

기윤실 청년센터WAY 출범 5주년 기념 컨퍼런스

# 불안해도 괜찮아, 함께 걷는 WAY

2025년 7월 3일(목) 오후 6시 30분~9시 30분

● 높은뜻광성교회 홀씨교육관 \_ 마포구 신수로 56, B1





---

발행일 | 2025년 7월 3일

발행인 | 지형은 이사장

편집 | 운동혁 김현아

발행처 (사)기독교윤리실천운동 부설 청년센터WAY

주소 02578 서울시 동대문구 안암로6길 19 202호

전화 02-794-6200 홈페이지 [www.cemk.org](http://www.cemk.org)

# 기윤실 청년센터WAY 출범 5주년 기념 컨퍼런스

2025년 7월 3일(목) 18시 30분~21시 30분  
 높은뜻광성교회 홀씨교육관

시간	순서	담당자	쪽
18:30 ~ 19:15	환영 안내 및 식전 만찬 및 교제		
19:15 ~ 19:35	<b>1부 사역공유회</b>	사회 : 윤동혁 간사	
	사역 영상		
	인사말	정병오 기윤실 공동대표	
	청년상담센터 WITH 보고	한성화 간사	5
	청년희망채무상담소 WINGS 보고	윤동혁 간사	7
19:35 ~ 21:30	<b>2부 포럼</b>	사회 : 김성경 WITH 공동소장	
	[발제1] 기독 청년의 '심리적 불안' 상태와 상담의 효과 및 과제	곽은진 WITH 공동소장	9
	[발제2] 기독 청년의 '경제적 불안' 상태와 대응 방안	김서로 WINGS 소장	22
	[토론1] 적절한 거리의 건강한 어른으로서 상담자의 자리	민향숙 WITH 상담사	33
	[토론2] '평균'이 말하지 못하는 청년의 경제적 불안	김성수 WINGS 내담 청년	36
	질의응답		

# 청년상담센터 위드WITH 사역 보고

## 1. 청년상담센터 위드WITH 소개

- (1) 사명 : 상담과 교육을 통해 청년들의 심리 및 관계 회복 등 전인적 치유를 돕는 것
- (2) 섬기는 사람
  - 공동소장 : 곽은진(아신대학교 기독교상담학 교수), 김성경(육구코칭연구소 소장)
  - 운영위원 : 김현아(기윤실 사무처장), 안혜용(혜화;숨 심리상담센터 소장), 조성돈(청년센터WAY 센터장), 최정희(송실대 기독교상담학)
  - 상담사 : 김미영, 민향숙, 박지안, 오경득, 최문희(WITH 위촉 상담사)
  - 실무자 : 한성화(기윤실 간사)

## 2. 사역 소개

### (1) 1:1 심리상담

\*심리적 어려움을 겪는 청년을 대상으로 전문 상담사와의 상담(7회) 진행

\*2020년부터 2025년까지 상담 참가 인원 : 총 248명

- 상담비 80% 지원(1회기, 1만 원으로 상담) : 184명(74%)
- 상담비 20% 지원(1회기, 4만 원으로 상담) : 36명(15%)
- 상담비 지원 없음(1회기, 5만 원으로 상담) : 23명(9%)
- 무료 상담(재난 상담) : 5명(2%)

### (2) 위드클래스

\*청년들의 고민 주제에 대한 교육과 나눔을 제공하고 내적 성장을 지원

- 성격 : 2020년 <컬러로 나를 만나다>, 2022년 <대표강점 찾기!>, <에니어그램으로 나를 찾다>
- 자아 : 2021년 <참자기를 찾는 독서모임>, 2023년 <내 안의 외로움과 마주하기>, 2024년 <자존감 없는 사랑에 대하여\_독서모임>
- 욕구 : 2021년 <나를 비추는 거울, 욕구로 내 모습 들여다보기>
- 가족 : 2021년 <마음을 나누는 고민 상담소\_가족과의 응어리진 감정을 놓아주는 법>
- 관계 : 2023년 <인간관계에 지친 당신에게>, <마음을 기기고 서로를 위하는 슬기로운 대화법>, 2024년 <컬러로 이해하는 우리 커플 이야기>

(3) 교회 청년부 협약

\*지역교회와 연계해 교회 청년을 대상으로 강의 및 심리상담 진행

- 높은뜻광성교회 : 2022년부터 2025년까지 총 33명의 상담 진행
- 서교동교회 : 2022년부터 2023년까지총 10명

(4) 상담사 역량강화

- 상담사의 자기 돌봄과 전문성 강화를 위한 수련 및 교육
- 슈퍼비전(연 2회), 교육워크숍(연 1회), 동료 슈퍼비전(연 5회)

### 3. 재정 보고

(1) 수입 : 총 123,170,000원

- 출범지원기금 : 14,000,000원(12%)
- 후원금 : 75,520,000원(61%)
- 상담/교육 참가비 : 33,650,000원(27%)

(2) 지출 : 총 100,075,173원

- 상담비 : 91,120,000원(91%)
- 운영 및 홍보 : 3,390,542원(3%)
- 상담사/운영위원회 : 5,564,631원(6%)

(3) 후원 : 하나은행 105-910021-81604 (사)기독교윤리실천운동

# 청년희망재무상담소 윙즈WINGS 사역 보고

## 1. 청년희망재무상담소 WINGS

- (1) 사명 : 상담과 교육을 통해 경제적 불안과 어려움을 겪는 청년들의 회복과 자립을 지원하는 것
- (2) 섬기는 사람
  - 소장 : 김서로(금융상담사)
  - 운영위원 : 김현아(기윤실 사무처장), 설성호(하늘꿈연동교회 목사), 최봉석(금융복지 상담관)
  - 상담사 : 김서로(소장), 이일영(한국금융코칭연구소 소장), 최봉석(금융복지 상담관)
  - 실무자 : 윤동혁(기윤실 간사)

## 2. 사역 소개

### (1) 1:1 재무상담

- \*수입, 지출, 부채 등으로 경제적 어려움을 겪고 있거나 재정적 자립/성장이 필요한 청년을 대상으로 전문 상담사의 1:1 재무상담(3회) 진행 및 필요 시 재정 지원
- 2020년부터 2025년까지의 상담 참가 인원 : 총 208명
  - 부채가 있는 내담자 수 : 129명
  - 부채 평균액 : 4,863만 원
  - 도전지원금 : 112명(1,120만 원)
  - 생계지원금(희망지원금) : 70명(3,360만 원)
  - 무이자대출 : 3명(600만 원)

### (2) 윙즈클래스

- \*청년에게 필요한 재무 관련 정보 제공 및 교육 지원
- 2023년 <안녕한 재테크>
  - 2024년 <끝내주는 보험 해결사>, <우연일까 빈 통장>
  - 2025년 <건물주는 아니지만 퇴사하고 싶습니다>

### (3) 청년재정목양을 위한 사역자 교육과정

- \*청년 사역자에게 청년과 관련한 재정에 대해 교육함으로써 청년이 재정 문제와 고민에 대해 도움을 받을 수 있도록 지원
- 1차-8명(2024년 3월 18일), 2차-4명(2024년 6월 24일), 3차-6명(2024년 11월 18일), 4차(2025년 10월 예정)

(4) 청년윙즈통장

- 건강한 저축과 소비 습관 형성을 위해 6개월간 5만 원씩 저축 시 20만 원을 매칭하고 스스로 계획한 소비를 실행하도록 지원
- 1차(2023년 5명), 2차(2024년 6명), 3차(2025년 5명 진행 중)

(5) 교회와 함께하는 윙즈

- 지역교회와 연계해 교회 청년을 대상으로 재무강의와 재무상담을 진행(2025년부터 진행 예정)

### 3. 재정 보고

(1) 수입 : 총 86,081,850원

- 이월금 : 26,058,923원(30.3%)
- 후원 : 49,889,000원(58.0%)
- 상환 : 9,092,593원(10.6%)
- 교육 참가비 : 910,000원(1.1%)
- 이자 등 : 131,334원(0.2%)

(2) 지출 : 총 92,835,352원

- 지원금 : 50,330,000원(54.2%)
- 상담비 : 19,850,000원(21.4%)
- 무이자대출 탕감 : 13,129,974원(14.1%)
- 교육사업비 : 5,144,692원(5.5%)
- 운영/홍보비 : 4,380,686원(4.7%)

(3) 후원 : 하나은행 109-228746-00405 (사)기독교윤리실천운동

<발제문>

# 기독교 청년의 '심리적 불안' 실태와 상담의 효과 및 과제

- 기독교윤리실천운동 청년상담센터 위드WITH 사례 중심

곽은진(청년상담센터 위드WITH 공동소장)

## I. 조사 개요

본 실태 보고서는 2020년부터 2025년까지 기독교윤리실천운동 부설 청년센터 WAY 내 청년 상담센터 WITH에서 국내 기독교 청년들을 대상으로 진행된 심리상담 참여 데이터를 기반으로, 이들의 심리적 불안 실태 및 분석한 결과를 담고 있다. 본 조사는 상담 참여자 총 248명의 상담 참여 기록을 바탕으로 이루어졌으며 참여자의 성별, 연령대, 결혼 여부, 주거 형태, 주요 호소 문제를 바탕으로 한 실태 분석과 함께 심리학적 해석 및 개입 전략을 함께 제시한다. 특히 기독교 청년들이 겪는 정체성 혼란, 사회적 불안, 신앙과 현실의 갈등 등의 측면을 통해 상호 관련성을 제시하고자 한다. 이를 통해 기독교 청년 대상의 실질적이고 효과적인 상담 개입 전략을 수립하고 청년 사역의 주요 핵심 사역의 방향을 결정하는 데 중요한 기초자료로 활용될 수 있도록 구성하였다.

## II. 기본 통계 분석

### <상담 관련 내담자 대상 분포>

248명의 참여자 중 여성은 175명(71%)으로 압도적으로 많았으며, 남성은 72명(29%), 기타는 1명으로 나타났다. 연령 분포를 보면 26~35세 청년이 전체의 약 65%를 차지하고 있어 자아 정체감 형성과 사회 진입기의 불안이 주요 증상 요인으로 작용했음을 짐작할 수 있다. 결혼 여부로는 미혼이 195명(79%)으로 대다수였으며, 기혼은 52명(21%)에 불과했다. 주거 형태 역시 중요한 심리 요인으로 작용하며, 가족과 동거하는 경우가 54%, 1인 가구는 41%로 확인되었다.

## 1. 기본 현황 요약

- 전체 참여 인원 : 248명
- 성별 구성
  - 여성 71%(175명)
  - 남성 29%(72명)
  - 기타 1명

구분	남	여	기타
인원	72	175	1
비율	29%	71%	

## • 연령 분포

- ~19세 : 2%(5명)
- 20~25세 : 34%(65명)
- 26~30세 : 26%(65명)
- 31~35세 : 39%(96명)
- 36~40세 : 13%(32명)

나이	~19세	20~25세	26~30세	31~35세	36~40세	40세~
인원	5	34	65	96	32	16
비율	2%	14%	26%	39%	13%	6%

- 결혼 상태 : 미혼 79%(195명), 기혼 21%(52명)
- 주거 형태 : 1인 가구 41%(102명), 가족과 동거 54%(133명)

구분	1인	가족	공동체	기숙사	기타	비어있음
인원	102	133	1	4	7	1
비율	41%	54%		2%	3%	

## 2. 심리적 주요 호소 문제 분석

순위	분류	인원	비율
1	<b>불안</b>	114	46%
2	<b>대인관계</b>	107	43%
3	우울	82	33%
4	가족	74	30%
5	성격	51	21%
6	진로	44	18%
7	기타(PTSD, 정신증, 자살, 신앙, 학업, 중독)	42	약 17%

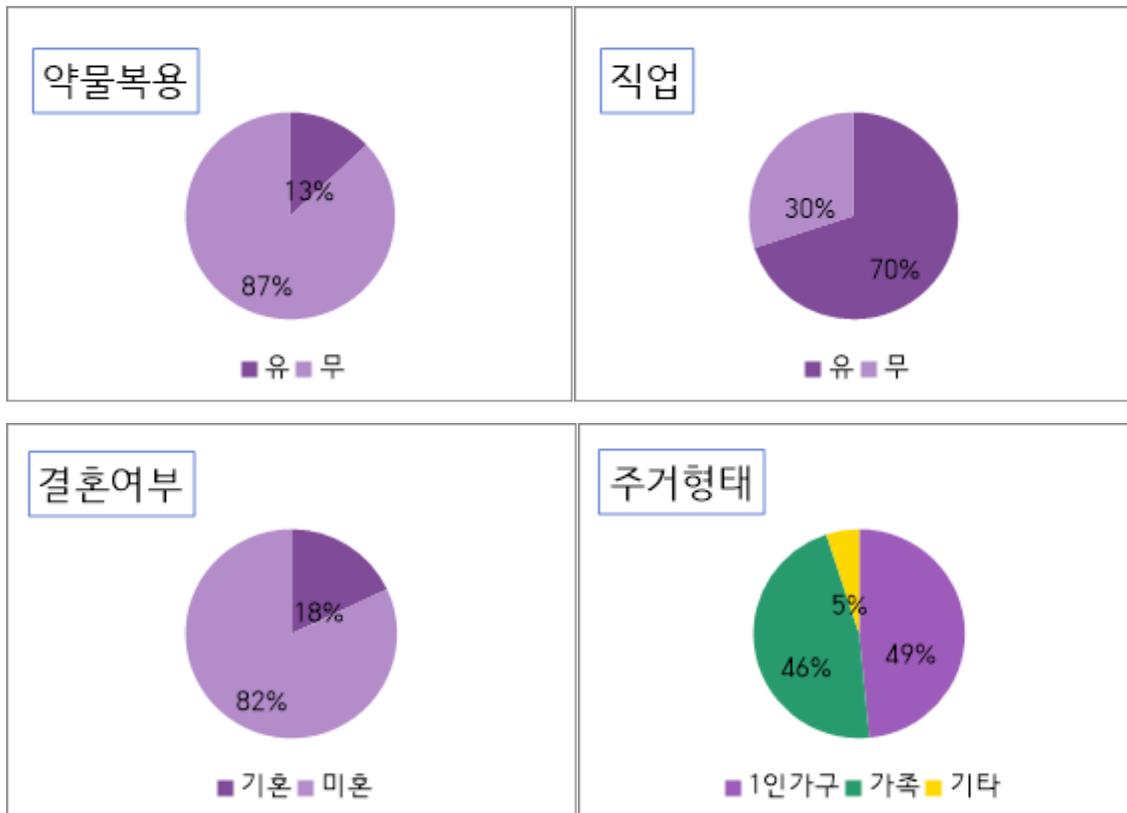
상담 참여자들이 호소한 문제 중 가장 빈번했던 것은 "불안"(114명, 46%)이었다. 이어서 "대인관계 어려움"(107명, 43%), "우울"(82명, 33%), "가족 문제"(74명, 30%), "성격 문제"(51명, 21%), "진로 고민"(44명, 18%) 등의 순으로 나타났다. 기타 항목으로는 PTSD, 자살 충동, 신앙적 갈등, 학업 스트레스, 중독 문제 등이 있었다.

**불안과 대인관계 어려움**이 압도적으로 높은 비율을 차지하며, **우울, 가족문제, 성격, 진로 문제**도 복합적으로 나타나는 양상을 보인다. 대부분 정서적 불안과 사회적 갈등, 미래에 대한 불확실성이 결합된 형태였다. 특히 불안과 우울이 동시에 나타나는 경우가 많았으며, 이는 자율성과 소속 욕구 간 충돌에서 오는 내적 갈등의 결과로 해석된다.

## 2-1. 주 호소별 분포 및 파악

### 1) 불안 응답자 중 46%(114명/248명)

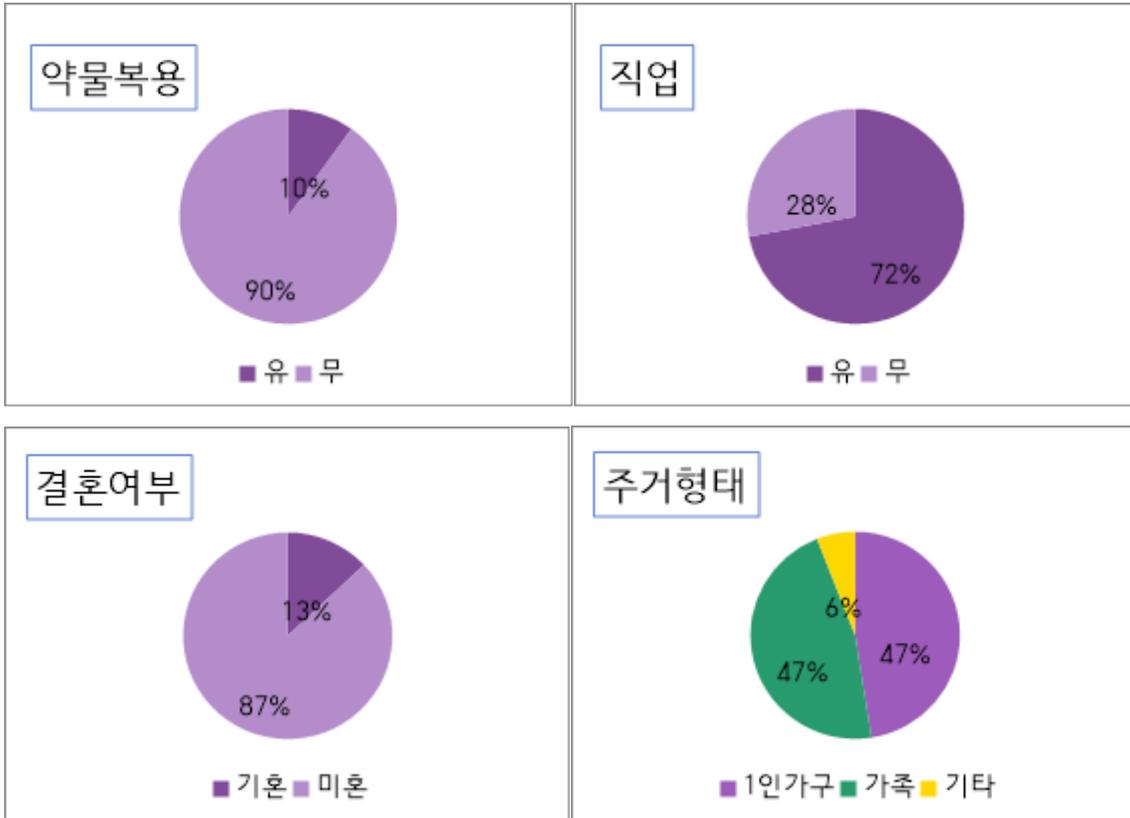
성 별	남	여	연령	~19세	20~25세	26~30세	31~35세	36~39세	40세~
기준인원	72	175	기준인원	5	34	65	96	32	16
응답자	32	82	응답자	3	19	24	52	10	6
비 율	44%	47%	비율	60%	56%	37%	54%	31%	38%



2) **대인관계** 응답자 중 **43%**(107명/248명)

성 별	남	여
기준인원	72	75
응답자	29	78
비 율	40%	45%

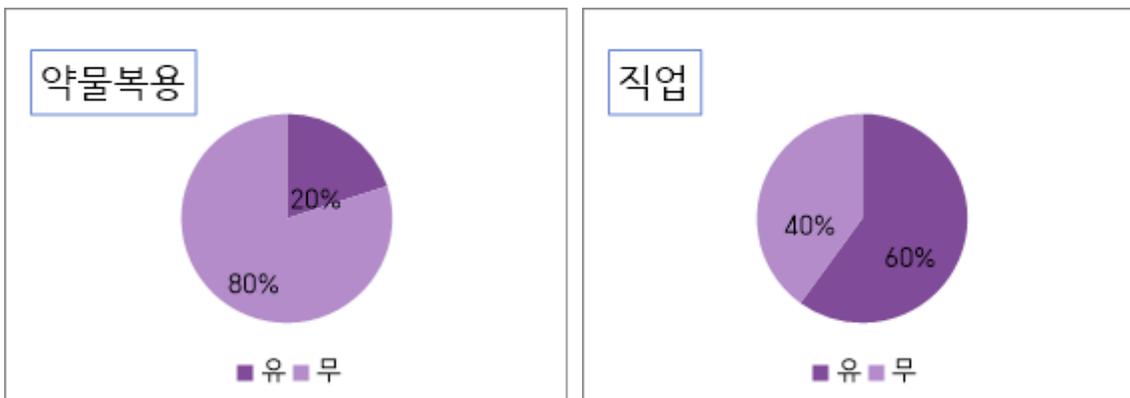
연령	~19세	20~25세	26~30세	31~35세	36~39세	40세~
기준인원	5	34	65	96	32	16
응답자	2	11	23	53	16	2
비율	40%	32%	35%	55%	50%	13%

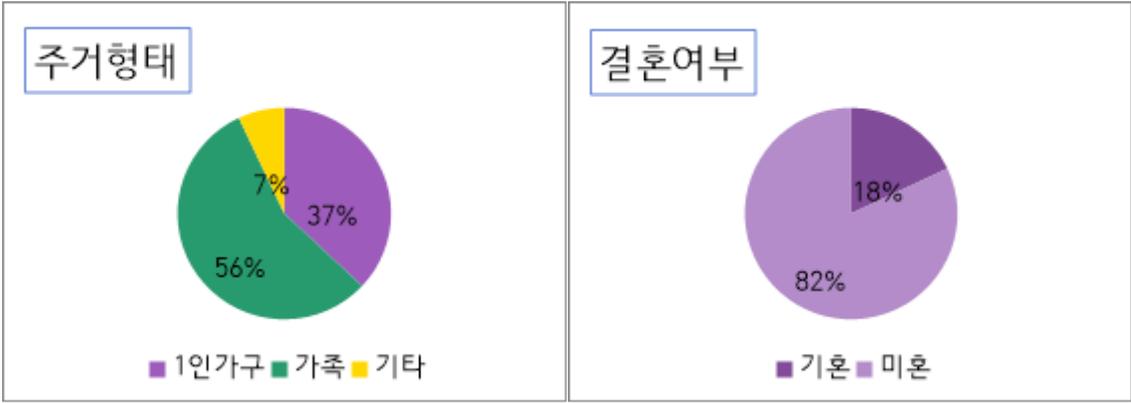


3) **우울** 응답자 중 **33%**(82명/248명)

성 별	남	여
기준인원	72	75
응답자	20	62
비 율	28%	35%

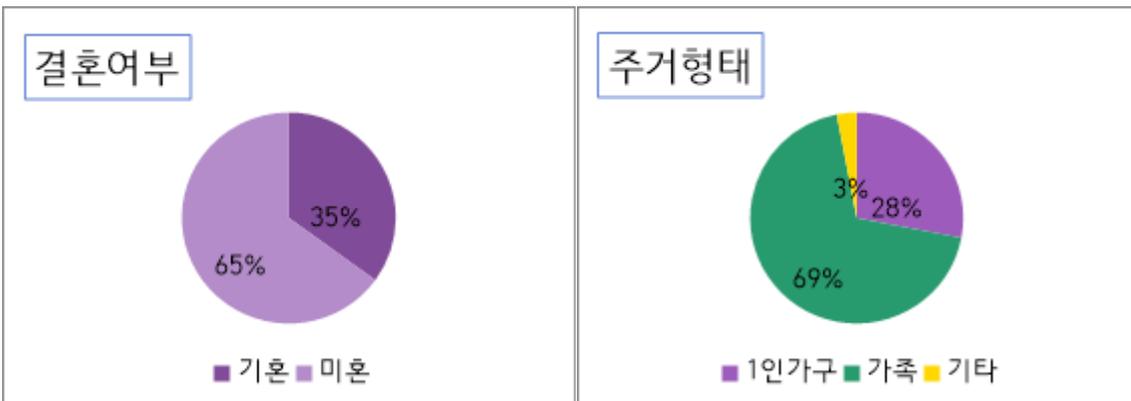
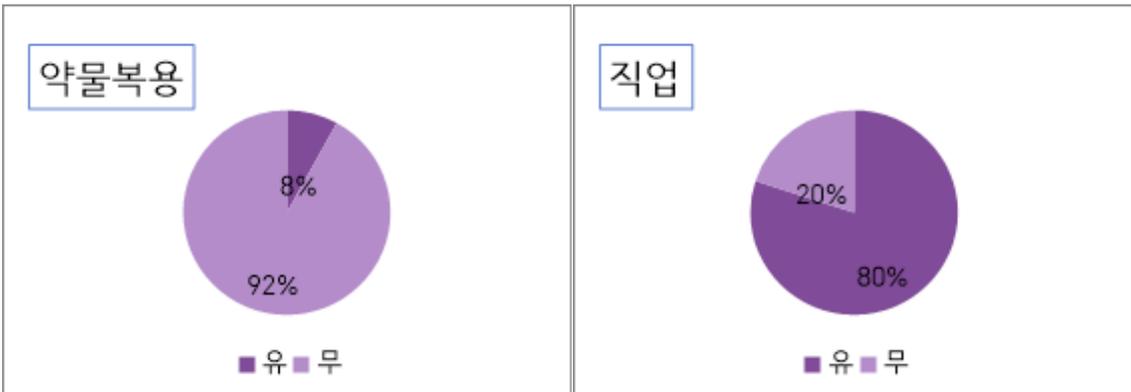
연령	~19세	20~25세	26~30세	31~35세	36~39세	40세~
기준인원	5	34	65	96	32	16
응답자	3	12	23	31	7	6
비율	60%	35%	35%	32%	22%	38%





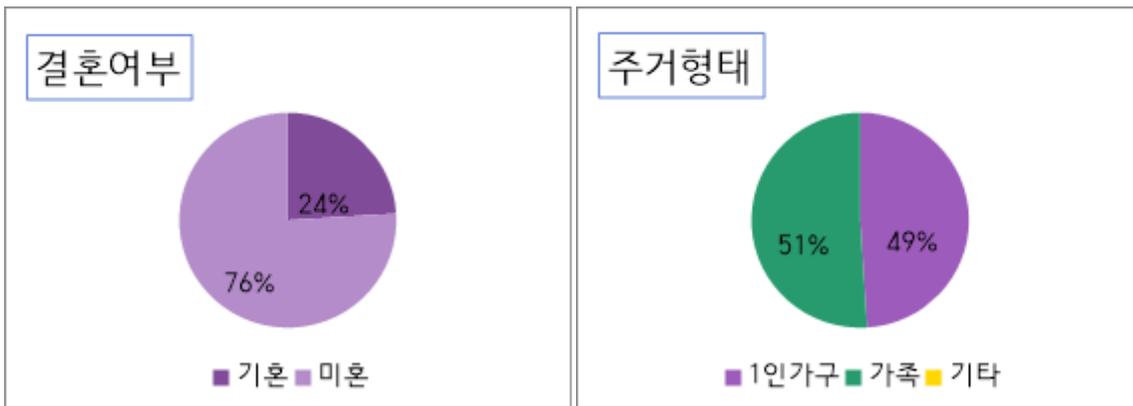
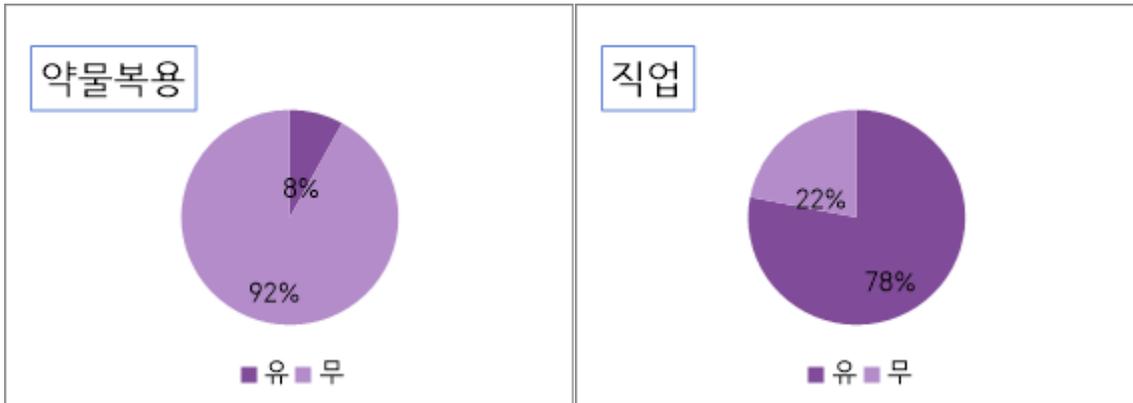
4) 가족\_ 응답자 중 30% (74명/248명)

성 별	남	여	연령	~19세	20~25세	26~30세	31~35세	36~39세	40세~
기준인원	72	75	기준인원	5	34	65	96	32	16
응답자	18	56	응답자	1	8	23	21	12	9
비 율	25%	32%	비율	20%	24%	35%	22%	38%	56%



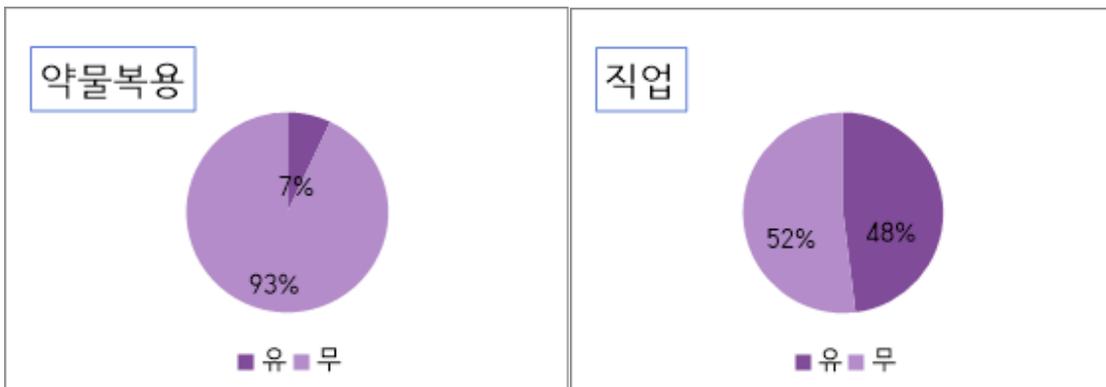
5) 성격\_ 응답자 중 21% (51명/248명)

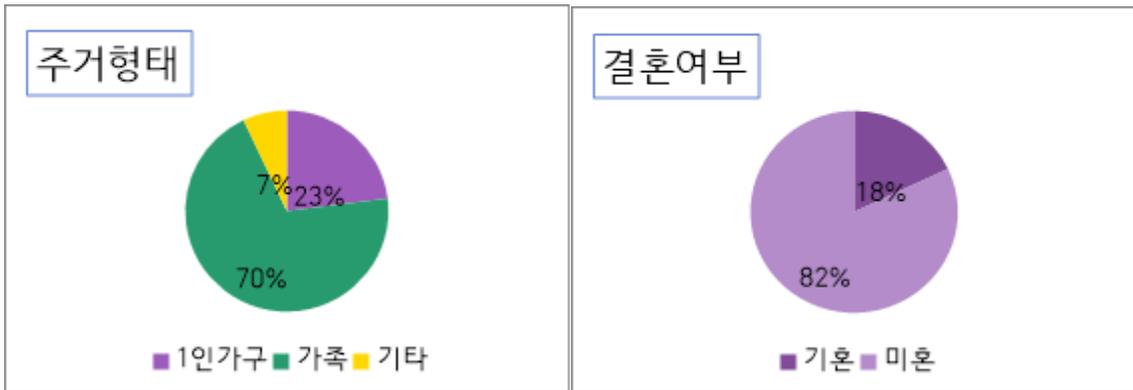
성 별	남	여	연령	~19세	20~25세	26~30세	31~35세	36~39세	40세~
기준인원	72	75	기준인원	5	34	65	96	32	16
응답자	18	33	응답자	1	7	14	16	9	4
비 율	25%	19%	비율	20%	21%	22%	17%	28%	25%



6) 진로\_ 응답자 중 18% (44명/248명)

성 별	남	여	연령	~19세	20~25세	26~30세	31~35세	36~39세	40세~
기준인원	72	75	기준인원	5	34	65	96	32	16
응답자	17	27	응답자	0	6	18	14	5	1
비 율	24%	15%	비율	0%	18%	28%	15%	16%	6%





### 3. 성별 기반 심리 분석

- 여성 비율이 압도적 71%(175명)으로 이는 여성들이 심리 상담을 더 자발적으로 찾는 경향과도 일치함.
- 심리적 표현 욕구가 더 높거나, 사회적 낙인에 덜 얽매이는 경향이 반영된 결과로 보임.
- 불안, 우울, 관계 문제에 대해 여성들이 더 민감하게 자각하거나 도움을 요청할 가능성이 높음.
- 상담 참여나 신청의 비율적 측면에서 여성이 많으나 내적 반응의 정서적 어려움의 강도는 남성이 높게 나타남
- 상담 접근성이 성별에 따라 다를 수 있음을 시사

### 4. 연령 기반 심리 분석

#### 1) 4-1 연령별 주호소 문제

- 전반적으로 20~35세 사이의 청년층이 전체의 약 79% 이상을 차지
- 연령대별로 주 호소 문제가 상이한 것으로 나타남
- 이 실태보고서에 나타난 정서 상태는 30세를 기점으로 나뉜다. 20대의 청년들은 불안과 대인관계, 우울이 주를 이룬다면 20대 중반을 거쳐 30대에 접어들면서 대인관계와 가족이 우선 순위적 갈등 요인으로 부상한다. 이후 40에 접어들면 가족이 갈등의 주 요소임을 볼 수 있다.
- 26-35세 사이 가족 간의 갈등이 부각되며 소통의 부재나 갈등의 단절 상태 호소, 특히 부모와의 갈등 호소가 늘어남
- 나이별로 호소하는 주요 정서의 차이가 분명하다. 사회적 역할과 책임, 주변 구성원의 변화, 직장이나 공동체의 변화, 가족 내 역할과 책임의 강화 등이 영향을 미치는 것으로 보인다. 대인관계 안에는 우울과 불안이 동반되는 관계의 문제를 호소하는 것으로 보아 대인관계에서 경험하는 불안과 우울 등의 정서적 갈등이 직장, 가족 등의 소속 집단에서 경험되고 있는 것으로 보인다.

■ 20~25세(14%)

20~25세		불안	우울	대인관계	가족	성격	진로	기타
기준인원	34	56%	35%	32%	24%	21%	15%	24%
남	8	63%	38%	25%	25%	13%	13%	38%
여	26	54%	35%	8%	23%	23%	15%	12%

- 심리 문제 형성과 자아 정체성 갈등이 교차하는 시기
- 주로 외형적으로 진로, 대인관계, 성격 문제가 두드러질 수 있으나 참가 대상자들의 경우, 불안, 우울, 대인관계의 어려움을 더 호소하고 있음

■ 26~30세(26%)

26~30세		불안	대인관계	우울	가족	성격	진로	기타
기준인원	65	37%	35%	35%	35%	22%	28%	25%
남	16	50%	25%	38%	31%	25%	38%	31%
여	48	29%	19%	13%	13%	13%	8%	10%

- 사회 초입 진입 및 결혼 여부 불확실성, 직장 내 대인관계 문제가 현실에서 경험됨으로써 대인관계의 어려움과 진로의 영역이 20-25세 전보다 부각되기 시작
- 불안, 우울, 진로 불확실성이 복합적으로 작용할 가능성
- 특징은 대인관계가 우울 가족갈등이 동일한 수치를 보이기 시작하고 가족문제나 갈등의 정서적 어려움이 드러나기 시작하는 것으로 나타남
- 이 연령대 참가자 중 남성이 여성보다 불안(50%) 더 호소하고 있는 것으로 나타나고 있으며 이는 진로(38%)와 여성(8%)-문제와 연결되어 있을 가능성이 높음
- 참여자들은 불안, 대인관계, 우울, 가족 문제까지 고르게 나타남으로써 심리적으로 복합적인 압박 상태임을 시사

■ 31~35세(39%)

31~35세		대인관계	불안	우울	가족	성격	진로	기타
기준인원	95	56%	54%	33%	22%	17%	15%	0%
남	33	61%	48%	27%	9%	21%	24%	12%
여	62	53%	56%	15%	29%	15%	10%	6%

- 참여자 중 가장 많은 수를 차지하고 있는 그룹
- 직업적 안정감 결여, 미혼 상태 지속, 가족과의 거리감 등에서 오는 심리적 고립감이 예상됨.
- 이 연령대는 일반적으로 자신에 대한 기대와 현실 간 괴리로 인해 우울감과 무력감을 호소할 확률이 높음

- 31~35세는 대인관계가 주 호소로 크게 작동하며 남성의 경우(61%) 여성보다(53%) 높은 호소를 보이고 있다. 그 외에도 불안, 우울·가족·성격 문제가 동반되어 있어 내적 갈등이 심화된 시기로 해석 가능

■ 36~39세(13%)

36~39세		대인관계	불안	우울	가족	성격	진로	기타
기준인원	32	50%	38%	31%	28%	22%	16%	0%
남	10	30%	50%	20%	40%	10%	20%	50%
여	22	59%	32%	9%	23%	27%	14%	23%

- 36세-39세의 분포에서부터 부부관계 양육의 어려움이 드러나기 시작하고 이혼에 대한 갈등 호소가 늘어남
- 40세 이상부터는 약물 중독, 섭식 장애와 같은 정신 병리적 장애들이 본격적으로 드러나기 시작

2) 4-2 연령대별 치료약물 사용 현황

연령대	약물 사용 추정 건수
~19세	1
■ 20~25세	■ 6
26~30세	14
■ 31~35세	■ 9
36~40세	4
■ 40세~	■ 2

26~35세 구간의 약물 사용 가능성이 높다는 것은 이 시기의 청년들이 심리적 스트레스와 자아정체감 혼란에 대해 보다 위험한 방식으로 대응하고 있음을 나타낸다. 특히 사회적 실패 경험, 직장 내 스트레스, 장기 미취업 상태는 약물 의존을 촉진할 수 있는 주요 위험 요인이다. 따라서 해당 연령층에 대한 선별 및 개입이 필수적이다.

이는 자아정체감 확립의 핵심기(20대 후반~30대 초반)에 불안과 우울이 심화되며, 이에 따른 스트레스 반응과 대처 기제로 점차 약물 사용 경향이 증가할 수 있음을 시사한다. 특히 장기적인 사회적 고립이나 반복된 실패 경험이 있을 경우, 약물 의존의 위험은 더욱 커진다.

5. 주거 형태 기반 심리 해석

- 1인 가구(41%)는 사회적 연결 부족, 정서적 고립 가능성이 심리적 불안을 높일 수 있음
- 가족과 동거(54%) → 가족 갈등 또는 의존 문제가 동반될 수 있음.
- 공동체, 기숙사 등의 경우는 비교적 낮은 비율로, 소속감에 기반한 심리 보호 효과가 제한적으로 나타났을 수 있음.

- 청년기의 사회적 연결망, 정서적 지지망의 유무에 따라 불안 수준이 크게 차이가 날 수 있음을 시사

## 6. 감정 및 심리 특성 분석

감정/특성	특징 및 해석
불안(46%)	미래에 대한 불확실성, 대인관계 긴장, 자기 효능감 저하.
우울(33%)	무력감, 삶의 만족도 저하, 자기 비하 경향 가능.
대인관계 어려움(43%)	타인의 시선에 대한 민감함, 거절에 대한 두려움, 자기주장 부족 등.
자존감	낮은 자존감, 자기 가치 인식의 혼란이 불안·우울과 연결.
통제감 부족	상황이나 감정을 스스로 조절하기 어려운 상태.
소속감 결여	교회 공동체와의 거리감 혹은 종교 내 역할 혼란 가능성.

전체 참여자의 약 80% 이상이 정서적 불안과 사회적 관계 문제를 겪고 있음을 보여준다. 이 시기의 청년들은 발달학 측면에서 자아정체감 확립과 직업 선택이라는 이중 과제에 직면해 있으며, 여기에 신앙 정체성과의 갈등이 겹치면서 복합적 불안 증세로 발전하는 경향이 있다. 이러한 배경에 이번 참가자들의 특징 중 하나는 원가족 관계 갈등이 주요인의 현상적 증상과 요인으로 영향을 미치고 있으며 이는 정신 역동이나 애착 발달의 이론을 뒷받침하는 양상을 보이고 있다.

## 7. 신앙과의 상호작용 가능성

- 신앙을 가진 청년들이 불안이나 우울을 호소하는 경우, 신앙관과 갈등이 생길 수 있기에 내적 죄책감이나 불신앙에 영향을 미칠 수 있음
- 실제 이 영역에 있어 교회 내 접근이 미흡함을 시사
- 청년 사역에 있어 필요한 영역이 무엇인지 중요한 실마리 제공 자료
- 특히 PTSD, 자살, 신앙, 중독 등 기타 항목에 언급된 점들도 있기에 신앙적 가치와 현실 삶의 갈등이 정서적 부담으로 작용하는 가능성 있음.

## 8. 종합 결론

- 기독 청년들은 20~35세 중심의, 주로 여성, 미혼, 1인 또는 가족과 거주 중인 층으로 나타난다.
- 이들은 주로 불안, 대인관계, 우울, 가족 문제를 호소하며, 이는 낮은 자존감, 자기 효능감 결여, 사회적 고립감과 밀접하게 연결되어 있다.

- 종교적 맥락은 때때로 보호 요인이 되기도 하나, 내면적 갈등을 심화시키는 요소가 될 가능성도 있다.
- 대인관계라고 주호소 문제를 인식하지만 실제 문제는 가족 간의 관계 어려움을 호소하며 이는 공동체 직장 교회 내 대인관계로 확장되어 지각
- 청년들의 주호소 문제 중 직장과 진로의 고민보다 불안과 우울의 정서적 측면의 호소가 높다. 이 정서는 기존에 내재된 감정이 외부적 사회 활동으로 이어져서 확장되어 노출됨으로써 더 부각되는 것으로 보인다.
- 관계의 문제라고 기술하지만 불안과 우울의 감정이 상황을 압도하여 상황을 더 왜곡하거나 압도적으로 인식하고 있는 것으로 시사된다. 실제 내재된 주요 정서가 대인 관계, 진로 등의 삶에 연장선에 영향을 미치고 있다고 보는 것이 적절한 판단으로 보인다.
- 대인관계의 어려움은 연령별로 불안이나 우울로 지각하다가 사회 생활이 이루어지면서 대인관계로 지각되고 있는 사회환경적 영향을 보이고 있다.
- 기독교 청년들이지만 구체적 신앙 문제로 상담을 의뢰하는 빈도 낮다.
- 불안이라고 언급하지만 이 불안 안에 관계 갈등이 포함되어 있으며 특히 가족과의 불화 갈등, 결혼을 앞두고 가족 간의 문제 언급도 특징으로 보인다.
- 대인관계의 어려움은 결과적으로 가족관계의 어려움으로 보인다.
- 최종적으로 보고서에서 호소하는 문제들은 대인관계, 불안, 우울 등을 주호소 문제로 인식하지만 내재된 가족 관계의 연속선에서 일어나고 있는 것으로 나타나고 있다. 이는 결국 원가족의 애착의 양육 영역과 연결되어 연령 발달과 함께 나타나고 있는 것으로 시사된다.

## II 상담의 효과 및 과제

### 1. 상담 효과, 만족도

상담의 효과는 정서 조절 능력 향상, 자기 효능감, 대인관계능력 개선, 등에 효과적인 것으로 연구되고 있다. 상담을 통해 불안 및 우울의 인지적 재구성이 가능하며, 자기 효능감이 회복됩니다. 대인관계 개선에 있어 안전한 상담 환경 내에서의 감정 표현 훈련은 관계 맺기 능력을 향상시킨다. 자아 통합 및 신앙 갈등 해소: 내면의 가치와 신념 사이의 긴장을 탐색함으로써 통합적인 자아감 형성에 도움을 준다. 정서 조절이 가능할 경우 심리적 지지 및 역기능 대처 전략을 통해 약물 사용 가능성이 감소한다. 상담을 통해 심리적 역기능의 고리가 개선될 수 있다는 것이다.

### 2. WTH 전문 상담자들이 보는 내담자 평가

“제가 만난 청년들은 반짝반짝 빛나야 하는데 그 빛남을 잃지 않으려고 너무나 애쓰며 힘듦의 시간들을 버텨가는 모습이 애처롭기까지 했어요. 모든 내담자에게 '힘들지만 잘 버

티고 있다고, 지금 이 자리에 있어줘서 정말 고맙다고 진심을 다해 전합니다. 모든 청년 내담자들을 사랑합니다.”

“코로나 이후 현재까지 만난 청년들은 이전보다 나와 세상과 미래에 대해 더 깊어진 불안감과 두려움을 가지고 있습니다. 자기 신뢰감이 떨어져 선택과 결정에 확신이 없고, 의존성은 높아졌으며 관계와 일 즉, 삶에서 무력감, 무망감과 공허감이 지속되고 고착된 모습이 있습니다. 청년들의 회복과 성장을 위해서 자기 이해와 수용, 적절하고 건강한 자기표현 능력과 조절 능력을 갖추어 ‘나다운 사람’으로 살아갈 수 있도록 돕고 있습니다. 상담의 자리에 성령님의 충만한 은혜와 지혜가 임하시길 늘 기도하고 있습니다.”

“제가 만난 청년들은 주로 관계 적응의 어려움, 정서적으로는 불안, 분노조절의 어려움을 호소했습니다. 여기에는 적절한 대응 방식의 학습 부재, 낮은 자존감, 부정적 자기 인식, 자기 이해와 자기 수용의 결핍이 있고, 결국 건강한 양육이 중요함을 절감했습니다. 자아가 완성되면서 자신들의 눈으로 보는 스스로의 모습들이 그들을 아프게 하고, 때로 막막하게 하는 것도 보게 됩니다. 그들을 마주하는 상담자로서 그들을 위로하며 자신을 찾아가도록 돕고자 합니다. 또한 다음 세대의 부모가 될 이들이 보다 명확한 자기감이 굳건해져서 자신들이 이쉽고도 간절했던 그 부모의 모습으로 자리하도록 돕는 상담사의 자리에 있고 싶습니다.”

“하루에 100번씩 지시하는 환청 때문에 벼랑 끝에 서 있는 것 같았던 자매, 5명의 귀신이 들려서 몸부림치던 박사과정 형제, 자기 의를 내세우기 위해 종교 활동이 우선인 부모에 대한 미움과 증오로 하나님까지 증오하며, 정신증으로 취업도 못하고 폐인이 되어버린 자매, 불안이 심해서 사람들과 눈을 못 맞추고 덜덜 떨던 청년. 이들이 상담을 통해 힘든 고통에서 벗어나 직장인으로, 신앙인으로 행복하게 살아가는 모습을 볼 때마다 나에게 상담사로 섬길 수 있는 기회를 주신 하나님께 감사한다.”

“청년들은 사회의 기대, 부모가 줬던 가치, 타인과의 비교 속에서 자신이 진짜 원하는 삶보다는 타인이 바라는, 또는 외부의 기준에 부합하기 위해 부단히 애를 쓴다. 그러나 그 열심에도 불구하고 내면은 무기력감과 낮은 자존감과 무가치함으로 이어져 우울과 불안, 공황, 투사를 자주 호소한다. 무엇보다 “인정받기 위해 맞추는 나가 아닌, 있는 그대로의 나를 내가 인정하고, 수용해 주는 자기 시선과 마음, 자기 돌봄을 하며 자신의 정체성을 찾아가는 여정”이 매우 중요한 과정이고 필요함을 느낀다.”

“상담에서 만난 청년들은 부모님을 포함한 대인관계와 독립의 어려움으로 인한 부정적인 감정을 호소했다. 방향할 여유도 없이 성실하게 살았지만 독립적으로 평범한 일상조차 유

지하기 버거운 현실을 청년들은 자신의 무능함 때문이라고 자책했다. '자신이 무능하고 인정받을 만하지 않다'는 생각이 그들의 주도적인 삶을 살려는 의지에 걸림돌이었다. 청년들이 '지금의 나는 나의 최선의 선택이었고 무능해도 사랑받을 자격이 있다고 자신을 위로하기를 소망했다.'

### 3. WTH 상담실의 기여 요소

- 상담 구조와 관련된 합리적 시스템 제공: 합리적 상담비 책정, 전문 상담사 헌신, 다양한 지역의 상담실 후원으로 경비 절감 및 지역 편리성 제공
- 공인된 기독교 단체 기윤실의 기본 네트워크 공동 사용으로 인한 신뢰성
- 기독교 단체의 정서적 안전성과 신뢰
- 교회 연계의 확장 가능성: 높은뜻광성교회, 서교동교회 등 지역 교회 연계 경험

### 4. 과제 및 제안: 후속 조치 또는 연구 방향

- 심리교육 및 불안 관리 프로그램 개발(특히 26~35세 대상)
- 고위험군 선별 집중 개입
- 영성 통합 접근
- 대인관계 역량 강화(자기 표현, 경계 설정, 공감 훈련)
- 신앙과 심리 사이의 통합 상담(신앙 내 죄책감 vs 심리 문제 구분)
- 1인 가구 대상 정서지원 커뮤니티 활성화
- 심리적 관점의 기독교 가치관에 대한 체계 구축
- 정서 조절과 관리에 대한 인식변화 추구
- 정서 관리에 대한 체계적 치료 프로그램 활성화
- 기독교 세계관에 기초한 상담접근의 확립
- 보다 확장된 상담 기회 제공을 위한 재정적 자립과 지원체계 구축
- 교회와 연결된 청년 사역의 심리상담 지원의 자리매김
- 청년 사역과 연결된 동료 상담자 교육 프로그램 개발
- 신청서 작성 시 분류 영역을 보다 체계화 구체화 분류하여 다음 연구에 보다 효율적인 자료가 될 수 있도록 재수정 필요

<발제문>

## 기독교 청년의 '경제적 불안'의 실태와 대응방안

김서로(청년희망재무상담소 윙즈WINGS 소장)

### 1. 경제적 불안에 대하여

“불안하다”는 말은 이제 일상적인 언어가 되었습니다. 특히 경제적인 이유로 인한 불안은 많은 이들의 삶을 지배하고 있습니다. 불안에 대한 정의는 심리학적으로는 ‘일어날지도 모르는 미래의 불확실성에 대한 반응’, 심리학 용어사전에는 ‘위협이 명확하지 않은 상태에서도 나타나는 정서적 불편감’으로 설명하고 있습니다. 여기서 ‘일어날지도 모르는’, ‘위협이 명확하지 않은’이란 표현에서 알 수 있듯이, 불안은 아직 일어나지 않았고, 실제로 대부분 발생하지 않을 일임에도 불구하고, 마음은 이미 그 상황을 겪고 있는 듯한 괴로움과 불편함을 느끼고 있습니다.

이러한 불안이 심화되면 신체에도 증상이 나타납니다. 심장이 빠르게 뛰고, 숨이 가빠지며, 손발에 땀이 나고 어깨가 뭉칩니다. 음식을 먹어도 소화가 되지 않고, 잠을 설치거나 두통에 시달리기도 합니다. 저의 경험으로는 불안할 때 잠을 잘 자지 못했던 것 같습니다. 눈을 감으면 불안을 유발하는 생각들이 떠오르고, ‘어떻게 해결하지?’하는 고민으로 머릿속이 가득 찹니다. 몸은 피곤한데 말이죠.

이처럼 불안으로 인한 신체적 증상을 완화하거나 없애기 위한 방법들도 있습니다. 명상, 심호흡, 운동, 수면 등이 대표적입니다. 저의 경우, 주로 불안이 생기면 심호흡을 자주 하곤 합니다. ‘한숨을 쉬다’고 하죠. 습관처럼 한 번씩 하게 되는 것 같습니다.

‘경제적 불안’이라 함은, 그 원인이 경제적 상황에 있다는 뜻입니다. ‘일어날지도 모르는’, ‘위협이 발생하지 않은’ 경제적 불확실성으로 인해 생기는 정신적 긴장 상태, 정서적 불편감이라고 할 수 있습니다. 개인에게 있어 경제적 조건은 소득, 소비, 자산, 부채 등을 말합니다.

‘경제적 불안’은 언제든지 발생할 수 있습니다. 한동안 불안이 해소된 듯하다가도 다시 생깁니다. 어쩌면 평생 경제적 불안과 함께 살아야 할지도 모릅니다. ‘이 정도 벌고, 이만큼 소비하면 되겠구나’ 하고 안심하고 지내는 중, 갑자기 기준금리를 인상한다는 뉴스나, 부모님의

병원 입원 같은 일이 생기면 다시 불안해집니다. 지금보다 더 많은 비용을 감당해야 할 수 있기 때문입니다. 그러나 그 금액이 얼마인지 아무것도 정해지지 않은 상태이고, 조금만 계산해 보면 감당할 수 있는 범위 내에 있는 경우가 대부분입니다.

20년 전, 아버지께서 뇌출혈로 쓰러지셔서, 긴급히 수술하시고 재활치료를 받으셨습니다. 지금도 그 후유증으로 거동이 어렵고 말씀도 잘 못하십니다. 그때 제가 느낀 불안이 아직도 기억에 남습니다. 아버지의 건강도 걱정이었지만, 경제적인 부담에 대한 걱정이 더 컸습니다. 그런데 다행히 가입해 두었던 보험, 그리고 친척과 교회, 주변 분들의 도움이 있었습니다. 저의 경제적 부담은 전혀 없지는 않았지만, 마음속에서 느꼈던 불안만큼 크지는 않았습니

다. 경제적 불안은 언제 어디서든 자신도 모르게 찾아올 수 있습니다. 중요한 것은 그 불안을 잘 관리하는 것입니다. 만약 불안이 잘못된 방식으로 해소하게 되면, 막연한 경제적 불안을 넘어서 벗어나기 어려운 경제적 위험, 즉 경제적 두려움을 맞이하게 될 수도 있습니다.

## 2. 청년의 경제적 불안의 주요 발생 원인

구분	소득	소비	자산	부채
경제적 불안 발생 원인	취업(고용) 소득수준 실직 및 이직	고정지출(월세) 경제적 계층 유지 소비습관 합리적인 소비	자산형성(저축) 주거(독립), 결혼 건강, 노후	부채의 존재 부채상환 연체 및 추심 신용점수

경제적 불안은 돈을 버는 과정(소득), 돈을 쓰는 과정(소비), 돈을 모으는 과정(자산), 돈을 갚는 과정(부채) 등 경제적 조건 전반에서 발생하는 것 같습니다. 불안을 일으키지 않는 경제적 조건은 없다고 봐도 무방할 것입니다. 이 4가지 측면에서 하나씩 살펴보려고 합니다.

### 1) 소득

취업률	재직기간				평균 급여 (세전기준)
	평균	3년 이상	1-3년	1년 미만	
67.7%	35개월	39.7%	32.3%	28.1%	266만 원

돈을 버는 과정에서 불안이 발생하는 가장 큰 이유는 고용 불안정입니다. 2024년 기준 청년의 취업률은 67.7%입니다. "취업하기 쉽지 않다"는 말은 너무 쉽게 들을 수 있습니다. 대학생들 중 다수는 취업을 위해 휴학을 당연하게 여기고 있으며, 대기업 등 좋은 일자리는 많지 않습니다. 취업준비생들 사이에서 "첫 직장이 중요하다", "대기업으로 시작하면 이직해도 대기업

근처에서 돈다"라는 이야기가 자주 들립니다. 이러한 압박감이 취업 준비 기간을 길게 만드는 원인 중 하나로 보입니다.

설령 취업을 해도 불안은 사라지지 않습니다. 평균 재직기간은 35개월입니다. 3년 이상 재직 한 비율은 39.7%, 1년 미만은 28.1%입니다. 많은 청년이 다시 취준생으로 돌아가고 있습니다. 사유는 다양합니다. '급여가 적어서', '주변 친구보다 덜 받아서', '직장 내 괴롭힘', '비정규직 고용' 등입니다. 돈을 못 벌어도 불안하고, 돈을 벌어도 불안합니다.

일반 근로자는 일정한 소득이 있지만 프리랜서나 일용직의 경우 소득이 일정하지 않아서 불안합니다. 이들은 매달 고정지출이 있는데, 어떤 달은 돈이 넉넉하지만 어떤 달은 월세조차 감당하지 못하는 경우도 있습니다.

청년의 평균 급여는 세전 기준 266만 원, 4대보험을 제외한 실질 소득은 236만 원입니다. 첫 월급을 받으면 매우 기분이 좋지만 이 금액을 받는다고 자랑스럽게 말할 수 있을까요?, 혹시, 친한 친구가 돈을 얼마 버는지 아는 사람 있나요? 대부분은 자신보다 많이 버는 것 같다는 막연한 인식을 가질 뿐, 정확한 숫자는 모릅니다. 저 역시 얼마 버는지 친구나 부모에게 말하지 않습니다. 아마 이것도 불안 때문인 것 같습니다. 많이 벌면 존중받고, 적게 벌면 위축되는 사회 분위기, 청년들은 이 압박을 더욱 심하게 느끼는 것 같습니다.

## 2) 소비

평균 생활비	식료품비	교통비	오락·문화비	통신비	주거비
213만 원	80만 원	22만 원	18만 원	14만 원	13만 원

소비하는 과정에서도 불안은 발생합니다. '돈을 쓰는데 무슨 불안이 있을까' 생각할 수 있지만 사실 소득에 대한 불안은 소비에서 비롯된 경우가 많습니다. 청년 가구의 월평균 생활비는 213만 원입니다. 식료품비가 80만 원, 교통비 22만 원, 오락·문화비 18만 원, 통신비 14만 원, 주거비 13만 원 순입니다. 먹는 데 가장 많은 비용을 지출하고 있습니다.

매월 고정적으로 나가는 비용, 즉 고정지출은 불안을 유발합니다. 월세, 보험료, 통신비, 관리비 등 고정지출 비용이 커질수록 더 불안하게 합니다. 그리고 먹고 싶은 것 갖고 싶은 것 등 소비하고 싶지만 하지 못할 때 불안합니다. 부모와 함께 거주하는 청년들은 고정지출에 대한 부담이 적지만 부모로부터 독립한 청년들은 그만큼 더 큰 부담을 느끼게 됩니다.

대부분의 개인에게는 '경제적 계층'이라는 것이 있는 것 같습니다. 가까운 사람들의 소비 수준을 기준 삼아 비교합니다. '남들처럼 소비하지 못하면 뒤쳐진 것 같다는' 느낌이 불안을 자

극합니다. 제가 청년 시절을 보낼 때는 해외여행 가는 친구는 거의 없었고, 노트북 등 전자기기가 필수는 아니었습니다. 지금은 다릅니다. 비슷한 수준으로 소비하고 소유해야만 주변 친구들과 '동급'경제적 계층을 맞추며 살아갈 수 있습니다. 그러지 못하면 마음에 불안이 생깁니다.

자신의 소비습관을 파악하지 못할 때도 불안을 느낍니다. '소득보다 더 쓰고 있는 것은 아닌지', '돈을 쓰는데 왜 기분이 나쁘지?'와 같은 감정이 그것입니다. 자신의 소비 형태가 드러나는 것 자체를 꺼려 합니다. 재무상담을 신청하지 않는 가장 큰 이유 중에 하나입니다. 그러나 재무상담을 신청하는 것은 매우 용기 있는 행동이므로 칭찬받아 마땅합니다.

'가성비'란 말이있습니다. '가격 대비 성능'의 줄임말인데, 좋은 제품이나 서비스를 남들보다 저렴하게 이용했다면 기분이 좋지만, 반대로 비싸게 이용하면 기분이 나쁩니다. 청년들은 누구보다 합리적이고 현명하길 바라지만, 현실은 그렇지 않을 때 자책하며 불안해합니다.

### 3) 자산

평균자산	금융자산	주식	가상자산
5,012만 원	1,378만 원	240만 원	28만 원

돈을 모으는 과정도 불안을 유발합니다. 청년들의 평균소득이 236만 원(세후기준), 평균 소비가 212만 원이면 청년 평균 월 24만 원을 저축하고 있다고 볼 수 있습니다. 이 정도 저축으로 미래가 괜찮을까요? 예를 들어, 연이율 3%로 계산했을 때, 1년 모으면 약 292만 원, 5년을 모으면 1,539만 원, 10년을 모으면 3,274만 원을 모을 수 있습니다. 이렇게 돈을 모으면 집도 구하고, 결혼도 하고, 자녀도 양육할 수 있을까요? 질문을 하면 할수록 불안은 점점 커집니다.

청년들의 평균자산은 5,012만 원입니다. '현재 가지고 있는 자산을 잘 모으고 있는 걸까?', '다른 청년들과 비교해서 어떤 수준일까?'라는 고민이 불안을 낳습니다. '경제적 자유'라는 말이 있습니다. 이 말은 더 이상 돈에 얽매이지 않고, 내가 원하는 삶을 자유롭게 살아가는 상태를 의미합니다. 그렇다면 경제적 자유를 얻기 위해 얼마가 필요할까? 예를 들어, 돈 걱정 없이 소비하기 위해서 연간 1억 원의 지출이 필요하다고 가정해서 생각해 보겠습니다. 저도 이 돈으로 100% 돈 걱정이 없어질 것이라고 생각하지 않습니다. 은행 연이율을 2%로 설정했을 때, 통장에 50억 원이 있어야 이합니다. 먼저 50억 원을 모아야 하는데 연봉 1억 원을 받는 직장인이 매년 전액을 저축해도 35년, 절반만 저축하면 56년이 걸립니다. 그런데 현실적으로 연봉 1억도 쉽지 않고, 직장생활이 가능한 기간이 30년 전후이니, 경제적 자유는 거의 불가능한 목표처럼 느껴집니다. 이렇게 생각하면 '돈이 부족한 상태로 살아야 한다'는 인식이 불안을 유발합니다.

청년을 상담했던 사례 중에 몇 분이 물어보는 질문이 있었습니다. “노후 준비는 어떻게 해야 하나요?”, 사실 제가 하고 싶은 질문인데 20대 청년이 이런 질문을 던지니 조금은 당황스러웠습니다. 한편으로는 “그렇지 지금부터 해야지” 하는 마음도 들었습니다. 대한민국에 사는 절대 다수가 노후 불안에 시달리고 있습니다. 건강이 가장 걱정입니다. 단순히 ‘아플까 봐’가 아니라 다시 건강을 회복하려면 돈이 필요하기 때문입니다. 만약 아픈데 돈이 없다고 상상하면 불안해질 것입니다. 그리고 ‘노후에도 지금처럼 소비하며 살 수 있을까’ 하는 불안도 있습니다.

그렇다면 돈이 많으면 불안에서 벗어날 것 같습니다. 과연 돈이 많은 사람은 불안하지 않을까요? 그렇지 않습니다. 오히려 더 불안해하는 경우도 있습니다. 왜냐하면 가진 것을 잃을까 불안합니다. ‘집값이 떨어지면 어찌지?’, ‘주식시장이 폭락하면?’, ‘증여, 상속세 등 세금이 많이 나오면?’, ‘가족이나 지인들이 돈 빌려 달라고 하면?’ 등, 걱정거리는 형태만 다를 뿐 본질은 비슷합니다. 돈이 없거나 부족해서 불안하지만, 돈이 많아도 불안하긴 마찬가지입니다.

#### 4) 부채

총부채	주택 관련	자산투자	학자금	생활비
1,637만 원	1,166만 원	73만 원	68만 원	35만 원

제가 보기에, 가장 큰 경제적 불안은 돈을 갚는 과정, 즉 부채에서 비롯됩니다. 한 청년은 매월 학자금 대출을 갚기 위해 100만 원씩 지출하고 있어 매우 힘들다고 했습니다. 그래서 저는 ‘한국장학재단에 월 100만씩 상환해야만 하는 조건인지’ 물어봤습니다. 그런데 대답은 ‘그런 건 아니고, 한국장학재단에서는 약간의 이자만 내면 된다고 했습니다. 그냥 빚이 있다는 그 자체가 너무 큰 스트레스라고 했습니다.

*“어서 와요, 곧 떠나겠지만, 잠시나마 즐거웠어요, 잘 가세요, 하지만 다음엔 좀 오래 오래 머물다 가요, 난 매일 손꼽아 기다려, 한 달에 한 번 그댈 보는 날, 가난한 내 마음을, 가득히 채워 줘, 눈 깜짝하면 사라지지만...”*

가수 스텔라 장이 부른 “월급은 통장을 스칠 뿐”의 1절 가사입니다. 월급날 아침, 통장에 채워진 돈이 저녁이 되면 사라져버립니다. 이렇게 월급이 통장을 스쳐가는 가장 큰 이유는 카드값입니다. 월급날은 손꼽아 기다리는 날이지만, 카드값 결제일은 불안을 부르는 날입니다. 신용카드사는 ‘카드값 잘 갚을 수 있다’며 리볼빙, 카드론 등의 서비스를 제공하며 더 소비하라고 부추킵니다. 그러다 월급으로도 채무를 감당할 수 없는 날이 오고 있다고 생각하면 불안이 극대화됩니다.

개인회생 신청을 위해 만난 20대 후반 여성은 약 4,000만 원의 채무를 가지고 있었습니다. 그녀의 첫 인상을 잊을 수 없습니다. 어깨는 축 처져 있었고 외모 관리도 제대로 하지 못한 듯 했습니다. 구체적인 내용은 상상에 맡기겠습니다. 목소리 또한 떨리고 있었고, 병원에서 우울증 진단을 받아 약을 먹고 있다고 했습니다. 카드값을 감당하지 못해 곧 연체를 앞두고 매우 불안에 떨고 있었습니다.

연체를 앞두고 있으면 마음은 매우 불안할 수밖에 없습니다. 영화나 드라마에서 나오는 무서운 아저씨의 이미지가 떠오릅니다. 전화, 방문, 우편 등 추심이 시작되면 '협박당하는 건 아닐까', '부모나 직장에 알려지는 건 아닐까?'라는 상상을 하게 됩니다. 무엇보다 채무를 갚지 못하는 자신에게 실망하고 자책합니다.

법원에 개인회생을 신청한 후 이 청년을 만났는데 전혀 다른 모습이었습니다. 사실 못 알아보았습니다. 자신감 있는 걸음걸이, 단정한 복장과 목소리, 밝은 얼굴, 우울증 약도 끊었다고 했습니다. 180도 달라진 모습에 저도 너무 놀랐습니다.

그런데 부채 문제에서 파생되는 또 하나의 깊은 불안 요소는 신용점수입니다. 신용점수는 단순히 금융서비스를 이용할 수 있는지의 여부를 넘어서, 개인의 경제적 신뢰도를 수치화한 지표로 받아들여지고 있습니다. 연체가 발생하면 점수가 급격히 하락하고, 일정 기간 동안 회복이 어려운 구조입니다. 한두 번의 실수로 점수가 떨어지면 대출 한도와 금리는 물론, 카드 발급에도 제한이 생기고, 이로 인해 다시 자금이 부족해지는 악순환이 반복됩니다.

더욱이 이 점수는 개인의 자존감과도 연결되어 있습니다. 청년들은 '신용이 낮다'는 사실을 쉽게 말하지 못하고, 오히려 숨기며 스스로를 위축시킵니다. 누군가에게 내 신용상태가 알려질까 불안해하고, 금융기관과의 상담조차 꺼리게 됩니다. 결국 신용점수는 단순한 숫자의 문제가 아니라, 자기 신뢰와 사회적 관계, 미래 계획 전반에 영향을 미치는 또 하나의 불안의 얼굴입니다.

### 3. 불안에 따른 위험한 경제적 선택

청년들은 어떻게든 불안에서 벗어나고 싶어 합니다. 불안에서 벗어날 때 합리적으로 잘 대응하면 좋겠지만, 오히려 위험한 선택을 하는 경우가 많습니다. 불안을 잠시 잊기 위해 과소비를 하거나, 적립 또는 할인을 핑계 삼아 계획 없는 지출을 하기도 합니다. 더 빨리 안정되고 싶다는 생각에 무리하게 주식이나 코인 등에 투자하는 경우도 많습니다. 로또 같은 복권에 의지하며 잠깐의 희망에 기대는 이들도 있습니다. 하지만 이러한 행동은 잠시 위안을 줄 뿐, 결국 불확실성을 더 키우고 더 깊은 불안을 초래하는 위험한 대응 방식입니다.

### 1) 과소비, 충동구매

한 청년은 매일 집에 오면서 다이소에 들르는 습관이 있었습니다. 반드시 다이소를 거쳐야 마음이 놓인다고 했습니다. 무엇을 사는지 물으니 필요해서가 아니라 그냥 그날 마음에 드는 것 하나 고른다고 했습니다. 이렇게 하루에 적게는 5,000원, 많게는 1만 원씩 사용하며 한 달에 다이소에서만 약 30만 원을 소비하였습니다. 30만 원이 크지 않은 돈일 수 있지만 누군가는 다이소가 아닌 백화점이 되고, 온라인 쇼핑이나 해외여행이 되면서 더 큰 금액을 사용하기도 합니다.

서울의 강남역은 대표적인 '소비의 거리'입니다, 이곳을 걷다 보면 화려한 상점과 매장이 있고 다양한 팝업스토어와 브랜드 이벤트가 자주 열리며, 대형 전광판과 디지털 광고로 가득합니다. 변화한 길거리에서 벗어나 집에 왔지만 TV 광고, SNS 콘텐츠, 유튜브 영상, 드라마 속 간접광고가 여전히 나를 기다리고 있습니다. 불안한 나를 잊기 위해, 소비 유혹에 쉽게 넘어갈 수 있습니다.

### 2) 무리한 투자

코로나19로 인한 불안 속에 많은 청년들이 '영끌'(영혼까지 끌어모음), '빚투'(빚내서 투자)를 감행했습니다. 은행 적금이나 예금으로 저축하면 원하는 미래를 얻을 수 없기 때문일 것입니다. 이것 역시 미래에 대한 불안에서 시작된 행동이라고 할 수 있습니다. 무리한 투자는 스스로가 해야 할 선택권을 주식이나 코인 시장에 맡기는 행위와 같습니다. 자신의 문제를 스스로 해결할 수 없어 내던진 것이라고 할까요?

주식과 코인 투자의 특징은 '변동성'입니다. 매우 높은 수익을 누릴 가능성이 존재하는 것입니다. 그런데 그 가능성은 얼마나 될까요? 언론이나 인터넷에는 돈을 번 경험이 자주 공유되고 있지만 손실을 본 사례는 잘 드러나지 않습니다. 제가 느끼기에는 절반 이상은 손해를 보는 사람이고 나머지 절반도 돈을 벌었다기보다 원금 수준으로 보유하고 있는 경우가 많은 것 같습니다. 결국 투자해서 목적을 달성한 사람은 거의 없습니다.

투자 결과가 좋으면 기분이 좋지만, 투자 결과가 나쁘면 불안에서 더 깊은 불안으로 이끕니다. 반드시 알아야 할 것은 투자 결과는 현금화를 기준으로 삼아야 합니다. 어떤 주식이 상한가를 기록했다면 좋은 소식이지만, 그 주식을 현금화해야 결과를 얻은 것입니다. 다음날 하한가로 갈 수 있으니까요. 단순히 변동성, 숫자에 감정이 움직이는 것은 아무 의미 없는 것입니다.

### 3) 복권, 도박, 사행성 게임에 의존

한 청년은 졸업 후 계약직으로 일하던 직장에서 해고된 이후, 계속된 면접 탈락으로 자존감

이 바닥을 쳤습니다. 남들보다 뒤쳐지고 있다는 생각에 밤마다 불안감에 시달렸고, 월세와 카드값은 점점 밀려가고 있었습니다. 어느 날 복권집 앞에 있는 '1등 당첨'이란 문구가 눈에 들어와서 복권을 샀고, 그날 밤 오랜만에 설레며 잠들었습니다. 이 느낌이 좋아 계속 복권을 사기 시작했습니다. 이후 로또를 넘어 인터넷 스포츠토도와 슬롯머신 앱에도 손을 댔습니다.

복권을 사본 적 있으신가요? 로또는 매주 토요일 저녁 8시 35분에 당첨번호를 발표합니다. 저는 월요일 아침에 로또 복권을 사보았습니다. 그러면 일주일간 새로운 희망을 가지고 살아갈 수 있습니다. 30억, 혹시나 당첨되면 돈을 어디에 쓸까 상상하며 행복한 고민을 해 볼 수 있습니다. 물론 토요일 당첨번호가 나오면 실망합니다. 당연히 안 될 줄 알았지만 매우 작은 희망에 의존할 수 있습니다. 실망은 잠시일 뿐, 반복적으로 현실화되지 않는 희망을 붙잡으며 살아갑니다.

#### 4. WINGS 청년희망재무상담의 역할

WINGS 청년희망재무상담은 청년 개인의 재무를 가지고 상담을 진행합니다. 경제적 불안을 일으켰던 소득, 소비, 자산, 부채 등 다양한 요소들을 점검하고 개선할 수 있도록 도와줌으로써 경제적 불안을 줄이거나 해소하는 것을 목적으로 합니다. 더 나아가 하나님을 신뢰하는 삶을 살 수 있도록 안내합니다.

##### 1) 경제적 현실과 마주함

WINGS 청년희망재무상담에서 제일 먼저 하는 작업이 '가계부' 작성을 통해 현재의 소득과 소비지출, 자산과 부채의 현황을 파악하는 것입니다. 청년 스스로 자신의 경제적 현실과 마주하게 되면, 많은 청년들은 불안이 줄어들고 앞으로 어떻게 하면 조금 더 나아질 수 있을지 스스로 방향을 잡을 수 있게 됩니다.

편의점 지출이 많은 청년은 건당 소비가 1만 원이 넘는 경우가 거의 없기 때문에 무심코 지출을 반복했지만 '가계부'를 작성한 후 실제 지출이 예상보다 많다는 것을 알고 편의점 방문 횟수를 줄여 지출을 줄일 수 있었습니다. 줄어든 지출은 저축을 하거나 더 필요한 곳에 지출하는 계획을 세울 수 있습니다.

'가계부'에는 나 자신의 과거와 현재, 그리고 미래가 숫자로 표현되어 있습니다. 과거에 이미 써버린 돈을 지금 갖고 있는 것이 부채이고, 현재 필요한 곳에 지출하는 것이 소비이고, 미래에 쓸 것을 위해 모으는 것이 저축입니다. '가계부'는 곧 나 자신의 이야기를 담은 '숫자로 된 일기장', 곧 'My Story'라고 할 수 있습니다.

어떤 청년은 열심히 저축하여 통장에 2,000만 원 넘는 돈을 모았지만 그 돈을 어디에 쓸지에 대한 계획은 없었습니다. WINGS 청년희망재무상담은 이 돈의 목적을 함께 설정해 나갑니다. 비상금, 결혼자금, 주거보증금, 해외여행 등 그 돈의 목적을 명확히 하며 미래의 나에 대해 구체적으로 상상해 보도록 돕습니다.

그리고 내가 무엇을 좋아하고, 무엇을 해야 하는지, 무엇을 가치 있게 여기며, 누구를 사랑하는지 등 나의 마음의 실체가 가계부에 고스란히 드러나 있습니다. 나 자신이 누구인가를 나타내 주는 가장 객관적인 데이터라고 할 수 있습니다. 많은 청년들은 자신이 좋아하는 일에 돈을 쓰고 있다고 생각하지 않지만, 사실은 돈은 자신이 원하는 방향으로 흐르고 있으며, 그 결정은 스스로 내리고 있다는 점을 인식하게 됩니다.

## 2) 미래의 나 자신의 모습을 설계

현재의 경제적 현실을 마주한 후에는 반드시 미래의 나에 대해 계획을 세웁니다. 가깝게는 1년 후, 3년 후, 5년 후, 멀게는 10년 후, 20년 후, 은퇴 이후까지 생각해 보게 합니다. 어떤 청년은 은퇴 후를 걱정하기도 하지만 먼저 가까운 미래의 과제부터 계획합니다. '부모로부터의 독립', '결혼', '자녀계획', '부모님 기념일(환갑, 칠순 등)', 가장 중요한 '자신의 커리어' 등 다양한 주제를 생각해 보게 합니다.

미래에 대한 계획의 시작은 가족 구성원의 나이부터 적어보는 일입니다. '3년 후 나의 나이는?' '그 때 부모님이 환갑이시네' 쉽게 알 수 있는 정보지만 평소에는 잘 인지하지 못합니다. 숫자로 정리하다보면 미래를 어떻게 설계할지에 대한 그림이 자연스럽게 그려지고, 막연한 불안도 줄어들습니다.

## 3) 채무위험은 채무조정으로

우리 주변에는 채무위험에 깊이 빠진 청년들이 적지 않게 있습니다. 이 청년들을 만나면 마음이 힘듭니다. 제가 이 분야에 오래 일해 오고 있기 때문에 일반적인 청년들과는 다른 삶의 궤도를 걷고 있는 모습을 자주 보게 됩니다. 카드값, 신용대출 등 부채비용이 월급과 비슷하거나 많다면 매우 극심한 불안을 겪을 수밖에 없습니다.

이 문제를 해결할 수 있는 방법은 채무조정입니다. 연체를 통해, 이자율 감면과 상환기간을 늘려 월 부담을 줄여주는 워크아웃과 소득에서 최저생계비를 제외한 소득을 3년간 변제하고 나머지 채무는 면책 받는 개인회생, 근로능력이 없어 채무상환 자체가 어려운 경우 채무 전체를 면책 받는 개인파산 제도가 있습니다.

채무조정을 받기 전에는 기본적인 식사조차 어려웠던 청년들이 최소한의 소비가 가능한 재

무구조를 가질 수 있습니다. 다시 출발할 수 있는 희망이 생기고, 더 나아가 비록 최저생계비 수준이지만 그 안에서 감사함을 경험하는 청년들도 있습니다.

#### 4) 경제적 불안과 믿음

마지막으로 그리스도인의 믿음에 대해 이야기합니다. 불안과 믿음은 공존할 수 있을 것처럼 보이지만, 실상은 서로 대립하는 개념입니다. 불안이 커질수록 하나님에 대한 신뢰는 무너지고, 문제 자체에만 집중하게 됩니다.

예수님께서 '씨 뿌리는 자의 비유'에서 가시떨기에 뿌려진 씨에 대해서 '세상의 염려와 재물의 유혹과 기타 욕심이 들어와 말씀을 막아 결실하지 못하게 되는 자'라고 말씀하십니다. 결국 경제적 불안으로 신앙의 열매 맺지 못하게 됩니다.

그리스도인으로 열매 맺기 위해서는 경제적 불안에서 벗어나 하나님에 대한 신뢰를 조금씩 회복해야 합니다. 아직 발생하지 않은 미래에 대한 막연한 불안을 내려놓고, 현재 주어진 삶 속에서 하나님의 공급하심과 은혜를 경험하는 것이 중요함을 안내합니다.

### 5. 청년의 경제적 불안 해소를 위한 교회 공동체의 역할

청년들은 경제적 불안을 해결하기 위해서는 청년 스스로 큰 용기와 결단이 필요합니다. 하지만 교회 공동체의 위로와 격려 그리고 실질적인 지원이 함께할 때 더 온전한 회복이 가능합니다. 많은 교회들이 예배는 청년들과 함께 드리고 있지만, 개인의 경제적 위기나 불안 문제에 대해서는 여전히 개인의 책임으로만 여기는 경우가 많은 것 같습니다.

#### 1) 교회 공동체의 위로와 격려

교회 공동체는 청년들의 경제적 불안에 대해 공감할 수 있어야 합니다. '라떼는 말이야'로 시작되는 조언은 종종 청년들이 처한 현실과는 동떨어져 있으며, 취업, 결혼, 출산 등 많은 경제적 불안으로 발생하는 어려움에 대해 간섭처럼 느껴질 수 있습니다. 이런 조언들은 오히려 청년들이 교회를 떠나게 되는 계기가 되기도 합니다.

교회가 청년들을 어떻게 공감해야 할지, 무엇을 도와줘야 할지 막막해 하는 경우도 많습니다. 무엇인가 도와주고 싶지만 역효과가 날까 염려되고, 아무것도 하지 않으려니 신경은 쓰이고 참 어렵습니다. 그럼에도 불구하고 청년에게 조금 더 다가가는 노력이 필요합니다. 청년이 먼저 다가오기를 바랄 수도 있지만 경제적 불안이라는 무게는 쉽게 다가갈 용기를 허락하지 않습니다.

*“즐거워하는 자들과 함께 즐거워하고 우는 자들과 함께 울라” (로마서 12:15)*

이 말씀처럼, 교회는 경제적 불안을 겪고 있는 청년에게 '하나님께서 함께하신다'는 메시지를 전할 뿐만 아니라, 교회 공동체도 함께하고 있다는 위로를 전할 수 있어야 합니다. 말로 직접 표현하는 것도 좋지만, 중요한 것은 간섭이 아니라 진심으로 응원하고 곁에 있음을 나타내는 것입니다. 물론 말처럼 쉬운 일은 아닙니다. 하지만 그러한 시도의 자세가 곧 사랑의 실천입니다.

## 2) 교회 공동체의 지원

단순히 위로와 격려를 넘어 구체적인 지원 프로그램이 마련될 필요가 있습니다. 교회 공동체적인 지원 프로그램을 말합니다. 지금도 교회 안에서는 장로님이나 성도 개인이 열심을 내어 청년을 도와주는 사례가 있습니다. 그러나 어디까지나 개인적인 지원이지 공동체적인 지원이라고 말하기 어렵습니다.

어느 교회에서는 청년 지원 프로그램으로 '희망기금'을 운영하고 있습니다. 경제적 도움이 필요한 청년에게 무이자, 무담보로 돈을 빌려주고, 청년이 갚을 수 있을 때 상환하도록 합니다. 금융기관은 채무자의 형편을 고려하지 않지만, 이 프로그램은 교회 공동체의 사랑과 배려가 담겨 있습니다.

또 다른 방식으로는, 청년에게 교회 내 필요한 일을 맡기고, 그에 따른 인건비를 지급하는 방법입니다. 청년 학사관 등 주거 지원을 운영하는 교회도 있습니다. 이처럼 교회 공동체가 조금만 관심을 가지고 실천한다면, 많은 청년들이 경제적 불안에서 벗어날 수 있을 뿐만 아니라, 경제적 자존감을 회복하고 하나님의 은혜와 사랑을 구체적으로 경험함으로써 영적인 성숙함으로 이르게 될 것입니다.

## 적절한 거리의 건강한 어른으로서 상담자의 자리

민향숙(청년상담센터 위드WITH 상담사)

### 발제문을 읽고 인상 깊은 점 & 코멘트

‘심리적으로 복합적인 압박 상태’라는 발제문의 결과를 보면서 동의가 되었다. 불안, 대인 관계의 문제, 비교 의식, 조급함, 불확실성, 중독 등 이 모든 문제는 단독으로 발현된다기보다는 연결되어 있고 마치 도미노처럼 한 곳이 무너지면 연속적으로 영향을 받을 수밖에 없다.

‘심리적 주요 호소문제로 불안이 20-25세와 31-35세에서 높은 비중을 차지’하는 결과는 초기 성인기 독립적으로 사회에 나가는 시기에 잘 적응하고 해낼 수 있을까 하는 두려움과 불안이 높기 때문이고, 청년의 마지막 시기에 여전히 사회적으로 한 영역에서 빛을 내지 못하거나 타인과 비교해서 이뤄낸 게 없다는 자신에 대한 무력감, 실망감과 위축감이 불안을 가중시키는 듯 보인다. 인생과 삶이 건강한 방향으로 가고 있는가?

자신의 역량을 잘 발휘할 수 있도록 준비되어 있는가? 하는 시험대가 시간적으로 더 길어지다 보니 그에 따른 문제들이 지속적으로 누적되는 것 같다. 자신을 증명해내야 하는데 시간이 경과할수록 불안감과 관계적 갈등은 더 심해지고 가족과 직장, 공동체 등에서 자기 역할을 잘 못해내고 있다는 낮은 자기감과 낮은 자존감으로 스스로를 평가하고 정의 내리고 있는 것이다.

‘26-35세 연령대에서 치료 약물의 의존도가 높다는 점과 대처 기제로 약물 사용 경향이 증가한다’는 내용이 눈에 들어왔다. 사회적 경험이 쌓이면서 주체적이고 도전적인 내력이 쌓인다고는 실패와 위축, 무력감과 무망함에 자기 자신과 미래, 타인과의 관계에서 더욱 소극적이고 민감성이 올라가 대처 방법으로 의존도를 높이는 약물 사용이 증가하는 것으로 보였다. 주요 호소 문제의 분류에서 ‘불안과 대인 관계가 상위를 차지하는데 가족 문제가 30%로 4위를 차지한다는 것은 대인 관계 문제의 시발점이 가족 간의 갈등, 소통의 문제로부터 시작되었다고 볼 수 있어서 역기능적 가족관계에서 만들어진 성격이 결국 사회적 관계에서 동일한 모습으로 드러나 고통스럽고 힘든 상황이 반복되는 부분도 마음 아픈 결과였다.

‘기독교 청년들은 실제 삶과 신앙관이 갈등이 생길 수 있기에 내적 죄책감이나 불신앙에 영향을 미칠 수 있고 이 영역에 있어서 교회 내 접근이 미흡하다’는 발제문 내용이 있다. 기독교 청년들에게 신앙은 양날의 검과 같다. 바른 기독교 세계관은 깨어짐이 있는 삶에서 주권자이신 예수님께 의탁하며 연단의 시간을 믿음으로 지켜내고 예수님의 정체성을 누리는 힘이 되지만 율법적이고 경직된 교리와 말씀은 죄책감과 수치심을 더 깊게 만드는 수렁이 되어 삶의

여러 자리에서 믿음의 능력을 제대로 발휘하지 못하게 하고 있다. 상담자는 인본주의적인 심리학적 영역과 말씀에 기초한 기독교적인 접근과 방법이 적절히 통합되어 어떻게 균형을 잡고, 어떻게 하나님보다 앞서지 않으며 영혼육의 전인적인 치유와 회복을 도와야 하는지 말씀 안에서 더 지혜로워야 한다고 생각한다. 단단한 조력자로서, 성령님의 통로로써 굳건한 믿음이 있어야 하고 청년들에게 새로운 안전기지로의 경험이 되어 새로운 시작을 도울 수 있는 영적 멘토가 되어야 할 것이다. 이 미흡한 영역에서 상담자들이 가교 역할로 겸손히 섬길 수 있길 바란다.

### **상담사가 만난 청년의 호소 문제에 대한 상담 경험담**

정서적 불안, 사회적 갈등, 미래에 대한 불확실성의 결합된 형태가 대부분의 청년들에게서 보였다. 선택과 결정, 책임이 필요한 자리에서 내적 갈등으로 혼란감을 호소하였고 자기 확신과 신뢰의 영역에서 힘이 너무 없었는데 건강한 자율성과 주도성을 제대로 양육 받지 못한 원가족의 경험이 많았다. 부모 모두 일을 하여서 방치, 방임되거나 외동 혹은 적은 형제관계로 부모의 보호 아래 무조건적인 허용이나 간섭과 통제로 의존성 높은 자녀로 성장한 청년들이 많았다. 정서적 무감각이나 회피, 낮은 자기 표현 능력과 의사소통 능력, 낮은 스트레스 대처 기술과 해결 방안의 의존성 등 서로 연결되어 어디서부터 시작해야 하는지도 모르는 불안하고 우울한 청년들이 대다수였다.

상담은 그럴 수밖에 없었던 환경과 상황에 대한 공감과 지지, 이해를 시작으로 자신을 조금씩 객관화해보고 비판과 판단 없이 관찰하면서 두려움에 회피하는 모습에서 직면해보는 용기를 갖도록 조력하며 머물러 주는 시간을 갖는다. 상담은 being에 먼저 초점을 맞추어 머물러 보는 시간이 필요하고 자기 신뢰를 쌓아가며 자기 생각과 말로 자신을 정의해보는 시간을 가짐으로 자기 용서와 사랑을 경험하는 것이 중요하다. 자신에 대한 표현과 이해와 수용을 높이며 현재 자리와 역할에 있어서 구체적이고 작게 실천 가능한 일로부터 방향성을 갖는 목표까지 단계적으로 한걸음씩 걸어 나가는 doing이 순차적으로 이어지는 과정이라고 할 수 있다. 이런 과정 속에서 각종 상담 기법을 통합적으로 사용하며 내담자에게 거부감 없이 다가갈 수 있도록 제시하고 열린 질문과 작업 등을 통해 스스로 그 방향과 방법을 찾아가도록 돕는다.

### **청년들에게 하고 싶은 말**

자기 자신을 비난하고 비하하며 혐오하는 청년들이 많은데 사회적으로 만연된 비교 의식과 외현적으로 보여지는 성공의 결과가 존재적 의미의 자신보다 중요하게 여겨지는 사회 속에서 살기 때문이라 여겨진다. 이는 물론 생애 초기 중요한 타자로부터 심어진 가치관과 제대로 된 발달 단계를 밟지 못한 결핍 속에서 청소년기와 성인 초기를 지나면서 확립되지 못한 정체성으로부터 시작되었을 수 있고 근원적인 문제에 대해 회피나 혹은 강한 표출로 대응하며 직면과 수용을 통해 자기감을 세울 수 있는 시간이 절대적으로 부족했기 때문일 것이다.

벗어나거나 회복되는 것은 내면의 힘이 얼마나 있는가에 따라 다르고 벗어나는 시간을 단축하고 회복된 시간을 오래 지속하기 위해서는 아프더라도 자신과 만나야 하는 시간은 반드시 포함되어야 한다. 부정적으로 느끼고 있는 자신을 수용하고 이해하여 삶의 원동력으로서 긍정적이고 건강한 발걸음을 떼기 위해서는 내면의 힘은 꼭 키워져야 한다.

기억에 남았던 한 광고 영상, '지금 이 순간 정답은 없다'<sup>1)</sup>라는 제목의 술 광고 영상에서 아 이러니 하게도 의미 있는 메시지를 발견할 수 있었다. 장원영이라는 가수의 '원영적 사고'와 광고 속에서 설정된 박정민 배우의 '정민적 사고'로 비교된다. 직업도 가족도 능력도 갖춘 사람들 속에서 아니어도 괜찮다고 긍정적으로 대처하는 모습과 직업도 능력도 여친도 없는 상황이 크게 영향이 없어서 "아닌데, 없는데, 아무렇지 않은데"라는 답변을 하면서 현실을 알지만 상관없다는 듯 시니컬하게 대답하는 모습이 비교되는 영상을 통해 두 사고방식을 들여다 보게 되었다.

우리는 누구나 양면적인 '나'를 가지고 있다. 긍정적인 그리고 부정적인 나를 동시에 갖고 있는데 각각의 모습에도 어떤 관점으로 보고 반응하는가에 따라 건강하고 성숙한 내가 되는 자원으로 활용할 수 있다. 미래를 생각하면 불안하고 과거를 돌아보면 후회스러운 내가 Here and Now 주어진 현재에 집중해서 살아가는 것으로 그 뻑뻑한 현실이 나라는 사람 전체를 정의하지 않는다는 마음으로 긍정 한 스펀을 첨가하고 또 크게 동요하지 않으며 오늘을 살아내는 젊은이가 되길 바란다. 광고 말미에 "그거 정말 잘됐다"라는 멘트처럼 색안경을 끼고 쳐다보는 어른이 아니라 아낌없이 격려를 보내주고 고단한 현실을 같이 살아가는 적절한 거리의 건강한 어른으로서 상담자의 자리를 지키고 싶은 마음이다.

---

1) <https://www.youtube.com/watch?v=lcb1uUG3DkQ>

<토론문>

## ‘평균’이 말하지 못하는 청년의 경제적 불안

김성수(청년희망재무상담소 윙즈WINGS 내담청년)

먼저 지인을 통해 알게 된 기독교윤리실천운동(이하 ‘기윤실’), 그리고 청년이라는 나이 분류의 끝자락에서 주어진 청년희망재무상담 WINGS의 기회, 이 모든 것들에 대해 감사드립니다. 그리고 제 생각이 수많은 청년들을 대표하지도, 대변하지도 않습니다. 그저 그 세상을 살아가면서 경제적 불안을 느끼고 그 불안을 극복하려고 아등바등하는 한 사람의 입장으로 받아들여주시면 감사하겠습니다.

우리는 살면서 수많은 통계를 마주하고 살아갑니다. 그 중에서 ‘평균 청년 소득 ~원’, ‘평균 청년 부채 ~원’, ‘평균 청년 자산 ~원’은 최대한 피하고 싶은 정보입니다. 왜냐하면 저는 대개 많은 평균들 중에서 제가 속한 구간의 평균 이하이기 때문입니다.

통계 속 평균은 분명 현실을 말하고자 하는 노력입니다만, 한편 어떤 사회적 구분선이 되어 놓치는 이들도 많다고 생각합니다. 구분선 미만의 소외된 청년들은 ‘평균에 미치지 못하는’이라고 자책을 하기도 하며, 이를 접하고 경제적 불안이 증폭되기도 합니다.

평균이라는 구분 그 아래에 위치한 저와 같은 사람들은 ‘그만큼도 못 버는 나는 어디쯤에 있는 걸까’라는 나의 위치를 평균을 기준으로 고민하게 됩니다. 대출로 받은 전세금이 자산으로 분류되는지는 잘 모르지만, 월급에서 매월 일정액 이자를 갚아나가야 하고 그 나머지로 생활을 영위하는 사람에게 ‘평균 자산 ~만 원’은 멀게만 느껴지는 기준일 수 있습니다.

이처럼 ‘평균’은 사회의 어느 정도 수준을 표시하는 도구지만, 실제로는 비교의 틀이 되기도 합니다. ‘나는 왜 저 기준에 도달하지 못했나’, ‘왜 아직도 여기인가’. 불안은 비교의 구조 속에서 끊임없이 자라고, ‘나는 지금 괜찮은가보다’ ‘남들에 비해 괜찮은가를 생각하게 됩니다.

그러나 기윤실 재무상담에서는 ‘평균’과 같은 어떤 기준에 도달하기 위해 노력해야 한다고 조언해주지 않았습니다. 각자 처한 삶을 기준으로 두고 현실적이고 지속 가능한 목표를 세우도록 도와주었습니다.

물론 상담을 받고나서 제 경제적 현실이 극적으로 나아진 것은 아닙니다. 여전히 여러 통계 속의 평균은 멀게 느껴지고, 당장 다음 달 고정지출과 비상시지출을 걱정해야 하는 날들이 계속되고 있습니다. 그러나 적어도 이제는 그 불안을 마주할 수 있는 힘이 생겼습니다. 마주한다는 것을 넘어 어떻게 대비하고 더 나은 상황을 만들어갈 밑그림도 그릴 수 있게 되었습니다. 이는 나아갈 목표를 '평균'과 같은 외부적 기준이 아닌 나, 우리 가족, 즉 내부적 기준으로부터 출발할 수 있게 했습니다.

따라서 어떤 청년의 경제적 현실을 이야기할 때, 그저 '평균'이라는 단어에 지나치게 매몰되는 것은 경계해야 합니다. 평균은 특히 그 기준에 미달하는 많은 이들을 더욱 불안하게 만들 수 있습니다. '평균'이 아닌 청년 한 사람, 한 사람의 상황에 더 귀 기울이고, 그들이 어떻게 삶을 이어가고 있는지 세심하게 봐주셨으면 좋겠습니다.

기윤실의 청년희망재무상담소 'WINGS' 상담을 통해 소득, 소비, 자산, 부채 등 제 경제적 숫자를 점검함으로써, 막연한 불안 대신 구체적 현실을 마주하게 됐고, 그 과정에서 불안이 줄어드는 경험을 했습니다. '한도 가계부'라는 객관적인 나만의 데이터도 쌓아가고 있습니다.

'WINGS'는 청년 자신의 구체적인 재무 현실을 직시하고, 평균이 아닌 '나만의 기준'으로 삶을 재설계할 수 있도록 돕는 역할을 하고 있습니다. 앞으로도 많은 청년들이 이 귀한 기회를 만나기를 소망합니다. 감사합니다.

기운실청년센터 **↑way**  
출범5주년 기념 컨퍼런스 **→**