 현대인이 노출된 고자극, 다자극 상황을 좀 더 심층적으로 살펴볼 것이다.

도파민 중독으로 이끄는 다자극, 고자극의 세계

팝 음악의 통상 길이는 3분대이다. 왜 팝 음악에서는 3분대의 연주 시간이 표준적인 형식으로 자리 잡게 되었을까? 녹음 기술 자체가 없었던 시대에 진행되는 음악은 연주 시간의 길이에 구애받지 않았다. 당시만 하더라도 진행되는 음악의 표준적 길이라는 개념 자체가 무의미했다. 녹음 기술이 등장하고, 매체에 음악이 저장되기 시작하면서 음악의 길이는 이를 수록하는 미디어의 기술적 특성으로부터 영향을 받기 시작했다. 분당 78 회전하는 SP 레코드(Standard Playing Record) 한 면이 수용할 수 있는 음악의 길이가 3~4분대였다. 1925년 작곡가 이고르 스트라빈스키(Igor Stravinsky)는 <피아노를 위한 세레나데(Serenade in A for Piano, K44)>를 레코드가 수용할 수 있는 길이를 염두에 두고 3분 내외 분량으로 작곡하기도 했다. 만약 음악을 저장하고 배포하는 레코드라는 미디어가 발명되지 않았다면, 스트라빈스키는 굳이 자신의 세레나데를 3분 정도의 길이를 염두에 두고 작곡할 필요가 없었을 것이다.

1948년에 SP의 음악 녹음 수용 범위를 훌쩍 넘은 LP 레코드(Long Playing Record)가 등장하자, 루트비히 판 베토벤(Ludwig van Beethoven)의 교향곡은 문제 없이 LP에 수록될 수 있었다. 클래식 음악에서와 달리 대중음악에서는 LP가 등장하자, 예술성을 지향하는 가수의 경우 팝 음악이라 하더라도 굳이 3~4분대의 관행에 머무르지 않고, 필요하다면 예술성을 표현하기 위해 베토벤의 교향곡에 버금가는 길이의 음악을 만드는 경향도 생겨났다. 하지만 상업성을 고려해야 하는 라디오 방송국의 입장에서 10여 분이 넘는 곡은 방송에 적합하지 않았고, 예술성을 표현하기 위해 3분이라는 시간 관행을 뛰어넘으려는 아티스트와 달리 음반 홍보와 판매를 중요하게 여기는 음반 제작사와 프로듀서는 3분대 음악이라는 대중음악의 관행을 원했다. 아티스트의 고집과 음반 제작사 및 라디오 방송국의 긴장 관계를 반영하여, 한 앨범 안에 아티스트의 고집을 그대로 수용한 긴 버전의 원곡과 더불어

어, 라디오 방송국이 원하는 3분대로 편집된 이른바 ‘라디오 판(Radio Cut)’이 동시에 실린 앨범이 적지 않은 것도 그 이유 때문이다.

1974년 빌리 조엘(Billy Joel)이 발표한 앨범 ‘스트리트라이프 세레나데(Streetlife Serenade)’에 실린 <더 엔터테이너(The Entertainer)>라는 노래에는 LP 시대 아티스트와 방송국의 갈등이 아예 가사로 등장한다. 그 가사는 이렇다. “라디오에서 흘러나오는 나의 최신 노래를 들었겠지. 곡을 만드는 데는 몇 년이나 걸렸지만 내 생애 최고의 나날이었어. 정말 아름다운 곡이었는데 길이가 조금 길었지. 히트를 치려면 길이를 맞춰야 해. 그래서 결국 곡은 3분 5초로 줄어들었지.” 이 노래에서 조엘이 말한 자신의 의지와 상관없이 줄어든 노래는 공전의 히트곡 <피아노 맨(Piano Man)>이다. 싱어송라이터인 그는 자신의 노래 <피아노 맨>을 애초에 5분 40초로 작곡했으나, 라디오 판에 의해 3분 5초로 줄어들었다. 그리고 이 사연을 3분 41초 앨범 버전인 <더 엔터테이너>에서 노래했다.

최근 수십 년간의 기술 발전, 특히 스포티파이 및 애플 뮤직과 같은 온라인 스트리밍 플랫폼의 확산은 음악 소비 방식을 근본적으로 변화시켰다. 청취자는 음악이 수록된 매체(CD, LP)를 물리적으로 소지하지 않아도 스트리밍 서비스를 통해 음악에 접근할 수 있게 되었다. 음악을 듣는 사람에게 사실상 무한에 가까운 압도적 양의 음악이 선택을 기다리는 다자극 상황이 전개된 것이다. 스트리밍 서비스를 통해 들을 수 있는 수가 무한대에 가까워지면서, 각 음악은 주목을 얻기 위한 엄청난 경쟁을 벌여야 한다.

스포티파이와 같은 플랫폼에서 관찰되는 건너뛰기 비율은 대단히 높다. 음악 청취자의 21%가 음악을 듣기 시작한 지 처음 5초 이내에 손가락을 스와이핑(Swiping)하여 다음 음악으로 넘어간다. 음악 재생이 시작된 20초 후에는 34%의 사람이 다른 음악으로 이동한다. 음악을 끝까지 듣는 청취자는 51%에 불과하다. 즉 주목받지 못하면 음악은 몇 초 재생되기도 전에 무시될 가능성이 상존하는 것이다. 스트리밍 서비스의 경우 노래가 ‘재생’으로 집계되고 로열티 지급 자격을 얻으려면 최소 30초 이상 청취되어야 하므로, 작곡 및 제작 결정에 주의를 끄는 전략을 통합하는 것이 더욱 중요해진다(Léveillé Gauvin, H., 2018). 이러한 환경에서 아티스트와 제작자는 청자의 주의를 최대한 빨리 사로잡아야 한다는 압박을 받게 된다. 주목이 희소 자원이 된 스트리밍 서비스 플랫폼 내에서 음악은 시작부터 강렬하게 청취자를 끌어들이야 재생을 유지하고 성공할 수 있게 되었다.

이 결과 곡의 도입부는 점점 짧아지고 있고, ‘훅(Hook)’³⁾은 빠르게 등장하는 경

향을 보인다. 현대인의 주의 집중 시간이 전반적으로 짧아지고 있기에, 음악 제작자들은 이러한 경향에 맞춰 초반에 청취자의 귀를 사로잡고 곡의 핵심을 빠르게 전달하는 전략을 사용한다. 1986년부터 2015년까지 미국 빌보드 연말 차트 Top 10에 오른 303곡을 분석한 연구(Léveillé Gauvin, H., 2018)에 따르면, 대중음악에서 기악 도입부는 극적으로 짧아지고 있다. 1986년의 히트곡은 평균 23초가 지난 후에 보컬이 등장했지만, 2015년의 히트곡에서는 단 5초 후에 보컬이 등장한다. 팝 음악의 평균 템포인 분당 비트 수(Beats Per Minute, BPM)도 증가했다. 1986년 히트곡의 평균 BPM은 약 90BPM이었는데, 2015년에는 약 100BPM으로 빨라졌다. 1987년 스타십(Starship)의 히트곡 <아무도 우리를 막을 수 없어(Nothing's Gonna Stop Us Now)>의 경우 22초의 반주가 흐른 후에야 보컬이 시작되고, 첫 번째 후렴은 1분이 흐른 후에야 등장하는 반면, 2015년 마룬 파이브(Maroon 5)의 <설탕(Sugar)>은 7초 이내에 핵심 가사가 등장할 정도로, 팝 음악에서는 일관되게 후렴이 등장하는 시간이 짧아지는 경향을 보여주고 있다. 스트리밍 서비스로 음악 자체가 다자극, 고자극이 된 것이다.

음악 스트리밍 서비스에서 나타나는 고자극, 다자극의 경향은 유튜브를 비롯한 소셜미디어에서도 일관되게 등장한다. 짧은 영상으로 젊은 세대의 급격한 인기를 얻으면서 틱톡이 강력한 매체로 떠오르자 유튜브와 인스타그램 역시 틱톡과의 경쟁을 목표로 숏폼 콘텐츠를 기획하기에 이르렀다. 유튜브 쇼츠(Shorts)는 출시 이후 놀라운 속도로 성장하며 디지털 콘텐츠 시장의 주요 동력으로 자리매김했다. 2020년 9월 출시된 이래, 일일 조회수는 2021년 300억 회를 기록했고, 2022년에는 500억 회, 2023년에는 700억 회 그리고 2024년에는 900억 회에 달하며 지속적인 상승세를 보이고 있다.

월간 활성 사용자(Monthly Active Users, MAU)⁴⁾ 또한 폭발적으로 증가했다. 2022년의 MAU는 15억 명에서 2023년에는 20억 명으로 증가했으며, 2025년에도 20억 명 이상을 유지하고 있다. 콘텐츠 공급 측면에서도 하루에 1,200만 개 이상의 쇼츠가 업로드되고 있고, 매달 약 3억 6,000만 개의 쇼츠가 게시되어 유튜브는 쇼츠에 의한 전례 없는 다자극 플랫폼으로 변모했다. 2025년 기준 유튜브 쇼츠는 전

3 중독적이고 강한 인상을 주는 음악의 구절을 뜻한다.

4 30일 동안 앱 또는 웹사이트에서 활동한 순 유저 수를 식별하는 측정 지표이다.

체 유튜브 시청 시간의 약 8~10%를 차지하고 있으며, 지난 3년간 쇼츠 조회수는 롱폼(Long-Form) 비디오 조회수보다 2.4배에서 3배 더 빠르게 성장하며, 숏폼 콘텐츠로의 미디어 소비 전환이 가속화되고 있음을 보여준다. 숏폼이 지배적인 형식이 되면서 유튜브가 전례 없는 극단적인 다자극 상황으로 이동하자, 이런 상황에서 주목을 받으며 광고 수입을 올려야 하는 유튜버가 살아남기 위한 유일한 방법은 고자극의 강화이다. 썸네일(Thumbnail)⁵⁾ 경쟁, 주목을 획득하기 위한 자극적 표현과 언어의 동원에 의해 유튜브는 정제되고 정교한 언어의 세계가 아니라 자극적으로 주목을 끌기에 충분한 혹성이 있는 콘텐츠의 세계로 자리 잡기에 이른다.

이는 스마트폰 사용 증가와 함께 이동 중에도 쉽고 빠르게 소비할 수 있는 ‘스낵 커블(Snackable)’ 콘텐츠에 대한 수요가 높아진 결과인데, 숏폼 콘텐츠에 대한 사용자 선호 증가는 단순히 편의성 때문이 아니라, 정보 과잉 환경에서 나타나는 ‘주목 감소(Shortened Attention Spans)’와 밀접하게 연관되어 있다. 사람들은 이제 길고 복잡한 글을 꼼꼼하게 읽는 데 어려움을 느끼며, 대신 짧고 자극적인 콘텐츠를 통해 즉각적인 도파민 보상을 추구하게 된다. 이는 ‘주목 희소성’이 다시금 ‘주목 포획(Attention Capture)’을 위한 더 자극적인 콘텐츠 생산을 유도하는 ‘주목 희소성의 나선(Spiral of Attention Scarcity)’을 형성하며, 사용자들의 주의력을 더욱 파편화시키는 악순환을 초래한다.

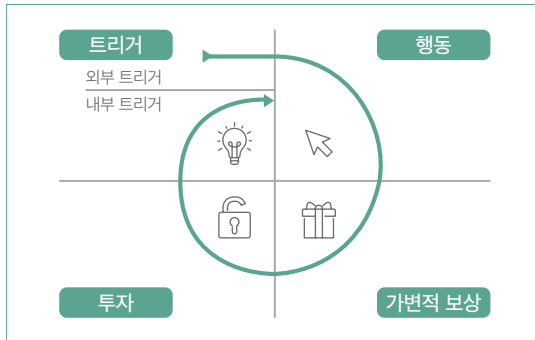
디지털 플랫폼 내의 다크 패턴과 도파민 중독

다자극 상황에서 주의력이 희소 자원이 된 주목 경제에서, 주목 포획을 극대화하기 위해 인터넷의 각종 플랫폼에는 사용자의 특정 행동을 유도하는 인터페이스인 ‘다크 패턴(Dark Patterns)’이 이른바 ‘설득 디자인(Persuasive Design)’이라는 명목하에 곳곳에 숨겨져 있다.

우리를 도파민 중독에서 벗어나지 못하도록 만드는 다크 패턴의 대표적인 것이, 니르 이얌(Nir Eyal)이 사용자의 습관을 유도하는 설계의 특징이라고 분석한 ‘혹 모델’이다(Eyal, N., 2022). 혹 모델은 사용자들이 알지 못한 채 사용자들의 행동을

5 사용자의 시선을 끌어 클릭을 유도하기 위해 콘텐츠의 내용을 미리 작은 이미지에 담아 보여주는 것을 의미한다.

특정한 방향으로 유도할 수 있는 전형적인 다크 패턴이다. 이얄에 따르면 흑의 1단계는 ‘트리거(Trigger)’ 단계이다. 습관 유도 격발, 즉 트리거는 외부 트리거로부터 출발한다. 자신이 사용하고 있는 SNS 계정에 새로운 게시물이 올라왔음을 알리는 앱 푸시 알림이 대표적인 외부 트리거이다. 알림을 본 사용자는 흑의 2단계인 ‘행동(Action)’ 단계로 옮겨가 무엇인가 보상을 기대하면서 페이스북이나 인스타그램을 활성화한다. 흑의 3단계는 사용자에게 보상을 제공하는 단계인데, 그 보상은 가변적일수록 사용자를 끌어당길 수 있다. 이때 예상치 못한 보상(기대하지 못했던 댓글, 좋아요, 리트윗, 리그램 등)을 받으면 도파민이 분비되고, 만약 기대와 달리 보상이 없으면 사용자는 애초 기대했던 보상을 제공할 수 있는 자극을 찾아 스와이프(Swipe)⁶를 계속한다. 흑의 마지막 단계는 ‘투자’ 단계이다. 사용자는 자신의 계정에 심혈을 기울여 타인으로부터 주목받을 수 있는 무언가를 업로드한다. 주목받는 것이 목표이기에 상당한 시간과 연출 그리고 고민이 필요하다는 점에서 흑의 4단계는 투자의 단계라고 해도 지나치지 않는다. 투자 단계에서 무언가를 업로드한 사용자가 앱에서 빠져나왔는데, 자신이 업로드한 포스팅에 누군가 댓글을 달았다는 푸시 알림이 뜨면 흑 모델은 다시 작동한다. 이 경우 격발은 외부로부터의 자극이 아니라 자신이 올린 포스팅이 요인이 되었다는 점에서 ‘내부 트리거’라 할 수 있다.



[그림 7] 흑 모델

출처: Eyal, N. (2022).

이얄의 흑 모델을 마치 교과서로 삼은 듯, 스마트폰 내의 각종 앱은 인공지능

6 스마트폰에서 화면을 손가락으로 넘기는 행동을 의미한다.

(Artificial Intelligence, AI) 알고리즘(Algorithm)을 활용하여 초개인화된 콘텐츠를 사용자에게 추천한다. 여행에 관련된 기사를 읽고 난 후 SNS 계정으로 옮겨왔을 뿐인데, 사용자의 SNS 계정에는 여행 관련 각종 광고가 등장한다. 스와이프 행동 데이터를 비롯하여, 사용자의 기존 시청 이력, 콘텐츠 트렌드 그리고 이전 참여도(좋아요, 댓글, 공유, 시청 완료율)와 관련된 데이터를 토대로 이용자에게 개인화된 피드가 제공된다. 개인화 추천은 사용자의 의사 결정 피로도를 줄이고, 플랫폼에 더 오래 머물도록 유도하는 전략이다. AI 기반 개인화 추천은 사용자에게 맞춤형 콘텐츠를 제공하여 편의성을 높이는 것처럼 보이지만, 그 이면에는 플랫폼이 사용자의 주의를 ‘통제’하고 ‘조작’하여 빠져나가지 못하고 계속 맴돌도록 행동을 유도하는 메커니즘이 감춰져 있다. 그로 인해 별것 아닌 뉴스에 지속적으로 노출되고 있음에도 불구하고 각종 연예인 가십 기사를 찾아 헤매는 ‘돔스크롤링(Doomscrolling)’, 무의미하고 수동적인 콘텐츠 소비를 멎힌 상태에서도 중단하지 않는 ‘좀비 스크롤링(Zombie Scrolling)’에서 벗어나지 못한다.

사용자의 기존 행동 습관을 완벽하게 파악하고 있는 AI 아키텍처가 사용자에게 이른바 취향 저격의 콘텐츠를 끝없이 제공하는 알고리즘으로 완성되면, 초개인화된 콘텐츠의 다자극에 노출된 사용자는 기존 취향에 부합하는 콘텐츠에만 노출되는 ‘필터 버블(Filter Bubbles)’ 속에 갇히고, 숨겨진 다크 패턴 설득 디자인에 의해 우물 안 개구리처럼 ‘에코 챔버(Echo Chambers)’에 갇히게 된다. 그 결과 사용자는 다크 패턴과 설득 디자인이 설정해 놓은 행동을 강화하는 사회적 보상(반응, 조회 수, 공유)의 흑 모델에 갇혀, 도파민 중독을 느끼고 있음에도 불구하고 반복 시청(Looping)을 중단하지 못하는 것이다.

다크 패턴과 설득 디자인에 의한 사용자의 능동적 행동 방해는 인간 심리와 인지 편향에 대한 깊은 지식을 바탕으로 둔 의도적인 엔지니어링 전략이다. 이는 단순한 마케팅을 넘어 행동 조작의 한 형태로 발전했고, 플랫폼은 주목을 확보하기 위해 사용자의 자율성과 자기 조절 능력을 적극적으로 약화시키기에 이른다. 따라서 ‘주목 확보 전쟁’은 정교한 알고리즘으로 무장한 아키텍처와 사용자가 동원할 수 있는 자원이 극단적으로 비대칭인 상황에서 벌어지며, 이 전쟁에서 평범한 사용자가 승리하기란 거의 불가능에 가깝다.

주목 경제 시대의 결과: 뇌 썩음과 산만함, 도파민 중독

정교하게 설계된 혹은 모델에 포섭되어 있는 한 사용자의 정신 건강 문제(불안, 우울증, 중독), 주의력 저하, 비판적 사고 능력 약화 등 다양한 사회적, 심리적 부작용은 불가피하다. 현재의 ‘주목 착취(Attention Exploitation)’ 모델은 단기적인 수익을 극대화할 수 있지만, 장기적으로는 사용자들의 정신 건강 악화, 인지 능력 저하, 사회적 분열 심화라는 심각한 부작용을 초래하여 플랫폼의 지속 가능성을 위협할 수도 있는 지경에 이르렀다.

단어는 시대를 반영한다. 시대가 바뀌면 새로운 단어가 출현하는 것도 그 때문이다. 옥스퍼드(Oxford) 사전에 끊임없이 단어가 추가되고, 사전이 점차 두터워지는 것도 이러한 맥락과 연결된다. 옥스퍼드 대학 출판부(Oxford University Press, OUP)는 2024년 옥스퍼드 사전을 출간하면서 ‘올해의 단어(Oxford Word of the Year)’로 뇌가 멎어지는 상태를 지칭하는 ‘뇌 썩음(Brain Rot)’을 선정했다(Oxford University Press, 2024). 선정 당시 OUP는 주로 숏폼 형식의 오락적 목적을 위한 사소하고, 도전적이지 않으며, 저품질의 디지털 미디어 콘텐츠를 목적 없이, 반복적으로, 과도하게 소비함으로써 발생하는 부정적인 인지적, 정서적, 행동적 영향을 의미한다고 밝힌 바 있다(PBS News, 2024).



[그림 8] 2024년 ‘올해의 단어’로 선정된 ‘뇌 썩음’

출처: OUP.

뇌 썩음은 이전에는 틱톡과 같은 플랫폼에서 이루어지는 끝없는 스크롤링, 과도한 밈(Meme) 소비, 의사소통을 단순화하고 어휘의 깊이를 감소시키는 인터넷 속어의 남발을 지칭하는 자조적 의미의 단어였으나, 2024년 옥스퍼드 사전의 ‘올해의 단어’로 선정되면서 인터넷 하위문화가 아닌 현대의 대표적 문화 징후라는 공인을 얻게 되었다. 하위문화의 속어(Slang)에서 옥스퍼드 사전에 등재되는 단어로 승격된 것은 디지털 플랫폼의 행동 유발 아키텍처 디자인의 진화와 더불어 그로 인해 발생한 도파민 중독 현상이 청소년 하위문화에서 21세기 문화 양상으로 확산되었음을 보여주는 것이라 할 수 있다.

도파민 디톡스는 가능한가?

물론 뇌 썩음은 공식적인 의학적 상태로 인정되고 있지는 않다. 하지만 도파민 중독 현상과 주의력 감소를 비롯하여 기억력 왜곡, 문제해결 능력 저하와 같은 확인 가능한 인지적 손상 및 불안 등의 심각한 정신 건강 문제와 관련성은 부인할 수 없는 사실이다. 인간의 쾌락 추구 자체가 절대 악은 아니기에 도파민 자체가 문제의 원인은 아니다. 하지만 도파민 중독은 분명 문제적 상황이며, 우리는 도파민 중독에서 벗어날 수 있는 ‘도파민 디톡스(Dopamine Detox)’라는 해법이 필요하다.

우리는 도파민에게 뇌 썩음의 책임을 물을 수는 없다. 뇌 썩음의 상태로부터 벗어나기 위해서는 가장 먼저, 다크 패턴에 의한 특정 행동이 유발되고 있음을 인지하지 못하는 ‘무지’의 상태에서 벗어나는 것이 절대적으로 필요하다. 그러나 무지했다고 책임에서 벗어날 수는 없다. 뇌 썩음의 상태를 문제로 생각한다면, 우리는 무엇보다 도파민 중독을 은밀하게 유도하거나 도파민 중독이라는 악성 결과가 예측됨에도 불구하고 주목 경제에서 승자가 되기 위해 이를 유도하는 각종 메커니즘, 즉 설득 디자인이라는 포장지로 가리고 있는 사회적 상황에 대한 냉정한 분석과 비판이 필요하다.

둘째, 매우 맥 빠진 결론처럼 느껴질 수도 있고 뻔한 해결책으로 생각될 수도 있으나, 도파민 디톡스의 가능성을 가장 많이 포함하고 있는 것은 여전히 독서라는 인간의 아주 오래된 행위이다. 도파민 중독을 유발한다고 해서 스마트폰을 포기할 수는 없다. 스마트폰을 포기하지 않지만 모든 것을 스마트폰에 의지할 때 뇌 썩음의 상태가 우려된다면, 우리에게 필요한 것은 도파민 분비가 중독에 이르지 않도록

록 디톡스할 수 있는 방법을 찾는 것이다.

왜냐하면 도파민 중독에 의해 우리가 상실한 주의력은, 독서라는 행위를 통해 인간이 습득할 수 있는 대표적인 능력이기 때문이다. 수시로 울리는 푸시 알림, 숏폼 시청으로 인한 지나치게 빠른 시간 내의 과도한 자극이 가해지면 결국 우리는 뇌 썩음의 상태로 떨어지게 될 것이다. 독서는 겉으로는 수동적으로 보여도 인간이 최고도의 집중력, 기억력, 인내력을 발휘해야만 성공적으로 수행해 낼 수 있는 가장 능동적인 행위가 아니던가? 도파민 디톡스의 방법은 스마트폰 안에 없다. 스마트폰을 잠시 내려놓고 종이의 세계로 ‘역행적으로 진보’할 때 비로소 도파민 디톡스가 가능할 것이다.

참고문헌

- 과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원 (2024). 2024 스마트폰 과의존 실태조사. 한국지능정보사회진흥원. 출처: https://nia.or.kr/site/nia_kor/ex/bbs/View.do?cblidx=65914&bcldx=27831&parentSeq=27831
- 김현정 (2008). 미디어의 발전이 한국대중음악에 미친 영향에 관한 연구. 석사학위논문, 단국대학교 대중문화예술대학원.
- 박선민 (2017). 디지털 시대 한국 대중음악의 변화양상 연구 : 2000년 이후 음악의 사례분석을 중심으로. 박사학위논문, 고려대학교 대학원 응용언어문화학협동과정.
- 방송통신위원회, 한국정보통신진흥협회 (2024). 2024 방송매체 이용행태 조사. 방송통신위원회. 출처: <https://www.kcc.go.kr/user.do?mode=view&page=A02060100&dc=K02060100&boardId=1027&boardSeq=65111>
- 스마트쉼센터 [발행년 불명]. 스마트폰 과의존이란?. 한국지능정보사회진흥원. 출처: <https://www.iapc.or.kr/contents.do?cid=6&idx=5>
- 한국갤럽조사연구소 (2024). 스마트폰 관련 조사 2012-2024. 한국갤럽조사연구소. 출처: [https://www.gallup.co.kr/dir/GallupReport/GallupReport\(20240710\)_%EC%8A%A4%EB%A7%88%ED%8A%B8%ED%8F%B0.pdf](https://www.gallup.co.kr/dir/GallupReport/GallupReport(20240710)_%EC%8A%A4%EB%A7%88%ED%8A%B8%ED%8F%B0.pdf)
- Crawford, M. B. (2015, March 31). Introduction, Attention as a Cultural Problem. In *The world beyond your head: On becoming an individual in an age of distraction* (1st ed., p. 11). New York: Farrar, Straus and Giroux.
- Eyal, N. (2013). *Hooked: How to Build Habit-Forming Products*. 조자현 옮김 (2022). *훅: 일상을 사로*

잡는 제품의 비밀. 서울: 유엑스리뷰.

- Fogg, B. J. (2003). *Persuasive technology: Using computers to change what we think and do*. Amsterdam, Boston: Morgan Kaufmann Publishers.
- Goldhaber, M. (2006). The value of openness in an attention economy. *First Monday*, 11(6). <https://doi.org/10.5210/fm.v11i6.1334>
- Haidt, J. (2024). The anxious generation: How the great rewiring of childhood is causing an epidemic of mental illness. 이충호 옮김 (2024). *불안 세대: 디지털 세계는 우리 아이들을 어떻게 병들게 하는가*. 파주: 웅진지식하우스.
- Lembke, A. (2021). *Dopamine nation: Finding balance in the age of indulgence*. 김두완 옮김 (2022). *도파민네이션: 쾌락 과잉 시대에서 균형 찾기*. 서울: 흐름출판.
- Lembke, A. (2024). *The official dopamine nation workbook: A practical guide to finding balance in the age of indulgence*. 고빛샘 옮김 (2024). *도파민 디톡스: 쾌락과 고통에 지배당한 뇌를 되돌려라*. 서울: 흐름출판.
- Lévillé Gauvin, H. (2018). Drawing listener attention in popular music: Testing five musical features arising from the theory of attention economy. *Musicae Scientiae*, 22(3), 291-305.
- Oxford University Press (2024, December 2). Word of the year. Oxford University Press. Available: <https://corp.oup.com/news/brain-rot-named-oxford-word-of-the-year-2024>
- PBS News (2024, December 2). Brain rot is Oxford's word of the year. PBS News. Available: <https://www.pbs.org/newshour/world/brain-rot-is-oxfords-word-of-the-year>
- Simon, H. A. (1971). Designing Organizations for an Information-rich World. In *Computers, Communications, and the Public Interest*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press, 37-52.
- Simmel, G. (1903). *Die Großstädte und das Geistesleben*. 김덕영 외 옮김 (2006). *대도시와 정신적 삶. 짐멜의 모더니티 읽기*. 서울: 새물결.

숏폼 등 자극적인 콘텐츠 중독으로 인한 문해력 저하 문제

: 숏폼 시대의 문해력 저하 문제와 미디어 리터러시 교육

• 글 강진숙 (중앙대학교 미디어커뮤니케이션학부 교수)

프롤로그

: 숏폼 시대의 자극적 콘텐츠와 집중력

최근 짧은 동영상인 숏폼(Short-Form) 콘텐츠가 디지털 세계의 주류 문화로 부상하고 있다. 15초 내지 1분가량의 틱톡(TikTok) 인기 영상의 주제는 연예인 동향 뿐 아니라 댄스, 요리, 생활 정보, 여행, 동물 등 다채롭다. 알고리즘(Algorithm) 추천 서비스는 좀비처럼 끊임없이 내 취향을 파고들며 새로운 영상을 제공한다. 당장 해야 할 일이 많지만 한 번 클릭하면 멈추기가 어렵다. 과연 이러한 디지털 현상을 어떻게 봐야 할까?

숏폼 콘텐츠 이용에 대한 의견들은 많지만, 일단 두 가지로 압축하면 긍정과 부정의 두 시각으로 정리된다. 먼저 숏폼 동영상에 대한 자신의 반응을 다시 숏폼으로 답는 참여 방식의 변화에 대한 반응이다. 즉 ‘좋아요’, ‘댓글’ 등의 전통적 참여 방식을 넘어서서 ‘아, 저 사람처럼 나도 찍고 싶다’ 하는 ‘진정성’의 가치가 틱톡의 성공 요인으로 분석되기도 한다(강정수, 2023). 특히 젊은 세대에게 ‘모든 친구와 동료가 있는’ 소셜미디어(Social Media)를 탈퇴하는 행위는 생명줄을 끊고 고립을 자초하는 길처럼 여겨진다. 그곳은 보상과 인정을 구하고 동료에 대한 평가

가 가능한 사회적 연결망이기 때문이다. 반면에 스마트폰 콘텐츠의 과의존이 주의집중을 방해하고 문해력 저하를 야기한다는 문제점도 제기된다. 미국 캘리포니아대학교(University of California) 정보학과 석좌교수인 글로리아 마크(Gloria Mark) (2023/2024)에 의하면, 스마트폰이 웃음과 잠재적 스트레스를 줄여주지만 행동의 패턴에서 벗어나지 못하고 주의집중의 함정에 빠져 주요 업무를 처리하지 못하는 문제가 발생한다고 한다. 주의집중을 강화하기 위한 하나의 방법으로서 학교 ‘미디어 리터러시(Media Literacy)’ 프로그램을 개발해 청소년의 디지털 행동을 주체적으로 정립할 기회를 제공해야 함을 그는 강조한다. 미디어 리터러시는 미디어에 대한 비판적 이해와 활용 능력을 말하며, 비평, 소통, 구성 및 제작, 온라인 커뮤니티 참여 등의 세부 역량을 포함하고 있다.

여기서는 스마트폰 이용을 통한 사회적 관계 형성, 웃음 창출로 인한 스트레스 해소 등의 긍정적 측면을 고려하되, 부정적 측면으로서 제기되는 문해력 저하 경향에 더 초점을 두고 미디어 리터러시 역량 강화를 위한 방안을 모색하고자 한다.

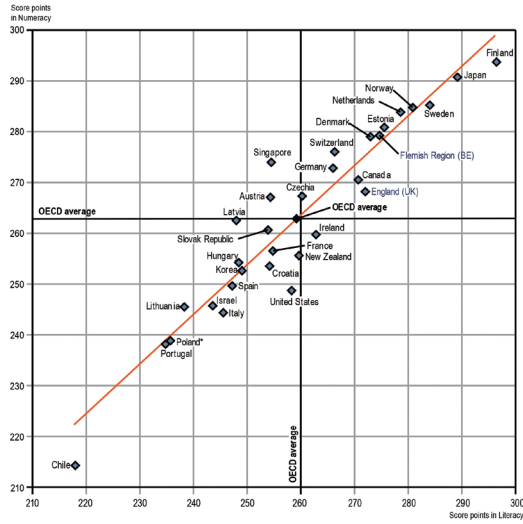
문해력 저하 실태 조망

그렇다면 문해력 저하 실태는 어떻게 나타나는가? 주요 자료는 경제협력개발기구(Organization for Economic Cooperation and Development, OECD)에서 주관하는 ‘국제성인역량조사(Programme for the International Assessment of Adult Competencies, PIAAC)’ 결과에서 살펴볼 수 있다(이수현 외, 2024). 이는 성인의 정보처리 능력과 활용, 경제적·비경제적 성과를 국제적으로 비교 평가하며, 주로 16~65세 성인을 대상으로 정보를 수집해 각국의 교육 및 훈련 정책에 중요한 방향성을 제시한다. 국내에서는 교육부와 고용노동부 두 부처에서 비용을 공동 부담하고, 한국산업인력공단에서 예산 집행과 연구 지원, 한국직업능력연구원에서 프로젝트를 총괄하여 사업을 운영하고 있다. 1주기(2008~2013) 조사 후 2024년 12월에 발표된 PIAAC 2주기(2018~2024) 주요 조사 결과를 보면 다음과 같다(<표 1>, [그림 1] 참조). 표본은 OECD 회원국과 비회원국(싱가포르, 크로아티아) 등 31개국 총 16만 1,038명(평균 5,195명)으로 국내 표본은 6,198명이다.

<표 1> PIAAC 2주기 참여국의 영역별 평균 점수 국제 비교 결과

언어능력		수리력		적응적 문제해결력	
평균 점수	국가명	평균 점수	국가명	평균 점수	국가명
296	핀란드	294	핀란드	276	핀란드
289	일본	291	일본	276	일본
284	스웨덴	285	스웨덴	273	스웨덴
281	노르웨이	285	노르웨이	271	노르웨이
279	네덜란드	284	네덜란드	265	네덜란드
276	에스토니아	281	에스토니아	264	덴마크
275	벨기에(Flemish)	279	벨기에(Flemish)	263	에스토니아
273	덴마크	279	덴마크	262	벨기에(Flemish)
272	영국(잉글랜드)	276	스위스	261	독일
271	캐나다	274	싱가포르	259	캐나다
266	스위스	273	독일	259	영국(잉글랜드)
266	독일	271	캐나다	257	스위스
263	아일랜드	268	영국(잉글랜드)	253	오스트리아
260	체코	267	체코	252	싱가포르
260	OECD 평균	267	오스트리아	251	OECD 평균
260	뉴질랜드	263	OECD 평균	250	체코
258	미국	263	라트비아	249	뉴질랜드
255	프랑스	261	슬로바키아	249	아일랜드
255	싱가포르	260	아일랜드	248	프랑스
254	오스트리아	257	프랑스	247	미국
254	크로아티아	256	뉴질랜드	247	슬로바키아
254	슬로바키아	254	헝가리	244	라트비아
249	대한민국	254	크로아티아	241	스페인
248	헝가리	253	대한민국	241	헝가리
248	라트비아	250	스페인	238	대한민국
247	스페인	249	미국	236	이스라엘
245	이탈리아	246	이스라엘	235	크로아티아
244	이스라엘	246	리투아니아	233	포르투갈
238	리투아니아	244	이탈리아	231	이탈리아
236	폴란드	239	폴란드	230	리투아니아
235	포르투갈	238	포르투갈	226	폴란드
218	칠레	214	칠레	218	칠레

출처: 이수현 외 (2024).



[그림 1] 국가별 언어능력과 수리력 비교

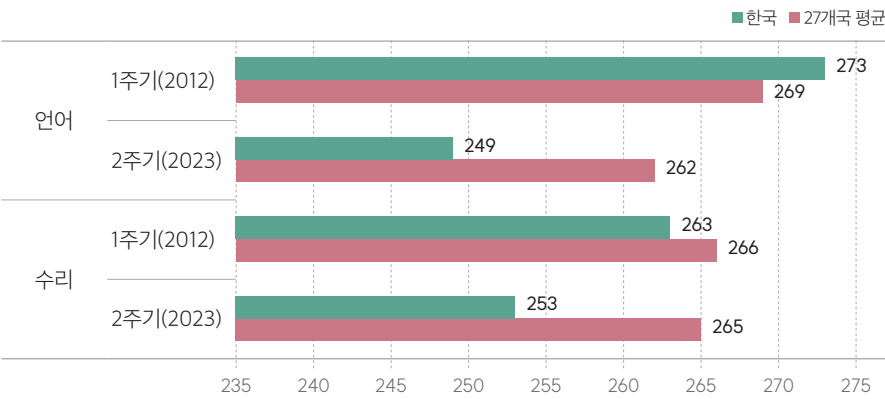
출처: OECD (2023).

2023년 PIAAC 조사 결과, 다수의 국가에서 성인의 핵심 정보처리 능력이 이전 1주기(2012)에 비해 감소했으며, 이는 사회경제적 성과와 개인의 삶에도 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. PIAAC 조사는 세 가지 평가 항목이 있는데, 언어능력(문해력(Literacy))은 글을 파악(정보 찾기)하고 이해·평가하는 영역, 수리력(Numeracy)은 상황에 대한 수학적 접근 및 평가, 수학 활용, 평가, 비판적 검토, 판단 등을 포함하며, 적응적 문제해결력(Adaptive Problem Solving)은 문제해결 상황에 대한 정의, 탐색, 적용 등의 인지과정을 다룬다.

한국 성인의 언어능력(249점), 수리력(253점), 적응적 문제해결력(238점) 평균 점수는 모두 OECD 평균(260점, 263점, 251점)보다 낮았다. 특히 매우 간단한 수준의 과제만 해결할 수 있는 ‘낮은 1수준 이하’ 비율은 언어능력에서 30.8%로 나타나 OECD 평균(26%)보다 높았다. 반면 상위 두 단계(4수준 이상)에 해당하는 고숙련 비율은 5.6%로, OECD 평균(12%)에 비해 현저히 낮았다.

또한 한국은 1주기(2012) 대비 2주기(2023)에서 언어능력 점수가 크게 하락했으며([그림 2] 참조, 언어능력과 수리력 모두 최상위와 최하위 수준 간 격차가 더 벌어진 것으로 조사되었다. 언어능력의 경우, 최상위 수준(4·5수준) 성인의 비율이 감소한 반면, 최하위 수준의 비율이 크게 늘었고, 하위권 분포 전반에서 능력 저하

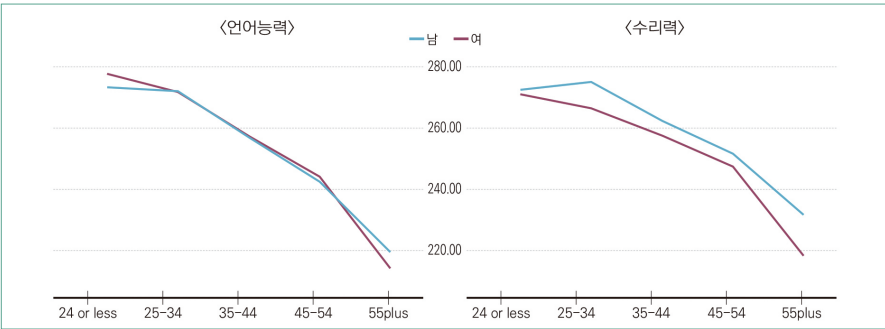
가 두드러졌다. 특히 PIAAC 1·2주기에 모두 참여한 27개국 평균과 비교해도 한국의 점수 하락 폭은 상대적으로 큰 편이었다.



[그림 2] 한국의 1·2주기 언어 및 수리력 점수 변화

출처: 이수현 외 (2024).

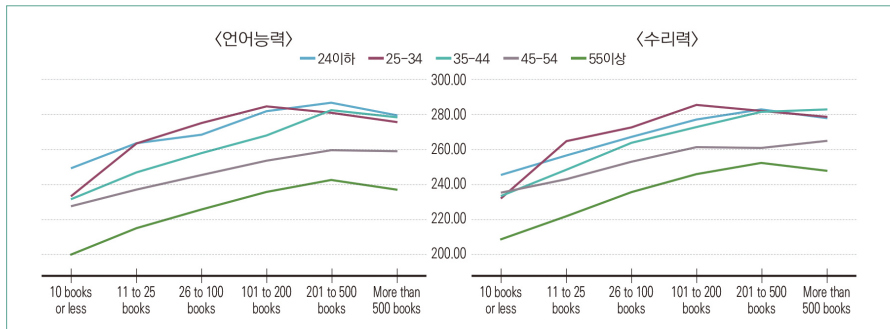
2주기에서 성별에 따른 차이는 크게 감소했지만, 연령대와 교차하여 살펴본 결과 두드러진 차이가 나타났다([그림 3] 참조). 언어능력의 경우 24세 이하 연령대 여성의 언어능력 점수가 다소 높게 나타나지만, 55세 이상 고령층에서는 여성의 점수가 남성보다 급격하게 감소하였다. 수리력은 그 차이가 더 명확한데, 모든 연령대에서 남성의 수리력이 여성보다 높게 나타나고, 고령층으로 갈수록 격차가 커지는 것을 알 수 있다.



[그림 3] 성별과 연령에 따른 차이 (2주기)

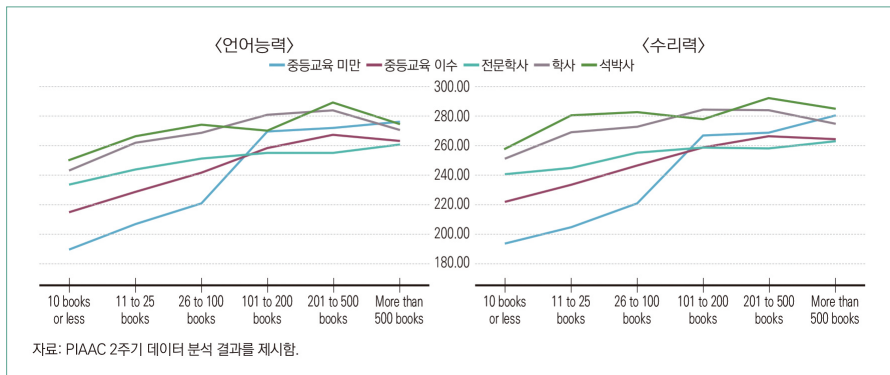
출처: 이수현 외 (2024).

그러면 독서 환경과 문해력은 어떠한 관계를 갖는가? 이 조사에서 주목할 것은 청소년기의 책 보유 정도가 모든 연령대의 문해력에 영향을 미친다는 사실이다 ([그림 4] 참조). 즉 한 가정의 문화자본에 해당하는 책 보유 정도가 많을수록 언어능력의 점수가 높아진 것으로 나타났다. 특히 책 보유 정도와 교육 수준에 따른 차이를 볼 때, 중등교육 미만의 교육 수준에서 책의 수가 101권 이상일 때 숙련도가 가장 크게 나타남을 알 수 있다([그림 5] 참조). 이는 지난 10여 년간 한국의 읽기 활용이 감소하였고, 디지털 미디어 이용의 급격한 증가에 따른 독서 실태의 변화가 문해력과 핵심 정보처리 능력에 영향을 미쳤음을 알 수 있게 한다(이수현 외, 2024).



[그림 4] 청소년기 책 보유 정도와 연령에 따른 차이 (2주기)

출처: 이수현 외 (2024).



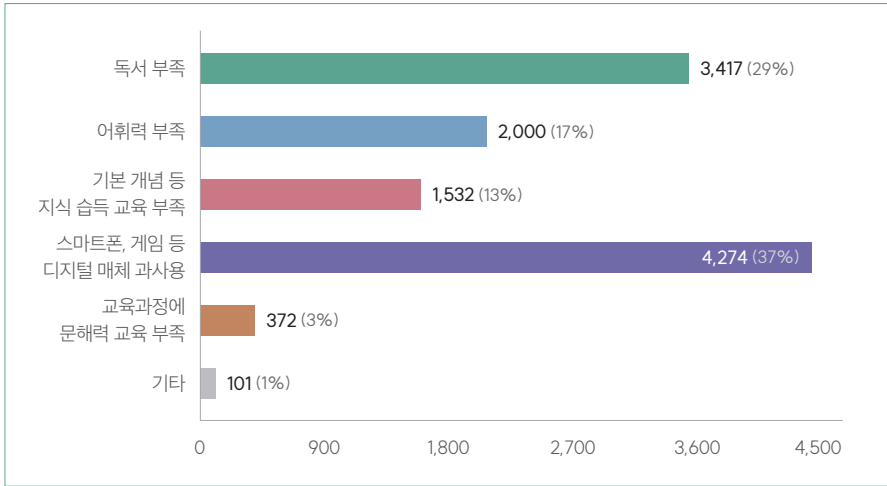
자료: PIAAC 2주기 데이터 분석 결과를 제시함.

[그림 5] 청소년기 책 보유 정도와 교육 수준에 따른 차이 (2주기)

출처: 이수현 외 (2024).

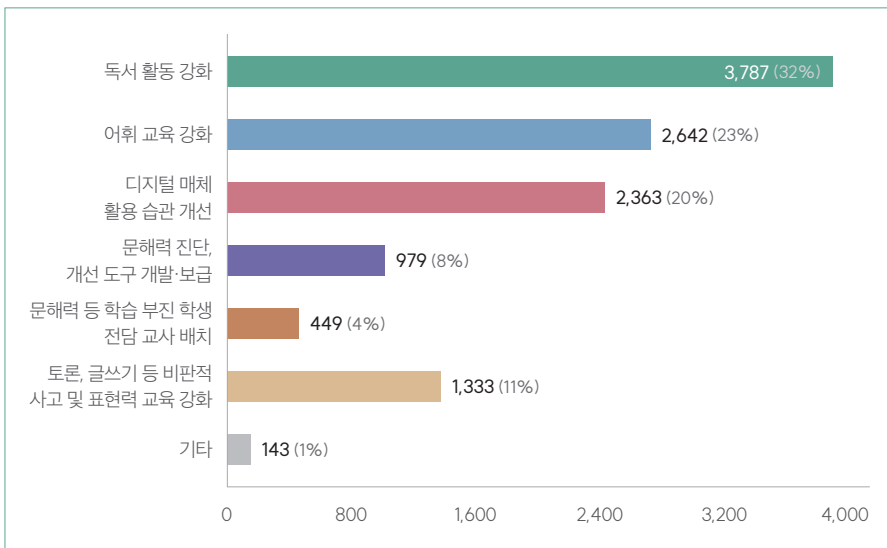
이상의 조사 결과를 보았을 때, 몇 가지 시사점을 도출할 수 있다. 우선 고령층 비율이 증가함에 따라 전체 성인 인구의 문해력 수준 등 능력 평균 점수가 급속히 하락하는 경향을 보였다는 점이다. 실제로 1주기에 비해 2주기에 고령층의 비율이 급격히 증가했지만, “핵심 정보처리 능력은 저하되는 경향”이 조사되었다(이수현 외, 2024). 특히 다른 연령대에 비해 55세 이상 여성층에서 동년배 남성보다 언어 능력의 성별 격차가 더 크게 나타나는 점은 주목할 만하다. 이는 노인층 문해력 교육에서 성별 디지털 격차 해소를 위해, 55세 이상의 중·장년 및 노년 여성에 특화된 맞춤형 교육 프로그램이 필요함을 시사한다. 또한 유튜브(YouTube) 등 소셜미디어 이용자가 청년층뿐 아니라 노년층에서도 증가하는 현 상황을 고려할 때, 성별 격차 완화를 위한 미디어 리터러시 교육 정책이 필요하게 된 것이다.

둘째, 디지털 미디어의 이용이 활발해지면서 텍스트 중심의 독서 실태의 변화에 부정적 영향을 미쳤다는 점이다. 앞의 조사 결과([그림 4], [그림 5] 참조)에서 볼 수 있듯이, 모든 연령대에서 책을 많이 보유했수록 언어능력과 수리력이 높은 경향을 보였다. 특히中等교육 이하 교육 수준에서 그 효과가 눈에 띄게 나타났는데, 책의 수가 많아질수록 두 역량이 급격히 증가하는 것을 알 수 있다. 이와 유사한 조사로 한국교원단체총연합회(2024. 10. 7.)의 ‘학생 문해력 실태 교원 인식 설문조사 결과’가 시사점을 제공한다. 이 조사는 2024년 9월 20일(금)부터 26일(목)까지 7일 동안 전국 초·중·고교 교원 5,848명(특수, 유치원 제외)을 대상으로 모바일 및 PC 설문조사로 이루어졌다. 조사 결과, 학생 문해력 저하 원인으로 응답자의 37%가 스마트폰, 게임 등 디지털 매체 과사용이라고 답변했고, 뒤이어 독서 부족(29%), 어휘력 부족(17%), 기본 개념 등 지식 습득 교육 부족(13%), 교육과정에 문해력 교육 부족(3%) 순으로 나타났다([그림 6] 참조). 또한 학생들의 문해력 개선 방안으로서 가장 높게 응답한 것은 독서 활동 강화(32%)였고, 그다음 어휘 교육 강화(23%), 디지털 매체 활용 습관 개선(20%), 토론, 글쓰기 등 비판적 사고 및 표현력 교육 강화(11%), 문해력 진단, 개선 도구 개발·보급(8%), 문해력 등 학습 부진 학생 전담 교사 배치(4%) 순으로 의견이 제시되었다([그림 7] 참조).



[그림 6] 학생 문해력 저하 원인에 대한 교원 인식 (2개 선택, 단위: %)

출처: 한국교원단체총연합회 (2024. 10. 7.).



[그림 7] 학생들의 문해력 개선 방안에 대한 교원 인식 (2개 선택, 단위: %)

출처: 한국교원단체총연합회 (2024. 10. 7.).

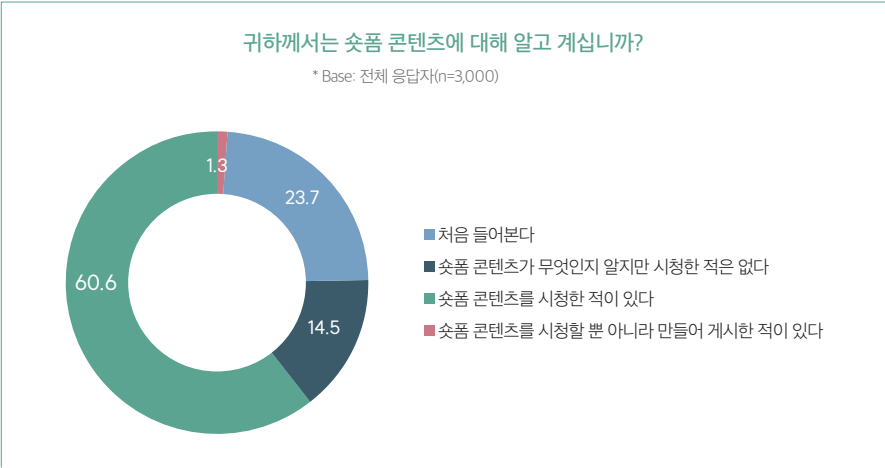
이를 종합해 볼 때, 노년층과 디지털 네이티브(Digital Native)인 청소년들의 문해력 강화를 위해서는 텍스트 기반 독서 활동의 강화와 독서 환경을 체계화할 필요가 있다. 가정뿐 아니라 학교 및 공공도서관이 보유한 책·잡지 등의 텍스트 기반

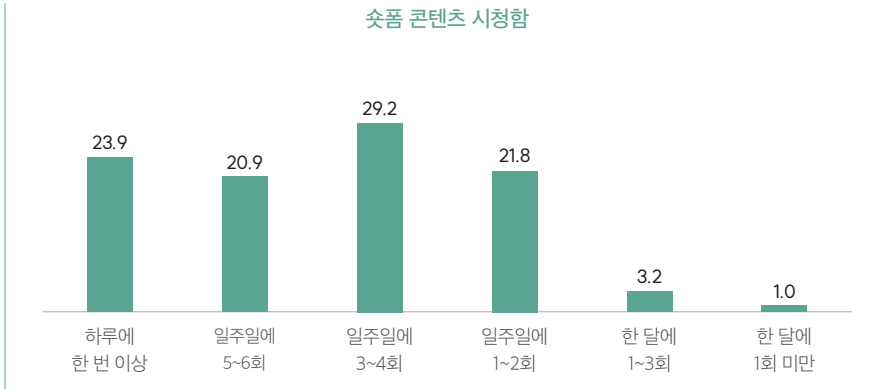
미디어에 대한 접근성을 강화하고, 노년층과 청소년들의 독서 경험을 확대하는 도서관 및 출판 정책 지원의 활성화가 필요하다. 이를 위해 학교와 공공도서관의 협력 체계를 토대로 한 청소년 독서 교육과, 미디어 리터러시 역량 개발을 위한 법·제도적인 지원이 선행되어야 할 것이다.

숏폼 등의 디지털 콘텐츠 사례와 텍스트 이해 능력에 미치는 영향

그렇다면 디지털 콘텐츠 중에서도 최근 이용이 급증하고 있는 숏폼 등은 어떻게 텍스트 이해 능력에 영향을 미치는가? 이를 위해 여기서는 숏폼 콘텐츠 이용 현황과 이용자의 문해력에 미치는 영향을 중심으로 살펴보고자 한다.

우선 숏폼 콘텐츠 이용 현황을 보면 최근의 소셜미디어 이용자의 선호도를 알 수 있다. 한국언론진흥재단(2024)의 ‘2024 소셜미디어 이용자 조사’에 의하면, 소셜미디어 이용자 3,000명 중 숏폼 콘텐츠를 시청한 적이 있다고 응답한 비율은 60.6%로 높게 나타났고, 전체 응답자 중 1.3%는 숏폼 콘텐츠 시청뿐 아니라 제작물을 게시한 적도 있다고 답했다([그림 8] 참조). 특히 숏폼을 시청한 사람 중 29.2%는 일주일에 3~4회 숏폼 콘텐츠를 이용하고 있으며, 하루에 한 번 이상의 숏폼 이용자도 23.9%에 이른 것으로 나타났다. 반면 한 달에 1~3회는 3.2%, 1회 미만은 1.0%로 낮은 수치를 보였다.

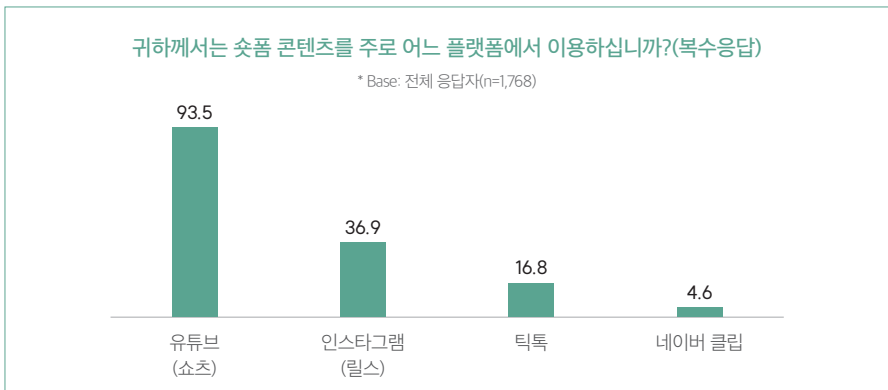




[그림 8] 숏폼 콘텐츠 이용 경험 및 빈도 (단위: %)

출처: 한국언론진흥재단 (2024).

또한 한 달에 한 번 이상 빈도의 숏폼 콘텐츠 이용자들을 대상으로 플랫폼 유형을 조사한 결과([그림 9] 참조), 모든 연령대에서 공통적으로 유튜브 쇼츠(Shorts) 이용 비율이 93.5%로 가장 높았다. 뒤이어 인스타그램(Instagram)(릴스(Reels)) (36.9%), 틱톡(16.8%), 네이버 클립(Clip)(4.6%) 순으로 나타났다.

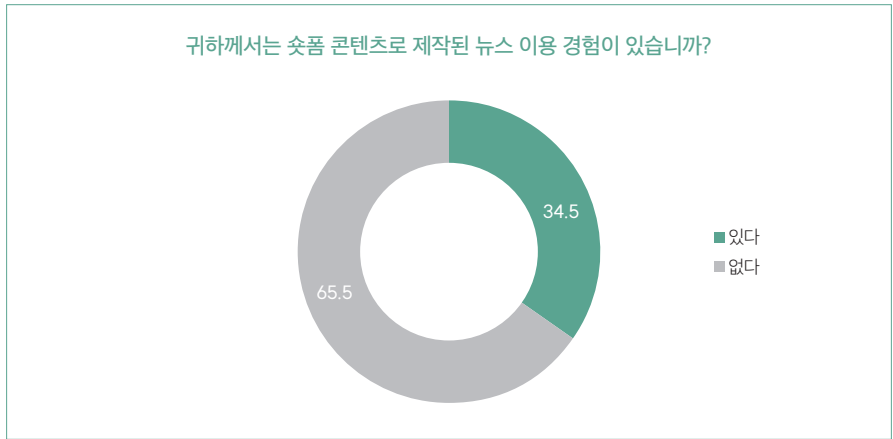


[그림 9] 숏폼 콘텐츠 이용 플랫폼 (단위: %, 복수응답)

출처: 한국언론진흥재단 (2024).

이 중 이용자의 34.5%는 숏폼 콘텐츠로 제작된 뉴스를 이용하였다([그림 10] 참조). 연령별로는 19~29세 이용자층에서 숏폼 콘텐츠로 제작된 뉴스 이용 경험 이

38.6%로 가장 높게 나타났고, 가장 저조한 연령대는 70세 이상으로 24.7%에 불과했다. 특히 60~69세 이용자층(35.9%)이 19~29세 다음으로 숏폼 뉴스를 자주 이용하는 것으로 조사됐고, 그다음으로 30~39세 34.5%, 40~49세와 50~59세는 동일하게 33.3%였다.



[그림 10] 숏폼 콘텐츠로 제작된 뉴스 이용 경험 여부 (단위: %)

출처: 한국언론진흥재단 (2024).

이같이 숏폼 콘텐츠는 대다수 국내 이용자(60.6%)가 이용하고 있고, 주로 유튜브 쇼츠 플랫폼을 통해 시청하고 있었다. 특히 숏폼 콘텐츠 형식의 뉴스 이용 경험 이 30% 이상의 비율을 차지하고 있는 것으로 조사되었다.

그렇다면 숏폼 등의 소셜미디어가 이용자의 문해력에 미치는 영향은 어떻게 볼 수 있는가? 이와 관련된 선행 연구를 살펴보면 소셜미디어 이용에 대한 양가적 시각이 도출되는데, 그 초점은 주로 소셜미디어 이용 시간에 따른 이용자의 문해력 및 학업 역량 변화에 관한 것이다.

우선 긍정적이거나 양가적 시각의 연구를 살펴보면, 사회관계망 서비스(Social Network Service, SNS) 이용이 비판적 이해나 창의적 역량에 긍정적 영향을 미친다는 것이다. 고흥석(2024)에 의하면, SNS가 단순히 오락적 플랫폼에 그치는 게 아니라 상호작용성을 기반으로 사용자의 능동적 참여와 정보 교환을 촉진하는 장으로 기능할 경우 긍정적인 효과가 있을 수 있다. 김은지와 전귀연(2020)의 스마트 미디어와 유아 발달 간의 관계에 대한 양가적 관점의 연구에 따르면, 긍정적인

영향으로 교육적인 콘텐츠나 상호작용적인 앱을 통해 유아의 학습 능력 향상과 창의성 증진이 있는 반면, 과도한 스마트 미디어 노출은 주의력 결핍, 언어 발달 지연, 사회성 부족 등을 유발할 수 있다는 우려가 제기되기도 한다.

한편 부정적 시각의 연구는, SNS 이용 시간이 길어지면 몰입 강도가 높아지고 중독으로 이어질 수 있음을 주장한다(강선경, 최유진, 2023; 하정은, 김경미, 2023). 실제로 과학기술정보통신부와 한국지능정보사회진흥원(2023)의 ‘2023 스마트폰 과의존 실태조사’에서 20대 3명 중 1명(32.7%)은 “숏폼 시청을 조절하는 것이 어렵다”고 응답하였다. 하지만 이 조사에 포함되지 않은 10대의 경우에는 시청 시간을 어떻게 조절하고 있는지 검토가 필요하다. 이와 관련하여 브리지워터 주립대학교(Bridgewater State University)와 매사추세츠 대학교 애머스트(University of Massachusetts Amherst, UMass Amherst) 등 여러 대학의 18~28세 대학생 111명이 참여한 온라인 설문조사 결과(Mekler, 2021)에서 시사점을 살펴볼 수 있다. 이 조사의 설문 내용은 성인기로의 이행(Emerging Adulthood)과 불안, 소셜미디어, 인간관계, 스트레스 등 총 85문항으로 구성되었다. 조사 결과, 하루 동안 틱톡을 사용하는 시간이 많을수록 수업에 집중하거나 학업을 수행하기 어렵고 산만해질 가능성이 큰 것으로 나타났다. 틱톡 이용 시간이 많을수록 시간 감각을 잃게 되고, 그로 인해 수업 집중과 과제 수행에 방해가 되기 때문이다. 이러한 결과는 틱톡 등의 과도한 소셜미디어 이용 시간이 대학생들의 수업 집중도와 학업 수행 능력에 영향을 미칠 수 있다는 점을 시사한다.

또한 숏폼 동영상의 주의집중력에 미치는 영향과 그로 인한 학업 성취도에 미치는 영향을 다룬 연구를 들 수 있다. 아시프와 카지(Asif & Kazi, 2024)는 정량적 및 정성적 방법론을 병행하여 학생들의 짧은 영상 사용과 교육적 성과 간의 복합적 관계를 조명하는 분석을 시도하였다. 200명을 대상으로 조사한 정량적 분석 결과, 숏폼 영상에 소비하는 시간이 증가할수록, 특히 12학년 평가에서 학업 성취도가 유의미하게 감소하는 경향이 나타났다. 이는 짧은 영상의 과도한 소비가 학업 성과에 실제로 부정적인 영향을 미친다는 통계적 상관관계를 시사한다. 정성적 분석에서는 하루 4시간 이상 숏폼 영상을 시청하는 10명의 학생과 인터뷰를 시행하였다. 이들은 집중력 저하, 정보 기억의 어려움, 긴 영상인 롱폼(Long-Form) 콘텐츠보다 즉각적인 만족을 추구하는 경향을 보였다. 이러한 정성적 결과는 정량적 데이터와 유사하며, 숏폼 영상이 주의집중력과 학업적 집중에 부정적 영향을 미친다는 점을 보여준다.

이에 대해 제기된 대응 방안은 세 가지 측면이다. 우선 앱 삭제, 주기적 로그아웃, 사용 유발 요인 파악 등을 통해 접근성을 낮출 필요가 있고, 둘째, 학생·교사·학부모를 대상으로 디지털 책임 의식을 고취하고 실질적인 전략을 제공하는 교육적 인식 제고 캠페인이 요구되며, 셋째, 학생들이 스크린 타임을 효과적으로 관리할 수 있도록 디지털 웰빙 도구의 활용을 권장하는 것이다.

한편 또 다른 숏폼 영상에 관한 연구(Haliti-Sylaj & Sadiku, 2024)는 소셜미디어 플랫폼에서의 숏폼(릴스) 영상이 대학생들의 주의 지속 시간(Attention Span)과 학업 성과에 미치는 영향을 조사하였다. 연구 결과, 짧은 형식의 동영상 콘텐츠를 소비하는 시간과 주의 지속 능력 간에는 강한 부정적 상관관계가 나타났으며, 이는 다시 학업 성과에 영향을 미쳤다. 릴스 영상을 많이 시청한 학생일수록 주의력 결함(Attentional Lapses)이 더 자주 발생하였고, 학업 수행 성과도 더 낮은 것으로 나타났다.

이상의 연구 및 조사 결과들은 주로 숏폼 등을 중심으로 한 소셜미디어와 시간 감각, 주의집중력 그리고 학업 성과 등을 유기적인 관계성을 바탕으로 살펴보고 있다. 이러한 숏폼 콘텐츠의 이용 시간을 벗어나서 숏폼 형식에 어떠한 내용이 담겨 있는가 하는 점도 고려할 점이다. 애나 렘키(Anna Lembke)가 저서 『도파민네이션(Dopamine Nation)』(2021/2022)에서 언급했듯이, 스마트폰은 끊임없이 디지털 도파민을 전달하는 ‘현대판 피하주사침’이 되었고, 디지털 세상은 중독성 있는 자극을 확산하고 있다. ‘도파민네이션’은 도파민, 자본주의, 디지털이 복합적으로 연결된 탐닉의 사회를 말한다. 누가 이 중독에서 자유로울 수 있을까? 매일 접하는 숏폼에는 10여 초 남짓한 짧은 형식에 맞춘 자극적인 콘텐츠가 넘쳐난다. 음식, 쇼핑, 도박, 게임, 폭력 등 빠른 속도 경쟁의 소셜미디어 현장에서 이용자들은 감각의 마비를 경험하지만, 뒤늦게서야 이용 시간을 알아차리게 된다.

물론 이러한 숏폼 이용 시간과 자극적인 콘텐츠의 문제가 곧바로 이용자의 문해력을 저하시키는 결정적 원인이라고 단언하기는 어렵다. 『도둑맞은 집중력(Stolen Focus)』(2023)의 저자인 요한 하리(Johann Hari)의 언급처럼, 집중력 문제는 단지 스마트폰 등 디지털 기기에 대한 개인의 자제력 상실이 아니라 정크푸드(Junk Food) 체계가 비만을 증가를 만들었듯이 수면 부족, 독서 붕괴, 테크(Tech) 기업들의 주의력 조정과 약탈 등 현대 사회 시스템의 다층적 요인들에서 기인한다. 즉 소셜미디어나 디지털 세계의 문제점을 이용자 개인의 주의집중력 문제가 아니라 국가 정책과 사회적 교육 시스템 차원에서 접근해야 한다는 것이다. 예컨대 국내

문해력 저하의 원인을 개인의 스마트폰 이용 시간의 과도함이나 통제력 상실에 두는 것이 아니라 사회적 차원의 문해력 강화 시스템이 제대로 구축되었는가 하는 점에서 찾아야 한다. 프랑스의 디지털 사상가인 폴 비릴리오(Paul Virilio)가 지적했듯이, 디지털 시각 기계의 발전은 디지털 산업의 이익 창출을 강화하지만 이용자의 생체 감각을 마비시키고 그 자리에 인공 감각을 대체시킨다. 감각의 마비가 문제인 것은 단지 몸의 쇠퇴가 아니라 빠른 속도의 디지털 콘텐츠에 대한 무비판적, 무감각적인 수용을 낳기 때문이다.

미디어 리터러시 교육의 필요성과 도서관의 역할

스마트폰 등 소셜미디어의 이용 시간에 따른 부정적 효과뿐 아니라 램키의 도파민내이션의 문제 그리고 하리의 독서 붕괴나 비릴리오의 감각의 마비를 극복하기 위해 어떠한 방안이 필요한가? 이는 미디어 리터러시 교육의 필요성과 도서관의 역할을 중심으로 살펴볼 수 있다.

우선 미디어 리터러시 교육은 문해력 저하의 원인을 개인의 태도에 돌리는 것이 아니라 사회적 교육 시스템의 필요성에 초점을 두는 것이다. 유튜브와 같은 1인 미디어가 사회적 소수자의 목소리를 표출할 기회를 확장했지만, 창작자의 디지털 시민성 고취를 위한 비판적 이해와 콘텐츠 구성 역량을 지원하기 위한 시스템이 제대로 지원되고 있는 것은 아니다. 국내 유튜브 쇼츠 플랫폼 이용자들이 다수인 상황에서 사회적 문해력 교육체계를 갖추고 생애주기별 민주시민 교육의 목표 아래 미디어 리터러시 교육의 기회가 제공되어야 한다. 도파민을 자극하는 콘텐츠들을 비판하는 데서 나아가 소셜미디어 기업 차원에서 어떻게 스마트폰 제작자와 이용자를 위한 문해력과 미디어 리터러시 교육이 이루어져야 하는지, 국가와 지방자치단체 차원의 정책 및 행정의 구체적인 실천이 필요하다.

두 번째로 미디어 리터러시 교육의 목표는 단순히 스마트폰을 제작하고 게시하는 능력이 아니라 이를 비판적으로 이해하고 활용하며 참여하는 역량을 기르는 데 있다. 예컨대 강진숙, 배현순, 김지연, 박유신(2019)은 미디어 리터러시 역량을 여섯 가지 구성요소로 세분화하고 각각의 하위 목표를 설정하고 있다(<표 2> 참조).

<표 2> 여섯 가지 미디어 리터러시 역량의 정의 및 목표

구성요소	정의	목표
지식	미디어를 통한 지각과 경험으로 체득되는 인지적·정서적 능력	미디어의 구조, 기능, 기술의 발전 과정과 체계 등의 이해·지식 습득
비평	미디어에 대한 비판적·미학적 성찰을 통한 글쓰기 능력	미디어의 기술적·사회적·문화적 쟁점 및 내용에 대한 사실 검증과 가치 판단을 통한 글쓰기 능력 개발
의사소통	미디어를 통해 지식과 정보를 교류하고 의견을 표현할 수 있는 소통 능력	능동적인 사회적 의사소통 참여를 위한 표현 방법 및 대화 능력 개발
접근·활용	개인과 집단의 미디어 접근과 활용 능력	미디어의 기술적 사용법, 전문 지식, 콘텐츠의 수용과 질에 대한 접근 및 활용 능력 개발
구성·제작	미디어를 통한 창의적·상호작용적 생산 행위 능력	대안 미디어의 구성과 창의적·미학적 기술의 적용과 제작
참여	미디어를 통한 윤리적인 공동체 참여와 민주시민의 시민성 실천 능력	책임 있는 온라인 공동체 참여, 디지털 시민성을 통한 실천 능력 개발

출처: 강진숙 외 (2019).

<표 2>에서 제시했듯이 여섯가지 역량은 지식, 비평, 의사소통, 접근·활용, 구성·제작, 참여 등으로 이루어지며, 각각의 정의와 목표를 토대로 학령별·성별·지역별 맞춤형 미디어 리터러시 교육 프로그램이 구성될 수 있다. 이는 학교 미디어 리터러시 교육 프로그램에서 교육 목표와 성취 기준을 도출하는 세부 역량으로 활용되고 있다는 점에서 중요한 영역이다. 미디어 리터러시는 단순히 미디어를 소비하는 데 그치지 않고, 우리의 사고와 행동 그리고 사회 전반에 미치는 영향을 이해하고 이에 대응하는 능력이기 때문이다(김대희 외, 2024). 숏폼 콘텐츠에는 노숙자와 여성 행인 간의 욕설과 싸움, 성추행 현장, 생명을 건 벼랑 위의 인생 사진, 약육강식 동물의 세계, 과도한 노출 의상 등 자극적인 소재들이 인기 콘텐츠의 순위를 차지하고 있다. 짧은 숏에 보여줄 수 있는 가장 자극적인 콘텐츠들은 일회성으로 끝나는 게 아니라 시청자들의 모방을 만들어낸다. 물론 사회적 차원의 챌린지 영상이나 개인의 실험적 도전을 보여주는 숏폼도 많지만, 숏폼 이용 시간을 연장시키는 것은 주로 더 강력한 한방의 자극적인 숏들이다. 디지털 시각 기계의 빠른 속도가 우리의 눈을 멀게 한다는 비릴리오의 비판처럼, 숏폼 이용자들의 눈은 1시

간 이상의 시청 시간 동안 점차 마비되고 인공의 직관에 감각을 저당 잡히게 된다. 중요한 것은 디지털 미디어를 중단하거나 몇 차례의 디지털 디톡스를 실현하는 것보다 궁극적인 해결책을 모색하는 데 있다. 그것은 바로 미디어 리터러시 교육을 학교와 시민사회 영역 모두에서 체계적으로 실시하는 것이다.

마지막으로 미디어 리터러시 교육을 실현하기 위한 도서관의 역할과 사회적 책무는 막중하다고 할 수 있다. 북유럽과 독일의 경우 많은 지역의 도서관이 어린이와 성인들의 책 읽기 놀이터이자 쉼터가 된다. 앞의 [그림 1]에서 확인했듯이, 핀란드, 스웨덴, 노르웨이와 같은 북유럽과 독일은 언어능력과 수리력 수준에서 OECD 평균보다 높은 경향이 나타났다. 이는 학교뿐 아니라 도서관의 공공영역에서도 유아, 어린이, 청소년에서부터 중장년층과 노인층에 이르기까지 평생교육 차원에서 미디어 리터러시 교육이 법 제도와 정책적 지원을 바탕으로, 체계적으로 실행되고 있기 때문이다.

우리나라의 경우 대학과 공공도서관을 중심으로 선진적인 이용 체계와 디지털 시스템이 잘 구축되어 있다. 앞으로 필요한 것은 도서관의 책과 자료 활용 방안을 마련하는 동시에 문해력 강화를 위한 도서관 미디어 리터러시 정책을 수립하고 국내 도서관 간의 연계 시스템을 구축하는 일이다. 이용자들의 하루 또는 일주일 단위의 쏟폼 등 소셜미디어 이용 시간을 재구성하여, 어떻게 책과 같은 텍스트 미디어를 병행할 수 있는지 새로운 정책적 과제를 개발·실행해야 할 시점이다. 도서관 사업으로 시기별 문화 이벤트와 독서 체험 등이 진행되고 있는 상황에서 문해력 개발을 위한 이벤트 사업과 책 읽기 프로그램의 활성화가 이루어질 필요가 있다. 특히 책 읽기 프로그램은 종이책뿐 아니라 전자책(E-Book), 증강현실(Augmented Reality, AR), 가상현실(Virtual Reality, VR), 인공지능(Artificial Intelligence, AI), 쏟폼 등을 활용해 디지털 네이티브의 일상적인 미디어 이용 패턴을 고려하여 구성할 수 있다. 하지만 중요한 것은 단지 텍스트를 읽는 것이 아니라 영상과 텍스트 속에 어떠한 사회적 통념과 편견이 내재해 있는지 비판적으로 해독하고 나아가 재구성하는 역량을 키우는 데 있다. 앞서 언급한 미디어 리터러시 세부 역량 중 비판적 이해를 통한 미디어 비평과 소통 역량이 이에 해당한다. 예컨대 쏟폼 콘텐츠에 등장하는 노숙자와 여성의 이미지 재현 방식에 어떠한 사회적 취약계층과 소수자에 대한 편견이 투영되어 있는지 비평하는 사업을 도서관 문해력 개발 프로그램을 통해 기획할 수 있다. 이러한 편견과 사회적 통념을 개선하기 위해 어떠한 텍스트 미디어를 병행해서 보면 좋은지, 2차 문해력 강화 프로그램을 기획하여 출판사

나 언론사, 그리고 시청자미디어재단이나 한국언론진흥재단 등 미디어 교육 관련 공공기관과 도서관의 협업 체계를 구축하여 연대 사업을 전개할 수도 있다. 소셜 미디어 환경에서 양질의 콘텐츠 제작 역량이 점차 중요해지고 있지만, 손쉬운 숏폼 영상의 제작 기술과 조회 수 올리기 경쟁은 이용자의 역량을 저하하는 요인이 된다. 이러한 점에서 사회적 가치의 다양성을 존중하고 개인의 성찰과 비판적 문제의식을 키워나갈 수 있는 사회적 미디어 리터러시 교육의 생태계를 만들어 누구나 자기 잠재력을 표출할 수 있는 기회를 제공해야 한다. 디지털 시대의 도서관이 책 읽기와 숏폼 시청 시간을 조율할 수 있는 속도 조절자들의 인큐베이터(Incubator)가 되어야 할 이유가 여기에 있다.

참고문헌

- 강선경, 최유진 (2023). 청소년의 SNS(Social Network Service) 과의존이 우울에 미치는 영향과 교우 관계의 매개효과: 2022년 청소년 정신건강·중독 실태조사를 바탕으로. 한국콘텐츠학회논문지, 23(5), 359-367.
- 강정수 (2024). 숏폼 시대, 디지털 미디어 작동 방식의 변화. 미디어 이슈 & 트렌드 Vol.60. KCA 한국방송통신전파진흥원. 출처: [https://www.kca.kr/Media_Issue_Trend/vol60/pdf/Media_Issue_Trend\(vol60\).pdf](https://www.kca.kr/Media_Issue_Trend/vol60/pdf/Media_Issue_Trend(vol60).pdf)
- 강진숙 (2024). 방송 콘텐츠 리터러시 1: 사회적 소수자 재현. 디지털 소양을 위한 미디어 리터러시 교육. 파주: 태학사, 207-234.
- 강진숙, 배현순, 김지연, 박유신 (2019). 미디어 리터러시 교육과정 운영을 통한 시민역량 제고 방안 연구: 2019년 교육부 정책연구보고서. 교육부.
- 고홍석 (2024). SNS 이용이 비판적 이해 역량에 미치는 영향에 관한 탐색적 연구. 사회과학연구, 63(3), 209-230.
- 과학기술정보통신부, 한국지능정보사회진흥원(NIA) (2023). 2023 스마트폰 과의존 실태조사. 한국지능정보사회진흥원. 출처: https://nia.or.kr/site/nia_kor/ex/bbs/View.do?cbldx=65914&bclcdx=26508&parentSeq=26508
- 김대희, 방상호, 박정익, 안백수, 한희정, 김성재, 조호연, 강진숙, 나미수, 한은경, 오원환, 신정아, 김연식, 하송아, 이귀영 (2024). 디지털 소양을 위한 미디어 리터러시 교육. 파주: 태학사.
- 김은지, 전귀연 (2020). 유아의 스마트미디어 이용이 인지와 언어 발달에 미치는 영향: 스마트미디어 중독 경향성의 매개효과와 어머니의 스마트미디어 이용 지도의 조절된 매개효과. Human Ecology

Research, 58(1), 13-29.

- 이수현, 류기락, 반가운, 김지영, 류지은, 이정민, 유명환, 최현식 (2024). 지난 10년간 한국인의 역량은 어떻게 변화했는가?: OECD 국제성인역량조사(PIAAC) 2주기 보고서. 한국직업능력연구원. 출처: <https://www.krivet.re.kr/kor/com/homeComIntnlResearch.do>
- 하정은, 김경미 (2023). 대학생의 완벽주의적 자기제시가 SNS중독경향성에 미치는 영향: 외로움을 통한 사회적 지지의 조절된 매개효과. 상담학연구, 24(5), 1-26.
- 한국교원단체총연합회 (2024. 10. 7.). 학생 문해력 실태 교원 인식 설문조사 결과 발표. 한국교원단체총연합회. 출처: <https://www.kfta.or.kr/usr/wap/detail.do?app=16527&seq=270000370496>
- 한국언론진흥재단 (2024). 2024 소셜미디어 이용자 조사. 한국언론진흥재단. 출처: https://www.kpf.or.kr/front/research/consumerDetail.do?miv_pageNo=&miv_pageSize=&total_cnt=&LISTOP=&mode=W&seq=598917
- Asif, M., & Kazi, S. (2024). Examining the influence of short videos on attention span and its relationship with academic performance. International Journal of Science and Research, 13(4), 1877-1883.
- Haliti-Sylaj, T., & Sadiku, A. (2024). Impact of Short Reels on Attention Span and Academic Performance of Undergraduate Students. Eurasian Journal of Applied Linguistics, 10(3), 60-68.
- Hari, J. (2022). Stolen Focus. 김하현 옮김. (2023). 도둑맞은 집중력. 서울: 어크로스.
- Lembke, A. (2021). Dopamine Nation. 김두완 옮김. (2022). 도파민네이션. 서울: 흐름.
- Mark, G. (2023). Attention Span: A Groundbreaking Way to Restore Balance, Happiness and Productivity. 이윤정 옮김. (2024). 집중의 재발견. 서울: 위즈덤하우스.
- Mekler, A. (2021). The effects of TikTok use on college student learning. Undergraduate review, 16(1), 145-153.
- OECD (2023). Survey of Adult Skills (PIAAC). OECD. Available: <https://www.oecd.org/en/about/programmes/piaac.html>
- Virilio, P. (1977). Vitesse et Politique. 이재원 옮김. (2003). 속도와 정치. 서울: 그린비.

디지털 전환 이후의 한국 독서문화

: ‘텍스트립’ 독서문화에서 새길 것과 실행할 일

• 글 천정환 (성균관대학교 국어국문학과 교수)

서론: 독서·출판 문명의 거시적 변화

21세기 한국 독서·출판 문화의 전기가 된 듯한 2024년에 이어, 2025년 6월 18일~22일에 열린 ‘2025 서울국제도서전’도 총 535개 출판사가 참여하고 유료 관람객 15만 명을 모으며 역대 최대 규모를 기록했다. 지난해 서울국제도서전의 성공은 관계자들 모두에게 (긍정적으로) 충격적인 의외의 상황이자 대단한 성취라 간주되었다. 몰락의 신음만 울려대던 출판계는 ‘독자가 살아 있다’는 것을 도서전에서 확인했고, 책 생태계의 지속 가능성에 대한 희망을 갖게 되었다(백원근, 2024)고 말했을 정도였다.

그런데 올해 ‘성공’에 대한 평가의 뉘앙스는 조금 달랐다. 한 블로거에 의하면, ‘2025 서울국제도서전’의 1일 평균 방문자 수는 최근에 굉장히 ‘핫’했다는 국립현대미술관 론 뮤익(Ron Mueck) 전시의 거의 다섯 배, ‘부산국제영화제’의 두 배에 달했다. 그러나 이 블로거는 도서전 붐이 위기에 빠져 있는 출판산업 자체의 부흥과 무관한 재미있는 라이브 이벤트(Live Event)며 그 자체가 장르라서, ‘주류 박람회’나 성심당 딸기시루 오픈런이랑 더 가깝다고 냉소적인 평언을 덧붙였다(뤄, 2025). 또한 도서전 방문자 대부분이 20~40대 여성으로 독서 인구의 편향성

또는 독서문화의 쏠림 현상이 굳어지는 것 아닌가 하는 우려도 제기됐다(이민우, 2024).

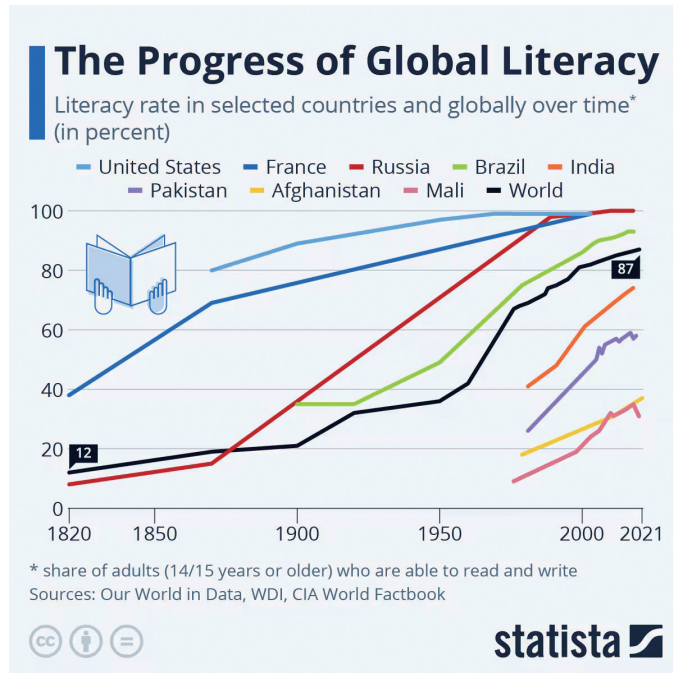
그러니까 종합하면 우리는 전통적 출판·독서문화의 전반적·경향적 쇠락과 함께, 새로운 젊은 세대(이른바 엠지(밀레니얼세대(Millennials)+Z세대(Generation Z), MZ))의 ‘텍스트 힙(Text Hip)’ 등 독서열 그리고 그에 따른 서울국제도서전 열풍 같은 이해하기 어려운 ‘붐’ 앞에 있다.

시대의 흐름과 그에 따른 읽는 문화의 변화는 매우 거시적인 것이다. 그 변화는 레이먼드 윌리엄스(Raymond Williams)가 “기나긴 혁명”이라 부른 초기 근대 이후의 변화, 즉 문자·인쇄 문화가 전체 인민대중의 것이 된 일을 하나의 단계로 간주한다. 윌리엄스는 영국에서의 정기간행물 구독자가 전 가구의 1%에서 90%가 되는 약 100년여의 과정을 그 예로 들었다. 이런 변화는 특히 19~20세기에 걸쳐 상당히 보편적인 것이었다. 필자는 그것을 20세기 한국에 적용해 근대적 독서문화와 새로운 문학 독자층의 성립 과정을 살핀 바 있다(천정환, 2003).

그런데 이 위대한 문화민주주의와 대중 독서 사회는 지금 우리가 계속 체험하고 있는 문명의 또 다른 전환 앞에 놓여 있다. 그것을 부를 딱 적절한 말이 아직 정립되지 않았기에 이 글에서는 잠정적으로 ‘디지털 전환’이라고 했다. 하지만 사실 이 용어는 지난 30여 년간 일어난 미디어 생산 및 수용 체계의 변화, 그리고 그에 따른 문화민주주의의 변질 등을 말하기에는 약간 작다. ‘디지털’은 그 기술적·현상적 측면을 상징하는 언어다. 이에 대해 한국에서는 흔히 종이책 독자의 감소와 독서문화의 쇠퇴, 출판 및 서점 산업의 위축 등까지 포함하는 변화로 반복적으로 이야기된다. 일본이나 영어권 선진국의 경우 역시 책 판매의 양극화와 전통적 의미의 도서 시장 위축은 심각하다. 그러나 더 크게 보면 실제로는 전체 글로벌 출판시장은 작아지지 않았으며, 전망 또한 그렇다. 어쨌든 인구가 늘고 경제성장이 이어지고 교육·지식·정보 등에 대한 수요가 줄지 않으면 책 시장도 좀체 줄지 않기 때문일 것이다.

그러니까 출판산업이나 종이책 문화의 쇠퇴라는 변화는 한편으로는 객관적이고 보편적인 것처럼 말해도 되지만, 다른 한편으로는 부분적이다. 좀 더 신중하게 말하면 출판산업과 종이책 문화의 쇠퇴도, 지구적 규모에서는 비동시성과 불균등발전이 법칙적으로 관철되는 상황에서 또 그로 인한 착시 현상과 동반하여 나타난다. 이를테면 한국·일본이나 서방 선진국에서 전통적 출판시장은 커지지 않고 있지만, 중국만 해도 양상은 크게 다르고 경제성장과 근대적 발전이 여전히 필요한

아시아·아프리카 같은 지역에서는 엄청난 규모의 새로운 교육 수요와 문화적 민주주의에 대한 욕구가 있다. 그것은 책과 인쇄물 그리고 또 다른 문화콘텐츠에 대한 수요를 지속적으로 만들어낼 것이다. 물론 디지털 시대이기 때문에 그런 수요가 과거처럼 그대로 전통적인 종이 출판물에 대한 수요로 직결되지는 않는다 해도 말이다.



[그림 1] 14세 이상 독서 가능 인구 세계 통계

출처: Our World in Data, WDI, CIA World Factbook.

새로운 독서문화의 새로운 주체

한국에서도 독서문화의 상황은 양가적이며 역설적이라 해야겠다. 책의 존재 방식과 독서문화는 크게 변화하고 있는 것이지, 독서문화 자체가 궤멸하고 있는 것은 아니며, 어떤 면에서는 오히려 새로운 독자들과 책 문화의 ‘꽃’이 피는 것처럼 보인다. 사실 아직 우리 연구가 부족하여 구체적으로 누가, 어떻게, 왜, 무슨 책을 새롭게 읽고(사고) 있는가에 대해 잘 알지 못하지만, 이 글에서는 새로운 독서문화

의 주체와 그들의 ‘행동양식’을 중심으로 오늘날 독서문화의 양상을 그려볼까 한다. 그 전에 잠시 책과 독서문화의 새로운 환경에 대해 짚는 것이 필요하다.

미디어 환경과 책의 문화적 위치 변화

무엇보다도 지난 한 세대 사이에 독서문화를 둘러싼 미디어 환경이 가장 크고 빠르게 변화했다. 휴대폰과 이동통신이 인간의 일상과 문화 전체를 장악했으며, 이에 따른 미디어 체계의 변화가 독서와 문학 문화에도 결정적인 변화를 일으켰다.

그리하여 ‘탈근대의 책 읽기’라 해야 할 새로운 양상의 독서가 활발하게 행해지고 있다. 혼자서 조용히 도서관이나 자신의 방에서, 사거나 빌린 종이책을 읽는 내면성을 가진 주체나 또 그를 통해 근대적 개인주의와 독서의 가치를 흡수하는 주체는 물론 여전히 많이 존재하며 재생산도 된다. 그러나 신세대 독자의 텍스트립은 물론이고, 20세기에 태어나고 교육받은 필자 같은 세대의 사람들도 디지털 세계에 접속한 채로 사회관계망 서비스(Social Network Service, SNS)에서 책 정보를 얻고, 전자책을 사서 읽고, 화면으로 책을 읽는다. 연구자들의 단체인 학회도 이제 종이책으로 된 학술지를 발간하지 않는 경우가 대부분이다.

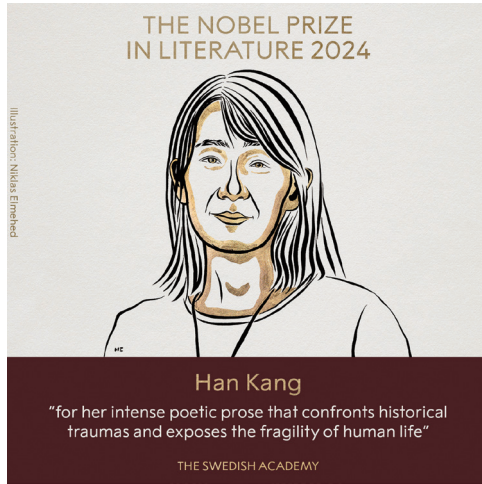
또한 종이와 아예 무관한 상태로 생산·유통되는 콘텐츠 시장도 너무나 커졌다. 웹툰, 웹소설, 게임, 오티티(OTT, Over-the-Top) 영화와 드라마 등으로 구성된 새로운 미디어 콘텐츠 산업은 천문학적 규모가 되었으며 그 힘이 다른 모든 것을 종속시키고 있는 것처럼 보인다. 예컨대 웹소설 시장 규모는 약 1조 390억 원으로 추산될 정도로 커졌다. 그러니 웹소설을 포함하면 한국문학과 서사 시장은 단군 이래 최대의 호황을 누리고 있는 것이다. 전업 소설가는 이제 기존 문단에서 사라지 다시피 했지만, 이미 몇 해 전부터 일부이긴 하나 웹소설 작가들은 연 기억 원 이상의 수입을 올리고 있다(채승기, 2016).

물론 종이책도 유연하고 깊은 적응력과 영속성을 지니고 있기에 모두 완전히 새로운 미디어로 대체되지는 않는다. 대신 그것은 21세기의 융합 미디어 생태계(The Convergent Media Ecosystems)와 트랜스미디어 서사 세계(Transmedia Story Worlds)에 통합(Beth Driscoll, 2024)·적응하고 있다고 볼 수 있다. 새로운 미디어 체계에 전통적인 의미의 책과 문학이 편입되고 있거나, 아니면 새로운 것과 전통적인 것은 때로 대립하며 어색하게 공존하고 있다. 아이돌 문화, 만화, TV 드라마, 게임, 라이트노벨(Light Novel) 등이 고전 및 현대문학을 직간접적으로 활용하고 있으며, 미디어 믹스(Media Mix)와 대중문화 프랜차이즈와 함께 과거

와 현재의 문학을 매개로 새로운 독서 경험을 가공하는 문화적 복합성(Cultural Complexes)(Andrew T. Kamei-Dyche, 2023)이 세상을 지배하고 있다. 케이팝(K-pop)의 나라 한국에서 이런 공존과 병치는 더욱 극적으로 보인다.

요컨대 아무리 전통적인 태도를 지닌 독자들일지라도 그들이 처한 미디어 환경은 이전과 완전히 다르며, ‘디지털 네이티브(Digital Native)’로 태어난 30대 이하의 독자들에게 종이책은 그 전 세대와는 다른 사물이자 문화적 매개다. 따라서 독서라는 행위를 이루는 근대적 독서 공간, 종이책과 작품이라는 대상 그리고 주체의 능력(문해력과 독서에 부합하는 신체) 등의 근대적 ‘삼자합일’의 문화적 구성이 깨졌다. 동시에 이 문화적 구성은 기성세대에게는 낯설고 타자적으로까지 느껴지며 새로워지고 있으나, 기실 기성세대도 그 문화에 지배받고 있다. 그래서 종이책 문화가 육성했던 고연령층도, 유튜브(YouTube)나 SNS를 통해 ‘전(前) 책 형태’ 또는 ‘비(非) 책 형태’의 지식·정보를 섭취하고 또 거기에 중독되고 있다. 즉 책으로 나온 것보다 일반적으로 덜 정밀하고 덜 가공·편집된 내용과 형태의 지식과 정보가 엄청나게 소비·향유되고 있는 것이다. 따라서 이런 ‘비독자’들과 관련된 책과 지식문화도 계속 진화하고 있다.

한국에서는 근래 ‘텍스트힙’이 새로운 세대의 독자들을 뭉뚱그려 부르는 대표 어휘가 되었다. ‘책(Text)’과 ‘힙하다’ 또는 ‘힙스터’의 ‘힙(Hip)’을 합친 이 신조어는 이른바 MZ세대 중에서 짧은 영상이나 소셜미디어에 책이나 책 읽는 사진이나 관련된 기록을 올리고 즐기는 사람들을 가리킨다. ‘독서와 책이 멋지다’고 생각하는 것인데, MZ세대 중에서도 물론 글쓰기와 책을 좋아하고 디지털 매체에 대한 피로도도 높아 종이책, 종이 수첩에 읽고 쓰는 텍스트에 빠지는 부류가 있고, 그렇게 문화는 시작되었다(송현주, 2024). 이 같은 ‘역트렌드(Counter-Trend)’를 즐기는 부류 중 책과 관련된 행위를 SNS 과시용으로 소비하는 10~30대들도 적지 않다. ‘2024 서울국제도서전’과 한강 작가의 ‘노벨문학상’ 수상이라는 사건을 경과하면서 텍스트힙은 완전히 한국 독서문화의 주도적 주체처럼 되어버렸다.



[그림 2] 노벨상 홈페이지에 올라온 소설가 한강의 초상

출처: 스웨덴 한림원.

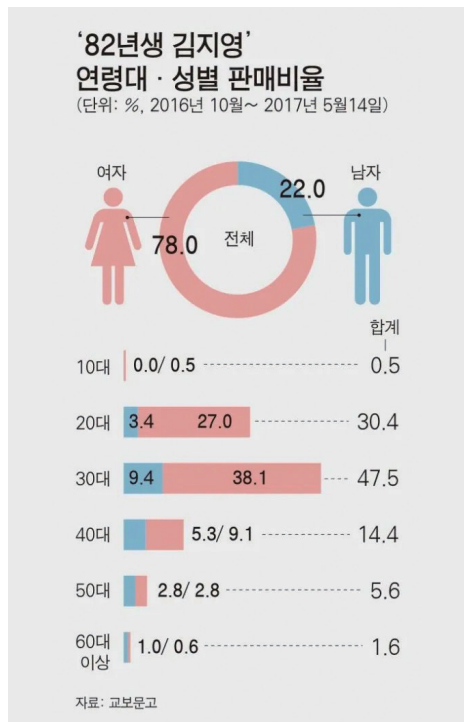
‘여성화’ 또는 ‘젠더화’ 그리고 포스트 휴머니티

한편 오늘날 한국 독서문화는 여성들에 의해 주도되고 있으며, 이 또한 2000년대 이후 나타난 가장 큰 변화 중 하나다. ‘독자의 여성화’ 또는 ‘젠더화’는 전체 독자 중 여성이 차지하는 비중이 크게 그리고 급격히 증대해지는 동시에 남성 독자층이 거의 전 연령대에 걸쳐 상대적·절대적으로 감소하면서 이뤄졌다. 여기에 더해 문학 문화를 주도하는 여성 작가들의 책을 남성 독자들은 거의 읽지 않으며, 남아 있는 일부 남성 독자들 또한 남자 작가의 작품만 주로 보는 경향이 있다.

이런 현상을 드라마틱하게 형성한 맥락은 2010년대 중반 이래 ‘페미니즘(Feminism) 붐’이라 볼 수 있다. 페미니즘 붐이 직접적으로 여성의 독서와 독자층에 미친 영향은 이미 저널리즘과 학계에서 중요한 이슈로 다뤄졌는데(정고은, 2017; 허윤, 2018), 2015년 이후 페미니즘의 높은 대중성을 인식한 출판사와 온라인 서점에서는 각종 페미니즘 관련 서적을 기획 및 출간하기 시작했고, 2016년에는 그 수가 무려 100여 종에 이르렀다. 여성혐오와 관련된 사회적 이슈가 끊임 없이 생산되면서 페미니즘 출판 전쟁이 일어난 셈이었다(허윤, 2018). 그중 2016년 10월에 나온 『82년생 김지영』은 이 같은 페미니즘 붐과 논란의 선두에 선 소설로, 대통령·국회의원·케이팝 아이돌 등까지 연루된 수많은 논란과 화제를 낳았다. 『82년생 김지영』은 근년 해외에서 일어난 ‘K-문학 붐’에서도 앞장서서 무려 35개

국에 수출되며 가장 많이 팔린 한국문학이 되었다(강종훈, 2022). 페미니즘과 젠더 이슈는 현재에도 한국문학 독자들의 ‘기대지평’에서 중요한 구실을 하는바, 여성 독자들과 여성 작가, 출판인, 비평가, 저널리스트가 함께 한국문학 문화를 선도하고 있다. 그리고 『채식주의자』(2007) 등 강한 페미니즘적 지향을 지닌 한강의 ‘노벨문학상’ 수상도 이런 상황에 쐬기를 박았다 해도 과언이 아니다.

‘노벨문학상’ 수상 전인 2024년 7월 당시, 5·18민주화운동을 소재로 한 한강의 『소년이 온다』(2024, 10주년 특별판, 양장본, 인터넷서점 알라딘 기준)의 경우 여성이 전체 구매자의 73.8%를 차지하는 가운데, 30~40대 여성이 46.8%를 점했다. 남성 중 구매력이 높다는 40~50대 남성 독자는 각각 7%와 10%에 그쳤다. 이런 점은 한강의 ‘노벨문학상’ 수상 이후에도 거의 변함이 없어, 여성 대 남성 구매자의 비율은 각각 72% 대 25% 정도였다. 이는 교보문고가 집계한 『82년생 김지영』의 남녀 비율 78% 대 22%와 비슷한 편중이라 ‘노벨문학상’ 수상이 문학사의 대사 건임을 고려하면 아쉬운 비중이라 하지 않을 수 없다.



[그림 3] 『82년생 김지영』 연령대·성별 판매 비율

출처: 교보문고

비단 페미니즘 경향의 소설이 아닌 경우도 비슷하다. 역시 알라딘을 기준으로 2024년 7월, 최은영의 단편소설집 『아주 희미한 빛으로도』(2023)의 구매자 중 여성의 비율은 전체의 78.9%며 그중 30~40대 여성은 48.2%나 되었다. 따라서 평균적으로 이제 대부분의 한국문학 독자(구매자) 70% 이상은 여성이라 말해도 되지 않을까.

SF(Science Fiction)소설 작가이면서 여성주의적 경향도 띠는 김초엽 작가 소설의 독자들은, 젠더와 세대의 요소가 같이 소설의 선택에 영향을 끼친다는 것을 보여준다. 『우리가 빛의 속도로 갈 수 없다면』(2019)의 구매자 중의 75.9%는 여성이며, 그중 30~40대 여성이 전체의 36.2%를 차지한다. 남성은 24%에 불과하며, 다른 분야·영역의 독서 시장에서 그래도 높은 구매력을 보여주는 40~50대 남성은 이 경우 각각 4.5%, 3.9%에 불과했다. 2010년대 이후 한국문학 문화의 중대한 변화로 SF 붐이 꼽히고, 그것은 근래 페미니즘과도 결합하며 ‘여성 지향적 SF’라는 새로운 현상을 낳았다. SF를 남성 취향의 장르로 인식하기 쉽지만, 2020년대 우리나라 상황에서는 완전히 다른 양상이 나타나는 것이다.

이 같은 독서 경향의 젠더화에는 퀴어(Queer) 문학 붐도 포함된다. 그런데 이 젠더화 현상의 맥락은 단지 독자의 취향-정체성 변화에 머무르지 않는 더 큰 범위에서 삶의 방식과 ‘젠더 구조’ 자체의 변화와 연관된다. 지난 약 20년 사이 한국에서는 결혼, 연애, 출산, 가족에 대한 개념이 급변했고 남성·여성으로서의 의식과 사회적 역할도 과거와는 크게 바뀌었다. 퀴어 문학은 새로운 사회적 성원권을 주장하는 퀴어 시민들 그리고 그 삶의 양식을 반영한다. 이는 관련된 사회 세계에서의 근대성 종말과 ‘포스트휴머니티(Post-Humanity)’ 대두의 일환일 수 있다. 이에 관련된 치열한 ‘현대’와 ‘포스트’ 사이의 공방과 문화적 비동시성이 존재하는 것이다.

‘참여문화’의 여러 면모와 새로운 ‘독서법’

새로운 트렌드

위에서 서술한 점을 포함해 2024~2025년 서울국제도서전은 근래 변화한 독자들의 행동양식과 독서문화를 전반적으로 이해하는데 좋은, ‘살아 있는’ 실례가 되었다. 그 핵심을 건드리는 분석을 보자. 우선 다음 인용문은 세계 최대 도서전으로 꼽히는 독일 ‘프랑크푸르트 도서전(Frankfurter Buchmesse)’의 위르겐 보스

(Juergen Boos) 대표가 ‘2024 서울국제도서전’을 둘러본 감상이다(양선아, 2024).

“조용히 글을 읽는 독서문화가 아니라 독자가 활기차게 또 적극적으로 참여하는 문화로 바뀐 점이 흥미로웠습니다. 독자가 (작가의) 팬이고, 독자층(Readership)이 팬덤(Fandom)을 이루고 있더군요. 독자들이 젊어졌고 저자의 사인회에 사람들이 몰리고, 책 관련 굿즈(Goods) 등이 인기 있는 점도 인상 깊었습니다. (...) 젊은 독자들은 물성이 있는 책을 사고, 수집하고, 그것을 다시 디지털 세계, 예를 들면 틱톡과 같은 소셜미디어에 올려서 책을 알립니다. ‘북톡’이 유행하는 것처럼요. 그들은 디지털화된 세계와 끊임없이 소통하는 것이 특징이죠.”



[그림 4] 서울국제도서전 CI

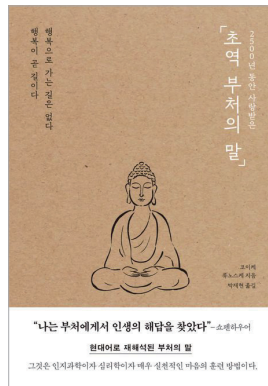
출처: 서울국제도서전.

이 인용문에서의 주요 키워드인 ‘젊은’, ‘팬’, ‘굿즈’, ‘디지털’, ‘북톡’, ‘소셜미디어’, ‘소통’, ‘물성’ 등에 주목하자. 또한 서평 및 독서문화 뉴스레터 ‘책과참치’는 ‘2025 서울국제도서전’을 관찰하고 정리하며 “국제도서전 열풍은 ‘역설’ 속에 있다”면서 “모순·충돌하는 것처럼 보이는 두 개의 현상, 즉 출판·독서문화의 쇠락과 서울국제도서전 열풍은 실상 다른 층위에서 발생한 현상”이라 했다. 다시 말해 Z세대(Gen Z)의 문화 소비 행태가 출판산업의 논리를 수용하고 또 동시에 초월하여 작동하고 있는데, 이 사태를 관통하는 것은 코로나19와 경험경제, Z세대 여성 독자와 팬덤 문화, SNS와 수행성(Performativity), 정체성 정치와 행동주의(Activism), 불확형 소비 등이라 했다(책과참치 엑스(X), 2025). 이 키워드들 또한 2020년대를 관통하는 수용(소비)과 독서문화의 주요 맥락이다. 두 분석에 새로운 독서·독자 문화의 모든 항목이 다 나타나 있다고 보이며, 서로 긴밀히 연관된 이들 요소를 다음 절에 정리하려 한다.

팬으로서의 독자

현대의 독자들은 문화적 정체성의 집합적 주체면서, 동시에 ‘팬덤’이자 일종의 ‘부족(Tribe)’화 되는 경향이 있다. 그러니까 어쩌면 그들은 근대의 독자와 같은 ‘보편적 시민’이나 ‘국민’이기보다는, 강렬한 취향과 행동양식의 공통성을 중심으로 유동하는 주체라는 것이다.

오늘날 독서문화에서 이는 두 가지 방향을 띠고 나타나는데, 그 첫째는 팬덤 문화의 원천이자 기지라 할 케이팝 아이돌 문화가 독서문화에 끼치는 영향이다. 텍스트립 문화는 독서를 장려하는 아이돌, 인플루언서(Influencer)들의 영향 때문에 더 빨리 번졌다. 아이브의 장원영, 르세라핌의 허윤진, NCT의 재민, 에스파의 카리나 등은 대기실에서 책을 읽는 모습을 방송에서 공개하거나 팬 커뮤니티에 독서 리스트를 공유하는 등 독서 애호가로 알려진 대표적인 인물들이며, 이들이 추천하는 책들이 팬덤에 의해 베스트셀러로 등극하기도 한다. 책이 매력적인 소비의 대상으로 Z세대의 눈에 보이게 된 것인데, 비싼 명품이 아닌 ‘책 한 권’으로 비교적 쉽게 내가 동경하는 아이돌과 취미를 공유하는 경험을 하게 된다(최수하, 2024).



[그림 5] 아이브 장원영의 추천으로 베스트셀러에 오른 『초역 부처의 말』 표지

출처: 포레스트북스

둘째, 독서·출판 문화 자체가 대중문화 팬덤 문화의 양식에 따라 변한다. 작가들에 대한 팬덤이 생겨나고, 독자들의 행동양식이 케이팝 아이돌이나 다른 연예인을 대상으로 한 ‘덕질’과 유사해진다. 소장하고 있는 작가의 책들을 바라보며 혼자 흐뭇해하는 것이 아니라, SNS를 통해 특정 작가의 덕후임을 인증하고, 덕후들끼리 오

팬채팅방을 통해 소통하며 실제 오프라인 만남을 갖기도 하며, 작가가 진행하는 행사나 지지하는 운동에도 함께하며 작가들을 향한 선물 세례와 작가가 사용하는 물건을 따라 구매하는 현상도 있다. ‘덕질 문화’는 2차 창작과 조공 등으로 이뤄진다. 다만 작가 팬덤은 아직 문학과 에세이 작가 중심으로 형성되어 있고, 그 규모는 여자 아이돌 팬덤에 비해 훨씬 작으며 케이팝처럼 광범위하거나 세계적이지는 않다.

매체를 매개로 한 수용자와 작가의 상호작용은 근대문학의 등장과 함께 처음부터 있었던 현상이지만, 그 질과 결이 완전히 달라진 것이다. 새로운 문화적 소통 체제에 소위 ‘본격문학’이나 인문·사회과학 분야도 가장 늦게 서서히 따라가는 형국이다. 탕탄소년단과 그 팬덤의 경우는 『데미안』(1919), 『호밀밭의 파수꾼』(1951) 등 고전소설 독자를 새로 형성하는데 기여했으며, 이는 케이팝 팬덤의 행동양식(덕질)과 독서가 결합한 경우다. 아이들이 언급한 모든 책을 찾아내고 ‘같이 읽기’ 한다는 것은, 그냥 유명인의 언급이 책의 선택에 영향을 끼치는 것과는 또 다른 차원에 있는 일이다.

행동주의 참여문화

새로운 독서 및 독자 문화의 핵심은 참여문화며 수행성이다. 경험경제, 행동주의 등의 요소도 여기 포함될 수 있다. 참여문화와 수행성은 도서전 등 관련 행사 참가, 독서 모임 결성, ‘팬질’, 댓글 달기, 2차 창작 등의 다양한 방식으로 표현되고 있다. 이들 각각도 자세히 보면 서로 다른 문화적 맥락과 양상을 띠지만, 여기서 다룰 지면의 여유가 없으므로 그 개략적 내용만 함께 다루려 한다.

웹에서의 행동주의는 오늘날 모든 대중문화와 ‘민주주의 문화’의 중핵이며, 독서 문화에서의 그것도 웹콘텐츠의 경우 더 뜨겁고 분명하게 나타난다. 예를 들어 한국 웹소설은 장르적 특성이 독자와 작가의 상호작용에 의해 결정된다고 볼 수 있다. 이런 상호작용은 과금(결제), 댓글 달기와 그를 통한 내용 전개에 대한 요구, 휴대폰 등을 통해 1회씩 읽기, 후원, 공감하기 등으로 나타난다. 이 모든 요소는 웹소설의 핵심 수용 양식인데, 이 작용은 단지 작가와 독자 사이의 상호작용만이 아니다. 독자는 이 같은 행동을 통해 웹소설 플랫폼(자본의 행동양식)과 영향을 주고받는 것은 물론 다른 독자들과도 상호작용한다. 그중에서도 댓글 달기가 가장 흔하고도 적극적이며 구체적인 행동이자 상호작용 방법이다. 이런 행위를 통해 웹소설의 독자는 서사에 개입하고, 작품의 존폐를 결정짓는다. 나아가 웹소설의 독자는 종이책 소설에서의 작가-작품-독자의 구도를 무너뜨리고 그 자리에 결코 의

미 체계 내에 포섭될 수 없는 실재적 텍스트, 즉 2차 창작에 의한 텍스트와 독자-작가의 위치 변환 또는 의미 생산 체계의 변화를 야기한다. 조형래는 엄청난 2차 창작물을 내놓게 한 인기 웹소설 『전지적 독자 시점』(2018~2020)의 사례를 들어, 이 작품이 동서고금의 여러 고전을 적극적으로 차용하여 일종의 서사적 복잡계를 형성하고, 독자들은 롤플레이팅(Role-Playing) 게임과 그 플레이어(Player)처럼 되어 서사의 안팎을 통괄하는 주재자로서의 위상을 갖는다고 했다(조형래, 2022).

과시와 체험의 공유: 이벤트로서의 독서 행사

조금 넓게 보면 2024~2025년의 서울국제도서전 봄은 최근 활성화된 다양한 독서 이벤트 중 하나의 사례일 뿐인지도 모른다. 2025년 플랫폼 기업 카카오는 도서출판 프로젝트 ‘브런치북’을 공모했는데 그 응모자 수가 1만 437건으로 역대 최대를 기록했고, 성수동에서 진행된 ‘브런치 스토리’ 팝업 전시에도 1만 명 이상의 방문객이 몰렸다. 또한 서울도서관에서 운영하는 서울야외도서관은 ‘건물 없는 도서관(Buildingless Library)’과 실내 도서관의 한계를 극복한 혁신적인 도서관 서비스를 주창하며 열렸는데, 2025년 4월부터 300만 명의 방문객이 다녀갔다(임세연, 2024). 이는 독서와 트렌드를 접목한 프로그램들이 MZ세대들의 큰 호응을 얻은 경우다. 이 외에도 몇몇 공공도서관이나 지자체가 연 ‘책멍’, ‘북강스’, ‘북스테이’들과 출판사들이 연 팝업스토어와 북카페, 북바 등이 새로운 트렌드를 만들고 있다.



[그림 6] 서울야외도서관 ‘책읽는 맑은넷가’

출처: 서울야외도서관.

따라서 오늘날 독서란 단순히 자신의 방에 앉아서 책을 들여다보는 행위를 넘어 적극적으로 책 페스티벌, 전시, 북클럽, 작가와의 대화 등에 참여하고, 그곳에서 관람하거나 구매하는 행동까지 포괄하게 되었다. 또한 그런 참여 행동을 SNS와 유튜브, 블로그 등에서 독자들이 서로 교류하고 내보이는 행위도 오늘날 주요한 독서 문화에 속한다(Beth Driscoll, 2024).

이처럼 새로운 독서문화는 뉴스레터, 북튜브, 북스타그램, 북톡 등으로 요약되는 이전과는 완전히 다른 미디어 소통 체계를 기반으로 한다. 그래서 기존의 책 정보와 서평 등의 생산과 공유 또한 이에 의해 대체되고 있다. MZ 텍스트웍으로 상징되는 새 독자들의 독서 행동은 책과 책 읽는 경험을 ‘인증 숏’으로 찍어서 SNS에 올리는 ‘과시’의 행태를 취하는 경우가 많다. 최근에는 체험경제와 ‘과시 소비’를 결합한 ‘경험적 과시 소비’라는 개념도 사용되는데, 이는 독서문화에도 잘 적용될 수 있다. 맛집, 여행, 공연 등의 경험을 SNS 등의 자기표현 매체를 통해 취향을 드러내는 이 같은 문화는 이미 깊고 넓게 일상화됐다. 물론 그로 인한 폐해도 존재하지만, 이를 과거와 같은 ‘내면성’과 ‘성찰성’의 견지에서만 대처·비판하는 일이 불가능하다는 데 핵심이 있다. 따라서 이를 어떻게 긍정적인 부분과 접속하게 하느냐에 더 관심을 기울여야 한다. 또한 당연히 MZ 독자 독서 행동의 주요 동기나 목적이 과시에만 있다고 결코 말할 수 없으며, 공유 자체도 긍정적이고 이타적인 행동양식이라 할 수 있다.

책 물성의 재발견과 ‘책꾸’, 굿즈

책의 물성에 대한 또 다른 발견과 천착도 새로운 독서문화의 핵심 요소다. 원래 종이책은 미묘하고 복잡한 물성을 가진 사물로서, 책의 물성은 고래(古來)로 구매와 장서(藏書)라는 책 문화의 핵심과 본질적인 관계를 맺어왔다. 21세기 한국에서 책은 점점 더 작아지고 얇아지고 디자인이 화려해지고 다양해져서, 소위 ‘리-커버(Re-Cover)’가 유행하더니 최근에는 또 다른 차원의 물성 구현을 독자와 함께하고 있다. 그것은 이른바 ‘책꾸(미기)’다. 2024년부터 젊은 세대 독자들 사이에서는 각종 스티커 등으로 책을 꾸민 후 ‘#책꾸’ 해시태그와 함께 SNS에 업로드하는 유행이 불었다. 그래서 ‘책꾸’ 관련 용품의 판매도 늘어 북커버는 이제 취향을 드러내는 도구로 활용되며 판매량이 전년 대비 약 3배 가까이 급증했다. 기억하고 싶은 문장과 구간을 표시하는 인덱스·라벨 스티커와 북마크·책갈피 등이 대표적인 ‘책꾸’ 관련 용품이다. 또한 ‘책꾸’ 하기 좋은 시나 소설 시리즈가 20대 사이에서 인기를 끌

고 있다(신연수, 2024).

굿즈 열풍은 물성에 대한 천착의 한 가지 갈래라 봐야 할 듯하다. 굿즈 없는 도서관은 이제 상상할 수 없거나, 뭔가 '본말이 전도되었다'고 느낄 정도로 올해 서울 국제도서전에서의 굿즈 열풍은 대단했다(돌문어, 2025). 이때 판매된 굿즈는 책 읽기와 직간접 관련이 있는 문구류(책갈피, 펜갈피, 책덕핀, 볼펜, 납작연필, 연필, 지우개, 독서노트, 큐레이션 노트, 필사 노트, 노트, 북클립, 북홀더링, 책꽂이, 인덱스, 테이프, 종이모빌, 만년필, 잉크, 수첩, 책펼침 고정집게 등)는 물론, 상상할 수 있는 모든 종류의 의류·소품(손수건, 에코백, 캔버스백, 플로깅백, 스트링백, 토트백, 타포린백, 리유저블 부직포백, 타월코스터, 짐싸, 먼티, 남방, 모자, 북슬리브, 북파우치, 북커버, 북가방, 인형, 양말)과 장신구류(키링, 팔찌, 배지) 등이었다(책과참치 인스타그램, 2025).

그런데 이 같은 굿즈 열풍은 꽤 오래된 것으로 그 원천도 팬덤 문화로부터 왔으며, 도서관 열풍 자체와 비슷한 체험경제와 '자기표현 트렌드'가 이를 만들었다. 즉 다양한 소품을 단순한 소비재가 아닌, 개성을 표현하고 소장 가치가 있는 아이템으로 여기는 문화가 배경이며, 이들은 굿즈를 통해 추억을 만들고 문화 부족이나 팬으로서의 활동 경험을 확장하려 한다(이주영, 2020). 즉 MZ세대에게 굿즈는 SNS에서 인증 슷을 공유하고, 같은 취향과 소속감을 기반으로 소통하며 자기표현을 드러내는 대표적인 매개체다. 따라서 책을 수용하는 것과 유사한 행동 방식과 심리적 구조가 굿즈 소비에 작동한다.

결론: 이것은 진정한 독서문화인가

이상에서 말한 모든 새로운 독서문화의 양상은, 많은 기성세대에게 대부분 낯설고 때로는 불편한 것이다. 그래서 어떤 이들은 남에게 과시하(는 것처럼 보이)거나 물질적인 것에 매달리는 젊은 세대의 독서문화에 대해 강한 의구심을 느낀다. 그래서 새삼 '무엇이 독서와 책 문화의 본질인가?'하는 의문이 제기된다. 과연 무엇이 본질일까? 이런 의구심도 일리가 없지 않다. 왜냐하면 일부 시·소설·에세이에 치우친 독서문화의 피상성과 '관중 문화', '부족 문화'가 사회와 개별자들에게 야기하는 사회적·정동적 문제들에 대한 우려는 정당한 면도 있기 때문이다.

그런데 젊은 독자들은 출발점 자체가 다르며, 모든 새로움이 그렇듯 그들에게

는 전통을 따르고 존중할 의무가 없다. 그들을 둘러싼 케이팝과 아이돌 문화, 시청각적 세계 그리고 그 모든 것의 ‘환경의 환경’인 디지털 미디어 문화가 독자로서의 존재 방식을 완전히 감싸고 있다. 반복하지만 독서 공간, 책과 작품이라는 물질적 객체 그리고 주체의 능력(문해력, 독서에 맞는 신체) 등에 의해 이뤄진 독서 행위의 문화적 구성에 관련된 거대한 전환과 변화가 일어났다. 이런 변화를 도외시한 채 전통적 의미의 독서가 쇠퇴한다는 한탄과 염려는 그 자체로 맞지 않거나 ‘무능’을 부를 수 있다. 과거와는 분명 다른 방식으로 책 문화와 독자는 재생산되고 있으니, 이 새로운 재생산 구조와 행동양식에 어떻게 적극적으로 개입하고 대처하는가가 모든 출판과 교육 관계자들의 과제라 하겠다.

또한 우리가 더 걱정과 관심을 기울여야 할 여유가 있다면, 그것은 책을 읽는 텍스트핍이 아니라 비독자이어야 하지 않을까. 비독자 중에는 남성과 기성세대 인구의 비중이 훨씬 크다. 이들의 존재야말로 매일매일 운위되는 출판·도서 유통 산업의 위기¹⁾를 야기한 더 거시적인 구조적 요인을 환기하게 한다. 생애 전반에 걸쳐 겪는 변함없는 초고도 생존 경쟁과 양극화된 착취 체제, 인구구조와 경제성장의 둔화, 교육체계의 비효율성과 불평등의 심화 등이 독서로부터 사회성원들을 떼어놓는 배경이 아닐까.

2023년 ‘국민독서실태조사’에 따르면 우리나라 성인 10명 가운데 약 6명이 ‘일 때문에’, ‘스마트폰 보느라 시간 없어서’ 1년간 책(일반 도서)을 단 한 권도 읽지 않는다. 한 권이라도 읽거나 오디오북 등을 통해 들은 사람의 비율을 의미하는 종합 독서율이 43.0%에 그쳤는데, 이는 직전 조사 시점인 2021년 대비 4.5%포인트 감소한 것으로 60세 이상 노년층과 저소득층으로 갈수록 더욱 심각한 것으로 나타났다. 또한 월 평균 소득이 500만 원 이상인 고소득층의 독서율은 54.7%였으나, 월 소득 200만 원 이하의 독서율은 9.8%에 불과했다. 이런 상황이라면, 과연 텍스트핍은 증산증인가? 불평등과 시간 없음은 왜 특히 젊은 남성층과 중·노년 세대로 하여금 책을 읽지 않게(못 하게) 하는가? 아직 이런 문제에 대한 객관적이고 설득력 있는 진단과 답이 없다.

분명한 것은 근본적인 사회적 변화가 필요하며, 이를 통해 교육과 문화의 변화

1 2023년 한국 전체 출판 시장의 규모는 약 4조 9,336억 원. 그중 대부분은 교과서·참고서 등 교육 부문이 4조 2,851억 원. 주요 단행본 출판사(21개사)의 매출액 합계는 약 4,328억 원으로 10%. 2022년(약 4,450억 원)에 비해 2.7% 감소하였다. 매출액이 증가한 곳은 5개사(23.8%)이며, 매출액이 감소한 곳은 16개사(76.2%)이다.

가 있어야 하고 출판·독서 정책도 이에 기여할 수 있어야 한다는 것이다. 그래서 새 정부가 출판·독서문화에 더 친화적인 정책을 펼 것이라는 예상은 반갑다. 그리고 공공도서관이 그 실행의 중추임은 더 말할 필요가 있을까.

참고문헌

- 강중훈 (2022. 1. 18.). “82년생 김지영’, 최근 해외서 가장 많이 팔린 한국문학”. 연합뉴스. 출처: <https://www.yna.co.kr/view/AKR20220118041700005>
- 권정현, 김경남, 양병곤, 차민주, 정성원, 이희중 (2023. 9.). 2022년 웹소설 분야 산업 현황 실태조사. 한국출판문화산업진흥원. 출처: https://www.kpipa.or.kr/p/g3_1/117
- 돌문어 (2025. 6. 26.). 어느 편집자의 2025 서울국제도서전 ‘리얼’ 후기. 책과참치, 9. 출처: <https://booksnchamchi.stibee.com>
- 퓌 (2025. 6. 21.). 서울국제도서전은 사람이 어느 정도로 많은 걸까?. Market Philosophy. 출처: <https://blog.naver.com/sttora2/223906740837>
- 서울도서관 누리집. 출처: <https://lib.seoul.go.kr/rwww/html/ko/gwangPlaza.jsp>
- 백원근 (2024. 7. 12.). [책&생각] 서울국제도서전 흥행이 남긴 과제. 한겨레. 출처: <https://www.hani.co.kr/arti/culture/book/1148805.html>
- 송현주 (2024. 6. 8.). ‘텍스트힙’을 아시나요…Z세대, 다시 텍스트에 열광[취종생]. 서울신문. 출처: <https://www.seoul.co.kr/news/plan/behind-story/2024/06/07/20240607500138>
- 신연수 (2024. 12. 30.). 다꾸·백구 이어 책구 열풍… Z세대는 책도 직접 꾸민다. 한국경제. 출처: <https://www.hankyung.com/article/202412306415i>
- 양선아 (2024. 7. 1.). 서울국제도서전 찾은 위르겐 보스 “한국 독자들의 ‘참여’ 문화 인상적”. 한겨레. 출처: https://www.hani.co.kr/arti/culture/culture_general/1147149.html
- 이민우 (2024. 7. 12.). 작가노조, 매니악 독자… 서울국제도서전 ‘변화의 도가니’. 더스쿠프. 출처: <https://www.thescoop.co.kr/news/articleView.html?idxno=302574>
- 이주영 (2020. 9. 3.). 굿즈 전성시대-지금은 굿즈 전쟁 중. 매일경제. 출처: <https://www.mk.co.kr/news/culture/9505752>
- 임세연 (2024. 12. 31.). 텍스트에 빠진 Z세대… 노벨문학상이 불러온 ‘텍스트힙(Text Hip)’의 시대. 소비자평가. 출처: <http://www.iconsumer.or.kr/news/articleView.html?idxno=27106>
- 정고은 (2017). 2015~2016년 페미니즘 출판·독서 양상과 의미. 사이間SAI, 22, 국제한국문학문화학회, 167-198.
- 조형래 (2022). 웹소설의 사상: 『전지적 독자 시점』을 중심으로. 한국문학연구, 70, 131-160.

- 채승기 (2016. 7. 27.). [짧어진 수요일] 웹소설 써서 먹고살까? 1년에 ‘한 장’은 법니다. 중앙일보. 출처: <https://www.joongang.co.kr/article/20362520>
- 책과참치 인스타그램 (2025. 6. 26.). 출처: https://www.instagram.com/p/DLWDSNWht8F/?img_index=1
- 책과참치 엑스 (2025. 6. 21.). 출처: <https://x.com/booksnchamchi>
- 천정환 (2003). 근대의 책 읽기. 서울: 푸른역사.
- 최수하 (2024. 7+8.). [텍스트힙(Text-Hip)에 빠진 Z세대]: 지루한 텍스트? Z세대를 사로잡다. 출판 N, 54. 출처: <https://nzine.kpipa.or.kr/sub/coverstory.php?ptype=view&idx=862&page=1&code=coverstory>
- 허윤 (2018. 5.). 로맨스 대신 페미니즘을! : ‘김지영 현상’과 ‘읽는 여성’의 욕망. 문학과 사회, 31(2). 문학 과지성사.
- Andrew T. Kamei-Dyche (2023). Reading Spaces in Modern Japan: The Evolution of Sites and Practices of Reading. Cambridge: Cambridge University Press, 4.
- Beth Driscoll (2024). What Readers Do: Aesthetic and Moral Practices of a Post-Digital Age. London: Bloomsbury Academic.
- Grand View Research. (n.d.). Books Market Size, Share & Trends Analysis Report, 2030. Available: <https://www.grandviewresearch.com>

아날로그 기록 vs. 디지털 기록

: 인공지능·디지털 시대, 우리는 어떤 기록 환경의
전환점에 서 있는가

• 글 장성민 (인하대학교 국어교육과 교수)

기록의 전환, 시대의 질문

시대는 바뀌어도 쓰기의 질문은 남는다

: ‘무엇을, 어떻게 쓸 것인가’라는 물음의 계보

인류는 기록을 통해 문명을 만들고 기억을 계승해 왔다. 고대의 썬기문자와 파피루스, 중세의 양피지와 필사본, 근대의 인쇄술과 종이, 20세기의 타자기와 워드프로세서(Word Processor) 그리고 오늘날의 인공지능(Artificial Intelligence, AI)·디지털 기반 협업 플랫폼(Platform)에 이르기까지, 쓰기의 도구와 형식은 끊임없이 진화해 왔다. 그러나 그 변화 속에서도 한 가지 질문은 언제나 남아 있었다. “무엇을, 어떻게 써야 하는가?”

근대 이전의 쓰기에서 종교와 통치의 기록이 중심이었다면, 인쇄술의 발달은 감정과 사유, 일상까지 기록의 대상에 포함시켰다. 타자기의 기계화는 사고의 리듬을 바꾸었고, 워드프로세서는 삭제와 수정이 자유로운 쓰기가 가능하게 했다. 지금은 음성 명령과 자동 완성, 생성형 인공지능까지 등장하면서, 우리는 쓰기의 전례 없는 전환기를 살고 있다.

이제 쓰기는 더 이상 단순한 문장의 배열이 아니다. 쓰기는 하나의 선택 행위이

며, 이 선택은 단어와 문장에만 머물지 않는다. 이는 어떤 플랫폼을 통해 어떤 형식으로, 어떤 방식의 감각과 속도로 전달할 것인지까지를 아우른다. 우리가 남기는 기록 하나하나가 인간과 기술, 정보와 감정, 사실과 정체성의 교차점이 되어가는 지금, 쓰기의 의미는 물리적 도구를 넘어 존재의 방식으로 확장되고 있다.

클라우드와 알고리즘 시대의 쓰기, 누가 주체인가

: 인간-기계 협업의 기록 환경에서 나타나는 근본적 전환

기록은 한때 물질적인 제약 속에서 존재했다. 필기구와 종이라는 물리적 한계를 넘어야만 문장이 세상에 나타날 수 있었다. 그러나 이제 우리는 언제 어디서나 글을 쓰고 저장하며, 실시간으로 수정하고 유통할 수 있다. 클라우드(Cloud)는 기록의 무대가 되었고, 알고리즘(Algorithm)은 기록의 동반자가 되었다.

기계는 단지 정보를 보조하는 수준을 넘어서고 있다. 오늘날 우리는 문장을 직접 짓기보다, 기계가 추천하거나 생성한 문장을 선택하고 조율하는 방식으로 글을 구성하곤 한다. 쓰기 주체의 제안, 어휘 교정, 문체 스타일링, 심지어 감정 분석에 기반한 문장 재구성까지, 기계는 더 이상 주변적 기술이 아니다. 이제 쓰기는 기계와의 대화 속에서 구성되는 창작의 공동체적 행위이다.

하지만 여기에는 주목할 지점이 있다. 인간은 글을 ‘기억’과 ‘맥락’ 속에서 쓰고, 기계는 데이터를 ‘패턴’으로 분석한다. 같은 사건을 기록하더라도 인간에게는 경험이고 의미인 반면, 기계에게 그것은 학습할 수 있는 정보일 뿐이다. 그렇다면 이러한 협업 구조 속에서 인간은 여전히 쓰기의 주체로 남을 수 있을까? 아니면 기계와의 새로운 연대를 통해 또 다른 쓰기 존재로 거듭나야 할까? 이 질문은 단순히 기술적 문제를 넘어서, 기록의 철학적·존재론적 지위를 새롭게 규정하게 만든다.

쓰기의 형식이 바뀌면, 사고도 관계도 달라진다

: 기술의 변화가 인간의 사유와 소통 방식을 재편하는 방식

쓰기는 생각의 궤적을 외부에 남기는 행위다. 그렇기에 쓰는 방식이 달라지면, 생각하는 방식도 달라진다. 손 글씨로 문장을 만들던 시절, 사고는 느리고 농밀했다. 필기구의 제한은 오히려 표현을 숙고(熟考)하게 했고, 생각의 속도와 문장의 속도가 자연스럽게 일치했다. 그러나 타자기와 키보드를 거치며 쓰기의 리듬은 빨라졌고, AI·디지털 환경에서는 이제 기계가 먼저 문장을 제안하고 인간은 그중 일부를 ‘선택’하는 방식이 우세해졌다.

이러한 쓰기의 비선형적 구조는 사유의 흐름을 단절시키기도 한다. 쓰기의 시간성과 주체성 그리고 그로 인한 관계 맺기 방식이 근본적으로 바뀌는 것이다. 소셜 미디어 플랫폼은 빠르고 직관적인 소통을 가능하게 했지만, 그만큼 감정의 섬세함과 맥락의 서사는 밀려나고 있다. ‘좋아요’와 ‘댓글’이라는 즉각적 반응의 문화 속에서, 글은 반성보다 반응을, 질문보다 확신을 우선시하는 방향으로 흘러가고 있다.

쓰기의 방식이 바뀌면, 궁극적으로 사고의 구조뿐 아니라 타인과의 관계까지 재편된다. 그리고 이러한 변화는 단순한 트렌드가 아니라, 인간의 정체성과 존재 방식을 흔드는 근본적인 전환이다. 우리는 지금 ‘무엇을 쓰는가’뿐 아니라, ‘어떻게 쓰는가’에 의해 존재가 규정되는 시대에 살고 있다. 이 전환의 한가운데에서, 우리는 다시 쓰기의 의미를 묻지 않을 수 없다.

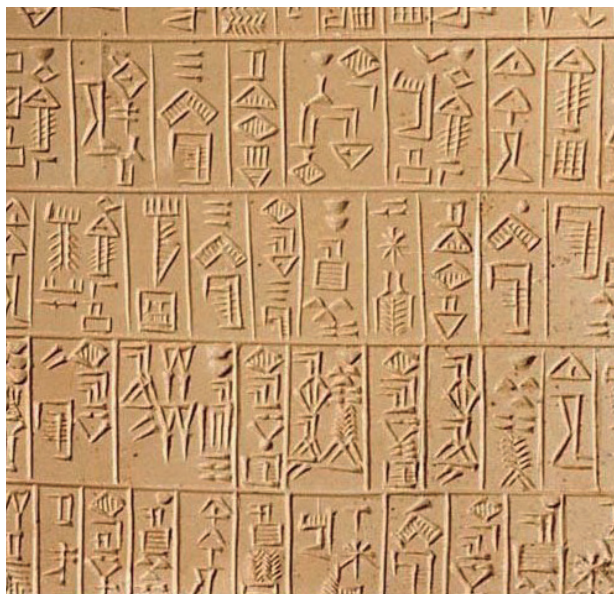
쓰기의 본질과 역사적 변모

말보다 오래 남는 것: 문자와 쓰기의 탄생, 세계를 고정하는 기술의 시작

쓰기는 인간이 고안한 가장 강력한 도구 중 하나다. 이는 단순한 소통 수단이 아니라, 의미를 시공간 너머로 이월시키는 기술이다. 말은 순간에 사라지지만, 글은 남는다. 기원전 3,000년경 메소포타미아의 켈기문자와 이집트의 상형문자는 물리적 현실에 언어를 ‘고정’시키는 혁명이었다. 이 시기의 쓰기는 주로 상업 기록, 종교의식, 법률 명령 등 권력을 위한 도구로 기능했다. 문자는 특권층의 전유물이었다.

그러나 그 본질적 의미는 훨씬 더 깊다. 쓰기는 언어를 시각화하고 외부화하는 방식으로 인간의 사고 구조를 바꾸어놓았다. 언어는 소리만이 아니라 기호가 되었고, 기억은 뇌가 아닌 외부에 저장될 수 있게 되었다. 인간은 글을 통해 말보다 복잡한 체계를 구성할 수 있게 되었으며, 이는 사고의 분화와 논리 구조의 정교화를 가능케 했다.

이처럼 초기의 쓰기는 단순한 전달 도구를 넘어 인식과 기억의 재구성 장치였다. 말은 감정에 충실했지만, 글은 분석과 체계, 추론의 공간을 열었다. 그리하여 쓰기는 단지 ‘표현’이 아니라, 인간이라는 존재가 세계를 인식하고 구성하는 방식 자체를 뒤흔든 기술이었다.



[그림 1] 메소포타미아 쐼기문자

인간은 쓰기를 통해 언어를 고정하고, 의미를 시간 너머로 이월시킬 수 있었다.

출처: 위키미디어 커먼스

펜을 든 시민의 탄생: 인쇄술과 교육 보편화가 가져온 쓰기의 민주화

15세기 중반, 요하네스 구텐베르크(Johannes Gutenberg)가 금속활자 인쇄술을 발명하면서 문자 기반 기록은 급격히 확산되었다. 이전까지 문자가 소수 사제와 귀족의 전유물이었다면, 이제 책은 다수의 손에 들어가게 되었다. 성경은 라틴어에서 자국어로 번역되었고, 민중은 글을 통해 신과 세계에 접근할 수 있었다. 쓰기가 지식 엘리트의 도구에서 보편적 소통 수단으로 재탄생한 것이다.

계몽주의 시대, 쓰기는 인간의 이성을 계몽하고 스스로 판단할 수 있는 능력의 기반이 되었다. 글을 쓴다는 것은 단순히 생각을 남기는 것이 아니라, 사유의 주체로 자신을 세우는 행위가 되었다. 18~19세기에는 공교육이 확산하며 쓰기 능력이 시민의 기본 역량으로 자리 잡았고, 소설과 신문, 일기와 잡지 등 다양한 매체에서 쓰기는 정체성과 사회 참여의 형식으로 발전했다.

그러나 이 확산의 과정은 또 다른 긴장을 낳았다. 쓰기의 민주화는 새로운 위계도 동반했다. 잘 쓴 글과 그렇지 않은 글, 읽히는 글과 사라지는 글, 공적 쓰기와 사적 쓰기 사이의 미묘한 경계는 갈수록 두드러졌다. ‘누가 쓸 수 있는가’의 질문은

이제 ‘누가 어떻게 써야 읽히는가’로 바뀌었다. 쓰기는 모두에게 열렸지만, 동등한 기회는 아니었다. 이 긴장은 오늘날까지도 교육, 문학, 언론, 소셜미디어 등에서 끊임없이 반복되고 있다.



[그림 2] 금속활자로 제작한 구텐베르크 성경

구텐베르크의 금속활자 인쇄술은 문자와 기록의 대중화를 이끌며,
쓰기를 보편적 소통의 매체로 전환시켰다.

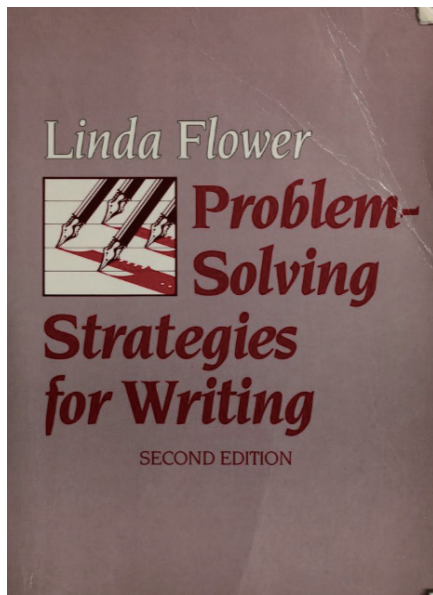
출처: 위키미디어 커먼스

쓰기는 곧 생각이다: 20세기, 쓰기의 인지적·사회적 전환

20세기에 들어서면서 쓰기의 개념은 또 한 번 전환기를 맞는다. 이 시기 쓰기는 단지 기술이 아니라, 인지적·사회적 행위로 해석되기 시작했다. 린다 플라워(Linda Flower), 존 헤이즈(John Hayes) 등은 쓰기를 단순한 결과물이 아닌 ‘과정’으로 분석했다. 사고는 쓰기와 더불어 형성되며, 쓰기는 문제를 해결하고 정체성을 구성하는 과정이라는 인식이 확산되었다.

이러한 관점은 교육 현장에서도 변화를 불러왔다. 과정 중심 쓰기 이론은 계획하기, 내용 생성하기, 내용 조직하기, 표현하기, 고쳐쓰기의 반복 속에서 사고를 확장시키는 도구로 쓰기를 재정의했다. 쓰기는 더 이상 ‘정답을 쓰는’ 기술이 아니라, 자신을 이해하고 세상에 반응하는 감각을 기르는 실천이 되었다.

쓰기의 의미는 사회 운동과 맞물려 더욱 확장되었다. 쓰기는 억눌린 자들이 자신의 목소리를 드러내는 전략이자, 개인의 고통을 사회 구조와 연결하는 방식으로 사용되었다. 쓰기는 이 시기 저항의 도구이자 존재의 선언으로 자리 잡는다. 누구나 말할 수 있지만, 누구나 기록하지는 않는다. 쓰기를 통해 목소리를 내는 사람은 침묵을 언어로 바꾸는 사람이다. 쓰기가 단순한 정보 전달의 수단이 아닌, ‘존재 증명’ 그 자체가 된 것이다.



[그림 3] 린다 플라워의 『글쓰기의 문제 해결 전략』 표지

쓰기는 목표 지향적인 문제해결 과정으로 인식되었으며, 이는 과정 중심 쓰기 이론의 토대가 되었다.

출처: 인터넷 아카이브.

텍스트를 넘어선 텍스트: AI·디지털 시대, 쓰기의 해체와 재구성

21세기, 디지털 전환은 쓰기의 개념을 다시 한번 뿌리부터 흔들고 있다. 글은 더 이상 종이에 국한되지 않고, 다양한 미디어와 결합해 새로운 형태로 나타난다. 텍스트는 이미지, 링크, 영상, 이모지(Emoji) 등과 결합하고, 다양한 플랫폼을 통해 실시간으로 유통된다. 우리는 이제 텍스트를 쓰는 것이 아니라, ‘의미 환경’을 설계하고 큐레이션(Curation)한다.

이러한 변화 속에서 ‘글을 쓴다’는 행위는 점점 복잡해지고 있다. 플랫폼의 알고

리즘은 노출을 결정하고, 읽는 시간과 반응의 방식까지 예측하며 쓰기를 조정한다. 사회관계망 서비스(Social Network Service, SNS)에서는 100자 미만의 문장이 때로 수천 개의 반응을 일으키고, 댓글은 새로운 대화의 장을 연다. 쓰기는 단방향 소통이 아니라 끊임없이 변형되는 참여적 실천이 되었다.

여기에 인공지능의 등장은 쓰기의 주체성을 근본적으로 흔들고 있다. 자동 완성, 문장 추천, 생성형 에세이 도구 등은 인간의 쓰기 행위에 실질적으로 개입하고 있다. 우리가 선택하는 문장은 이미 기계가 예측한 결과일 수 있다. 이 텍스트는 과연 누구의 것인가? 기계가 제안하고 인간이 다듬은 문장을 ‘내 글’이라 부를 수 있는가?

이처럼 쓰기는 이제 철저히 복합적인 행위가 되었다. 정보 기술, 심리 인식, 사회 구조, 감정 표현, 플랫폼 논리 그리고 윤리적 책임까지 모두 얹힌 해체와 재구성의 시대. 이제 우리는 다시 근본적인 질문으로 되돌아가야 한다. 쓰기는 무엇인가? 우리는 왜, 무엇을 그리고 어떻게 써야 하는가?

AI·디지털 전환이 쓰기에 미친 다섯 가지 구조적 변화
- 새로운 언어 환경 속에서 쓰기의 본질은 어떻게 변하고 있는가

<표 1> AI·디지털 전환에 따른 쓰기의 의미 변화

쓰기의 본질	전통적 의미	AI·디지털 전환에 따른 변화
① 의미 구성 과정	문자언어를 사용하여 인간의 사고와 감정을 표현하는 과정	언어뿐 아니라 다양한 기호가 의미 구성에 관여
② 인지적 문제해결 과정	여러 가지 인지적 문제를 해결하기 위한 전략적이고 목표 지향적인 과정	인터넷 정보 검색, 생성 인공지능 활용 등을 통해 결과물을 손쉽게 산출 가능
③ 실제 삶의 문제를 해결하는 행위	개인적, 사회적 목적을 달성하기 위한 과정	감정의 기획과 연출 그리고 진정성의 관계적 실천으로 변화
④ 의사소통 과정	필자와 독자가 의미를 공유하는 과정	독자의 반응을 설계하는 소통 기획 행위로 전환
⑤ 사회·문화적 실천 행위	공동체의 규범과 문화를 형성·유지·변화시키는 과정	공동체 감수성과 윤리적 책임을 요구하는 사회적 실천으로 확장

출처: 장성민 (2025).

텍스트에서 디자인으로: 쓰기, 의미의 건축이 되다

AI·디지털 환경은 쓰기의 전제를 바꾸어놓았다. 쓰기는 그동안 문자언어를 사용하여 인간의 사고와 감정을 표현하는 의미 구성 과정으로 받아들여졌다. 하지만 이제 쓰기는 더 이상 문자언어만으로 사고와 감정을 구성하는 행위가 아니다. 이미지, 링크, 영상, 이모지 등 다양한 표현 기호들이 결합된 멀티모달 쓰기(Multimodal Writing)가 보편화되면서, 쓰기는 문자 이외의 요소들을 포괄하는 종합적인 의미 설계 행위로 진화하고 있다.

과거의 쓰기가 주로 언어 중심의 선형적 전달을 전제로 했다면, 오늘날의 AI·디지털 쓰기는 공간적 배열, 시각적 리듬, 실시간 상호작용 등을 고려하여 의미를 구성한다. 예컨대 SNS 글 하나에도 사진, 위치 정보, 해시태그, 감정 아이콘 등이 포함되며, 이들은 독립된 표현이 아닌 서로를 증폭시키는 기호의 집합으로 작용한다.

이러한 변화는 필자의 역할을 새롭게 규정한다. 필자는 더 이상 단순한 저자가 아니다. 그는 기획자이자 큐레이터이며 디자이너다. 의미는 고정된 텍스트 안에서 완성되는 것이 아니라, 플랫폼·기술·독자와의 관계 속에서 유동적으로 생성된다. 결국 AI·디지털 쓰기는 메시지의 완성보다 상황과 감각의 설계에 가까워지고 있다.

도구와의 협업: 자동화 시대의 전략적 쓰기

쓰기는 목표 지향적 사고의 실천이다. 주제와 목적, 독자와 형식, 어휘와 문장의 선택까지, 모든 것은 필자의 인지적 능력에 기반한다. AI·디지털 시대의 쓰기 역시 이러한 본질은 유지되지만, 그 복잡성과 도전은 한층 깊어졌다. 넘치는 정보, 다양한 플랫폼, 빠른 피드백 순환 속에서 전략적 쓰기(Strategic Writing)는 오늘날 필자의 필수 능력이 되었다.

그러나 동시에 우리는 ‘생각하지 않아도 쓸 수 있는’ 시대를 맞고 있다. 인공지능이 초안을 생성하고, 문장을 추천하며, 콘텐츠를 자동으로 요약해 주는 시대 말이다. 편리함은 커졌지만, 그만큼 인간의 사유 능력이 외주화되는 ‘사고의 자동화’ 위험도 커졌다. 인공지능이 만들어낸 문장은 논리적으로 타당할 수 있지만, 그것이 인간의 감정, 윤리, 사회적 맥락을 온전히 담보하지는 못한다.

쓰기는 생각하는 인간의 특권이자 권리다. 도구를 잘 쓰는 능력은 중요하지만, 도구에 사유를 맡기는 순간, 쓰기는 인간 고유의 정신 활동이 아닌 ‘반응적 편집’으로 전락할 수 있다. 우리는 기술을 활용하되, 그 안에서 사유하고 표현하는 주체성을 잃지 않아야 한다.

진정성의 전략: 감정 표현에서 감정 연출로

쓰기는 실제 삶의 문제를 해결하는 행위이기도 하다. AI·디지털 시대에도 쓰기는 여전히 감정을 드러내고 삶을 해석하는 통로다. 다만 그 방식은 과거와 다르다. 과거의 쓰기, 즉 일기, 편지, 칼럼 등이 개인의 내면을 직접적으로 표현했다면, 오늘날 AI·디지털 환경에서의 쓰기는 감정을 전시하고 연출하는 기획된 실천으로 나타난다.

예컨대 블로그의 에세이, 인스타그램(Instagram)의 짧은 캡션, 온라인 커뮤니티 글 등은 일상적 언어로 감정을 전달하지만, 그 감정은 공유 가능한 정서적 기호로 재가공된다. 중요한 건 ‘느꼈는가’가 아니라 ‘공감받을 수 있도록 표현했는가’이다. 감정은 이제 서사화된 콘텐츠로 존재하며, 진정성은 쉽게 의심받고 평가된다.

인공지능 기술의 등장은 이 전환에 또 다른 충격을 더한다. 인간의 데이터를 학습한 인공지능은 감정을 모방하여 표현하지만, 그것이 누구의 감정인지, 얼마나 진실한지 판단하기란 어렵다. 감정의 주체가 모호해진 시대에 우리는 묻게 된다. “이 감정은 누구의 것인가?”

결국 진정성은 텍스트 내부가 아니라 관계의 맥락 속에서 생겨나는 감정의 신뢰다. AI·디지털 쓰기는 자기표현을 넘어선 감정적 연결의 기획이며, 이는 진정성을 통해 완성되는 관계의 실천이다.

말하는 자에서 듣는 자로: 소통을 기획하는 쓰기

쓰기의 본질은 궁극적으로 의사소통이라는 점이다. 필자는 텍스트를 통해 독자와 관계를 맺고, 상호작용을 설계한다. AI·디지털 플랫폼에서는 이 구조가 더욱 명확하다. 독자는 더 이상 수동적인 존재가 아니다. 그는 ‘좋아요’를 누르고, 댓글을 달며, 글을 확산시키는 능동적 존재다.

이러한 상황에서 쓰기는 ‘완성된’ 전달이 아니라 열린 대화의 시작이 된다. 필자는 콘텐츠를 단순히 배포하지 않는다. 그는 독자의 반응을 예상하고, 플랫폼의 소통 구조를 고려하며, 읽히고 공유될 전략을 기획한다. 어떤 플랫폼을 쓸지, 어떤 어조를 선택할지, 어떤 시간에 올릴지, 이 모든 것이 소통의 맥락을 구성하는 요소다.

이제 중요한 것은 ‘어떻게 말할 것인가’만이 아니라, ‘어떻게 들릴 것인가’다. 필자 중심의 쓰기에서 독자 지향적 기획으로 패러다임이 바뀐 셈이다. AI·디지털 시대의 쓰기 주체는 말하는 사람이기 전에 듣는 감각을 가진 소통 기획자여야 한다.

언어는 책임이다: 쓰기의 윤리와 공동체 감수성

마지막으로 쓰기는 공동체적이고 사회·문화적인 실천 행위이다. 우리는 쓰기를 통해 자신의 생각을 드러내고, 공동체의 규범과 가치를 구성해 나간다. 이 점에서 쓰기는 곧 윤리와 공동체 감수성의 문제다. AI·디지털 시대에도 이 원칙은 달라지지 않는다. 오히려 더 중요해졌다. 표현의 자유가 확대된 AI·디지털 공간은 동시에 왜곡된 정보, 혐오 표현, 편향된 담론이 더 쉽게 퍼지는 환경이기도 하다.

특히 알고리즘은 자극적이고 갈등을 조장하는 언어에 보상을 주며, 플랫폼은 참여를 유도하기 위해 감정의 극단을 조장한다. 이러한 조건 속에서 쓰기는 더 큰 윤리적 감수성을 요구받는다. 단어 하나, 표현 하나가 누군가를 상처 입히거나 소외시킬 수 있는 환경이 된 것이다. 쓰기는 더 이상 개인의 취향에 머무르지 않는다. 이는 공동체와 타인의 존재를 상상하는 능력과 연결된다.

여기에 생성형 인공지능의 등장은 새로운 윤리적 질문을 던진다. 인공지능 기술이 만들어낸 텍스트는 인간의 편견을 무비판적으로 재현할 위험도 안고 있다. 이런 환경 속에서 쓰기는 단순히 잘 쓰는 기술이 아니라, 무엇을 말할 것인가, 어떻게 말할 것인가를 묻는 삶의 윤리적 질문이 된다.

결국 쓰기는 공동체 안에서 인간으로 살아가는 방식에 대한 고민이다. 우리는 단지 쓸 수 있는 존재가 아니라, 어떻게 살아갈 것인가를 쓰는 존재여야 한다.

AI·디지털 시대, 쓰기의 재정의

- 인간과 기계의 경계에서, 쓰기는 다시 어떻게 쓰이고 있는가

인간과 기계, 함께 쓰는 존재로: 쓰기의 주체는 어떻게 다중화되고 있는가

쓰기의 주체는 더 이상 인간 단독이 아니다. 챗지피티(ChatGPT), 코파일럿(Copilot), 문장 추천기, 번역기, 감정 분석기 등 다양한 인공지능 도구가 쓰기의 거의 모든 과정에 관여한다. 이러한 변화는 쓰기를 단순한 표현 수단이 아닌, 인간과 기계의 공동 창작 영역으로 탈바꿈시킨다. 필자는 더 이상 고립된 창작자가 아니라, 질문을 던지고 피드백을 받아들이며 인공지능의 제안을 조율하고 수정하는 협력자이자 조정자가 되고 있다.

이제 필자는 질문을 던지고, 인공지능은 문장을 제안한다. 인간은 이를 검토·조율하고, 다시 피드백을 입력하거나 수정을 거듭한다. 이렇게 쓰기는 점점 더 대화

의 형식으로 진화하고 있으며, 그 중심에는 인간-기계 협업 주체라는 새로운 정체성이 자리 잡고 있다.

그러나 이 협업은 단지 기술적 편리함의 문제가 아니다. 그 과정에는 새로운 윤리적 질문이 동시에 제기된다. 만일 인공지능이 제안한 문장에 오류가 있다면, 그 책임은 누구에게 있는가? 인공지능이 제안한 표현에 차별이나 편향이 숨어 있다면, 우리는 이를 창작물로 받아들여도 되는가? 이처럼 누가 ‘쓴’ 글인가를 둘러싼 저작권과 책임, 신뢰의 문제가 새롭게 등장하고 있다.

결국 도구의 존재보다 중요한 것은 그 도구를 다루는 인간의 태도와 통제력이다. 쓰기의 주체가 다중화된 시대일수록, 우리는 더욱 분명한 판단력과 해석 능력, 윤리적 감수성을 갖춘 책임 있는 창작자가 되어야 한다. 기술은 생각의 보조물일 수 있으나, 사유의 책임까지 대신할 수는 없다. AI·디지털 시대의 필자는 도구 사용자이기 이전에, 의미의 통제자이자 책임 있는 사유 주체여야 한다.

문장이 아닌 콘텐츠를 쓰다: 텍스트 중심의 쓰기는 어떻게 해체되고 있는가

오늘날의 쓰기는 더 이상 순수한 ‘텍스트’가 아니다. 자막과 음향이 결합된 브이로그(Vlog), 시각적 배치가 주도하는 인스타그램 피드, 버튼과 링크를 통해 상호작용하는 웹 콘텐츠 등은 모두 새로운 쓰기 형식이다. 쓰기는 이제 텍스트가 아닌 콘텐츠의 설계가 되었다.

이는 단순히 매체가 다양해졌다는 의미가 아니다. 플랫폼은 저마다 고유한 문법과 알고리즘을 가지고 있으며, 표현 방식은 물론 사고의 구조까지 규정한다. 가령 트위터(Twitter, 현재의 X)는 간결성과 속도에 최적화된 언어를 요구하고, 브런치스토리(Brunch Story, 카카오의 블로그 서비스)는 서정성과 감성을 전면에 내세운다. 유튜브(YouTube) 썸네일(Thumbnail)은 시각적 즉시성과 짧은 문장의 강력한 영향력을 중시한다. 콘텐츠의 형식과 메시지는 더 이상 분리되지 않는다. 형식은 곧 메시지이며, 플랫폼은 곧 세계관이다.

하지만 플랫폼의 소통 구조에 최적화된 쓰기에는 그늘도 존재한다. 알고리즘은 감정적 자극과 대중적 관심을 끄는 콘텐츠에 유리하게 작동한다. 이는 복잡한 서사와 비판적 쓰기, 낯선 표현을 점점 더 소외시킨다. 콘텐츠는 확산되지만, 깊이는 줄어들고, 다양성은 축소된다. 표현의 자유가 확대되는 동시에, 사고의 자유는 플랫폼의 소통 구조에 갇혀 축소된다.

따라서 AI·디지털 시대의 쓰기에는 플랫폼 너머의 시선을 갖는 메타적 감각이

필수다. 어떤 콘텐츠가 왜 주목받는지, 그 형식에 어떤 권력이 숨어 있는지 그리고 이러한 소통 구조가 독자와 필자의 사고를 어떻게 유도하는지를 성찰하는 능력, 이것이야말로 오늘날 요구되는 쓰기의 확장이다.

쓰기는 과정을 남기는 길: 결과 중심에서 관계 중심의 실천으로

AI·디지털 환경에서 쓰기는 더 이상 고립된 필자가 혼자 완성하는 결과물이 아니다. 구글 독스(Google Docs)와 같이 공동 편집과 실시간 피드백이 가능한 도구들은 쓰기를 하나의 공유된 과정으로 바꾸었다. 자동 저장, 버전 기록, 댓글 교환, 제안 모드 등은 쓰기를 멈추지 않는 흐름으로 만들었다. 한 편의 글은 이제 하나의 이야기라기보다, 집단적인 사고 흐름의 흔적이 된다.

이러한 변화는 특히 교육과 창작, 조직의 협업 현장에서 도드라진다. 공동 문서 작업은 사고의 차이를 명시적으로 드러내 보이며, 피드백은 단순한 평가가 아니라 공동 창작의 흔적으로 축적되고 있다. 예전에는 글을 완성한 뒤 제출하고 평가받았다면, 이제는 글을 쓰는 과정 자체가 대화이고, 학습이며, 정체성의 표현이다.

이러한 변화는 쓰기의 목적을 다시 묻는다. 과거의 글은 정보를 ‘전달’하는 도구였다면, 오늘날의 글은 관계를 맺고 정체성을 표현하며 신뢰를 쌓는 통로가 된다. SNS의 짧은 글, 블로그의 포스트도 단지 말하고 끝나는 것이 아니라, 응답을 기다리고, 소통을 설계하며, 연결을 지향한다.

이러한 맥락에서 잘 쓴 글은 무엇인가? 이는 더 이상 완성도 높은 문장이나 텍스트의 탄탄한 내적 논리만으로 정의되지 않는다. 열려 있는 문장, 질문을 남기는 문장, 독자의 해석을 기다리는 문장이 곧 오늘날의 ‘좋은 글’이다. 디지털·AI 시대의 쓰기는 결과로 평가되는 기술이 아니라, 관계 속에서 완성되는 예술이다. 쓰기는 이제 무엇을 쓰는가보다, 어떻게 남기고, 어떻게 연결되는가의 문제로 재정의되고 있다.

‘잘 쓴다’는 것의 의미는 어떻게 달라졌는가

- 문장력에서 맥락을 읽는 힘, 메타 감각으로

‘정답’이 사라진 쓰기: 규범에서 맥락을 읽는 힘으로

한때 글을 잘 쓴다는 것은 주제가 명료하고, 구성이 논리적이며, 어법에 맞다는

뜻이었다. 교과서에서 강조하던 두괄식 구성, 서론-본론-결론 구조, 문법적 오류 없는 표현은 오랜 시간 작문의 기본으로 자리해 왔다. 이러한 기준은 독자의 잘못된 이해를 방지하고 글의 통일성을 유지하는 데 효과적이었다. 하지만 그 대가로 창의성이나 개성, 상황에 맞는 유연한 표현은 배제되어 왔다.

이제 이러한 ‘규범의 쓰기’는 AI·디지털 환경에서 새로운 요구와 마주한다. 다양한 플랫폼과 독자, 매체가 얹히는 오늘날의 쓰기는 더 이상 ‘틀 안에서 잘 쓰는’ 능력만으로 부족하다. 잘 쓴 글은 오히려 필자가 글의 맥락과 독자를 얼마나 잘 이해했는지, 특정 상황과 목적에 어떻게 민감하게 반응했는지를 보여주는 결과물이라 할 수 있다. 동일한 사람이 동일한 주제를 다루더라도, 어떤 형식과 공간에 글을 작성하는지에 따라 요구되는 쓰기 전략은 달라져야 하는 셈이다.

이제 잘 쓴 글은 문장력에 더해 맥락을 읽는 힘을 포함한다. 타인의 입장을 헤아리고, 특정 상황과 플랫폼의 소통 구조를 이해하며, 내용과 형식 사이의 간극을 조율할 줄 아는 사람, 이것이 새로운 쓰기 능력자다. 오늘날의 ‘잘 쓰기’는 문장의 옳고 그름을 넘어, 상대와 맥락을 이해하려는 태도 그 자체다.

공감되지 않는 글은 공유되지 않는다: 윤리와 신뢰의 시대

AI·디지털 시대에 글은 쉽게 퍼질 수 있는 도구가 되었지만, 그만큼 빠르게 공격하거나 상처를 줄 수 있는 무기이기도 하다. 익명의 댓글, 짧은 캡션, 인공지능이 만들어낸 콘텐츠 등이 사회적 파장을 일으키는 사례는 부지기수다. 이처럼 영향력의 문턱이 낮아진 시대에 잘 쓴 글은, 단순히 사고와 감정을 잘 전달한 글이 아니라 타인에 대한 윤리적 고려와 공감이 녹아든 글이다.

특히 인공지능이 창작 도구로 사용되면서, 책임과 출처의 문제는 더욱 첨예해졌다. 편향된 정보, 데이터 왜곡, 창작물 표절, 출처 없는 인용은 단지 저작권 침해를 넘어, 신뢰의 붕괴로 이어진다. 표현의 자유가 중요한 만큼, 그 표현이 기반한 정보의 투명성과 윤리적 책임도 중요하다.

‘잘 쓴다’는 것에는 무엇보다 윤리적 태도와 비판적 감수성이 함께 요구된다. 감각적인 표현, 멋진 문장보다 중요한 것은 그 글이 누구에게, 어떻게 와닿을지를 충분히 고민한 흔적이다. 윤리적이지 않고 공감되지 않는 글은 확산은커녕, 외면을 받을 뿐이다. 글의 품격은 그 내용과 표현뿐 아니라, 글을 쓴 사람의 태도를 반영한다.

꾸밈이 아닌 진정성: 읽히고, 남는 글의 전략

한편 AI·디지털 시대의 쓰기는 전략적이다. 이러한 전략은 단지 독자의 눈길을 끄는 기교가 아니라, 메시지를 분명히 하고, 독자의 반응을 이끌어내며, 정보와 감정을 구조화하는 ‘생각의 설계’ 능력이다. 이러한 전략은 목적과 독자층에 따라 다양하고 유연하게 달라져야 한다.

중요한 것은 전략이 진정성 없는 글을 만드는 도구가 되어서는 안 된다는 점이다. 좋은 전략은 전달력을 높이되, 진심을 흐리지 않아야 한다는 것이다. 문장력과 설득력은 꾸밈의 결과가 아니라, 깊이 있는 설계의 결과다.

잘 쓴 글은 결국, ‘무엇을 말하고 싶은지’가 아니라 ‘어떻게 말해야 잘 전달되는지’를 함께 고민한 흔적이다. 능숙한 전략은 글을 읽히게 만들고, 진정성은 글을 잊히지 않게 만든다.

기계가 대신 써주는 시대에 우리는 무엇을 해야 하는가

인공지능은 지금 이 순간에도 수많은 문장을 만들어내고 있다. 자동 완성, 문장 추천, 요약 도구, 감정 분석기 등은 쓰기를 빠르게 그리고 효율적으로 만들어준다. 그러나 그 편리함은 쓰기의 핵심인 사유의 과정을 약화시킬 수 있다. 자동화된 표현은 우리가 질문을 멈추는 순간, 사고를 대신 점유한다.

기술은 도구일 뿐이다. 그 도구가 창조의 주체가 되지 않도록, 우리는 끊임없이 반문해야 한다. 이 문장이 정말 내가 하고 싶은 말인가? 이 구조는 내 맥락과 어울리는가? 인공지능의 제안은 수용할 가치가 있는가? 이런 질문을 던질 수 있는 메타 감각이 바로 AI·디지털 시대의 핵심 역량이다.

잘 쓴 글은 기술이 대신 써준 글이 아니라, 그 기술을 어떻게 활용하고 비판할지를 선택한 글이다. 이는 자동화 속에서 본연의 목소리를 잃지 않으려는 인간의 저항이자, 표현을 통한 사고의 증거다.

결국, 좋은 글은 좋은 생각에서 시작된다

문장력과 전달력, 감성적 호소와 전략적 설계, 기술적 도움과 플랫폼의 소통 구조에 대한 이해 등 모든 요소가 동원된 글이라도, 그 안에 생각이 없다면 오래 읽히지 않는다. AI·디지털 시대에도 변하지 않는 사실은, 좋은 글은 결국 깊이 있는 생각의 흔적이라는 점이다. 독자는 문장 그 자체보다, 그 문장이 나오게 된 세계관과 성찰의 깊이에 반응한다.

‘잘 쓴다’는 것은 유창하게 쓴다는 뜻이 아니라, 자기 자신에게 질문을 던지고, 타인의 관점을 성실히 고려했다는 흔적을 남긴다는 뜻이다. 알고리즘이 확산시키는 것은 시의성이지만, 오래 살아남는 글은 언제나 사유와 진정성에서 비롯된다.

질문하는 사람만이 자기 언어를 만들 수 있다. 그리고 자기 언어를 가진 사람만이, 상투적인 언어를 뛰어넘을 수 있다. 글을 잘 쓴다는 것은, 결국 자신이 누구인지를 성실히 설계하고 표현할 줄 아는 사람이라는 증거다.

우리는 왜, 무엇을, 어떻게 써야 하는가

- ‘쓸 수 있다’의 시대에서, ‘왜 쓰는가’를 다시 묻는 쓰기의 존재론

기술이 쓰는 시대, 인간은 무엇을 말해야 하는가

: 자동화된 문장 사이에서 사유의 자리를 지키는 일

인공지능 기반 쓰기 도구는 이제 ‘쓰기’라는 행위 자체를 근본적으로 재정의하고 있다. 챗지피티와 같은 생성형 인공지능은 고도의 문장력과 스타일을 구현하며, 경우에 따라서는 인간보다 더 유창한 문장을 빠르게 만들어낸다. 문법 오류도 거의 없고, 구조도 정돈되어 있으며, 감정까지도 적절히 흥내낸다. 하지만 이 모든 능력에도 불구하고, 그 글은 결국 ‘무엇을 말하고자 했는가’라는 질문 앞에서 흔들린다.

이 질문은 단순히 ‘기술을 따라잡을 수 있는가’에 대한 우려가 아니다. 오히려 기술이 ‘대신’ 써주는 시대에, 인간은 ‘무엇을 쓰고 싶은가’, 혹은 ‘무엇을 써야 하는가’를 다시 묻는 문제다. 인간은 정보를 나열하기 위해서만 글을 쓰지 않는다. 쓰기는 사유의 행위이며, 존재를 표현하고 관계를 구성하는 활동이다. 기술은 문장을 만들 수 있지만, 사유는 오직 인간만이 할 수 있다. 기술의 진보 속에서 우리가 포기할 수 없는 것은, 이 ‘생각하는 쓰기’다.

기술을 넘어서는 쓰기, 인간을 향하는 언어

: ‘기술을 잘 다루는 사람’보다 ‘사람을 잘 이해하는 글’의 힘

오늘날 글을 잘 쓴다는 평가는 종종 기술적 활용 능력과 결부된다. 챗봇을 활용하거나 플랫폼의 소통 구조에 최적화된 문장을 쓰는 능력, 트렌드에 맞는 콘텐츠를 기획하는 감각 등이 새로운 쓰기 능력으로 요구된다. 그러나 정작 중요한 질문은 다른 데 있다. 우리는 이 기술을 ‘누구를 위해’, ‘어떤 목적을 위해’ 사용하고 있는가?

진정한 쓰기는 기술을 사용하는 능력이 아니라, 타인을 이해하려는 감수성에서 비롯된다. 인간을 위한 쓰기는 위로를 건네고, 차이를 포용하며, 사회에 통찰을 던지는 언어로 구성된다. 이는 공감과 연대, 성찰과 질문이 담긴 문장이다. 이러한 글은 완벽한 문장보다 인간적인 흔적이 더 강하게 남는 글이다. 진정한 쓰기는 속도나 알고리즘으로 측정되지 않는다.

우리는 기술을 잘 다루는 인간이 아니라, 사람을 향해 다가갈 수 있는 언어의 윤리를 지닌 인간으로 남아야 한다. 기술은 수단일 뿐이며, 그 목적은 언제나 인간이어야 한다.

효율성의 시대, 우리는 무엇을 잃고 있는가

: ‘잘 쓴다’는 말에 사라진 느낌과 성찰의 가치

AI·디지털 플랫폼은 속도를 미터처럼 만들었다. 업무 이메일은 짧고 간결해야 하며, SNS 글은 몇 초 안에 주목을 끌어야 한다. 글은 점점 실용성과 효율성의 이름 아래 ‘기능’으로만 남는다. 그러나 잘 쓴 글은, 과연 이렇게 빠르고 유용한 글을 말하는 것일까?

진정한 쓰기는 ‘천천히 쓰는 일’이다. 기술이 빠르게 쓸 수 있게 만들어줄수록 오히려 인간은 더 느리게, 더 깊이 생각하며 써야 한다. 감정을 돌아보고, 타인을 이해하며, 스스로에 대해 질문하는 글은 결코 빠르게 만들어질 수 없다. AI·디지털 시대에도 여전히 가치 있는 글은 정제된 표현보다도 성찰의 깊이에 달려 있다. 우리는 지금, ‘쓸 수 있다’는 능력보다 ‘왜 쓰는가’를 성찰하는 태도가 더 필요한 시대에 서 있다.

쓰기의 도구는 바뀌어도, 질문은 사라지지 않는다

: 기술 진화 속에서도 지켜야 할 인간적 물음들

인공지능 기반 쓰기 도구의 발전은 단지 새로운 방식의 텍스트 입력 기술을 의미하지 않는다. 이제 글은 텍스트를 넘어서 이미지, 영상, 해시태그, 감정 코드와 전략적 구조 등이 어우러진 복합적 콘텐츠가 되었다. 플랫폼별로 소통 구조와 원리, 규범은 달라지고 있으며, 독자 역시 적극적인 해석자이자 반응자로서 글의 의미를 다층적으로 만들고 있다.

하지만 이러한 외형적 변화 속에서도 쓰기는 여전히 같은 질문 앞에 서 있다. “왜 쓰는가?”, “무엇을 말하고 싶은가?”, “이 글은 누구에게 어떤 의미인가?” 등의

질문은, 쓰기의 도구나 형식이 아무리 바뀌어도 사라지지 않는 근원적 물음이다. 기술이 아무리 정교해져도, 이 질문을 던지는 주체는 인간이어야 한다. 글을 쓴다는 것은 단지 문장을 만드는 일이 아니라, 스스로에게 답하고자 하는 존재의 표현이다. 우리는 지금도 그리고 앞으로도 그 질문과 함께 써야 한다.



[그림 4] 가르쳤지만 배운 건 아니다

도구가 아무리 발전해도, 쓰기의 본질적 질문(왜, 무엇을, 누구에게 쓰는가)은 사라지지 않는다.

출처: King Features Syndicate, Inc..

쓰는 인간으로 남기 위한 마지막 질문

: 기술의 소음을 넘어 ‘기록’이라는 고요를 지키는 법

인간은 유한한 존재이기에 기록한다. 이 기록은 단지 데이터의 저장이지 아니라, 존재의 흔적을 남기는 일이다. 우리가 남기는 SNS의 한 줄, 일기의 한 페이지, 메모의 한 문장은 모두 미래의 자신 혹은 타인에게 의미로 돌아온다. 기술은 이 기록을 영구 저장해 줄 수 있지만, 그것에 ‘무엇이 담겨야 할지’를 결정하는 것은 오직 인간이다.

우리는 다음과 같은 질문을 스스로에게 던져야 한다. “나는 무엇을 기록하고 있는가?”, “내 글은 타인에게 어떤 영향을 미치는가?”, “내 기록은 미래를 위해 어떤 이야기를 남기는가?” 쓰기는 살아 있음의 증거이며, 자기 존재에 대한 응답이다. 기술은 이 과정을 도와줄 수 있지만, 결코 대체할 수 없다.

결국 인간은 ‘기록하는 존재’로 남아야 한다. 타인을 이해하고, 자신을 돌아보며, 시대를 비추는 거울 같은 글을 써야 한다. 이것이 인간 쓰기의 본질이며, 기술의 소음 속에서도 고요를 지켜내는 마지막 실천이다. 쓰는 일은 곧 살아 있다는 선언이며, 그 선언은 인간이기에 가능한 것이다.

★ 참고문헌

- 장성민 (2024). AI 시대의 글쓰기. 커뮤니케이션북스.
- 장성민 (2025). 리터러시교육론. 사회평론아카데미.

도서관의 힘

비독자를 이끄는 도서관의 힘

이순영 (고려대학교 국어교육과 교수)

소통 강화를 위한 도서관의 문화예술 프로그램

이애란 (문헌정보학 박사)

비독자를 이끄는 도서관의 힘

• 글 이순영 (고려대학교 국어교육과 교수)

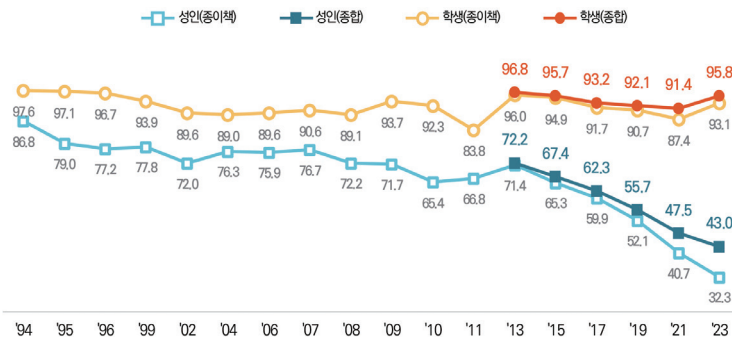
읽지 않는 사람, ‘비독자’의 시대

현재 독서문화 생태계의 최대 현안은 ‘비독자(非讀者, Non-Reader)’이다. 독서를 하라기 사회적 문제가 되면서 비독자에 대한 학계와 현장의 관심도 높아졌다. 비독자는 “문자 해독 능력은 있으나 자발적으로는 책을 읽지 않는 사람”(이순영, 2019)을 의미하며, 책맹(冊盲, Aliterate)이라고도 불린다. 이들은 단순한 독서 빈곤층이 아니라 독서 공동체에서 이탈한 문화적 소외 계층이라고 할 수 있다. 우리나라 비독자의 대부분은 생애 초기에 애독자였으며, 적절한 계기나 지원이 있으면 다시 독서 활동을 시작할 수 있는 ‘잠재 독자’라는 점에서 특별히 주목할 필요가 있다.

비독자에 관한 본격적인 연구와 논의는 2018년부터 시작되었다. 2018년에 문화체육관광부의 지원으로 『읽는 사람, 읽지 않는 사람: 함께 읽는 2018 책의 해 독자개발 연구보고서』(이순영 외, 2018)(이하 「2018 책의 해 독자개발 연구」)가 발표되었고, 〈‘난독시대’ #책 한 번 읽어볼까〉(SBS 스페셜)라는 제목의 프로그램이 방송되어 대중의 관심을 끌었다. 이후 EBS의 〈당신의 문해력〉, 〈책맹인류〉, 〈독자생존〉에 이르기까지 여러 프로그램에서 비독서의 실태와 그 여파를 다루었다. 이러한 동향은 비독서 현상이 도서관이나 출판계만의 고민이 아니라 다수의 사회 구성원이

공감하는 문제임을 의미한다. 우리 사회에서 독서는 더 이상 당위(當爲)가 아니며, 많은 이들이 직간접적으로 문자 독해에 관한 집중력 및 선호도 저하, 독서 동기의 부족, 어휘력과 문해력의 저하¹⁾ 등의 문제를 경험하고 있다.

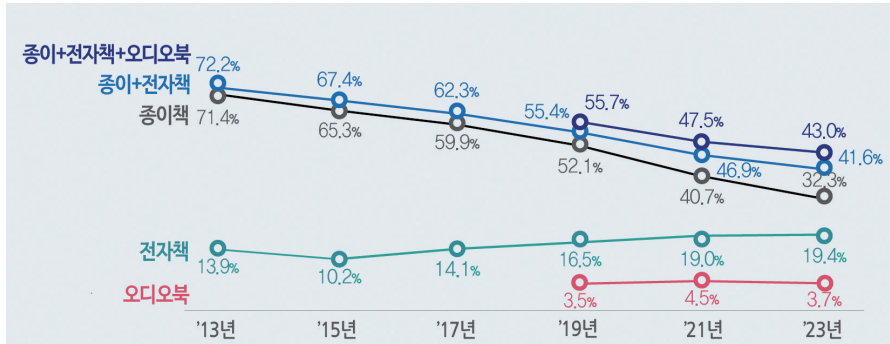
읽지 않는 이가 증가하고 문해력이 저하되고 독서문화가 위축되는 양상은 다양한 지표를 통해서도 확인할 수 있다. 그 대표적 지표가 ‘독서율’이다. 1994년부터 2023년까지 시행된 『국민독서실태조사』에 의하면 우리나라 성인의 독서율은 하락하고 있다. 동일 기간에 우리 사회의 명목 국내총생산(Gross Domestic Product, GDP)이 네 배 이상 성장하였고, 국민의 여가 활동과 문화 누림 수치(예: 여가 활동 수, 여가 지출 비용, 문화예술행사 관람률, 문화예술 교육 경험률 등)가 크게 높아진 것과는 상반된 결과이다.²⁾ 결국 지난 30년간 우리 사회의 경제 규모가 커지고 여가 문화가 양적으로나 질적으로 성장하였으나 독서문화는 그 동력을 제대로 얻지 못하였음을 알 수 있다.



[그림 1] 연간 독서율 추이

출처: 문화체육관광부 (2023).

- 실제로 지난 10년간 우리나라 성인과 학생들의 문해력은 하락하였다. 만 16~65세 성인의 문해력과 수리력을 평가하는 '국제성인역량조사(Program for the International Assessment of Adult Competencies, PIAAC)'에서 한국의 문해력 점수는 2013년에는 273점에서 2023년 249점으로 하락하였다(OECD, 2024). 이는 PIAAC 2023 참여국 중 세 번째로 큰 하락 폭이다. 전 연령대의 점수가 하락하였고, 55대 이상 고연령층의 하락 폭이 가장 컸다. 학생들의 문해력 점수도 하락하였는데, '국제학생성취도평가(Programme for International Student Assessment, PISA)'에 의하면, 만 15세 학생들의 점수는 2006년 이래 지속적으로 하락하고 있다(OECD, 2021).
- 명목 GDP 수치는 통계청에 연간 지표로 등록된 한국은행의 「국민계정」 정보를, 문화 지표(국가통계)는 문화체육관광부에서 2023년에 발표한 「국민문화예술 활동조사」, 「국민여가활동조사」, 「근로자 휴가조사」의 결과를 참고할 수 있다.



[그림 2] 매체별 독서율 추이 (최근 10년간)

출처: 문화체육관광부 (2023).

1994년부터 주기적으로 시행되어 온 『국민독서실태조사』(2023)의 독서율을 살펴보면, 읽는 사람과 읽지 않는 사람의 구성비와 그 변화 양상을 확인할 수 있다. [그림 1]에서 성인의 종합 독서율은 1994년에 86.8%였으나 2023년에는 43.0%로 감소하였고, 종이책 독서율은 32.3%까지 떨어졌음을 알 수 있다(문화체육관광부, 2023a). 이제 우리나라 성인 3명 중 2명은 1년 동안 종이책을 한 번도 읽지 않는 셈이다. 특히 2013년부터는 독서의 범주를 종이책에서 전자책은 물론 오디오북 듣기까지 지속적으로 확장해 왔음을 고려할 때, 2013년부터 2023년까지 10년간 종합 독서율이 29.2% 포인트나 급감했다는 사실은 충격적이다. [그림 2]에서 확인할 수 있듯이 종합 독서율의 하락은 주로 종이책 독서가 위축된 결과이며, 디지털 매체 환경의 조성에도 불구하고 전자책이나 오디오북의 이용률은 그리 증가하지 않고 있음을 알 수 있다. 게다가 ‘국민독서실태조사’에서 밝힌 독서율은 실제 현실의 독서율보다 과장된 수치일 수 있기에 독서율 추이는 더욱 비판적 시선으로 해석할 필요가 있다.³⁾

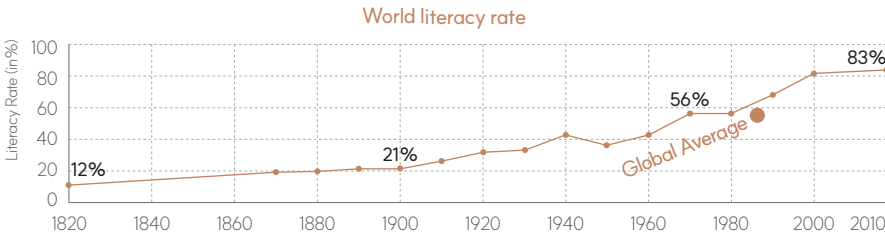
독서문화가 심각하게 위축되는 상황 속에서 중앙정부와 지방자치단체의 노력도 시작되었다. 그 중요한 시작점이 2006년 12월에 제정된 「독서문화진흥법」이다. 이에 근거하여 문화체육관광부에서는 5년마다 『독서문화진흥 기본계획』을 수

3 『국민독서실태조사』의 독서율은 실제 독서 행동을 측정하는 것이 아닌 자기 보고형 설문 응답의 결과로 독서율 수치가 과장될 수 있다. 그리고 '지난 1년간의 독서 여부'만을 확인하고 있어, 이러한 기준의 적절성에 대한 비판도 있다. 아울러 학생들의 연간 독서율은 90% 이상으로 매우 높게 나타나지만, 이는 대부분 학교 학습과 과제 수행을 위한 독서라는 특성이 있다. 결국 『국민독서실태조사』에서 확인하는 학생 독서율이 학생들의 실제 독서 실태, 특히 자발적 독서율을 왜곡하여 학생들을 위한 독서 정책 수립에 부정적 영향을 미치고 있다는 비판을 받을 수 있다.

립하고 있다. 특히 2024년 문화체육관광부가 발표한 『제4차 독서문화진흥 기본계획(2024~2028)』은 독서의 저변 확대를 중점과제로 설정하고 있다. 문화체육관광부를 비롯해 보건복지부, 교육부, 여성가족부, 행정안전부에서도 독서 관련 사업을 운영 중이며, 전국의 지방자치단체에서도 조례를 만들어 다양한 독서진흥 사업을 시행 중이다. 『2023년 독서진흥에 관한 연차보고서』에 의하면 한 해 독서진흥에 투입되는 예산은 5,607억 원⁴⁾에 이른다(문화체육관광부, 2023b). 문제는 근 20년간 정부와 지자체에서 독서진흥을 위해 도서관을 짓고 출판사를 지원하고 등 다양한 사업을 수행하였음에도 불구하고 책 문화에서 이탈하는 이들이 급증하고 있다는 사실이다. 이는 종래의 독서진흥 방법에 대한 비판적 성찰과 함께 비독자의 특성을 고려하여 독서 유인에 실효성이 있는 새로운 접근이 필요함을 시사한다.

디지털 AI 시대의 명과 암 : 문해력의 확산과 독서문화의 위축

독서학계에서는 읽지 않는 사람의 수가 크게 증가하는 현재의 상황을 문해력(Literacy)의 역사적 변천과 접목하여, ‘구술 시대, 문자 인쇄 시대, 디지털 AI 시대’라는 거시적 관점에서 설명하기도 한다(이순영, 2025a). [그림 3]은 19세기 초부터 21세기 초까지의 세계 문해력 비율(만 15세 이상의 세계 인구 중 문해력을 갖춘 이의 비율)을 나타낸 것이다. 문해력이라는 용어는 ‘문자를 읽고 쓸 수 있는 능력’에 그 어원을 두고 있다. 교육의 출발점은 문자 해독과 구어 읽기 유창성을 습득하는 읽기 학습이기에 ‘문해력을 갖춘 이(Literate Person)’, 즉 ‘문맹(Illiteracy)을 벗어난 이’는 곧 ‘교육을 받은 이’라는 의미를 포함한다.



[그림 3] 세계 문해율 변화

출처: Our World in Data (2014).

문자 기반 문해력의 확산이 가시화된 것은 19세기의 일이다. [그림 3]에 의하면 1820년에 세계 문해율은 12% 수준에 머물렀으나, 1970년 56%를 거쳐 2010년에는 83%까지 증가했음을 알 수 있다(Van Zanden 외, 2014).⁵⁾ 문해력의 본격적 확산은 최근 200년, 특히 1970년대 이후 급속히 진행된 일이다. 현존하는 문자 기록물의 역사가 5,300년(B.C. 3,300~현재) 이상임을 고려할 때, 세계 성인 인구의 과반이 문해력을 갖추게 된 기간은 50~60년밖에 되지 않았음을 알 수 있다. 15세기 중반 금속활자 인쇄술이 개발되고 책의 대량 생산과 유통이 가능한 ‘인쇄 시대’가 시작되었지만, 19세기 중반까지도 인류의 대부분은 사실상 문자를 읽지 못하는 문맹이었다. 이처럼 문해력의 확산은 아주 최근의 일이고, 문해력을 습득하지 못한 대부분의 인류는 구어와 기억에 의존하며 수천 년간 ‘구술 시대’를 살아왔다.

19세기 중반부터 문해력을 습득한 이가 급속도로 증가하면서 20세기 말에 이르면 문자 기반의 인쇄 문화가 최정점에 이른다. 그리고 21세기의 초반인 현재, 스마트폰과 AI가 인간 생활 전반에 큰 변화를 견인하는 디지털 혁명이 진행 중이다. 구술 시대와 문자 기반의 인쇄 시대를 거쳐 ‘디지털 인공지능(Artificial Intelligence, AI) 시대’에 진입한 것이다. 20세기 말부터 문식(文識) 환경이 디지털 공간까지 확장되면서 문해력의 개념도 ‘온·오프라인의 공간에서 다양한 기호 체계(문자, 이미지, 동영상 또는 이들의 결합)를 활용하는 일련의 이해와 표현 및 소통 행위’로 재개념화되고 있다(Moje & Ellison, 2016; 옥현진, 2019). 그리고 각 시대의 문해력은 그 실천(Literacy Practices: 읽기, 쓰기, 소통)은 물론 행위의 주체(독자/필자, 의사 소통자), 텍스트(콘텐츠), 상황(목적, 매체, 환경) 측면에서 크게 변화해 왔다. 디지털 AI 시대는 문자 중심의 인쇄 시대와 달리 다시 구술성(Orality)의 비중이 크게 높아지고, 보기(Viewing)와 촉각 기반의 상호작용(Haptic Reading)이 중시되는 등의 차별성이 있다(Ong, 2002; 이재현, 2013). 특히 최근에는 AI가 인간 수준 이상의 문식 활동을 수행하면서, 인간의 문해력을 바라보는 관점의 대전환이 시작되고 있다.

현재 우리 사회의 독서문화는 디지털 AI 시대로의 전환 속에서 명과 암이 혼재

4 2023년 기준, 중앙정부의 독서진흥 예산은 566억 원으로 2022년 대비 10.1%가 증가하였고, 지방자치단체(교육청 포함)의 예산은 5,041억 원으로 전년 대비 25.8%가 증가하였다. 이러한 결과는 지방자치단체들의 신규 공공도서관 건립, 이동도서관 운영 등 독서 정책 추진에 대한 관심이 꾸준히 증가하는 것에 기인한 것으로 해석되고 있다(문화체육관광부, 2003b).

5 최신 자료에 의하면 2023년의 세계 문해력 비율은 87.4%로 추정되고 있다(World Bank, 2024).

하는 양상을 보인다. 문해력을 갖춘 이들의 비율이 증가하고, 문식 환경의 변화에 따라 문해력의 범위가 확장되고 있다. 예컨대 문자 중심에서 다양한 기호 체계를 활용하고, 실물 인쇄물에 국한하지 않고 온·오프라인에서 다양한 양식의 콘텐츠를 생산 또는 활용하거나 인간과 AI의 협업을 통한 고차원적인 문해 활동도 가능해졌다. 이와 함께 문해력에 대한 개인과 사회의 요구 및 실제 수행 수준이 더욱 분화하고 고도화되는 양상은 긍정적 변화라고 볼 수 있다.

현시점을 살아가는 이들은 일상과 업무에서 과거와는 비교할 수 없을 정도로 높은 수준의 독해력, 작문력, 문제해결력, 비판적 사고력, 지식생산력, 사회적 소통과 참여 능력을 실행하고 있다. 특히 생성형 AI의 보급에 따라 인간의 자연 지능과 AI 지능이 협업하면서 지식의 수용과 생산 체제에 큰 변화가 진행 중이다(Kalantzis & Cope, 2024).

독서문화 생태계가 급격히 변화하고 새로운 가능성이 확장되는 가운데 개인과 사회적 차원에서 여러 가지 문제도 축적되고 있다. 가장 대표적인 문제는 인간이 더는 정교하게 읽고 쓰고 사고(思考)하려 하지 않는다는 점이다. 많은 이들이 더는 문자 기반의 읽기·쓰기를 할 시간도 없고, 해야 할 필요성도 느끼지 않는다. 인류 역사상 처음으로 문해력을 갖춘 이의 비율이 90%에 이르게 되었는데, 동시에 문자 기반의 읽기·쓰기 활동이 위축되는 상황이 가히 모순적이라 할 수 있다. 현재 우리의 일상에는 과거와는 비교할 수 없을 정도로 방대한 양의 디지털 콘텐츠가 스마트폰이라는 경로로 제공되고 있다. 많은 이들이 상당한 시간을 디지털 콘텐츠를 소비하는 데 사용하고 있으며, 지식·정보를 검색하거나 생산하는 작업을 AI에 의존하기 시작하였다.⁶⁾

현재 미래학자들은 수년 내 기술적 특이점(Technological Singularity), 즉 인공 지능이 인간의 지능을 뛰어넘어, 기술 발전의 속도와 영향력이 인간의 예측이나 통제 범위를 완전히 벗어나는 이론적 미래 시점이 도래할 것으로 예측하고 있다.

6 과학기술정보통신부의 『무선통신서비스 통계 현황』에 따르면, 우리나라 성인의 스마트폰 사용률은 98%에 달하고 50대는 99%에 이르러 전 국민 스마트폰 시대를 맞고 있다. 방송통신위원회의 『2024년 방송매체 이용행태 조사』에 따르면, 전체 응답자의 하루 평균 스마트폰 이용 시간은 2시간 13분(음성통화 시간 제외), 태블릿PC는 1시간 14분이었다. 일상생활에 ‘스마트폰’을 필수적인 매체라고 응답한 이의 비율은 75.3%인 반면, ‘서적’과 ‘신문’에 대해서는 각각 0.2%만이 그렇다고 응답했다. 이와 함께 생성형 AI의 대중화도 매우 빠르게 진행 중이다. 2024년 12월 기준, 챗지피티(ChatGPT)의 월간 사용자 수는 약 682만 명에 달하며, 국내 생성형 AI 앱의 월간 사용 시간은 9억 분에 달해 빠르게 증가하는 추세이다(양지혜, 2025).

어떤 이들은 디지털 AI가 대부분의 인간보다 더 빠르고 정교하게 읽고 쓰고 결과물을 산출할 수 있기에, 이미 특이점의 시대가 도래했다고 보기도 한다. 부인할 수 없는 점은 문자를 읽고 쓰는 고도의 정신작용이 더는 인간의 전유가 아니며, 이들 활동이 AI의 영역으로 이양(移讓)되고 있다는 점이다. 어찌 보면 이러한 현실에서 문자와 서책 기반의 독서문화가 위축되고 독서 이탈자가 급증하는 현상은 당연한 일일 수 있다. 이미 학계와 현장에서는 인류 역사상 처음으로 AI가 인간을 능가하는 수준의 문해력을 갖추게 된 현실과, 많은 이들이 디지털 콘텐츠의 소비에 집중함에 따라 실질 독해력의 정체 및 하락 현상, ‘얕은 읽기(Shallow Reading)’의 문제, 태어나면서부터 디지털 기기에 노출된 세대가 경험하는 문자 학습 및 문해력 습득의 어려움, 문해 수준의 양극화 현상에 주목하고 있다(Robinson & Hollett, 2024; Beck & Levine, 2024). 이런 맥락에서 볼 때, 한국 사회에서도 급격히 진행 중인 비독자의 증가 및 독서문화의 위축 현상은 디지털 AI 시대로의 대전환이라는 거시적 흐름과도 연동해서 이해해 볼 필요가 있다.

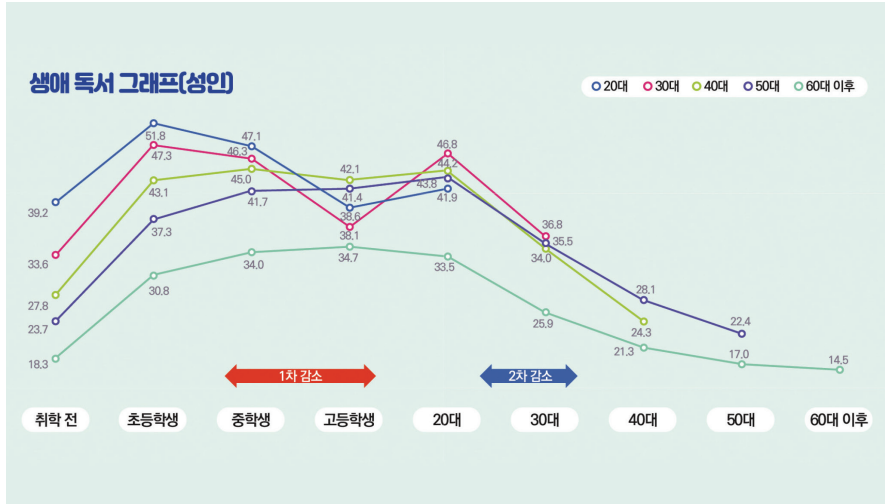
‘비독자’ 이해하기

: 개념, 현황, 생성 메커니즘과 특징

독자를 명명하는 용어는 일상어에서 전문어까지 매우 다양하다. 그 기준도 독서의 빈도와 능력, 자발성, 독서량 등 다양하다. ‘읽지 않는 사람’을 의미하는 비독자는 독서 능력 습득 여부에 따라 ‘문맹 비독자(Illiterate)’와 ‘비문맹형 비독자(Aliterate)’로 구분된다(이순영, 2019). 현재 한국 사회에는 문맹의 비율이 매우 낮으므로 비독자는 대부분 독자 내·외부 요인에 의해 읽지 않는 비문맹형 비독자를 의미한다. 그중에서 부정적 독서 태도, 독서 가치 인식 결여, 무동기 같은 내적, 심리적 요인에 의한 비독서 상태인 ‘자발적 비독자’가 비독자 논의의 핵심이다. 비독자를 이해하고 이들을 지원하고자 하는 연구와 논의는 독자 개발(Reader Development)의 관점을 배경으로 한다.

『2023년 국민독서실태조사』에 의하면, 우리나라 성인 비독자의 비율은 57%, 학생 비독자는 4.2% 정도이다. 그러나 독서학계에서는 ‘실질 비독자’의 비율은 이보다 훨씬 더 높을 것으로 보고 있다. 연령대별 비독자의 비율은 20대 25.5%, 30대 32.0%, 40대 52.1%, 50대 63.1%, 60대 이상 84.3%였다. 「2018 책의 해 독자개발

연구」에서 밝힌 ‘생애 독서 그래프’에 의하면, 책(독서)에 관한 관심과 흥미는 초등학생 때 가장 높았다가 이후 전반적으로 하락했다. 중등 학교기가 1차 감소기였고, 20대에 약간 회복했다가, 사회 초년기(30대, 2차 감소기) 이후 지속적으로 감소하는 양상이었다.



[그림 4] 생애 독서 그래프: 연령대별 독서 흥미의 변화 양상

출처: 문화체육관광부 (2018).

성인 비독자는 책을 읽지 않는 이유로 ‘독서할 필요성을 느끼지 못해서’(문화체육관광부, 2023a; 이순영 외, 2018), ‘책 읽는 습관이 들지 않아서’, ‘책 읽기가 재미없어서’, ‘시력이 나빠 글자가 잘 보이지 않아서(고령층)’라고 설명하였다. 비독자는 독서에 대한 필요성 및 가치 인식이 부족하며, 이외에 독서 습관 부족 및 부정적 독서 경험, 신체적 제약 등이 장애 요인으로 작용하고 있음을 알 수 있다. 학생 비독자는 ‘책 이외의 매체를 이용해서’, ‘책 읽기가 재미없어서’라고 응답하였다. 이러한 최근의 동향은 과거 비독서의 이유로 ‘학업이나 업무로 인한 시간 부족’이 거론되었던 것과는 매우 다른 결과로 주목할 필요가 있다.

선행 연구를 통해 독자와 비독자는 분절적인 것이 아니라 ‘애독자 ↔ 간헐적 독자 ↔ 비독자’에 이르는 스펙트럼으로 존재하며, 각 집단 안에서도 독서와 비독서의 원인에 따라 다양한 하위 유형(예: 고정형 비독자, 전환형 비독자)이 나타났다(이순영 외, 2018). 또한 [그림 4]의 생애 독서 그래프를 보면 애독자, 간헐적 독자,

비독자의 상태는 전 생애에 걸쳐 유동적임을 알 수 있다. 우리 국민 중에는 초등학교 시기에는 애독자였으나 이후 간헐적 독자를 거쳐 성인기에는 비독자로 전환된 ‘전환형 비독자’가 매우 많다. 특히 이순영 외(2019, 2020)에 의하면 연령이 낮아질수록 독서 흥미가 하락하는 시기가 빨라지고 있다. 한번 비독자로 전환되면 다시 독자로 환원하기가 쉽지 않기 때문에 독자가 비독자로 전환되는 것을 막는 일이 가장 중요하다. ‘독자 → 간헐적 독자 → 비독자’로 전환하는 메커니즘(Mechanism)을 차단하기 위해서는 학교뿐만 아니라 직장과 사회, 정부에서 비독자 형성의 문제에 관심을 가지고 독서 환경의 개선을 위해 노력할 필요가 있다.

비독자의 생성을 막고, 비독자를 독자로 전환하기 위해서는 각 집단의 특성에 맞는 지원이 필요하다. 이에 대한 시사점은 지금까지 시행된 독자개발 연구(이순영 외, 2018; 2019; 2020; 2021)에서 찾을 수 있다.

우선 청소년의 비독자 형성을 예방하기 위해 다음과 같은 지원이 필요하다. 청소년 독자 개인이 의미를 부여할 수 있는 긍정적이고 가치 있는 독서 경험이 축적되고, 중등 학년의 요구 수준에 맞는 독해력 습득이 필요하다. 독해력이 낮으면 책을 읽으려 시도할 때마다 실패하기 쉽고, 이해의 제한으로 부정적 독서 경험이 쌓여 결국 독서를 포기하고 비독자가 되기 쉽기 때문이다. 그렇기에 청소년 특성과 요구에 맞춘 독서 환경과 지원이 필요하다. 구체적으로는 개인의 관심사와 취향을 반영한 텍스트와 독서 활동 선택권을 보장하고 큐레이션(Curation) 제공, 책을 매개로 한 다양한 유형의 소통 및 참여 활동 기회 마련, 자유·여가 독서와 학습 독서 활동 간의 균형 확보 등이 중요하다.

직장인, 특히 주요 비독자 전환기인 사회 초년생을 위해서는 직장 내 독서 환경의 조성 and 직장인에 맞춘 사회적 지원 체계의 변화가 요구된다. 독서는 직업 역량(Job Literacy)의 근간으로 직무 능력의 개선을 위해서도 회사 차원의 독서 지원이 필요하다. 마지막으로 비독자는 다른 독자 집단에 비해 외부의 추천이나 홍보의 영향을 크게 받는다는 점에 주목할 필요가 있다. 비독자의 독서 동기를 강화하는데 효과가 있는 것으로 나타난 가족, 친구 등 ‘의미 있는 타인’의 독서 관련 추천, 독서 촉진을 위한 여러 매체의 콘텐츠 제공 등으로 책 읽는 사회 분위기 형성을 위한 노력이 필요하다.

비독자에게 효과적인 독서 유인의 방법

: 『비독자 대상 독서 유인사업 설계 및 실험 연구』

앞서 언급한 바와 같이 2024년에 발표된 『제4차 독서문화진흥 기본계획(2024~2028)』에서는 ‘비독자 대상 유형별 독서진흥’을 1순위 정책과제로 설정하였다. 이러한 변화에 연동하여 2024년에 국내 최초로 비독자에 초점을 맞춘 『비독자 대상 독서 유인사업 설계 및 실험 연구』(이순영 외, 2024)(이하 「2024 비독자 연구」)가 수행되었다. 문화체육관광부와 한국출판문화산업진흥원의 지원으로 수행된 이 연구는 비독자를 대상으로 세 가지 독서 유인 방법(독서모임, 독서지원, 독서홍보)을 실행한 후 그 효과성을 검증하였다. 종래의 『국민독서실태조사』나 「2018 책의 해 독자개발 연구」 같은 선행 조사 연구는 대체로 일회성 설문조사에 의존하였다. 반면 「2024 비독자 연구」는 비독자를 대상으로 실제 독서 유인 프로그램을 운영하여 그 효과성을 검증한 실험 연구라는 점에서 차별성을 갖는다. 이에 이 비독자 연구의 설계, 결과, 시사점을 살펴보고자 한다.

비독자 집단의 선정

「2024 비독자 연구」에서 선정한 비독자 집단은 ‘시니어(50플러스)’, ‘직장인’, ‘청소년(중학생)’이다. 이 중에서 직장인과 청소년(중학생)은 「2018 책의 해 독자개발 연구」에서 밝힌 주요 비독자 집단이었다. 청소년은 학습 부담 및 디지털 기기 사용이 증가하며 독서 행동이 크게 위축되는 집단이다. 성인 중에서는 특히 직장인이 중요한 비독자 집단인데, 취업 후 독서의 필요성을 덜 느끼고 직무 부담이 증가하면서 지속적으로 독서 행동과 인식이 모두 악화되는 집단이다. 특히 직장인의 비독서 성향은 은퇴 이후까지 장기간에 걸쳐 지속되기에 취업 직후 및 재직 기간 동안 일터 및 사회에서 적극적인 독서 유인 사업이 필요하다(이순영 외, 2018). 마지막으로 시니어(50플러스) 집단은 전 연령대 중에서도 비독자의 비율이 가장 높고, 비독서의 기간이 가장 큰 취약 집단이기 때문에 본 연구의 실험 집단으로 선정하였다. 시니어 집단에서 독서는 재취업이나 은퇴 후 웰빙(치매 예방 등 인지적 건강 포함), 사회 변화를 이해하며 사회적 관계 및 사고력·소통력 유지 등 다양한 목적을 위해 필수적 활동이라 할 수 있다. 특히 이미 초고령사회에 진입한 우리 사회의 인구구조를 고려할 때, 시니어 비독자에 관한 관심과 지원은 특별히 중요하다.

비독자 집단별 독서 유인 실험 설계

이 연구는 세 개의 비독자 집단(50플러스, 직장인, 중학생)에, 각각 세 개의 독서 유인 방법(독서모임·지원·홍보)을 적용하여, 1개월간 운영하도록 설계됐다. 세 개의 독서 유인 방법은 다시 ‘실험군(상대적으로 더 강한/직접적 독서진흥 방법)’과 ‘대조군(상대적으로 약한/간접적 독서진흥 방법)’을 설정하였다. 실험군과 대조군을 설정하여 그 효과를 비교한 것은 향후 더 많은 이들에게 적용할 수 있고, 비용 대비 독서진흥의 효과를 극대화할 수 있는 방법을 찾기 위해서였다. 구체적인 실험 설계는 아래 표와 같다.

<표 1> 비독자 집단별 독서 유인 실험 설계

실험 처치, 연구 집단	실험군	대조군
독서모임 (전문가, 자율) 대상: 50플러스 (전원 비독자 집단)	 전문가 운영 독서모임 • 29명, 안동, 1달간 4회 독서모임 • 전문가가 독서 및 책 대화 진행 • 3개 모임을 ‘운동센터, 시립도서관, 동네서점’에서 독립적으로 운영	 자율 독서모임 • 29명, 서울, 1달간 4회 독서모임 • 책, 독서 안내문(대화거리) 제공 • 단일 공간(서울시50플러스센터)에서 5개 소그룹 단위로 운영
독서지원 (독서시간, 도서비) 대상: 직장인 (일터 두 곳, 비독자+독자 혼합 집단)	 근무시간 중 독서시간 지원 • 30명, 1달간 4회 30분씩 독서시간 • 광주광역시, 제조·생산·물류 기업	 도서비 지원 • 30명, 1달간 10만원까지 책 구매 • 경북, 돌봄·요양보호 서비스 기업
독서홍보 (수업 중 교사의 책 홍보, 교내 홍보물 게시) 대상: 중학생 (중학교 2개교, 비독자+독자 혼합 집단)	 수업 중 교사의 책 홍보 • 104명(중3), 대전광역시 공립중 • 1달간 6개 교과 교사, 매주 1·2회 학습/여가 독서용 책 추천(총 19권)	 교내 독서홍보물 게시 • 89명(중3), 서울 강서구 공립중 • 1달간 교내의 주요 장소(4곳)에 독서홍보, 안내, 동영상 제시

출처: 이순영 외 (2024).

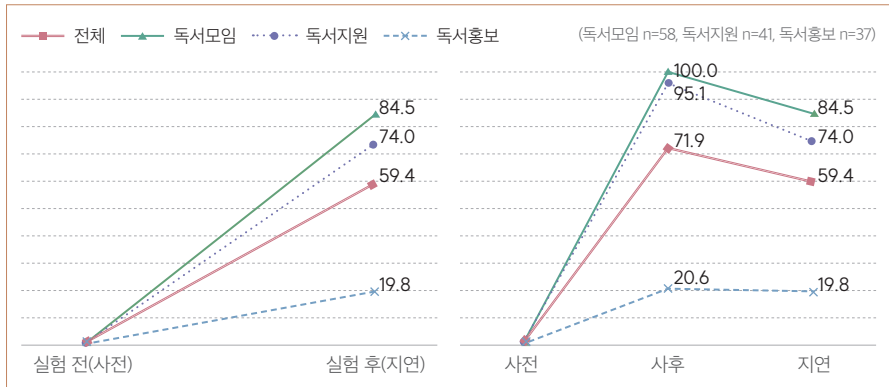
<표 2> 비독자 집단별 독서 유인 방식

집단	실험군	대조군
50플러스 대상 독서모임	[전문가 운영 독서모임] ① 전문가 1인(교수, 독서토론 전문가)이 세 장소에서 독서모임 세 개를 운영 ② 독서모임별 4회 운영(24년 6월, 주 1회) ③ 독서모임 운영의 기본 흐름 - 1회 : 모임 소개, 사전 검사, 독서모임 (개별 독서+책 대화) 진행 - 2/3회 : 오늘의 책 소개, 독서, 책 대화 - 4회 : 오늘의 책 소개, 독서, 책 대화, 사후 검사(2개월 후 지연 검사)	[자율 독서모임] ① 전문가가 없는 일반인 자율 독서모임 : 참여자는 매주 강의실에 입장하여 5개의 책 테이블 중 하나를 선택해서 착석 (각 테이블에는 상이한 책과 A4 1쪽 분량의 독서 활동 안내문이 세팅됨) ② 지원 인력(연구원) : 모임 취지 및 일정 안내, 출석부와 설문 조사 시행 역할은 수행하되 독서 활동에는 개입하지 않음 ③ 독서모임 흐름과 도서는 실험군과 동일
		
직장인 대상 독서지원	[근무시간 중 독서시간 지원] ① 회사에서 지정한 시간, 공간에 30분간 모여서 자유 독서(해당 독서 공간을 평소에도 자유롭게 이용 가능함) ② 4회 운영(24년 6월, 주 1회 운영) ③ 희망 도서는 개별 신청, 매주 구매 후 회사로 송부(300만원 한도) ④ 구매한 책은 사내 독서 공간에 배치 ⑤ 지원 인력(사내 담당자+연구원) : 활동 취지 및 일정 안내, 설문조사 시행, 희망 도서 구매와 배치 등 역할은 수행하되 참여자들의 도서 신청(선정) 및 독서 활동에는 개입하지 않음	[도서비 지원(도서 구매)] ① 1인당 10만원 한도로 희망 도서 신청 ② 기간 내 수시 신청(24년 6월) : 개인이 직접 온라인 신청서를 작성하여 신청 ③ 구매 희망 도서는 매주 구매 후 회사로 발송함(인당 10만원, 총 300만원 한도) ④ 구매한 책은 신청자가 회사에서 수령 후 개인이 소유하며 독서함 ⑤ 지원 인력(사내 담당자+연구원) : 활동 취지 및 일정 안내, 설문 조사 시행, 희망 도서 구매와 배포 등 역할은 수행하되 참여자들의 도서 신청(선정) 및 독서 활동에 개입하지 않음
중학생 대상 독서홍보	[수업 중 선생님들의 책 홍보] ① 교사(과학과, 도덕과, 미술과, 사회과, 역사과, 영어과)가 대상 학급에게 수업 시간 중 직접 책에 대한 설명과 함께 책을 추천하였음 ② 책 추천 교사의 경력은 6~36년 분포 ③ 4주간 각 교과 수업에서 주 1~2회 추천 ④ 교사들이 추천한 도서는 총 19권(교과 교서별로 3~4권), 그중 교과 독서용 도서는 10권, 자유 독서용 도서는 9권임	[교내 독서 홍보물 게시] ① 교내에 독서 관련 홍보물 게시 (교사의 추천 도서, 지역 도서관 회원 가입 및 프로그램 이용 안내문, 학교 도서관 프로그램 홍보문, 독서 권장 포스터) ② 4주간 총 4곳의 장소에 홍보물 부착 및 홍보 영상 재생 ③ 홍보물을 주의 깊게 보고 프로그램에 참여하는 학생에게 추천을 통해 교사의 추천 도서를 선물한다고 홍보함

출처: 이순영 외 (2024).

비독자의 ‘독서율’, ‘독서 행동’, ‘독서 인식’ 변화

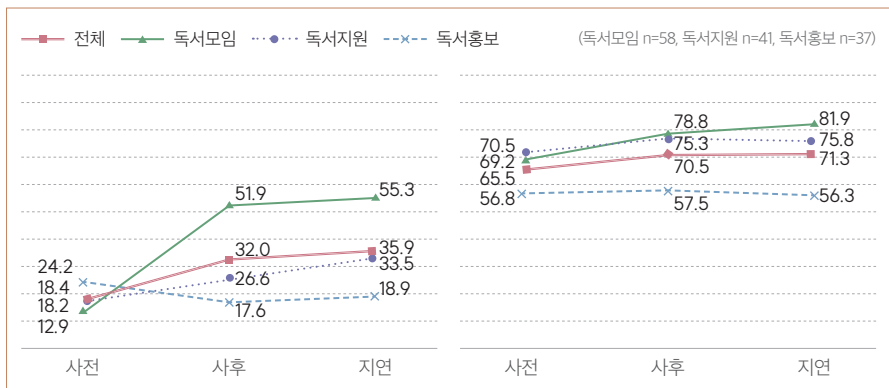
본 연구의 참여자 311명 중 비독자는 136명이었다. 1개월간 독서 유인 처치 후 비독자의 독서율은 크게 상승했다(사전 0.0% → 사후 71.9% → 지연 59.4%). 비독자의 59.4%가 독자로 전환되었고, 2개월의 지연 기간에도 자발적으로 독서한 이들이 많았다. 독자 전환율은 ‘독서모임 84.5%’, ‘독서지원 74.0%’, ‘독서홍보 19.8%’였다. 비독자에게는 독서모임 같은 ‘참여형, 체험형 활동’이나 ‘도서비 지원’ 같은 적극적 지원이 독서홍보보다 효과적이었다.



[그림 5] 비독자의 독서율 변화

(좌: 사전-사후 결과 비교, 우: 사전-사후-지연 결과 비교(상세))

출처: 이순영 외 (2024).



[그림 6] 비독자의 ‘독서 행동’과 ‘독서 인식’ 점수의 변화

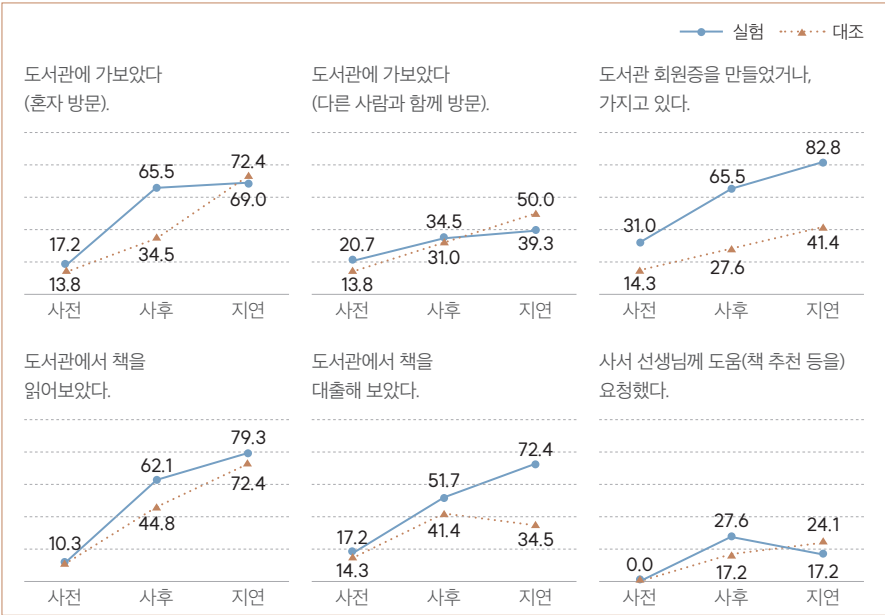
(좌: 독서 행동 변화, 우: 독서 인식 변화)(단위: 점(100점 만점))

출처: 이순영 외 (2024).

독서홍보 집단을 제외하고 비독자의 ‘독서 행동’과 ‘독서 인식’ 점수도 전체적으로 상승하였다. 독서 행동과 독서 인식 모두 독서 유인 프로그램 종료 직후에 시행된 사후 검사보다 2개월 경과 후 지연 검사의 점수가 더 높아 처치의 유지 효과도 높았다. 전반적으로 독서 행동보다는 독서 인식 점수가 높았으나, 상승폭은 독서 행동 점수가 더 컸다. 독서 인식은 실험 참여 전부터 높은 점수로 시작한 영향이 있었던 것으로 보인다. 50플러스 시니어 비독자는 독서의 필요성과 가치에 대한 인식은 양호한 편이었고, 실험 참여 후 더욱 개선되었음을 알 수 있다.

독서모임 참여 비독자의 ‘도서관 이용’ 행동의 변화

독서모임에 참여한 비독자(50플러스 시니어)의 경우, 독서 행동과 독서 인식 점수가 크게 향상되었다. 독서 행동은 단기간의 지원으로는 변화를 끌어내기 쉽지 않다는 점을 고려할 때, 이러한 결과에 주목할 필요가 있다. 독서모임에 참여한 비독자의 독서 행동 점수는 도서관 이용, 서점 방문, 책 구매, 책 대화, 책 추천, 독서 관련 정보 신청, 독서 공간 발견 등 다양한 영역에서 향상되었는데, [그림 7]에서 도서관 관련 변화를 확인할 수 있다.



[그림 7] 독서모임 참여 비독자의 ‘도서관’ 이용률 변화

출처: 이순영 외 (2024).

독서모임 참여 비독자는 ‘도서관 방문, 회원증 만들기/보유, 책 대출, 도서관에서 독서하기, 사서 선생님께 도움 청하기’ 행동이 개선되었으나, 타 문항 대비 ‘사서 선생님께 도움(책 추천 등)을 요청했다’의 변화가 적었다. 비독자가 사서의 도움을 통해 도서관의 다양한 서비스를 더 적극적으로 이용할 수 있도록 지원이 필요하다.

<표 3> 독서 유인 방법별 결과 요약 및 시사점

	독서 유인 방법별 효과	시사점
독서모임 (50플러스 집단)	- 독서율, 독서량, 독서 빈도 등 모든 독서 관련 지표가 크게 상승함. - 고연령 은퇴자 자율 모임(대조군)이 실험군보다 독서율 항상 폭 더 큼.	- 비독자에게는 전문가 운영 여부보다 독서모임 참여 경험 자체가 큰 영향. - 자율 모임도 초기 지원(책 추천, 책 대화 안내문 등) 필요.
독서지원 (직장인 집단)	- 독서율, 독서량, 독서 빈도 등 모든 독서 관련 지표가 상승함. - 대조군 비독자가 실험군 비독자보다 독서율이 더 높음.	- 비독자에게 도서비 지원의 초기 효과가 크게 나타남. - 독서시간 지원이 강력한 비독자 대상의 독서 유인 가능성 확인.
독서홍보 (중학생 집단)	- 독서율, 독서량, 독서 빈도 등 모든 독서 관련 지표의 변화가 거의 없음. - 실험군 비독자가 대조군 비독자보다 독서율이 더 높음.	- 독서홍보는 비독자가 아닌 (애)독자에게만 효과가 나타남. - 독서홍보만으로 비독자를 독자로 전환하기에 한계가 있음.

- ① 비독자의 비독서 상태(독서량과 독서 빈도 감소)는 시간이 지날수록 지속적으로 악화되므로, 비독자 전환 초기에 적극적 지원과 개입이 필요함.
- ② 적절히 지원하면 장기간 비독서 상태였던 비독자의 독자 전환도 가능함.
비독자 대상의 독서 유인 실험의 효과가 매우 높게 나타남.
 - 본 연구에 참여한 비독자의 59.4%가 1달간의 실험 처치 및 2개월의 휴지(지연) 기간이 모두 끝난 후까지도 자발적으로 독서 생활을 영위함.
- ③ 비독자에게 ‘참여형, 체험형, 사회적 독서 활동’ 기회를 제공할 때 독서진흥 효과가 극대화.
 - ‘독서모임 > 독서지원(시간, 도서비) > 독서홍보’ 순으로 비독자 대상 독서진흥 효과 높음.
 - 비독자에게는 ‘독서모임’과 같이 독서의 즐거움을 느끼고 새로운 독서 경험을 축적하며, 독자로서의 활동성을 되찾고 유지할 계기를 제공해야 함.
 - 비독자의 특성상, 혼자 자발적으로 독서를 시작하기 어려움. 이들의 활동 공간에 찾아가 체험형 계기를 제공하거나, 지인과 함께 참여할 수 있는 독서 기회 제공해야 효과적임.
 - 독서홍보를 제외한 독서모임과 독서지원은 실험군보다 대조군의 효과가 더 높게 나타남 (독서진흥의 질적 차이가 있을 수 있으나 대조군 투입 방식도 유효하며 많은 인원에 적용 가능함).

④ 단순한 독서홍보는 비독자의 독자 전환이나 독서를 제고의 효과가 낮음.

- 독서홍보는 애독자에게는 도움이 되나, 비독자의 변화를 유도하기에는 한계가 있음.
 - 독서홍보는 비독자에게는 자칫 부정적 영향(독서에 대한 부담, 반감)을 줄 수도 있음.
- 비독자 대상 독서홍보의 내용과 방식에 대해서는 비독자 유형/집단별 후속 연구가 필요함.

⑤ 독서시간이나 도서관 지원의 효과도 상당히 높게 나타남.

- 도서관 지원은 독서환경이 열악하거나 자체 지원이 없는 소기업에서 상당히 즉각적 반응이 예상됨. 다만 초도 효과가 있으므로, 지원 기간은 최대 2~3개월 정도가 적절하며, 점차 독서모임을 구성하거나 도서관에서 운영하는 독서 프로그램 참여를 유도해 나가야 함.

⑥ 비독자의 특성과 요구를 고려한 독자 개발 및 독서진흥 정책의 수립 필요.

- 애독자나 간헐적 독자와는 다른 특성과 요구를 갖고 있는 '비독자'에 대한 이해가 중요함.
- 성인의 약 60%가 비독자이며 이 수치가 지속적으로 높아지는 상황에서 비독자의 유형, 상황, 특성, 요구를 분석하여, 비독자에게 실효성이 있는 독서 정책의 수립과 시행 필요
(‘비독자’와 ‘독자’를 위한 두 층위의 독서진흥 정책의 수립 및 운영 필요하며, 비독자도 연령이나 직업군 등에 따라 특성이 다르므로 세부 유형/집단별 지원 방식에 대한 연구가 필요함).

출처: 이순영 외 (2024).

비독자를 이끄는 도서관 서비스

비독자를 독자로 환원하고 독서 실태를 개선하기 위해서는 도서관의 지원이 필수적이다. 그러나 오랜 기간 책을 멀리한 이들에게 도서관은 자신의 활동 영역 밖에 있는 낯설고 부담스러운 공간일 수 있다. 이런 이유로 비독자가 도서관에 방문하는 일은 그 시작부터가 쉽지 않다. 설사 자녀나 지인과 함께 방문한다고 하여도 도서관을 알차게 이용하기는 쉽지 않다. 이때 필요한 이가 사서인데, 비독자의 입장에서 사서에게 도움을 청하는 것은 더욱 어려운 일이다. 많은 비독자들이 독서할 특별한 계기가 없고, 독서를 하려 해도 무엇부터 시작해야 할지 막막하고, 도서관에 가도 책이 너무 많은데 사서에게 무엇을 요청해야 할지도 모르겠다는 말을 한다. 도서관이 비독자에게 도움을 주기 위해서는 아래와 같은 점을 참고할 수 있다.

첫째, ‘비독자의 곁으로 직접 찾아가는 도서관 서비스’가 필요하다. 앞서 설명한 바와 같이 비독자가 자발적으로 도서관에 방문하는 일은 매우 드물다. 비독자에게 도서관은 애독자만을 위한 일종의 배타적 공간으로 인식되기 때문이다. 이런 이유로 비독자를 지원하는 일은 이들이 있는 공간으로 직접 찾아가는 일부터 시작해

야 한다. 「2024 비독자 연구」에서는 시니어 비독자를 위해 지역의 공공 문화 체육 시설에서 참여자를 모집하고 독서모임을 운영했다. 지역의 문화센터, 체육관, 탁구장, 수영장, 노래교실, 복지관, 병원, 요양시설 같은 곳은 비독자 밀집 공간이다. 비독자들의 생활 반경 내에 있고 방문 빈도가 높은 공간에 찾아가서 책을 접할 기회를 제공하는 것이 중요하다.

둘째, ‘비독자에 특화된 독서 프로그램’을 제공하는 것이 중요하다. 비독자를 위한 독서 프로그램이 성공하기 위해서는, 특히 입문 프로그램은 그 대상을 비독자로 한정할 필요가 있다. 도서관에서 다양한 독서 프로그램과 이벤트를 제공하지만 비독자의 참여는 극히 드물다. 비독자들에게 도서관 프로그램은 도서관의 난도나 활동 수준이 어려울 것이라는 선입견이 있기 때문이다. 그러므로 비독자를 위한 프로그램을 시작할 때는 그 대상자가 ‘비독자’임을 명확히 할 필요가 있다. 프로그램의 대상과 목적이 명확해야지만 비독자들이 참여할 수 있다.

셋째, 비독자에게는 ‘저부담의, 지인과 함께 참여하는 사회적 독서’ 프로그램이 효과적이다. 「2024 비독자 연구」에서는 1개월간 프로그램을 운영했다. 그런데 참여자들의 의견을 들어보니, 처음에는 한 달이라는 기간이 부담스러워서 참여를 망설였다고 한다. 비독자들은 동일한 4회짜리 독서모임도 한 달보다는 2주 운영을 더 선호했다. 비독자의 부담을 덜기 위해서는 단기간의 가벼운 체험형 프로그램으로 시작할 필요가 있다. 그 후 희망자에게 더 본격적인 도서관 프로그램을 안내하는 방식이 적절하다. 또한 비독자는 독서 프로그램에 참여하기를 부담스러워하므로 ‘지인의 권유와 동반 참여’가 매우 중요하다. 장기간 비독서 상태였던 이들 중에는 독서의 즐거움을 느끼기까지 시간이 걸리는 경우가 많은데 이때 독서모임 같은 사회적 독서 활동이 도움이 된다. “책 읽는 것은 지루한데, 함께 책 이야기를 나누는 것은 너무 재밌었어요. 독서모임 때문에 독서가 루틴이 되었어요”라는 어느 독서모임 참여자의 말처럼, 비독자에게는 ‘책’ 자체가 주는 즐거움과 ‘책을 매개로 한 사회적 소통’이 주는 즐거움이 모두 필요하다.

넷째, ‘비독자를 위한 큐레이션 서비스’가 필요하다. 비독자는 자신에게 적합한 도서를 선별해 본 경험이 부족하기 때문에 연령, 문해 수준, 관심 분야, 과거의 독서 경험, 독서 목적 등을 고려한 적합 도서(Matching Book) 추천 서비스가 중요하다. 예를 들어, 시니어 비독자에게는 책의 난도(이해하기 쉬운 책), 길이(단편이나 에피소드/장/절 단위로 나뉜 책), 주제(다양하되 독자의 일상과 연계되거나 관심 분야: 여행, 주변인, 그림, 시, 식물, 건강 등), 복합 양식성(Multimodality, 글과 그

림, 사진 등이 함께 제시됨), 고령층의 신체적 특성(큰글자 책) 등을 고려하여 책을 추천할 수 있다. 인구구조의 급속한 변화를 고려할 때, 특히 시니어 비독자를 위한 북큐레이션과 맞춤형 지원이 필요하다.

다섯째, 처음 독서 활동을 시작하는 비독자(개인, 모임)에게는 ‘독서 활동 안내문’을 제공하면 큰 도움이 된다. 「2024 비독자 연구」에서도 자율 운영 독서모임에는 매주 책과 함께 간단한 독서 활동 안내문을 제공하였다(이순영 외, 2024, 247쪽 사례 참조). 안내문에는 간단한 책 소개, 작가 소개, 읽기 활동 안내, 책 대화거리(3~4개 정도의 텍스트 기반 질문, 토론거리), 후속 읽을거리 등을 포함할 수 있다. 비독자들의 독서모임은 1회차 때 사서가 참여하여 독서토론의 방법을 안내해 줄 필요가 있다. 이후에는 책과 독서 안내문을 제공하면서 자율적으로 운영해 나가도록 할 수 있다.

비독자는 독서 중단자인 동시에 독서 공동체에서 이탈한 문화적 소외 계층이라고 할 수 있다. 비독자는 잠재 독자이며, 이들이야말로 도서관이 가장 필요한 사람들이라 할 수 있다. 그리고 도서관도 비독자에 주목할 필요가 있다. 실질 비독자의 비율이 80%에 육박하는 현실에서 비독자를 위한 서비스는 선택이 아닌 필수라 할 수 있다. 이제는 비독자를 다시 책으로 이끄는 데 도서관의 힘을 집중할 때이다.

참고문헌

- 문화체육관광부 (2023a). 2023년 국민독서실태조사. 문화체육관광부.
- 문화체육관광부 (2023b). 2023년 독서문화 진흥에 관한 연차보고서. 문화체육관광부.
- 문화체육관광부 (2024). 제4차 독서문화진흥 기본계획(2024~2028). 문화체육관광부.
- 방송통신위원회, 한국정보통신진흥협회(KAIT) (2024). 2024 방송매체 이용행태 조사. 방송통신위원회.
- 방송통신위원회, 정보통신정책연구원(KISDI) (2024). 2024 지능정보사회 이용자 패널조사. 방송통신위원회.
- 양지혜 (2025. 1. 7). ‘생성형AI 홀릭’ 한국인, 한달간 9억분 사용. 서울경제. <https://www.sedaily.com/NewsView/2GNLKNH3CH/GD05>
- 옥현진 (2019). 디지털 미디어 시대의 비판적 읽기. 새국어생활, 29(2), 47-61.
- 이재현 (2013). 디지털 시대의 읽기 쓰기. 커뮤니케이션북스.

- 이순영 (2019). 독자와 비독자 이해하기: 용어, 현황, 특성, 생성·전환을 중심으로. *리터러시연구*, 10(6), 357-384.
- 이순영 (2021). 청소년 비매독자의 현황과 지원 방안 연구: 2018-2020 독자개발연구의 결과 종합. *독서연구*, 60, 63-92.
- 이순영 (2025a). 디지털 읽기 시대, 리터러시의 현황과 교육적 시사점. *미래교육연구 이슈페이퍼*, 4. 고려대학교 사범대학 미래교육연구원.
- 이순영 (2025b). 리터러시 양극화의 시대: 리터러시의 현황과 교육 방향. 제35회 한성어문학회 전국학술대회 발표자료집, 9-28.
- 이순영, 김주환, 권이은, 김해인, 백원근, 김은하, 이정수, 박신애, 전최희, 김성엽 (2024). 비독자 대상 독서 유인사업 설계 및 실험 연구. *한국출판문화산업진흥원*.
- 이순영, 김주환, 백원근, 박신애 (2019). 청소년 독자·비독자 조사 연구. *한국출판문화산업진흥원*.
- 이순영, 김해인, 박신애 (2020). 책 읽는 청소년 독자 형성 실증연구 및 사례조사: 2020 청소년 책의 해 연구 보고서. 2020 청소년 책의 해 네트워크.
- 이순영, 안찬수, 백원근, 김해인, 박신애 (2018). 읽는 사람, 읽지 않는 사람: 함께 읽는 2018 책의 해 독자 개발 연구 보고서. *문화체육관광부*.
- Beck, S. W., & Levine, S. (2024). The next word: A framework for imagining the benefits and harms of Generative AI as a resource for learning to write. *Reading Research Quarterly*, 59(4), 706-715.
- Kalantzis, M., & Cope, B. (2024). Literacy in the time of artificial intelligence. *Reading Research Quarterly*, 60(1), 1-34.
- Moje, E. B., & Ellison, T. L. (2016). Extended-and extending-literacies. *Journal of Education*, 196(3), 27-34.
- OECD (2021). 21st-century readers: Developing literacy skills in a digital world. PISA, OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/a83d84cb-en>
- OECD (2024). Do adults have the skills they need to thrive in a changing world? : Survey of Adult Skills 2023. OECD Publishing.
- Ong, W. J. (2002). *Orality and literacy* (3rd ed.). London: Routledge.
- Robinson, B., & Hollett, T. (2024). Literacy in the age of AI. *Reading Research Quarterly*, 59(4), 555-559.
- Van Zanden, J. L., Baten, J., d'Ercole, M. M., Rijpma, A., & Timmer, M. P. (2014). How was life?: Global well-being since 1820. OECD.
- World Bank (2024); Various sources (2018). Literacy rate [dataset]. World Bank Education Statistics (EdStats); Various sources, "Cross-country literacy rates" [original data], processed by Our World in Data

소통 강화를 위한 도서관의 문화예술 프로그램

• 글 이애란 (문헌정보학 박사)

시작하며

인간은 본질적으로 사회적 존재이다. 우리는 서로 이야기를 나누고, 공감하며, 때로는 갈등하고 화해하는 과정을 통해 자신과 타인을 이해하고 공동체를 형성해 나간다. 이러한 ‘소통’은 단순히 정보를 주고받는 행위를 넘어, 정서적 유대와 사회적 관계를 유지하고 발전시키는 핵심 기제로 작용한다. 현대 사회에서 소통은 가족과 또래, 지역사회는 물론 국가와 세계를 연결하는 중요한 매개이며, 개인의 정신적 안녕과 공동체의 지속 가능성을 가늠하는 지표가 되고 있다.

그러나 오늘날 우리의 소통은 점점 더 직접적인 관계로부터 멀어지고 있다. 디지털 기술의 비약적인 발전은 인간 사이의 물리적 거리를 좁혀준 듯하지만, 실상은 정서적 거리를 벌어지게 만들고 있다. 그 중심에는 스마트폰이라는 강력한 도구가 자리하고 있다. 언제 어디서나 연결될 수 있는 편리함 뒤에는, 관계의 단절과 정서적 고립이라는 역설이 존재한다. 스마트폰을 기반으로 한 숏폼(Short-Form) 콘텐츠와 알고리즘 기반 추천 시스템은 사용자에게 끊임없는 자극을 제공하며, 자율적 선택이 아닌 ‘선택당하는’ 소비 패턴을 유도하기도 한다.

이처럼 디지털 환경 속에서 반복적으로 주어지는 강한 자극은 뇌에서 도파민 분

비를 유도해 일시적인 즐거움을 제공하지만, 장기적으로는 도파민 수용체의 둔화와 내성으로 인해 현실 자극에 대한 반응성이 저하된다. 이는 집중력 저하, 무기력감, 우울감 등으로 이어질 수 있다. 특히 청소년들은 깊은 인지 활동보다 즉각적인 자극에 익숙해지기 쉬워 문해력 저하, 사회성 발달의 지연, 가족 및 또래와의 소통 감소 등 다양한 문제를 일으킬 수 있어 경계해야 한다.

정보 과잉과 디지털 피로 속에서 현대인은 ‘말하지 않고도 전해지는 메시지’에는 익숙하지만, ‘직접 듣고 응답하는 대화’에는 점점 어려움을 느낀다. 이러한 시대 일수록 정서적 회복력과 공동체와의 유대감을 회복할 수 있는 진정한 소통의 장이 절실하다. 바로 그 지점에서 도서관은 단순한 정보 저장소를 넘어 세대와 지역, 감성과 지식을 연결하는 ‘소통의 플랫폼’으로 주목받고 있다. 무엇보다 문화예술 프로그램은 도서관이 이러한 소통의 기능을 보다 풍부하게 실현할 수 있는 효과적인 방식으로 평가받고 있다.

이에 본 고에서는 현대 사회의 소통 위기를 진단하고, 이를 회복하기 위한 실천적 방안으로서 도서관 문화예술 프로그램의 가능성을 조명하고자 한다. 구체적으로는 소통이 일어나는 공간으로서의 도서관과 프로그램이 지닌 소통적 특성을 중심으로 도서관의 역할을 고찰하며, 국내외 다양한 사례를 통해 도서관이 소통 중심의 공공문화 플랫폼으로 진화해 가는 과정을 살펴보고자 한다.

소통 공간으로서의 도서관의 역할

도서관 공간이 상호작용을 촉진하는가

현대 사회에서 도서관은 단순한 정보 제공의 장을 넘어, 개인과 공동체가 상호작용을 하며 정서적 안정을 추구할 수 있는 ‘제3의 장소(Third Place)’로서의 역할을 점차 확대하고 있다. 실제로 도서관이 집과 직장보다 낮은 스트레스 지수를 보이는 공간으로 인식되는 데에는, 물리적 공간 구성이 사회적 상호작용을 촉진하는 방식으로 설계되어 있다는 점이 중요한 요인으로 작용한다.

최근 도서관의 신축 및 리모델링 사례들을 살펴보면, 그 중심 키워드는 ‘편안함’과 ‘체류 중심의 공간’이다. 갤러리처럼 여유로운 라운지, 카페와 유사한 분위기의 휴식 공간은 도서관 이용자들이 오래 머물 수 있도록 유도하며, 다양한 유형의 안락한 의자들이 이러한 분위기를 뒷받침한다. 빈백(Beanbag) 소파나 전원 연결이

가능한 스마트 체어(Smart Chair)의 도입은 더 이상 낯선 풍경이 아니다. 이는 도서관이 단순한 학습 공간을 넘어 일상에서 벗어난 안식처로서 기능하길 바라는 시민들의 요구가 반영된 결과로, ‘2024 서울시 공공도서관 서비스 성과조사’에서도 도서관의 휴식 기능에 대한 수요가 높게 나타난 바 있다.

이와 함께 주목할 만한 또 하나의 흐름은 ‘커뮤니티 공간’에 대한 관심의 증가이다. 도서관은 더 이상 조용히 책만 읽는 공간이 아닌, 다양한 시민 활동이 활발히 이루어지는 장소로 변화하고 있다. 강연, 워크숍, 회의, 공동 창작 활동 등이 가능한 유연한 공간들이 마련되며, 이는 시민의 자발적 참여와 창의성을 촉진하는 데 기여하고 있다. 특히 디지털 미디어 장비를 갖춘 메이커 스페이스(Makerspace)는 예술 활동과 기술적 창작을 접목하는 새로운 형태의 상호작용 공간으로 주목받는다.

최근에는 ‘감각실(Sensory Space)’에 대한 관심도 높아지고 있다. 도서관 옥상이나 실내 정원, 또는 감각실은 자연환경과 기술을 결합해 이용자의 스트레스를 완화하고, 정서적 안정을 돕는 공간으로 기능한다. 물리적 공간이 제한적인 도서관에서는 감각 장비를 활용해 실내에서도 유사한 효과를 구현할 수 있다. 따라서 스마트폰 과다 사용으로 인한 디지털 스트레스에 노출된 현대인들에게 새로운 형태의 ‘디지털 디톡스’ 공간이 될 수 있다.

예를 들어, 미국의 댄버리 도서관(Danbury Library)과 루이빌 공공도서관(Louisville Public Library)의 감각실은 시각, 청각, 촉각, 고유수용감각(신체 인식 감각)을 자극하는 특수 장비와 가구를 통해 신경계를 진정시키고 불안을 낮추는 공간으로 설계되었다. 이 공간은 주의력결핍 과잉행동장애(Attention Deficit/Hyperactivity Disorder, ADHD), 자폐 스펙트럼, 난독증 등을 가진 이용자뿐만 아니라 일상적인 스트레스 해소가 필요한 모든 시민에게 개방되어 있다. 부드러운 촉각 자극 장비, LED 조명, 백색 소음기, 진동 의자, 요가 매트 등이 결합된 환경은 사회적 상호작용을 유도하고, ‘비언어적 치유’와 같은 새로운 소통 방식을 가능하게 한다.



[그림 1] 덴버리 도서관의 감각실

출처: 덴버리 도서관.

또한 감각실은 다양한 연령대를 대상으로 명상, 요가, 색칠 활동, 마음챙김 등 심리적 안정을 위한 문화예술 프로그램과도 연계되어 운영된다. <표 1>의 ‘감각실 주요 장비 구성표’는 공간이 어떻게 구성되고, 어떤 서비스를 제공하는지 확인할 수 있다. 자연 채광을 유도하는 설계와 함께 이러한 공간들은 단순한 정보 이용 이상의 경험을 제공하며, 사람들 사이의 공감과 정서적 유대를 촉진하는 매개가 되고 있다.

<표 1> 감각실 주요 장비 구성표

장소	대상	주요 장비 및 특성	이용 방식
오션 컨트리 도서관 (Ocean County Library) (워싱턴)	일반, 자폐	LED 조명, LED 색상 기동, 음성 반응 라이트 패널, 광섬유 색상, 진동 의자 등	-
켈러 공공도서관 (Keller Public Library) (텍사스)	모두	진동 의자, 조작판, 터치패널, 라이트 월, 물 튜브, 감각용 매트, 다양한 종류의 좌석	예약

러신 공공도서관 (Racine Public Library) (위스콘신)	청소년	버블 탱크, 포드 스윙, 터치라이트, 무드 셰이프, 인피니티 거울, 젤 타일, 소음 차단 헤드폰 등	예약
루이빌 공공도서관 (Louisville Public Library) (켄터키)	모두	감각을 자극하는 데 중점을 둔 장비와 장난 감을 갖추고 있으며 광섬유 색상, 상호작용 사운드 및 다양한 촉각 물품	예약 및 방문
댄버리 도서관 (Danbury Library) (코네티컷)	모두 (단, 12세 이하 보호자 동반)	인피니티 터널, LED 색상 기둥, 색상 변경 라이트 패널, 광섬유 제품 등 12개 도구	예약

따라서 도서관의 공간 구성은 단순한 기능적 효율성뿐만 아니라 이용자의 감정과 행동에 영향을 미치는 정서적 공간이자, 사회적 상호작용을 자연스럽게 끌어내는 커뮤니케이션 환경으로 기능할 수 있어야 한다. 디지털 피로와 고립감이 심화되는 시대일수록, 도서관은 다양한 유형의 공간을 통해 사용자 간의 물리적·정서적 거리를 좁히고, 진정한 의미의 소통이 이루어지는 공공문화 플랫폼으로 진화해야 할 것이다.

도서관 프로그램에 소통의 특성을 반영하는가

도서관은 ‘책’과 ‘사람’ 그리고 ‘프로그램’을 매개로 끊임없는 소통이 이루어지는 공간이다. 책과의 소통이 간접적이고 내면적인 방식이라면, 사람 간의 소통이나 프로그램을 통한 상호작용은 더 직접적이고 즉각적인 반응을 수반한다. 도서관을 찾는 이용자들의 목적은 다양하지만, 각종 프로그램에 참여하는 이용자들의 경우 해당 프로그램에 ‘소통의 특성’이 얼마나 반영되었는가에 따라 참여도와 만족도가 크게 달라질 수 있다.

김윤정, 노영희(2023)는 공공도서관의 소통 특성을 네 가지, 즉 지역성, 공동체성, 상호작용성, 유기체성으로 구분한 바 있다. 본 장에서는 여기에 ‘외부 연계성’이라는 특성을 추가하여 도서관 프로그램이 사회적 소통을 어떤 방식으로 촉진하고 있는지를 고찰하고자 한다.

첫째, 지역성을 반영한 프로그램은 해당 지역의 사회적·문화적 맥락을 반영하는 것이 핵심이다. 영국의 클랙턴 도서관(Clacton Library)에서는 지역적 특성인 노년 인구의 비중이 높고 교육 수준이 낮으며, 예방할 수 있는 질병 발병률이 상대적

으로 높은 지역 환경을 고려하여 ‘뜨개질 모임’을 운영하였다. 뜨개질이라는 단순한 취미활동은 무료로 제공되어 주민들이 도서관을 자연스럽게 찾게 했고, 참여자 간의 관계 형성과 심리적 안정에 긍정적 영향을 미치며 공동체 회복에 이바지했다. 또 다른 사례로 서울야외도서관의 프로그램은 책, 자연, 공연, 문화를 융합하여 주민들이 야외 공간을 자발적으로 찾게 했다. 특히 지역 자원을 활용한 체험 부스와 지역문화를 알리는 콘텐츠는 해당 프로그램이 ‘소통 공간’으로 기능하도록 했으며, 도서관이 지역성과 문화를 연결하는 매개체로 작동한 좋은 예라 할 수 있다.

둘째, 공동체성은 도서관이 개인을 넘어서 지역 주민 간의 연대와 유대감을 형성하는 데 얼마나 기여하는지를 가늠하는 척도이다. 영국 버밍엄 도서관(Library of Birmingham)의 ‘독서를 통한 웰빙(Read for Wellbeing)’ 프로그램은 18세 이상의 다양한 성인을 대상으로, 사전 독서 부담 없이 시와 단편 소설을 사서가 낭독한 뒤 그룹 토론을 진행하는 방식으로 설계되었다. 참가자들은 자신의 이야기를 직접 하지 않더라도 감정과 생각을 자연스럽게 공유할 수 있었고, 다양한 배경의 사람들과 교류하며 공동체적 연대감을 형성하였다. 이는 도서관 프로그램이 사회적 결속력(Social Cohesion)을 높이는 데 효과적인 도구가 될 수 있음을 보여준다(Phul, A., Gorrington, H., & Stokes, D., 2024).

셋째, 상호작용성은 참여자 간의 교류와 반응이 프로그램 내에서 얼마나 활발히 이루어지는지를 의미한다. ‘꿈다락 문화예술학교’ 프로그램(전 생애) 유형 가운데 하나인 ‘일상의 작가’는 아동과 청소년을 포함한 가족 단위 이용자들이 문학적 표현 기법을 배우고 직접 글을 쓰며, 함께 합평 과정을 통해 자연스럽게 소통하도록 설계되었다. 참여자들은 단순한 감상이 아닌 창작과 해석을 바탕으로 감정과 생각을 나누면서 세대 간 이해와 상호 존중을 증진시키는데 기여한다. 이러한 맥락에서 문학은 음악이나 미술보다 언어적 소통이 직관적으로 이루어지기 때문에, 상호작용성이 더 높은 예술 장르로 설계되었다.(서은유, 이시호, 심지영, 2023).

넷째, 유기체성은 프로그램이 일회성에 그치지 않고, 참여자들 간의 지속적인 관계 형성과 성장 가능성을 내포하는지를 기준으로 한다. 미국 트로이대학교 도서관(Troy University Libraries)에서는 이용자 수 유지와 학습 중 집중력 회복을 위해 ‘운동 겸 학습용 자전거’를 도입했다. 이는 단순한 설비 제공을 넘어, 학업 스트레스를 줄이고 도서관 이용을 일상화하는 프로그램으로서 기능한다. 유기적으로 운영되는 이러한 프로그램은 도서관이 개인의 성장뿐 아니라 이용자 커뮤니티의 지속성을 추구하는 공간으로 진화하고 있음을 보여준다.



[그림 2] 트로이대학교 도서관의 ‘운동 겸 학습용 자전거’

출처: 트로이대학교 도서관.

다섯째, 외부 연계성은 도서관이 지역 내 다른 기관이나 커뮤니티와 협력하여 프로그램을 확장하고 외부 자원을 효과적으로 활용하는 능력을 의미한다. 미국의 아임 유어 네이버 북스(I'm Your Neighbor Books)가 개발한 ‘스토리워크(StoryWalk)’ 프로그램은 공원이나 산책로에 그림책의 각 페이지를 설치해 어린이들이 자연 속에서 독서를 경험하게 한다. 이 프로그램은 독서와 신체활동, 자연 체험을 통합해 도서관의 활동 범위를 물리적 공간 밖으로 확장하며, 이용자의 삶 속으로 자연스럽게 스며드는 방식의 소통을 유도한다.

이와 같이 도서관 프로그램은 정서적 유대와 공동체적 결속을 형성하는 중요한 수단으로 작동할 수 있다. 특히 ‘지역성, 공동체성, 상호작용성, 유기체성, 외부 연계성’이라는 다섯 가지 소통 특성은 도서관이 문화예술 프로그램을 기획하고 운영함에 있어 중요한 기준이 될 수 있다. 이러한 논의는 도서관이 정보 제공의 공간을 넘어 사회적 소통의 허브로 기능하는 데 필요한 방향성을 제시한다.

국내의 소통 강화를 위한 문화예술 프로그램 운영 사례

옥상텃밭

광진정보도서관의 ‘도시농업학교’는 도서관 옥상정원을 활용한 도시농업 교육의 대표적인 사례이다. 2013년, 한국마사회가 주관한 ‘지역혁신 창업 활성화 지원 사업’에 선정되면서 유휴 옥상 공간이 학습과 실천이 결합한 도시농업의 장으로 탈바꿈하였다. 이 프로그램은 매년 3월부터 11월까지 광진구 주민을 대상으로 운영되며, 참가자들은 약 2.5평 규모의 개인 텃밭을 배정받아 도시농업의 기초, 농경 문화의 이해, 농촌과의 교류 등 이론과 실습을 병행하는 학습을 진행한다.

또한 ‘책을 품은 텃밭’이라는 이름의 커뮤니티 모임은 참여자들이 농사 정보를 공유하고 계절별 수확물을 나누는 행사를 통해 지역 주민 간 관계를 강화하는 중요한 소통의 장으로 기능하고 있다. 이 프로그램은 농업 기술의 습득뿐만 아니라 건강한 먹거리에 대한 인식을 나누고 정서적 유대를 형성하는 기회를 제공한다. 더욱이 도시 속 녹색환경이 심리적 안정과 우울감 해소에 긍정적인 영향을 미친다는 점에서, 이 프로그램은 도서관의 지속 가능한 문화예술 프로그램으로서 매우 바람직한 사례라 할 수 있다.

2025년 광진정보도서관 도시농업학교 신청자 모집

광진정보도서관 도시 농업 학교

- ☑ 65세 이상 접수: 2월8일 토요일 8시부터 ~ (마감시까지)
- ☑ 접수방법: 오프라인 선착순 10명 접수(신청 당사자 신분증과 회원카드 지참 필수)
- ☑ 접수장소: 광진정보도서관 도서관동 2층 어린이자료실 데스크

※오프라인 신청의 경우 「신분증+회원카드」 이미지 시 신청불가
신분증의 종류: 주민등록증, 운전면허증 등 "주소"와 "생년"이 확인 가능한 신분 증명서

- ☑ 일반 신청자 접수: 2월 8일 토요일 9시부터 ~ 2월 18일 화요일까지 (10일간)
- ☑ 접수방법: 온라인 접수(150명) 후 참여자 추첨(유니피커사용 30명)
- ☑ 일반 참여자 추첨일: 2월23일 일요일

신청자별 접수시간과 접수방법을 사전에 확인하신 후 신청하시기 바랍니다.



[그림 3] 2025년 광진정보도서관 ‘도시농업학교’ 신청자 모집 안내

출처: 광진정보도서관.

서울 중랑구에 위치한 양원숲속도서관은 2020년부터 중랑구청과 협력하여 생태 기반의 도시농업 프로그램을 운영하고 있다. 이 프로그램은 시민단체인 동북여성환경연대 ‘초록상상’과 연계하여 ‘가족텃밭’, ‘청소년농부학교’, ‘치유탃밭’의 세 가지 유형으로 구성되어 있다.

먼저 ‘가족텃밭’ 프로그램은 4월부터 10월까지 중랑구 거주 가족을 대상으로 운영되며, 참여자들은 환경 관련 도서를 함께 읽고 텃밭을 직접 가꾸는 과정을 통해 생태 감수성을 높이고 가족 간의 소통을 증진시킨다. 이는 자연과 책, 가족이라는 세 요소를 연결하여 정서적 소통을 실현하는 구조로, 도서관의 문화예술적 기능을 효과적으로 확장하고 있다.

‘청소년농부학교’는 중학교 1학년부터 고등학교 1학년까지의 청소년을 대상으로 격주 2시간씩 진행되며, 자원봉사 점수 인정 등을 통해 참여를 유도한다. 이 프로그램은 또래 간의 협력과 자연 활동을 통해 청소년의 생태 인식을 높이고 지역 공동체에 능동적으로 참여할 기회를 제공한다. 무엇보다 경쟁 중심의 청소년 환경에서 상호 이해와 자연 속 소통을 가능하게 하는 대안적 교육의 역할을 수행한다.

‘치유탃밭’은 장애인과 비장애인 가족이 함께 참여하는 통합형 프로그램이다. 이 프로그램은 도서관이 중랑장애인자립생활지원센터, 초록상상 등 외부 기관과의 협력을 통해 운영되며, 참여자들이 한 공간에서 함께 작물을 재배하고 텃밭을 관리하면서 차별 없는 공동체 문화를 형성하도록 유도한다.

이와 같은 외부 연계 모델은 도시농업이라는 생태문화 콘텐츠를 매개로 하여 물리적 공간을 넘어 심리적 안정, 공동체 회복, 사회적 통합이라는 더 깊은 차원의 가치를 실현하는 데 기여한다. 나아가 도서관이 문화예술 프로그램을 통해 사회적 소통의 허브로 기능할 수 있음을 실증적으로 보여주는 중요한 사례라 할 수 있다.

자연공원을 연계한 야외 도서관 프로그램

공공도서관은 오늘날 고정된 실내 공간을 넘어서, 자연과 결합한 야외 환경 속에서 시민의 정서적 안정과 문화 체험, 사회적 교류를 실현하는 플랫폼으로 진화하고 있다. 특히 팬데믹 이후 증가한 야외 활동 수요와 더불어, 독서를 보다 자유롭게 감각적으로 경험하고자 하는 시민들의 요구가 맞물리면서, 야외 도서관 프로그램이 새로운 공공 문화 서비스 모델로 주목받고 있다.

서울도서관은 2025년 4월부터 6월까지 서울광장에서 ‘서울야외도서관’ 프로그램을 운영하며 도심 속 자연 공간과 도서관 콘텐츠의 융합을 실현하였다. 해당 프

로그랩은 플랫폼 프로그램, 정기 프로그램, 야간 프로그램으로 구성되어 있으며, 시민이 독서와 문화예술 활동을 자연 속에서 동시에 경험할 수 있도록 기획되었다. 대표적인 플랫폼 프로그램인 ‘여행도서관’은 하루 2~3회 운영되며, 참가자들은 여행 관련 도서를 함께 읽고, 약과·강정 만들기, 자개 책갈피 제작 등 독서와 연계된 감각 체험 활동을 수행한다. 이는 문학적 상상력에 감각적 체험을 결합하여 독서의 의미를 확장하고, 다양한 연령층의 참여를 유도하는 효과를 보였다.

야간 프로그램인 ‘야(夜)한 책명’은 참가자들이 스마트폰을 잠시 보관함에 맡기고, 조용한 공간에서 독서에만 몰입할 수 있도록 설계되었다. 이는 디지털 기기로 인한 주의력 분산 문제를 해결하고, 독서에 대한 집중력을 회복시키려는 실험적 시도로, 정서적 회복력 증진에 기여한다. 이외에도 ‘힙독클럽’이라는 온·오프라인 연계 독서모임을 통해 시민 주도형 소통 구조가 마련되었으며, 광화문 책마당에서는 작가와의 만남(‘힙독밋업’), 야외 영화 상영(‘달빛낭만극장’), 파자마 독서 모임(‘야! 책명-파자마 떴독서’) 등 다양한 문화예술 프로그램이 운영되었다. 청계천에서는 ‘책읽는 맑은넷가’ 프로그램을 통해 가족, 친구, 연인이 함께 책을 읽으며 사진을 남기는 ‘독서 인생샷’ 이벤트가 진행되어, 독서 행위에 감성적 추억을 더하는 새로운 독서문화를 제시했다.

부산시는 도서관 및 다양한 문화단체와 협력하여 2025년부터 4주간 ‘부산바다도서관’을 운영하여, 자연환경과 예술, 독서를 접목한 야외형 복합 문화 프로그램을 제공했다. 해당 프로그램은 독서문화의 저변 확대뿐 아니라, 지역 시민 간의 문화적 교류와 정서적 소통을 목표로 설계됐다. 주요 프로그램은 저자 강연인 ‘북·톡·시(Book.Talk.City)’와 ‘읽은대로(오픈스테이지)’가 있다. ‘오감독서’는 책 내용과 관련된 다섯 가지 감각을 자극하는 체험형 독서 프로그램이다. ‘마음파도(해변힐링명상)’는 해변에서 책과 명상을 함께 즐기는 힐링 프로그램이며, ‘리드브루’는 커피를 곁들인 북토크와 필사 체험이 가능하다. 이 외에도 ‘책장 위 무대(밀수카페)’는 해변을 배경으로 음악 연주와 댄스 버스킹이 펼쳐지는 문화 공연 프로그램이다.



[그림 4] 2025년 상반기 '부산바다도서관' 포스터

출처: 부산바다도서관.

자연 숲을 연계한 야외 프로그램

자연은 인간에게 정서적 안정과 심리적 치유를 제공하는 중요한 자원이다. 이러한 이점을 도서관의 입지적 환경과 접목하는 사례가 증가하고 있다.

수원시 광고푸른숲도서관은 자연환경과 기관의 특성을 결합하여 '푸른숲책뜰 힐링위케이션' 프로그램을 운영하고 있다. 이 프로그램은 도서관 인근 숲을 적극 활용하여, 책을 매개로 한 힐링과 여가 활동을 제공한다. 특히 '책뜰'은 숲속에 마련된 독서 전용 공간으로, 2020년 개방 이후 가족·친구 단위의 소규모 모임과 독서 활동 장소로 큰 인기를 끌고 있다. 이와 함께 진행되는 '토닥토닥 힐링독서캠프'는 성인을 대상으로 매월 1회 운영되며, 아침 독서, 책꾸러미를 활용한 힐링 시간, 차와 함께하는 마음챙김 활동, 요가와 명상 등 다양한 프로그램을 포함한다. 참가자들은 자연 속에서 독서를 통해 심리적 안정과 자기 회복력을 경험하며, 정서적 소통 또한 자연스럽게 이루어진다.

또 다른 사례로는 삼척공원숲속도서관이 있다. 이 도서관은 공원 내에 위치한 지리적 이점을 활용해 자연, 숲, 생태 환경을 주제로 한 프로그램을 활발히 운영하고 있다. '숲 체험 프로그램'은 어린이와 가족이 함께 참여하는 프로그램으로, 책

에서 접한 자연을 실제로 관찰하고 체험할 수 있도록 구성해 높은 호응을 얻고 있다. 이와 연계된 ‘종로 체크인: 숲을 그리다, 마음을 잇다’는 초등학교 저학년 자녀를 둔 가족을 대상으로 숲속 관찰, 가족 퀴즈, 그림책 기반 생태미술 활동을 결합한 통합 프로그램이다. 이를 통해 가족 간의 유대 강화는 물론, 자연과 예술을 통한 정서적 소통이 이루어진다.

또한 ‘초록길 탐험대’는 생태 도서를 중심으로 한 강연과 숲 체험을 융합한 어린이 대상 프로그램이다. 초등학교 1~2학년 아동을 대상으로 자연과 생태에 대한 흥미를 유도하고, 놀이처럼 즐길 수 있는 체험형 학습으로 구성되어 있다.

성인을 대상으로 하는 프로그램으로, 힐링 산책과 보태니컬 아트(Botanical Art) 세밀화 그리기 수업이 운영된다. 이 프로그램들은 자연 속에서 예술 활동을 통해 심신의 안정을 찾고, 개인의 내면을 탐색하며 공동체와의 연결을 함께 모색하는 것을 목표로 한다. 이처럼 자연과 연계된 도서관 프로그램은 다양한 연령층에게 심리적 치유와 정서적 소통의 기회를 제공함으로써, 도서관이 지역 내 웰빙 중심의 문화공간으로 진화하고 있음을 잘 보여준다.

지역 도서관 거점의 공공 문화예술 교육사업

문화체육관광부가 주최하고 한국문화예술교육진흥원이 주관하는 ‘꿈다락 문화예술학교’, 한국도서관문화진흥원이 주관하는 ‘도서관 문화예술 동아리 활동 지원’ 사업은 매년 공모를 통해 체계적으로 운영되는 대표적인 공공 문화예술 교육 사업이다. 이 두 사업은 지역 기반의 공공시설, 특히 도서관을 거점으로 하여 예술 활동을 지원한다.

먼저 ‘꿈다락 문화예술학교’는 전 세대를 대상으로 문화예술 교육 참여 기회를 제공하는 프로그램으로, 미술, 음악, 연극 같은 예술 장르를 지역의 문화예술 공간이나 공공시설을 중심으로 운영한다. 이 사업은 2012년 ‘꿈다락 토요문화학교’로 출발해 아동·청소년 중심으로 시행되었으나, 2023년부터 전 세대를 아우르는 생애주기형 문화예술 교육으로 확대 개편되었다. 주중 또는 주말을 활용해 장기적이고 지속 가능한 프로그램을 구성하고, 지역문화 자원을 활용해 공동체 기반의 문화 향유를 장려한다.

대표적인 사례로, 울산 동구의 공공도서관 책놀이터북적북적과 생태 교육기관인 온새미로숲배움터가 협력하여 운영하는 ‘숲 탐정: 숲속의 비밀’ 프로그램을 들 수 있다. 이 프로그램은 초등학교 1~3학년 아동을 대상으로 연간 24회차의 장기

문화예술 교육으로, 도서관에서의 독서 활동과 숲속 체험을 연계하여 자연 속에서의 예술 감수성과 창의력 향상을 도모한다. 도서관은 공간 제공, 교육 홍보, 안전관리 등을 맡고, 협력 기관은 실제 교육 콘텐츠 운영을 담당하는 구조로, 지역 내 기관 간 협력을 기반으로 한 통합형 예술교육 모델을 보여준다.

이 프로그램은 대부분의 교육활동을 야외에서 진행하며, 참여하는 아동의 보호자가 동반하여 보조 활동을 지원한다. 이러한 과정을 통해 자연스럽게 가족 단위의 공동체적 참여를 유도한다. 지역 고유의 자연·문화 자원을 교육에 적극적으로 반영하는 것은 참여자 간 공동의 관심사를 형성하고, 나아가 정서적 유대와 사회적 소속감을 강화하는 데 효과적이다. 이러한 공동체 중심 예술교육은 참여자 간의 높은 접촉 빈도, 장기적인 연속성 그리고 확장 가능성이 높아 보급용 체험 모델로서의 가치를 지니고 있다.

‘도서관 문화예술 동아리 활동 지원’ 사업은 지역 공공도서관을 거점으로 주민의 자발적이고 창의적인 문화예술 활동을 체계적으로 지원하는 것이 목적이다. 이 사업은 2016년부터 ‘도서관·박물관·미술관 1관 1단’이라는 이름으로 운영되다가 2023년부터 현재의 사업명으로 개편되어 운영되고 있다. 사업 분야는 음악(클래식, 합창, 악기 연주 등), 연극(인형극, 전통극, 현대극 등), 미술(문인화, 공예, 한국화 등), 기타(사진, 그림책, 마술 등) 동아리 활동을 교육적 기반 위에서 지역 주민의 문화 향유 기회를 확대하고, 자발적인 예술 실천을 지원한다.

사례를 보면, 울산 울주도서관의 ‘문인화’ 동아리는 공공도서관을 기반으로 교육이 운영된다. 주요 교육 내용은 문인화와 사군자 그리기, 채색 같은 전통 회화 기법을 중심으로 구성된다. 9개월 동안 정기적인 특강과 실기 교육이 지원되며, 이는 동아리 참가자들의 실력 향상에 큰 동력이 된다. 활동한 결과물은 지역사회의 문화센터에서 연 2회 전시를 통해 선보여지며, 이를 통해 문화예술을 매개로 지역 주민들과 소통하고 경험을 나누면서 지역사회에 문화예술을 확산하는 역할도 한다. 또한, 우수 동아리로 선정되어 한국도서관문화진흥원이 주관하는 ‘도서관 문화예술 동아리 축제’에서 전시 기회를 갖게 되었고, 이는 참여자들의 성장을 더욱 촉진했다. 이와 같은 사업 지원은 지역사회의 문화예술 인적 자원 형성에 기여하며, 나아가 이들을 활용한 다양한 복지 서비스로의 확장 가능성도 높인다.

미국의 소통 강화를 위한 문화예술 프로그램 운영 사례

옥상 및 야외정원 텃밭

미국의 공공도서관에서는 옥상이나 야외정원을 활용한 텃밭 프로그램이 활발히 운영되고 있다. 이러한 프로그램은 지역 주민 간의 상호 소통을 증진하고 지속 가능한 삶과 웰빙을 구현하는 데 있어 도서관의 실천적 역할을 보여주는 대표적인 사례로 평가된다. 특히 식생활 교육, 환경 인식 제고, 공동체 활동, 예술적 감수성 함양 등을 통합적으로 결합함으로써, 도서관이 단순히 정보 제공 기관을 넘어 지역 커뮤니티의 성장을 촉진하는 핵심적 기반으로 기능하고 있음을 보여준다.

대표적으로 미국 캘리포니아 쿠퍼티노 도서관(Cupertino Library)은 ‘그린 텃밭 프로젝트(Green Teen Garden Project)’의 성공을 바탕으로, 약 58㎡ 규모의 어린이 전용 옥상정원을 추가로 조성했다(Banks, C. S., & Mediavilla, C., 2019). 이 정원은 채소, 다육식물, 촉각 식물, 허브 등을 구분해 재배한다. 이 공간은 어린이들이 식물의 성장 과정을 관찰하고 직접 기록하거나 그림을 그리는 활동을 통해 스템(과학(Science), 기술(Technology), 공학(Engineering), 수학(Mathematics), STEM)기반의 융합 교육을 실현하고 있다. 이러한 실습 활동은 참여 아동 간의 자연스러운 소통을 촉진하는 전형적 프로그램으로 도서관이 생태 기반의 교육장으로 기능할 수 있음을 보여주는 사례이다.

또 다른 사례로 메릴랜드주 하워드 카운티 도서관(Howard County Library)의 ‘인첸티드 가든(Enchanted Garden)’은 가족 단위 참여자를 위한 건강, 영양, 환경 교육을 통합한 창의적 야외 학습 공간이다. 정원 가꾸기, 퇴비 만들기, 원예 상담 등의 실습 중심 교육을 통해 생태 감수성과 실생활 기술을 함께 익힐 수 있다. 특히, 메릴랜드대학교와 협력한 ‘마스터 가드너(Master Gardener)’ 프로그램은 원예 전문가와의 상호작용을 통해 참여자 간 지식 공유와 소통을 활성화한다. 이 외에도 방과 후 ‘정원 가꾸기 클럽’과 자원봉사자팀이 함께 운영되며, 이들이 수확한 작물은 지역 푸드뱅크에 기부되어 지역사회 식량 문제 해결에 기여하고 있다. 이는 단순한 정원 활동을 넘어 문화예술 프로그램의 사회적 가치를 확장하는 사례로 평가된다.

마음챙김

요가, 명상, 치료견 등의 마음챙김(Mindfulness) 기반 프로그램은 현대인이 겪는 심리적 스트레스를 완화하고, 정서적 안정을 도모하기 위한 효과적인 방법으로 널리 활용되고 있다. 도서관 역시 이러한 프로그램을 통해 이용자의 정신적·신체적 웰빙을 지원하며, 정서적 소통의 공간으로 기능한다.

대표적인 사례로는 미국의 맥퀘이드 도서관(McQuade Library)이 있다. 이 도서관은 디지털 환경에 과도하게 노출된 학생들이 겪는 집중력 저하, 스트레스, 창의력 감소 등의 문제를 해소하기 위해 마음챙김 프로그램을 도입했다. 기말고사 기간 동안 시행된 ‘반려동물 치료(Therapy Dogs)’ 프로그램과 의자 마사지 프로그램을 계기로 마음챙김 활동이 체계적으로 확장되어 ‘마음챙김’ 4주 과정과 ‘호흡명상’ 8주 과정이 개설됐으며, 스트레스 감소를 위한 다양한 워크숍도 함께 운영됐다. 이러한 프로그램은 학생뿐 아니라 교수와 직원에게도 큰 호응을 얻었고, 도서관은 이를 바탕으로 ‘맥퀘이드 마음챙김 키트(McQuade Mindfulness Kits)’ 9종을 개발하여 책처럼 대출 서비스를 실시했다.



[그림 5] 맥퀘이드 도서관의 ‘반려동물 치료’ 포스터

출처: 맥퀘이드 도서관.

창의적 노년을 위한 프로그램

‘창의적 노년을 향하여(Advancing Creative Aging)’ 프로젝트는 미국 주립도서관들과 비영리 문화예술 교육기관인 라이프타임 아트(Lifetime Arts)가 협력하여 고령자의 창의적 역량을 개발하고, 예술을 통해 사회적 유대와 정서적 안정을 도모하는 문화예술 프로그램이다. 사업은 2023년부터 2025년까지 ‘State Library Leadership Initiative’라는 명칭 아래 와이오밍과 미주리주의 132개 공공도서관을 중심으로 운영되며, 노년의 창의성을 실현하는 사례로 주목받고 있다.

이 프로그램은 고령자들의 사회적 고립감을 완화하고, 자신의 생각과 경험을 자유롭게 표현할 수 있는 기회를 제공하며, 다양한 세대와 교류하고 소통하는 활기찬 플랫폼을 마련하는 것을 목표로 한다. 참여 도서관은 회화, 도예, 퀼트, 사진, 문학 창작 등 다양한 장르의 예술 수업을 운영하며, 고령자들이 기술 기반의 예술 표현 능력을 습득하고, 자기 주도적인 창작 활동에 참여할 수 있도록 지원한다.

대표적 사례로, 웨인 카운티 공공도서관(Wayne County Public Library)은 라이프타임 아트의 모델을 적용해 수채화 수업을 운영했다. 프로그램은 단순한 예술 교육을 넘어 또래 간 유대 형성과 심리적 지지를 제공하는 장으로 확장되었으며, 색채 이론 교류, 작품 응원, 협동 학습 등 소통 중심의 학습 구조로 높은 만족도를 보였다. 특히 강사와 도서관 직원(루 로즈(Lou Rose)) 그리고 참여자 간의 유기적인 협업은 수업 효과를 향상시켰다.



[그림 6] 웨인 카운티 공공도서관의 ‘창의적 노년을 향하여’

출처: 웨인 카운티 공공도서관.

프로그램 종료 이후에도 참가자들은 자발적으로 퀵팅 동아리를 구성하여 거동이 불편한 노인을 위한 ‘무릎 퀵트’를 제작하고, 도서관을 통해 책과 함께 기부하는 봉사활동으로 발전시켰다. 이 활동은 고립된 노인들에게 정서적 지지를 제공하고 문해력 증진의 기회를 마련해 줌으로써, 도서관의 문화 복지 기능을 더욱 공고히 하는 긍정적인 사례로 여겨진다.

또한, 동아리 구성원과 지역 청년들이 함께한 ‘버니 러브(Bunny Loves)’ 프로젝트에서는 손바느질로 만든 인형을 지역 병원 신생아에게 전달함으로써, 세대 간 교류와 지역 돌봄 문화를 형성하는 데 기여했다. 이 과정에서 신생아 부모를 대상으로 생애 첫 책 대출, 지역 정보 제공 등 종합 문화복지 서비스가 연계되어, 도서관의 사회적 역할을 확장한 성공적 사례로 평가된다.

영국의 소통 강화를 위한 문화예술 프로그램 운영 사례

뜨개질 모임과 걷기

영국의 지방 도서관들은 지역 주민의 신체적, 정신적 건강과 사회적 연대를 위한 복합 커뮤니티 공간으로 기능하고 있다. 특히 건강 불균형 문제가 심각한 지역일수록 도서관은 비의료적 역할을 강조하고 있다.

대표적인 사례로, 에식스주 클랙턴온시(Clacton-on-Sea)는 인구 약 5만 3,000명(2021년 기준)의 해안 도시로, 낮은 재정 자립도와 높은 정신질환 유병률 때문에 건강 취약지로 분류된다. 이 지역의 클랙턴 도서관(Clacton Library)은 주민들이 집 밖으로 나와 사회적 연결을 경험할 수 있도록, 매주 정기적으로 ‘뜨개질(Knit and Natter)’ 모임을 운영하고 있다(Gordon, J. et al., 2023). 참가자들은 각자 개인 작품을 만들거나 지역 자선활동과 연계된 공동 프로젝트에 참여하면서 자연스럽게 대화를 나누고 관계를 형성한다. 이 모임은 특히 고립감 해소로 인한 정신건강과 세대 간 소통에 효과적이며, 도서관이 지역 커뮤니티 허브로 기능하고 있음을 보여준다.

또 다른 사례는 노퍽주 셋퍼드(Thetford)에 위치한 셋퍼드 도서관(Thetford Library)이다. 인구 약 2만 6,000명의 이 시골 마을은 흡연율과 비활동성이 전국 평균을 웃돌고 있으며, 주민 건강지표가 낮은 대표적인 빈곤 지역이다. 도서관은 지역 보건소와 협력하여, 독서와 산책을 결합한 ‘책과 부츠(Books and

Boots)’(Gordon, J. et al., 52) 프로그램을 월 1회 정기적으로 운영하고 있다. 참가자들은 도서관 인근 시골 강가를 함께 걷고, 이후 간식 나눔을 통해 유대감을 형성한다. 이 프로그램은 독립적 걷기 모임으로도 확장되어 도서관 관리자 없이 자율적으로 운영되며, 지역 주민의 신체활동 증진과 정서적 안정에 기여하고 있다.

이 외에도 지역 도서관들은 좌식 요가, 아웃리치(Outreach) 요가, 필라테스와 같은 운동 프로그램을 제공하며 건강관리의 대안적 공간으로 기능하고 있다. 도서관을 방문하는 것만으로도 비자발적 신체활동이 유도되며, 이는 국민건강보험공단(National Health Service, NHS)의 부담을 경감시킬 수 있는 예방적 건강 복지 모델로 주목된다. 또한 도서관은 건강 관련 도서와 디지털 건강 정보 접근 경로를 안내하는 비의료적 정보 거점 역할도 수행한다.

자연 기반 문화예술 프로그램

영국의 ‘컬처 네이처 잉글랜드(Culture Nature England)’ 프로젝트는 도서관과 자연환경을 융합하여 주민의 정서적 안정과 공동체 연대를 강화하는 자연 기반 문화예술 프로그램의 대표 사례다. 이 사업은 내추럴 잉글랜드(Natural England) 등 환경 전문 기관과의 협력을 통해, 도서관이 자연과 인간을 연결하는 복합 문화 플랫폼으로 기능할 수 있음을 보여준다.

대표적인 운영 기관인 서머셋 도서관(Somerset Library)은 2025년, 지역 주민을 위한 자연 친화형 프로그램을 다양하게 기획·운영했다. 참여자들은 도서관에서 가상 자연 투어나 영상 콘텐츠를 통해 자연 유적지를 간접 체험하거나, 실제로 탐방 활동에 참여하여 자연에 대한 이해와 생태 감수성을 높일 수 있었다. 특히 ‘곶 자연 탐방로(Cape Nature Trail)’ 프로젝트는 산책로 안내 지도, 지역 예술가가 디자인한 표지판, 자연물 관찰 키트(쌍안경, 식별표 등) 대여 서비스를 통해 일상 속 자연 경험의 생활화를 유도했다. 도서관은 자연 명소를 콘텐츠화하여 홍보하고, 주민이 직접 지역의 자연유산을 경험하도록 도우면서 환경교육과 문화예술 활동을 통합한 지속 가능한 프로그램을 구축했다.

또한 노팅엄셔 도서관 서비스(Nottinghamshire Library Service)는 ‘연결을 위한 장소(Places to Connect)’ 프로젝트를 통해 도서관 정원과 자연보호구역을 연결하는 프로그램을 운영했다. 주민들은 정원과 숲길을 따라 산책하며 계절을 기념하는 문화 행사에 참여하거나, 녹색 인프라 지도 제작과 같은 창작 활동을 경험했다. 주요 프로그램은 ‘기공 기반 야외 수업’, ‘시즌 축하 문화 활동’, ‘잠간의 휴식’

을 통한 대화 시간 ‘우리 마을의 자연탐방’, ‘자연 속 가족 요가와 마음챙김’ 등으로 구성되었으며, 이는 치유와 공동체 소통을 주요 목표로 했다. 해당 사업은 자연과 도서관의 공간적 통합을 통해 정서적 웰빙과 사회적 연결성을 증진하는 모델로 평가받고 있다.

이와 함께 캠든 도서관(Camden Libraries)은 캠리 스트리트(Camley Street) 자연공원과의 연계를 통해, 지역 초등학교와 협력한 어린이 중심 교육 프로그램을 운영했다. 2~3학년 학생들을 대상으로 한 수업에서는 도서관과 자연공원을 연계하여, 아이들이 자연 속에서 아이디어를 수집하고 창작 이야기를 구성할 수 있도록 했다. 최종적으로는 학부모 대상 발표회를 열어 세대 간의 소통을 유도했다. 이 사례는 자연, 예술, 교육, 공동체가 유기적으로 연결된 복합적 문화예술 프로그램으로, 창의력 향상과 정서 발달, 세대 유대 강화라는 긍정적 효과가 나타났다.



[그림 7] 서머셋 도서관의 ‘꽃 자연 탐방로’
출처: Libraries Connected.



[그림 8] 노팅엄셔 도서관 서비스의
‘연결을 위한 장소’
출처: Libraries Connected.

소통 강화를 위한 문화예술 프로그램 분석과 제언

지금까지 도서관이 프로그램을 통해 소통을 강화하는지와 소통 특성을 기반으로 우리나라와 미국, 영국의 11개 프로그램 유형을 비교 분석해 보았다. 그 결과, <표 2>의 ‘소통 강화를 위한 문화예술 프로그램 유형별 비교표’에서 나타난 바와 같이 도서관 프로그램에 소통을 강화하는 요소가 모두 반영된 것으로 나타났다.

<표 2> 소통 강화를 위한 문화예술 프로그램 유형별 비교표

국 가	프로그램/ 도서관	지역성	공동체성	상호작용성	유기체성	외부 연계성
한 국	옥상텃밭	■ 지역 자원 활용	■ 가족·장애인 ■ 정서적 유대	■ 텃밭 활동 공유	■ 정기 프로그램	■ 구청, 환경단 체 연계
	야외 도서관	■ 도시 광장, 바다 공간 특화	■ 시민 참여형 체험 확대	■ 작가와의 만남, 파자마 때독서	■ 걷기, 명상 등 신체 활동	■ 시민단체 및 콘텐츠 연계
	삼청공원 숲속 도서관	■ 지역 생태자 원 활용	■ 가족 단위 공동체 중심	■ 관찰, 퀴즈, 미술 등 상호 활동	■ 자연 속 독서 체험 병행	■ 자연환경 기관(공원) 연계
	꿈다락 문화예술 학교	■ 지역문화 자원 활용	■ 세대 통합, 가족 참여형 교육	■ 책+야외 체험, 협력 기관과 공동 진행	■ 연간 정기 수업, 보호자 동반	■ 학습단체 연계
	도서관 문화예술 교육 동아리	■ 지역 도서관 거점 운영	■ 자발적 동아리 활동	■ 예술 창작+ 전시 등 실습 중심	■ 9개월 운영+ 결과물 발표	■ 지역거점 센터 연계
미 국	옥상, 야외정원	■ 지역 청소년, 어린이, 성인	■ 그룹 활동으 로 공동체 형성	■ 식물 기록, 활동지 작성 등 참여형	■ 원예를 통한 정서적·신체 적 회복	■ 대학, 푸드 뱅크 협력
	마음챙김	□ 캠퍼스 중심	■ 학생, 교직원 대상	■ 요가, 명상 등 워크숍 기반	■ 휴식과 회복 중심 활동	■ 키트 대출 등 유연한 구조
	창의적 노년	■ 고령층 대상 도서관 거점 운영	■ 또래 집단 유대 강화	■ 예술 창작 활동을 통한 교류	■ 회화, 퀴즈 등 장기 프 로그램	■ 봉사활동, 병원 연계 등 확대
영 국	뜨개질	■ 도시 빈곤 지역 기반	■ 자조 공동체 조성	■ 공동 작업 중심 상호작 용	□ 세대 간 교류 및 신체성 낮음	■ 자선 및 공공 프로젝 트 연계
	산책	■ 시골 자연환 경 활용	■ 걷기 후 소 모임 유지	■ 산책 후 간식 교류	■ 월 1회 정기 활동	■ NHS 및 보건소 연계
	자연 기반	■ 지역 명소 콘텐츠화	■ 가족 단위 체험 활동	■ 키트, 탐방, 가족 활동	■ 계절별 구성	■ 예술가, 도서관, 공원 연계

■ 표시는 강한 상태 □ 표시는 중간 상태

<표 2>에 나타난 소통 강화를 위한 문화예술 프로그램의 특징과 한계를 보면, 우리나라는 도서관 옥상이나 숲과 같은 다양한 공간을 활용하고 야간 운영, 세대 참여, 체험형 프로그램 등을 통해 서비스를 다변화하고 있다. 그러나 이러한 프로그램은 단기 행사이거나 코로나19와 같은 특수한 상황에서 취약해질 수 있기 때문에 지속성과 유기체성 측면에서 한계가 있을 수 있다. 미국의 프로그램은 전문 기관과 협업을 통해 대학이나 푸드뱅크 등과 연계하며, 키트 대출을 자원화하여 우수한 접근성과 확장성을 보인다. 공간 제약이 작은 규모의 지역을 중심으로 확산하는 모델이라 도시 밀집형 모델로 적용하기에는 제한적이다. 영국은 고립 지역과 고령층을 대상으로 뜨개질이나 걷기와 같은 맞춤형 프로그램을 제공하며, 건강 예방 중심의 문화예술을 접목하고 있다. 이는 소규모 지역에 적합하지만, 지역 단위 프로그램의 특성상 전국적으로 확장성이 낮다는 단점이 있다.

지금까지 살펴본 바와 같이 우리나라, 미국, 영국의 문화예술 프로그램은 각기 다른 사회적 배경과 정책 환경 속에서 지역성, 공동체성, 상호작용성, 유기체성, 외부 연계성의 요소를 반영하여 독자적인 발전을 이루어 왔다. 특히 우리나라는 자연환경과 지역 커뮤니티를 결합한 융합형 모델을 중심으로 정서적 소통과 생태 감수성을 강화하는 방향으로 진화하고 있다. 미국은 도서관을 기반으로 한 참여형 예술교육과 다양한 파트너십을 통해 지속 가능한 문화복지 모델을 실현하고 있으며, 영국은 고립감 해소, 건강 예방이라는 사회적 목적에 문화예술 활동을 접목하는 사례가 두드러진다.

우리나라가 향후 문화예술 프로그램을 통해 지역 주민과 소통을 더욱 강화하려면 다음과 같은 점을 제고해야 한다. 첫째, 도서관은 단순한 정보 제공 기능을 넘어 정서적 치유와 신체적 회복, 사회적 유대를 강화하는 복합 플랫폼으로 거듭나야 한다. 둘째, 전 생애주기별 문화 향유 기회를 보장하는 세대 통합형 프로그램을 확대하고, 지역 특성에 기반한 맞춤형 운영이 요구된다. 셋째, 프로그램이 단기성 행사에 그치지 않도록 지속 가능성을 위한 제도적 기반을 마련하고, 사회적 약자를 위한 아웃리치 서비스와 같은 포용성을 강화해야 한다.

이러한 방향성이 정착될 때, 도서관 기반의 문화예술 프로그램은 단순한 문화 활동을 넘어 지역사회의 소통 기관으로서의 정체성을 확보할 수 있다.

참고문헌

- 광교푸른숲도서관 누리집. 출처: <https://www.suwonlib.go.kr/gps/index.asp>
- 광진정보도서관 누리집. 출처: <https://www.gwangjinlib.seoul.kr/gjinfo/index.do>
- 김윤정, 노영희 (2023). 도서관의 소통적 특성을 기반으로 한 공공도서관의 역할정립에 관한 연구. 한국비블리아학회지, 34(1), 103.
- 꿈다락 문화예술학교, 한국문화예술교육진흥원 누리집. 출처: <https://www.arte.or.kr/business/society/saturdaycultureschool/intro/index.do>
- 도서관 문화예술 동아리 지원, (재)한국도서관문화진흥원 누리집. 출처: <http://klib.or.kr/contents/sub/sub02.html>
- 부산바다도서관 누리집. 출처: <https://bscf.or.kr/bb/main.do>
- 삼청공원숲속도서관 프로그램, 종로문화재단 누리집. 출처: https://www.jfac.or.kr/site/main/program/educ_season_list
- 서은유, 이시호, 심지영 (2023). 세대통합 문화예술교육 프로그램 개선 방안 연구: 꿈다락 문화예술학교 사례 분석을 중심으로. 문화예술교육연구, 18(6), 312.
- 서울야외도서관 누리집. 출처: <https://seouloutdoorlibrary.kr/user/main/mainIndex.do>
- 양원숲속작은도서관 누리집. 출처: <https://www.jungnanglib.seoul.kr/ywlib/index.do>
- 책놀이터북적북적, 울산 동구통합도서관 누리집. 출처: https://library.donggu.ulsan.kr/main/edusat/list.do?sh_ct_idx=110&sh_ct_idx2
- Banks, C. S., & Mediavilla, C. (2019). Libraries & Gardens: Growing Together. Chicago: American Library Association, 27.
- Charney, M., Colvin, J., & Moniz, R. (2019). Recipes for Mindfulness in Your Library. ALA Editions. In Wong, C. et al. Mindful McQuade: Mindfulness in the Heart of a Small College Campus, 29.
- Culture Nature England, Libraries Connected. Available: <https://www.librariesconnected.org.uk/projects/culture-nature-england>
- Enchanted Garden, Howard County Library. Available: <https://www.urbanlibraries.org/innovations/enchanted-garden>
- Gordon, J. et al. (2023). Libraries for Living and Living Better. Report for Libraries Connected East, June 2023, 52.
- Lifetime Arts (2025. February 4). Advancing Creative Aging Through State Library Leadership: A Midpoint Reflection. Available: <https://lifetimearts.org/news-article/state-library-leadershipmidpoint-reflection>
- Phul, A., Gorrington, H., & Stokes, D. (2024). "Wellbeing through reading": The impact of a public library and healthcare library partnership initiative in England. Evidence Based Library and Information Practice, 19(2), 86. <https://doi.org/10.18438/ebip30475>
- Wayne County Public Library (2025. May 20). A Front-Row Seat to Creative Aging. Lifetime Arts. Available: <https://lifetimearts.org/story/wayne-county-public-library>



탐방 취재

도파민 디톡스

활동 및 모임 취재

도파민 디톡스로 가는 다양한 모임의 세계

• 글 김민영 (작가, 『나는 오늘도 책 모임에 간다』 저자)

혼자는 외롭지만, 함께라면 즐겁다. 혼자라면 작심삼일로 끝날 일도, 함께하면 꾸준히 이어갈 수 있다. 혼자서는 정체되기 쉽지만, 함께할 때 우리는 성장한다. 모임이 우리에게 필요한 이유를 쓰자면 책 한 권으로도 부족하다. 관심사를 함께 나누는 모임 활동은 몰입의 경험, 그 자체가 된다.

최근 사회관계망 서비스(SNS), 짧은 영상 등의 유행으로 도파민 중독에 대한 심각성이 대두되면서 스마트폰 사용 시간을 줄이거나 소셜미디어 접근을 자제하는, 이른바 ‘도파민 디톡스(Dopamine Detox)’ 모임이 다양하게 확장되고 있다. 이러한 흐름 속에서 책과 연극, 전시, 달리기를 중심으로 한 모임들을 차례로 만났다. 참여자들은 모임 활동을 통해 디지털 기기와 멀어지면서 집중력이 향상되고, 우울감과 불안이 줄었다고 말했다. 모임에 몰입하다 보니 자연스럽게 휴대폰을 볼 시간이 줄어들어 디지털 디톡스가 이뤄지는 셈이다. 일상의 작은 변화가 삶에 어떤 영향을 미쳤는지, 함께 살펴보자.

함께 읽기, 느린 행복 실천법

책 모임을 통한 도파민 디톡스

17년 차 학습공동체 ‘송례문학당’에서 함께 책을 읽는 오수민, 이혜령, 김미연 작가를 만났다. 프리랜서 작가이자 강사로 활동하는 이들은 책 모임을 통해 삶의 활력을 얻는다. 모두 홀로 책을 읽어온 사람들에게 하루라도 빨리, ‘함께 읽기’를 시작하라고 권한다. 이날 책 모임에서 함께 읽은 책은 『도파민의 배신』(2025)이다.

책의 공저자들은 중독을 개인의 나약함으로 보지 않고, 도파민이 지배하는 뇌의 보상 시스템과 사회적 요인이 맞물려 생기는 문제라고 짚는다. 생존에 필수 신경전달물질인 도파민이 반복적 자극을 통해 행동을 유도하고, 결국 중독을 일으킨다는 것이다. 그렇다면 독자들은 이 책을 통해 도파민 중독에서 벗어날 수 있을까? 모임에 참여한 이혜령 씨는 이 책이 중독을 사회·문화적, 정치적 시선에서 성찰할 수 있게 한다고 말했다. 그러면서 “인터넷 중독을 질병으로 분류하자는 논의가 있었을 때 많은 의사가 반대하지 않았다. 오히려 폭력이나 알코올 등이 더 심각하다더라”라고 의견을 제시했다. 이날 토론 참여자들은 중독에 관한 다양한 시각을 갖게 되고 서로의 관점을 공유하게 된 계기가 되었다고 했다.



[그림 1] 책 『도파민의 배신』, 『고도를 기다리며』를 들고 있는 참여자들

책 모임에서의 집중이란, 우리가 알고 있던 이미지와 개념, 고정관념을 뒤흔들어 새로운 문을 여는 연습이다. 『도파민의 배신』에도 그런 신선한 발견이 있었다. 책은 중독을 일으키는 모든 것이 사실상 문화적 시설에서 비롯한 것이며, 문화가 없었다면 중독도 없었을 것이라 말한다. 인간의 멈출 수 없는 욕구로 인해 중독도 생긴다는 것이다. 오수민 씨는 생존에 필수적이지 않으면서도 즐거움을 주는 것들이 우리를 중독시킨다는 점에서, 자율성이 손상되는 것이 중독, 즉 질병의 핵심이라는 점에 공감했다. “스스로 조절하는 힘, 그 자율성을 잘 길러주는 일이 중요하다고 느꼈습니다.”

책 『아이들이 마음으로 글을 씁니다』(2023)의 저자인 그는 오랜 시간 아이들과 글쓰기 모임을 해왔다. 매일 꾸준히, 지속해서 글을 쓴다는 건 계속해서 마음을 돌보고 감정을 살피는 일과도 같다. 내면에 집중하는 습관을 기르는 것이기도 하다. 그는 말한다. “하고 싶은 걸 하는 것보다, 하고 싶어도 하지 않는 것이 더 중요하다는 걸 깨달았어요.”

그가 만나는 아이들은 ‘자기검열’ 바깥에 있다. 무엇을 어떻게 써야 할지 크게 고민하지 않고, 누가 내 글을 보면 어쩌나 초조해하지 않는다. 글쓰기 모임 운영자인 오수민 씨가 마음을 열고 자신의 이야기에 귀 기울이는 것을 알고 있기 때문이다. 덕분에 아이들은 함께 읽고 쓰는 ‘마감형 모임’을 통해 혼자라면 금세 포기했을 일을 같이 해내며 인내심과 집중력을 끌어올리고, 디지털 도파민의 영향권에서 멀어지고 있다.

책 모임 패널 김미연 씨는 은행 퇴직 후 프리랜서 강사가 되었다. 그는 직장생활 중에 하지 못했던 공부를 스스로 선택해서 하고 있다. 가족과 직장, 사회가 부여했던 역할에서 벗어나 자신의 힘으로 마감을 정하고 실천하는 것이다. 그는 “책 모임을 통해 나 자신이 많이 변화하고 성장했다”고 말한다. 이 책에서 그가 중요하게 본 부분은 ‘건강한 생활을 위해 필요한 다른 것들도 잘하고 있는가’였다. 자녀를 키우는 부모뿐 아니라 취미 활동을 즐기는 사람이라면 누구나 고민해 볼 부분이다.

“건강한 삶의 균형을 위해 필요하다면 그리고 과하지 않다면 뭔가를 하는 것은 괜찮다고 봅니다. 무조건 ‘중독 아니야?’라는 시선은 거두고요.”

순간, 우리는 중독을 의심하는 시선 자체를 돌아봐야 한다는 것을 깨달았다. 누군가의 행동 패턴을 빌미 삼아 판단하고, 공격하고, 나아가 비난과 지적을 일삼는 태도는 갈등을 일으킨다. 과하지만 않다면, 뭔가를 하는 것은 괜찮다. 김미연 씨가

말하는 ‘뭔가’란 결국 의지와 선택의 방향일 것이다. 오랜 시간 비폭력 대화를 공부해 온 그는 관련 세미나와 공부 모임에 참여하며 자신과 타인을 이해하기 위해 애썼다. 두 아들의 엄마로 살면서 매일 시험에 드는 기분이었다. 아이들의 행동이 중독이 아닌지 의심하고, 의심한 자신을 자책하는 일상. 그는 그 반복에서 벗어나고 싶어 책 모임에 참여하기 시작했다.

도파민 중독에서 벗어나고자 하는 이들에게 책 모임은 좋은 대안이 될 수 있다. 그리고 책 모임이 지닌 효능감에 대하여 반복해서 확인할 필요가 있다. 들었던 말도 계속 들으며 일상의 습관으로 자리 잡을 때까지 집중을 이어가야 한다. 누군가는 꾸준히 책 모임의 장점을 상기시켜 주어야 한다.

“매리언 울프(Maryanne Wolf)의 『다시, 책으로』(2019)에 따르면 스크롤(Scroll)이 우리 뇌에 미치는 영향은 지대합니다. 스크롤을 할 때는 자극이나 정보량에 대한 반응 없이 사용자는 거의 고정된 상태로 머물죠. 반면에 독서는 느린 활동이지만 책 모임 후에도 그 영향을 받습니다. 능동적·적극적으로 사고하고 활발히 움직이게 하는 존재의 가치, 이것이 바로 책 모임이 필요한 이유입니다.”

이혜령 씨는 자신의 블로그에 책과 책 모임에 대한 기록을 꾸준히 남겨왔다. 독서토론 중 자신이 읽은 책을 배경 삼아 이야기하고, 덧붙이고, 해석하는 능력 역시 기록의 힘이다. 그는 안다. 아무리 좋은 것이라도 기록하지 않으면 휘발된다는 것을. 울프의 책을 언급하던 그는 눈을 반짝이며 “적극적으로 사고하고, 잊지 않는 존재가 되고, 수동적인 상태에서 벗어나기 위해 반드시 책 모임을 해야 한다”고 거듭 강조했다.

그런 그가 준수하는 책 모임의 철칙이 있다면 바로 ‘출석’이다. 책을 다 못 봤어도, 심지어 전혀 읽지 못했어도 일단 모임에 나오라고 등을 두드린다. 이유는 명확하다. 함께 듣고 말하다 보면 휴대폰에서 자연스럽게 멀어지기 때문이다. 책을 읽고, 모임에 가고, 의견을 나누는 등 일련의 과정이 모두 디지털 디톡스의 순환이다. 이혜령 씨에게 책은 자연스러운 디지털 ‘오프(Off)’ 활동이다. 마치 명상하듯 책에 집중하면 마음이 단순해지고 집중할 대상이 명확해진다. 그는 말한다. “그것만으로도 누구나 도파민 중독에서 벗어날 수 있어요.”

때로 책 모임이 숙제처럼 느껴지는 날도 있다. 마치 약속을 잡는 당시엔 좋았지만 그날 아침이 되면 취소되길 바라는 마음이 드는 것처럼, 책 모임 또한 마찬가지다. 몸이 아프다고, 일이 생겼다고, 결석을 알리고 싶은 날도 있다. 실제로 책을 읽지 못했으니 분명한 결격 사유다. 운영자에게 한마디만 하면 된다. “오늘 사정이

있어서 참석이 어려워요. 죄송해요. 다음에 뵙요.” 모임이 시작될 즈음 이런 연락을 하고 나면 나도 모르게 왠지 무책임한 사람이 된 듯한 죄책감이 든다는 사람도 있다. 물론, 몇 번은 충전차 누워 쉬어도 된다. 책 모임에 오가는 일 자체가 무겁고 버겁게 느껴지는 날도 있으니 말이다. 하지만 그럴 때 오수민 씨의 말을 떠올려 보자.

“함께라는 리듬에 맞추기 위해 사람은 절로 움직이게 됩니다. 일단 방 안에서 나와 책 모임 장소로 향하다 보면 오가는 길에 바람을 느끼고 자연과 접촉하게 되죠. 그러다 보면 오길 잘했다는 생각이 듭니다. 책 모임은 혼자만의 세계에 갇혀 있지 않고, 보다 넓은 공간에서 쌍방향 소통의 즐거움을 느끼게 해주는 활동이에요.”

줌(Zoom)으로 진행되는 온라인이든, 직접 대면하는 오프라인이든, 책 모임에 참여하기 위한 과정에는 항상 ‘오가는 길’이 있다. 책을 빌리거나 사고 반납하는 개인 활동부터, 모임에 참여하고 서로 이야기를 나누는 사회 활동까지 모두 자극적인 도파민이 필요 없는 산책이자 자극 없는 지성의 교류와 같다.

김미연 씨는 책을 완독해야 한다는 부담만 내려놓으면 정말 재미있는 활동이라며 책 모임을 예찬했다. 듣기만 해도 두세 시간은 훌쩍 지나고, 같은 책을 여러 번 읽은 느낌을 주는 활동이기에 그렇다. 가령 책 한 권을 읽은 뒤 열 명이 모인 모임에 간다고 해보자. 비슷하면서도 다른 의견이 최소한 열 개는 쏟아진다. 저마다 밑줄 친 문장도, 주인공의 행동을 바라보는 시각도 다르다. 또한 책 속의 사건이나 상황, 결말의 방식까지 모든 것이 대화의 주제가 된다. 말주변이 없어 듣고 오기만 한 사람도 책 열 권을 읽은 듯한 포만감을 느낄 수 있다.

“많은 분이 숏폼 영상을 보며 시간을 흘려보내는데, 그보다 다른 사람과 책에 관해 이야기하다 보면 스스로를 객관화해서 볼 수 있어요. 그리고 그 과정에서 나 자신이 새롭게 보입니다. ‘나는 이런 걸 불편해하는구나’, ‘이런 걸 좋아하는 사람이구나’를 깨닫게 되죠. 그러다 보면 영상 자극이 저절로 필요 없어지게 됩니다.”

김미연 씨는 특히 요즘 콘텐츠들이 지나치게 극단적이고 일방적이라며, 무조건 자신만 옳다는 태도에서 벗어나기 위해 책 모임은 필수적이라고 말한다. 그의 아이들도 책 모임에 참여했고, 남편에게도 권했다. 가족 간의 소통과 교감에도 책 모임은 도움이 된다. 읽을 책이 점차 많아지고 다채로운 주제를 접하다 보면 스마트폰 사용량이 줄어 자연스럽게 디지털 디톡스가 되는 것이다.

필자가 활동하는 승례문학당에도 책 모임을 통해 인생이 바뀐 학부모가 있다. 학당 교사들의 재능기부로 이어져 온 어린이·청소년 수업에 동행한 그는 위킹맘

이었다. 책을 좋아하는 가족과 달리 그는 드라마나 홈쇼핑 시청을 즐겼고, 회사에서 받는 스트레스를 풀기 위해 퇴근 후 맥주 한 캔과 TV 시청은 필수였다. 그렇게라도 머릿속을 비우고 달래야 했다. 함께 책을 읽자는 남편과 아이의 말은 잔소리로 들렸다. 책만 펴면 졸음이 쏟아지는데 가족끼리 독서라니, 내키지 않았다. 그러다 아이가 하고 싶다는 책 모임에 같이 오게 되면서 피할 길이 없어졌다. 아이들이 수업하는 동안 학부모들도 책 모임을 해야 했다. 그는 “도망치고 싶었다”고 당시를 회상하며, 책을 많이 읽은 학부모들 사이에서 어색하게 웃음만 지었던 순간을 떠올렸다. 그러나 억지로 시작한 독서는 그에게 거센 변화의 바람을 일으켰다. 더 이상 TV가 재미가 없어진 것이다. 읽고 싶은 책, 읽어야 할 책이 쌓여 TV 볼 시간이 어디 있나 싶었다. 다른 사람들은 이미 읽은 책을 본인은 아직 못 읽었으니 죽기 전까지 한 권이라도 더 봐야겠다는 의지도 다졌다. 엄마가 책을 읽자, 아이와 남편도 신이 났다. 이제는 가족 책 모임까지도 구상 중이다. 그는 말한다. “책 모임 전후로 인생이 바뀌었습니다. 누구나 한 번쯤 책 모임을 해보면 좋겠어요.”

이혜령 씨가 토론에서 인용한 신영복의 책 『담론』(2015)에는 “공부란 머리에서 가슴, 가슴에서 발까지의 여행”이라는 말이 있다. 그에게 책 읽기란 ‘머리에서 가슴으로 읽는 것’이고, 책 모임은 ‘가슴에서 발까지로 가는 실천’이다. 혼자 읽을 땐 ‘이런 내용이구나’ 하고 파악하면 그만이지만, 책 모임에 가면 책의 주제나 작가의 의도를 더 깊이 고민하게 된다. 자기 안에 갇히지 않고, 바깥의 생각으로 나아가는 결정인 셈이다. 물론 낮가림이 심하고 부끄러움을 많이 타는 성격의 사람이라면 주저할 수 있다. 그럴 땐 가까운 도서관에서 진행되는 책 모임부터 찾아보길 권한다.

책 모임 애호가인 우리는 ‘전 국민 책 모임 운동’이 펼쳐지기를 희망한다. 의무제라도 좋다. 위 학부모의 사례처럼 억지로, 과제처럼 하다 재미를 느끼게 될 수도 있지 않을까. “책 모임을 한 번도 안 해본 사람은 있어도, 한 번만 해본 사람은 없다”는 말이 있다. 디지털 디톡스로 가는 지름길, 우리는 그것이 바로 책 모임이라고 믿는다.

시야를 확장하는 몰입의 경험

연극 관람을 통한 도파민 디톡스

책 모임은 책으로만 끝나지 않는다. 연극, 영화, 전시, 걷기 등으로 자연스럽게 확장된다. 책 모임 애호가인 오수민, 이혜령, 김미연 씨와 함께 연극 <고도를 기다리

며>를 관람하고 이야기를 나눴다. 연극 관람에서 경험한 디지털 디톡스에 관한 이야기가 흥미진진하게 이어졌다. 국립극장에서 평일 낮 3시에 열린 공연은 전석 매진이었다.



[그림 2] 연극 <고도를 기다리며>가 펼쳐진 국립극장

이혜령 씨는 원작이 있는 연극에 특별한 매력을 느낀다, 익숙한 이야기가 입체적으로 살아나는 경험 때문이다. 각색을 누가, 어떻게 하느냐에 따라 전혀 다른 작품이 되기에 그 차이를 집중해서 본다. 드라마나 영화와 달리 연극은 ‘공간의 예술’이다. 현장의 공기와 분위기를 오롯이 느낄 수 있어 그 잔상이 오래도록 남는다.

오수민 씨는 원작이 흥미로울수록 연극에서 어떻게 표현됐는지 궁금해서 보는 편이다, 오감을 통해 생생하게 전달되는 것이 연극의 묘미다. 배우의 목소리, 톤, 표정, 호흡까지도 섬세하게 다가온다. 연출이 의도한 음향, 빛, 공간이 어우러져 생동감이 넘치고, 예상치 못한 뜻밖의 발견이 무대에 있어 기회가 되면 극장을 찾는다.

최근 연극 <산재 일기>를 인상 깊게 본 김미연 씨는 공연 후에 나누는 대화를 중요하게 생각한다. <산재 일기>도 관람 후 함께 이야기하는 시간을 가졌다. 등장인

물이 많지 않아 자칫 단조로울 수 있었지만, 오히려 배우들과 호흡하며 몰입도가 높았다고 했다. 그는 연극 관람의 진정한 가치는 관객에게서 나온다고 믿는다. “저들도 나와 비슷한 감정을 느끼지 않을까”, “나만 이런 건 아니겠지”, “또 어떤 다른 시선이 있을까” 상상하며 관객을 바라보는 시간을 매우 즐긴다. 그에게 연극 관람이란 공연 감상을 넘어 관객 감상으로까지 확장되는 향유이자 여행이다.



[그림 3] 연극 관람 전 참여자들의 모습

‘관객을 감상한다’는 것은 곧 ‘시야를 넓힌다’는 의미이기도 하다. 수많은 군중 사이 작은 존재로 머무는 경험을 통해 세상이 얼마나 넓고 복잡한지, 또 얼마나 비슷하면서도 다른 감정들이 뒤섞여 있는지 체감한다. 스마트폰이나 노트북으로 보는 세상과는 확연히 다르다. 화면 속 군중은 볼거리에 그칠 수 있지만, 현장의 군중은 곧 세상이자 세계다. 배우의 목소리가 공연의 중심이라면, 공연 전후 그리고 인터미션(Interruption)은 관객의 시간이다. 그 틈의 대화와 숨소리, 발걸음, 눈빛, 몸짓을 보면서 관객은 평소와는 다른 집중력을 발휘하게 된다. 군중을 향한 호기심이 발동하고, 지나가는 공연 평에도 귀 기울이게 된다.

‘저 사람들은 공연을 어떻게 봤을까?’ 호기심이 생기고, 말을 걸고 싶은 충동도 느낀다. 같은 공연을 봤다는 이유만으로 다른 사람에게 관심이 생기기도 한다.

“디지털로 보는 영화나 드라마, 영상은 언제든 다시 볼 수 있지만, 연극은 일정 기간, 특정 장소에서만 만날 수 있다는 점이 관객을 움직이죠. <고도를 기다리며> 처럼 배우가 작품에 매진했다는 사실을 알게 되면 더 보고 싶어지고요. 볼 때마다 새로운 부분이 발견되니까 백 번을 다시 보는 사람도 생기는 것 같아요.”

오수민 씨는 연극의 매력을 ‘일정 기간, 특정 장소’에서 찾는다. 실시간이 주는 힘, 몰입의 경험을 대중이 원한다는 것이다. 누구나 매일 반복되는 일상과는 다른 경험을 원하기에 ‘매진 사례’라는 말에 몸이 움직인다. 이 공연을 백 번도 넘게 본 관객이 있다는 말에 오수민 씨는 눈을 반짝였다. 자신도 오래전에 <고도를 기다리며>를 봤지만, 이번 관람은 마치 처음 보는 것처럼 감동이었다며 배우들의 발걸음, 시선, 호흡까지 놓치지 않고 오롯이 느낀 몰입의 시간이었다고 한다. 다소 밋밋하게 느껴졌던 원작 소설 『고도를 기다리며』(2000)를 다시 읽고 싶게 만든 연극의 힘이었다.

이날 공연장에는 휴대폰을 반드시 꺼달라는 안내가 여러 차례 이어졌다. 마치 이전에 공연 중 관객의 휴대폰 소리에 불미스러운 상황이 생기길라도 했던 것처럼, 주의를 당부했다. 김미연 씨는 이 점을 긍정적으로 해석했다.

“반복되는 안내가 소음처럼 느껴질 수도 있지만, 집중력을 높이는 데는 분명 도움이 돼요. 영화관에서도 스마트폰 보는 사람들이 꽤 있잖아요. 심지어 전화 받는 경우도 있고요. 그런데 오늘 이 연극을 보러 온 관객들은 그 시간만큼은 스마트폰을 끄고 공연에 몰입했으니 특별한 경험이 아닐까 싶어요. 완전히 다른 세계로 가는 듯한 느낌 말이에요. 벌써 다음 연극이 기다려집니다.”

그 때문일까. 이날 공연장은 배우들의 목소리만 가득했다. 관객이 내는 소음은 없었다. 오직 배우에게만 집중해 공연을 봤다는 오수민 씨는 영상처럼 다양한 효과로 신경을 분산시키지 않기에 관객으로서 적극적인 틈을 발견하고 감정이입을 할 수 있다는 점에서 연극 관람을 권했다. 몰입이 배가되는 이유다. 그런가 하면 연극 현장에서만 경험할 수 있는 감정의 파동, 진동이 있다고 생각하는 이해령 씨는 몰입하지 않고는 연극을 따라갈 수 없다고 덧붙였다. 영상은 되돌려 보거나 멈출 수 있지만, 연극은 관객이 그 흐름을 동시에 따라가야 하기에 집중력이 높아진다. 잊히지 않는 감정의 파동과 잔상을 ‘정확히’ 끌어안고 극장을 나가는 몰입의 경험, 그것이 연극 관람이 선사하는 진정한 디톡스다.

빛과 색 그리고 나를 마주하는 시간

전시 관람을 통한 디지털 디톡스

전시장도 인산인해다. SNS를 통해 확산되는 전시 후기와 콘텐츠들이 관객을 사로잡는다. 감각적인 음악과 이미지가 대중의 욕구를 자극하고, ‘이달에 꼭 봐야 할 전시 베스트 10’은 일단 저장부터 하게 된다. “OO 전시에 다녀왔어요!” 몇 줄 안 되는 글에 이어지는 ‘좋아요’는 ‘저도 가고 싶어요’라는 반응으로 읽힌다. 대중의 반응은 중독성이 강하다. 관심받기 위해 새로운 경험을 하고, 이를 인증한다. 전시라는 콘텐츠는 이미 도파민 중독인 대중의 삶 속에 안착했다.



[그림 4] 환기미술관을 찾은 참여자들

전시 관람을 통해 느린 행복의 의미를 발견하는 이들을 만났다. 각자의 방식으로 전시를 보고, 토론하고, 글로 남기는 프리랜서들이다. 취재 현장 인근 환기미술관(서울특별시 종로구 자하문로40길 63)에 다녀온 패널들은 사진 촬영이 금지된 공간이라 오히려 좋았다고 한다.

“미술관에 가면 다들 사진 찍느라 바쁘잖아요. 여행지도 마찬가지고요. 공간과 현장을 온전히 느끼기보다 사진을 남기기 바쁜 풍경이 아쉬웠는데, 적어도 미술관에서는 휴대폰을 사물함에 넣고 작품에만 집중해 보면 어떨까요?”

책 모임 활동가인 홍지연 씨의 말이다. 그의 말처럼, 미술관 입구에 마련된 사물함이 기다리는 것은 휴대폰일지 모른다. 적어도 전시 관람 중에는 스마트폰을 끄고 오직 작품에만 몰입해 달라는 묵언의 요청 아닐까? 물론 현실은 사물함에서 휴대폰만은 꺼내야 한다는 강박의 연속이지만 말이다.

프리랜서 강사 조혜원 씨는 전시장에 가면 오래 사진 찍는 사람들로 붐비기 마련인데 환기미술관의 분위기는 달랐다고 전한다. 불편하게 느껴지는 동선조차 당시 사람들의 정서를 반영해 만들어진 것 같아 오히려 특별하게 다가왔다고 했다. 그는 시공간을 넘나들며 일상과는 다른 호흡과 흐름에 집중하기 위해 전시 공간을 찾는다.

직장인이자 책 모임 기획자인 김승호 씨는, 전시를 관람할 때 먼저 전체를 훑듯 둘러보고 이후 마음을 사로잡은 몇몇 작품 앞에 오래 머문다. 모든 작품을 기억하거나 해석하려 애쓰기보다, 자신에게 말을 거는 듯한 작품과의 만남에 집중하는 것이다. 그는 오히려 덜 알려진 한 작품이 유명한 명화보다 더 깊이 남는다고 말한다.

최근 그는 『재현 씨, 무슨 생각으로 살고 있나요?』(2025)라는 제목의 소설집을 출간했다. 부제는 ‘50점의 그림, 50번의 나를 돌아본 시간’으로, 50점의 그림 앞에 떠올린 이야기를 짧은 소설로 풀어냈다. 은퇴를 앞둔 그는 현재 프리랜서 작가이자 강사로 제2의 인생을 준비 중이다. 대학원에서 독서교육을 전공하며, 다양한 책 모임에도 참여하고 있다. 불필요한 관계는 줄이고 오롯이 자신에게 집중하는 삶을 지향한다.

책 모임 운영자인 김민희 씨는 사전 정보 없이 전시장을 방문하고 되도록 해설 자료를 접하지 않는다. 지식이 아닌 그림에 집중하며 자유롭게 관람할 때 그 기억이 오래도록 남기 때문이다. 그는 “정보가 많을수록 감상의 흐름이 방해받는다”며, 책을 읽고 전시회에 다니면서 놀랄 만큼 집중력이 향상됐다고 말한다.

따로 또 같이 전시를 관람하고 토론하는 방식을 좋아하는 홍지연 씨는 관람 후의 대화를 중요하게 여긴다. 전시 후에 누군가와의 대화가 기다리고 있으니, 휴대폰을 볼 여유도 없이 작품도 더 열심히 보고 메모도 하며 몰입한다. 작품에 관해 이야기하려면 집중은 필수기 때문이다.



[그림 5] 디지털 기기를 내려놓고 서로에게 집중하는 순간, 진짜 대화와 몰입이 시작된다.

출처: clipartkorea.

전시는 이들에게 단순한 콘텐츠 소비를 넘어 디지털 디톡스를 이끄는 하나의 기폭제가 된다. 이야기의 주제는 자연스레 그 원인인 도파민 중독으로 이어졌다. 프리랜서 작가 구영주 씨는 도파민 중독에서 벗어나는 자신만의 방법을 공개했다. 특별한 일이 없으면 매일 도서관에 가는 그는, 인터넷도 메신저도 되지 않는 아주 작은 용량의 노트북 한 대만 들고 간다. “책을 읽고 글을 쓰는 환경에 나를 가두는 것”이라고 설명하는 그는, 집필 시간 동안 오직 독서와 글쓰기에 몰입하며 도파민 디톡스를 실천하고 있다.

프리랜서 작가이자 강사인 최병일 씨는 일본 교수의 유튜브(YouTube)에서 본 내용을 토대로 도파민 중독이 우리 뇌에 미치는 영향을 설명했다. 영상에 몰입하던 아이들의 시청을 중단시키면 공격적인 반응이 나타나는데, 이때 세 단계로 구성된 인간의 뇌가 가장 낮은 단계인 파충류의 뇌 모양처럼 된다는 것이다. 파충류는 생존 본능에 최적화된 동물로, 위급한 상황이 되면 자신의 신체를 끊고 도망가거나 상대를 공격하는 행태를 보인다. 그는 도파민에 중독된 인간의 뇌 역시 이와 비슷하다며, 자극을 차단당하면 이성적 판단이 어려워져 곧장 공격성으로 이어진다고 경고했다.

김민희 씨는 이를 두고 ‘도파민 지옥’이라는 표현을 썼다. “식당에 들어 밥을 먹으러 가도 각자 휴대폰만 보고 있어요. 가족들도 자기 방에서 나오지 않고 카카오톡으로 대화하기도 하죠. 그야말로 도파민 지옥 같은 세상이 되어버렸어요. 유튜브를 보고, 쇼핑하기 위해 스마트폰을 놓지 못하는 상황이니 중독이죠.”

조혜원 씨는 디지털 도파민 중독의 근원으로 자극적인 콘텐츠와 그것을 부추기는 테크(Tech) 기업의 전략을 꼽았다. 그는 “사람들의 시간을 훔치는 구조 속에서 우리는 소비자가 아닌 먹잇감이 되고 있다”고 비판했다. 이에 최병일 씨도 “실제로 테크 기업 종사자들이 자신의 자녀들에게는 16세 이전에는 스마트폰을 주지 않는다”고 덧붙였다. 피해의 본질을 정확히 알고 있기 때문이다. 그는 디지털 중독의 피해가 소비자에게 고스란히 돌아가고 있다는 예리한 시선도 더했다.

무심코 클릭하고 머무르며 소비하는 수많은 디지털 콘텐츠들 그리고 이를 통해 수익을 창출하는 기업들의 전략이 점차 우리의 일상을 잠식하고 있다. 인간 사이의 대화와 교류는 줄어들고, 짧고 자극적인 숏폼 콘텐츠만이 범람한다. 스마트폰 없이는 잠시도 견디기 힘든 지금, 패널리들은 우리를 둘러싼 디지털 중독 실태를 각해야 한다고 입을 모은다.

이러한 문제의식 속에서 클릭과 스크롤로 가득한 일상에서 벗어나기 위해 이들은 전시장을 찾는다. 그곳에서 경험하는 해방감과 자유로움은 디지털 디톡스의 출발점이 되고, 그렇게 쌓인 경험은 관람 효능감을 높이며 디지털 사용을 자연스럽게 줄이는 데 도움을 준다. 조혜원 씨는 말한다.

“요즘 이성의 불만 켜 채 서로를 공격하는 일이 많잖아요. 그보다는 꺼진 감성의 불을 켜보면 어떨까요? 그림 한 점 앞에서 말이예요. 자연 속에 있을 때 마음이 편안해지는 것처럼, 미술 앞에서도 회복이 가능하다고 믿어요. 클릭과 스크롤이 아니라, 몸을 움직여 전시장에서 가서 한두 시간 서서 관람하는 그 ‘몸의 경험’이 가장 소중한다고 생각해요.”

무분별한 정보 소비와 타인의 욕망에 휘둘리는 삶 속에서 우리는 종종 자신을 잃어버리곤 한다. 그러나 한 달에 한 번 미술관에 가는 루틴을 만들면, 내가 원하는 것이 무엇인지, 관심사를 어디에 두어야 하는지 천천히 찾아갈 수 있다. 단, 한 가지 지켜야 할 규칙이 있다. 그 순간만큼은 휴대폰을 사물함에 넣고, 오직 전시에만 집중할 것.

숨결을 따라 걷는 몰입의 순간

달리기를 통한 디지털 디톡스

『아무튼, 달리기』(2020), 『달리기가 나에게 알려준 것들』(2020), 『오늘도 달리기를 합니다』(2023), 『50대, 달리를 할 줄이야』(2024), 『달리기는 제가 하루키보다 낫습니다』(2025), 『내가 좋아하는 것들, 달리기』(2025) 등 달리기와 관련한 에세이들이 연이어 출간되더니, 달리기가 하나의 ‘열풍’이 되었다. 머릿속을 맑게 하고, 스트레스를 줄이는 달리는 이제 국민 체육의 한 영역으로 자리 잡았다. 성인병 개선에 효과가 있다며 달리에 참여하는 중장년층도 늘고 있다. 전국 마라톤 대회는 조기 마감이고, 러닝 용품 시장은 날로 확장되고 있다. 육상선수나 국가대표 출신의 러닝 코치들도 각자의 방식으로 주법과 호흡법을 강의한다. 동네 체육공원, 탄천, 운동장 곳곳엔 홀로 또는 함께 달리는 ‘러닝 크루(Running Crew)’들로 가득하다.



[그림 6] 러닝 크루 A-크루 참여자들

그중 활발한 활동을 보이는 ‘A-크루(A-Crew)’를 만났다. ‘아그레아블 독서 모임’에서 운영하는 팀으로, 기수제로 운영되는 유료 러닝 프로그램이다. 지금까지

1,000명이 넘는 회원들이 거쳐간 이 모임은 퇴근 후 늦은 저녁임에도 활기가 넘쳤다. 모두 10km쯤은 가뿐히 달릴 것처럼 보였다.

“공무원 생활을 하며 쌓인 스트레스를 해소하기 위해 달리기를 시작했어요. 크루와 함께라 꾸준히 달릴 수 있었죠. 운동은 전혀 못 하는 저질 체력이었는데, 지금은 10km를 무난하게 달리는 중입니다. 인생 역전이죠.”

피로에 시달리던 김원선 씨는 러닝 크루 활동으로 삶이 달라졌다고 말한다. 소문난 저질 체력이었기에 놀라운 변화였다. 지금은 10km 달리는 것도 거뜬한 그를 바라보는 주변 동료들의 시선도 달라졌다. 건강해 보이고 활력 있다는 이야기까지 듣는다. 퇴근 후 달릴 생각에 그는 즐겁다.

일만 하면서 살았던 추훈평 씨는 “이렇게 살면 안 되겠다”는 마음으로 크루에 합류했다. 처음에는 1km도 못 달리던 그는 올해 풀코스를 완주했고 산악 달리기까지 즐긴다. “서로 끌어주고 응원해 주지 않았더라면 불가능했을 거예요.” 구릿빛 피부가 그의 활동량을 보여준다.

평범한 회사원이라고 본인을 소개한 조기웅 씨는 혼자 뛰다가 크루에 들어왔다. 서로 에너지를 주고받고 함께할 때 훨씬 즐거운 것이 달리기라고 말한다. 그런가 하면 혼자 달리다 지겨워져 러닝 크루에 왔다는 조혜원 씨는, “이 나이에 취미 친구들이 생겼다”며 웃었다. 응원해 주는 존재들이 생겼다는 것만으로도 힘이 난다고. 풀코스를 완주한 경험이 있고, 여전히 도전 중이다. 부드러운 완주를 위해 요가와 PT도 병행한다. 달리기는 이미 그의 일상이고, 중심축이다.

조기웅 씨는 달리기 덕분에 일의 능률도 향상됐다고 한다. 러닝을 ‘0순위’로 두고 삶을 재편했다. 업무에 집중하는 것도 달리기 위해서다. 야근은 달리를 방해하는 빌런(Villain)이므로 업무 시간에 집중은 필수다. 핵심은 루틴과 몰입이다.

“결과적으로 러닝을 하기 위해 일에 더 집중하게 됐어요. 달리를 하면 좋은 도파민이 나와요. 활력이죠. 저는 휴대폰을 지니지 않고 달립니다. 오직 저 자신, 제 호흡에만 집중해요.” 디지털 디톡스는 이렇게 시작된다. 자연스레 스마트폰과 멀어지는 디지털 디톡스의 시간. 러닝은 그 자체로 의식적인 ‘분리’다.

달리기는 복잡한 고민으로부터 러너를 벗어나게 해준다. 달리다 보면 생각이 단순해지고 정리된다는 추훈평 씨는 ‘답’을 찾는 것도, 완벽한 정리를 원하는 것도 아니지만, 본질에 집중하면 그것이 업무이든 관계이든 머릿속에서 정리되는 느낌이 든다고 말한다. 거미줄처럼 복잡한 일상에 얽혀 있는 이들에게 그는 달리를 권한다.



[그림 7] 러닝을 끝낸 뒤 참여자들의 모습

모임 운영자인 박종철 씨에게 달리기는 계절 감각이다. 어떤 날씨든, 어떤 상황 이든 사계절을 즐기게 됐다. 그 자체가 그에게 디지털 디톡스인 셈이다. 차로 다닐 땐 못 봤던 풍경을 살피게 되고, 계절마다의 변화를 온몸으로 흡수하며, 그는 디지털과 가장 먼 자연에서 계절을 느끼는 중이다.

추훈평 씨는 디지털 디톡스의 핵심은 스마트폰을 안 보는 게 아니라 타인과의 연결 고리에서 벗어나는 데 있다고 말한다. 그에게 달리기는 연락을 기다리는 의존증에서 자연스럽게 멀어지게 하는 행위다. “우리는 급한 연락이 없다는 것을 알면서도 휴대폰이 없으면 불안해하고 24시간 연락을 기다리는 대기조처럼 살고 있죠. 달리기는 그 대기조 생활에서 벗어나는 해방”이라면서 스스로 달릴 시간과 장소, 속도를 결정하고 몸의 움직임에 집중하는 달리기를 통해 몰입의 경험을 하고 있다.

박종철 씨에게 크루란 ‘정신적 근지구력’이다. 달리다 보면 숨이 조이고 힘든 순간이 오기 마련이지만, 그럴 때 그가 하는 말이 있다.

“지금 이 힘들이가 직장에서 스트레스 받고 힘든 것보다 훨씬 낫지 않나요? 내가 뛰는 풀코스의 순간이 가장 싫은 상사와 한 시간 있는 것보다 편한 일임을 느껴보세요.”

운영자의 내공이 엿보이는 대목이다. 그는 크루들이 웃으면서 뛰고, 자연스레 달

리기에 몰입할 수 있도록 동기를 부여한다. ‘저렇게 볼 수도 있구나!’ 관점을 조금만 바꿔도 세상을 긍정적으로 바라볼 수 있다고 그는 말한다. 더 큰 세상, 더 넓은 시각을 갖기 위해 그는 오늘도 달린다.

“휴대폰 사용량이 많은 분께 달리기를 권합니다. 달리면 일상이 달라집니다!”

수많은 도전자를 지켜본 그는 일단 달려보라고 했다. “내딛는 한 발이 자신감을 이끌고 자존감을 높입니다. 힘겨운 달리기를 마쳤다는 경험이 마음을 움직이고 태도에 변화를 줘요. 매일 잠시라도 핸드폰을 내려놓고 싶다면, 느리게라도 뛰어보세요.”

그가 보기에 우리 사회에 부는 러닝 열풍은 국민성과도 연결된다. 우리의 성향, 기질이 곧 모임과 집단, 함께하기다. 스트레스를 운동이라는 건강한 방식으로 해소할 수 있다면 그보다 좋은 것이 어디 있을까. 운동복 한 벌, 운동화 한 켤레만 있으면 누구나 시작할 수 있는 것이 달리기다. 진입장벽이 낮아 일상 운동으로도 제격이다.

당장 오늘부터 3분이라도 달려볼까. 빨리 걷듯 천천히 시작해도 괜찮다. 얼마나 스마트폰에서 멀어지는지, 스트레스가 얼마나 감소하는지, 몸이 답해줄 것이다.

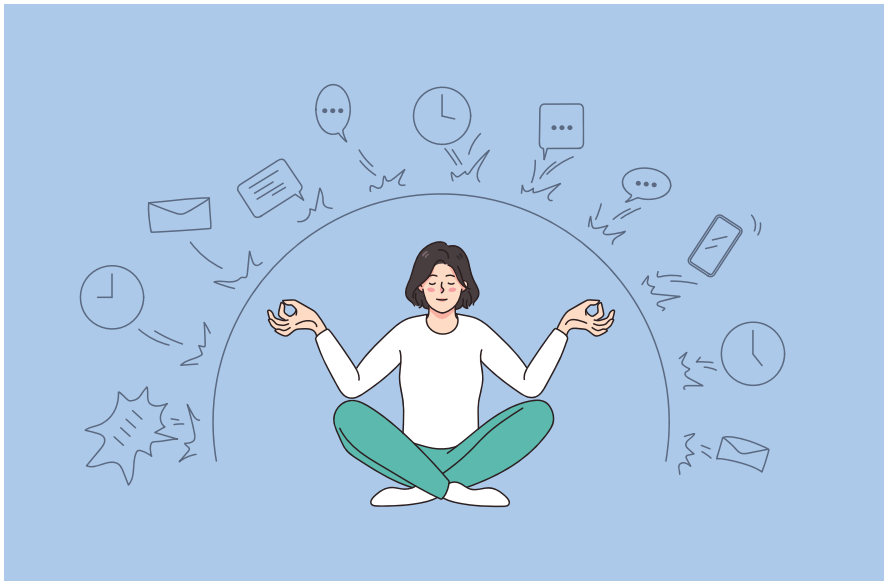
나를 찾는 여정의 시작, ‘함께’의 온도로부터

책과 연극, 전시, 달리기 모두 필자의 관심사이기에 즐거운 취재였다. 집중력을 기르는 일상의 습관으로 이 모임들을 추천하고 싶다. 취재원들은 함께 읽고, 보고, 달리며 어떤 변화를 겪었는지 열정적으로 공유하고 귀 기울여 들었다. 타인의 이야기를 듣는다는 것은 결국 자신의 서사를 확장하고 서술하는 작업과 다르지 않기에 빙 둘러앉은 순간부터가 ‘자기 역사 쓰기’의 시작이라 할 수 있을 것이다. 인터뷰란 단순한 문답을 넘어, 자신조차 몰랐던 내면의 세계를 넓혀가는 새롭고 깊은 만남이다.

프리랜서 작가로 살아오며 나를 지탱해 준 것들을 꼽자면 단연 책 모임과 달리기다. 책이 좋아 시작한 독서 모임과 달리 달리기는 억지로 시작했다. 처음에는 3분 달리기도 힘들었지만 지금은 10km 마라톤을 뛸 수 있게 되었다. 여기까지 오는 데 9년이 걸렸다. 혼자라면 포기했겠지만 함께하는 모임 덕분에 버틸 수 있었고, 더 오래, 더 빨리 달리게 되었다. 모임은 일시적 도파민이 아닌, 집중력과 지속력을 키

우는 ‘활동 근력’이다. 몸과 정신을 동시에 쓰며 감각하고 반응하고 행동하는 멋진 활동 근력이다. 어떤 모임이 좋은지 묻는다면, 자신의 관심사와 맞닿은 곳을 찾으라고 답하고 싶다. 뇌와 몸을 함께 쓰며 디지털 중독에서 빠져나올 수 있게 손 내밀어 주는, 그런 건강한 모임이면 충분하다. 그래야 자신을 탓하지 않게 된다. 부족한 재능이나 게으름, 자책, 남과의 비교에서 벗어나 건강한 내적 자아를 믿고 의지할 수 있는 나로 성장한다.

홀로보다는 ‘함께’를 택한 이들은 모임 이후 자신을 더 사랑하게 됐다고 말한다. 스스로 돌보는 힘도 커졌다고 했다. 디지털 디톡스로 이어지는 모임들이 보다 확산되길 바란다. 사람은 사람을 중독에서 꺼내고 구한다. 나무만 보던 사람이 숲을 보려면 책도 좋지만, 결국 사람을 만나야 한다. 시간 낭비 같은 관계들을 정리하고 싶다면, 이제 관심사를 중심에 둔 인문 교양 모임을 찾아보자. 파스칼 메르시어(Pascal Mercier, 본명 페터 비에리(Peter Bieri))의 말처럼, 그것이 ‘삶의 격’을 높이는 가장 빠른 길이다.



[그림 8] 모임을 통해 시야를 넓히면서 동시에 자신의 내면의 목소리에 집중할 때, 삶의 격은 한층 깊어진다.

출처: clipartkorea.

“자신의 목소리를 찾는 여정에서 중요한 것은 새로운 세계를 만나보는 것에만 있지 않다. 그 세계를 대면했을 때 어떤 감정, 어떤 느낌으로 반응이 오는가를 이해하는 것이 무엇보다 중요하다. 그동안 참된 경험을 방해하던 종래의 습관이나 상투적 생각, 귀에 박힌 진부한 말투 같은 것들은 모두 비우고 자신에게 일어난 반응을 우선으로 쳐야 한다.”

대담

‘도파밍’ 시대의 독서와 문해력 그리고 도서관



인공지능(AI)의 일상화, 짧고 자극적인 콘텐츠의 확산 등 급변하는 디지털 환경은 읽기의 개념과 독서문화는 물론 도서관과 교육 현장의 모습을 빠르게 바꾸고 있다. 즉각적인 자극에 익숙해진 ‘도파밍(Dofarming)’ 시대, 책을 읽는다는 것은 어떤 의미인가? 도서관이 나아가야 할 방향은 무엇인가? 변화의 기로에 선 지금, 독서의 본질적 의미를 되새기며 도서관이 걸어갈 새로운 길을 함께 모색해 본다.



- 일시** 2025년 7월 3일 오전 10시
- 장소** 강동숲속도서관
- 사회** 정진수 덕성여자대학교 문헌정보학과 교수
- 대담자** 전병근 작가, 북클럽 오리진 대표
전보라 신목고등학교 사서교사
제갈선희 대구광역시립북부도서관 관장
최유경 국립어린이청소년도서관 정보서비스과
사서사무관
최인자 가톨릭대학교 교육대학원 교수
- 정리** 편집실
- 사진** 안호성

1. 변화하는 독서의 개념과 문화

정진수 『도서관』 제399호의 대담 주제는 “도파민” 시대의 독서와 문해력 그리고 도서관입니다. ‘도파민’은 행복감을 느끼게 하는 신경전달물질인 도파민(Dopamine)과 수확·채집을 뜻하는 파밍(Farming)의 합성어로, 쾌감을 위해 끊임없이 자극을 수집하는 현대인의 경향을 나타내는데요. 도파민 자체는 삶의 원동력이 되는 긍정적인 호르몬이지만, 이를 과도하게 추구하면 무기력과 불안, 집중력 저하 등의 문제로 이어지기도 합니다. 특히 짧은 영상인 ‘숏폼(Short-Form)’ 콘텐츠의 확산으로 자극에 대한 내성이 생겨 더 큰 자극을 좇게 되는, 이른바 ‘도파민 과잉’ 현상이 사회 전반에 퍼지고 있는데요. 이러한 세태가 변화시킨 독서 환경이나 문화의 양상으로 어떤 것들이 있을까요?

제갈선희 36년 동안 사서로 근무하면서 최근 몇 년 사이 독서 환경이 크게 달라진 것을 느낍니다. 과거에는 글자 중심의 두껍고 밀도 높은 책들이 주류를 이뤘다면, 최근 10년간 출간된 책들을 보면 한 페이지에 배치되는 글자 수 자체가 감소했고, 책의 두께도 얇은 경우가 대부분입니다. 대출 통계에도 이러한 흐름이 반영되고 있는데요. 대구광역시립북부도서관의 최근 5개월 대출 자료를 분석해 보면, 어린이실 대출 서적 중 만화책이 약 20%, 그림책이 27%를 기록하고 있습니다. 이미지 중심의 책이 전체의 절반가량을 차지하고 있는 것입니다. 이러한 점에서 짧은 영상 콘텐츠의 일상화가 도서관 이용 패턴과 자료 구성에도 영향을 미친다고 할 수 있습니다.

최인자 대학에서 독서 교육을 가르치고 연구하는 사람으로서 이러한 논의가 매우 시의적절하다고 생각합니다. 요즘 사람들은 짧고 강한 자극에 익숙해져 정보마저 수동적으로 소비하는 경향이 있습니다. ‘읽기’보다는 페이지를 위아래로 ‘스크롤링(Scrolling)’하는 데 더 익숙해진 것이죠. 알고리즘(Algorithm)에 따라 취향에 맞는 정보만 접하다 보니 다양한 시각을 경험하고 타인의 의견을 수용하는 능력도 점차 약해지고 있습니다. 원래 읽기는 세로토닌(Serotonin)이나 엔도르핀(Endorphin)처

럼 안정감을 주는 활동인데요. 오늘날 읽기로 치환되는 방식은 오히려 자극과 분노, 공허감과 불안을 유발할 수 있어 우려스럽기도 합니다.

최유경 어린이청소년도서관에서 자주 보게 되는 장면 중 하나는 부모님이 아이에게 “읽기 책 몇 권을 읽으면 만화책을 보게 해주겠다”고 말하는 모습입니다. 그만큼 요즘 아이들이 축약본, 그림책, 요약된 콘텐츠에 익숙해졌다는 방증이겠지요. 이러한 흐름에 맞춰 국립어린이청소년도서관도 ‘체험형 동화구연’ 프로그램을 운영 중입니다. 아이들이 영상 속 주인공이 되어 활동을 즐기면서도, 전후에 독서활동을 배치해 단순한 체험에 그치지 않도록 구성했습니다. 또한 여름과 겨울 독서 교실에서는 연극, 작가와의 만남 등 여러 방식으로 책과의 자연스러운 만남을 유도해 아이들이 책에 몰입할 수 있도록 돕고 있습니다. 책을 단순히 ‘읽는’ 것이 아니라 온몸으로 ‘경험하는’ 방식으로의 전환이 이루어지고 있음을 실감합니다.

전병근 작가이자 독서 모임을 운영하고 있습니다. 특히 요즘은 독서 모임에 더 집중하고 있는데, 이는 지금 시대의 흐름과도 깊은 관련이 있습니다. 현대의 미디어 환경에서는 누구나 쉽게 시선을 빼앗기기 마련입니다. 감각적으로 빠르게 반응하고 자극을 추구하는 문화는 청소년뿐 아니라 성인에게도 깊숙이 퍼져 있습니다. 반면 책 읽기는 감각에서 벗어나 사유하는 활동입니다. 독서 모임은 이런 자극에서 잠시 벗어나 삶을 돌아보고, 타인의 시각을 나누는 순간이지요. 저는 이 시간을 ‘오아시스’ 같다고 표현합니다. 책 읽기도 하나의 ‘기술’인데요. 디지털 자극에 밀려 점차 잊히고 있습니다. 하지만 오히려 지금이야말로 더 적극적으로 독서의 가치를 회복하고 널리 퍼뜨리기에 적절한 시기가 아닐까 생각합니다.

전보라 고등학교 사서교사로 16년째 근무하며 17~19세 청소년들을 만나고 있습니다. 그동안 가장 크게 체감한 변화는 ‘집중력 감소’입니다. 예전에는 50분 수업 중 40분 이상 책을 읽고 10분 정도 글쓰기를 해도 무리가 없었지만, 지금은 20분조차 집중해서 읽는 것을 어려워하는 학생들

이 많습니다. 그래서 읽기 시간을 30분으로 줄이고 나머지를 대화와 글쓰기로 구성하고 있습니다. 또 하나는 ‘책’이라는 매체 자체에 대한 흥미 저하입니다. 과거에는 시험이 끝나면 학생들이 도서관에 줄을 서서 책을 빌리는 모습이 흔했지만, 요즘은 그런 풍경을 보기 어렵습니다. 여학생은 소셜미디어, 남학생은 게임에 많은 시간을 소비하며 책에 대한 관심은 점점 줄어들고 있습니다.

정진수

인류 문화의 역사를 되돌아보면, 구술 시대에는 정보를 말로 전달해야 했기 때문에 사고력보다는 암기력이 더 중요했습니다. 이후 문자의 등장과 기록문화의 발전으로 이해력과 분석력, 사고력 등 고차원적인 인지 능력이 본격적으로 활성화되었고, 오늘날 AI와 디지털 기술의 발달로 우리는 또 한 번 패러다임(Paradigm)의 전환점에 서 있는 것 같습니다. 변화한 독서문화 속에서 ‘텍스트힙(Text Hip)’이나 ‘패션 독서’와 같은 트렌드, 전자책 상용화 등이 특히 두드러지는데요. 작가이자 독서 모임을 운영하고 계신 전병근 선생님께서는 이 같은 변화를 어떻게 보고 계신가요?

전병근

두 가지로 나누어 말씀드리겠습니다. 먼저 독서문화 트렌드 측면에서는 얼마 전 열린 ‘서울국제도서전’을 예로 들 수 있습니다. 행사장에 청소년들이 유난히 많았는데요. 단지 학교의 권유 때문만이 아니라 읽기가 하나의 문화 코드로 자리 잡았다는 인상을 받았습니다. 물론 책의 표지나 ‘굿즈’, 사진 찍기 좋은 공간 등 주변 요소에 이끌린 경우도 많겠지만, 이러한 흥미가 독서문화로의 접근을 유도하는 출발점이 된다는 점에서 긍정적으로 보았습니다. 다만 이 관심이 책의 내용과 의미로까지 깊이 확장되기 위해서는 지속적인 독려와 지원이 필요합니다. 독서는 단순한 소비 행위가 아니라 성찰과 사유를 이끄는 인간 고유의 활동이기 때문입니다.

두 번째는 전자책 상용화에 대한 부분입니다. 이는 미디어 기술 환경의 변화와 밀접하게 연결되어 있습니다. 책 또한 인간이 만든 도구 중 하나지만, 집단적 지성과 성찰을 가능하게 한다는 점에서 여전히 특별한 매체입니다. 정보 요약이나 검색의 기능에만 초점을 둔다면 생성형



정진수 (덕성여자대학교 문헌정보학과 교수)

AI가 이미 사람을 능가하는 수준에 이르렀습니다. 그런 상황에서 책을 ‘정보 전달 도구’로만 본다면 굳이 사람이 읽을 이유는 줄어들겠지요. 그러나 독서의 본질은 단순한 정보 수용이 아니라 ‘스스로 생각하고 성찰하는 과정’입니다. 이는 AI가 대신할 수 없는 인간만의 활동입니다. 그래서 저는 여전히, 느리지만 깊이 있는 읽기를 가능하게 하는 중요한 매체가 종이책이라고 생각합니다. 디지털 네이티브(Digital Native) 세대에게 종이책을 강요할 수는 없지만, 전자책을 활용하더라도 그 안에서 ‘깊이 읽기’와 ‘돌봄의 읽기’를 어떻게 실현할 것인가를 함께 고민해야 합니다. 기술의 흐름을 거스를 수는 없지만, 그 안에서 읽기의 본령을 지키고 확장하는 방법을 찾아야 할 때입니다.

정진수 교육 현장에서도 디지털로 된 교과서와 학습 자원의 활용이 점차 확대되면서 종이책과 전자매체를 둘러싼 고민이 깊어지고 있습니다. 그 안에서 어떻게 ‘느린 독서’, ‘생각하는 독서’를 경험하게 할 수 있을지 심도 있게 논의해야 할 시점인 것 같습니다. 그렇다면 디지털 전환이 독서의 질과 양에도 영향을 미칠까요? 그리고 이러한 변화 속에서 독서

교육이 의미 있게 작동하려면 어떤 점을 고려해야 할까요?

최인자

새로운 읽기 형태로 인해 가장 크게 상실된 것은 ‘시간성’입니다. 책 읽기는 본래 시간이 필요한 활동입니다. 낯선 이야기를 따라가고, 작가의 문장에 머무르며, 사유의 거리를 확보하는 과정이죠. 자율적으로 시간을 들이는 독서는 내면을 확장하고 깊은 경험을 가능하게 합니다. 하지만 지금은 많은 학생이 책 앞에 ‘앉아 있지 못하는’ 시대입니다. 책은 머물러야만 읽을 수 있는 것인데, 기본적인 ‘머뭇’조차 사라지고 있는 것입니다. 저는 이것이 문해력 저하로 이어지는 핵심 원인 중 하나라고 생각합니다.

대다수의 독서 교육 전문가들이 문해력을 높이는 방법으로 ‘장편 소설을 오래 읽는 것’을 꼽는 데에는 이유가 있습니다. 긴 이야기에 몰입하는 동안 일상의 즉각적인 감각을 넘어 상상의 세계로 들어가고, 정서적·신체적으로 반응하며 새로운 의미를 구성하는데요. 이것이 바로



최인자 (가톨릭대학교 교육대학원 교수)

‘경험으로서의 독서’입니다. 단지 정보를 받아들이는 데 그치지 않고, 읽은 내용을 삶과 연결 짓고, 감정과 신체가 함께 반응하는 과정, 이러한 읽기가 문해력 향상의 핵심입니다. 앞으로의 독서 교육은 이처럼 온전한 경험으로서의 책 읽기를 회복하는 데 주력해야 합니다. 필사, 낭독, 스토리텔링 등은 시간을 들이고 머무를 수 있는 좋은 방법입니다. 특히 아이들과 함께하는 다양한 읽기 활동을 통해, 독서가 다시 삶의 일부로 자리 잡기를 기대합니다.

정진수 경험으로서의 독서, 이번 대담의 가장 중요한 키워드가 아닐까 싶습니다. 독서문화 변화의 최전선에 있는 학교와 도서관 현장에서는 어떻게 바라보고 계신가요? 어린이와 청소년은 특히 자극에 민감한 세대이기 때문에 이들을 위한 독서문화와 문해력 교육은 더욱 신중하고 섬세한 접근이 필요해 보입니다.

전보라 먼저 독서문화 측면에서 보면, 디지털 네이티브인 학생들은 여가 시간에 SNS나 게임을 즐기는 데 익숙합니다. 그런데 흥미로운 점은 점심시간에 운영하는 소규모 독서 모임에 자발적으로 참여하는 학생들이 적지 않다는 것입니다. 한 학기에 3~4명으로 구성된 약 30개 팀이 20차시 동안 책을 읽고 이야기를 나누는데, 아이들이 이 시간을 무척 좋아합니다. 또래와 함께 책을 읽는 경험이 공감과 대화의 장이 되고, 독서가 자연스럽게 즐길 수 있는 문화가 되어가고 있다는 점에서 매우 긍정적이지요. 교육 방식에서도 큰 변화가 감지됩니다. 과거에는 책을 중심으로 한 전통적 리터러시(Literacy) 교육이 주를 이뤘다면, 이제는 ‘멀티 리터러시’를 키우는 방향으로 전환되고 있습니다. 「2022 개정 교육과정」을 통해 새롭게 도입된 ‘도서관과 정보생활’ 과목에서는 기존의 정보 리터러시를 넘어, AI를 포함한 다양한 매체에 대한 이해와 활용 능력을 핵심 목표로 삼고 있습니다. 예를 들어, 수학 시간에 학생들이 스스로 질문을 만들고 관련 도서를 찾아 읽은 뒤 동일한 질문을 AI에 넣어 답변을 비교·분석합니다. 책을 읽으며 문해력을 기르는 동시에 AI를 비판적으로 활용하는 능력도 키우는 것이죠. 이제는 독서와 AI를 경쟁 구도로 볼 것이 아니라, 책을 통해 사고력의 기반을 다지고 AI는 이를

보완하는 도구로 활용하는 통합적 리터러시 교육이 필요한 시대입니다. 책과 기술을 함께 활용하는 교육 환경 조성이 앞으로 더욱 중요해질 것입니다.

제갈선희 학교와 공공도서관 모두 변화하는 독서문화의 최전선에 있지만, 운영 방식에는 분명한 차이가 있습니다. 학교는 교육과정에 포함된 ‘의무적’ 공간이라면, 공공도서관은 방과 후 ‘자발적’으로 찾는 곳이기 때문입니다. 대구광역시립북부도서관은 아이들이 스스로 ‘가고 싶은’ 공간이 되도록 꾸준히 노력해 왔습니다.

2020년 2월, 대구에서 코로나19 첫 확진자 발생으로 도서관은 100일간 휴관해야 했는데요. 이 시기 온라인으로 낭독 프로그램을 진행하면서 참여한 어린이의 약 80%가 문장을 제대로 읽지 못한다는 사실을 알게 되었습니다. 문장의 의미와 띄어 읽기, 억양 등 맥락을 이해하는 읽기가 부족했던 것입니다. 그동안의 도서관 프로그램은 ‘책은 미리 읽고 활동만 도서관에서’ 하는 방식이었는데, 그 경험을 통해 읽기의 기초부터 함께 다져야 함을 깨달았습니다.

이후 도서관의 프로그램을 함께 책 읽기에서 시작해 낭독, 필사, 신체 표현 활동 등으로 확장하는 방식으로 전면 개편했습니다. 입으로 읽고, 손으로 쓰고, 몸으로 표현하는 과정을 통해 아이들은 책과 더욱 깊이 만나게 되었고, 참여 어린이와 학부모의 만족도도 높아졌습니다. 전시 또한 단순히 도서 진열에 그치지 않고 굿즈 활용, 주제별 큐레이션 등을 통해 ‘보는 재미’와 ‘몰입’을 끌어낼 수 있도록 노력을 기울이고 있습니다. 공공도서관 역시 시대의 흐름에 맞춰 끊임없이 진화해야 합니다.

정진수 어쩌면 ‘결과’를 지나치게 중시하는 우리 사회 문화가 독서 영역에도 반영된 것 아닐까 합니다. 독서는 ‘과정’을 통해 사유하고 성찰하는 행위인데, 결과 중심적인 풍토에서는 그것이 종종 무시되거나 소외되기 쉬우니 말입니다. 관장님께서 말씀해 주신 사례는 그간 우리가 독서의 과정을 제대로 들여다보지 못했다는 사실을 일깨워 주는 중요한 지점인 것 같습니다. 국립어린이청소년도서관의 경우는 어떤가요?

최유경

국립어린이청소년도서관도 마찬가지입니다. 특히 서울 강남역 인근이라는 입지 특성상 어린이와 청소년이 쉽게 접근하기엔 제약이 있어, 어떻게 하면 보다 많은 이용자가 도서관을 찾고 책과 긴밀하게 연결될 수 있을지 늘 고민하고 있습니다.

최근에는 새로운 방식의 도서 큐레이션을 시도했습니다. 청소년들이 ‘즐겁게 읽을 수 있는 책’이 무엇일지 고민한 끝에, 좋아하는 연예인이 나 인플루언서(Influencer)가 추천한 책을 소개하는 ‘스타의 책꽂이’ 코너를 마련했는데 반응이 매우 뜨거웠습니다. 기존 청소년 자료실이 주로 공부나 진로 관련 자료 중심이었다면, 이 공간은 많은 학생들의 시선을 끌며 자연스럽게 책을 펼치게 만드는 계기가 되었습니다. SNS로 홍보하고 관련 굿즈도 제공하자 만족도가 더욱 높아졌습니다. 책이 아이들에게 한층 친숙하게 다가갈 수 있다는 가능성을 확인한 경험이었습니다.

또 다른 사례로는 초등학생들이 증강현실(AR)을 통해 책 속 이야기를 더 생생하게 체험할 수 있도록 실감형 독서 콘텐츠 ‘AR책카드’를 개발했습니다. 처음에는 새로운 기술에 이끌려 참여했지만, 결과적으로 책의 주제와 메시지에 더 깊이 공감하는 모습으로 이어졌습니다. 이처럼 도서관은 이제 단순히 종이책을 비치하는 공간을 넘어 이미지, 영상 등 다양한 미디어를 활용해 확장된 읽기 경험을 제공하는 역할을 수행해야 합니다. 국립도서관으로서 이러한 프로그램이 전국적으로 확산되고 지속될 수 있도록 기반을 마련하는 것 또한 중요한 과제입니다.

II. 읽지 않는 시대, 문해력 회복을 위한 방안

정진수

이제 이러한 변화가 불러온 ‘문해력 저하’ 문제를 짚어보고자 합니다. 경제협력개발기구(OECD)가 2024년 12월 발표한 국제성인역량조사(PIAAC)에 따르면, 우리나라 성인의 언어 능력은 OECD 평균을 밑돌았고, 최근 10년간 가장 큰 폭으로 하락한 국가 중 하나로 나타났습니다. 청소년뿐 아니라 성인, 고령층까지 전 세대를 아우르는 문제로 떠오르고 있는데요. 이 같은 사회적 현상을 어떻게 진단하고 계신가요?

전보라 문해력이 입시 성공을 위한 도구로만 여겨지는 것이 문제의 핵심이라고 봅니다. 대학에 진학한 뒤에 ‘이제 책은 끝’이라는 인식이 보편적이고, 도서관 역시 공부하는 공간으로만 소비되어 입시 이후에 도서관을 삶과 연결된 탐구의 공간으로 받아들이지 못하게 되는 것이죠. 문해력 역시 자기 삶의 문제나 사회적 이슈를 이해하고 실천하는 수단이 아니라 경쟁을 위한 기술로만 여기고 활용합니다. 이런 구조 속에서는 성인 문해력도 자연스럽게 낮아질 수밖에 없습니다. 하지만 이는 개인의 노력만으로 해결할 수 있는 문제가 아닙니다. 대학 서열화나 수능 중심의 교육 시스템 같은 구조적 문제를 함께 풀어가야 합니다.

전병근 언급된 ‘10년’이라는 시간과 국제적 통계가 중요한 시사점을 줍니다. 스마트폰의 급속한 확산 시기와 문해력 저하 현상이 맞물려 있다는 분석도 있는데요. 우리나라는 산업화 이후 곧바로 정보화 시대로 진입하면서 문화적 성찰과 축적의 시간을 충분히 거치지 못했습니다. 빠름과 효율이 미덕으로 여겨졌고, 지금도 분야를 막론하고 기술의 도입과 활용을 최우선으로 여기는 경향이 강합니다. AI 또한 마찬가지입니다. 이



전병근 (작가·북클럽 오리진 대표)

미 다른 선진국에서는 기술 만능주의의 한계를 성찰하고 있는데요. 우리도 속도와 기술 중심의 관성적 사고에서 벗어나, 차분히 삶의 깊이와 문화적 내실에 대해 더 돌아봐야 할 때라고 봅니다.

최유경 이 같은 결과는 예견된 측면도 있습니다. 빠른 변화와 높은 성과에 집중하는 사회에서 정보를 깊이 있게 해석하고 의미를 구성하는 능력은 상대적으로 소홀히 다뤄지기 때문입니다. 오늘날의 문해력은 단순 읽기 능력을 넘어 일과 삶을 연결하고 사회적으로 소통하는 핵심 역량이 되었습니다. 업무를 이해하지 못하거나 공공 정보를 해석하지 못하면 소외되기 쉬운 환경이 된 것이죠. 전보라 선생님 이야기처럼, 문해력 문제는 교육 현장만이 감당할 수 있는 과제가 아닙니다. 지역사회와 공공 시스템, 도서관이 함께 책임을 나누고 풀어가야 합니다.

최인자 실제 학교 현장에는 기초 문해력조차 제대로 갖추지 못한 아이들이 많습니다. 그런데 늘 학생들만 문제 삼고 정작 문해력을 형성하는 교육 시스템에 대한 반성이나 구조적 성찰은 부족한 실정입니다. PIAAC 같은 조사 기준에도 한계가 있는데요. 기능 중심의 문제 풀이 시험은 정해진 시간 내에 답을 찾는 방식인데, 문해력은 그것만으로는 설명되지 않습니다. 즐거움, 흥미, 정체성 같은 요소까지 포함되어야 하죠. 독서의 역사는 누구나 독자가 될 수 있다는 사실을 보여줍니다. 이에 문해력 교육은 각기 다른 독자의 정체성과 다양한 목적의 독서를 포용하는 방향으로 나아가야 합니다. 종종 다양성을 억압하고 ‘성취도’라는 기준의 낙인으로 비독자를 만들어내곤 하는데, 가장 지양되어야 할 부분입니다. 학교 도서관은 교육과정 외에 아이들이 삶과 맞닿은 의미 있는 독서가 가능하다는 점에서 그 역할이 더욱 중요하며, 이를 위해서는 사서를 단순한 지원 인력이 아닌 독서 전문가로서 재조명하는 과정도 반드시 필요합니다.

제갈선희 지난 10년 동안의 변화는 국내 조사 수치에서도 드러납니다. 문화체육관광부가 실시한 ‘국민독서실태조사’에 따르면, 공공도서관 이용률은 2013년 30.3%에서 2023년 14.3%로, 성인 종합 독서율은 72.2%에서

43%로 절반가량 감소한 것으로 조사됐습니다. 그러나 이것만으로 ‘우리 사회가 독서를 멀리하고 있다’고 단정 짓기엔 조심스러운 부분도 있습니다. 가령 대구광역시립북부도서관의 주 이용층은 40대로, 대부분 자녀의 독서를 위해 도서관을 찾는 부모들인데요. 아이를 위해 책을 대여하러 오지만 그 과정에서 부모도 스스로 책과 접촉하게 됩니다. 이 지점에서 저는 가능성을 봅니다. 독서는 개인 성장 주기와 밀접하게 맞물려 있고, 사회적 캠페인이나 문화운동이 이를 자극할 수 있다는 점에서 말입니다. 예전처럼 전국적인 범시민 독서 운동의 전개가 다시 필요한 때가 아닌가 싶습니다.

정진수 전적으로 동의합니다. 우리나라 성인 독서율을 견인하는 세대가 20대에서 30대 초반인데요. 이 시기 사회에 자리 잡기 위한 준비를 위해 독서를 하는 경우가 많기 때문입니다. 하지만 이후 곡선은 가파르게 꺾입니다. 특히 노년층의 독서율은 정말 심각한 수준인데요. 100세 시대를 이야기하면서도 정작 은퇴 이후의 삶에 대한 문화적 기반, 독서에 대한 관심은 현저히 낮은 상황입니다. 독서를 학습의 도구로만 인식한 결과죠. 어린이와 청소년에게만 독서를 강조하고, 정작 성인들은 독서를 멀리하는 이중적인 모습도 나타나는데, 독서를 삶의 일부로 받아들이는 문화가 형성된다면 지금과는 다른 방식으로 독서 운동을 전개해 볼 수 있지 않을까 생각합니다.

전병근 덧붙이면, 앞서도 말씀하셨듯 문해력 저하 근간에 ‘경쟁 문화’가 있다고 생각합니다. 모든 것을 경쟁력의 관점에서 평가하고 독서조차 ‘경쟁에서 살아남기 위한 무기’ 중 하나로 아이들에게 권장하고 있어요. 책을 읽는 이유가 개인, 나아가 국가의 경쟁력을 강화하기 위한 수단이고, 그런 맥락 속에서 자리 잡은 독서문화는 어느 정도 사회적 위치에 도달하면 더 이상 ‘필요하지 않은 것’으로 여기게 만들죠. 이제 AI나 디지털 기술의 등장으로 책이 점점 더 구시대의 기술처럼 여겨지는 경향도 있습니다. 이런 흐름을 재정립하고 독서의 본래 가치를 성찰할 필요가 있습니다.

최인자 독서의 ‘양과 질’ 문제도 이와 연결됩니다. 독서 정책이 일정한 성과를 보여야 하다 보니 책을 몇 권 읽었는지, 독서 시간이 얼마나 되는지와 같은 정량적 수치에 집중하게 되는데요. 실제로 학교나 도서관 현장에서는 여기에 맞추기 위해 노력할 수밖에 없는 것이 현실입니다. 하지만 독서는 느리고 조용하게 축적되는 것입니다. 수치화하기 어려운 질적·정성적 변화, 독서 이후 삶의 변화 같은 부분도 중요한 지표로 삼을 수 있도록 정책적으로 새로운 평가 기준이나 문화적 척도 개발이 이루어져야 합니다.

정진수 공감합니다. 정책을 만들고 예산을 편성하려면 수치와 근거가 필요하니 양적인 성과에 치중될 수밖에 없는 면이 있긴 하지만, 단순히 ‘숫자’로만 측정할 수 없다는 문제의식이 더 널리 공유되어 이를 어떻게 측정하고 전달할 수 있을지 고민해야겠습니다. 그런가 하면 대구광역시립북부도서관은 ‘북부 책가방 활용 문해력 프로그램’ 등을 활발하게 운영하고 계신 걸로 알고 있습니다.

제갈선희 ‘문해력’이라는 단어가 본격적으로 쓰이기 시작한 시점부터 생각해 보면, 팬데믹 이후 아이들의 읽기 능력 저하가 두드러지면서부터였습니



다. 이전에는 ‘독해력’이나 ‘창의성’ 같은 표현이 더 일반적이었죠. 최근에 문해력 회복에 대한 사회적 요구가 확대되면서 도서관에서도 이를 위한 프로그램을 적극적으로 운영하고 있습니다.

대구광역시립북부도서관의 ‘북부 책가방 활용 문해력 프로그램’은 학교로 직접 찾아가 수업 시간 중에 학생들과 함께 책을 읽고 활동을 진행하는 방식입니다. 이전에는 강사가 활동지만 들고 수업에 참여했지만, 현재는 한 학급이 같은 책을 읽고 수업에 몰입할 수 있도록 꾸러미 도서를 제공하고 있습니다. 어떤 학교는 사전에 책을 받아 읽고, 어떤 곳은 수업 당일에 같이 읽는 식으로 조율하면서 운영하고 있습니다. 학생과 교사 모두 “직접 책을 보며 읽고, 내용을 찾고 확인하는 즐거움이 있다”는 등의 긍정적인 반응을 얻고 있습니다.

이와 더불어 도서관 방문형 프로그램도 운영하고 있는데요. 아이들 대부분이 학교를 마치면 학원을 가는 문화가 일상화되어 평일 방문자가 적어지고 있고, 주말에도 보호자를 동행해야 아이들이 도서관을 올 수 있는 상황이어서 단순 독서 프로그램만으로는 참여를 유도하기 어렵다는 현실적인 고민이 있었습니다. 그래서 프로그램의 교육적 효과를 ‘보여주기’ 위한 시도를 함께 병행하고 있습니다. 바로 ‘사전·사후 효과 측정’을 통해 변화 과정을 객관적으로 드러내는 것입니다. 예를 들어 시선 추적 검사기, 읽기 동기 검사, 어휘력 및 이해력 테스트 등을 통해 참여 전후 학생들의 문해력 변화를 보여주고, 이를 바탕으로 프로그램의 신뢰도와 설득력을 높이는 것이죠. 2년째 시행 중인 이 실험에서도 의미 있는 성과가 나타나고 있어 향후 발표를 계획 중입니다. 문해력은 단순히 ‘읽는 기술’이 아니라 아이들이 스스로 읽고 이해하며 사고할 수 있는 기반이 됩니다. 도서관은 이러한 힘을 키우는 공간으로 양적 수치뿐 아니라 질적인 성장까지 담아낼 수 있는 다양한 실험과 시도를 지속적으로 발전시켜 나가야 한다고 생각합니다.

정진수

어린이·청소년을 위한 도서관 서비스와 독서문화 선도에 중추적인 역할을 하는 국립어린이청소년도서관도 비슷한 결일 것 같은데, 문해력 향상을 위해 어떤 중점 과제와 방향성을 설정하고 있나요?

최유경

국립어린이청소년도서관도 이러한 문제의식을 바탕으로, 어린이와 청소년의 문해력 향상을 주요 과제로 삼고 다양한 프로그램을 개발·운영하고 있습니다. 먼저 아이들이 몰입할 수 있는 ‘읽기 경험’을 설계하는 데 주력하고 있습니다. 팬데믹 이후 주의집중력이 떨어지고 책에 대한 흥미가 낮아진 현실 속에서 독서 권장에 머무르지 않고 책과의 ‘정서적 연결’을 만들어주는 활동에 집중하는 것입니다. 대표적인 예로 ‘책읽어주세요’ 프로그램은 자원봉사자가 아이에게 책을 직접 읽어주는 활동인데요. 아이가 책을 매개로 어른의 목소리와 감정, 시선을 온전히 경험하게 함으로써 독서에 대한 긍정적인 기억을 심어주고, 문해력 형성의 정서적 토대를 마련해 줍니다.

또한 읽기를 놀이와 창작의 중심에 놓는 체험형 독서 프로그램도 강화하고 있습니다. ‘미래꿈희망창작소(미꿈소)’는 메이커스페이스(Makerspace)로 책 속 이야기와 로봇, 드론, 3D 프린팅 등을 연계한 활동을 통해 단순히 읽는 것을 넘어, 생각하고 만들며 독서의 의미를 확장하고 종합적 사고력과 문제 해결력으로 발전시키는 공간입니다.

무엇보다 국립도서관의 역할은 단발성 프로그램 운영을 넘어 전국 도서관과 학교, 지역 현장으로 문해력 프로그램을 확산하고 격차를 줄이는 데 있다고 생각합니다. 현재 다양한 현장에서 문해력 향상을 위한 시범 사업과 연구를 병행하고 있으며, 앞으로도 도서관이 아이들의 문해력 성장에 실질적으로 기여할 수 있도록 보다 체계적이고 지속 가능한 방향으로 서비스와 정책을 발전시켜 나갈 계획입니다.

III. 새로운 읽기와 쓰기, 도서관이 여는 미래

정진수

지금까지 우리는 독서의 개념과 문화의 변화, 문해력 저하의 원인과 현장의 대응 방식을 살펴봤습니다. 그렇다면 이제부터는 디지털 기술의 적극적 도입과 인간 고유의 사유 능력 보존 사이에서 책이라는 매체와 독서가 갖는 의미는 무엇인지 그리고 인간 고유의 문해력은 어떻게 재정의되어야 하는지 이야기를 나눠보겠습니다.

전병근

책이라는 매체가 왜 탄생했고, 어떻게 지금까지 살아남았을까요? 그 본질은 ‘생각을 나누는 것’에 있습니다. 우리는 책을 통해 사고하는 힘을 기르고, 그것을 타인과 나눌 때 생각은 더욱 깊어집니다. 책은 단순한 정보의 집합이 아니라, 인간 간의 진정한 소통을 가능케 하고 더 나은 사고를 만들어내는 토대입니다.

반면 디지털 기기는 ‘개별화된 접속’을 기반으로 작동합니다. 인간 간의 관계를 흉내 내지만, 실상은 기업의 이윤 논리에 따라 작동하는 알고리즘이 피상적 연결만을 반복하게 만들죠. 이로 인해 ‘연결될수록 외로워지는’ 역설도 발생합니다.

이러한 시대에 독서와 책 모임은 기술 주도 사회에 대한 작은 저항이자 회복의 시도입니다. 참여자들이 “이런 이야기를 나눌 공간이 없었다”고 말할 때, 책이 일상의 호기심과 고민을 공유할 수 있는 소중한 매개이자 연결고리임을 실감합니다. 이는 인간이 본래 지향해 온 삶의 모습, 즉 서로 만나 공감하고, 변화를 만들어가는 과정을 회복하는 데 중요한 역할을 합니다. 독서 공동체는 결국 일상의 민주주의를 연습하는 공간이기도 합니다. 서로 다른 생각에 귀 기울이고, 입장을 조율하며, 변화 가능성이 열어두는 ‘시민성의 기반’을 마련하는 장이 되는 것입니다.

최인자

생성형 AI 시대에 접어들면서 우리는 기존 문해력의 개념과 정의를 새롭게 규정하지 않을 수 없게 되었습니다. 그러나 저는 이러한 변화의 흐름을 낙관적으로 바라봅니다. 새로운 매체가 등장할 때마다 인류는 두려움과 긴장을 겪어왔지만, 결국 ‘읽는 존재(Homo Legens)’로서 그 위기를 극복해 왔습니다. 문해력의 본질은 바로 ‘그 너머를 상상하는 힘’에 있습니다. 지금 여기를 넘어 다른 세계와 연결하고, 새로운 가능성을 창조하는 힘이 문해력에 담겨 있는 것이죠.

그동안 문해력이 국가나 개인의 ‘성장을 위한 수단’으로 여겨졌던 것에서 벗어나, 앞으로는 ‘충만한 삶’을 위한 기반이 되어야 합니다. 탈성장 시대가 요구되는 시대, 문해력은 윤리적이고 존재적인 차원을 포함한, 행복과 웰빙을 지향하는 삶의 지침으로 새롭게 조명되어야 하며, 이러한 방향에서 도서관과 문해력 정책도 재설계되어야 합니다.

전보라 AI 일상화로 읽기와 쓰기의 개념이 변화하고 있는 가운데, 교육 현장에서 가장 크게 우려되는 지점 두 가지는 바로 ‘환각(hallucination)’과 ‘데이터 편향성’입니다. 생성형 AI는 본질적으로 기존 데이터를 기반으로 작동하기 때문에 오류를 피할 수 없는데요. 이러한 오류를 판단하고 거르는 힘은 결국 인간의 지식과 경험에서 비롯합니다. 그리고 그 바탕에는 ‘기초 문해력’과 ‘비판적 읽기’가 있습니다. 따라서 학교 도서관은 전통적인 문해력 교육에 충실하는 동시에 AI 시대에 필요한 새로운 읽기 방식도 함께 가르쳐야 합니다. 아이들이 정보의 수용자가 아닌 주체로서 AI를 활용하고, 그 결과물을 평가할 수 있는 역량을 길러주는 교육이 절실한 시점입니다.

제갈선희 다소 무거운 질문이지만, 결국 답은 정해져 있다고 생각합니다. 시대가 어떻게 변하든, 어떤 새로운 기술이 등장하든, 우리는 다시 책으로 돌아가게 된다는 것입니다. 책의 힘, 사유의 힘이 그것을 가능하게 하지요. 다만 ‘도서관에 오지 않는 아이들을 어떻게 만날 것이냐’에 대한 심도 있는 고민이 필요합니다. 학생들이 도서관에 올 수 있는 환경을 만



전보라 (신목고등학교 사서교사)

드는 것이 중요하죠. 대구광역시립북부도서관은 최근 리모델링을 통해 중학생 전용 공간을 마련했습니다. 공부도, 휴식도, 먹는 것도 가능한 열린 공간인데, 이곳에 오기 시작하면서 아이들이 주체적으로 머물고 활동하는 모습이 자연스럽게 나타났습니다. 도서관이 먼저 변해야 한다고 생각합니다. 오지 않는 사람을 어떻게 초대할 것인지, 와서 읽을 수 있는 환경을 제공하는 것, 그것이 도서관의 새로운 읽기를 위한 첫걸음 아닐까요?

최유경

대담 초반 언급됐듯, 도파민이라는 자극이 반드시 부정적인 것만은 아닙니다. 책에 몰입해 감정이 움직이고, 새로운 세계를 마주할 때도 우리의 뇌는 긍정적인 도파민을 유발합니다. 문제는 아이들이 이런 경험을 할 충분한 기회를 갖지 못한다는 데 있죠. 따라서 책을 단순히 ‘읽는 것’에 머물지 않고, ‘체험하고, 표현하고, 나누는 것’으로 확장해 나가는 것이 중요합니다. 책 속 이야기를 바탕으로 직접 만들어보거나, 디지털 기술을 활용해 내용을 시각적으로 구현해 보는 활동 등은 감정과 사고, 감각을 동시에 자극하는 깊이 있는 몰입 경험을 가능하게 합니다.



제갈선희 (대구광역시립북부도서관 관장)

읽기란 삶의 감각을 회복하는 일이고, 쓰기란 그것을 타인과 공유하는 과정입니다. 이 과정을 통해 아이들은 자신만의 목소리를 갖춘 독립적인 주체로 성장해 나갈 수 있으며, 도서관은 이러한 성장의 토대로서 빠른 시일 내의 시대 속에서 ‘깊음’의 가치를 회복시키는 공간이 되어야 합니다.

정진수 결국 새로운 읽기와 쓰기는 기술적 변화보다 더 깊은 차원의 인간성과 연결되는 것 같습니다. 기술은 도구일 뿐, 중요한 건 그 도구를 어떻게 활용하느냐 아닐까요? 독서는 인간의 고차원적 사고력과 통찰력을 기르는 가장 기본적인 지적 활동입니다. 생각하는 힘, 듣는 힘, 인내와 공감의 힘, 모두 책을 통해 확장되는 것들이죠. 그런 의미에서 도서관은 오늘날 더욱 중요한 공간이 되었는데요. 끝으로 도서관과 교육 현장이 실질적으로 어떤 전략과 태도를 가져야 할지 말씀 부탁드립니다.

제갈선희 지금과 같은 대전환의 시대, 가장 중요한 역량은 ‘질문하는 힘’입니다. 그리고 이를 기르는 데 독서만큼 효과적인 방법은 없습니다. 이러한 맥락에서 많은 도서관이 책을 처음 접하는 유아와 초등 저학년을 대상으로 그 즐거움을 알리는 데 집중하고 있지만, 초등 고학년과 청소년 층에 더욱 주목해야 합니다. 초등 4학년 무렵부터 학습 부담이 커지면서 도서관 방문율이 급격히 하락하는데, 이 시기 도서관이 학교 공부와 연결된 ‘학습 독서’ 프로그램과 청소년의 관심을 반영한 기획을 도입한다면 도서관 이용은 자연스럽게 지속될 수 있을 것입니다. 아울러 학교 도서관은 예산과 인력 등의 제약이 크므로, 공공도서관 등과의 협력을 통해 그 공백을 메우고 사고력과 표현력을 기르는 공간으로 자리매김할 수 있도록 도와야 합니다.

전보라 학교 도서관의 경우 이제 학생들의 독서 역량에 따라 맞춤형 전략을 펼쳐야 합니다. 학생들은 크게 책 읽기에 능숙한 독자, 주로 도서관 행사나 상품이 있을 때만 모습을 보이는 간헐적 독자 그리고 책 읽기를 시도조차 하지 않는 비독자, 세 유형으로 나눌 수 있는데요. 비독자 학생들은 학교생활 자체를 ‘버티는 것’으로 여기는 경우가 많습니다. 학교 도서관 독서 활동은 자율 신청 기반으로 참여 학생 수가 제한적인

데요. 예를 들어 전교생이 1,300명 정도면 참여 인원은 100명 정도이고, 그중에서도 독서 역량이 있는 능숙한 독자들이 대부분입니다. 나머지 학생들은 도서관을 한 번도 이용하지 않고 졸업하기도 하죠. 이런 학생들에게 ‘접근 가능한 읽기’를 제공하는 것이 관건입니다.

그 해답 중 하나가 교과와 연계한 도서관 활용 수업입니다. 고교학점제가 도입되면서 교과서가 없는 수업들이 늘어났고, ‘고전 읽기’와 같은 수업에서는 학생이 선택한 한 권의 책이 곧 교과서가 됩니다. 사서교사는 학생이 흥미와 수준에 맞는 책을 고를 수 있도록 돕고, 학생 스스로 선택한 경험은 ‘내가 고른 책’이라는 주인의식을 심어주어 400~500쪽 분량의 고전도 포기하지 않게 만듭니다. 실제로 이렇게 진행한 수업에서 장기 결석자 1명을 제외하고 전원이 완독하기도 했습니다.

읽기 전략과 정보 활용 교육의 병행도 중요합니다. 책을 읽는 데서 그치지 않고 읽기 전·중·후 단계에서 생각과 배움의 과정을 구조화하면, 읽기 전에는 몰랐던 것을 읽은 뒤에 분명히 알게 되었다는 학습의 성취감을 느끼게 됩니다. 문해력이 낮은 학생들의 경우 이 경험이 결정적인 역할을 합니다. 그래서 책 선택 → 교과 기반 지식 습득 → 도서관 내 정보 활용 → 표현 활동으로 이어지는 과정이 중요하다고 생각합니다.

최인자

여기에 더해 앞으로의 독서 교육은 독서 정체성과 문화적 다양성에 기반해 각자에게 의미 있는 독서 경험을 제공하는 환경 조성에 초점을 맞춰야 합니다. 청소년기는 또래 문화와 발달에 따라 관심이 뚜렷해지는 시기로, 이국적이고 낯선 것, 듣고 보고 싶은 문화 콘텐츠에 민감하게 반응하는데요. 그들의 문화 감수성을 반영한 콘텐츠와 접근 방식이 필요합니다. 최근의 문화 산업은 이를 빠르게 흡수하고 있지만, 독서 프로그램은 여전히 그 흐름을 충분히 반영하지 못하는 경우가 많고, 사서를 독서 교육 전문가로서 국가 차원에서 재정립하는 일도 시급합니다. 아직도 ‘독서는 가르칠 필요가 없다’거나 ‘혼자 하면 되는 것’이라는 인식이 남아 있는데, 독서는 의미를 구성하는 활동입니다. 실제로 대학원에 오는 현직 국어 선생님들은 “국어와 독서는 다르다”고 말씀하시곤 합니다. 현장에서 국어 교육만으로는 감당하기 어려운 부분들이 분

명 존재하고, 무엇보다 학생들이 다양한 목적의 독서를 경험해야 하는데 학습 중심 독서에 집중하다 보니 정서적 회복, 진로 탐색, 여가와 취향 확장 등 삶과 연결된 독서의 의미를 찾지 못하는 경우가 많습니다. 다양한 방향에서 독서가 이루어지도록 제도적·문화적 기반이 더욱 견고해져야 합니다.

최유경

디지털 환경에서 성장해 짧고 강렬한 자극에 익숙해진 아이들은 즉각적인 만족을 반복적으로 경험하면서 주의 지속 시간이 짧아지고, 깊이 있는 몰입을 경험하기 어려워지고 있습니다. 도서관을 처음 방문한 청소년들을 보면 선생님이나 부모님의 권유로 마지못해 오는 경우가 대부분이죠. 하지만 독서나 프로그램을 통해 몰입과 재미를 느낀 뒤에는 자발적으로 도서관을 찾는 경우가 많습니다. 결국 핵심은 ‘즐거움 경험’을 제공하는 데 있다고 봅니다.

한편으로 기술의 발전은 새로운 읽기 방식을 가능하게 했지만, 동시에 그 기술을 누리지 못하는 청소년들과의 격차 또한 벌어지게 만들고 있습니다. 따라서 도서관은 변화하는 기술 환경을 충분히 반영하되, 그



최유경 (국립어린이청소년도서관 정보서비스과 사서사무관)



로 인해 소외되는 아이들이 없도록 공공성과 접근성을 고려한 열린 플랫폼이 되도록 설계하고 운영해야 합니다. 몰입감 있는 콘텐츠, 새로운 체험, 공감과 연대의 독서 환경이 만들어지도록 도서관은 계속 확장되고 진화해야 할 것입니다.

전병근 도서관의 존재 이유에 대해 다시금 생각해 보게 됩니다. 최근 독서 모임에서 함께 읽은 레이 브래드버리(Ray Bradbury)의 책 『화씨 451』(2009)에 보면, 핵전쟁으로 세상이 붕괴된 뒤 책을 외워서 기억하는 소수의 ‘책 사람들’이 다시 문명을 재건하는 모습이 나옵니다. 실제로 작가는 인터뷰에서 “문명이 무너진다면 가장 먼저 병원이 세워지고 그 옆에 도서관이 다시 자리할 것”이라 말한 바 있는데요. 병원은 몸을, 도서관은 영혼을 돌보는 곳이기 때문입니다. 저는 도서관이 기술 중심 사회, 새로운 읽기와 쓰기의 시대에도 인간 중심의 감각과 사고를 회복하는 최후의 공간으로서, 다양한 독서 생태계 주체들과 협력하며 소외된 이들을 돌보고 연결하는 역할을 더욱 강화해야 한다고 생각합니다. 경쟁보다는 연대와 포용의 관점에서 말입니다.

정진수 대담을 통해 우리는 ‘도파밍’ 시대의 독서와 문해력 그리고 도서관의 미래를 깊이 있게 살펴봤습니다. 독서는 여전히 인간 고유의 사고력과 상상력, 공감 능력을 회복하는 본질적인 활동이며, 책은 우리를 낯선 세계로 이끄는 통로이자 다양한 관점과 생각을 마주하게 하는 창입니다. 그리고 도서관은 이러한 읽기와 쓰기가 지속될 수 있도록 돕는 사회적 기반이죠.

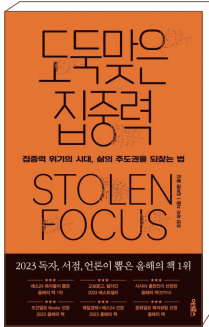
앞으로의 도서관은 보다 확장되고 다층적인 목소리를 담아내는 공간으로 개인의 삶과 감각, 시대의 변화와 기술을 모두 포용하며 공존할 수 있는 플랫폼으로 거듭나야 합니다. 기술의 발전이 인간성과 분리되는 것이 아니라 오히려 인간다움을 더욱 확장하는 방향으로 이어질 수 있도록, 읽기와 쓰기 그리고 도서관의 역할이 그 중심에서 새롭게 설계되고 발전되기를 기대해 봅니다.



추천 자료

총론 - 작지만 단단한 행복, 회복의 균형을 말하다

신영철 (정신건강의학과 전문의, 정신건강정책 혁신위원장)

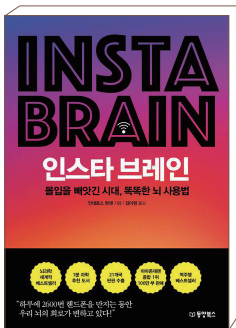


도둑맞은 집중력

요한 하리(Johann Hari) 지음 | 김하현 옮김

2023년 | 어크로스

집중력 저하를 개인의 탓으로 돌려온 통념을 깨고, 사회적 시스템의 문제로 통찰한 책이다. 스마트폰, 멀티태스킹, 수면 부족 등 12가지 요인을 추적하며 집중력의 위기를 '현대 사회가 만든 유행병'으로 진단한다. 전 세계 전문가들과 만나며 저자는 문제의 본질을 밝히고, 집중력 문제를 바라보는 관점의 재설정을 요구하며, 시스템을 향한 거침없는 반론을 펼친다.



인스타 브레인

안데르스 한센(Anders Hansen) 지음 | 김아영 옮김

2020년 | 동양북스

스마트폰이 일상이 된 시대, 우리는 과연 얼마나 똑똑하게 뇌를 쓰고 있을까? 저자는 스웨덴 출신의 세계적 작가이자 정신과 의사로 스마트폰이 우리의 뇌와 몸에 미치는 영향을 뇌과학으로 풀어내며 디지털 중독 시대를 살아가는 우리의 건강과 집중력을 되돌아보게 한다. 정보 중독, 수면 부족, 관계 단절의 원인을 짚고 실질적인 해결책까지 제시하는 이 책은, 몰입을 빼앗긴 시대에 꼭 필요한 '디지털 뇌 사용 설명서'다.



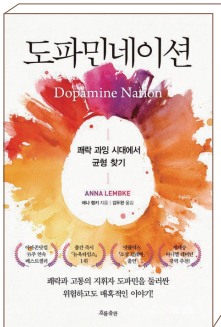
행복의 제1조건, 관계 [명사들의 특강] 강북삼성병원 정신건강의학과 신영철

<https://www.youtube.com/watch?v=V2DpcQaoyiM>

인간관계와 자존감 그리고 행복의 본질을 성찰한다. ‘하버드 인생 성장보고서’를 토대로 행복의 조건을 이야기하는 강연에서 무엇보다 강조되는 것은 ‘관계’다. 여기에서 말하는 관계란 모든 사람과 잘 지내야 한다는 강박이 아니라, 자신과 가까운 몇 사람과 건강한 거리를 유지하는 법을 배우는 일이다. ‘행복하게 살아라’라는 말보다 ‘어떻게 관계 맺을 것인가’를 고민하며 우리는 행복에 좀 더 가까워질 수 있다.

도파민 권하는 사회

노명우 (사회학자)



도파민네이션

애나 렘키(Anna Lembke) 지음 | 김두완 옮김

2022년 | 흐름출판

현대 사회의 다양한 중독(알코올, 약물, 도박, 게임, 인터넷, 디지털 미디어 등) 문제를 도파민의 관점에서 분석하고 해결책을 제시하는 책이다. 도파민이 쾌락과 고통의 균형에 어떻게 작용하는지 그리고 디지털 시대에 끊임없이 주어지는 자극이 어떻게 중독으로 이어지는지를 심층적으로 다룬다.

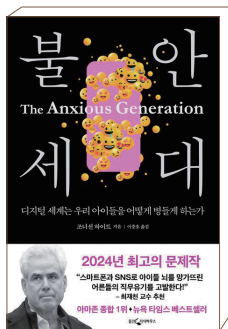


영화를 빨리 감기로 보는 사람들

이나다 도요시(稲田 豊史) 지음 | 황미숙 옮김

2022년 | 현대지성

현대 사회에서 영화를 비롯한 콘텐츠를 소비하는 방식이 어떻게 변화하고 있는지를 다룬 책이다. 이 책은 특히 빠른 배속으로 영상을 시청하거나 중요 부분만 골라 보는 경향이 두드러지는 현상에 주목한다. 저자는 이러한 현상을 단순히 '게으름'이나 '집중력 부족'으로 치부하지 않고, 정보 과부하 시대에 효율성을 추구하는 현대인의 심리 그리고 기술 발전이 콘텐츠 소비 행태에 미치는 영향 등 다양한 관점에서 분석한다.



불안 세대

조너선 하이트(Jonathan Haidt) 지음 | 이충호 옮김

2024년 | 웅진지식하우스

세계적인 사회심리학자인 조너선 하이트가 스마트폰과 소셜 미디어가 청소년의 정신 건강을 어떻게 위협하는지 냉철하게 파헤치는 책이다. 단순히 기술의 위험성을 경고하는 것을 넘어, 자유로운 놀이가 사라지고 스크린이 아이들의 삶을 지배하면서 발생한 전례 없는 정신 건강 위기의 근본적인 원인을 분석한다. 저자는 소셜미디어가 야기하는 불안감, 우울증, 주의력 결핍 등 젊은 세대가 겪는 고통을 생생하게 보여주며, 개인의 문제가 아닌 사회 전체가 함께 풀어야 할 구조적 문제임을 강조한다.

도파민 권하는 사회

강진숙 (중앙대학교 미디어커뮤니케이션학부 교수)

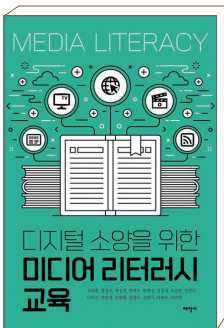


뉴미디어 사상과 문화

강진숙 지음

2019년 | 지금

현대 사상을 접할 때 가장 곤혹스러운 것은 번역서의 난해함이다. 사상가도 외국인이고 번역 용어조차 이해하거나 해석하기 어렵기 때문이다. 이에 저자는 학생과 연구자들을 위한 뉴미디어 향해 지도를 만들어야겠다는 고민에서 책을 탄생시켰다. 뉴미디어 이론 중에서도 다양한 사회문화의 변화를 고려하는 사상가와 이론들을 선별 수록해, 뉴미디어 환경 변화에 능동적으로 대처하고 문제해결 능력을 개발할 수 있는 미디어 리터러시 역량을 키울 수 있다.

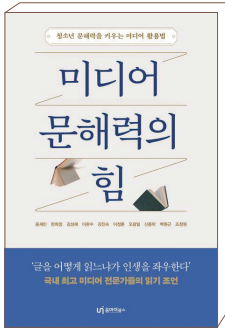


디지털 소양을 위한 미디어 리터러시 교육

김대희 외 지음

2024년 | 태학사

미디어 리터러시는 단순히 미디어를 소비하는 데 그치지 않고, 우리의 사고와 행동 그리고 사회 전반에 미치는 영향을 이해하고 이에 대응하는 능력이다. 책은 미디어 세대를 위한 안내서로서 미디어 세상에서 어떻게 살아야 지금까지와는 다른 삶을 영위할 수 있을지에 대한 인지적이고 실제적인 통찰력을 제공한다. 특히 예비 교사나 현직 교사들이 미디어 리터러시 교육의 필요성과 중요성을 인식하고, 계획하고 실행하고 평가하는 데 도움이 될 것이다.



미디어 문해력의 힘

윤세민 외 지음

2023년 | 유아이박스

언제 어디서나 쉽고 빠르게 정보를 접할 수 있는 시대, 그렇기에 정보를 잘 받아들이고 해석하는 능력이 무엇보다 중요하다. 미디어 업계 10명의 전문가가 문해력 향상을 위한 다양한 대안을 소개한다. 뉴스, 시사 칼럼, 웹콘텐츠, 교과서를 통한 읽기 능력 향상 방법은 물론, 미국과 중국, 일본 등 다른 나라에서 실행되고 있는 비판적 문해 교육의 현장까지 아우른다.

디지털 시대의 읽기와 쓰기

천정환 (성균관대학교 국어국문학과 교수)



서평 뉴스레터 책과침치

<https://booksnchamchi.stibee.com>

웹 기반의 새로운 서평과 책 정보 공유지를 지향하는 뉴스레터이다. 새로운 독서문화에서 상대적으로 소외된 인문 사회과학과 논픽션 책들을 중심으로 한 서평이 실리고, 최근 한국 출판·독서문화의 변화와 새로운 독자들의 등장에 따른 문화현상을 논의한다. 흥미롭게도 소위 '포스트 텍스트 시대'의 독서라는 '집합적 행위'의 증언자를 자처한다.



지금도 책에서만 얻을 수 있는 것

김지원 지음

2024년 | 유유

제목대로 전통적 입장에서 책 속 '지식'과 인터넷의 '정보'를 대조하며, 종이책의 형태로 제공된 텍스트가 진실한 읽기 경험을 제공한다고 주장한다. 저자는 미국 교육학자 나오미 배런(Naomi S. Baron)의 '텍스트에 적합한 속도와 적합한 읽기 환경'이라는 명제를 주요하게 인용하며, 개인과 교육자들이 '효과적이고 실용적인 매체별 읽기 전략'을 찾아야 한다고 강조한다. 오늘날의 환경에서 '정답'에 가까운 읽기란, 피할 수 없는 디지털 매체와 심도를 가진 종이책 읽기를 적절히 병용해야 한다는 것이다. 흥미로운 토론과 실행의 소재가 될 만한 책이다.



What Readers Do: Aesthetic and Moral Practices of a Post-Digital Age

독자들은 무엇을 하는가: 포스트 디지털 시대의 미학적 및 도덕적 실천

베스 드리스콜(Beth Driscoll) 지음

2024년 | 블룸스버리 아카데미(Bloomsbury Academic)

호주 멜버른대학교의 출판 커뮤니케이션 전공 교수인 저자는 '포스트 디지털 시대'의 독서와 현대의 책 문화에 관한 종합적인 연구를 이 책에서 보여준다. 그래서 많은 영감을 주는데, 먼저 독서의 다양성과 개인적 차이를 강조하여 '독서문화의 쇠퇴'에 관한 엘리트주의나 경직된 태도를 비판한다. 또한 프랑스 사회학자 브뤼노 라투르(Bruno Latour)의 행위자 네트워킹 이론(Actor-Network Theory, ANT)을 책 문화와 독자 연구에 적용하여, 피에르 부르디외(Pierre Bourdieu)의 비판적 문화사회학을 보완하고 새로운 생태주의 비평을 텍스트의 문화사회학에 도입한다.

디지털 시대의 읽기와 쓰기

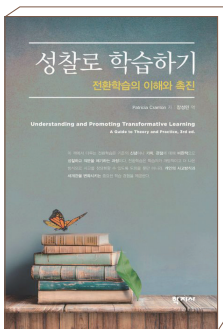
장성민 (인하대학교 국어교육과 교수)



디지털 네이티브 그들은 어떻게 배우는가

마크 프렌스키(Marc Prensky) 지음 | 정현선·이원미 옮김
2019년 | 사회평론아카데미

‘디지털 네이티브(Digital Native)’라 불리는 오늘날의 학습자들이 어떤 방식으로 배우기를 원하는지 다양한 인터뷰와 분석을 통해 살피고, 그들의 사고방식에 기반한 수업 설계를 위한 실천적 지침을 제시한다. 이를 통해 디지털 네이티브의 사고와 행동 특성을 이해하고, 미래 교육에서 교사의 핵심 역할이 학습자의 자기 주도성과 창의적 표현을 끌어내는 데 있음을 강조한다.



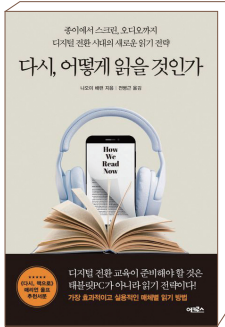
성찰로 학습하기

패트리샤 크랜턴(Patricia Cranton) 지음 | 장성민 옮김
2025년 | 학지사

교육적 맥락에서 ‘성찰’과 관련된 논의를 종합하고, 학습자가 경험하는 관점 전환의 과정을 이해하고 촉진할 수 있는 실천적 전략을 모색한다. 학습자의 다양한 ‘마음의 습관’과 개인차를 폭넓게 조망하며, ‘도파밍’ 시대에 교육자의 본질적 역할이 학습자의 ‘임파워먼트(Empowerment)’에 있음을 강조한다.

도서관의 힘

이순영 (고려대학교 국어교육과 교수)



다시, 어떻게 읽을 것인가

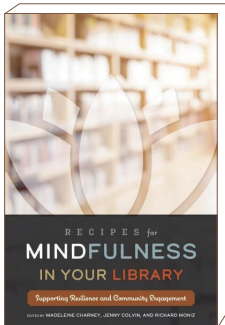
나오미 배런(Naomi S. Baron) 지음 | 전병근 옮김

2023년 | 어크로스

최근 우리의 읽기(reading)는 종이책 읽기에서 디지털 읽기, 오디오북 듣기까지 그 영역이 확장되고 있다. 이 책은 '종이글 읽기와 디지털 읽기', '단문서 읽기와 다문서 읽기', '학습을 위한 디지털 읽기 전략', '오디오와 동영상 읽기'까지 급변하는 문식 환경의 변화 속에서 우리가 직면한 읽기의 현재와 미래를 이해하는 데 도움을 준다.

도서관의 힘

이애란 (문헌정보학 박사)



Recipes for Mindfulness in Your Library

도서관에서의 마음챙김 레시피

매들린 차니(Madeleine Charney), 제니 콜빈(Jenny Colvin), 리처드 모니즈(Richard Moniz) 지음

2019년 | ALA Editions

도서관에서 활용할 수 있는 마음챙김 프로그램을 소개한 유용한 가이드이다. 책은 요가, 명상 등 스트레스 해소와 균형 잡힌 삶을 돕는 12가지 이상의 프로그램을 제시하며, 모든 도서관에서 쉽게 적용할 수 있는 실용적인 아이디어를 담고 있다. 사서들에게는 기획과 운영에 유용한 참고자료가 되며, 일반 독자에게도 마음챙김을 실천하는 데 필요한 정보를 제공한다.



통권 제399호 | 2025

기획·편집 국립중앙도서관 기획총괄과
발행 2025년 9월 30일
발행처 국립중앙도서관
주소 서울특별시 서초구 반포대로 201
전화 (02) 590-0799
팩스 (02) 590-0546
누리집 www.nl.go.kr
디자인·제작 p31

비매품

ISSN 1011-2073(Print) 2733-8177(Online)

DOSEOGWAN

Vol. 399 September 2025

National Library of Korea

201, Banpo-daero, Seocho-gu, Seoul, Korea

Tel. 02-590-0799 Fax. 02-590-0546



‘공공누리’ 출처 표시-상업적 이용 금지-변경 금지

조건에 따라 이용할 수 있습니다. 단, 일러스트레이션 및 사진은 제외됩니다.



ISSN 1011-2073

발간등록번호 11-1371029-100015-10

