

아내의 정서적 노동 '맨키핑' 논란

남편의 친구, 상담사 역할까지, 남성 사고 감소도 원인

'맨키핑(mankeeping)'이라는 용어는 2024년 스탠퍼드대 사회학자 안젤리카 페라라가 발표한 연구 논문에서 처음 제시된 이후, 2025년 현재 중요한 사회적 담론의 하나가 됐다. 이는 여성들이 남성 파트너를 위해 감당하는 정서적 노동을 지칭하는 개념으로, 아내가 남편의 가장 친한 친구이자 연인이며 상담사 역할까지 맡는 상황을 연상하면 비슷하다.

맨키핑은 성별 간 논쟁을 불러일으키고 틱톡에서 토론을 촉발했으며, 온라인 댓글 창을 뜨겁게 달궜다.

소셜미디어나 기사 등을 통해 이 개념을 접한 여성들 다수는 "드디어 우리의 보이지 않는 피로를 설명할 수 있는 단어가 생겼다"며 공감과 위안을 표했다. 반면 많은 남성들은 여성에게 과도한 짐을 떠넘겼다는 불공정한 비난이라거나 정상적인 연애 관계마저 부정적으로 몰아간다고 반발했다.

연구를 이끈 페라라 교수와 정치학·사회학 전공 딜런 베르가라 연구원은 이번 연구가 대중적 담론으로 확산된 데 의미를 두면서도, 과장과 오해가 함께 따라붙고 있다고 지적한다.

팬데믹과 재택근무로 심화

맨키핑은 사회학에서 1985년 케롤린 로젠달이 처음 제시한 '킨키핑(kinkeeping)' 개념에서 파생됐다. 로젠달의 연구는 여성들이 가사·육아·가족 간 연락 유지 등 보이지 않는 노동을 훨씬 더 많이 담당한다는 사실을 보여줬다. 코로나 19 팬데믹과 재택근무 확산 이후 이러한 현상은 오히려 심화됐다는 연구도 있다.

맨키핑은 이러한 보이지 않는 노동이 가족 전체가 아니라 오로지 남편이나 남성 파트너를 위해 집중되는 현상을 가리킨다. 베르가라는 "남성들이 여성 파트너를 주요 정서적 지지 원천으로 삼으며, 여성에게 과도한 정서적 부담을 지운다"고 설명했다.

그와 페라라는 전 세계 남성 100여 명을 인터뷰한 결과, 다수가 '정서적·사회적 지원의 최우선 대상'으로 아내나 여

자친구를 꼽았으며, 일부는 아예 다섯 손가락 안에 다른 인물을 넣지 못했다고 한다. 친구나 가족 간에 다양한 지지 관계를 분산하지 못하고 여성 파트너에게만 의존한다는 것이다.

■ 아내가 유일한 창구일 땐 문제

베르가라는 "파트너에게 정서적 지지를 구하는 것은 당연하지만, 문제는 유일한 창구가 여성 파트너뿐일 때 발생한다"고 설명한다. 실제로 미국 생활조사센터 조사에 따르면 기혼 남성의 85%가 배우자에게 가장 먼저 개인적인 고민을 털어놓는 반면, 기혼 여성은 72%였다. 연구 결과, 정서적 노동이 과도해질 경우 여성의 정신적·신체적 건강을 해칠 수 있다는 점도 드러났다.

■ 남성 사고 공간 사라진 것도 원인

많은 이들은 여성이 남성의 감정적 짐을 떠안는 현상을 남성 개인의 책임으로 돌리지만, 연구진은 구조적 요인이라고 강조한다. 과거 이발소, 남성 클럽, 친목회 등 남성만의 사고 공간이 많았으나 점차 사라지면서 남성들의 사회적 관계망이 좁아졌다는 것이다. 베르가라는 "남성 우정의 기반이 무너진 결과, 여성들이 남성의 정서적 안녕을 떠맡게 됐다"고 분석했다.

■ 폭넓게 친구 관계 유지하면 도움

베르가라 자신도 논문 발표 후 친구로부터 "너도 맨키핑을 하고 있다"는 말을 들었다. 그는 남성 친구에게는 털어놓지 않았던 이야기를 몇 달 알게 된 여성 친구에게 먼저 공유했다는 사실을 깨닫고, 여성에게만 의존하는 습관을 줄이려 노력 중이라고 말했다.

그는 "남성들이 여성에게만 정서적 부담을 지우지 않으려면 친구 관계를 폭넓게 유지하고, 특히 남성 친구들에게 먼저 다가가는 습관을 길러야 한다"고 조언했다. 본인 역시 파트너는 없지만 꾸준히 우정을 쌓으며 정서적 지지망을 분산하려 노력하고 있다고 덧붙였다.

골 프

골프레슨, 맞춤형클럽, 클럽피팅
스윙분석, 그림교환, 클럽수리

골프를 제대로 배우는 곳! 눈에 띄는 실력향상!

무료

- ▶ 원포인트 레슨 받아보고 결정하세요!
- ▶ 클럽 점검!

빅 이벤트 한정

맞춤 드라이버 \$199

아이언 세트 \$599

숨겨진 **20야드**를 찾아드립니다

중고 피팅 드라이버 판매

29년 전통의
휘텍골프

714.859.3397 / 213.327.4080

8225 Commonwealth Ave.
Buena Park, CA 90621

Fitecgolf.com

소 잃고 외양간 고치시겠어요? 값비싼 소송을 예방하세요!

ADA-장애인 법

- 사업
- 임대
- 쇼핑센터
- 각종 시설

법적 준수 확인

*건물이나 시설에 장애인 접근성 관련 법규가 적용되었는지 확인하고 평가합니다.
(장애인 주차 구역, 엘리베이터, 화장실 등)

Philip Lee CASp-1154

T.213.820.5084 / 714.920.5895

감자탕

간장배짬

묵은지 감자탕

콩나물배짬

세리토스점

조마루 감자탕

JOMARU GAMJATANG

런치스페셜

(월 - 목: 11am - 3pm)

HOT

- 배해장국 · 불고기덮밥
- 설렁탕 · 해물돌솥비빔밥
- 해장라면 *Dine in only

\$13.00

가격 부담 없이 즐기는 점심!

\$25

\$25

여름 특선

물냉면
비빔냉면

*그 외 다양한 한식 메뉴 준비되어 있습니다.

주류완비

T.562.467.7979

11900 South St. #110
Cerritos, CA 90703

Open 7 Days 11am - 12am (Kitchen Close 11:30pm)

@JomaruUSA