



02
FEBRUARY
2011

유외숙 소장의 섹스클리닉

파트너의 성적 기대와 교감하기

파트너의 성적 기대도 나와 별반 다르지 않다는 것을 알고 이해하는게 관건

창간호 사례 수집 중 가장 어려웠던 부분이 성 고민에 관한 것이었다. 익명으로 받은 내용 중 성관계시 체위나 오르가슴에 관한 개인적 의문 혹은 질병인가 의심이 되는 의학 관련 질문 등 구체적인 사항들이 많았다. 그 중에는 다소 진실성이 없어 보이는 질문들도 꽤 섞여 있었다. 성 상담을 진행할 유외숙 소장과의 논의를 통해 여러 사람들이 함께 공감할 만한 내용의 사례들을 골라 보편적인 궁금증에 답을 하는 형식이 첫 출발로 적합하겠다는 결론이 났다. 이에 따라 30대 중, 후반 여성 3명이 비슷하게 질문한 섹스중독증 고민과 변태 공포증에 관련한 남성의 질문이 교차점이 있다고 판단해 함께 소개하기로 했다. 미리 귀뜸을 하자면 두 분 모두 우려할만한 '증상'은 아니다. 더 중요한 건 섹스리스인데 이 문제는 그 중요성에 비해 지면이 협소한 관계로 다음 호에 집중 다루기로 한다.

Q1. 밝힘증과 죄책감이 동시에. 섹스중독증 아닌가?

2년 전 친구와 동업으로 사업을 시작한 남편은 업무에 치여서 집에 늦게 들어오는 날이 많습니다. 요즘 들어서는 지금난이 겹쳐서인지 술에 취한 채 들어와 그대로 굶아떨어질 때가 많고요. 자연히 남편과의 횡수는 줄어드는데 그럴수록 저는 자꾸만 더 하고 싶어요. 어쩌다 관계를 해도 전혀 만족을 느끼지 못합니다. 남편이 잠들었을 때 인터넷을 돌아다니며 은밀히 욕망을 해결하기도 하지만 허전함만 더하고 야한 영화에서처럼 섹스파트너가 있으면 좋겠다는 상상을 하곤 합니다. 물론 힘들어하는 남편에게 죄책감도 들고 창피하기도 하지만 그러면서도 자꾸 다른 남자와 섹스하는 상상을 끊을 수가 없네요. 제가 너무 밝히는건지 섹스중독증이 아닌지 심각하게 고민됩니다.

(결혼8년차 30대 후반 여성 A씨)

Q2. 야동처럼 해 보자는 아내. 변태인가?

컴퓨터에 '무심코' 저장해 놓은 야동을 아내에게 들켰다. 실제로 제대로 보지도 않은 거라 나도 있는지 몰랐다면 어물어물 변명하고 넘어갔는데 동갑내기인 아내가 며칠 후 '나도 저런 교복 같은 옷 입고 해볼까?' 진지하게 제안



했다. 아내가 억겁고 변태처럼 느껴져서 불쾌했고 별 이상한 소리를 다 하나며 말을 잘랐다. 우리는 일 년 이상 섹스리스였는데 그 사실도 아내가 깨우쳐줘서 알았다. 섹스리스여도 현재 별로 성적 인 불만은 없는 상태다. 딱히 바람을 피우지는 않고 자위로 해결을 해온지 오래다. 아동을 재미삼아 가끔 보긴 하지만 그런 난잡하고 변태스러운 섹스를 실제로, 더구나 아내와 해보고 싶다는 생

각은 추호도 하지 않았다. 하나 있는 아들이 외국에서 공부를 하고 있는지라 부부가 함께 있는 시간이 많은데 그런 얘기를 들은 후 아내가 더 이상해 보이고 서먹해졌다. 아내의 말에 따라 이상한 짓이라도 해서 억지로 관계를 하는 게 좋은지 그냥 섹스리스로 지내는 게 좋은지 고민이다.

(결혼13년차 40대 중반 남성 B씨)

A씨는 자신의 성적욕망과 호기심을 과도하게 부정적으로 평가하면서 마치 자신이 성중독자가 된 것은 아닐까? 라는 불안에 빠져 있다. B씨는 자신의 성적 욕구나 호기심은 허용하지만 관계회복을 위한 부인의 조심스런 성적 제안에는 전혀 다른 잣대를 대고 있다. 두 사례 모두 성적인 측면에서의 '좋은 남자'와 '좋은 여자'에 대한 사회적 압력을 비판없이 수용하고 있는 사람들이 보이는 전형적인 예다. 우리는 '괜찮은 사람'이고 싶은 욕구를 늘 충족하면서 살기를 원한다. 특히 중요한 사람에게서 괜찮다는 피드백을 자주 받게 된다면 얼마나 삶이 안전하겠는가? 괜찮기 위해서 욕구를 포기하는 것이 아니라 욕구를 충족하면서도 더 괜찮아질 수 있다는 것을 알아야 한다.

만약 성에서도 괜찮다는 가치기준이 일어나 학업같이 객관적이고 명료하게 정의되고 학습되어진다면, 죄도 짓지 않고서 죄책감에 시달리거나 과도한 불안으로 에너지를 소진해 버리는 사람들이 훨씬 줄어들 것이다. 혹시 주변에서 가볍게 던지곤 하는 '변태'나 '중독'이란 어휘에 민감하게 반응한다면 자신의 성욕구가 과도한가? 라는 내적 질문을 자주하고 있다는 반증이기도 하다. 이 시점에서 해 봐야하는 첫 번째 질문 안에 '성에 대한 잣대가 정확하고 섬세한가?' '자신과 타인에게 공정한 잣대를 대고 있나?' '성행동에서의 남녀의 유사성과 차이를 알고는 해 봤는가?' 등이 포함되어야 한다.

실제로 성에 대한 기대는 개인차가 너무나 많은 영역이라서 파트너간의 성적 기대가 차이가 많다면 당연히 갈등의 골은 깊을 수밖에 없다. 정상범주의 많은 성행동들이 비정상적으로 간주되는 우(愚)도 줄일 수 있도록 노력해야 할 것이다. 위의 사례에서 보듯이 자신이나 파트너의 욕구들에 너무나 쉽게 변태(paraphilia)나 중독(addiction)이라는 용어를 붙이곤 한다. 변태성욕이란 최소한 6개월 이상 사회적으로 일탈된 환상, 충동, 행동 등을 통하여 반복적으로 성적 흥분을 얻고 이것이 대인관계나 직업, 경제, 심리적

으로 심각한 임상적 장애가 있을 때를 말한다. 또한 성적 환상이나 충동을 해결하기 위해 많은 위험을(대인관계, 직장, 가정, 금전의 손실 등)인지하는데도 불구하고 위험감수와 후회를 반복하지만 통제가 어려운 상황이 상당기간 지속될 때 성 중독(성 탐닉)이라고 규정을 하게 된다.

파트너의 성적 기대도 나와 별반 다르지 않다는 것을 알았으면 한다. 재미있고 싶고, 자유롭고 싶고, 위로받고 싶고, 존중받고 싶다. 남녀 모두 몸을 통한 감각적인 쾌와 관계에서 경험하는 정서적인 쾌를 똑같이 원하고 있다. 단지 평가와 비난이 두려워서 다른척하거나 생략할 뿐이다. 성욕구는 성관계에 대한 기대가 전제되어야 하는데 결혼관계 안에서 여러 이유들로 그 기대를 접게 되면 A씨나 B씨 같이 일시적인 출구를 찾게 된다. 문제는 그런 방식이 충분하지도 지속적이지도 못하다는 것이다. 평생 각자의 성적 기대들을 충족하면서 살수만 있다면 대단한 성공이 되리라. 지속적인 충족을 위해 필요하다면 타협과 절충의 과정에서 예상되는 불안과 긴장을 기꺼이 감수하겠다고 생각하고 포기하지 말기를 바란다. 대개는 성관계란 저절로 안고 싶을 때 하는 것이라고 생각하는데, 긴 결혼 생활에서 노력없이 이런 상황이 지속되리라 기대를 아직도 하고 있는가? 그렇지 않음을 우리는 알고 있다. 단지 내가 아닌 파트너가 노력해주길 바라고 기다리다 지쳤을 뿐이다. 성생활도 일상의 다른 일과 마찬가지로 최선책이 아니면 포기해버리지 말고 차선책이나 차차선책을 찾아가려는 시도를 해야만 한다. 가장 안전하고 경제적인 성 생활의 확보는 옆에 있는 파트너를 자원으로 활용하고 그 자원을 확장시키는 일이다. 포기하고 있던 파트너에게 새로운 기대를 해 보자. 두 사람이 원하는 것이 너무나 같다는 것을 알게 되면 안심도 되고 용기도 생길 것이다. 변화를 시도해봐야겠다는 동기만 생긴다면 방법상의 문제들은 그리 어렵지 않으리라.

상담21 성건강연구소 유외숙 소장 (www.sangdam21.com)