



### 저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원 저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리와 책임은 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)



도시계획학석사 학위논문

저탄소 식생활방식 실천 과정에서  
마주한 대인 관계에서의  
소통 경험에 관한 탐색적 연구

2023년 8월

서울대학교 대학원  
환경계획학과 환경관리학 전공  
류 정 환

저탄소 식생활방식 실천 과정에서 마주한  
대인 관계에서의 소통 경험에 관한 탐색적 연구

지도교수 윤 순 진

이 논문을 도시계획학석사 학위논문으로 제출함

2023년 8월

서울대학교 대학원  
환경계획학과 환경관리학 전공  
류정환

류정환의 석사 학위논문을 인준함  
2023년 8월

위 원 장 정현주

부 위 원 장 김남수

위 원 윤순진

## 국문초록

최근 전 세계적으로 식품 유통과정에서 발생하는 온실기체 양이 1999년~2019년까지 7배 이상 증가하였다는 점은 식량 생산, 유통, 소비 전 과정에 관심이 필요하다는 것을 보여준다(Tubiello et al., 2022). 이를 위해서는 단순히 개인의 식단만을 바꾸는 것이 아닌, 종합적인 시각에서 식생활방식 전체의 전환이 필요하다. 이 연구에서는 먹거리 환경 문제를 인식하고 식생활방식 전체의 전환을 시도하고 실천하는 개인을 탐구한다. 그들은 먹거리가 야기하는 환경영향에 문제의식을 가지고 자신과 다른 식생활방식을 실천하는 개인 혹은 집단들과 만남의 지점에서 소통한다. 이 영역은 서로가 갖고 있는 의미를 조정하고, 협상하고, 타협하는 지점으로, 이 연구에서는 이 지점을 중점적으로 탐색한다. 이 연구는 ‘저탄소 식생활방식을 지향하고 실천하는 개인이 자신과 다른 식생활방식을 실천하는 타인과 먹거리 섭취 시, 그들은 소통과정에서 무엇을 경험하는가’란 물음에 답하기 위한 탐색적 연구다. 이는 기후변화 대응, 탄소 발자국 감축에 대한 메시지를 다를 때, 어떠한 커뮤니케이션 방식이 또 다른 개인 혹은 다수에게 그러한 메시지 전달 과정에서 필요한지에 대한 논의의 시작이다.

이 연구는 질적 연구 방법인 동시에 다중 사례 연구다. 이 연구는 각 개인의 소통 경험을 하나의 사례로 간주하고, 연구 참여자들의 커뮤니케이션 과정과 소통한 경험을 묘사하고 분석한다. 자료 수집 방식은 대면 심층 면접이며, 심층면접은 반구조화된 면접으로 대한민국 서울 경기 지역 거주자를 대상으로 연구 참여자를 선정하여 진행되었다.

또한, 대인 커뮤니케이션 이론 중 하나인 의미의 조정 관리 이론의 이론적 자원을 활용해 타인과 어떤 의미 구성의 계층에서 차이가 발생하는지, 어떤 규칙과 논리적 힘이 연구 참여자들의 행위에 영향을 미치는지 살펴보고, 타인과 먹거리 환경 문제를 중심으로 소통했던 경험에 대해

기술한다. 이를 통해 그들이 소통 과정에서 부딪히고 있는 다수의 인식이 무엇인지 파악하고 개인 간의 의미의 차이를 발견하고자 하였다.

연구 참여자들의 공통적인 소통 과정은 ‘드러내기’ 단계, 상대로부터 ‘불편’을 겪는 단계, ‘전략적 커뮤니케이션’ 단계로 이뤄졌다. 연구 참여자들은 자신의 식생활방식을 드러내고, 상대로부터 불편한 경험을 겪고 난 이후에, 자신만의 전략적인 커뮤니케이션 방식을 만들고, 만들어진 커뮤니케이션 방식을 다시 ‘드러내기’의 소통 과정에서 활용했다. 이후, 또다시 ‘불편’을 겪고, 자신만의 커뮤니케이션 방식을 발전시키며, 소통의 과정들이 순환하고 있었다. 연구 참여자들은 자신의 식생활방식을 실천하고, 이유를 설명하고 드러내는 것에서의 불편함을 겪으면서도 다시 ‘드러내기’ 단계로 가고 있었다. 선별적으로 자신의 식생활을 드러내면서 포기하는 부분도 있지만, 자신의 식생활방식 자체는 포기하지 않고 실천을 이어가며 타인과 소통하고 있었다.

연구 참여자들은 자신들의 소통 방식을 바탕으로 저탄소 식생활방식을 드러내고 있었는데, 관계적 거리가 가까운 가족부터 가깝지 않은 관계까지 다양한 관계에서 겪는 어려움이 있었다. 연구 참여자들이 자신들의 식생활방식과 환경 문제의식에 대해 드러냈을 때, 상대방의 공통적인 부정적 반응은 먹거리의 개념을 ‘몸’과 ‘건강’에 국한하거나 연구 참여자들의 실천이 갖는 중요성을 축소시키는 반응으로 나타났다. 이러한 반응을 경험한 후, 연구 참여자들은 상대방에게 자신의 식생활방식에 대한 긍정적 메시지를 자연스러운 방식으로 전달하고자 하는 자신들만의 커뮤니케이션 방식을 활용하며, 서로가 원하는 결과를 얻기 위한 노력을 이어가고 있었다.

동시에, 연구 참여자들은 먹거리 환경 문제를 인식하고 실천하는 소통가(Communicator) 혹은 전달자(Messenger)로서의 역할을 주변에서 요구받았다. 연구 참여자들은 먹거리 환경 문제를 타인에게 전달하고, 타인을 변화시키는 영향력 있는 개인(Influencer)의 역할을 하고 있었다.

이 연구는 참여자들의 소통 경험을 바탕으로 먹거리 환경 문제와 관련해 먹거리에 더 많은 개념적 자원을 담을 수 있어야함을 이야기하고,

20대, 30대를 대상으로 기후변화 완화에 미치는 개인의 주체적 역할 강조의 필요성을 이야기했다. 이 연구의 결과는 먹거리, 환경, 기후변화 커뮤니케이션에 있어서 고려해야 할 부분을 논의하고, 연구 참여자들이 갖는 존재의 중요성과 역할을 드러내며, 사적 영역에서 미시적으로 발생하는 변화에 대한 이해를 돋고 있다.

주요어: 저탄소 식생활방식, 대인 커뮤니케이션, 기후변화 커뮤니케이션,  
먹거리 커뮤니케이션,

학 번: 2021-25720

# 목 차

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| 제 1 장 서론 .....                       | 1  |
| 제 1 절 연구 배경 및 목적 .....               | 1  |
| 제 2 절 선행연구와의 차별성 .....               | 5  |
| 제 3 절 논문의 구성과 흐름 .....               | 10 |
| <br>                                 |    |
| 제 2 장 이론적 배경 .....                   | 12 |
| 제 1 절 저탄소 식생활방식 .....                | 12 |
| 1. 동물성 식품의 환경적 영향과 국내 상황 .....       | 12 |
| 2. 저탄소 식생활방식의 개념 .....               | 13 |
| 3. 저탄소 식생활방식과 먹거리 시민 .....           | 19 |
| 제 2 절 의미의 조정 관리 이론 .....             | 21 |
| <br>                                 |    |
| 제 3 장 연구 설계 .....                    | 30 |
| 제 1 절 연구 방법 .....                    | 30 |
| 제 2 절 연구 참여자 및 자료 수집 .....           | 31 |
| 1. 연구 참여자 .....                      | 31 |
| 2. 자료 수집 .....                       | 36 |
| 1) 자료 수집 방식 .....                    | 36 |
| 2) 자료 수집 범위 .....                    | 37 |
| 3) 분석 방법 .....                       | 40 |
| <br>                                 |    |
| 제 4 장 연구 참여자의 저탄소 식생활 .....          | 42 |
| 제 1 절 김네모: “처음에는 반성도 많이 했어요” .....   | 42 |
| 제 2 절 김보미: “가치관을 온전하게 지키면서...” ..... | 45 |

|   |            |
|---|------------|
| 제 3 절 김수연: “버리는 것보다 먹는 것이” .....        | 49         |
| 제 4 절 양세모: “‘넌 다수가 아니야’로 봐 버리는...” .... | 52         |
| 제 5 절 최동그라미: “눈 감고 먹어요” .....           | 56         |
| 제 6 절 최마름모: “학습된 무기력 같기도 해요” .....      | 59         |
| 제 7 절 황주원: “모두가 불편해지는 그 순간이 불편” ..      | 62         |
| <br>                                    |            |
| <b>제 5 장 소통 순환 과정 .....</b>             | <b>67</b>  |
| <b>제 1 절 가치관 드러내기 .....</b>             | <b>67</b>  |
| <b>제 2 절 ‘불편’하기 .....</b>               | <b>71</b>  |
| 1. 누구로부터 불편을 느끼는가 .....                 | 71         |
| 2. 무엇으로부터 불편을 겪는가 .....                 | 72         |
| 1) 먹거리, ‘인간의 몸’에 제한된 개념 .....           | 72         |
| 2) 환경 문제 확장, 개인 저탄소 식생활방식 실천의미 축소 ..... | 74         |
| <b>제 3 절 전략적 커뮤니케이션 .....</b>           | <b>77</b>  |
| 1. 궁정적이고 자연스럽게 .....                    | 77         |
| 2. 너는 너대로, 나는 나대로 .....                 | 81         |
| <b>제 4 절 소결 .....</b>                   | <b>83</b>  |
| 1. 연구 참여자들의 소통 순환 과정 .....              | 83         |
| 2. 소통과정에서 연구 참여자들의 역할 .....             | 84         |
| <br>                                    |            |
| <b>제 6 장 논의 및 결론 .....</b>              | <b>89</b>  |
| <b>제 1 절 논의 .....</b>                   | <b>89</b>  |
| <b>제 2 절 결론 .....</b>                   | <b>97</b>  |
| 1. 요약 .....                             | 97         |
| 2. 한계 및 의의 .....                        | 98         |
| <br>                                    |            |
| <b>참고문헌 .....</b>                       | <b>100</b> |

## 표 목 차

|                          |    |
|--------------------------|----|
| [표 1] 연구 참여자 기본 사항 ..... | 35 |
| [표 2] 면접 집행 정보 .....     | 37 |
| [표 3] 자료 수집 항목 .....     | 38 |

## 그 림 목 차

|  |    |
|--|----|
| [그림 1] 의미의 조정 관리 이론의 이론적 자원 도식화 ....           | 27 |
| [그림 2] 연구 참여자의 저탄소 식생활방식 상대적 정도와 드러내기 정도 ..... | 68 |
| [그림 3] 소통 순환의 과정 .....                         | 71 |
| [그림 4] 연구 내용과 논의 내용의 연계 .....                  | 91 |

# 제 1 장 서론

## 제 1 절 연구 배경 및 목적

농식품 분야는 기후변화로 인해 위협받고 있음과 동시에, 기후변화에 부정적인 영향을 미치기도 하는 복잡한 위치에 놓여있다(Clapp et al., 2018). 인간의 먹거리를 위해 발생하는 온실기체는 수많은 과정에서 발생하고 있다.<sup>1)</sup> 2019년을 기준으로, 전 세계 농식품 체계에서 발생한 온실기체는 전체 인위적 배출량의 약 30%를 차지한다고 추정하고 있는 가운데,<sup>2)</sup> 1990년부터 2019년까지 농식품 체계에서 발생한 배출량은 17% 증가하였으며, 이러한 증가를 이끈 요인으로 식량 생산 전후 과정(Pre-and post-production processes)에서 발생하는 양이 두 배 증가했다는 점이 지적된다(Tubiello et al., 2022).<sup>3)</sup>

이제는 식품 체계 특정 단계에서 발생하는 온실기체뿐 아니라, 식품

- 
- 1) 이 연구에서는 ‘food’가 국문으로 ‘먹거리’, ‘식량’, ‘식품’, ‘음식’ 등으로 다양하게 번역될 수 있는 만큼 영문 ‘food’를 그대로 사용하는 것은 지양하며, ‘food’를 식품, 먹거리, 식량 등으로 문맥에 맞게 사용하고자 한다. 같은 맥락에서 ‘food system’ 또한 국내에서는 ‘푸드 시스템’이라고 그대로 번역되어 사용하는 경우가 다수 있지만, 본 연구에서는 ‘식품 체계’로 번역하여 사용한다.
  - 2) IPCC(2019) 기후변화와 토지(Climate change and land)특별 보고서에서는 전 세계 온실기체 배출량의 21~37%가 식품 체계로부터 발생된다고 밝히고 있다. FAO(2020)에 따르면, 2020년 전 세계 인위적 온실기체 배출량이 52 Gt CO<sub>2</sub>eq이며, 그 중 16 Gt CO<sub>2</sub>eq이 농식품 체계에서 발생되었다.
  - 3) 생산 전후 과정은 가구 소비(Household consumption), 식품 유통(food retail), 식품 운송(Food transport), 식품 가공(Food processing), 식품 포장(Food packaging), 폐기물 처리(Waste disposal), 유기 토양 유출(Drained organic soils), 비료 제조(Fertilizer manufacturing)를 포함하고 있다.

체계에 대한 종합적인 관점에서 온실기체 배출량을 줄이기 위한 노력이 필요하다. 현재의 식품 체계가 생물다양성 감소, 담수 고갈, 토양 및 수상 생태계 오염에 주요한 영향을 미치고 있다는 점에서도(Springmann et al., 2018), 식품 체계 전환이 필요하다. 오직 인간만을 위해 만들어진 현재의 식품 체계는 미래 인간의 생존을 위협하고 있다.

이렇듯 현 식품 체계의 문제를 인식하고 이를 해결하기 위한 논의가 이뤄지고 있는 가운데, 기후변화에 관한 정부간 협의체(Inter-governmental Panel on Climate Change, IPCC)는 제6차 기후변화 평가보고서(The 6<sup>th</sup> Assessment Report, AR6)를 통해 수요 측면에서 온실기체 감축을 위해서는 식물성 식품을 특징으로 하는 균형 잡힌 식단, 개인의 건강과 환경적 영향 감축, 안전하고 문화적으로 수용할 수 있는 지속 가능한 식단으로의 변화, 식품 폐기물 감소와 같은 행동이 효과적일 수 있다고 지적한다. 동시에 정책적 지원, 사회 문화적 선택지와 행동의 변화가 상당한 감축 가능성을 갖고 있다(IPCC, 2022).<sup>4)</sup>

국내에서는 대한민국 국가 식량계획을 통해 식품 영역에서 지속 가능한 생산 및 소비 확산 중요성을 국가 단위에서 인식하고 있음을 확인할 수 있다. 2021년 발표된 국가 식량 계획에서는 지속 가능한 생산 및 소비를 주요 추진 방향으로 설정하여, 음식물류 폐기물 감소를 위한 실천 교육과 같은 국민 인식 개선을 지원하는 계획을 갖고 있다(관계부처합동, 2021).

국가 단위의 노력과 더불어 최근 국내 가공 식품이나 간편식 소비 증가 등의 식생활 양상의 변화로 식품 제조업 분야에서 발생하는 식품 폐기물 양이 증가하고 있는 현상은 개인의 식생활 변화가 식품 체계 전체에 미치는 영향력을 보여주고 있다(주문술, 2021). 이는 식품 체계 전환

---

4) IPCC 보고서에서 제시한 수요 측면(Demand-side) 감축에는 개인의 식단변화 및 음식물류 폐기물 발생 자체와 같은 사회 문화적 요소, 음식물류 폐기물 관리 및 재활용 관련 기반 시설의 설계와 사용, 배양육과 같은 최종 사용자의 기술 채택(End-use technology adoption)을 포함한다. 수요의 개념에는 먹거리를 필요로 하는 주체로서 소비자 선택의 영향력을 포괄하고, 먹거리를 공급하는 공급 측면과 구분하는 용어로 ‘수요’를 사용하고 있다.

에 있어 소비자이자 먹거리를 섭취하는 개인의 생활과 가치관에 따른 선택이 미치는 영향에 주목해야 할 필요가 있음을 나타낸다.<sup>5)</sup>

이 연구에서는 이와 같은 문제에 주목하고 현재 먹거리 체계 전환을 위한 식생활을 실천하는 개인을 탐구한다. 특히, 그들이 자신들의 식생활을 타인에게 드러내고 소통하는 지점에서 발생하는 경험을 탐색하고자 한다. 이 연구에서 먹거리 문제에 있어 대인 관계에서의 소통 경험에 주목하는 이유는 먹거리가 갖고 있는 사회 관계적 특수성 때문이다. 개인의 식생활방식은 함께 거주하지 않는 타인에게도 노출될 수 있는 생활방식 중 하나다. 특히 타인과 함께 식사를 하는 경우 식품 혹은 메뉴 선택부터 식사 과정, 식사 이후까지 개인의 식생활방식과 먹거리에 대한 가치관이 타인에게 드러나며, 타인과 공유된다. 먹거리가 의사소통에서 ‘도구’이자 ‘매개체’로 작용하는 것이다. 타인과 음식을 먹고 나누는 행위는 타인과의 관계를 만들고, 공동체를 형성한다(오세영, 2005; Edwards, 2013). 한국에서는 음식을 통한 연대감 형성이 활발한데, 이는 가족을 식구(食口)라고 칭하는 표현만 봐도 알 수 있다(오세영, 2005).

현 먹거리 체계에 대한 환경 문제를 인식하고 저탄소 식생활방식을 지향하고 실천하고 있는 개인은 타인과 함께 하는 식사 자리에서 개인이 추구하는 특정한 가치를 전달하는 영향력 있는 개인이 되기도 한다. Pachucki et al.(2011)에 따르면, 특정 식습관은 여러 관계에 걸쳐서 사회적으로 전달되는 모습을 보인다. 이것이 어떤 관계에서 어떤 전달 과정을 거쳐 이뤄지는지, 개인들의 식생활이 만나는 지점에서 발생하는 소통 경험들을 살펴본다면, 궁극적으로 식생활 영역에서 개인의 저탄소 생활방식이 사회적으로 지체, 지속, 확산, 확대되는 이유와 지속가능한 식품체계로의 전환에 있어 수요 측면에서 필요한 방안을 탐색하는데 도움을 줄 것으로 기대된다.

특히, 대인 커뮤니케이션은 환경 커뮤니케이션에 있어서 다른 매체를

---

5) 개인의 식생활 변화가 식품 체계에 미치는 영향도 있지만, 기업이 다양한 가공식품이나 간편식품을 출시하면서 개인의 식생활 변화가 가능하도록 한 부분도 있을 것으로 추측된다. 식품 체계의 변화는 개인과 기업을 포함한 다양한 이해관계자들의 영향으로 이뤄진다.

활용한 소통보다 영향력이 클 수 있다. 주남 외(2022)는 환경관여도를 높이는 데 미디어보다 대인 커뮤니케이션이 강한 영향력을 줄 수 있다고 지적한다.<sup>6)</sup> 환경 커뮤니케이션 뿐 아니라 기후변화 커뮤니케이션에서도 유사한 선행연구 결과가 있다. 안정선과 김여정(2022)의 연구에서는 TV, 라디오, 신문 등 전통 미디어와 소셜 미디어, 대인 커뮤니케이션이 한국인들의 기후변화 신념, 위험인식, 대응 행동에 주는 영향력이 다르게 나타났다.<sup>7)</sup> 그 중에서도 대인커뮤니케이션, 매체가 없는 타인과의 소통은 기후변화에 대한 위험 인식 수준을 높여 기후변화 완화를 위한 대응 행동을 적극적으로 하도록 하고, 개인행동과 정책 지지를 적극적으로 이끌어 낼 수 있다.

개인 단위에서 발생하고 있는 소통 내용과 방식을 살펴보는 이 연구는 먹거리 환경 문제를 누구와 어떤 내용을 어떻게 소통할 것인가에 대한 물음의 시작이다. 구체적인 연구 질문은 다음과 같다.

현재 먹거리 체계에 대한 환경 문제를 인식하고 저탄소 식생활방식을 지향하고 실천하는 개인이 자신과 다른 식생활방식을 실천하는 개인과 함께 먹거리를 섭취할 경우, 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인들은 자신과 다른 식생활방식을 실천하는 개인과 소통하는 과정에서 무엇을 경험하는가? 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인들이 소통 과정에서 주된 어려움을 느끼는 지점은 어디인가? 그 지점에서 어떤 커뮤니케이션을 하고 있는가? 그들의 커뮤니케이션 방식과 경험을 통해 먹거리, 기후변화, 환경 커뮤니케이션 측면에서 얻을 수 있는 사회적 함의는 무엇인가?

- 
- 6) 환경관여도는 “환경에 대한 개인의 관심과 지각된 중요성의 정도를 의미”하며(주남 외, 2022, p.181), 친환경 행동의도에 영향을 미치고, 사람들의 환경 행동을 자극하는 요인이다. 하지만, 친환경 행동 의도는 실제 행동과는 차이가 존재 한다는 점과 연구 참여자들에게 구체적으로 어떤 환경 문제에 노출되었는지 고려되지 않았다는 점에서 주남 외(2022)의 연구는 한계가 있다. 이러한 연구의 한계는 어떤 대인 커뮤니케이션이 일어나고 있는지, 어떤 내용이 전달되어지고 전달 받는지에 대한 연구의 필요성을 설명해주고 있다.
- 7) 기후변화 신념은 “기후변화 실재여부와 원인에 대한 인식”을 평가하였다(안정선과 김여정, 2022, p.96).

상징적 행위로서 커뮤니케이션을 바라보는 관점에서 환경 커뮤니케이션은 “우리와 자연 세계의 관계뿐 아니라 환경에 대한 우리의 이해를 돋는 실용적이고 구성적인 매개(Medium)”라는 의미를 갖는다(Cox, 2013, p.15). 이 연구는 대인 소통 과정과 내용에 주목한다. 이 연구는 위와 같은 질문에 답하는 과정을 통해, 먹거리 환경 문제, 기후변화를 다루는 대인 간 환경 커뮤니케이션의 실용적인 측면뿐 아니라, 구성적 기능을 보여주는 역할을 할 것으로 기대된다.

## 제 2 절 선행연구와의 차별성

저탄소 식생활방식 관련 국내 연구를 살펴보면, 저탄소 식생활방식을 직접적으로 다룬 연구는 찾아보기 어려웠으나, 비슷한 용어인 ‘친환경 식생활’ 또는 ‘환경 친화적 식생활’, ‘지속 가능한 식생활’, ‘녹색 식생활’의 개념을 다룬 연구는 찾아볼 수 있었다.<sup>8)</sup> 하지만 대부분 환경 교육 혹은 먹거리 교육 연구의 한 부분으로 다뤄왔으며(민은희와 류상희, 2012; 김혜영 2015; 김진경과 김찬국, 2020; 김정원, 2022), 교육 분야 이외에서 환경의식이 반영된 식생활을 중점적으로 다룬 연구들은 식생활방식과 소비의 관계성에 주목하였다(김숙과 허경옥, 2019; 허소정과 배현주, 2020; 김성곤과 이승후, 2021).

친환경 식생활이란 개념 이해를 위해 김혜영(2015)은 제철 농산물과 저탄소 농축산물 인증제품을 소개한다. 제철 농산물의 경우, 촉성 재배와 비교해 노지 재배를 통해 수확된 먹거리의 이산화탄소 배출량이 적기 때문에 제철 농산물 구매 및 섭취는 생산 과정에서 발생하는 탄소를 저감한다. 저탄소 농축산물 인증제품 역시 생산과정에서 발생하는 온실기체를 줄이는 농축산물에 부여하는 인증이기 때문에, 생산 과정에서의 온실기체 저감에 초점이 맞춰져 있다. 이는 먹거리 체계 전(全)단계에서 발

---

8) 각각의 용어에 대한 개념은 제2장 1절에서 저탄소 식생활의 개념과 함께 다룬다.

생하는 환경 부담을 완화하기 위한 식생활의 의미를 담기에는 한계가 있으며, 식생활 개념에 구매자로서의 선택권에 대해서만 다루며, 단순한 구매자로 소비자를 바라보는 시각이 담겨있다. 따라서 소비자가 갖는 한정된 구매 선택지를 제공하며, 저탄소 식생활방식을 소개한다.

제철 농산물과 저탄소로 재배된 농축산물 구매와 함께 환경 친화적인 식생활방식으로 언급되는 대표적인 방식은 채식 위주 식단으로의 전환이다. 동물성 식품을 섭취하지 않는 비건 식단이나 지중해식 식단 혹은 그 와 유사한 식단으로 전환할 경우 인당 연간 최대 2t의 이산화탄소를 줄일 수 있다.<sup>9)</sup> 지역 농산물의 경우 인당 연간 최대 1t, 음식물 쓰레기 감소는 인당 연간 최대 0.9t, 유기농 식품의 경우, 인당 연간 최대 0.9t 감축 가능성이 있다(Ivanova et al., 2020).<sup>10)</sup>

저탄소 식생활방식에 포함되는 채식주의자의 식사경험에 대한 연구, 특히 채식주의자들이 겪는 어려움에 관한 연구를 보면, 제한적 선택권으로 인한 외식의 어려움을 비롯해(Sturgeon Delia, 2021), 채식주의자가 아닌 사람과의 관계에서 어려움을 다룬 부분이 많았다(박민경 외, 2022). 고기를 먹도록 강요당하고, 비건 생활방식에 대해 받아들여지지 못하고 사회적 관계가 단절되는 경험을 하였다(Greenbaum, 2012). 채식주의자를 동정하는 것 같은 타인의 암시는 연구 참여자들로 하여금 비건을 정상적 이지 않은 것으로 여기는 것으로 인지하도록 하였다(Buttny & Kinnefuchi, 2020).

9) 소비 국가 이외의 공급망에서 발생 가능한 온실기체도 포함하여 감축 가능성 을 측정한 Ivanova et al.(2020)의 연구에서는 CO<sub>2</sub>, CH<sub>4</sub>, N<sub>2</sub>O, SF<sub>6</sub>와 같은 온 실기체를 CO<sub>2</sub>로 환산하여 단위를 't CO<sub>2</sub>eq/cap'로 표기하고 있기 때문에 식 단 변경, 음식물 쓰레기 감소 등에서 절감 가능한 온실기체 배출량을 '이산화탄소를 줄일 수 있다'고 작성하였다.

10) 유기농으로 재배된 먹거리는 기존의 방식으로 재배된 먹거리에 비해 토양 탄소 저장과 질소 비료 사용 감소로 온실기체 감소 가능성을 가질 수 있으나, 유기농 먹거리의 적은 수확량은 국외 토지 이용 변화(LUC)를 초래할 수 있으므로, 재배 방식에 따른 온실기체 감축량에 대해서는 국가적 특성을 고려하여 연구하여 적용할 필요가 있다(Smith et al., 2019).

채식주의자가 아닌 사람과의 관계에 있어 부정적인 경험이 있기 때문에, 채식주의자들은 육식의 건강, 환경, 윤리적 측면에 대해 설교하거나 비판하지 않는다. 채식 식단의 긍정적인 예시를 보여주며 상대에게 신뢰를 얻고자 하는 행위를 통해 문제를 해결하고자 한다(ibid). 채식 중심의 식단을 실천하지 않는 사람과의 맞서기(Confrontation)를 피하고, 채식 중심의 식단과 관련된 주제를 이야기 할 적절한 시기를 기다린다. 또한, 채식 중심의 식단이 갖는 건강에서의 이익에 대한 적절한 예시를 보여주며 설명하려 한다(Greenbaum, 2012).

채식주의자가 사람과의 관계에 있어 겪는 어려움과 이를 극복하기 위한 채식주의자들의 전략을 탐색하고 있는 Greenbaum(2012)과 Buttney & Kinnefuchi(2020)의 연구 외에도, Salmivaara et al.(2022)은 채식주의자들과 육류를 섭취하는 사람들이 겪는 갈등과 협상을 다룬다. 채식 식단에 따른 시각 차이를 바탕으로 채식주의자와 육류 섭취자의 상호작용이 발생하는 접점에서의 상황을 갈등으로 규정한다. 채식주의자가 겪는 기존 사회적 규범에서의 갈등을 다루기 위한 전략이 무엇이고 그들의 전략이 어떤 사회적 목적을 갖고 특정 행동과 연관되어 있는지를 보여주고 있다.

채식주의자가 사회적 관계에서 겪는 부정적인 경험들은 채식주의자뿐만 아니라 모든 음식을 섭취하는 사람(Omnivore)이 채식주의자로 전환하고자 할 때에도 장애물로 작용한다. Markowski & Roxburgh(2019)에 따르면, 채식주의자는 음식과 관련된 사회적 관습을 방해한다는 부정적인식으로 낙인찍히며(Stigmatized), 채식주의자들과 모든 음식을 섭취하는 사람 모두 이를 인지한다. 모든 음식을 섭취하는 사람들은 이러한 부정적인식을 바탕으로 사회적으로 채식주의자들과 물리적, 언어적 거리를 둔다. 이러한 거리두기는 모든 음식을 섭취하는 사람들의 입장에서는 자신도 채식주의자로 식단을 전향할 경우에 발생될 수 있는 관계적 거리 때문에 자신의 현재 식단을 유지하는 경향이 있다. 이는 채식주의자에 대한 주변 지지가 식습관 변경에 필요한 부분이라는 것을 보여준다.

채식주의자가 겪는 사회적 관계의 어려움을 연구한 Yoo & Yoon(2015)은 한국의 집단적 문화의 맥락에서 대인 관계 어려움이 채식

주의자에게 방해요인으로 작용한다고 지적한다. 서열주의와 집단주의 영향이 개인의 신념과 실천을 지키는 시도에 어떤 영향을 주는지, 사회적인 압력을 처리하기 위해 사용하는 전략이 무엇인지 살펴볼 필요가 있음을 주장한다.

Salmivaara et al.(2022)과 Yoo & Yoon(2015)의 연구는 위계질서가 있는 상황이나 집단 내에서 소외되는 개인이 겪는 대인 관계의 어려움만을 담고 있다. 또한, 채식 식단만을 실천하는 개인으로 연구 대상을 선정하였다는 점에서 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인을 연구 참여자로 선정한 이 연구와는 차별화된다. Greenbaum(2012)과 Buttney & Kinefuchi(2020)의 연구 또한 채식 식단만을 실천하는 개인으로 연구 참여자를 선정하였고, 채식 중심 식단을 실천하는 연구 참여자들의 이유가 구분되어 조사된 연구가 아니라는 점에서 이 연구와는 차별화된다. 이 연구에서는 이전 연구들과는 달리 연구 참여자가 육식 섭취를 줄이는 이유에 건강 및 윤리적인 우려와 함께 ‘기후변화’ 문제의식이 포함되어 있는지를 중점적으로 하여 연구 참여자를 선정하였다. 먹거리의 환경 문제의식이 자신의 식단 변화 및 유지에 주요한 영향을 주고 있는지 여부를 포함하여 연구자를 선정하였다는 점에서 차별성이 있다.

최근 전 세계적으로 식품 유통과정에서 발생하는 온실기체 양이 1999년~2019년까지 7배 이상 증가하였다는 점은 식량 생산 단계에서 배출하는 온실기체뿐 아니라, 식량 생산의 전후 과정에도 특별한 관심이 필요하다는 점을 보여준다(Tubiello et al., 2022). 때문에 온실기체 배출을 포함한 식품 체계의 환경적 영향을 줄이기 위해서는 종합적인 시각을 바탕으로 식생활방식의 전체적인 전환이 필요하다. 기존 연구들에서는 채식주의자를 중점적하여, 채식주의자가 채식 중심의 식단을 실천하는 이유를 환경, 동물의 윤리적 문제, 건강 문제 등으로 구분하지 않고 연구 참여자로 선정하였다. 반면, 이 연구에서는 먹거리가 야기하는 환경 문제를 인식하고 식생활방식 전체의 전환을 시도하고 실천하는 개인을 탐구한다. 그들은 먹거리의 환경 문제의식을 갖고 자신과 다른 식생활방식을 실천하는 개인 혹은 집단과의 만남의 지점에서 커뮤니케이션한다. 이 영

역은 서로의 의미를 조정하고, 협상하고, 타협하는 지점이며, 이 연구에서는 이를 중점적으로 탐색한다. 이러한 탐색적 연구는 나아가 어떠한 커뮤니케이션 방식이 기후변화 대응, 탄소 발자국 감축 관련 메시지를 또 다른 개인 혹은 다수에게 전달하는 소통에서 필요한지에 대한 논의의 시작이 될 수 있을 것으로 기대된다.

기후변화는 환경 문제라는 큰 범주에서 봤을 때도 다른 문제들이 갖는 중요도와 비교했을 때, 후순위로 밀려난다. 「환경·경제 통합분석을 위한 환경가치 종합연구: 2021 국민환경의식조사」에서 “우리나라가 직면한 중요한 환경 문제(3개 복수 응답)”를 응답자에게 물었다. 응답자들은 쓰레기·폐기물 처리 문제(65.7%), 대기오염·미세먼지(51.0%), 과대포장에 따른 쓰레기 발생(40.4%) 다음으로 기후변화(39.8%) 문제를 중요한 환경 문제로 인식하고 있었다(안소은 외, 2021).<sup>11)</sup> 이는 이전 연도에서 실시한 조사결과보다 기후변화를 중요한 환경 문제로 인식하는 정도가 낮아졌다.<sup>12)</sup> 전 세계적으로는 기후변화문제를 가장 시급한 문제로 꼽고 있는 것과는 차이가 있으며, 코로나 19로 인한 일회용품 쓰레기 문제가 영향을 미쳤을 것이라고 추정한다(김현노 외, 2020). 코로나 19의 영향도 있으나, 기후변화는 폐기물 문제나 미세먼지와 달리 당장 눈앞에 보이는 문제가 아니다. 환경 문제 중에서도 기후변화는 가시적이지 않고 지금 바로 경험할 수 있는 문제가 아니라는 점에서 시간 지체(Time lag)가 존재한다. 때문에 사람들은 기후변화 문제를 지금의 중요한 문제로 인식하기에 어려움이 있다. 이와 같은 국민환경의식조사는 기후변화 문제를 드러내고 알리며, 소통하는 것이 얼마나 중요한지 보여주고 있다. 따라서 이 연구는 기후변화 문제를 드러내고, 기후변화를 주제로 소통함에 있어 다뤄져야 할 부분을 연구 참여자들의 경험과 소통 방식을 바탕으로 논의

11) 친환경 실천 행동도 일회용 비닐 봉투 대신 장바구니 사용, 분리 배출, 음식물 쓰레기 감축 노력에 집중되어 있다(안소은 외, 2021). 이는 폐기물 문제를 중요한 환경 문제로 인식하다보니 나타나는 행동으로 추측된다.

12) 2020년에 실시한 국민환경의식조사에서는 동일한 질문에 기후변화 문제(55.1%)가 쓰레기·폐기물 처리 문제(69.6%), 대기오염·미세먼지(61.7%) 다음으로 세 번째로 중요한 환경 문제로 인식되었다(김현노 외, 2020).

하고자 한다.

### 제 3 절 논문의 구성과 흐름

앞서 제기한 연구 질문에 답하기 위해 이 연구는 다음과 같은 흐름으로 구성하였다.

제1장 제2절에서는 제1장 제1절에서 소개한 연구의 배경 및 목적을 바탕으로 선행연구를 검토해 기존 연구와 이 연구와의 차별성과 타당성을 되짚어 보았다.

제2장에서는 문헌연구를 통해 이 연구의 연구 참여자와 연구 참여자의 소통 경험을 설명할 수 있는 이론적 개념을 정리한다. 제2장 제1절에서는 먼저, 인당 연간 이산화탄소 발생량 감축 가능성이 높은 채식 위주의 식단으로의 전환에서 동물성 식품이 갖는 환경적 영향을 살펴보고, 현재 국내 상황을 살펴본다. 이후, 먹거리의 환경 문제의식을 갖고 식생활을 실천하는 개인을 ‘저탄소 식생활’을 실천하는 개인으로 칭하고, 저탄소 식생활방식의 개념을 살펴본다. 이를 먹거리 시민의 개념과 함께 살펴봄으로써 연구 참여자에 대해 이해한다. 제2장 제2절에서는 연구 참여자의 소통 경험을 기술하고 분석하기 위해 의미의 조정 관리 이론 (Coordinated Management of Meaning)의 개념과 의미의 조정 관리 이론이 다루고 있는 자원에 대해 살펴본다.

제3장 제1절에서는 이 연구가 취한 질적 연구, 다중 사례 연구라는 연구 방법을 소개한다. 제3장 제2절에서는 제2장에서 다룬 내용을 바탕으로 이 연구 참여자의 특징을 조작적으로 정의하고, 연구 참여자 모집 방법, 자료 수집 방법, 자료 수집 범위와 분석 방법을 중심으로 연구 설계에 대해 기술한다.

제4장에서는 저탄소 식생활방식을 실천하는 연구 참여자를 대상으로 진행한 심층 면접 내용을 바탕으로 수집한 자료를 의미의 조정 관리 이론의 개념적 자원을 부분적으로 활용하여 연구자의 해석을 기술한다.

제5장에서는 연구 참여자들의 소통 경험에서 공통적으로 드러난 일련의 과정을 소개하고, 분석한 자료를 설명한다.

제6장에서는 제4장과 제5장에서의 연구 내용을 바탕으로 선행연구의 결과와 이 연구의 유사점 및 차이점을 논의한다. 또한 이 연구의 내용을 먹거리, 기후변화 커뮤니케이션 관련 연구와 함께 논의한다. 이후, 연구의 의의와 한계를 기술한 후 향후 연구 과제를 제안하는 것으로 글을 마무리한다.

## 제 2 장 이론적 배경

### 제 1 절 저탄소 식생활방식

#### 1. 동물성 식품의 환경적 영향과 국내 상황

제1장 제2절에서 언급한 Ivanova et al.(2020)에 따르면, 동물성 식품을 섭취하지 않는 비건 식단이나 지중해식 식단 혹은 그와 유사한 식단의 경우 인당 연간 최대 2t의 이산화탄소를 줄일 수 있다고 지적한다.<sup>13)</sup> 동물성 식품은 콩, 옥수수와 같이 사료를 위한 농업과 목초지를 필요로 한다. 농업과 목초지 확대를 위해 삼림 별채를 통해 토지의 용도를 변화시키고, 그 과정에서 지상 및 지하의 CO<sub>2</sub> 저장량 변화를 초래한다. 산림을 연소하는 과정에서는 CH<sub>4</sub>, N<sub>2</sub>O와 같은 온실기체가 대기 중으로 배출된다. 동물의 추가적인 온실기체 배출은 축산 과정에서 장내 발효와 분뇨에서 발생된다. 장내 발효에서는 CH<sub>4</sub>, 분뇨를 관리(Manure management)하는 과정에서는 N<sub>2</sub>O, NO<sub>x</sub>, NH<sub>3</sub>, CH<sub>4</sub>가 대기 중으로 배출된다(Poore & Nemecek, 2018). IPCC의 AR6에 제시된 지구 온난화 잠재력(Global Warming Potential, GWP)100에서는 CH<sub>4</sub>가 온실기체로서 지구온난화에 미치는 영향을 CO<sub>2</sub>의 27.9배, N<sub>2</sub>O는 273배로 나타내며, GWP20을 기준으로 하면, CH<sub>4</sub>가 지구온난화에 미치는 영향은 CO<sub>2</sub>의 81.2배가 된다.<sup>14)</sup> 동물성 제품을 배제한 식단으로의 전환은 먹거리를 위한 토지 이용 변화에

13) Ivanova et al.(2020)은 Schanes et al.(2016)이 제시한 행위를 중심으로 잠재적 탄소 배출 감축량을 측정했으며, 제 2장 제 1절의 2. 저탄소 식생활방식의 개념에서 Schanes et al(2016)이 제시한 행위에 대해 다룬다.

14) GWP100은 시간적 기준을 100년, GWP20의 시간적 기준은 20년으로 한다는 의미이며, GWP의 값은 과학적인 조사 연구가 수행되면서 계속해서 수정 변경되고 있다.

따른 온실기체 배출 감축, 축산과정에서의 온실기체 배출 감축뿐 아니라, 육상생태계에서의 산성화와 부영양화 또한 줄일 수 있다(Poore & Nemecek, 2018).<sup>15)</sup>

그럼에도 불구하고, 육류, 유제품, 가공식품 소비는 소득 증가와 함께 증가하는 모습을 보이고 있으며, 국내에서 소고기, 돼지고기, 닭고기, 달걀과 우유의 연간 1인당 소비량은 1980년부터 2018년까지 꾸준히 증가하였다(통계청, 2020). 소비와 함께 공급 또한 증가하였다. 2022년 12월 말 기준, 한육우 사육 마릿수는 364만 4천 마리로, 전년 대비 3% 증가하였고, 2024년까지 도축 마릿수 또한 증가세가 지속될 것으로 예측되고 있다. 소고기 수입량 또한 2022년 47만 7천 톤으로 2021년 45만 3천 톤에 비해 증가하였다. 2024년에 소고기 수입량은 2023년 대비 감소할 것으로 예상되나, 2025년부터 2032년까지는 계속해서 증가할 것으로 예측된다. 돼지 사육 마릿수는 2022년 4분기 기준, 1,120만 5천 마리로 전년 대비 0.1% 감소하였으나, 도축 마릿수는 전년 대비 1%, 평년 대비 4.5%, 돼지고기 생산량은 전년 대비 0.9% 증가하였다. 2022년 돼지고기 수입량 또한 2021년 대비 32.9% 증가하였다. 2032년 돼지고기 수입량은 45만 톤 내외로 수입량 증가가 예상된다(KREI, 2023).

## 2. 저탄소 식생활방식의 개념

인간의 식생활은 음식의 선택, 조리과정 및 방법, 식사 횟수, 식사 시간, 식사 공간 및 음식의 양과 제공 방법 등 포괄적인 의미를 담고 있다(문수재와 손경희, 2000). 식생활은 인간의 먹거리와 관련된 모든 행위를 포함하는 생활방식(Lifestyle)인 것이다.<sup>16)</sup> 그렇다면 생활방식은 무엇인

---

15) 육상 생태계의 산성화와 부영양화는 궁극적으로 자연 생태계의 종 구성을 변형시키며, 생물 다양성과 생태학적 탄력성을 감소시킨다(Bouwman et al., 2002).

16) 국외 논문에서 사용하는 ‘lifestyle’은 ‘생활양식’ 또는 ‘생활방식’으로 번역될

가? Veal(1993)은 생활방식을 개인이나 집단의 개인적, 사회적 행동 특징의 구분된 양상으로 정의한다. 행동은 다양한 주체들과의 관계, 소비 행동, 여가, 일, 종교, 시민 활동을 포함한다(Veal, 1993). Reusswig(2009)이 정의한 생활방식에서도 소비와 생활방식의 관계를 확인할 수 있다. Reusswig(2009)에 따르면, 소비 과정은 생활방식에 내재된 것으로, 생활방식은 사회적 조건(구조)에서 개인 선택의 결과물로, 소비는 생활방식을 형성하는 자원이자, 생활방식을 표현한다. 이러한 관계는 가정에서의 소비가 전 세계 온실기체 배출량의 60% 이상 직간접적 영향을 미치고, 토지, 원료(Material), 물 사용에 있어서는 50~80%가 영향을 미치고 있다는 점에서(Ivanova et al., 2016), 환경 문제에 있어 개인이나 집단의 생활방식 중에서도 소비와 관련된 생활방식에 주목할 필요가 있다는 점을 보여준다.

Schanes et al.(2016)은 소비자로서의 개인 실천에 따라 온실기체 배출량에 차이가 발생할 수 있다고 지적한다. 소비자와 생활방식, 그들의 환경적 영향을 종합해 온실기체 저감을 위해 소비자로서 개인이 할 수 있는 다양한 행동의 선택지를 범주화시킨다. 이를 생활방식의 개념으로 통합해 종합적인 개념적 틀을 제공한다. 소비자로서 개인이 구매하는 상품에 내재된 배출량(Embodied emissions)도 고려하며, 식품 분야에서 탄소 배출을 줄일 수 있는 실천방식으로 저탄소 생활방식을 ‘직접 감축(Direct reduction)’, ‘간접 감축(Indirect reduction)’, ‘직접 개선(Direct improvement)’, ‘간접 개선(Indirect improvement)’으로 구분한다.<sup>17)</sup> ‘감축’

---

수 있다. 표준 국어 대사전에서는 ‘양식’을 “일정한 모양이나 형식”, “오랜 시간이 지나면서 자연히 정하여진 방식”으로 정의하고 있고, ‘방식’은 “일정한 방법이나 형식”으로 정의하고 있다. 이 연구에서 ‘lifestyle’은 생활양식의 의미보다는 생활 방식의 정의와 가깝다. 이 연구 참여자들의 식생활은 오랜 시간이 지나면서 자연스럽게 정해진 방식을 따르는 것이 아닌, 특정 목적을 갖고 과거의 자신들의 식생활을 변화시켜온 경우다. 또한, 외적인 형태의 의미를 담고 있는 모양을 뜻하는 ‘양식’보다는 방법의 의미가 담겨 있는 ‘방식’으로의 번역하여 ‘lifestyle’을 ‘생활방식’으로 표기한다.

17) 이 연구의 참여자를 선정하는 기준에 ‘간접 감축’과 ‘간접 개선’ 예시로 소

과 ‘개선’을 다른 개념으로 접근하고 있는데,<sup>18)</sup> ‘감축’은 소비 자체를 하지 않거나, 줄이는 것 혹은 생활방식 자체의 변화를 가리키는 반면, ‘개선’은 탄소 집약적인 기존 식품보다 생산, 유통, 소비 과정에서 발생하는 탄소발자국이 적은 대체재 소비를 통해 먹거리의 환경 부담을 낮춘다. 식품 분야에서 직접 감축은 크게 두 가지 개념을 담고 있다. 첫 번째는 전체적으로 소비 자체를 줄이는 것이다. 두 번째는 식품 영역에 돈을 지불하고 유형의 자원을 획득하는 것이 아닌 교육이나 문화적 활동과 같이 무형의 자원을 획득하는 분야로 소비의 범주를 이동하는 것이다. 직접 감축에서 식품 분야 소비 감축 행위에는 육식을 피하거나 줄이는 행위, 과소비를 줄여 음식물류 폐기물을 줄이는 행위, 과식하지 않는 행위, 영양적 가치가 적은 술이나, 커피와 같은 음식을 줄이는 행위 등을 예시로 들고 있다(Schanes et al., 2016). 소비, 소비자는 비용을 지불하고 구매하는 행위뿐 아니라, 에너지나 물건 따위를 소모하는 개념의 소비 의미도 내포되어 있다. 직접 개선 활동에는 친환경 식생활방식 중 하나로 위에서 언급한 저탄소 방식으로 재배된 먹거리를 구매하는 행위를 포함해 소고기 대신 닭고기나 돼지고기를 선택하거나 못난이 농산물과 유통 기한 임박 제품을 선택하는 행위 등을 포함한다.

---

개된 행동은 이 연구에서 제외한다. 간접 감축과 간접 개선 행위의 예시로 나온 행동들은 온실기체의 잠재적 감축 가능성이 적고, 직접 감축과 직접 개선방식을 선택함으로서 먹거리 시민으로서의 능동적 태도를 강조하고자 한다. 또한, 많은 항목을 포함함으로 인해 연구 범위의 지나친 확장을 경계하고자 간접 감축과 간접 개선 행위는 포함하지 않는다. 이 부분은 <표 3> 자료 수집 항목에서 자세히 구분한다.

18) ‘감축’과 ‘개선’은 지속가능 소비의 개념을 ‘약한 지속가능 소비(Weak sustainable consumption)’, ‘강한 지속가능 소비(Strong Sustainable consumption)’의 개념으로 나누는 것과 유사하다. 약한 지속가능 소비와 강한 지속가능 소비는 지속가능한 소비의 정의, 개념을 이해하고자 하는 시도로, 약한 지속가능 소비는 자원을 적게 소비하거나, 환경에 부담이 적게 가해지거나, 상품을 생산하는 노동자에게 덜 파괴적인 상품이나 서비스를 선택하는 것으로 정의하고 있고, 강한 지속가능 소비는 소비자의 소비 형태나 소비 방식 자체의 변화를 요하는 개념이다(Fuchs & Lorek, 2005; Jones et al., 2011).

국내에서는 저탄소 식생활과 관련해 2022년부터 농수산식품유통 공기업에서 저탄소 식생활 확산 캠페인을 진행하며, 직접적으로 저탄소 식생활개념을 사용하고 있다. 농수산식품유통 공기업에서 진행하는 캠페인의 저탄소 식생활은 먹거리 생산, 가공, 유통, 소비 모든 단계에서 발생하는 탄소 배출을 줄이기 위해 저탄소·친환경 농축산물 활용한 먹거리 생산, 가공 폐기물을 줄이기, 지역 먹거리 소비, 음식물류 폐기물을 최소화를 포함한다(김지연, 2022).

저탄소 식생활방식으로 등장하는 실천 행동에서의 ‘저(低, low)’의 의미는 상대적인 낮음을 의미한다. 가공 폐기물을 사용하는 것이 가공폐기물을 적게 사용하는 것보다 탄소를 많이 배출하고, 저탄소 농축산물을 생산하는 것은 저탄소 농업기술을 활용하지 않은 농산물에 비해 탄소 배출을 줄일 수 있다는 것을 의미한다.<sup>19)</sup> 이렇듯, 저탄소 식생활방식 개념을 명확하게 정의하기보다는 개인이 할 수 있는 실천 내용을 통해 저탄소 식생활의 특징을 설명하고 있으며, 저탄소 식생활방식에 대해 집중적으로 다루며 개념적 접근을 시도하는 연구는 찾아보기 어려웠다.

그러나 ‘먹거리의 환경 부담을 줄이기 위한 식생활’이라는 개념을 담고 있는 ‘친환경 식생활’, ‘녹색 식생활’, ‘지속가능한 식생활’은 이전부터 등장했다. 이에 ‘친환경 식생활’, ‘녹색식생활’, ‘지속가능한 식생활’에 대한 개념을 살펴보고 저탄소 식생활에 대한 개념적 이해를 보완하고자 한다.

친환경 식생활, 녹색식생활, 지속가능한 식생활의 개념은 주로 환경 교육 혹은 먹거리 교육의 분야에서 다뤄져 왔다(이상원과 이영준, 2014;

---

19) 국내 농림축산식품부에서 총괄 담당하고 있는 저탄소 농축산물 인증은 환경부에서 담당하는 저탄소 제품과는 인증 기준과 대상을 달리하고 있다. 저탄소 제품은 제품 전 과정에서의 환경 영향을 평가하여 공개하는 제도이며, 인증 기준은 최대 허용 탄소 배출량 이하이거나, 최소 탄소감축률에 부합하는 제품을 대상으로 한다(한국환경산업기술원 2023). 하지만, 저탄소 농축산물의 경우, 저탄소 농축산물 인증제 운영 규정에 따라 저탄소 농업 기술을 활용하여 생산 과정에서 발생하는 온실기체 배출량이 해당 품목의 평균 온실기체 배출량보다 적은 농축산물을 의미한다.

김진경과 김찬국; 2020; 김정원, 2022; 최경숙과 김지은, 2022). 2009년 식생활교육지원법이 제정되고 이를 근거로 수립된 2010년 「제1차 식생활 교육 기본계획」에서는 ‘녹색 식생활’을, 2015년 「제2차 식생활교육 기본계획」에서는 ‘바른 식생활’, 2020년 「제3차 식생활교육 기본 계획」에서는 ‘지속가능한 식생활’개념을 제시한다.<sup>20)</sup> 녹색 식생활은 환경·건강·배려를 중심 가치로 두고 “식품의 생산에서 소비까지 전 과정에서 에너지와 자원의 사용을 줄이고, 영양학적으로 우수한 한국형 식생활을 실천하며, 다양한 식생활 체험을 바탕으로 자연과 타인에 대한 배려와 감사를 실천하는 식생활”을 뜻한다. 이는 「제2차 식생활 기본 계획」에서 등장하는 ‘바른 식생활’ 개념과 정의에 차이는 없으며(김진경과 김찬국, 2020), 2010년대 중반까지 ‘친환경 식생활’, ‘환경 친화적 식생활’, ‘녹색 식생활’이 식생활에서 발생할 수 있는 환경 문제를 반영하는 개념으로 사용되어 왔다.<sup>21)</sup> 친환경 식생활교육은 앞서 김혜영(2015)이 소개한

20) 「식생활교육지원법」에서 정의하는 ‘식생활’은 “식품의 생산, 조리, 가공, 식사용구, 상차림, 식습관, 식사예절, 식품의 선택과 소비 등 음식물의 섭취와 관련된 유·무형의 활동”이다. 이는 식생활에 대해 인간의 먹거리와 관련된 포괄적인 행동들을 설명한 문수재와 손경희(2000)의 식생활 개념과 맥락을 같이 한다.

21) 녹색 식생활은 2009년 ‘녹색생활’에 대한 대통령의 언급 이후 등장하였으며 (김진경과 김찬국, 2020), 이후 2010년 「저탄소 녹색성장 기본법」(이하 녹색 성장법)이 시행되었다. 이 연구에서는 녹색성장법의 저탄소 개념은 다루지 않는다. 국내에서 사용된 저탄소 녹색성장 개념의 본질에는 성장지상주의적 의미를 담고 있으며, 당시 국제적으로 사용되던 저탄소, 녹색의 개념과는 다른 방향으로 사용되었다. 저탄소 녹색성장 전략 에너지 분야의 경우, 저탄소 녹색경제 실현을 위한 세계적인 흐름은 재생가능 에너지와 에너지 효율 향상이 중심이었으나, 국내에서의 저탄소 녹색성장 전략에서는 CO<sub>2</sub> 배출여부만을 환경성 판단기준으로 사용하여 원자력을 에너지 전략의 중심에 두었다. 국내에서 사용된 저탄소 녹색성장 개념의 본질은 국제적인 흐름과 맞지 않았으며, ‘성장’ 개념에 초점이 맞춰져있었다(윤순진, 2009). 또한, 이 연구에서의 저탄소 식생활의 저탄소 개념은 탄소 발자국 개념과 함께 이해되어야 하지만, 녹색성장법에서 정의하고 있는 저탄소에는 탄소 발자국의 개념이 포함되어있지 않다. 따라서, 국내 저탄소 녹색성장 개념에서의 저탄소는 기후변화 대응을

개념과 같이 친환경, 유기농, 무농약, 지역 농산물 활용 및 선택을 중점적으로 다루며(이은주, 2018), 식품의 생산 과정에서 환경 영향을 줄일 수 있는 먹거리 선택에 초점이 맞춰져 있다.

지속가능한 식생활(Sustainable diet)에 대한 FAO(2010)의 정의를 먼저 보면,<sup>22)</sup> 지속가능한 식생활은 “현재 세대와 미래 세대의 먹거리와 영양 보장, 건강한 삶에 기여하면서 환경적 부담을 줄이는 식생활이다. 생물 다양성과 생태계를 보호하고 존중하며, 문화적으로 수용하고, 접근성이 용이하다. 경제적으로 공정하고 지불 가능하며, 영양적으로 적절하고, 안전하고 건강한 동시에 자연과 인적 자원을 최적화하는 것이다”. 지속가능한 식생활은 먹거리의 환경적 측면뿐 아니라, 먹거리를 섭취하는 인간의 영양학적 건강한 삶과 먹거리에 대한 사회, 경제적 부분까지 고려하고 있다. 「제3차 식생활교육 기본계획」에 등장하는 지속가능한 식생활 개념도 비슷한 맥락을 갖는다. 「제3차 식생활교육 기본계획」에서 지속 가능한 식생활 실천 확산을 하나의 목표로 삼고 있으며, 지속가능한 식생활을 식품의 순환과정에서 사회의 지속가능성에 기여하는 식생활로 건강과 농업·환경·사회 등 다양한 사회적 가치 실현에 기여하는 확장된 개념으로 이해한다. 지속가능한 식생활을 정의하고는 있지만, 정의하는 내용에서 등장하는 ‘사회의 지속가능성’의 개념에 대해서는 명시하고 있지 않아 ‘지속가능성’이 무엇인지에 대한 명확한 이해를 하기에는 어려움이 있다. 또한, 식생활교육 계획에서 제시된 개념인 만큼, 식생활 확산을 위한 교육적인 목적을 두고 있어 지속가능한 식생활에 대해 모든 분야를 아우르는 개념으로 이해하기에는 한계를 갖는다. 하지만, 지속가능한 식생활은 식생활의 환경적 측면만이 아닌 사회적, 경제적 측면에 대

---

위해 먹거리 체계 전반의 탄소 발자국을 줄이고자 하는 개인을 다루기 위한 이 연구와는 다른 방향의 의미를 담고 있기 때문에 다루지 않는다.

22) ‘Diet’는 ‘식단’, ‘식생활’, ‘식사’를 뜻하며, 이에 국내 문헌에서는 ‘Diet’를 ‘식사’ 또는 ‘식생활’로 번역하고 있다(김정원, 2018; 김정원, 2022). 이 연구에서의 식생활은 먹거리와 관련된 생활 또는 삶 속에서의 개인의 방식을 표현하는 의미로 ‘Diet’보다는 ‘Lifestyle in food sector’, ‘Food-related lifestyle’과 유사한 의미를 갖는다.

한 의미를 포함한다는 점에서 먹거리가 미치는 영향력의 범위를 확장시킨 개념이다.

최경숙과 김지은(2022)은 친환경 식생활이 환경 친화적으로 생산된 친환경 먹거리를 강조하고, 지속가능한 식생활과 녹색식생활은 광범위한 개념으로 인해 실제적인 행동 실천에 어려움이 있다고 지적한다. 기후변화 대응을 위한 행동 실천을 위해서는 세분화되고 실제적인 식생활 교육과 함께 식생활 영역의 온실기체 발생 저감에 초점을 둔 연구의 필요성을 주장한다(최경숙과 김지은, 2022). 저탄소 식생활방식은 친환경 식생활이나 지속가능한 식생활 보다 기후변화 대응을 위한 식생활 개념에 근접하며, 기후변화 대응을 위해 먹거리 생산부터 섭취까지에서 직간접적으로 발생하는 탄소 배출을 줄이고자 하는 식생활방식이다.

저탄소 식생활은 먹거리 생산, 유통, 폐기 단계에서 발생하는 생물 다양성 감소, 담수 고갈, 토양 및 수상 생태계 오염과 같은 환경적 영향의 문제를 ‘저탄소’라는 단어가 드러내 보이기에는 한계가 있는 것처럼 보일 수 있다. 하지만, 저탄소 경제를 위한 녹색직업(Green Jobs)에 대한 UNEP(2018)설명에서 녹색직업은 생태계와 생물다양성을 보전, 복원하고, 고효율로 에너지, 자원, 물 소비를 줄이고, 탈탄소화된 경제, 모든 형태의 폐기물과 오염의 발생을 최소화하거나 완전하게 피하는 직업을 포함한다. 저탄소 경제를 지향하면서 생겨나는 녹색 직업의 의미를 통해 저탄소의 의미를 파악해 본다면, 저탄소의 의미는 단순히 탄소 집약적인 사회에서 벗어나는 것뿐 아니라 전반적인 환경적 영향을 고려하여 환경의 질을 보전하거나 보호하는데 기여한다는 의미를 내포하고 있다.

### 3. 저탄소 식생활방식과 먹거리 시민

저탄소 식생활방식을 실천하고 있는 개인은 먹거리 생산부터 섭취까지 직간접적으로 발생하는 탄소 배출에 대해 이해하고 행동한다. 먹거리에 대한 자신들의 선택이 미치는 영향을 인식하고 행동한다는 점에서 먹

거리가 갖고 있는 연결성을 사고하고 먹거리와 관련한 논의에 참여하는 먹거리 시민의 개념과도 유사하다. 또한, 동물성 식품을 줄이는 개인의 식단변화는 수치로 드러나는 온실기체감축뿐만 아니라, 소비자로서 먹거리에 대한 요구로서 수요가 공급 측면에 즉, 식품 체계 전 과정에 보내는 하나의 메시지가 된다. 공급 측면에 수요자가 보내는 메시지는 식품 체계 전환의 움직임을 만들 수 있다는 점에서도 먹거리 시민이 대안적 먹거리 체계의 주체로서 역할을 한다는 점에서 닮아있다.

먹거리 시민의 개념과 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인의 차이점 또한 존재한다. 현재의 먹거리 체계 문제를 “먹거리 안전과 보장의 측면에서 바라보며 변화의 필요성을 인식하고 행동”한다는 점(이해진, 2012, p.52), 지속가능한 지역 생산과 공동체(Community)농업을 지지하는 대안적 연계(Alternative network)에 적극적으로 참여한다는 점(Baker, 2004)에서는 환경적 가치, 특히 기후 위기의식을 갖고 행동하고자 하는 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인들과는 차이가 있다.

먹거리 시민은 시민 농업에 대한 논의에서 시작되었다. 시민 농업은 먹거리 “생산자들과 소비자들의 사회적 연결망을 특징”으로 하고 있는데, 여기서 강조되는 주체로 등장한 것이 먹거리 시민(Food citizen)이다 (김철규, 2008, p.28). 먹거리 시민권은 민주적, 사회적, 경제적 정의 및 환경적으로 지속가능한 식품 체계의 발전을 지지하는 식품 관련 행동에 관여하는 것으로(Wilkins, 2005), 먹거리 시민은 단순히 먹거리를 ‘소비’하는 소비자에서 벗어난다. 때문에, 이들은 생산자와 소비자를 연결하여 사고하고, 그 간격을 좁히기 위해 노력하고, 먹거리 생산 지역과 농법에 대 관심을 갖으며 먹거리와 관련된 주요 논의에 참여하고 소통하고 행동 한다(김철규, 2008). 먹거리 시민은 먹거리를 둘러싼 관계성을 고려하며 개인의 실천이 시민으로서 사회적 참여로 이어진다는 점에서 의의를 갖는다(김진경과 김찬국, 2020). 이해진(2012)은 먹거리 시민, 먹거리 시민권의 개념과 특징을 한국 사회의 맥락에서 탐구하며, 먹거리 시민에 대한 이론적 논의를 바탕으로 한국 사회의 먹거리 시민의 존재와 특성을 경험적으로 드러낸다. 이해진(2012)에서의 먹거리 시민은 먹거리 체계에

대한 문제의식과 태도뿐 아니라 유기농 먹거리 소비, 지역 제철 먹거리 소비, 패스트푸드 먹거리 지향과 같은 식습관과 구매 행동 등을 포함하여 인지적 지표와 행동 지표 모두에서 높게 나온 경우를 먹거리 시민으로 간주한다.

특히, 환경 친화적이고 생태적 가치에 관심도가 높은 먹거리 시민은 생태적 시민의 특성과도 연관되어 있는데(이해진, 2012), 생태적 시민은 전 지구적 규모에서 환경적 책임감을 갖고 일상적 구매에 대해 숙고하며 이에 따라 행동을 변화시켜 그 밖의 다른 것(혹은 타인)에 부정적인 영향을 줄이기 위해 일상생활에서 행동한다(Dobson, 2003; Seyfang, 2006, p.384에서 재인용). 따라서 이 연구의 참여자는 생태 시민과 먹거리 시민이 만나는 지점에 있으며, 먹거리 체계 전환에 주체적인 역할로서 다양한 이론적 개념에 존재한다. 다양한 이론적 개념에 부분적으로 존재하는 만큼, 연구 참여자에 대한 명확한 정의에 어려움이 있을 수 있으나, 그 만큼 먹거리와 식품 체계 전환의 논의에서 다양한 역할 범위 조정이 가능하다는 점에서 의의가 있다.

## 제 2 절 의미의 조정 관리 이론

커뮤니케이션에 대해 정의를 내리기에는 어려움이 있고, 이에 대해 학자마다의 견해가 다르다(Griffin, 2009).<sup>23)</sup> 따라서 이 연구에서 활용하고

23) ‘Communication’은 ‘의사소통’, ‘소통’으로 번역하는데, 표준국어대사전에서 외래어로 정의하고 있는 ‘커뮤니케이션’은 동일한 국어사전에서의 ‘의사소통’과 ‘소통’ 정의와 다르다. ‘커뮤니케이션’은 ‘사람들끼리 서로 생각, 느낌 따위의 정보를 주고받는 일로, 말이나 글, 그 밖의 소리, 표정, 몸짓 따위로 이루어지는 것’을 의미한다. ‘소통’은 ‘뜻이 서로 통하여 오해가 없음’을 의미하는데, 커뮤니케이션은 뜻이 서로 통한다는 의미보다는 특정한 정보를 주고받는 과정에 초점이 맞춰져 있다. 이 연구에서는 ‘커뮤니케이션’이 국내에서 외래어로 받아들여져 사용되고 있고, 커뮤니케이션이 국문‘소통’으로 번역되었을 때 의미가 달라진다는 점, 학문 분야 또한 커뮤니케이션 분야로 칭해지고

자 하는 의미의 조정 관리 이론이 커뮤니케이션을 바라보는 관점을 이해 해야한다. 그 전에, 대인 커뮤니케이션에 대해 먼저 살펴보면, 대인 커뮤니케이션(Interpersonal Communication)은 두 명 이상의 참여자가 인위적 매체가 없는 면대면 만남, 서로 다른 역할과 관계, 선형적 커뮤니케이션과 구분되는 양방향 커뮤니케이션이자 의미의 생성과 교환이다. 대인 커뮤니케이션은 의도적 커뮤니케이션을 포함하고, 단발성 사건보다는 진행 되는 과정이다(Hartley, 1999).

Hartley(1999)의 정의는 인위적 매체, 즉, 기술적으로 매개된 커뮤니케이션은 제외하고 있는데, 기술의 발전에 따른 커뮤니케이션의 형태 변화를 포함하지 못한다는 점에서 한계가 있다(김은빈, 2017). 이 연구의 참여자들 또한 SNS를 활용해 자신의 성향을 드러내고, 모바일 메신저를 이용해 함께 식사하고자 하는 지인과 자신이 원하는 식당을 미리 공유하는 등 매개된 대인 커뮤니케이션을 하고 있었다. 이 연구에서는 다양한 미디어에 대한 접근성이 향상된 현재의 사회적 특성을 연구 참여자의 상황과 맥락으로써 이해한다. 또한, 연구 참여자의 사례를 구체적으로 전달하기 위해 대인 커뮤니케이션의 범위에 미디어를 통한, 매개된 커뮤니케이션을 포함한다. 하지만, 이 연구 참여자들이 SNS를 활용해 자신의 성향을 드러내는 경우나 모바일 메신저를 활용해 타인과 함께 이용할 식당을 공유하는 소통 방식은 연구 참여자들이 소통 과정에서 어려움을 느끼는 지점을 살펴보는 주된 연구 내용과는 거리가 있다. 따라서, 이 연구에서 대인 커뮤니케이션에서의 매체는 소통 과정에서 사용되는 부차적인 도구이자 수단으로 바라보며, 매체가 갖고 있는 영향력과 역할의 정도를 제한한다.

커뮤니케이션은 전략적이고, 목적 지향적이다. 또한, 제약에 반응하며 (Constraint-responsive), 목적과 제약에 맞추고자 한다. 이러한 맞춤이 계속되는 과정은 커뮤니케이션을 본질적으로 전략적으로 만든다 (Kellermann, 1992). 대인 커뮤니케이션 또한, 목적 지향적으로 목적을 달

---

독립되어 다뤄지고 있는 점 등을 고려하여 ‘커뮤니케이션’을 국문으로 번역하여 사용하지 않는다.

성하기 위한 상호의존적인 사람들이 상징을 교환하는 과정으로, 목적 달성을 위한 상호작용 역시 전략적이라는 특징을 갖는다(Canary et al., 2008).

1970년대 의미의 조정 관리 이론을 소개한 Pearce와 Cronen은 실재하는 사회는 다양한 형태의 일상적 커뮤니케이션으로 구성된다는 점을 전제로 하면서, 커뮤니케이션이 사회 세계와 사건을 구성한다고 보았다. 커뮤니케이션에서 무엇이 발생하고 있는가에 초점을 맞추고 있으며, 커뮤니케이션을 단순한 간헐적 메시지 전송 행위로 보는 것이 아니라 사회 생활에 몰입하여 무언가를 성취하는 것으로 바라본다(Jensen & Penman, 2018). 커뮤니케이션 과정을 결과적인 것으로 간주하면서 커뮤니케이션이 사회 세계의 사건과 사물을 창조한다는 전제는 사회적 구성주의(Social Constructivism) 특징을 갖고 있다. 동시에, 사회를 구성하는 인간의 주체적인 자유의지를 인정한다는 점에서 커뮤니케이션에 대한 이론적 접근 방식은 해석학적 접근 방식을 취한다(Griffin, 2009).

Pearce와 Cronen의 사회적 실재(Social reality)는 커뮤니케이션에 참여하는 개인들에 의해 만들어지는 것이며, 이러한 사회적 실재는 사람과 사람 사이의 행동 영역에서 의미와 행위에 대한 개인의 신념(belief)이다 (Philipsen, 1995). 개인이 갖고 있는 의미는 행동을 이끌어 내며, 신념은 ‘규칙(Rule)’으로 표현될 수 있다(ibid).<sup>24)</sup> 개인의 의미를 조직하는 ‘신념’ 혹은 ‘규칙’으로 표현되는 규칙은 구성적 규칙(Constitutive rules)과 규제적 규칙(Regulative rules)으로 나뉘며, 주어진 상황이나 맥락에서 두 규칙은 밀접하게 연결되어 있다. 구성적 규칙은 사회적 물체에 대해 개인이 ‘간주하는 것’으로, 개인의 ‘정의(Definition)’를 의미하며, 의미의 모든 계층에서 발생하고, 모든 계층을 통합하는 역할을 한다(Cronen et al., 1979, Philipsen, 1995). 반면에, 규제적 규칙은 개인이 특정한 상황에서 자신이 어떻게 행해야 한다는 압박감을 느끼는 일련의 행위를 말한다.

---

24) 규칙(Rule)은 규범(Norm)과 달리, 사회 통념적으로 공유되는 것이 아니기 때문에, 한 개인이 타인이 갖고 있는 규칙을 알지 못하는 경우에 어려움이 발생할 수 있다(Cronen et al., 1979). 때문에, 규제적 규칙은 정확히 ‘사회적 의무’라고 말할 수 없고, 개인이 사회적 의무라고 ‘느끼는 것’이 된다.

이것은 개인이 ‘사회적 의무로 느끼는 것’으로(Philipsen, 1995), “구성적 규칙의 인지적 재구성”이다(Cronen et al., 1979). 개인의 규칙은 개인에게 주어진 상황과 맥락에 따라 유연하게 변모하기 때문에, 사회적 실재 또한 같은 형태로 규정되기에 어려움이 있다.

이러한 규칙은 개인에게 예시적 힘(Prefigurative force)과 실질적 힘(Practical force)을 발휘한다.<sup>25)</sup> 이 논리적 힘(Logical force)은 특정한 방식으로 개인이 행동해야 할 것으로 요구받는 힘의 방향과 정도, 의무감이 들도록 하는 힘을 설명한다. 예시적 힘과 실질적 힘은 특정 행위에 대한 의무감으로, 예시적 힘은 자신의 행위가 주변에 의해 결정, 제어되는 감각이고, 실질적 힘은 개인 자신의 행위가 자신의 목적에 기여한다는 감각으로(Cronen et al., 1979; Philipsen, 1995; Jensen & Penman, 2018), 예시적 힘에 비해 개인 내부에서 발생하는 주체적인 의무감을 의미한다. 나아가 의미의 조정 관리 이론을 확장하여 설명하고 있는 Pearce & Pearce(2000)는 논리적 힘으로 받아들여지는 의무감보다는 담론적 습관(Discursive habits)으로 설명되는 사례를 통해 논의를 확장하여 현상을 설명하기도 한다. 담론적 습관은 사람들의 생각과 행동 방식을 형성하고, 다른 습관을 갖고 있는 이들과 원하는 일화를 공동으로 구성할 수 있는 능력을 제한하는 것과 같은 효과를 갖는다. 의무적 논리 형성과 담론적 습관의 효과는 비슷하지만, 정확하게 일치하지 않으며, 논리적 힘의 범위와 내용이 확장되고 변형되는 모습은 커뮤니케이션이 발생하는 지점에 따라 다르게 나타난다(Pearce & Pearce, 2000).

의미의 구성은 ‘내용(Content)’, ‘화행(Speech act)’, ‘계약(Contract)’, ‘일화(Episode)’, ‘생활 각본(Life script)’ 5 단계의 계층적 모델(Hierarchies of Meanings)로 나타낼 수 있다(Cronen et al., 1979; Philipsen, 1995; Pearce & Pearce, 2000; Bruss et al., 2005). 각 의미의

25) Pearce & Pearce(2000)는 두 논리적 힘과 함께 맥락적 힘(Contextual force), 함축적 힘(Implicative force)을 추가해 행위가 발생하는 순간을 구성하는 논리적 힘을 설명한다. 맥락적 힘은 말 그대로, 특정한 맥락에서 기대되는 반응을 말하는 것으로 예시적 힘과 유사한 의미를 갖고, 함축적 힘은 행동이 발생하는 상황에 미치는 영향을 의미한다(Jensen & Penman, 2018).

단계에서 개인은 해석을 하며, 각각의 해석 단계에서 개인은 그들 자신과 다른 사람들의 행위에 대해 해석하므로 각 단계는 하나의 해석적 자원이 된다. 의미를 구성하는 계층적 단계가 커뮤니케이션의 맥락을 구성하고 위의 단계가 아래 단계에 영향을 미치면서, 아래의 단계를 정의한다(Cronen et al., 1979). 각각의 해석 단계에서 개인은 자신과 다른 개인의 행위를 해석하고 의미를 부여하며, 의미를 구성하는 계층적 모델은 해석의 과정이 된다(Philipsen, 1995).

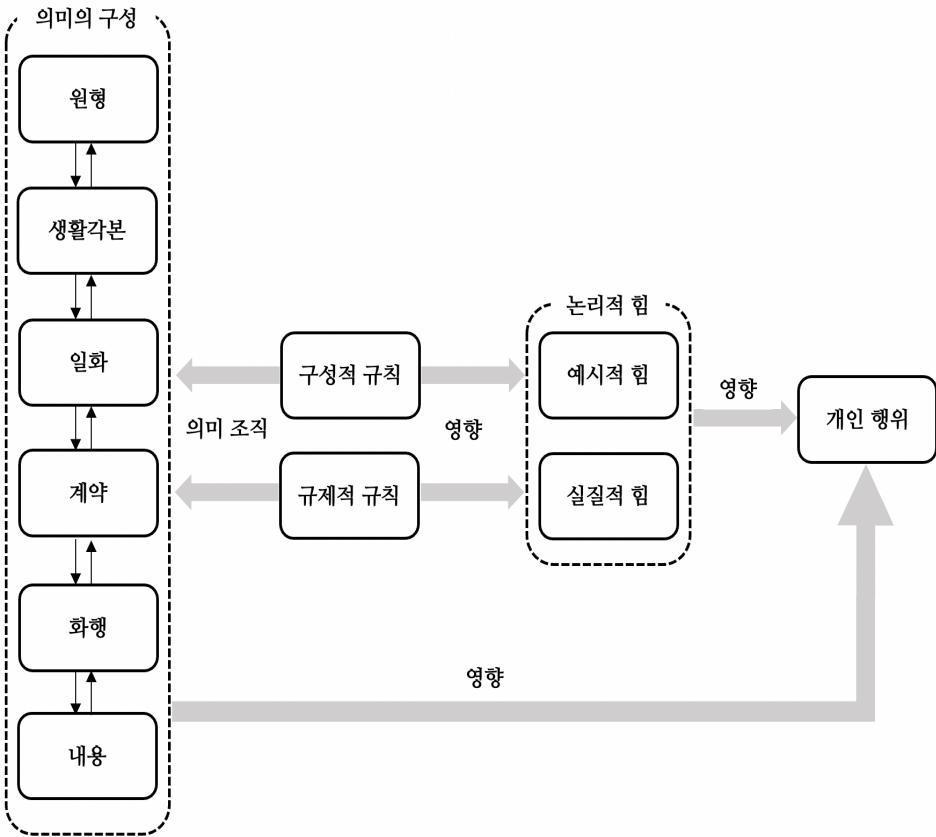
의미 구성의 계층적 모델을 다룬 Cronen et al. (1979), Philipsen(1995), Pearce & Pearce (2000), Bruss et al.(2005)의 내용을 종합하여 정리해보면, 계층적 모델의 각 단계는 다음과 같이 설명될 수 있다. 먼저, 내용(Content)은 개인들의 인식이나 범주의 내용으로, 가공되지 않은 자료를 의미한다. 가공되지 않은 경험을 이해하기 위해 사용할 수 있는 해석의 최소한의 범주를 의미하며, 커뮤니케이션에 사용되는 이야기가 무엇인지 를 가리킨다. 화행(Speech act)은 특정 유형의 의사소통 행위로서 특정 행위의 해석을 위한 범주의 종류가 된다. 즉, 내용이 어떻게 행해지는 것인지, 말 되어진 행위가 무엇인지에 관한 것을 다룬다. 계약(Contract)은 둘 이상의 개인들이 맺고 있는 관계에 따라 달라지며, 개인들이 공동으로 구성한 규칙 체계로서 개인들의 커뮤니케이션을 안내하는 규칙이다. 따라서 관계 자체가 하나의 계약이 될 수 있으며, 상대와의 관계에 대한 의미가 어떻게 규정되어 있는지에 관여한다. 일화(Episode)는 묘사가 가능한 화행들로 구성이 되어있다. 정형화되어 일어나는 화행들의 연속으로, 커뮤니케이션에 참여한 개인들이 함께 구성한 행위의 연속이며, 서사적 구조를 갖는다. 생활각본(Life script)은 일화의 레파토리(Repertoire)로, 정형화된 사건으로서 개인들의 기대로 구성되어 있다. 커뮤니케이션에 의해 형성되기도 하고 커뮤니케이션을 형성하기도 하는 자신의 인식(Self-Perception)으로, 자신이 어떤 사람이라고 인식하고 있는지 혹은 자신이 어떤 사람이라고 기대되는지와 함께 특정 객체에 대한 자신의 기대가 될 수도 있다. 자신을 인식하는 것과 밀접하게 관여하는 상호작용적 상황들의 배열이며(Pearce & Cronen, 1980, p.136; Philipsen,

1995, p.23에서 재인용), 무언가에 대한 자신의 정의이자 태도가 된다.

Bruss et al.(2005)은 원형(Archetype)도 의미를 구성하는 하나의 요소로 보고 있는데, 이는 생활각본 단계 위에 위치한다. 원형을 특정 집단에서 공유하는 화행, 계약, 일화와 생활 각본의 이해로 정의하며, 원형 아래 단계에 있는 모든 요소들을 아우르며, 특정 집단에서 공유하는 사고의 근간으로 풀이될 수 있다.<sup>26)</sup> 의미의 조정 관리 이론에서 다루고 있는 개념들을 종합하여 정리하면 <그림 1>과 같이 표현될 수 있다.

---

26) 이 개념은 ‘문화(Culture)’로도 해석될 수 있으나, 저자가 이를 문화보다 원형(Archetype)으로 나타낸 이유를 짐작해 보면, Pearce(2005)는 개인이 세상을 바라보는 시각을 분석하기 위해 ‘정통하지 못한(nontechnical)’ 방법으로 ‘문화’를 사용한다고 밝힌다. 특정 집단에서 공유된 시각이 개인의 시각 근간에 있다고 하는 것은 좁은 의미만을 담고 있는 것과 관련 있다. 따라서, 개인이 세상을 바라보는 시각을 넓게 포함하는 개념으로 ‘원형’을 사용하여 의미의 구성 단계를 추가한 것으로 추측할 수 있다.



출처: Cronen et al.(1979)에서 나타낸 의미의 계층적 구조를 참고하였으며, Bruss et al.(2005)의 ‘원형’ 개념을 추가하였음.

<그림 1> 의미의 조정 관리 이론의 이론적 자원 도식화

의미를 조직하는 규칙, 의미를 구성하는 계층적 모델 이외에, 의미의 조정 관리 이론에서 주요하게 다뤄지는 개념은 조정(Coordination)이다. 의미의 조정 관리 이론은 조정을 성공적인 커뮤니케이션의 기준으로 보기보다는 개인들이 적극적이고 반응적인 행위에 개입하는 것으로 본다. 때문에, 어떠한 사건 발생도 많은 힘들의 상호작용으로부터 발생한 부가적 산물로 바라보지 않는다. 조정은 하나의 과정이 되며, “우리가 무엇을 함께 구성하고 있는가”, “우리가 무엇을 조정하고 있는가”의 질문이 중요해진다(Pearce & Pearce, 2000). 서로가 대화를 했다는 것만으로도

‘조정’이 되는 것이다(Philipson, 1995). 의미의 계층적 모델은 ‘무엇을 함께 만드는가’에 대한 질문에 답하기 위한 도구가 될 수 있다. 커뮤니케이션 중심 개념이 개인 자체를 다루는 것이 아니다. 중심은 대화에 관여되어 있는 사람 또는 개인으로 이동하고, 커뮤니케이션 과정에서 무엇이 만들어졌는가가 중심이 된다(ibid). 조정은 자신의 행동이 상호 이해할 수 있는 순서나 정형화된 양식, 유형 및 행동에 서로가 부합한다고 인식하는 정도다(Philipson, 1995). 이것은 인식의 정도이기 때문에, 커뮤니케이션에 참여한 개인들이 갖고 있는 의미의 공유가 명확하게 명시 가능할 정도로 맞물리는 것을 의미하는 것이 아니라, 서로 공유하는 의미가 맞물린다고 인식하는 정도다.

이 연구의 관점은 의미의 조정 관리 이론이 개인과 커뮤니케이션을 바라보는 관점과 일치한다. 의미의 조정 관리 이론에서 다루고 있는 개념적 용어들은 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인의 대인관계 소통 경험을 기술(記述)하기 위한 개념적 자원들을 제공한다. 이러한 개념적 자원을 바탕으로 한 기술은 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인의 대인 소통 경험을 이해할 수 있도록 하고, 개인이 경험한 어려운 지점을 연구자가 파악하도록 안내하는 역할을 한다.

의미 구성의 계층적 모델을 통해 연구 참여자가 상대방과 주고받은 의미를 해체할 수 있다. 이는 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인이 커뮤니케이션 과정에서 어떤 지점, 어떤 의미의 단계에서 조정이 이뤄지고 있으며, 무엇을 협상, 조정이 이뤄져야 할 필요가 있다고 인지하는지, 그 지점을 파악하고 이해하는데 적절한 방향을 제시한다.

의미의 조정 관리 이론이 사용된 분야를 보면 기본적인 이론적 개념을 고찰하거나, 의미의 조정 관리 이론의 해석적 특징을 활용해 다양한 커뮤니케이션이 발생하는 맥락에 적용하여 사용한다(Pearce & Pearce, 2000). 이 연구에서는 의미의 조정 관리 이론의 해석적 특징과 커뮤니케이션 묘사를 위한 기술적 개념들을 활용한다.

커뮤니케이션을 통해 사회를 만들고, 사회를 만드는 커뮤니케이션은 의미가 조정되는 과정이다. 의미를 조정하고 관리하는 것은 혼자서 하는

것이 아닌, 다수의 주체가 만드는 것이다. 따라서 소통 과정에서 무엇이 발생하고 있는지를 이해하고자 하는 시도에 의미의 조정 관리 이론은 적절하게 활용될 수 있으며, 의미의 조정 관리 이론을 통해 다수의 주체가 만들어낸 의미, 사회적 실재가 무엇인지 볼 수 있다. 의미의 조정 관리 연구는 개인의 사회적 실재의 그림을 발견하는 다양한 방법을 제공하기 때문이다(Philipsen, 1995).

## 제 3 장 연구 설계

### 제 1 절 연구 방법

이 연구 질문과 문제를 바라보는 시각이 질적 연구 방법과 유사하다는 측면에서 이 연구에서는 질적 연구 방법을 따른다. 질적 연구 방법은 맥락을 고려해 상황을 이해하고 참여자가 갖고 있는 의미를 찾고자 하며, 연구 대상에 대해 복합적이고 심층적 이해를 위해 사용된다(Creswell & Poth, 2016). 의미의 조정 관리 이론은 질적 연구의 배경 철학 중 하나인 사회 구성주의에 기반한다. 질적 연구에서 사회 구성주의는 의미가 구성되고 협상되는 것으로 바라보며, 현상은 사회적 협상과 합의에 의해 형성되는 것으로 바라본다(ibid). 이는 커뮤니케이션을 통해 사회적 실재가 구성된다고 보는 의미의 조정 관리 이론이 커뮤니케이션을 바라보는 관점과 유사성을 지닌다. 또한, 질적 연구는 고정된 진리를 파악하기보다는 진리의 가변성을 인정하며, 맥락적으로 구성되는 사회적 실재의 다양성을 인정한다. 사회적 실재의 다양성을 인정한다는 점은 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인이 자신과 다른 식생활방식을 가진 개인과 마주할 때 구성되는 실재를 탐색하고자 하는 이 연구의 타당성을 인정한다. 따라서, 질적 연구는 맥락을 고려해 상황을 이해하고, 의미를 탐색하고자 하는 이 연구에 적절한 접근 방식이다.

이 연구는 질적 연구 방법인 동시에 다중 사례 연구다. 사례연구는 특정 사례 혹은 경계가 정해져 있는 체계에 대해 깊이 있는 이해를 위하여 사용하는 접근 방식이다. 다중 사례 연구는 하나의 사례가 아닌, 다수의 사례를 선정해 각각의 사례를 기술, 다수의 사례를 비교하며 유사점과 차이점을 발견하며 주제를 분석하는 형태를 보인다(Creswell & Poth, 2016). 다수의 사례를 교차 분석하는 이유는 이해와 설명을 더 깊이 있게 하기 위해 사용되며(Miles et al., 2019), 사회과학 분야 사례연구에서

사례가 될 수 있는 단위는 “개인, 개인이 지닌 속성, 행위와 상호작용, 행위를 통해 산출된 인공물, 행위가 일어나는 환경, 사건, 집단의 산출물”로 나뉠 수 있다(Brewer & Hunter, 1989; 유기웅 외, 2018, p.160에서 재인용). 사례연구는 확증보다는 발견, 과정과 맥락에 주로 관심을 두며, 사례에 대해 전체적으로 묘사하고 분석한다(Merriam, 2005). 이러한 사례 연구의 특징에 따라 이 연구에는 각 개인의 소통 경험을 하나의 사례로 간주하고, 연구 참여자들의 커뮤니케이션 과정과 소통의 경험을 묘사하고 분석한다.

## 제 2 절 연구 참여자 및 자료 수집

### 1. 연구 참여자

제2장 제1절에서 검토한 이론적 배경과 함께 육식이 온실기체 배출량에 미치는 영향력을 고려하여(Ritchie, 2020; Stehfest et al., 2009; Vieux et al., 2012), 이 연구에서 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인은 육식 섭취를 피하거나 줄이는 식단을 실천하면서, 음식물류 폐기물을 줄이는 행위를 실천한다.

이 연구에서 저탄소 생활방식을 실천한다는 것은 Howell(2013)의 연구에서 저탄소 생활방식을 채택한다는 의미와 유사한 의미를 갖는다. Howell(2013)은 저탄소 생활방식을 채택한다는 의미를 탄소 발자국을 줄이기 위해 생활방식을 바꾸는 것으로, 의도적으로 생활방식을 변화시킴으로써 변화 이전과 비교해 탄소 발자국을 적게 남기 것으로 이해한다. 이 연구에서 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인은 식품 영역에서 발생하는 탄소 배출을 줄이기 위해 의도적으로 식생활방식을 바꿔 육식을 피하거나 줄이는 식단 및 음식물류 폐기물을 줄이는 식생활방식을 실천하여 육식을 섭취하고, 음식물류 폐기물을 줄이기 위한 노력을 하지 않았던 이전에 비해 식품 영역에서 발생하는 탄소 배출을 상대적으로 줄일

수 있다.

또한, 먹거리 시민이자 생태 시민의 특징 중 하나로, 먹거리에 대해 개인의 분명한 기준을 가지고 의식적으로 섭취하고, 기후 변화 문제에 관심도가 높으며 이를 위해 개인의 식생활방식을 바꾼 개인을 연구 참여자의 준거로 포함하였다. 이와 함께 참여자의 식생활방식은 인구학적 특성에 의해서도 영향을 받을 수 있어 이를 포함하여 자료를 수집하였다. 연구 참여자의 거주 지역은 연구 수행 시간과 비용의 문제를 고려하여 대한민국 인구의 절반 가까이 거주하고 있는 서울, 경기로 한정하였다.<sup>27)</sup> 특히, 동거인 여부는 연구 참여자들이 타인과의 관계에서 소통이 어려웠던 경험을 설명하는 데 유용한 특징이므로, 이를 고려하여 구체적인 표본 선정의 준거를 다음과 구성하였다.

- 가. 참여자의 식생활방식: 동물성 식품 감소의 식단 변화와 음식물류 폐기물 감소를 위한 노력 여부
- 나. 참여자의 탄소 발자국, 기후변화 문제의식: 기후변화 문제의식이 식생활 변화 동기이거나, 최초의 동기가 기후변화 문제가 아니더라도 현재 식단 혹은 식생활을 유지하는 이유에 기후변화 문제의식이 포함되어 있는지 여부
- 다. 먹거리가 미치는 환경 부담을 고려하여 의식적으로 먹거리를 섭취하며, 먹거리 문제에 대해 주체적으로 행동하는지 여부
- 라. 참여자의 인구학적 특성(연령, 생물학적 성별, 동거인 여부, 서울·경기 거주지 등)

연구 참여자는 기후변화 문제와 관련해 개인의 관심사에 대해 이야기하고 행동하는 자발적 모임 구성원으로 식량 전환 프로젝트에 참여하는 참여자를 중심으로 모집하였으며, 모임에 참여하지 않더라도 모임에 참

27) 2023년 3월 주민등록 인구 현황을 기준으로 보면, 전국 총인구수는 약 5,414만 명이며, 이 중 절반은 2,570만 명이다. 서울시 인구는 약 942만, 경기도 인구는 약 1,360만 명으로(행정안전부), 서울과 경기 지역을 합한 인구수는 2,302만 명이 되므로, 대한민국 인구의 절반 ‘가까이 거주한다’고 작성하였다.

여하고 있는 참여자의 소개를 통해 즉, 눈덩이 표집 방식을 통해 참여자를 모집하였다.<sup>28)</sup> 모임에 참여하지 않는 연구 참여자의 경우에는 연구 참여자로서 이 연구의 표본 선정 준거에 맞는지 확인 후, 연구 참여자로서 이 연구에 할애할 수 있는 시간이 있는지, 자신의 이야기를 연구에 활용하여 공개 가능한지에 대한 동의를 구하고 이것이 가능한 참여자를 최종 연구 참여자로 선정하였다.

연구 참여자의 인구학적 특성은 <표 1>과 같다. 연구 참여자의 직업에 관한 자료는 연구 참여자의 직장 동료, 사회적 활동 과정에서 마주치는 상황의 특성을 설명하기 위해 필요한 동시에 연구 참여자의 기후 변화 문제의식 정도를 나타낼 수 있는 있기 때문에 수집되었다. 몇몇 참여자는 자신들의 실제 이름, 나이, 생물학적 성을 밝히는데 거부감이 없었으며, 오히려 자신들의 실제 이름이 밝혀지기를 원하는 경우도 있었다. 따라서, <표 1> 연구 참여자 기본 사항을 연구 참여자 동의하에 참여자 가명과 본명, 정확한 나이와 연령대를 혼합하여 작성하였다. 연구 참여자의 동거인 정보 또한 연구 참여자의 거주 공간에서 자신의 식생활과 다른 식생활을 가진 개인과 마주치는 상황을 설명할 때 유용한 정보이므로 수집하였다. 저탄소 식생활방식 실천 기간과 직업은 공개 가능한 범위의 정도에 동의를 얻어 작성하였다.

모집된 연구 참여자 7명 중 5명은 20대, 30대 여성 참여자로, 전체 참여자의 70% 이상이 여성이었다. 국내 한 언론기관과 조사기관이 실시한 여론 조사 결과를 통해서 이 연구의 참여자 성비 불균형 이유를 추측할 수 있다. 국내 18세 이상 남녀 1,000명을 대상으로 한 여론 조사에서 “기후위기를 나의 일처럼 가깝게 느낀다”고 대답한 연령대는 세대가 올라갈수록 “그렇다”는 응답이 높았으며, 실천 정도는 청년층과 중장년층의 정도가 비슷한 정도였다. 여기에 성별 변수를 함께 보면, 20대 여성의 기후위기 인식과 실천에서 평균 이상의 동의율을 보이고 있으나, 20대 남성이 평균 이하의 값을 보

---

28) 연구자는 이 연구의 연구 문제와 대상에 대해 명확하게 설정하기 전부터 연구자 개인의 관심으로 모임의 식량 전환 프로젝트에 참여하였다. 때문에 참여자들이 자발적으로 모임을 조직하고 프로젝트에 참여하고 있는 것을 확인할 수 있었다.

이고 있다. 즉, 20대 남성의 기후위기 인식과 실천의 정도가 20대 여성과 비교해 큰 격차로 낮아서 20대 기후위기 인식과 실천 정도가 다른 연령층에 비해 낮은 것으로 보이게 되는 것이다. 또한, “기후 변화 악화에 한국 국민 개개인의 책임이 있다”고 묻는 질문에 “그렇다”고 답한 20대 남성은 34.1%, 여성은 63.2%로 나타난다. 자신이 기후위기에 대한 책임과 관련해 20대 남성은 31.9%, 20대 여성은 56%가 동의했다. 20대 여성은 기후위기 관련 문제의 책임의 주체가 개인이라는 인식이 강하다는 것을 보여주며, 기후변화 의식과 대응행동 의도가 높은 경향이 있음을 보여준다(김다은, 2022). 또 다른 언론기관과 조사기관이 함께 실시한 기후변화 인식 조사에서도 기후변화가 심각하지 않다고 답한 20대, 30대 남성의 비율이 다른 연령에 비해 높은 수치를 보인다(윤지로, 2022). 이와 같은 여론 조사 결과는 표집된 연구 참여자의 여성 비율이 높은 이유를 보여준다.

〈표 1〉 연구 참여자 기본 사항

| 이름    | 나이            | 성별 | 직업                               | 거주지 | 동거인        | 기간*       |
|-------|---------------|----|----------------------------------|-----|------------|-----------|
| 김네모   | 30대<br>(91년생) | 남  | 회사원<br>(기후위기 관련<br>비영리 단체<br>근무) | 서울  | 부모,<br>남동생 | 3년        |
| 김보미   | 30대<br>(93년생) | 여  | 변호사<br>(공익 인권 관련<br>업무 담당)       | 서울  | 부모         | 10년       |
| 김수연   | 20대<br>(95년생) | 여  | 회사원<br>(인테리어 업계)                 | 경기  | 부모,<br>여동생 | 11개월      |
| 양세모   | 20대<br>(96년생) | 남  | 대학원생<br>(환경 도시 설계<br>분야)         | 서울  | 1인 거주      | 2년        |
| 최동그라미 | 20대           | 여  | 회사원<br>(지속가능 도시<br>관련 NGO 근무)    | 서울  | 1인 거주      | 1년<br>6개월 |
| 최마름모  | 20대<br>(94년생) | 여  | 교사(초등 특수)                        | 경기  | 동거인<br>1명  | 3년        |
| 황주원   | 30대           | 여  | 회사원<br>(전자 기업<br>지속가능성 팀<br>근무)  | 서울  | 1인 거주      | 13년       |

주: \*기간은 저탄소 식생활 유지 기간을 나타내며, 연구 참여자가 기억하는 대략적인 기간을 표시하였음.

## 2. 자료 수집

### 1) 자료 수집 방식

자료 수집 방식은 대면 심층 면접이며, 질적 연구에서는 면접을 통해 대부분의 자료를 수집한다. 면접은 연구 참여자의 행동이나 감정 또는 연구 참여자 주위의 상황을 해석하는 방식을 관찰할 수 없을 때, 반복 불가능한 과거의 사건에 대해 다룰 때 필요하다(Merriam, 2005). 심층 면접에 앞서 연구자는 연구 참여자와 함께 식사를 하며 연구 참여자의 식습관에 대해 관찰하고, 연구 참여자의 식생활에 대해 이야기를 나누며 친밀감을 형성하고자 하였다. 하지만, 연구 참여자와 연구자가 함께 식사가 어려운 경우에는 온라인을 통해 면접을 진행하였다.

이 연구는 7명의 연구 참여자를 선정함으로써 7개의 연구 사례를 수집하였다. 다수 사례를 연구함에 있어 사례의 복잡성을 비교 가능한 수준으로 줄이는 것은 중요하게 여겨지며, 분석 대상이 될 수 있는 사례 수를 조절해 복잡성을 줄일 수 있다(유기웅 외, 2018). Miles & Huberman(1994)은 다중 사례 연구에서 다루는 사례 수에 대해 통계적으로 대답하기에는 어려움이 있다고 지적한다. 표본의 복잡성과 풍부함에 따라 사례 수는 다를 수 있으며, 지나치게 복잡한 경우에는 15개 이상의 사례를 다루는 것이 어려울 수 있다(ibid). 따라서, Miles et al.(2019)은 지나치게 많은 사례 수를 경계해야 하며 다중 사례를 위해서는 최소 5개의 연구 사례를 추천하고 있다.

심층 면접은 반구조화된 면접으로 진행되었다. 반구조화된 면접은 구조화된 면접에 비해 유연한 용어를 사용해 연구 참여자의 관점을 이해할 수 있고, 비구조화된 면접에 비해 구조화된 질문을 통해 탐구하고자 하는 질문과 연구 논점에 부합하는 목록을 활용할 수 있는 방식이 혼합되어 있다(Merriam, 2005). 따라서, 미리 준비한 구조화된 면접 질문지를 바탕으로, 수집하고자 하는 자료의 방향과 연구의 목적성을 잃지 않으면서 개방적인 연구 질문을 통해 참여자에게 열린 답변을 수집하기 위해

반구조화된 면접으로 진행되었다.

연구 참여자에게는 면접 전에 연구의 목적과 수집하고자 하는 자료의 범위를 설명하였으며, 수집된 자료 중, 공개되기를 원하지 않는 자료가 있을 경우 자료를 폐기 혹은 활용하지 않을 수 있음을 밝혔다. 면접 자료는 연구자의 휴대전화를 통해 녹음되었으며, 녹음과 이 연구에 자료로 활용될 면접에 동의한 참여자를 대상으로 온라인/오프라인 면접을 2022년 12월 ~ 2023년 4월까지 진행하였다. 면접에서 녹음된 녹취 자료는 모두 전사하였으며, 면접 이후에 추가 질문이 있는 경우 이메일과 전화 연락, 모바일 메신저를 통해 내용을 보완하였다. 자료 수집을 위한 연구 참여자별 면접 진행 정보를 요약하면 <표 2>와 같다.

<표 2> 면접 진행 정보

| 이름    | 면접 날짜       | 시간                | 진행 방식* |
|-------|-------------|-------------------|--------|
| 김네모   | 2023.04.01  | 10:00~11:00 (60분) | 온라인    |
| 김보미   | 2023.04.01  | 13:30~15:30 (60분) | 오프라인   |
| 김수연   | 2023.03.26  | 13:00~14:00 (60분) | 오프라인   |
| 양세모   | 2023.04.03. | 13:30~14:30 (60분) | 오프라인   |
| 최동그라미 | 2023.03.27  | 19:00~19:50 (50분) | 온라인    |
| 최마름모  | 2023.01.03  | 15:00~16:00 (60분) | 오프라인   |
| 황주원   | 2022.12.20  | 18:00~19:00 (60분) | 오프라인   |
|       | 2023.03.26  | 16:00~17:00 (60분) | 오프라인   |

주: \*오프라인으로는 비건 식당에 방문하여 식사를 하였으며, 주변 카페에서 면접 진행 혹은 식사가 가능한 카페에서 면접을 진행하였음.

## 2) 자료 수집 범위

제2장 1절에서 언급한 Ivanova et al.(2020)의 잠재적 탄소 배출 감축

량 측정 내용과 Schanes et al.(2016)이 제시한 행위, 사전 면접을 바탕으로 <표 3>에 주된 저탄소 식생활방식을 구분하고, 실천방식과 식생활 행동이 만나는 각각의 지점을 일화(Episode)로 간주하여 각각의 일화에서 조정이 이루어지고 있는 지점을 살펴보았다. 조정이 이뤄지고 있는 주된 지점을 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인이 커뮤니케이션 과정에서 경험하는 어려운 지점으로 간주하여 그 지점을 중심으로 그들이 주고받는 의미들을 탐색했다.

<표 3>의 식생활 행동에서 획득은 구매와 선택의 의미를 담고 있다. 재화를 지불하고 구매하는 경우와 재화를 지불하지 않고 획득하는 경우, 특정 메뉴 혹은 상품을 선택하는 경우를 포함하고자 식생활 행동의 주요 항목으로 획득을 포함한다. 조리는 개인이 주로 거주하고 있는 거주지에서도 가능하지만, 친구, 직장 동료, 가족과 함께 여행을 가거나, 개인이 주로 거주하지 않는 가족의 거주지에서도 조리가 가능하기 때문에, 식생활이 만나는 경우의 다양성을 고려하여 자료 수집의 범위를 <표 3>과 같이 구성하였다. 면접에서 연구 참여자에게 자료 수집 범위의 정도를 보여주고 <표 3>을 중심으로 자신들의 식생활방식을 타인에게 드러냈을 때의 경험을 물었다.

<표 3> 자료 수집 항목

| 탄소 저감 전략 | 저탄소 식생활 실천 방식 | 식생활 행동 |                     |                |
|----------|---------------|--------|---------------------|----------------|
|          |               | 분류     | 획득                  | 섭취             |
| 직접 감축    | 육식을 피하거나 줄이기  | 조리     | 육류를 활용한 조리 피하거나 줄이기 | 육류 섭취 줄이기      |
|          |               | 외식     | 육류 메뉴 선택 피하거나 줄이기   |                |
|          | 음식물류 폐기물 줄이기  | 조리     | 조리하는 양 줄이기          | 조리된 음식 남김없이 섭취 |
|          |               |        | 필요한 양 만큼 조리         |                |

|       |                       |             |  |                                |
|-------|-----------------------|-------------|--|--------------------------------|
|       |                       |             | 조리 과정에서 폐기물 줄이기  |                                |
|       |                       |             | 구매 과정에서 폐기물 줄이기  |                                |
|       | 외식                    | 주문 메뉴 양 줄이기 | 주문한 음식 남김없이 섭취<br>원치 않는 음식 거절                                |                                |
|       | 식물성 단백질로 동물성 단백질 대체   | 조리<br>외식    | 식물성 단백질을 활용하여 조리<br>식물성 단백질을 활용한 메뉴 선택                       | 식물성 단백질 섭취                     |
| 직접 개선 | 유기농 · 무농약 · 저탄소 식품 획득 | 조리<br>외식    | 유기농 · 무농약 · 저탄소 식품 획득하여 조리<br>유기농 · 무농약 · 저탄소 식품으로 조리된 메뉴 선택 | 유기농 · 무농약 · 저탄소 식품으로 조리된 음식 섭취 |
|       | 제철 농산물 획득             | 조리<br>외식    | 제철 농산물 획득하여 조리<br>제철 농산물로 조리된 메뉴 선택                          | 제철 농산물로 조리된 음식 섭취              |
|       | 지역 농산물 획득             | 조리<br>외식    | 지역 농산물 획득하여 조리<br>지역 농산물로 조리된 메뉴 선택                          | 지역 농산물로 조리된 음식 섭취              |

먹거리를 둘러싼 개인의 생활 방식은 다양한 관계, 맥락에서 드러나는데, 특히 직접 감축과 직접 개선 방식으로 제시된 행동들은 가족, 친구, 직장 동료 등 다양한 관계에서 드러난다. Nørgaard & Brunsø(2011)는 가족 내에서 부모와 자식의 먹거리 선택 결정 과정에서의 소통 경험을 살펴보고 있다. 건강한 식품 선택 결정 과정과 관련된 갈등 및 갈등 해결에 대한 가족 내 의사소통(Communication), 상호작용(Interaction), 개인이 영향을 미치고자 활용하는 전략을 도식화하여 식품 선택에 대한 가족

들 간의 소통 경험을 이해하고자 한다. 식품 구매 과정에서 가족 간에 개방형 소통이 이뤄지고 있다는 점을 포착하고 가족 긴장 관계를 이완하기 위한, 갈등 해결을 위한 자녀의 전략이 무엇인지를 탐색하고 있다. 가족뿐 아니라, 사회적으로 연결되어 있는 관계에서는 술과 간식류 식습관을 공유하는 경우가 많은데(Pachucki et al., 2011), 이에 대해서는 어떤 소통 경험을 통해 이뤄졌는지는 드러나지 않는다. 이 연구에서는 관계를 크게 친구 및 직장 동료 등을 포함하는 사회적으로 연결된 관계와 가족 및 함께 거주하는 가구 구성원으로 나누어 먹거리를 둘러싼 개인들의 생활 방식이 만나는 지점에서의 소통 경험 사례를 수집하였다.

### 3) 분석 방법

연구자가 연구 참여자의 면접 내용을 녹음한 녹음파일을 문서 작업 프로그램을 이용해 전사하였으며, 전사한 면접 내용을 반복적으로 읽어보며 연구 참여자들이 설명하는 일화들을 중심으로 연구 문제에 의미 있는 키워드를 찾고자 하였다. 카테고리와 이론이 명확하게 등장할 때까지 반복적으로 자료에 접근하여 정보를 추출 해내는 근거이론 분석 방법(Creswell, 2005)을 일부 사용하여 데이터를 설명하고자 하였다.

이후, Miles et al.(2019)에 따라 수집된 자료에서 선택적으로 자료를 모았다. 반복성이나 규칙성을 탐색하고자 다수의 사례를 반복적으로 비교하고, 각각의 사례에서 공통적으로 드러나는 코드를 종합하여 상위 범주를 도출하였다.

의미의 조정 관리 이론의 연구자는 사회 구성주의자로서의 시각을 견지하고 있으며, 단일한 진실을 찾고자 하는 것보다는 다양한 진실이 있다는 가정을 기초로 다원론적 세계관을 지향한다(Griffin, 2009). 따라서, 이 연구의 연구자 또한 다수의 사례에서 공통적으로 드러나는 상위범주 도출과 함께, 연구 참여자들 각각의 맥락과 특징을 제4장에서 나타내고자 하였다. 공통적으로 드러나는 코드가 일부 포함되어 있지만, 제4장에

서는 연구 참여자 각각의 사례에서 다양하게 구성되고 있는 사회적 실재를 중심으로 보여준다.

## 제 4 장 연구 참여자들의 저탄소 식생활

제4장에서는 연구 참여자들이 실천하고 있는 저탄소 식생활방식을 기술하고, 식생활방식을 실천하는 과정에서 가족, 직장과 관련된 사회적 관계, 친구관계에서 본인들이 겪은 어려움의 지점이나, 반복되어 등장하는 상황, 연구 참여자가 경험하고 기억하고 있는 상대방의 부정적 반응으로 만들어진 ‘일화(Episode)’들을 중심으로 기술한다.

또한, 제2장 제2절에서 소개한 의미의 조정 관리 이론의 이론적 개념들을 활용해 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인들이 타인과 소통하면서 구성된 세계를 탐색한다. 연구 참여자들의 사회적 실재를 구성하는 의미와 행위에 의미의 조정 관리 이론에서 다루고 있는 이론적 자원 중, 어떤 규칙이 작동하고, 규칙에 어떤 논리적 힘이 작동하는지, 그리고 어떤 의미의 계층적 구성에서 차이를 보이는지에 대한 분석을 시도한다.

### 제 1 절 김네모: “처음에는 반성도 많이 했어요”

김네모는 91년생 남성으로 부모님, 남동생과 함께 서울에 거주하고 있다. 현재는 기후위기 관련 비영리 단체에 재직하고 있다. 직장생활에서 만난 ‘비건 지향’, ‘비건’을 실천하는 사람들을 보고 2019년 9월부터 육류 메뉴 선택을 하는 데 있어 고민을 하기 시작했다. 선택이 가능할 경우, 소고기, 돼지고기보다는 생선을 선택하거나, 두부 같은 콩 요리를 선택한다. 음식물류 폐기물을 남기지 않기 위해 반찬을 남기지 않으려는 습관은 어렸을 때부터 지속된 습관이었다. “급식 지도”처럼 “남기지 말고 딱 먹을 만큼 받아서 다 먹어라”는 교사 부모님의 영향 때문이다. 성인이 된 이후에도 음식물류 폐기물의 “운송, 소각, 매립”으로 인해 발생하는 환경적 영향을 고려해 음식은 최대한 남기지 않으려 하고 있다.

김네모는 다른 연구 참여자들에 비해 적극적으로 육류 감소 의지를 피력하거나 실천 하는 것이 아니기 때문에, 주변 사람과의 소통 과정에서 어려운 부분이 많지 않았다. 김네모는 기후변화, 먹거리의 환경 영향에 대해 문제의식을 갖고 있으나, 이를 해결하고자 하는 개인의 먹거리 실천 노력이 이 연구의 다른 연구 참여자들이나 김네모 직장에 있는 사람들보다 상대적으로 강도가 낮다. 하지만, 직장 밖에 있는 김네모의 주변인 중에서는 강도가 높은 편으로 상대적인 관점에서 김네모는 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인과 실천하지 않는 개인의 중간 지점에 위치한다. 중간 지점에 위치하기까지 김네모는 고민했고, 고민의 시작에는 “반성”과 “죄책감”이 있었다.

김네모: 처음에는 반성도 많이 했어요. 그렇게 엄격하게 (채식)하시는 분들을 보면 내가 과연 환경이나 기후변화 이쪽 하고 있는데, 내가 하고 있는 것에 뭔가 더 할 수 있는 것이 없을까? 그 분들이 그렇게 하는데, 나는 잘하고 있나 이런 반성도 좀 들었고 ....,

김네모: 그때 느낀 감정은 그냥 죄책감이었던 것 같아요. (중략) 이게(육류 감소 식단) 엄청난 임팩트가 있는 것도 알고 그게 어떤 문제가 있는 것도 알고 그 문제로 인해서 지금 내가 다루고 있는 기후 위기가 굉장히 심해진 건데..., (중략) 제 가치관에서 먹는 게 되게 중요한 가치관이기 때문에 제 기준에서는 그런 거예요. ‘먹는 게 이렇게 중요한데 그거를 포기를 한다고?’라는 게 대단하게 느껴져서. 그리고 한편으로 ‘나는 기후변화 활동을 한다고 했지만 저 분들은 그런 생각이나 활동을 오래 하지 않았음에도 불구하고 식습관에서 이미 충분히 실천하고 계시는 분들이라는 생각에 내가 잘하고 있는 건가?’라는 그런 생각이었죠.

김네모의 반성과 죄책감은 자신의 행위가 주변에 의해 결정되는 감각으로서 예시적 힘이 발휘되는 시작점이었다. 김네모는 자신이 갖고 있

는 문제의식을 실천으로 드러내지 못하는 것에 대해 직장에서 만나는 사람들과 소통하며 자신을 비교하며 반성하고 고민했다. 이후, 자신의 식습관을 “맛”에 기준을 두기 시작했고, 맛을 기준으로 했을 때 자신의 식습관이 육류를 줄이는 방식으로 바뀔 수 있음을 발견하며, 자신만의 기준을 “명확히” 하고, “타협”했다. 타협한 김네모의 저탄소 식생활방식은 김네모의 직장 동료에 의해 제어된 감각의 결과다.

김네모: 그 전에는 사실 제 주변에 인간관계에 있어서 이런 채식을 하시는 분들이 없었기 때문에 고민을 할 필요는 없었어요. 근데 이런 기후 변화 쪽 일을 하고 여기에서 채식을 하는 분들이 계시니까 이제는 인간관계가 식습관을 중심으로 보면 이렇게 양쪽에 있는 것. 그러니까 처음에는 아까 말씀드렸듯 고민이 많았는데 지금은 그냥 명확해진 것 같아요. 저는 제가 가지고 있는 식습관에서의 어떤 가치관이라고 하면, 그냥 ‘맛’이거든요. 맛있으면 된다. 맛있으면 상관없다. 그래서 그냥 주위에서도 저희가 일반적으로 흔하게 접하는 음식에서도 고기가 안 들어간 음식들이 되게 많잖아요. (중략) 맛있는 걸 찾아서 먹다 보면 내가 실천하는 게 고기를 안 먹는 습관도 될 수 있겠구나 그런 거를 저도 좀 발견하는 것 같아요

김네모가 자신만의 방식을 찾아가는 고민의 과정에는 김네모 자신에 대한 ‘성찰’과 함께 김네모가 갖고 있는 가치관을 타인에게 전달할 때의 방식, 타인에게 부정적인 인식을 주지 않고자 하는 고민도 담겨 있었다.

김네모: 지금은 그냥 어느 정도 타협을 한 것 같아요. 제가 억지로 엄격하게 지금 당장 비건을 한다고 해서 제 스스로한테도 좋지 않을 것 같다 는 생각도 들었고....,

김네모: 억지로 하면 스트레스를 받잖아요. 스트레스 받고, 피곤해하고 이런 게 오히려 다른 사람들한테 부정적인 인식을 심어줄 것 같다는 생

각이 들어요. ‘꺄꺄 너 그렇게 비건 하는 게 쉽지 않지 않냐, 결국은 다(모두) 고기 먹는다’ 이런 얘기들. 그래서 그게 좀 조심스러워서 제 스스로의 타협점을 찾은 것도 있는 것 같고. 그리고 성장 환경을 거쳐 오면서 자리 잡아온 저 스스로의 라이프스타일을 억지로 바꾸는 게 내 스스로한테도 별로 좋지 않을 것 같다는 생각도 들었어요.

## 제 2 절 김보미: “가치관을 온전하게 지키면서 살기 위해 서는 불편함은 감수...”

김보미는 93년생 여성으로 공익 인권 담당 소속으로 지구법 관련 업무를 진행하며 변호사로 활동하고 있다. 부모님과 함께 서울에 거주하며 동물성 식품 섭취 감소뿐 아니라, 동물성 식품 섭취 자체를 하지 않는다. 또한, 가능하면 지역 농산물을 구매하고자 한다. 수입 하는 과정에서 발생하는 “환경오염”과 함께 바나나와 같은 작물은 “플랜테이션” 때문에 먹지 않는다. 아보카도도 마찬가지로 먹지 않는다. 김보미는 환경 문제 때문에 채식을 시작했으며, 현재는 동물성 식품 섭취 자체를 하지 않지만, 김보미의 “건강 걱정”을 많이 하는 할머니 댁에 갔을 때는 “달걀 정도” 먹는다. 자신의 건강을 걱정하는 “가까운 관계”的 할머니에게는 가치관을 “접을 수 있지만”, 가깝지 않은, “모르는” 사람에게는 자신의 가치관을 “굽힐 수 없다”.

김보미는 직장 생활과 관련하여 만난 인물들과의 관계에서 어려움이 있지만, 함께 식사를 해야 하는 사람들에게 자신의 식생활방식에 대해 숨기지 않고 말한다. “채밍아웃을 쉽게 당하고, 어차피 들키기 때문이다”.<sup>29)</sup> “말하지 않았을 때 생기는 불편함이 더 크기 때문에” 자신의 식생활방식을 함께 식사하는 상사에게 말한다. 말을 하지 않았을 때의 불

---

29) 채밍아웃은 ‘채식’과 ‘정체성을 공개적으로 드러내는 커밍아웃(Coming out)’의 합성어로 본인의 채식주의 정체성을 밝히는 것을 의미한다(네이버 오픈사전 국어사전 신조어, 최종 검색일: 2023.04.10).

편함과는 별개로 자신과 다른 식생활방식을 갖고 있는 사람과의 식사자리, 자신의 식생활로 인해 생기는 대화의 불편한 상황을 피하기 위해 김보미는 또 다른 불편함을 감수한다.

김보미: 예를 들어, 점심 같이 먹자고 하면, 어디 가자고 말을 해주시는 분이 있고, 어디 가자고 말을 안 하시는 분이 있잖아요. (말을 안 하시는 분에게는) ‘제가 그러면 식당 제가 예약하겠습니다’하고 제가 먹을 수 있는 메뉴가 있는 곳으로 제가 항상 예약을 했고, 아니면 어디 식당 정하셨으면 거기서 먹을 수 있는 것이 있나 없나 전화해서 물어봐요. 식당에 전화해서 ‘이거 빼주실 수 있나 없나’, 예를 들어, 횟집을 간다. 그러면 ‘회덮밥에 회를 빼고 줄 수 있나’, ‘회를 따로 담아 달라’ 그런 걸 확인하고 가죠. (식당에) 미리 얘기를 안 하기엔 제가 그러면 상사와 이야기를 해야 하는 거죠. 제가 거기에 먹을 수 있는 게 있는지 없는지 모르겠어서…, 그런 대화 상황을 안 만들고 그냥 알아서 전화해서 확인해보고. 말 미리 하고…

상사와의 불편한 대화 상황을 피하기 위해 함께 가고자 하는 식당에 미리 전화를 하고, 정보를 찾아야 하는 또 다른 불편한 상황이 발생한다. 불편함을 피하기 위한 불편함을 감수하고도 김보미는 약 10년째, 환경 문제를 이유로 동물성 식품 섭취를 하지 않고 있다. 처음에는 힘들었지만, “가치관을 온전하게 지키면서 살기 위해 불편함을 감수 한다”. 김보미의 불편함에는 다른 사례에서는 없었던 김보미 식생활방식에 대한 상대방의 공격적 반응도 포함된다.

김보미: 저는 로스쿨을 다니면서도 도덕적인 척한다고 직접적으로 말하는 동기 오빠도 있었고. (중략) 제가 단톡방에서도 (할)말을 하는 편이거든요. (학교에서) 간식을 중간고사, 기말고사 기간 때, ‘저는 채식인이라 이번 간식 중에서는 먹을 수 있는 게 하나도 없다. 학생회비는 똑같이 내는데, 먹을 수 있는 간식이 하나도 없는 건 문제가 있는

것 같다' 이런 얘기를 했더니, '왜 너의 채식을 우리에게 강요하냐' '난 강요한 적 없다', '원래 소수자는 눈에 보이지 않기 때문에, 소수자가 힘듦을 겪는 것이다'. 오히려 나보다 채식에 대해 예민하게 받아들이고 부정적인 감정으로..., 채식에 혐오를 가진 사람이 있더라고요. 폭력적인 사회에서 비폭력을 주장하는데, 그 주장이 폭력적이라고 생각을 하는 거죠. 지금도 채식하는 사람들에 대해 부정적인 사람들이 많고...,

김보미: 예전에 봉사 활동 갔을 때는 먹이려고 하는 분도 있었어요. 다져서 먹는 채소, 스프레드 같은 것이 있었는데, 그 안에 베이컨이 있었는데 보이지는 않는 상황에서. '저는 고기를 안 먹어요'라고 봉사 활동 간 사람들한테 얘기를 했었는데, '이거 먹어봐 고기 안 들었어'라고 해서 줬는데, 베이컨이 들어 있었던 거죠. (중략) '먹을 수 있는데, 왜 안 먹냐. 먹여보고 싶어서 먹여보려고 했다'(이렇게 말씀하시는 거예요) 편식하는 애 고치는 것처럼 하는 거죠. 채소 안 먹는 애들한테 갈아서 먹이는 것..., (중략) 그래서 '선생님, 이거 정말 예의 없는 것이다'(라고 했더니), 별일 아니라는 것처럼. '이런 걸 가지고 그렇게 예민하게 구냐. 그럴 수도 있지'(라는 반응)

베이컨을 김보미에게 먹이려고 했던 사람은 김보미가 채식 지향 식단을 하는 것을 알고 있음에도 불구하고, 김보미의 가치관은 존중하지 않고, 고기를 먹을 수 있는지 여부에만 집중했다. 베이컨을 "일부러" 먹이고자 하는 행동에 대한 김보미의 반응을 통해 김보미는 '예민한' 사람으로 받아들여졌다.

이러한 상대방의 공격적 반응과 함께, 김보미의 부정적 경험 중에 하나는, 연인 관계를 시작하는 단계에서의 경험이다.

김보미: 썸을 타던 친구와, 그 친구의 친구와 다 같이 밥을 먹는데, '그냥 좀 먹으면 안돼?'라고 말을 했었던 적이 있어요. '채식을 하는 게 괜찮

은 것 같아 보였으나, 그것 때문에 힘들어서 너를 더 못 만나겠다.  
맛있는 것도 못 먹느냐' 이런 것.

김보미: 채식을 하시는 여성분들에게 관심을 보이는 남자의 상당수가 비슷한 방식으로 채식에 관심이 있는 척해요. (중략) 항상 저한테 관심 있는 남자는 '나 요즘 채식 식당에 관심이 생긴다. 채식을 해도 괜찮을 것 같아' 라든가, '채식식당 어디 있다던데', 이 부분을 되게 어필해야 하는 포인트라고 생각을 해서. 지금까지 모든 루트에서 연락이 오는 사람들이 '같이 가자'고 말을 했었던 것 같아요. 대한민국에서 남성 비채식인이 갑자기 채식에 관심을 갖고 실천하는 케이스가 진짜 드물거든요. 근데 채식을 하지 않는 남성이 자신이 채식에 관심을 가졌다면서 같이 채식 식당에 가자라고 하는 것은 대부분 수작에 가깝다.

김보미에게 남자 친구나 좋아하는 사람, 연인과의 관계에서 받는 부정적인 경험은 "크다". 김보미는 환경 문제의식을 바탕으로 동물성 식품을 제외한 식단을 실천하고 있기 때문에, "채식을 하더라도 환경을 사랑하지 않는 사람보다는 채식을 하지 않아도, 고기를 먹더라도, 환경을 위해 뭐라도 하는 사람"이 중요하다.

김보미의 채식 식단에 대한 공격적 반응, 채식 식단을 유지하기 위한 번거로움, 좋아하는 사람으로부터 받는 부정적 반응에도 불구하고, 김보미가 저탄소 식생활방식을 유지하는 행위에는 먹거리를 비롯해 환경 문제 전반에 대한 개인의 의미가 강하게 작용한다. 즉, 구성적 규칙과 실질적 힘이 김보미가 주체적으로 타인과 식사 자리에서 자신의 식단을 지키는 행위에 영향을 미친다. 이러한 규칙과 논리적 힘을 비롯해, 김보미가 채식 식단을 10년 동안 유지할 수 있었던 이유는 가까운 관계인 부모님과 친구들의 '지지' 때문이다.

김보미: 집안의 분위기 자체가 채식 친화적인 분위기라 아빠가 설에 친척들

만나러 갈 때, 채수를 싸가서 떡국을 따로 끓여주거든요. 아빠가.  
(중략) 떡국을 사골 육수를 쓰니까 저만 못 먹는 게 마음에 걸려서  
챙겨주시더라고요.

### 제 3 절 김수연: “버리는 것보다 먹는 것이”

김수연은 95년생 여성으로 인테리어 관련 회사에서 근무하고 있다. 경기도 안산에서 부모님, 여동생과 함께 거주하고 있으며, 육식을 줄이기 시작한 지 11개월 정도 되었다. 음식물 쓰레기를 줄이기 위해 외식을 할 때는 빈 용기를 들고 다니며, 자신의 식단을 스스로 선택 가능한 경우에는 육류 섭취를 하지 않지만, “상황에 따라서”는 육류를 먹는다. 이러한 식생활을 유지하고 있는 가장 큰 이유는 “환경”, “미래에 대한 불안”이며, 상황에 따라 육류를 섭취하기 때문에 자신을 비건이나 채식주의자로 소개하기보다는 “채식을 지향한다”고 소개한다. 김수연은 환경 문제에 대한 고민이 담겨져 있는 자신의 식생활방식과 이유를 가족과 친구, 직장 동료에게 드러내는 일은 어렵지 않지만, 생활방식에 대해 설명할 때는 어려움이 있다. 환경 문제가 담겨져 있는 김수연의 식생활방식은 채식을 지향하지만 ‘상황에 따라’ 육류를 섭취하기 때문이다.

김수연: 친구들한테 이야기를 하는 것이 그 때가 처음이었는데, 고민을 하다가 요즘에 채식 지향을 하고 있다고 조심스럽게 이야기를 했거든요. ‘나는 지금 채식 지향을 하고 있지만, 고르는 메뉴가 육식이라면 같이 먹겠다’라고 했더니 친구들이 ‘그래?’라면서 쌀국수를 먹으려 가지고 했어요. 그래서 같이 먹는데, 친구들이 소고기를 잘 안 먹는 거예요. 그래서 제가 남기면 안 되니까 먹으라고 했거든요? 그랬더니 ‘너는 그러면 고기 메뉴가 있을 때, 안 먹는 게 중요하냐, 남기지 않는 게 중요하냐?’고 물어보길래 ‘어차피 이미 나와 있는 음식이면 버리는 것보다 나오니까 먹는 게 낫다고 생각한다’라고 말했죠.

김수연은 ‘채식주의자’ 혹은 ‘비건’으로 자신을 칭하지 않고, 채식을 지향하는 개인으로 자신을 인식한다. 김수연은 먹거리 환경 문제를 인지하고 채식 지향을 하고 있기 때문이다. 여기서 김수연과 친구들의 ‘채식 지향’의 의미는 생활 각본수준에서 차이를 발생시킨다. 친구들에게 김수연은 단순히 채식을 지향하는 사람으로, ‘채식 지향’ 자체에 초점을 맞춰 ‘채식을 한다’에 의미를 부여하기 때문에, 육식을 하는 김수연의 식단은 친구들에게 받아들여지기 어렵다. 채식을 지향하는 사람은 육식을 아예 하지 않는 것으로 여겨지기 때문이다. 하지만 김수연에게 채식을 지향한다는 의미는 환경적 의미에서 되도록 채식을 지향하는 것이다. 친구들에게 받아들여지는 ‘채식 지향’의 의미와 김수연의 ‘채식 지향’의 의미는 서로 다르게 생활 각본의 수준에서 차이가 있지만, 김수연과 친구들은 자신들이 갖고 있는 ‘채식 지향’의 의미를 주고받으며 그들의 관계에서 ‘채식 지향’의 의미를 구성해 나간다.

김수연은 SNS를 통해 “기후뉴스 채널”, “채식하는 사람의 채널”을 팔로우하고 자신의 계정에 “일부러” 환경 문제를 다루는 콘텐츠를 올려서 주변에 “노출” 시키고자 할 정도로 자신의 가치관을 주변에 드러내는 것을 어렵지 않게 여긴다. 김수연이 이에 어려움을 느끼지 않는 이유에는 더 많은 사람들이 환경 문제에 관심을 갖고 행동하기를 바라는 마음이 있기 때문이다. 김수연은 주변 사람들이 환경 문제에 관심을 갖지 않는 것에 대해서 심적으로 힘들어 하기까지 했다.

김수연: 채식 지향하면서 가장 힘들었던 것이 제가 고기를 먹지 않는 것보다, 다른 사람들이 고기를 먹는 모습을 보기가 힘들었어요. 지금 고기를 줄여야 하는데, 고기를 먹으면 안 되는데 하는 마음에 너무 과로웠어요. 스트레스를 너무 많이 받고...(중략)

김수연이 다른 사람의 식습관을 보는 것만으로도 힘들었던 이유는 비슷한 또래의 친구들은 자신의 문제의식에 관심을 갖고 있는 것으로 느

껴지지만, 함께 거주하고 있는 부모님과 여동생, 직장에서 만나는 사람들은 “아예 관심이 없기” 때문이기도 하다. 그러다 보니, 자신의 식생활이나 가치를 드러내는 것이 어렵게 다가오지는 않지만 적극적으로 ‘고기를 줄여야 한다’, ‘먹으면 안 된다’는 말을 하지 않는다.

김수연: 같이 마트에 가서 엄마한테 고기를 사지 말라고 해도 엄마는 먹고 싶다고 말해요. 여동생이 우리 치킨 시켜 먹자고 했는데, 엄마가 언니는 고기를 안 먹으니까 치킨 시켜 먹으면 안 되지 라고 하면, 동생은 ‘언니가 안 먹는 거지. 나는 치킨 시켜 먹을 거야. 나는 먹고 싶어’라고 말을 해요.

김수연: 회사 사람들은 초반에 같이 먹으러 갔어요. 제가 점점 고기를 먹지 않기로 했다고 하니까 “왜?”라고 하길래 환경 문제 때문에 안 먹는다고 했더니, 존중을 하기는 해요. 따로 먹는다든지, 생선으로 먹는다든지 하지만, (이런 문제가) 자기들한테까지 가지는 않고, 그냥 실장님은 환경에 관심이 많은 사람이라고만 하고...(중략)

김수연의 동생은 자신의 의견을 표현하고 제안하는 화행 이후에 고기를 먹지 않는 언니의 식생활과 자신의 식생활을 구분 짓는다. 그리고 이러한 구분은 김수연으로 하여금 가족 관계에서 자신의 식생활을 주제로 하는 대화의 단절을 야기한다.

김수연: (고기를 줄여야 한다고 직접적으로) 많이 안 했어요. 갈등이 싫어서 피한 거죠. 제 남자친구도 저한테 그렇게 갈등이 있고 맨날 스트레스 받고 힘들어 하는데, 가족들한테 잘 설명을 해줘라. 설명을 해봤냐고 말하는데, 저도 좀 안 하긴 했거든요. 근데 사실, 얘기를 하긴 했어요. ‘뉴스에도 나오는데 그렇지(고기를 줄여야 하지) 않나’라고 했는데, 가족들은 그 문제를 자신의 문제로 연관지어 생각하지 않는 것 같아요. 그래서 제가 지금 진로를 바꾸려고 하는 이유에 환

경 문제에 관심이 없는 사람들을 앉혀 놓고 이야기하기가 너무 힘들기 때문이기도 해요.

김수연은 자신의 식생활과 자신의 식생활이 담고 있는 메시지를 타인에게 전달하기는 하지만, 적극적인 전달, “설득”을 하지는 않는다. 말은 하지만, “더 나아가지 않는다”. 메시지를 전달했던 경험에서 발생하는 “갈등”과 타인의 “관심 없는” 반응들은 김수연에게 설득은 지나친 “에너지 소비”이기 때문이다. 설득까지는 아니지만, 자신의 “이야기가 통할 것 같은” 사람에게는 “열심히 이야기”를 하기도 하지만, 최근에는 점차 “느슨해지고, 내려놓는다”. “한 사람의 완벽한 채식보다 여러 명이 조금이라도 하는 것이 낫다”는 글을 읽고부터 주변 사람이 조금씩 줄이기를 바라는 마음에 채식을 주변 사람들이 “어렵게” 생각하지 않도록 하기 위한 태도를 취한다.

김수연: 주변 사람들한테 채식을 이야기하면 너무 어렵게 생각하는 것 같더라고요. 괴로워도 참아야 하고 그런 이미지로 생각하는 것 같아서 그냥 편하게 이야기를 하고 그런 쪽으로 해야 될 것 같다고 생각했어요. 너무 완벽하게 하는 것 보다 편하게 접근할 수 있도록 이야기 하는 쪽으로...(중략)

김수연의 이런 태도와 “편하게 이야기하는” 커뮤니케이션 전략은 이전에 경험했던 사람들과의 커뮤니케이션 경험과 저탄소 식생활방식을 지속하면서 먹거리와 환경 문제에 관심을 갖고 스스로 학습하고자 하는 의지에서 비롯되고 있었다.

제 4 절 양세모: “‘넌 다수가 아니야’로 봐 버리는 게 쉽다는 거죠”

양세모는 96년생 남성으로 환경, 지속가능 도시 설계 관련 분야를 공부하고 있는 대학원생이다. 부모님은 전라도에 거주하고 있으며, 서울에서 혼자 거주하며 학교를 다니고 있다. 육류 섭취를 줄이기 시작한 초반에는 건강과 맛을 이유로 육류 섭취를 줄이고자 했다. 김네모와 마찬가지로, ‘맛’을 중요하게 여기는 기준에서 식단 변화가 일어났다. 현재도 맛과 건강이 육류 섭취를 줄이는 이유이기는 하지만, 건강문제나 “윤리적인 문제”보다는 “탄소나 메탄 배출”에 “불편함”을 느끼며, 기후 변화에 대한 문제의식으로 육류 섭취를 줄이고 식물성 단백질 섭취를 늘리고 있다.

양세모는 ‘스피루리나’를 접한 후부터, “직접적으로” 육류 섭취를 줄이기 시작했다. 이전에도 양세모는 “채소의 깊은 단맛”을 즐겨왔지만, 2~3년 전 스피루리나를 접하고 운동을 시작했으며, 스피루리나를 통해 충분히 식물성 단백질 섭취가 가능하다는 것을 인지하고부터 직접적으로 동물성 단백질 섭취를 줄여왔다. 양세모가 스피루리나를 접한 건 양세모의 부모님이 국내의 한 연구소와 함께 “인류의 건강을 위한 대체 식품”을 찾기 위한 목적으로 재배하고 있기 때문이다. 부모님의 직업적 특성이 양세모의 식생활에 영향을 준 것이다. 또한, 양세모는 어린 시절 유학생 활동으로 인해 부모님과 함께 거주한 절대적 시간이 부족함에도 불구하고, 가정에서 부모님과 함께 요리를 해 먹을 때는 채소 위주의 식단을 실천해왔기 때문에 가족과의 마찰은 없다.

그러나, 사회적 관계에서 양세모는 미국 유학생 활동과 직장 생활에 대해 이야기하며, 미국에서 자신의 식생활에 대해 드러내는 것과 한국에서 자신의 식생활을 드러내는 것에 차이가 있다고 말한다.

양세모: 보통의 대화 방식의 차이인 것 같은데...,(중략) (미국에서는) 내가 무엇을 지향하든 난 이렇게 생각하고, 이건 이렇게 생각해라고 하면 그걸 존중해주고 나는 그 부분에 대해서 이렇게 생각한다고 공유가 된단 말이에요. (중략) 우리나라 같은 경우에는 특정 사람들 앞에서 제가 이런 얘기를 하기가 어려운 것이, 뭐랄까. 좀 답이 정해져 있

는 것 같아요. 이런 사람들은 소수고, 소수는 특별하다고 봐버리니까. 특별하다는 게 특별한 좋은 특별이 아니거든요. 독특하고 특별하게 보는 거잖아요. 유별나다는 느낌이잖아요. 그래서 그렇게 보일까봐... 우리나라 사회에서는 어느 정도 다수의 입장이 크다 보니까. 아무래도 기준, 표준을 정하니까. 그 표준에 가깝도록 연기를 하는 척을 하더라도 이런 얘기를 못하죠. 별나게 느껴지는. 그 부분에서는 조금 어렵죠. 사실은. 그래서 누구한테는 말하고 누구한테는 말 안한다는 게 이런 부분인 거죠.

양세모: 별나게 보잖아요. 저를. 되게 특이하네 이렇게 봐버리면..., 미국에서 는 저를 하나의 캐릭터로 봐줄 거 아니에요. 저의 독특함을요. 근데 그게 여기서는 '넌 다수가 아니야'로 봐버리잖아요. 저는 그게 싫다는 거죠. (다수에) 합해지고 싶다는 마음보다는 그 인간의 본능 중에 소외되고 싶지 않은 마음이 미국이나 한국이나 같아요. 하지만, 기준이 다르니까 여기서는 소외가 돼버리는 것이고. 거기서는(미국에서는) 소외가 되는 게 아니에요. 각자 개개인니까. 여기는 단체가 있으니까 거기 들어가야 된다는 느낌보다는 나오고 싶지 않다는 느낌이 좀 크죠. 나왔을 때 내가 어떻게 할 수 있지? 이 사람들이 없으면.., 이 사람들이 정한 게 답이니까.

양세모는 개인의 가치관을 드러낼 때, 한국과 미국에서 받아들여지는 것이 다르다고 인지한다. 한국에서 양세모와 미국에서 양세모가 개인의 가치관을 드러내는 것은 생활 각본 수준에서 차이가 발생한다. 이것은 개인과 개인 사이에서 발생한 생활 각본 수준의 차이가 아닌, 한 명의 개인이 한 국가와 다른 국가에서 받아들이는 생활 각본 단계에서의 차이를 보여준다. 한국에서 개인의 가치관을 드러내는 것은 “별나게” 받아들여지지만, 미국에서는 개인이 가치관을 드러내는 것이 일종의 “캐릭터”, 개인을 설명하는 특징이 된다. “별난 것”과 “유별남”은 ‘특이하다(Unusual)’는 의미에 가깝지만, 이는 한국에서 ‘특별함(Special)’이 될 수

없으며, ‘보통(Usual)’에서 멀어지는 의미로 받아들여진다.

이를 인식한 양세모도 다른 사례들과 유사하게 한국에서는 미국에서 보다 선별적으로 자신의 식생활방식을 드러내고 있다. “순응적”이고 “오래 알고 지낸 순둥순둥”한 친구에게는 “강하게” 자신의 주장을 말하는 “편”이며, 이러한 친구들에게 자신의 식생활 드러내기를 적극적으로 한다.

양세모: 보통 편한 사람들이랑 있으면 저는 얘기를 하죠. 사실 이것도 오지 랠이라면 오지랄일 수 있는데, 근래 있었던 이상기후 현상이나 이런 걸 이야기하죠. 이게 다 당신이 먹는 그것 때문이다. 먹지 말라는 이야기는 하지 않지만, 자작은 하고 있어라. 써도 되지만, 알고는 있어라. (중략) 육류가 좋지 않은 건 알고 있어요. 키우는 데 얼마나 많은 메탄과 탄소가 배출되고 그걸 또 다시 회수하기 위해서 얼마나 많은 노력이 들어가는지. 습관을 들여봐라. 저 좀 자기주장이 센 편이라서...,

양세모: 사실, 좋은 세상 깨끗한 세상을 만들자는 걸 누가 싫어하겠어요. 저는 그런 포부를 갖고 ‘내가 할 수 있는 개인적인 실천이 이거다’라고 조금씩 시작을 하고 있는 것뿐이고. 거기에 있어서는 누가 뭘 할 수는 없다고..., 지금, 강하게 생각하고 있어요.

적극적으로 자신의 식생활을 드러내기 어려울 경우, 양세모는 자신만의 방법을 통해 자신의 식생활방식을 지키고자 한다.

양세모: 저만의 방법이 있어요. 처음에는 맞춰서 하다가 친해지거나 하면 이제 그 때 저는 저의 주장을 하거든요. 오늘 죄송한데, 제가 이런 거 좀 민감해서. 예민해서. 저 혼자 먹고 오겠습니다.(와 같은...) 그게 만약에 실례가 되는 상황이면, (또 다른) 방법이 있을 것 같아요. 뭔가 업무를 좀 더 하고 나중에 혼자 먹으러 간다든지. 그런 느낌으로

저는 대처를 할 것 같아요.

양세모가 다른 참여자 사례와 차이를 보이는 또 하나의 관계적 특징은 주변의 운동하는 사람과 만나는 지점이다. “단백질 걱정하는 자주 운동하는 지인”들은 “닭 가슴살을 먹지 않아도 된다”, “콩”같은 것으로 단백질 대체가 가능하다는 양세모의 말에 의심을 갖는다. 양세모는 논문에 나와 있는 “데이터”를 바탕으로 식물성 단백질에 대해 주변인에게 설명해도 운동 하는 사람들은 양세모의 말을 믿지 않는다.

## 제 5 절 최동그라미: “눈 감고 먹어요”

최동그라미는 20대 여성으로 서울에서 지속가능한 도시 관련 NGO에 재직하며 혼자 거주하고 있다. 최동그라미는 메뉴를 선택할 때, 돼지고기와 소고기를 가장 먼저 제외하고 닭고기는 최대한 피하려고 하고 있다. 외식할 때는 음식이 남으면 포장해서 다음날 먹거나 하지만 웬만하면 다 먹는다. “어쩔 수 없이” 고기가 있는 자리에서 고기가 남는다면 다 먹으려고 하고 있다. 최동그라미 주변에는 최동그라미가 채식을 지향하고 있다는 것을 아는 경우도 있지만, 최동그라미가 직접적으로 자신의 식생활에 대해 주변에 알리지 않는다.

최동그라미: 오늘은 소화가 안 된다거나라고 말을 하는 편입니다. 피해서 말을 해요. 제 특성일 수도 있을 것 같은데, 사람들이 ‘오, 채식이요? 그럼 이거(이런 환경 관련 문제)에 대해서는 어떻게 생각하나요? 저거(저런 환경 관련 문제)에 대해서는 어떻게 생각하나요?’라는 질문에 불편할 때도 있고 해서...(중략) ‘개인이 그렇게 한다고 달라질 게 뭐가 있어. 그냥 먹어’라고 하거나, ‘그게 뭐 영양가가 있다고..., 고기를 당연히 먹어야지...’라는 식의 말을 한다든가. 그래서 그냥 몸이 안 좋다고 하면 그건 또 나름 이해해 주시니까. 속이 좋지 않다고

하면 억지로 먹일 수 없으니까.

주변에서 묻는 많은 질문의 불편함과 함께, 다른 사람들과 같이 식사를 할 때, “자신 때문에 메뉴를 고민하게 되는 번거로움을 만들기 싫어서” 자신의 식단에 대해 말하지 않는다. 동시에 최동그라미는 주변에 자신의 메뉴 선택 혹은 자신이 무언가를 선택하지 않는 선택의 이유를 이전에 자신의 식단에 부정적인 반응을 보였던 상대 혹은 이전에 부정적인 반응을 보이지 않았어도 상대에 대한 정보가 없을 때, “몸이 좋지 않다”는 말로 자신의 이유를 전달한다. 반면, 기후변화 문제와 관련된 모임의 멤버들과 있을 때는 “편하게” 비건 식당을 가자고 이야기한다. 그 외 최동그라미가 자신의 식생활을 말하는 경우는 “아주 친한 친구”들과 있을 때다.

친구들과 직장 동료 외에, 가족과의 관계에서, 아버지가 함께 있는 가족의 식사 자리에서 “충돌이 많다”. 가족은 “강하게 반대하는 편”인데, 아버지가 유독 강하게 최동그라미의 식생활방식에 부정적으로 반응한다. “아버지에게 주어진 (메뉴)선택권”으로 인해 최동그라미에게는 선택의 여지가 없을 때도 있으며, 그럴 경우에 최동그라미는 “그냥” 먹는다.

최동그라미: 그냥 눈 감고 고기 먹어요. 어쩔 수 없이 아빠가 먹고 싶은 걸 먹어야 하거든요. 아빠 같은 경우는 왜 그딴 짓을 하냐, 고기는 먹어야지 이런 느낌입니다. 쓸데없는 것이라고 여기는 것 같아요.

최동그라미: 가족 같은 경우에는 (부모님이) 어렸을 때, 먹을 것이 많이 없었으니까, 그 시절에는 귀하고 한데, 지금 고기가 있는데 안먹는다는 것이 아빠의 상식으로는 말이 안 되는 거죠. 이렇게 귀한 것을, 맛 있고 하는 것을 먹지 않는다니..., 이런 느낌이죠.

최동그라미 아버지에게는 최동그라미가 고기를 먹지 않는 것은 몸이 좋지 않아 먹지 않는 것은 가능하지만, 환경 문제 때문에 먹지 않는다는

것은 받아들이기 어렵다. 김수연의 사례에서 ‘채식 지향’의미가 김수연과 김수연의 친구 사이에서 생활각본 수준에서 달랐다면, 최동그라미의 사례에서는 ‘육식’을 하지 않는 이유를 다루는 의미가 최동그라미와 최동그라미 아버지 관계에서 다르게 작동한다. 이것은 육식의 의미를 만드는 구성적 규칙이 다르기 때문이다. 최동그라미의 아버지에게 ‘고기’는 맛있는 것을 먹는다는 것이고, 최동그라미에게 ‘고기’는 환경 문제를 일으키는 것이 된다. 결국, ‘고기’에 대한 최동그라미와 최동그라미 아버지의 정의 자체가 다르기 때문에, ‘육식’이 갖고 있는 의미가 달라지고, 의미의 모든 계층에서 차이가 발생하면서 최동그라미가 갖고 있는 의미가 이끌어 낸 행동이 최동그라미의 아버지에게는 “쓸데없는 짓”이 된다.

최동그라미가 자신의 가치관이 반영된 식생활을 타인에게 드러내지 않는 이유는 첫 번째, 자신의 식생활에 대해 이해하지 못하는 개인과의 갈등을 피하고자, 두 번째 더 많은 이야기를 주고받는 것에 대한 피로감, 세 번째, 자신으로 인해 함께 식사를 하는 사람들이 메뉴를 고민하는 것이 싫기 때문이다. 마지막으로는, 상대방에게 반감을 주는 것에 대한 ‘조심스러움’ 때문이다.

최동그라미: (비건 음식 관련) 주제가 나올 때는 (이야기를)하지만, 적극적으로 이렇게 하자 저렇게 하자 운동하는 것처럼 하지 않아요. 어떤 이미지로 환경만 생각하는 사람, 운동권 사람, 상대방의 메시지만 중요하다고 생각하는 사람으로 보이고 싶지 않아요. 아예 상대방이 반감을 가질 수 있으니까 조심해야 할 것 같아요. 오히려 친구들이 관심이 있다고 해도 저는 모르는 척 할 때도 있는 것 같아요. 저 스스로도 강하게 하는 사람한테 반감을 느끼게 돼요. ‘아, 나는 그런 사람이 되지 말아야지’ 모임 활동을 하면서 (이야기가) 나왔던 것이 누군가의 마음을 바꾸려면 최대한 즐겁고 긍정적이게 접근해야 할 필요가 있다고 많이 들어서 그런 것 같아요.

최동그라미는 자신에 대해 ‘강한’ 반감을 표했던 사람과의 커뮤니케

이션 경험과 모임 활동을 바탕으로, 최동그라미 자신은 “그런 사람”이 되지 않기 위해 자신의 현재와 미래 커뮤니케이션 방식을 만들어간다.

## 제 6 절 최마름모: “학습된 무기력 같기도 해요”

최마름모는 94년생 여성으로 서울에서 초등학교 특수교사로 재직 중이다. 동거인 1명, 반려동물과 함께 경기도 부천에 거주하고 있다. 최마름모는 환경에 관심 있는 지인과 환경을 주제로 이야기하다가, 지인에게 “개인이 할 수 있는 가장 효과적인 환경 보전 방법이 무엇”인지 물었고, 지인이 ‘고기를 먹지 않는 것이’라고 말한 것을 들은 뒤 소고기를 먹지 않기 시작했다. 지인과의 대화 이후에 관련 내용을 찾아보고 “소고기의 탄소 배출량이 압도적으로 높아서, 이것은 할 수 있겠다, 이것은 쉬울 수 있겠다”고 한 것을 시작으로 2020년도 초부터 소고기를 먹지 않는다. 현재는 돼지고기와 닭고기는 “거북해서” 섭취를 줄이고 있다. 음식물류 폐기물을 줄이기 위해서는 음식을 다 먹으려고 하지만, 김수연과 최동그라미의 사례와는 달리 소고기가 남을 때는 먹지 않고 남기거나 함께 식사를 하는 학생 중에 “밥만 먹는” 학생과 같이 식습관 개선이 필요한 학생에게 고기를 넘겨준다.

최마름모: 그런 질문을 많이 받아봤거든요. ‘이미 나온 음식은 어떻게 할 것인가?’ 근데 저는 이미 나온 음식은 먹지 않아요. (중략) 소고기를 먹지 않는 사람이 늘어나는 것이 중요하다고 생각해서, 이걸 지키는 것이 더 나은 행동이라고 생각해요. 제가 나온 것(소고기)을 먹지 않는 것이 사람들한테는 인상적이잖아요. (중략) 나만의 메시지로 ‘난 소고기를 먹지 않는 사람’으로 남고자 하는 거죠. 이런 사람이 많아지면 좋겠다는 의미에서.

소고기를 먹지 않는다는 말뿐 아니라, 소고기를 남기는 행위를 통해

자신이 소고기를 먹지 않는 사람이라는 메시지를 전달한다. 최마름모가 고기를 남기는 것이 다른 사람에게 ‘인상적’이라고 생각될 수 있는 이유에는 고기를 남기는 것이 다수에게 보편적으로 받아들여질 수 있는 행위가 아니라는 ‘원형’의 존재를 최마름모가 인식하고 있기 때문이다. 최마름모 주변에서 공유되고 있는 사고에는 고기를 남기는 것이 ‘인상적인’ 행위로 해석되는 것이다.

최마름모는 자신이 소고기를 먹지 않는다는 것을 최마름모를 위해 고기를 빼고 조리해주며 자신을 “이해해 주는 엄마” 혹은 “받아들여질 것 같은 사람”에게 직접적으로 말한다. 그 외의 경우에는 자신의 식단과 현재 식단을 채택한 이유를 드러내는 것을 주저해왔다.

최마름모: 요즘엔 어디서 뭐 먹자고 정하고 만나게 되는데, 정할 때, 환경적인 이유로 소고기를 먹지 않는다고 미리 말을 하지는 않지만, 일부러 피해서 (메뉴나 식당) 제안을 하거나 선택을 하죠.

최마름모: 지금 학교에 다니고 있는데, 급식을 안 먹고 있어요. 학교 급식에 소고기가 많이 나오니까, 불편해서 안먹어요. 영양사 선생님한테는 직업적으로 말하기가 그래서, 회사에서는 말하기가 쉽지 않더라고요.<sup>30)</sup> 그래서 ‘소고기를 안먹어요’ 했더니, ‘알러지 있으세요?’ 라고 하더라고요. (중략) 굳이 정정하지 않은 채로 지금 급식을 안먹고 있어요

최마름모: 특히나 사회적인 관계에서는 ‘굳이’라는 생각이 있는 거죠. ‘유난이다’ 이렇게 생각하는 사람이 있을 수 있으니까. ‘그게(유난이다) 있다’라는 편견이 있어요. 그게 저한테 있어요. 이게 나를 유난이라고 보기보다는 신나게 모두들 소고기 먹으러 가기로 했는데, 저 사실...이라고 하는 걸 피해요. 그 상황을 피하는 것이죠.

---

30) 최마름모는 자신이 교사로 재직하고 있는 학교를 ‘회사’로 표현하였다.

최마름모: 근데 이게 환경 보전 때문이에요라고 하면 갑분싸되는 게 좀 있기 는 해요.<sup>31)</sup> (사실) 있는 것 같아서 안하는 거죠. ‘맛있는 소고기 집 있어요. 샤브샤브 먹으러 갑시다’라고 친한 선생님들이 (말하면), ‘그 런데 저 소고기 못 먹겠는데요’라는 말을 못하는 거죠.

최마름모는 자신의 식단과 자신의 가치관이 담긴 식단의 이유를 밝히는 것을 주저하는 이유에는 “굳이” 말을 꺼내서 발생하는 “상황의 불편함”을 피하고자 함에 있다. 상대에 따라 선별적으로 자신의 식생활을 드러내고 있는 최마름모 내면에는 자신도 정확하게 인식하지 못하는 “근자감”이 있다.<sup>32)</sup>

최마름모: (소고기를 먹지 않는 것) 그걸 왜 해? 라고 한 사람은 아무도 없었던 것 같아요. 근데, 이걸 한다고 하면 ‘오, 멋지다’라고 얘기할 것 같은 근자감 같은 게 있어요. 아는 사람이나 영양사 선생님한테 ‘이런 이런(환경적인) 이유 때문이에요’라고 하면 (그 사람들이) 아쉬운 말은 안 할 것 같아요.

최마름모 자신은 자신의 가치관이 담긴 식생활을 실천하는 것이 “멋지다”고 인지하지만, 불편한 상황이 발생될 것 ‘같은’ 경우는 피하고자 한다. 최마름모는 자신의 행위에 대한 자신감은 어느 정도 있지만, 드러내지 않아도 될 때는 드러내지 않는다. “나만 잘하자, 나의 신념을 지켜서 멋있다”고 생각하는 동시에 자신을 보고 “변화하는 사람이 없기에 학습된 무기력 같은 것이 있다”고 설명한다. 때문에 ‘굳이’ 문제를 만들지 않기 위해 상대를 만나는 지점에서 “부드러운” 상태를 유지하고자 하는 것 같다고 자신을 인지한다. 최마름모는 자신의 태도를 부드럽게 하고, 상황의 불편함을 만들지 않도록 하고자 하는 이유가 자신이 어린 시절부터 받아온 식생활 관련 교육 때문일 수 있다고 추측한다. 최마름모가 받

---

31) ‘갑분싸’는 갑자기 분위기 싸해진다는 말의 줄임말.

32) ‘근자감’은 근거 없는 자신감의 줄임말.

은 식생활 관련 교육에서 식사를 하는 자리는 자기 “마음대로” 할 수 없는, 통제할 수 없는 시간이자 공간이다.

최마름모: 우리나라 사람들만 그런지는 모르겠지만, 밥을 먹는 행위 자체가 내 마음대로 굴면 안 되는 게 있어서. 밥상머리 교육 이런 것도 진지하게 받고, 반찬 투정 이런 거 하면 안 되고, 뭔가 밥에 관련해서 엄격하게 자라온 것 있지 않아요? 밥이라는 건, 식사라는 건, 최대한 따르려고 하는 것(같아요). 아무리 예의범절이 없는 사람도 이것은 신경을 쓰지 않을까요? 아주 어렸을 때 그런 경험들로 내가 따르려고 하는 게 아닐까? 자라왔던 환경 때문에…,

그럼에도 불구하고 자신의 행위를 드러내도 “이해를 해줄 것 같은 사람”에게 자신의 식생활을 드러낸다. 그리고 자신이 전달한 이야기를 “받아들인 사람과의 관계는 더 깊어지는 것 같다”고 인식한다.

최마름모: 앞에서는 멋있다고 하고 뒤에서는 뭐라고 말할지 모르지만, 확실한 건 그거를(메시지를) 받아들인 사람과의 관계는 더 깊어진 것 같아요. 예를 들어, 그 친구(최마름모의 식생활을 드러낸 이후에 환경적인 이유로 자신의 식단에 변화를 준 친구)랑도, (중략) 특히 이런 (환경 문제)주제로 이야기를 많이 하는데, 거기서 끝나는 것이 아니라 그날 밥은 채식 식당을 간다든가 하는 것처럼 같이 경험하는 것 이 많다 보니까…,(중략)

## 제 7 절 황주원: “모두가 불편해지는 그 순간이 불편”

황주원은 1인 가구로 혼자 서울에서 직장을 다니면서 생활하고 있는 30대 여성이다. 외국계 전자 기업 지속가능성팀 지역 매니저(Country manager)로 근무하고 있으며, 채식 중심의 식단을 시작한 지 약 13년되

었다. 황주원은 “인간이 동물을 마음대로 하는 경향”이 있다는 생각과 건강을 이유로 채식에 관심을 갖게 되었다. 하지만 점점 먹거리의 “환경 영향”에 대해 알고 보니 지금은 “100%” 환경적인 이유로 육류 섭취는 하지 않고, 채식 음식 중에서도 “대체 육류 냉동 너겟” 같은 탄소 발자국이 높은 ‘가공 식품’ 섭취를 줄이고, 기본적으로 “무농약, 유기농 식자재, 농산물” 구매를 주로 하고자 한다. 뿐만 아니라 자신의 거주 공간에서 조리를 하는 경우에는 음식물류 폐기물을 줄이기 위해 2주에 한 번씩 배송되는 “유기농 · 무농약 못난이 농산물 배송 서비스”에 맞춰서 식단을 구성한다. 메뉴를 적어놓고, “2주 내에 냉장고를 비울 수 있게” 만든다. 외식을 할 때는 “적게 먼저 시키고 허기지면 더 시키는” 방식을 실천하고 있다. 황주원의 주변에는 이러한 식생활방식을 실천하는 사람이 없음에도 불구하고 황주원이 주변 사람과 함께 외식을 할 때, 이러한 메뉴 주문 방식에 대해 주위에서 “난 싫다”고 하는 경우는 없다.

황주원이 처음 채식 지향을 시작할 때는 가족들과 친한 친구들로부터 “왜?”, “뼈가 삭는다”, “관절이 나간다” 등의 말을 들었다. 과거에는 이런 말들로 힘듦을 겪기도 했지만, 이제는 자신의 식생활을 드러내는데 있어 “(관계에서) 어려움을 느낄 단계는 많이 지났다”고 말한다. 특히, 새로운 사람을 만날 때는 기준에 반복되어 왔던 일화를 학습해 자신만의 방식으로 식생활을 드러낸다.

황주원: 처음부터 이야기를 해요. 밥 먹으러 간다고 하면 ‘뭐 어떤 음식 좋아하세요? 못 드시는 것 있으세요?’라고 (제가 먼저) 물어봐요. 그러면 한국 사람들 99.8%가 아무 문제없다고 대답을 해요. 그러면 제가 ‘그러시냐고, 저는 사실 비밀이 있는데, 제가 채식주의자거든요’라고 하면 사람들이 놀라요. 그러면 우리 어디를 가야 하나, 샐러드 집을 가야 하는 것이냐고 물어봐요. 사람들의 70~80%가 샐러드 집을 가야 하는 줄 아는 것 같아요. 심지어 미리 샐러드 가게를 예약해 놓으신 분도 있었어요. 그럼 이제 어딜 가야 하냐고 물어보면, 인도 음식점도 있고, 초밥 식당에 베지테리언 옵션도 있고, 이탈리안 레

스토랑 가면 저한테 옵션이 많다고 말을 해요. (중략) 두 가지 옵션  
이 있는 곳을 미리 찾아서 채식하는 사람들이랑 그렇지 않은 사람  
들이랑 같이 갈 수 있는 곳을 미리 알아 가거나...(중략)

황주원은 자신의 식단을 드러내기 전에 타인의 식단을 먼저 물어보며 대화를 이끌고, 미리 준비한다. 김보미의 사례와 유사한 커뮤니케이션 방식으로 자신의 가치관을 드러내고 있었다. 채식 중심의 식단, 저탄소 식생활방식을 실천하지 않는 사람과 함께 식사할 방법들을 미리 준비해둔다. 황주원과 김보미는 타인에게 자신의 식생활과 가치관을 주저하지 않고 드러내고, 타인과의 난처한 상황이나 어려움을 완화하기 위한 커뮤니케이션을 주도적으로 하고 있었다. 이는 채식 중심의 식단을 포함한 저탄소 식생활방식을 실천하면서 경험했던 어려움에 대해 학습하고 비슷한 유형의 어려움을 피하기 위한 시도를 할 수 있는 물리적 시간이 다른 참여자보다 길기 때문으로 유추해볼 수 있다.

그리고 황주원은 김보미보다 더 적극적인 커뮤니케이션을 추구하고 있었고, 그 이유를 다음과 같이 말했다.

황주원: 전 그렇게 생각해요. 이 사람이 나랑 밥 먹는 것은 오늘 한 번일 수 있는데, 그 사람이 인생 살면서 수많은 채식주의자를 만날 수 있잖아요. 그래서 편견을 갖지 않게 하는 것이 나의 사명이라고 생각해요. (중략) 그래서 맞춰주려고 노력을 많이 해요. 채식주의자라는 것이 사실 어려운 것이 아니고, 별거 아니고 너무 무섭게 생각하지 말라고 이야기하려고 노력을 많이 해요.

황주원은 다른 사람들에게 채식주의자에 대한 ‘편견’이나 ‘오해’를 만들지 않게 하기 위해 노력한다. 채식주의자에 대한 편견이나 오해를 만들지 않고자 하는 자신의 목적을 달성하기 위한 주체적 의무감이 발휘된다. 채식주의자와 채식주의자가 아닌 사람이 함께 외식을 할 수 있는 선택지를 제공하는 황주원의 행위는 채식주의자에 대한 편견이나 오해를

만들지 않게 하고자 하는 자신의 목적에 기여하고자 하는 것이며, 황주원은 이를 “노력한다”고 인지한다. 황주원 개인이 갖고 있는 주체적 의무감인 것이다. 황주원은 채식주의자들에 대한 오해가 생길 것을 염려한다. 황주원의 신념과 신념을 지키는 행위에 실질적 힘이 강하게 작용한다.

황주원의 적극적인 커뮤니케이션에도 불구하고 가족들은 여전히 “먹어, 그냥”, “왜 이렇게 살이 빠졌냐고, 고기를 먹어야 한다”고 하며, 황주원이 “편식한다고 간주”해버리며 언젠가는 “(고기를 먹는 날이) 돌아온다고 생각하는 것 같다”고 황주원은 말한다. ‘걱정’ 담긴 시선으로 자신에게 하는 말이라는 것을 알지만, “그 말 자체”, “왜?”라고 하는 것 자체가 황주원에게는 부정적인 경험이다. 황주원에게 ‘불편한’ 경험은 나뉜다. 육식의 의미를 상대가 다르게 받아들이는 것에 대한 불편함과 상황의 불편함이다. 즉, 주고받는 의미의 차이에서 발생하는 불편함과, 상황의 불편함이다.

황주원: 고기를 먹어야 건강하지라고 하는 과학적이지 않은 말을 듣는 것 자체가 불편했죠.

“육식이 인간의 건강에 좋다”는 의미를 그대로 받아들이고 있는 개인과 육식이 건강에 좋다는 말이 “과학적이지 않은 것”이라고 바라보는 황주원 사이에는 육식과 건강의 관계에 의미에 차이가 발생한다. 황주원은 의미의 차이에서 느끼는 불편함 외에도 “상황의 불편함”을 느낀다.

황주원: 예를 들어 아직도 친구들이 잘 모르니까 파스타에 베이컨이 들어있으면 못 먹는다는 것을 친구들이 모르니까. 일일이 설명하느라고 모두가 불편해지는 그 시간이 더 불편하죠. 그래서 그냥 나는 이거 먹으면 된다고 하면 ‘아, 그랬구나. 미안해’라고 해요. 그러면서 미안해 할 건 아니라고 설명을 하죠. 개도 불편하고 나도 불편하죠. 근데 그건 필요한 것 같아요. 오히려 냅두기도 해요. 만약에 ‘뭐 먹을래?’

라고 하면 내가 먹을 수 있는 메뉴 시키고, 친구들끼리 메뉴 시킬 때, 내가 못 먹는 메뉴를 시켜도 아무 말 안하고 있다가 친구들이 시킨 메뉴를 제가 안 먹고 있으면 친구들이 왜 안 먹냐고 물어봐요. 그러면 저는 이제 이거 나는 못 먹는 메뉴라고 말을 하죠. 그러면 친구들이 왜 아까 말 안했냐라고 하면서 미안해해요. 그 친구들도 불편하고 나도 불편하지만, 그리고 나면 이제 알아요. 내가 뭘 못 먹는지 알아요. 내가 먼저 말을 해줘 버리면 모르지만, 이렇게 하고 나야 나중에 아는 거죠. 경험을 직접 해보지 않으면 모르더라고요.

“이런 상황의 불편함”은 의미의 차이에서 느끼는 불편함과 달리, 황주원은 “필요하다”고 지적하며, “직접적 경험”을 강조한다. 황주원에게 이런 상황에서의 불편함은 상대방에게 직접 경험이 된다. 상대에게 직접 경험을 제공하는 것 혹은 직접 경험에 관여된 상황의 불편함이 황주원 자신에게 미치는 영향을 인지하고 있기 때문이다.

황주원이 직접 경험을 강조하는 이유는 최마름모의 사례를 함께 고려해 추측해볼 수 있다. 최마름모도 비슷한 경험을 했다. 최마름모는 이것을 “안타깝다”고 표현하며, “‘한 번 안 먹어요’라고 하면 잊혀지기 때문에, 한 번 더 이야기해야 한다”고 말한다. 주변의 사람들에게 자신의 식단과 식생활방식에 대해 여러 번 이야기해야 하는 수고스러움이 존재 한다. 황주원은 여러 번 이야기해야 하는 수고스러움을 덜기 위해 직접 경험을 시켜주는 불편함을 감수하는 것이다.

## 제 5 장 소통 순환 과정

### 제 1 절 가치관 드러내기

먼저, 연구 참여자들의 저탄소 식생활 실천 기간, 육식 감소 식단 차이, 음식물류 폐기물 감소를 위한 노력 이외 다른 노력을 하는지 여부, 누구에게 자신을 드러내고자 하는지를 그림으로 나타내면, <그림 2>와 같다.

<그림 2>는 연구 참여자들의 저탄소 식생활방식과 ‘드러내기’ 단계에서 연구 참여자들이 어떻게 다르게 드러내고 있는지를 보여주고자 하는 그림이다. 절대적인 드러내기의 ‘정도(程度)’를 보여주고자 하는 그림이 아니다. ‘식단 외 저탄소 식생활방식 실천 노력’ 정도를 음식물류 폐기물 감축 노력 이외 몇 가지를 더 실천하느냐에 따라 절대적인 정도를 나타낼 수 있는 것 또한 아니다. 연구자는 ‘드러내기’에서 ‘자신만의 기준’을 갖고 드러내는 것은 비교적 소극적인 드러내기라고 판단하였으나, 연구 참여자들은 자신만의 기준을 갖고 가족, 친구, 직장동료에게 드러내는 것이 자신들의 입장에서는 적극적인 드러내기일 수 있다. 또한, 제6장 제1절에서도 논의하는 부분이지만, 친밀감 정도나 신뢰감 정도의 차이에 따라 자신을 드러내는 것의 정도를 판단하기에는 어려움이 있다. 여러 요인들이 복합적으로 작용하여 자신들을 드러내는 것이다. 다만, 자신의 식생활과 자신들의 현재 식생활을 실천하는 이유를 전부에게 드러내는 것과 선별적으로 드러내는 것은 분명한 상대적 차이가 존재한다. ‘식단’에 있어 소고기만 섭취하지 않는 연구 참여자와 소고기를 포함한 모든 육식을 하지 않는 연구 참여자, 동물성 식품 전체를 섭취하지 않는 참여자는 식단에 있어 탄소발자국을 배출하는 데, 차이가 존재한다. 음식물류 폐기물 감축 노력 이외에 추가로 저탄소 식생활방식을 실천하는 것은 음식물류 폐기물 감축 노력만 하는 연구 참여자와는 차이가 있다. 따라

서, <그림 2>는 이러한 상대적인 정도의 차이를 보여주고 있다.

|                             | 1년                               | 3년                                 | 5년~              |                         |
|-----------------------------|----------------------------------|------------------------------------|------------------|-------------------------|
| 저탄소 식생활<br>실천 기간            | 김수연<br>양세모<br>최동그라미<br>최마름모      | 김네모<br>최마름모                        | 김보미<br>황주원       |                         |
| 식단                          | 육식 감소 노력<br>김네모<br>김수연<br>양세모    | 소고기 섭취 ×<br>최동그라미<br>최마름모          | 육식 ×<br>황주원      | 동물성 식품 섭취 ×<br>김보미      |
| 식단 외<br>저탄소 식생활 방식<br>실천 노력 | 음식물류 폐기물 감축<br>김네모<br>김수연<br>양세모 | 외 1가지                              | 외 2가지            | 외 2가지 이상<br>김보미<br>황주원  |
| 드러내기                        | 알리지 않음<br>김네모                    | 자신만의<br>기준<br>양세모<br>최동그라미<br>최마름모 | 가족<br>친구<br>직장동료 | 전부<br>김수연<br>김보미<br>황주원 |

<그림 2> 연구 참여자의 저탄소 식생활방식 상대적 정도와 드러내기 정도

연구 참여자들의 저탄소 식생활방식과 함께, 연구 참여자들이 어떻게 자신들의 식생활방식을 드러내고 있는지를 살펴보면, 김보미와 황주원을 제외한 5명의 연구 참여자들은 그들만의 기준으로 관계와 상황에 따라 선별적으로 드러내고 있었다. 김보미와 황주원이 다른 연구 참여자들과 다른 이유는 김보미와 황주원은 다른 참여자들보다 엄격한 채식 지향 식단을 실천하고, 먹거리를 비롯한 환경 문제를 인식하는 기간이 길었고, 자신들의 식생활방식이 ‘쉽게 드러날 수밖에 없는 것’이라고 인지했기 때문이다. 그러나 김보미와 황주원도 다른 연구 참여자들과 마찬가지로, 상황에 따라 자신의 식생활방식의 이유는 선별적으로 드러냈다.

김보미와 황주원을 제외한 5명의 연구 참여자는 자신들의 식생활방식의 이유와 함께 식생활방식 자체를 드러내고자 하는 대상이 어느 정도 정해져 있었다. 김수연은 자신의 “이야기가 안 통할 것 같은 사람”에게는 자신의 식생활방식을 드러내지 않는다. 양세모는 “편한 사람들, 순응적이고 오래 알고 지낸 순둥순둥한” 친구들에게는 자신의 식생활방식을 드러내지만, “관계가 깊지 않은” 사람에게는 말하지 않는다. 최동그라미 또한 직장 동료들에게 자신이 채식 지향의 단계를 조금씩 늘려가고자 하는 것을 알리지 않지만, “아주 친한 친구한테는 편하게” 말하며, 친하지 않은 친구에게는 말을 하지 않는다. 최마름모는 “취향이 자신과 비슷한 사람, 자신을 이해해 줄 것 같은 사람, 자신의 이야기가 받아들여질 것 같은 사람, 배움의 정도가 자신과 비슷한 사람”에게 자신의 식생활방식과 실천 이유를 드러낸다.

이처럼 연구 참여자들은 자신의 식생활방식과 이유를 드러낼 사람을 그들만의 기준으로 결정하고 있었다. 그들의 기준은 특정 관계나 친밀함 정도도 고려되어 만들어지지만, 자신들이 갖고 있는 가치관을 드러냈을 때 상대방이 얼마나 이해하고 받아들여질 것인가가 주요하게 다뤄지고 있었다.

연구 참여자들이 자신들만의 기준으로 식생활방식과 식생활방식의 이유, 자신들의 가치관에 대해 드러내는 이유는 최마름모의 “학습된 무기력”이라는 단어를 통해 추측해볼 수 있다.

양세모: 말했을 때 어차피 안 되는 거 아니까 말 안 하는 거죠. (중략) 대화라는 수단으로 저는 안 되는 거 알아요.

최동그라미: 점점 더 마음의 문이 닫히는 느낌. 내가 더 이상 설명을 해봤자 생각이 달라지는 게 아니고...,

최마름모: 이게 받아들여질 것 같은 사람이 있잖아요. 취향적인 게 비슷한 사람에게는 조금 더 어필하기는 해요.

최마름모: 저는 (상대방을) 변화시키려고 하는 것보다 나만 잘하자. 이 신념  
지켜서 나 멋있다고 생각하는 것 같아요. 저를 보고 변화하는 사람  
이 없다 보니 학습된 무기력 같은 것 같기도 해요.

황주원: 내가 아무리 관철시켜 봤자 귀에도 안 들어가더라고요.

연구 참여자들의 반복된 ‘무기력’ 경험은 연구 참여자들로 하여금, 저탄소 식생활방식과 저탄소 식생활방식을 실천하는 자신들의 가치관을 말이 통할 것 같은 사람, 받아들여질 것 같은 사람에게만 드러내도록 하고 있었다.

이러한 반복된 무기력에도 불구하고 김보미와 황주원은 다른 참여자들과 비교했을 때, 자신의 식생활방식을 적극적으로 드러내며 ‘선별적 드러내기’의 정도가 낮았다. 저탄소 식생활방식을 실천하는 기간이 길어짐에 따라 처음에는 자신의 식생활방식을 드러내기에 조심스러움을 갖지만, 드러내기 단계 이후에, 불편함을 겪고, 자신들만의 커뮤니케이션 방식을 학습해 어떻게 드러내야 할지, 어떻게 불편함을 적게 느낄 수 있는지 학습하고, 다시 자신의 가치관을 드러내고, 불편함을 겪는 과정을 반복하며, 김보미와 황주원은 다른 참여자들에 비해 ‘선별적 드러내기’가 적게 나타났을 것이다.

결국, ‘드러내기’라는 소통의 첫 번째 단계 이후에 상대로부터 ‘불편’을 겪는 두 번째 단계를 거쳐 자신들만의 커뮤니케이션 방식을 만든다. 이후 다시 ‘드러내기’로 돌아와, ‘불편’을 겪고, 자신만의 커뮤니케이션 방식을 발전시키며, 소통의 과정들이 <그림 3>과 같이 순환하고 있음을 확인할 수 있었다.



### 〈그림 3〉 소통 순환의 과정

## 제 2 절 ‘불편’하기

#### 1. 누구로부터 불편을 느끼는가

참여자들마다 ‘불편’, ‘어려움’을 느끼는 관계는 달랐다. 김네모는 저탄소 식생활을 적극적으로 하는, 채식 지향 식단을 적극적으로 하는 직장동료들과, 그와 반대에 있는 친구들의 중간 지점에 있었다. 김네모는 두집단 중간에서 자신만의 타협점을 찾아 관계에서의 불편을 느끼는 지점이 거의 존재하지 않았다. 김보미는 가족이나 친구와 같이 비교적 가까운 관계에서 겪는 어려움은 없었으나, ‘모르는’ 사람, 낯선 사람으로부터겪는 공격적 경험들이 있었다. 김수연은 가족과 친구 관계, 직장 동료모든 관계에서 ‘존중’의 의미를 느끼지 못했다. 양세모는 운동하는 주변의 지인, 최동그라미는 부모님, 특히 아버지와의 관계에 있어서 불편을겪고 있었다. 최마름모는 자신의 직장과 관련된 관계에서 드러내는 것을주저했다. 황주원은 가족, 그중에서도 부모님과의 관계에서 끊임없이 자신의 식단에 대한 의심과 식생활방식 실천에 걱정 담긴 말들을 들어야했다.

가족과의 거주 여부와 관련해 살펴보면, 김네모, 김보미와 같이 채식 친화적인 가정의 분위기, 자신의 식생활을 이해해주는 분위기의 가정에 서는 부모님과 함께 거주하며 자신만의 식생활을 지향하고 실천할 수 있

었다. 최마름모는 가족과 함께 거주하고 있지는 않지만, 가끔 만나는 엄마가 최마름모를 위해 고기를 빼고 조리를 해주는 것과 같은 경험을 통해 최마름모는 가족으로부터 ‘존중’받는다고 느끼고 있었다. 하지만, 자신의 식생활방식에 대해 가족들이 이해해주지 않는 최동그라미와 황주원의 집안 분위기에서는 부모님과 식사를 할 때마다 어려움을 겪고 있었으며, 이들은 가족과 함께 거주하고 있지 않았다.

## 2. 무엇으로부터 불편을 겪는가

### 1) 먹거리, ‘인간의 몸’에 제한된 개념

연구 참여자 7명이 자신의 식생활방식을 드러낼 때, 활용하거나 활용된 주제는 ‘몸’과 관련된 것들이었으며, 타인으로부터 들었던 반응 또한, ‘몸’과 관련된 것들이었다.

김네모 주변 저탄소 식생활방식을 실천하지 않는 남성 친구들은 ‘건강’과 관련해 육식을 줄이고 야채소와 과일을 더 먹으려고 한다는 점에서 김네모의 식생활에 대한 주변인들의 반응이 긍정적이었다.

김네모: 제 친구들이 이제 직장에서 어느 정도 연차가 쌓이고 그러다 보니까 결혼하거나 애 가진 친구도 있거든요. 그러면 건강한 음식을 찾게 되니까. 그래서 고기를 많이 먹는 것보다는 야채소나 과일 이런 거를 우리도 뭔가 좀 이제 챙겨 먹어야 될 것 아니냐. 이런 관점에서 도 좀 생각을 많이 하는 것 같더라고요. (중략) 고기나 기름진 음식들을 많이 먹다 보면 살도 찌고 건강도 나빠지니까. 평소에도 건강을 이제 신경 쓰는 나이들이 되고 그래서..., 야채나 과일도 우리 챙겨 먹어야 된다고 하면서 농담 삼아서 우리도 하는 게 그러면 비건이냐 이런 채식하는 게 아니냐 이런 농담 삼아서...,

김보미, 김수연, 최동그라미, 최마름모, 황주원이 타인으로부터 들었던 반응에는 ‘고기가 줄어든’ 식단이 ‘건강’에 미치는 영향을 염려하는 반응이 많았다. 특히, 여성의 신체적 특징을 중심으로 건강을 우려하는 타인의 반응은 김보미에게 “기분이 상하는” 경험이었다.

김보미: ‘골고루 먹어야 한다’, 저는 그렇게 다들. 저는 결혼도 안 할 계획인데, 제가 애 낳는 게 걱정인가 봐요. (중략) 저를 걱정하시는 분들은 ‘나중에 임신했을 때도 채식 계속하면 건강 다 버린다’ (중략) 나의 아이는 걱정하면서, 내가 기분 상하는 건 걱정하지 않고...,

김수연: 나이 많으신 분들이 특히, ‘고기 먹어야 힘난다’ 그런 말 하시고, 며칠 전에 장어 먹으러 가서 그 이사님이랑 회사 사람들이 ‘개고기를 먹어야 힘난다’

최동그라미: ‘그게 뭐 영양가가 있다고..., 고기를 당연히 먹어야지...’라는 식의 말을 한다든가.

최마름모: ‘어른들은 소고기를 안 먹어? 힘이 되는 걸?’ 약간 이런 스타일이라서요. (중략) 저희 할머니는 저한테 소리 질렀어요. 고기 먹으라고. 안타까워? (같아요..)

황주원: (부정적인 경험이) 가족들이 제일 많았고, 친한 친구들 중에서도 ‘왜?’부터 시작해서 ‘뼈가 삭는다’, ‘관절이 나간다’ 별별 반응이 많았어요.

연구 참여자가 자신의 식생활방식을 드러내고 난 후에 겪는 이러한 경험은 연구 참여자들이 육식을 줄이는 식단을 드러낼 때 ‘몸’과 관련된 내용을 활용해 커뮤니케이션 하도록 하는 것처럼 보였다. 최동그라미는 “몸이 좋지 않아서”, 최마름모는 “알러지가 있어서”라는 이유를 통해 자

신의 식단은 드러내지만 식단 선택의 이유는 ‘몸’, ‘건강’의 내용 뒤로 감춘다. 당시의 육체적 상태 결합으로 고기를 먹지 않거나 고기를 남기는 것이 가능하지만, 그들의 가치관으로 인해 고기를 먹지 않는 것은 타인들에게 쉽게 받아들여지지 않았다.

최동그라미: 그래서 그냥 몸이 안 좋다고 하면 그건 또 나름 이해해 주시니까. 속이 좋지 않다고 하면 억지로 먹일 수 없으니까.

최마름모: 회식에서 샐러드를 먹게 된 거예요. 근데 제가 고기를 먹지 않는 걸 제 앞에 있는 선생님만 알고 있었고, 그 선생님한테는 제가 환경 때문에 먹지 않는다고 이야기했었거든요. 근데 그 선생님이 이렇게 말하시는 거예요. “(최마름모) 선생님이 알려지가 있으셔서 고기 못 먹어요”라고 하시는 거예요. 나를 위해서 그렇게 하셨겠죠. 자의적인 선택보다는 알려지가 예의 바른 거절 같은 느낌이니까요. 근데, 그 자리에서는 “먹을 수 있는데, 안먹어요”라고 했어요. 굳이 또 말하지 않을 필요는 없으니까요.

결국, 먹거리 특히 ‘고기’, ‘육식’에 대해 ‘몸’까지만 관여한 개념들을 담고 있는 인식들로부터 자신의 가치관이 담긴 식생활을 드러내고, 실천하는 데, 연구 참여자들은 어려운 경험을 겪고 있었다. 이는 제4장 제4절에서 단백질을 중심으로 양세모의 주장이 받아들여지지 않은 경험도 마찬가지다. 연구 참여들이 자신과 다른 식생활방식을 갖고 있는 타인과 소통하는 지점에, ‘인간의 몸’에 한정된 먹거리 의미를 담고 있는 인식과의 부딪침이 있었다.

## 2) 환경 문제 확장, 개인 저탄소 식생활방식 실천의미 축소

기후변화 문제를 인식하고 식품 체계 전 과정에서의 탄소 배출을 고

려하여 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인이 다른 동기를 갖고 채식 지향 식단을 실천하는 개인이 겪는 어려움과 다른 경우 중 하나는 김수연과 최동그라미의 사례와 같이 ‘남겨진 고기를 음식물 쓰레기로 둘 것인가?’의 질문에 남겨진 경우다. 다른 동기를 갖고 채식 지향 식단을 실천하는 개인과 달리 식품 체계 전 과정에 대한 환경적 영향을 종합적으로 고려하고 식생활을 실천해야 하기 때문이다. 상대방의 이러한 질문은 연구 참여자들로 하여금 자신의 식생활방식과 먹거리 환경 문제에 대해 반복적으로 고민하도록 한다. 동시에, 먹거리와 얹혀 있는 환경 문제에 종합적인 시각으로 접근해야 함을 보여주는 예시이기도 하다.

연구 참여자들이 자신들의 식생활방식을 드러내고 이유를 설명했을 때, 겪었던 반응 중에 빈번하게 등장했던 반응은 “회의적인”, “의심 섞인” 반응과 함께 “질문이 이어지는” 상황이었다.

김네모: ‘근데 그게 정말 쉽냐’이러면서. ‘회사 다니고 이러면 회식도 하고 아니면 점심 때 사람들이랑 같이 먹고 하면 잘 안되던데’ 이렇게 회의적인 반응을 보인 친구들도 있고. (중략) 대부분은 ‘그게 어려울 텐데’ (같이) 약간 좀 회의적으로 보는 시각이 많았던 것 같고....,

최동그라미: ‘개인이 그렇게 한다고 달라질 게 뭐가 있어. 그냥 먹어’라고 하거나...,

황주원: 대부분의 반응은 부정적인 반응이라기보다는 ‘정말?’이라고 의심이 가장 흔한 반응 중에 하나에요. 예를 들어, 유기농 식품이 상대적으로 탄소 배출량이 적다, 환경적 부담이 적다고 했을 때, (상대방의 반응이) ‘정말? 정말 비교가 되는 것이냐’, ‘환경적 부담이 얼마나 차이가 있는 것이냐’라고 질문을 할 수 있는 것이죠.

상대방의 의심 섞인 반응과 함께 질문이 이어지는 상황은 제4장 제5절에서 소개한 최동그라미와 같이 연구 참여자들에게는 상황 ‘자체’가

불편하다. 질문이 이어지는 상황과 함께 저탄소 식생활방식을 실천하지 않는 개인은 먹거리 환경 문제를 넘어선 다른 환경 문제 해결에 필요한 개인의 생활 방식 범위를 확장시킨 내용(Content)으로, 보다 엄격한 기준을 연구 참여자들에 요구한다. 다른 환경 문제까지 확장한 내용을 언급하면서 연구 참여자들의 저탄소 식생활 실천 의미를 축소시키고 있었다.

김보미: 대부분 편안하게 넘어가는 사람은 여전히 많지 않고. ‘아 진짜? 처음 봤다’, ‘어? 웬 채식? 채식을 왜 하지?’라고 궁금해 하거나. ‘저 채식해요’라고 하면 ‘아~’ 이러고 더 이상 아무 말도 하지 않는 사람보다는 뭔가 계속 추가적인 질문이 들어온다든가 하는 경우가 많은 것 같아요. 부정 감정이 아니더라도 한 마디씩 덧붙여지는. 환경오염 때문에 안 먹는다고 하면 ‘왜 그러면 너는 차도 안타고 다니고...’, 그런 얘기도....,

양세모: 환경을 위해 이렇게 살자 하면, ‘환경을 위해 플라스틱 쓰지마’ 이런 마인드잖아요. 더 큰 거. 대다수의 사람들이 그걸 들으면 ‘그게 나랑 무슨 상관이냐’ 한단 말이에요.

최동그라미: 환경 문제라고 하면, 계산하고 따지고 할 게 있다고 보는 거죠. 건강 문제와는 다르게. ‘너는 왜 플라스틱병을 쓰냐’, ‘냉장고도 쓰면 안되겠네’까지 가는 거죠. 환경 문제는...

이러한 회의적인 반응과 연구 참여자들에게 요구되는 확장된 형태의 엄격한 기준은 환경 문제가 궁극적으로 인간의 삶에서 떼어낼 수 없다는 것을 보여준다. 동시에, 환경 문제 해결이 ‘한 개인의 노력으로는 어려울 것’, ‘다른 문제도 얹혀 있어서 어려울 것’이라는 무기력함이 담겨있는 반응들이다. 이러한 회의적인 반응들은 연구 참여자들의 가치관이 담긴 실천이 먹거리 환경 문제에 미치는 영향력과 가치를 축소시키는 부정적 반응이다. 연구 참여자들은 자신들의 부정적 경험을 바탕으로 또 다시

식생활방식을 드러내고, 자신의 식생활방식과 다른 방식을 가진 타인과의 실용적인 결과를 위해 각자의 커뮤니케이션 전략을 갖고 있었다.

## 제 3 절 전략적 커뮤니케이션

### 1. 긍정적이고 자연스럽게

연구 참여자들은 이전에 자신들의 식생활방식과 그 이유를 드러냈을 때 부정적 경험 혹은 불편한 경험들을 바탕으로 또 다시 불편한 상황을 만들지 않기 위해 자신들만의 방식을 갖고 타인과 소통하고 있었다. 그 중에서도 빈번하게 등장한 키워드는 ‘긍정적’이었다. 상대방에게 자신의 식생활방식의 긍정적인 부분을 부각해서 드러내는 것이다. 혹은 부각하지 않더라도 긍정적인 부분이 드러날 수 있도록 상황을 유도한다. 김네모는 상대방의 식단 중에서도 저탄소 식단이 이미 있을 수 있다고 알려주며, 이것은 ‘어려운 것’이 아니라고 말한다. 이는 제4장 제3절에서 언급한 김수연의 면접 내용에서도 나타난다.

김네모: 근데 저는 그런 얘기(회의적으로 보는 시각)를 접했을 때는 그 사람들이 하고 있는 식습관 중에서도 ‘이미 너가 하고 있는 게 있다’라는 걸 발견하게끔 해주는 얘기를 했던 것 같아요. (중략) ‘너가 맨날 삼시세끼 고기만 먹는 건 아니지 않냐, 가끔 다른 음식 먹을 때도 있고, 고기 안먹을 때 많지 않냐 (중략) 생각보다 어려운 게 아니고 이미 많이 접하고 있고, 너가 이미 경험하는 것들이 많다’라고 얘기 를 하는 것 같아요.

김수연: 주변 사람들한테 채식을 이야기 하면 너무 어렵게 생각하는 것 같더라고요. 괴로워도 참아야 하고 그런 이미지로 생각하는 것 같아서 그냥 편하게 이야기를 하고 그런 쪽으로 해야 될 것 같다고 생각

했어요. 너무 완벽하게 하는 것보다 편하게 접근할 수 있도록 이야  
기 하는 쪽으로...(중략)

김네모와 김수연은 ‘저탄소 식생활방식은 어렵지 않다, 자연스럽다’는  
긍정적 메시지를 상대방에게 ‘자연스럽게’ 전달한다. 이는 상대방이 ‘눈  
치채지 못하게’ 하고자 하는 전략과도 닿아 있다. 자세한 전략과 그들의  
커뮤니케이션 방식이 어떻게 적용되고, 어떻게 긍정적인 방향으로 상황  
이 만들어지는지 김보미와 황주원의 사례에서 나타난다.

김보미: 새해, 연말 시기여서 비건 쿠키 30개 정도 사서 (회사에) 가서 새해  
인사드리고 이거 비건 쿠키인데 다음에는 채식식당에 가면 좋겠네  
요.

김보미: 항상 저 채식식당 추천 많이 해요. 여기 가봐. 진짜 맛있다. 나중에  
데이트할 때 여기 가봐 진짜 예뻐 이렇게.

김보미: 굳이 다른 사람은 하지 않아도 되지만 내가 식당 예약을 하고. 채식  
식당 많이 알리고. ‘채식식당이라고 말을 안 하고 제가 예약할게요’  
하거나 (중략) 막상 가서 먹으면 다들 잘 먹는데..., 심지어 제 친한  
친구는 저번에 분명, 채식하는 식당, 제가 고른 식당인데, 저는 약속  
이 있어서 7시에 도착인데, 다른 친구들은 먼저 여섯 시에 와서 먹  
고 있었어요. 밥을 먹으면서 계속 ‘아니 여기 치킨이랑 고기밖에 없  
는데, 보미가 먹을 것이 없는데, 왜 이 식당을 온 거야?’라고 물어봤  
다고 하는 거예요. (진짜 고기인 줄 알고)

황주원: (제가 천천히 채식을 실천했는데) 제가 생선은 먹는 줄 알고 레스토  
랑을 갔는데, 제가 채식 지향의 음식을 주문하고 먹었던 것을 나중  
에 (친구가) 알게 되고 나서, ‘그랬구나, 채식주의자였는데 그런 메뉴  
를 시켰구나, 미안하다. 그런데, 그냥 레스토랑을 갔는데도 잘 먹었

네?’라고 긍정적인 반응을 보인 거죠. 그러면 점차 오히려 나중에 설명해주는 식으로 편하게. 처음에는 굳이 티내지 않고.

황주원: 제가 환경적 영향력을 생각해서 만든 음식이라는 것을 모르는 경우가 많아요. 왜 눈치 못 채게 하려고 하는 거냐면, 그렇게 두세 번 반복되고 나서 말을 해주면 ‘몰랐어. 그랬어? 나 전혀 문제 없었어’라고 하면서 훨씬 긍정적인 반응이 나오니까. (중략) 이미 몇 번을 경험하고 나서 얘기를 해주면 훨씬 더 긍정적으로 받아들이게 되는 것이죠. 저의 트릭입니다.

황주원: 그럼 이제 어딜 가야 하냐고 물어보면, 인도 음식점도 있고, 초밥집 베지테리언 옵션도 있고, 이탈리안 레스토랑 가면 저한테 옵션이 많다고 말을 해요.

황주원: 오히려 채식의 긍정적인 모습을 보여주니까 채식을 좀 해야하나봐라고 하는 사람들이 몇 년 전부터 주변에 많아지기 시작했어요. 처음에 채식의 긍정적인 말을 할 때는 듣지 않으셨는데..., 겪어보지 않으면 귀에도 들어오지 않는 거죠..

김보미와 황주원이 자신의 식생활방식을 자연스럽게 유지하기 위한 노력은 양세모의 “몰래”, 눈치채지 못하게 하는 전략에서도 드러난다.

양세모: (친구들이랑) 여행에서 제가 할 수 있는 선택은요. 고기를 안 사는 게 아니라 채소를 많이 사는 거예요. 이게 최선이에요. 어쩔 수 없어요. 우리나라 특성상 여행 가면 뭘 먹는지 정해져 있단 말이에요. 그거는 제가 거스를 수가 없죠. 왜냐하면 저만 먹겠다고 하기가, 여행 가서 갑자기 샐러드를 먹자고 할 수 없잖아요. 몰래 더 채소, 더 과일 이렇게.

다른 참여자들에 비해 먹거리에서 발생하는 탄소발자국을 줄이기 위한 노력을 오랜 기간 실천한 김보미와 황주원은 주변인들 사이에서 자신의 식생활방식을 유지하고, ‘저탄소 식생활방식이 어렵지 않고, 맛있는 것’이라는 긍정적 메시지를 전달하기 위한 ‘그들만의’ 방법이 있다. 그리고 긍정적인 메시지를 ‘말’로만 전달하는 것이 아니라, 주변 사람들이 직접 ‘경험’하도록 했다.

경험하도록 하는 방식이 타인에게 어떻게 영향을 미치는지는 저탄소 식생활 실천 방식의 강도가 높지 않고, 기후변화 문제와 관련된 모임 활동에서 마주치는 상황을 관찰자 입장에서 설명한 김네모의 면접 내용에서 나타난다.

김네모: 비건 분들이 오시는지 모르고 그냥 다 일반적인 식사들을 준비해서 비건 분들이 난처했던 경우도 있었고, 반대로 ‘우리 모임의 취지를 살려서 우리도 다과를 비건 식으로 해보자’라고 하니까 ‘나는 이거 말고 다른 거 먹고 싶은데’라고 하는 분들, ‘내가 억지로 비건까지 해야 되는 건 아닌데 나에게도 선택권이 있으면 좋겠다’ 아쉬워하시는 분들도 계셨고. 그래서 지금은 선택권 보장 차원에서 여러 가지 옵션들을 준비하고 있거든요. 근데 그렇게 딱 진열된 걸 보면서 사람들이 메뉴를 볼 때 사람들의 고민이 살짝 느껴져요. 본인 스스로도 인지를 하게 되는 거예요. (중략) 메뉴들이 진열된 걸 보고 이름이 써 있는 걸 보니까 이제 비건을 신청 안 하신 분들이 좀 궁금해하면서 비건 메뉴도 보고 본인도 치킨을 선택하는 걸 살짝 주저하시더라고요. 그래서 그런 순간순간에 모멘트들이 좀 느껴져요. 그런 상황을 마주했을 때 그분들이 느끼는 이런(주저하는) 행동을 보면 서..., 그리고 어떤 분들은 그렇게 얘기하시기도 해요. ‘혹시 비건 남는 거 없어요?’라고 하면서 (미리) 신청을 하지 않았음에도 불구하고 현장에서 메뉴가 놓여 있는 걸 보고 나도 한 번 해볼까라고 이렇게 생각이 들어서 물어보시는 분도 계셨고요. 알게 모르게 그분들의 어떤 라이프스타일 속에도 조금씩 이렇게 스며들어가는 게 아닌가...

(싶어요)

김네모: 영농형 태양광 협회에서 일하셨던 모임의 멤버분이 제안을 주신 거예요. 유기농으로 기른 감자를 수확철에 맞춰서 태양광 아래서 기른 작물을 캐보고, 가져가는 행사를 하신다고 하시는 거예요. (중략) 감자 수확철에 맞춰서 직접 제철 농산물을 캐고 가져와서 저녁에 MT 때 요리해서 먹었어요. 엄청 좋았거든요. (중략) 다 수확해서 먹는다는 경험 자체가 확실히 다르죠. 저희 나이 또래가 사실은 20~30대 이런 나이대가 제 그냥 일반 친구들을 봤을 때는 진짜 이제 사람 안 바뀐다고 생각이 들거든요. 근데 모임에서 같이 계신 분들이랑 이런 경험을 같이 하면서 바뀌는 모습도 한편으로는 좀 봐요. 이게 이럴 수 있다는 인식의 전환이 될 수도 있고 아니면 실제로 이런 경험을 하고 본인 커리어의 방향을선회하시는 경우도 좀 느끼고 하다 보니까...,

연구 참여자들은 주변에 자신들의 식생활방식과 이유를 설명하는 ‘그들만의’ 전략이 있었고, 그들만의 전략에서 공통으로 드러난 키워드는 ‘긍정적이고, 자연스럽게’였다. 긍정적인 메시지를 자연스럽게 전달하고, 연구 참여자들이 하는 식생활 실천 방식이 자연스럽게 실천할 수 있는 방식이라는 긍정적 메시지를 전달한다. 동시에, 이러한 실천 방식들을 주변의 사람들이 눈치채지 못하게 하면서 자신들의 식생활방식을 유지하고 있다.

## 2. 너는 너대로, 나는 나대로

연구 참여자들과 연구 참여자 주변의 저탄소 식생활방식을 실천하지 않는 개인들은 서로가 자신들의 식생활이나 식단을 강요하지 않고 자신만의 식생활을 지키기 위해 ‘너는 너, 나는 나’의 인식을 바탕으로 행동

하고 있었다.

김수연: 관심 없는 친구들은 너는 너. 나는 나라고 하는데, 관심 있는 친구들도 있는데, 그 친구들은 같이 채식 식당가서 밥 먹고 그래요.

양세모: 그냥 저 혼자 가서 사 먹거나 그래요. 사실 어떤 식당을 같이 가면 먹긴 먹는데..., 몰 같은 데 가면, 푸드 코트 있잖아요. 저는 거의 샐러드만 찾아다니거든요. 너희 거 먹어라. 나는 샐러드 먹을게.

최동그라미: 점점 더 마음의 문이 닫히는 느낌. 내가 더 이상 설명을 해봤자 생각이 달라지는 것이 아니고, 나는 나대로.

최마름모: 제가 다른 사람의 행동까지 통제하려고 했을 때, 부딪히는 것 같아요. ‘내가 그런 사람이에요’라고 하면 크게 부딪히지는 않는 것 같아요. (중략) (상대방이) ‘너 그래? 근데 나는 고기 먹어’ 이렇게 되니까. 그걸 ‘먹지마’라고 하는 건..., 그래서 제가 먹지 말자고 하기가 좀 그래요. 나를 인정해줬으니, 나도 받아들이는 거죠.

황주원: ‘나는 내가 먹고 싶은 것을 먹을게. 그냥 각자 편하게 먹자’라고 말해요. (중략) 끊임없이 고기를 먹으라고 나를 설득한 사람에게, ‘그냥 냅둬, 나도 너에게 채식하자고 하지 않잖아’까지만 이야기를 했어요.

연구 참여자들이 말하는 ‘너는 너대로, 나는 나대로’에는 서로에 대한 ‘존중’, ‘인정’의 의미와 함께 ‘상호 배제’의 뜻이 담겨 있다. ‘너는 너, 나는 나’의 인식을 바탕으로 하는 행동은 ‘너는 너대로, 나는 나대로’의 의미가 갖는 양면성과 마찬가지로, 결과로서 행위의 양면성이 존재한다. 양세모, 황주원의 사례를 보면, 각자의 식생활방식을 지키면서 함께 식사하는 결과는 긍정적으로 평가할 수 있다. 하지만, 김수연과 최동그라미의 사례는 자신들의 식생활방식을 드러냈을 때와 드러내고 난 후의 상

대방의 ‘반응 없음’은 서로에 대한 ‘포기(拋棄)’의 화행이 발생했음을 보여준다.

이는 Philipsen(1995)이 조정의 사례로 언급한 서로에게 일어난 일에 대해 서로의 이해가 달라도 조정이 가능했던 사례와 유사하다. ‘너는 너, 나는 나’의 분리는 서로에 대한 충분한 이해를 바탕으로 한 결과가 아니다. 그럼에도 불구하고, 양세모와 황주원의 사례는 상대와 ‘나’를 분리해 ‘함께 식사’를 한다는 결과를 만들어낸다. 결과를 위한 과정에서 양세모와 황주원은 자신과 다른 식생활을 가진 개인들과 대화한다.

의미의 조정 관리 이론에서 잘못된 의사소통(Miscommunication)을 ‘조정되지 않았다’고 표현하지 않는다. 서로 간의 상호 작용에서 행위의 얹힘(Meshing of Action)이 존재한다면, 의사소통 자체를 실용적으로 바라보며, 성공적인 커뮤니케이션의 기준을 대화의 유무에 두고 있다 (Jirathun, 2011). 때문에 양세모와 황주원의 사례에서 자신과 다른 식생활을 가진 개인들과의 대화는 의미의 조정 관리 이론적 관점에서는 조정이 이뤄진 성공적 커뮤니케이션이다.

## 제 4 절 소결

### 1. 연구 참여자들의 소통 순환 과정

저탄소 식생활방식을 하는 정도, 기간 그리고 개인이 처한 사회적 환경에 따라 느끼는 불편함의 정도와 어려움을 느끼는 지점이 달랐으나, 연구 참여자의 경험 사례에서 공통적으로 드러나는 소통 과정이 있었다.

연구 참여자들은 자신들의 식생활방식을 타인에게 드러내고, 자신의 식생활방식과 다른 개인들로부터 불편함 혹은 어려움을 경험하고 그 경험을 바탕으로 자신만의 방식으로 커뮤니케이션 전략을 만들고 활용했다. 연구 참여자들은 관계와 상황, 자신을 드러내고자 하는 대상이 자신을 이해해주고 받아들여줄지를 미리 판단하고 드러낼지 여부를 결정하여

선별적으로 자신들의 식생활방식을 드러내고 있었다. 연구 참여자들은 관계적 거리가 가까운 가족부터 거리가 가깝지 않은 관계까지 다양한 관계에서 겪는 어려움이 있었다. 관계적 어려움과 함께 7명의 연구 참여자들에게 자신들의 식생활방식에 부정적으로 반응했던 경험들을 물었을 때, 공통적으로 이야기한 내용은 먹거리의 개념이 ‘몸’까지만 관여한 개념을 담고 있는 인식에 기반한 상대방의 반응이었다. 이후, 연구 참여자들은 자신들의 식생활방식을 드러내는 방법, 불편함을 피하기 위한 그들만의 커뮤니케이션 전략이 있었다. 상대방에게 자신들의 식생활방식에 대한 메시지를 긍정적으로 보내고자 하였고, 상대방이 눈치채지 못하도록 자연스러운 방식으로 메시지를 전달하고자 하였다. 자연스러운 방식을 추구하는 것에는 상대방의 반감을 사는 행동을 주의하고자 하는 ‘조심스러움’도 함께 포함되어 있었으며, ‘조심스러움’의 개념은 ‘너, 나’의 커뮤니케이션 전략에도 녹아있었다. 그리고 이러한 커뮤니케이션 방식은 다시 자신들의 식생활방식을 드러내는 데 적용되고, 불편한 상황을 만들지 않기 위한 전략으로 활용되며 순환하는 모습을 보이고 있었다.

## 2. 소통과정에서 연구 참여자들의 역할

소통 순환 과정에서는 드러나지 않고, 소통 순환 과정 밖에서, 타인과의 관계에서 드러나는 부분은 연구 참여자들의 ‘역할’이다. 연구 참여자들은 먹거리 환경 문제를 인식하고 먹거리 탄소 발자국을 줄이기 위한 식생활방식을 실천하는 개인으로, 주변으로부터 소통가(Communicator) 혹은 전달자(Messenger)로서의 역할을 요구 받고 있었다. 주변의 요구와 관심에 연구 참여자 대부분이 저탄소 식생활방식 및 환경 친화적인 생활방식과 관련된 정보를 적극적으로 공유하고 있었다.

김네모: 작년 추석 때, (아는 분이) 저한테 ‘채식 관련된 추석 선물을 보내고 싶어 하는데, 뭐가 있느냐’고 저한테 물어 보길래 ‘나도 잘은 모르겠지

만, 그래도 여러 가지...’ 이렇게 (말)해줬죠. 음식도 있지만 음식 아니라 요즘은 비건 패션이라고 패션과 관련된 아이템들도 있잖아요. 그래서 그런 것들 좀 소개하고. 자기도(그 사람도) 저를 통해서도 그렇지만 사람들이랑 대화를 하면서도 좀 알게 됐다고 그런 얘기를 했어요.

김보미: 제 친구들은 물어보는 것이 많아요. ‘4월에 누가 채식할 건데, 어디 가면 좋을 것 같아? 어디 추천 좀 해줘’ 이렇게요. (중략) 가장 최근에는 저희 회사에서 환경 문제 많이 하니까 다른 변호사님 중에서 는 다른 단체 이사를 하고 있고 그런 분들 계신데, 어떤 분이 ‘(다른 단체 행사에) 이번에 비건으로 할 거다. 비건 케이터링 추천해줘라’ (라고 하셔서) 추천해 드리고..

연구 참여자들은 단순한 소통가나 전달자의 역할뿐 아니라, 타인을 변화시키는 영향력 있는 개인(Influencer)의 역할을 하고 있었다. 연구 참여자들은 주변인의 식생활방식을 변화시키는 과정 속에 개입되어 있었다.

김보미의 현재 남자친구는 김보미와 함께 채식 식당을 다니면서 현재는 채식 지향형 식단을 하고 있다. SNS를 통해 자신이 환경에 관심이 많은 것을 여러 사람에게 알리는 김수연은 SNS를 통해 주변인과 환경 문제를 이야기하게 되었고, 지인은 그 이후로 “커피를 마실 때, 빨대를 받지 않는다”고 김수연에게 전했다. 최마름모는 패션 업계에 종사하던 전 남자친구와 “감수성이 풍부한 친구” 두 사람의 식생활 변화에 자신의 역할이 있었다고 인지하고 있었다.

김보미: (남자친구는) 회사에서 밥 먹는 점심 빼고는 다 채식을 하고 있어요. 아침에 채식 빵 먹고 출근하고 회사에서 급식 먹고, 저녁에는 회식하고. 지금은 채식 지향. (중략) 시발점이 필요했었던 것 같아요. 그 사람은 채식의 필요성은 이미 느끼고 있었던 사람인데, 막상 시작할 계기가 없어서..., 마음은 있었으나, 뭔가 실천을 해줄 포인트가 없었

던 사람인데...,

김수연: (지인이) 얼마 후에 저한테 이야기했는데, 자기도 요즘에 조금씩 관심을 갖게 되면서 커피 마실 때 빨대를 안 받고 있다고 하더라고요. 근데, 육식은 잘 포기를 못하겠다고 하더라고요. 그래서 왜냐고 했더니, 맛을 포기를 못하겠다고 하더라고요.

최마름모: 연애할 때 전 남자친구가 따라 한 것인데, 연애할 때, (누가) 하면 따라 하는 거 있잖아요. '(너) 이거 하는데, 나도 할까?' 이래서 한 거예요. 이 친구가 그런(환경 문제) 개념이 있는 사람은 아니었던 것 같아요. 이 친구는 이걸 패션으로 받아들인 것 같아요. (중략) (다른) 한 명은 원래 조금 감수성이 풍부한 친구. 공감 능력이 엄청 좋은 친구여서 제가 설명을 열심히 했던 것 같아요. 이 친구는 어필을 하면 어필이 될 것 같아서 한 것 같기도 해요. (중략) 제가 소고기를 안 먹는 이유를 설명했더니 그 당시도 공감 엄청 해서 '나도 할래'라고 하더라고요. 그리고 그 뒤에 만날 때는 본인이 좀 더 그런 케이스가 되었고, 좀 더 그런 거에 신경 쓰고...

연구 참여자는 먹거리 환경 문제, 나아가 환경 문제 전반에 걸친 메시지를 전달하고 타인의 생활 방식에 영향을 미치는 역할을 하고 있었다. 이러한 모습은 선행연구 주남 외(2022), 안정선과 김여정(2022) 연구 결과를 뒷받침한다. 대인 커뮤니케이션이 타인의 환경 문제 의식에 미치는 영향, 기후변화 완화를 위한 대응 행동을 이끌어낼 수 있다는 것을 일정 부분 뒷받침한다. 이 연구는 저탄소 식생활방식과 환경 문제의식이 사회적으로 어떻게 확산하고 있는지 보여주고 있다. 이는 사적 영역에서 발생하고 있는 미시적 변화의 과정이다.

대인 커뮤니케이션에서 자신을 '보여주는 것(Presenting)'으로 인해, 특정한 관계에서 그들의 역할이 정해지기도 하고 그들의 사회적 정체성이 만들어지기도 한다(Danziger, 1973). 대인 커뮤니케이션을 통해, 저탄소

식생활방식이나 먹거리 환경 부담 문제에 대한 메시지를 전달하는 소통 가이자 타인의 식생활을 변화시키는 영향력 있는 개인으로서의 사회적 정체성이 부과되는 것이다. 연구 참여자들은 자신에게 부과된 역할을 거절하거나 거부하기보다는 자신들이 변화시킨 타인의 식생활을 보며 뿌듯함을 느끼는 것처럼 보였다. 김네모는 타인에게 메시지를 전달하는 동시에 메시지를 전달 받는 지점 양쪽에 존재한다.

김네모: 비건 지향이신 분들, 비건 하시는 분들이 계시니까 저도 자연스럽게 같이 접하게 되는 것 같고요. 몇 년 전까지는 안 그랬는데, 주변에서 이런 식생활에 관심 많고 직접 실천하시는 분들을 보니까 저도 선택할 때, 가급적 고민하는 것 같아요. (중략) 특히, 같이 온 사람들 중에 그런(육식 감소) 식생활을 하는 사람이 있으면, 주변의 환경들이 그렇게 놓여 있다 보니까 자연스럽게 그런 점점 들이 많아지는 경험을 하는 것 같고...,

김네모의 사례와 같이 연구 참여자들의 직업적 특성을 고려한다면, 그들에게 주어진 역할은 특정 분야에서만 발생하는 미시적 변화의 가능성도 있다. 김수연과 최마름모를 제외한 5명의 연구 참여자들의 직업 혹은 직장은 ‘지속가능성’과 관련된 업무를 하고 있었다. 연구 참여자들의 업무적 특성은 연구 참여자들의 기후변화, 환경 문제의식을 보여줄 수 있기도 하지만, 그들의 직업이 지속가능성과 관련이 있기 때문에 이러한 역할이 주어졌을 가능성도 있다. 또한, 추구하는 가치가 비슷한 주변인을 빈번하게 만나게 됨을 의미하기도 한다. 연구 참여자들은 자신과 ‘비슷한 성향’의 사람들과의 관계를 지속하고 있었고, 김수연은 자신의 직업과 환경적 가치관 충돌로 인해 직업군 자체를 자신의 가치관과 맞는 방향으로 전환하고자 하고 있었다.

김수연: 제가 지금 진로를 바꾸려고 하는 이유에 환경 문제에 관심이 없는 사람들을 앉혀 놓고 이야기하기가 너무 힘들기 때문이기도 해요. 그

런 사람들한테 그런(환경, 기후변화 관련) 주제를 담은 작품 하나만 보여줘도 괜찮겠다 싶어서 미술을 하겠다고 결심했어요.

김보미: 그리고 저 학교 다닐 때, 룸메이트가 그런 부분에서는 이해를 해주는 친구였어요. 라면 같은 거 채식 라면 한 박스 사서 나눠 먹고..., 근데 이게 룸메이트랑 안 맞으면, 힘들 텐데, 그렇지 않았어서..., (중략) 제 생각에는 이해하지 못하는 사람이랑은 이렇게 장기간 같이 할 수 있는 관계가 되지 못하는 것 같아요.

김보미: 제가 일하는 분야가 공익 인권이어서 그런지는 모르겠지만, 제 필드에 있는 사람들은 이 정도 가치관에 이해를 해주는 편인 것 같아요. 이게 다른 필드에서 일하는 변호사는 다를 것 같기는 해요. 의뢰인을 자주 만나는 분들이거나 하면 불편할 것 같기는 해요.

## 제 6 장 논의 및 결론

### 제 1 절 논의

논의는 크게 두 부분으로 나뉜다. 첫 번째 부분에서는 선행연구와 이 연구의 결과를 비교한다. 두 번째 부분에서는 <그림 4>와 같이 연구 참여자들의 소통 방식에 대해 다뤄질 수 있는 내용을 분석하고, 연구 참여자들이 경험한 어려운 부분을 통해 환경, 기후변화 커뮤니케이션 분야에 도움이 될 수 있는 사회적 함의를 이야기하고자 한다.

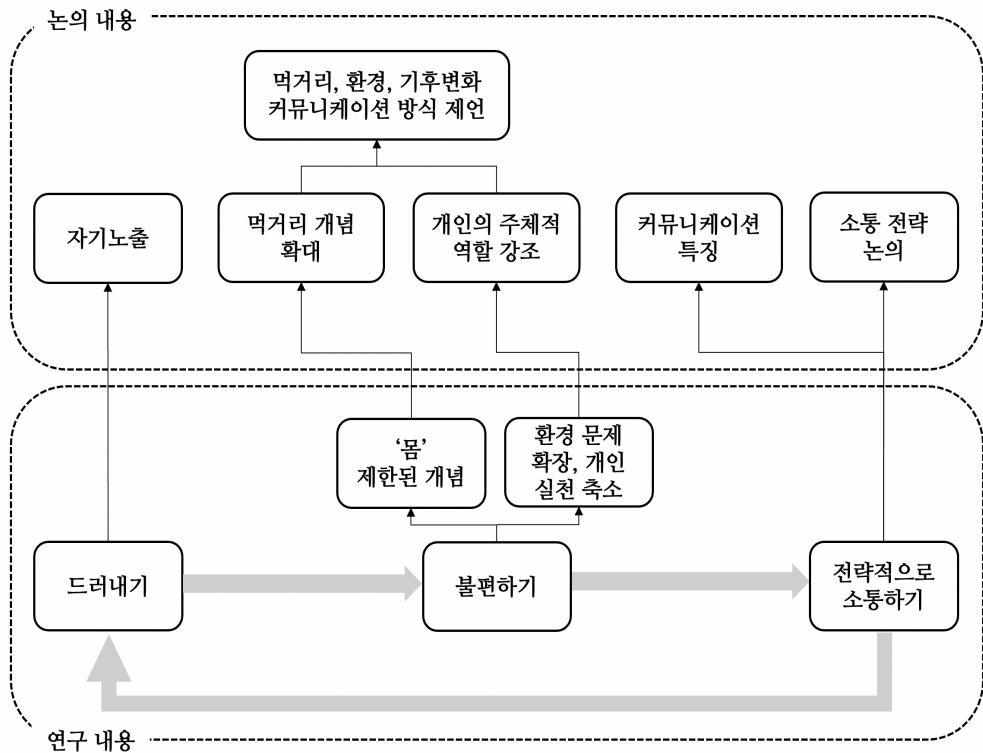
이 연구 참여자들은 저탄소 식생활방식 실천 과정에서 관계적 어려움을 느끼고 이를 해결 및 완화하기 위해 다양한 협상 전략을 사용한다는 점에서 선행연구 채식주의자들과 유사하다(Greenbaum, 2012; Buttney & Kinnefuchi, 2020; 박민경 외, 2022). 대한민국이 아닌 국가에서의 채식주의자들과 대한민국 서울·경기에 거주하고 있는 연구 참여자들이 겪는 어려움과 이를 완화하기 위한 전략 또한 일정 부분 유사했다. 김보미의 사례에서 김보미가 고기를 먹도록 강요당한 경험이나, 최마름모의 사례와 같이 채식을 하지 않는 사람들이 변화하지 않으려고 하는 것에서 느껴지는 단절감은 선행연구에 소개된 사례들과 유사하게 겪은 연구 참여자들의 경험이었다(Greenbaum, 2012).

연구 참여자들이 겪은 어려움을 완화하기 위한 전략을 보면, 최마름모가 “부드러운” 태도를 유지한다는 것은 Greenbaum(2012)의 “온순한(Gentle)” 태도로 상대에게 접근한다는 것과 유사하다. 연구 참여자들이 실천하는 식단에 대해 상대방에게 부담을 주지 않으려 하고, 극단주의자로 비춰지는 것을 피하고, 채식주의에 대해 긍정적으로 말하고자 한다는 점에서 유사한 전략들이 있었다(Greenbaum, 2012; Buttney & Kinnefuchi, 2020). 황주원이나 양세모처럼 적절한 타이밍에 맞춰 자신을 드러내는 것 또한 선행연구에서 드러난 채식주의자들이 겪는 어려움과 이를 극복

하기 위한 전략 방식이 비슷하게 나타났다(Buttny & Kinefuchi, 2020).

그러나 선행연구와 달리 제1장 제2절에서 언급한 것과 같이 이 연구에서는 기후변화 문제의식, 먹거리의 환경 부담이 자신의 식단 변화 및 유지에 주요한 영향을 주고 있는지 여부를 포함하여 연구 참여자를 선정함으로써 차별화를 시도하였다. 이를 구분하지 않은 기존 연구의 채식주의자들은 채식주의자에 대한 무지나 채식을 제한적 식단으로 보고자 하는 타인의 인식을 어려운 경험이라고 인식하고 있었다. 하지만, 이 연구 참여자들은 이러한 것들을 어려움이라고 인식하기보다는 상대방에게서 그런 반응이 나올 수 있다며, 수긍하고 있었다. 그러나, 자신의 식생활 선택 이유를 밝혔을 때, 먹거리와 관련된 환경 문제와 이러한 문제를 바라보는 자신들의 가치관을 드러냈을 때 겪는 경험을 부정적인 경험, 어려운 경험으로 받아들이는 모습은 선행연구 채식주의자들과 차이가 있었다. 즉, 채식주의자임을 드러냈을 때의 어려움과 채식주의자가 된 이유 혹은 채식 중심의 식단 실천을 지속하는 이유를 드러냈을 때의 어려움은 차이가 있는 것이다.

Greenbaum(2012)은 Goffman의 체면 차리기(Face-saving)를 통해 채식주의 연구 참여자들의 전략을 살펴보고, 연구 참여자들의 전략에 인상관리(Impression management) 전략이 개입된 것으로 본다. 이 연구에서 김네모 또한, 강력한 메시지를 상대에게 전하는 것이 타인에게 거부감을 줄 수 있을 것이라고 생각한다. 최동그라미는 “운동권 사람, 상대방의 메시지만 중요하다고 생각하는 사람”으로 보이는 것을 경계했다. “상대방의 반감을 사지 않으려고”하는 모습들은 연구 참여자들의 인상관리 전략을 엿볼 수 있는 부분이기는 하나, 이 연구의 연구 참여자들은 자신들이 주고받는 메시지와 관련하여 자신의 모습을 관리한다. 연구 참여자들에게는 그들이 어떻게 보이는지도 중요하지만, 그들의 메시지를 어떻게 보이게 할 것인가가 더 관심의 대상이었다. 이는 환경 문제를 다를 때 어떤 커뮤니케이션을 할 수 있을 것인가에 대한 질문으로 논의를 확장시킬 필요를 보여주고 있는데, 이러한 발견은 선행연구와 차별성을 갖는다.



<그림 4> 연구 내용과 논의 내용 연계

<그림 4> 왼쪽 끝에 연구 내용 드러내기 단계부터 보면, 연구 참여자들은 그들만의 기준을 갖고 상대방과의 관계와 주어진 상황에 따라 식생활방식과 식생활방식 실천 이유를 선별적으로 드러내고 있었다. 이러한 연구 내용은 특정 개인에 대한 높은 수준의 신뢰가 의도적으로 자신을 더 많이 드러내고 있는 것(Self-disclosure)과 관련 있다는 점과 연관지어 볼 수 있다(Wheless & Grotz, 1977).<sup>33)</sup> 그러나, 자신을 드러내는 것에

33) ‘자신을 드러낸다’는 의미를 자신을 다른 사람에게 알리는 과정으로, 특정 인물에게 자신에 관한 정보를 전달하는 것으로 넓게 정의한다면(Jourard & Lasakow, 1958), 연구 참여자들은 ‘자신의’ 식생활 관련 정보와 ‘자신의’ 식생활방식 채택 이유에 대한 자기노출(Self-disclosure)을 하고 있다. 이 연구에서

타인에 대한 신뢰 수준이 영향을 미치지만, 신뢰하지 않는 것이 자신을 드러내는 수준을 항상 낮추는 것은 아니며, 충분한 신뢰가 자신을 드러내는 것의 필수 조건이 아닐 수 있다(ibid). 이 연구의 참여자들은 대화하고 식사를 함께하는 상대에 대한 신뢰를 ‘기준’으로 자신을 드러내기보다 타인의 성향을 추측하고 자신을 드러냈을 때, 상대방이 이해해줄지 여부를 판단하고 자신을 드러낸다. 이는 자신을 방어하는 것이 가능한지 여부에 따라 드러내는 범위를 조절하는 것이다. 자기 노출은 자신이 안전하다고 생각할 때, 이루어진다(Jourard, 1964; Pearce & Sharp, 1973, p.419에서 재인용). 연구 참여자들도 자신을 이해해줄 것 같은 사람에게 자신을 드러내고자 하는 경향을 보였다.

따라서, 연구 참여자들이 자신을 드러내는 것에 특정 관계, 친밀감 수준, 신뢰 수준과 같이 ‘특정한 요인의 정도’가 자신을 드러내는 데 작용한다고 보기是很 어렵다. 오히려 Greene et al.(2006)이 주장한 것과 같이 연구 참여자들은 문화적인 기준, 사회적 관계, 자신을 드러내고자 하는 대상과의 개인적 특성 차이, 자신을 드러내야 할지 여부와 관련하여 상대방과의 관계를 판단하고 자신을 드러낼지 여부를 판단한다. 이후에 대화의 흐름이나 장소, 충분한 시간이 있는지 확인하고 자신을 드러내는 것을 결정했을 때, 어떤 메시지를 누구에게 어떻게 어디서 전달할지 등을 고려하여 자신을 드러낸다. 즉, ‘다양한 요인’들이 복합적으로 작용하여 자신을 드러낼지 여부를 결정한다.<sup>34)</sup>

또한, Greene et al.(2006)이 지적한 바와 같이, 자신을 드러낸 상대의 반응은 향후에 의사결정에 영향을 미칠 수 있다는 점은 이 연구에서 나타난 소통의 순환적 과정의 이유를 설명하는 데 도움이 된다. 연구 참여자는 이전에 자신을 드러내고 경험한 불편함, 어려움을 바탕으로 비슷한

---

는 자기 노출에 대한 심리적, 개인 성향 측면의 논의는 제외하고, 이 연구 내용과 논점에 맞게 관계적, 커뮤니케이션 과정에서의 자기 노출을 중점적으로 논의한다.

34) 자신을 드러내는 방법 혹은 어떤 채널을 통해 드러내는지, 사적인 장소 혹은 공공장소에서 드러내고자 하는지, 어떤 시기에 전달하고자 하는지 등 보다 자세한 의사결정 요인은 Greene et al.(2006)을 참고.

상황에서 타인에게 자신을 어떻게 드러낼지 고민하고 또 다시 자신을 드러내며 타인과 소통하고 있었다.

드러내기 이후에 불편하기 부분에서 연구 참여자들이 이야기한 불편한 경험 중 하나는 상대방이 ‘고기’, ‘육식’에 대해 ‘몸’, ‘건강’까지만 연관시키는 반응으로부터 오는 불편함이었다. ‘고기’, ‘육식’에 대해 상대방이 받아들이는 의미 수준에 차이가 발생하고 있었다. 연구 참여자들은 ‘먹거리, 식품, 음식’과 관련된 주제가 환경 커뮤니케이션, 기후변화 커뮤니케이션으로 확장되는 것에 한계가 있음을 느끼고 있었다. 이는 한국 사회에서 먹거리, 식품, 음식에 더 많은 개념적 자원들을 담을 수 있는 유연한 사고가 필요하다는 것을 보여준다.

또 다른 불편한 부분은 타인으로부터 받는 엄격한 기준과 환경 문제 해결에 있어 개인의 노력을 축소시키는 회의적인 반응이었다. 「환경·경제 통합분석을 위한 환경가치 종합연구: 2021 국민환경의식조사」를 보면, 전반적인 환경 문제 해결을 위한 방법을 물었을 때, 응답자의 20.1%가 “국민, 기업 등 개별 주체의 자발적 노력”이 가장 효과적인 방법이라고 생각하고 있었다. 하지만, 환경보전 책임의 가장 큰 주체가 누군지를 물었을 때는 연령과 성별에 따라 다르게 나타난다. 20대는 가장 큰 책임이 있는 주체를 기업으로, 30대는 중앙정부, 50대·60대에서는 일반 국민이라는 응답이 높았으며, 남성은 중앙정부, 여성은 일반 국민이라는 응답이 높게 나타났다(안소은 외, 2021).<sup>35)</sup> 이러한 연구 결과는 이 연구에서 연구 참여자들이 마주한 상대방이 개인이 환경 문제 해결에 주체적인 역할을 할 수 없을 것이라고 생각하는 비슷한 연령대의 주변인들을 마주쳤을 가능성을 보여준다. 때문에, 20대와 30대를 대상으로 하는 커뮤니케이션은 다른 연령대와는 다른 접근의 환경 커뮤니케이션, 기후변화 커뮤니케이션이 필요하다.

기본적으로, 적절한 상호작용이 이뤄지기 위해서는 서로가 존중하는

---

35) 20대는 기업(38.2%), 중앙정부(32.4%), 일반 국민(19.3%) 순. 30대는 중앙정부 (33.8%), 기업(27.6%), 일반 국민(26.8) 순서로, 다른 연령대와 비교하여 일반 국민이 환경보전 책임의 주체적인 역할을 할 것이라고 응답한 비율이 낮았다.

태도가 필요하며(Canary et al., 2008), 개인의 실천으로는 복잡하고 거대한 환경 문제 해결이 어려울 것이라는 인식에 대한 커뮤니케이션이 필요하다. 환경 문제 해결에 개인 실천의 중요성을 20대와 30대 특히, 남성을 대상으로 보여줄 필요가 있다. 기후변화 완화에 개인의 주체적인 역할이 갖는 ‘힘’을 강조하는 커뮤니케이션이 요구된다. 기후변화 커뮤니케이션 분야에서, 개인의 실천과 삶이 기후변화 문제와 어떻게 연관되어 있는지를 ‘보여줘야 한다’는 제안은 이전에도 있었다(O’neil et al., 2009). 개인이 기후변화와 연관 있다고 생각하지 않으면, 기후변화와 그들 사이에 거리를 두고 사람들의 영향력을 잃도록(Disempower) 하므로(ibid), 복잡한 환경 문제 해결에 있어 주체적인 개인으로서의 영향력을 보여줄 필요가 있다. 사람들이 행동하기 위해서는 어떤 선택권이 있는지 논의되어야 하고, 그들이 선택한 것들의 힘(Empowered)에 대해 보여줘야 한다(Moser, 2016).

이와 관련하여 개인이 미치는 영향력에 대한 수치 정보를 이미지를 통해 제공하는 것도 개인이 느끼는 무력감을 해결하는 데 도움이 될 것이다. Moser(2016)는 기후변화 원인과 기후변화 그 자체를 ‘보는 것(Seeing)’에는 어려움이 있기 때문에 사람들이 볼 수 있도록 시각화하고, 기후변화의 이해를 돋기 위한 이야기를 만들어(Story-telling, Narrative format) 내용을 전달하는 것이 기후변화 커뮤니케이션에서 주요한 주제로 다뤄진다고 지적한다.

제5장 제3절에서 다룬 전략적 커뮤니케이션을 넓은 범위의 커뮤니케이션 특징과 연관지어 보면, 커뮤니케이션의 ‘전략적인’ 특징(Kellermann, 1992)을 이 연구에서 보여주고 있다. 연구 참여자들은 자신들의 메시지를 긍정적이고 자연스럽게 보이고자 하는 자신들의 목적을 달성하기 위해 행동한다. 이러한 목적을 위한 행동은 커뮤니케이션이 전략적이라는 특징을 보여준다. 연구 참여자들은 자신들의 커뮤니케이션 방식이 특정한 목적을 위한 의도적 전략이 아니라고 할 수 있다. 이는 커뮤니케이션이 일상적(Routine)이기 때문에, 전략적인 의사소통이 전략적으로 보이지 않을 수 있음과 함께(Berger, 1997; Canary et al., 2008,

p.7에서 재인용), 커뮤니케이션을 위한 상징과 메시지를 선택하고 구조화하는 결정이 의식적으로 이뤄지지 않을 수 있다는 선행연구를 통해 설명된다(Kellermann, 1992).

제5장 제3절 첫 번째에서 다룬 연구 참여자들의 긍정적이고 자연스럽게 전략은 기후변화 자체를 낙관적으로 바라보거나, 긍정적인 방향으로 메시지를 전달하는 것과는 다르다.<sup>36)</sup> 연구 참여자들이 자신의 식단과 식생활방식의 긍정적인 부분을 보여주는 것과 기후변화 메시지를 낙관적으로 보여주는 것과는 구분되어야 한다. 구체적으로 보면, 연구 참여자는 상대방에게 ‘기후변화 위험을 완화하기 위해 개인이 실천할 수 있는 방법, 선택권’의 긍정적인 측면을 보여준 것이다. 기후변화 위험을 완화하기 위해 개인이 실천할 수 있는 방안을 자신들의 식단을 포함한 식생활방식을 통해 전달한다. 이와 같은 전략은 자신을 보호하고자 긍정적으로 보여주는 것이다. 때문에 이전의 채식주의자를 대상으로 하는 선행연구와 비슷한 전략이 나타났다고 유추할 수 있다. 즉, 연구 참여자는 자신을 보호하고, 기후변화와 관련된 메시지 내용을 보호하기 위해 이와 같은 전략을 만들어낸 것이다.

제5장 제3절 두 번째에서 연구 참여자의 ‘너는 너대로, 나는 나대로’ 전략은 제5장 제3절에서 언급한 것과 같이, 서로에 대한 충분한 이해를 요구하지 않으면서도 실용적인 결과를 만든다. ‘너, 나’가 되기까지 의사소통이 이뤄졌다면, 의미의 조정 관리 이론의 관점에서 연구 참여자들의 전략과 커뮤니케이션은 그 자체로 의의가 있다. 때문에, 타인과 소통하며 서로를 하나의 ‘개인’으로 접근하는 방식의 커뮤니케이션은 그 자체로 의의를 갖는 동시에 실용적인 결과를 만들어낼 수 있는 방안이 된다.

기후변화 완화를 위해 많은 사람들의 행위 변화를 이끌어내는 것은 시급한 문제다. 그에 비해 이 연구 참여자들이 소통 과정에서 겪고 있는 어려운 지점과 이를 극복하기 위한 소통 전략은 많은 사람들의 행위 변

---

36) 낙관적인 관점의 기후변화 메시지 혹은 비관적 관점의 기후변화 메시지가 사람들의 인식과 행위에 미치는 영향에 대한 논의는 이어져왔으나, 최근에는 메시지가 특정한 방향으로 치우치는 것이 아니라 다양한 내용의 메시지가 전달되어야 한다는 주장이 제기되고 있다(Hornsey & Fielding, 2020).

화를 이끌어내기 위한 효과적인 방안이 아닐 수 있다. 그러나 의미의 조정 관리 이론 관점에서, 연구 참여자들이 자신과 다른 가치관과 식생활 방식을 갖고 있는 타인과 대화하며 그들만의 실재를 구성하고, 함께 식사를 하는 실용적인 결과를 만들어내는 것은 성공적인 커뮤니케이션이다. 다수의 행위 변화를 위한 일방적인 설득적 메시지 전달보다, 함께 대화하는 과정을 통해 특정한 실용적 결과를 만들어내는 것은 또 다른 가치를 만들어낸다.

Cox(2013)가 정의한 환경 커뮤니케이션에서는 환경 커뮤니케이션을 위한 담화 공간으로 공론장이 생겨난다. 공론장은 “개인이 공통의 관심사나 주제에 관하여 대화, 토론 논쟁, 문제제기 등을 통하여 다른 이들과 의사소통할 때 만들어지는 영향력의 영역”이다(Cox, 2013, p.25). 공론장에서는 환경이 아닌 다른 공적인 주제도 다뤄질 수 있으며, 타인과의 대화와 논쟁을 통해 사적인 관심이 공적인 사안이 되기도 하고, 개인이 환경을 바라보는 관점이나 “환경과의 관계에 영향을 끼치는 영역”이 생겨나기도 한다(ibid). Cox(2013)가 설명한 공론장 의미에 따르면, 이 연구 참여자들은 모든 인간에게 필수적인 먹거리 섭취와 연관된 시간과 공간에서 환경 문제를 주제로 공론장을 형성하고 있는 것이다.

기후변화 문제에 있어 대인 커뮤니케이션은 주목할 만한 수단이자 채널이다. 이 연구 참여자들은 기후변화 문제에 있어 비전문가이며 일반 시민이다. 연구 참여자들은 상대방의 행동을 의도적으로 변화시키고, 설득하고자 하는 적극적인 메시지 전달을 하지 않는다. 이 연구는 그들이 전달하는 내용의 진위 여부를 따지거나 그들이 하고 있는 커뮤니케이션 방식이 절대적으로 옳다고 하는 것보다도 그들이 형성하고 있는 공론장에 주목하고 그들이 갖고 있는 영향력에 주목했다. 또한, 의미의 조정 관리 이론의 이론적 자원을 활용해 어떤 논리적 힘이 작용해 연구 참여자의 행위를 이끌어내는지, 타인과의 어떤 의미 구성의 계층에서 차이가 발생하는지, 어떤 의미의 인지적 차이가 연구 참여자들의 행위를 구성하는지 살펴보았다. 즉, 그들이 커뮤니케이션 과정에서 부딪히고 있는 다수의 인식이 무엇인지를 파악하고 타인과 형성하는 의미의 차이를 발견

함으로써 변화가 필요한 사회적 인식이 무엇인지를 파악하였다.

그들이 마주하는 어려움은 기후변화, 환경 문제와 관련된 어떤 사회적 인식의 변화가 필요한지를 보여주고, 그들의 커뮤니케이션 전략은 어떤 커뮤니케이션 방식이 기후변화 문제를 드러내면서 실용적인 결과를 만들 어낼 수 있을지 마주하게 한다. 대인 커뮤니케이션, 사회적 인식의 변화, 서로가 말하고 들을 수 있는 공론장이 함께 존재해야 기후변화 문제를 드러내고, 문제의 시급함을 알리며 사람들의 행위를 이끌어낼 수 있는 효과적인 기후변화 커뮤니케이션이 가능할 것이다.

## 제 2 절 결론

### 1. 요약

이 연구는 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인이 자신과 다른 식생활방식을 갖고 있는 개인과 함께 먹거리를 섭취할 때, 무엇을 경험하고, 어떻게 소통하는지, 그 과정에서 어떤 어려움을 느끼는지, 그들의 커뮤니케이션 경험을 통해 얻을 수 있는 사회적 합의가 무엇인지 살펴보았다.

먼저, 연구 참여자들이 어떻게 소통하고, 무엇을 경험하는지에 대한 물음의 답을 살펴보면, 7명의 연구 참여자들의 공통적인 소통 과정은 ‘드러내기’ 단계, 상대로부터 ‘불편’을 겪는 단계, 자신들만의 ‘전략적 커뮤니케이션’ 방식을 만드는 단계였다. 자신들이 만든 커뮤니케이션 방식은 다시 ‘드러내기’ 단계에서 활용되었다. 이후, 또 다시 ‘불편’을 겪고, 자신만의 커뮤니케이션 방식을 발전시키며, 소통하는 과정이 순환하고 있었다. 연구 참여자들은 자신의 식생활방식을 실천하고, 이유를 설명하며 드러내는 것에서 불편함을 겪으면서도 다시 ‘드러내기’ 단계로 가고 있었다. 선별적으로 드러내면서 포기를 하는 부분도 있지만, 자신의 식생활방식을 포기 하지 않고 타인과 소통하고 있었다.

연구 참여자들은 자신들의 커뮤니케이션 방식을 바탕으로 저탄소 식생활방식을 드러내고 있었으며, 관계적 거리가 가까운 가족부터 가깝지 않은 관계까지 다양한 관계에서 어려움을 겪고 있었다. 연구 참여자들이 공통적으로 경험한 부정적인 반응은 자신들의 식생활방식과 환경 문제의식을 드러냈을 때, 상대방이 갖고 있는 먹거리의 개념을 ‘몸’, ‘건강’에 한정지어 내뱉는 반응, 연구 참여자들의 실천이 갖는 중요성을 축소시키는 반응이었다. 이러한 반응은 연구 참여자들로 하여금 소통하는 과정에서 어려움을 경험하는 부분이었다. 이러한 반응 이후, 연구 참여자들은 상대방에게 자신의 식생활방식에 대한 긍정적인 측면을 자연스러운 방식으로 전달하고자 하며, 서로가 원하는 결과를 얻기 위한 노력을 이어가고 있었다. 동시에, 연구 참여자들은 먹거리 환경 문제를 인식하고 실천하는 소통가 혹은 전달자로서의 역할을 주변에서 요구 받으며, 먹거리 환경 문제를 타인에게 전달하고, 타인을 변화시키는 영향력 있는 개인의 역할을 하고 있었다.

먹거리, 환경, 기후변화 커뮤니케이션에 있어, 참여자의 경험을 통해 얻을 수 있는 사회적 합의는 첫 번째, 먹거리에 더 많은 개념적 자원을 담을 수 있도록 먹거리에 대한 사회적 인식 변화가 필요하다. 두 번째, 20대, 30대를 대상으로 기후변화 완화에 미치는 개인의 영향력을 그림이나 수치를 통해 보여주고, 개인의 주체적 역할을 강조할 필요가 있다.

## 2. 한계 및 의의

이 연구의 의의는 다음과 같다. 첫 번째, 연구 참여자들의 소통 경험은 어떤 방식의 커뮤니케이션이 먹거리 중심의 환경 문제를 논의하는 데 개인 혹은 다수에게 효과적으로 전달할 수 있을지에 대한 고민의 기회를 제공한다.

두 번째, 이 연구는 개인들이 마주하는 지점에서 구성된 사회적 실재들을 살펴봄으로써 먹거리 환경 문제를 주제로 어떤 커뮤니케이션이 이

뤄지는지, 우리 사회에서 어떤 인식의 변화가 필요할지에 대한 사회적 함의를 제공한다. 의미의 조정 관리 이론에서는 커뮤니케이션을 부차적인 결과물로 보지 않고, 커뮤니케이션하고 소통하는 것 자체를 의미 있는 것으로 여긴다. 때문에, 연구 참여자들이 구성하는 사회적 실재 자체가 드러나는 것은 그 자체로 의미를 갖는다.

세 번째, 이 연구는 먹거리 환경 문제를 인식하고 실천하는 개인들의 존재와 역할을 드러낸다. 연구 참여자들은 환경을 주제로 한 공론장을 형성한다. 소통가이자 메시지 전달자로서의 역할은 이 연구를 통해 확인한 부분이자 타인과의 소통을 통해 만들어진 사회적 관계를 나타낸다. 또한, 연구 참여자들은 자신들의 가치관이 담긴 식생활을 드러내고 불편한 과정을 겪으면서도 끊임없이 드러내면서 주위를 변화시키고 있다. 이 연구는 저탄소 식생활방식을 실천하는 개인의 존재를 드러내며, 그들의 중요성을 보여준다. 뿐만 아니라, 연구 참여자들이 주위를 변화시킨 경험은 사적 영역에서 미시적으로 발생하는 변화에 대한 이해를 돋는다.

하지만, 이 연구는 연구 참여자의 기억과 인지적 경험을 중심으로 구성된 일화이며, 연구 참여자와 함께 실재를 구성했던 상대방의 인지적 경험과 기억에 대해서는 다루지 못하고 있다는 점에서 한계를 갖는다. 자신을 드러내는 과정에서 상대방의 반응은 중요한 역할을 한다(Greene et al., 2006). 이 연구는 연구 참여자들의 커뮤니케이션 방식이 유효할 수 있다는 가능성만 제시하고 있다는 점에서 한계가 있다.

또한 이 연구에서 활용한 의미의 조정 관리 이론은 연구 참여자들의 순환적 커뮤니케이션 과정과 어려운 경험을 충분히 다루고 설명하기에는 한계가 있다. 의미의 조정 관리 이론은 연구 참여자들이 어려움을 겪는 내용적인 부분과 연구 참여자들의 행위를 설명하는데 주로 사용되었다. 이를 보충하기 위해 제6장 제1절 논의부분에서 연구 참여자들의 순환하는 커뮤니케이션과 드러내기 단계, 전략적 커뮤니케이션 단계를 커뮤니케이션과 기후변화 커뮤니케이션 분야에서 다루는 내용을 바탕으로 논의하였으나, 후속 연구에서는 이 내용을 포괄할 수 있는 이론과 이론적 틀을 활용하여 연구를 진행할 필요가 있다.

## 참 고 문 헌

### [국내 논문 및 자료]

- KREI(2023), 농업전망 2023(2권): 농업 · 농촌의 혁신과 미래.
- Yoo, T. B. & Yoon, I. J.(2015), “Becoming a vegetarian in Korea: The sociocultural implications of vegetarian diets in Korean society”, 「Korea Journal」, 55(4): 111-135.
- 관계부처합동(2021), 국가식량계획 추진방안.
- 관계부처합동(2020), 제 3차(2020~2024) 식생활교육 기본 계획.
- 김다은(2022), ‘20대 여자 현상’. 기후위기 감수성에서도 나타났다, 시사인, <https://www.sisain.co.kr/news/articleView.html?idxno=46627>
- 김성곤, 이승후(2021), “농식품 주구매자의 식생활 라이프스타일과 권리의식 및 환경의식 간의 구조적 관계 연구”, 「Culinary Science & Hospitality Research」, 27(3): 221-235.
- 김숙, 허경옥(2019), “식품 주구매자의 식생활 라이스타일, 식품안의식, 환경 의식 친환경식품소비에 관한 연구”, 「소비문화연구」, 22(1): 23-44.
- 김은빈(2017), 매개된 대인커뮤니케이션 환경에서 대인미디어 선택 패턴에 대한 연구, 서울대학원 박사학위논문.
- 김정원(2018), “식생활교육과 영양교육의 개념 혼재와 지속가능한 식생활교육으로의 전환”, 「실과교육연구」, 24(4): 17-37.
- 김정원(2022), “‘지속가능한 식생활’에 대한 대학생들의 개념 인식”, 「한국실과교육학회지」, 35(3): 1-20.
- 김지연(2022), 탄소중립 위한 저탄소 식생활 글로벌 확산, 팜인사이트, 링크: <http://www.farminsight.net/news/articleView.html?idxno=9550>.
- 김진경, 김찬국(2020), “먹거리 체계를 고려한 환경 관련 먹거리 교육 연구 분석”, 「환경교육」, 33(2): 195-208.

- 김철규(2008), “현대 식품체계의 동학과 먹거리 주권”, 「환경사회학연구 ECO」, 12(2): 7-32.
- 김현노, 전호철, 이홍림(2020), 환경 · 경제 통합분석을 위한 환경가치 종합연구: 2021 국민환경의식조사, 한국환경정책 · 평가연구원
- 김혜영(2015), “친환경 식생활과 식생활교육의 중요성”, 「세계농업」, 179: 45-64.
- 문수재, 손경희(2000), 「식생활과문화」, 서울: 신팔출판사.
- 민은희, 류상희(2012), “녹색식생활교육 프로그램이 초등학생의 녹색식생활 태도에 미치는 영향”, 「실과교육연구」, 18(4): 45-60.
- 박민경, 김쟈스민, 김상희(2022), “음식문화의 소수자로서 채식주의자의 식사 경험에 대한 통합적 문헌고찰: 질적 연구를 중심으로”, 「Korean Journal of Health Promotion」, 2234(2141): 2093-5676.
- 안소은, 염정윤, 이홍림(2021), 환경 · 경제 통합분석을 위한 환경가치 종합연구: 2021 국민환경의식조사, 한국환경연구원 KEI.
- 안정선, 김여정(2022), “한국인의 기후변화 신념, 위험인식, 대응행동: 커뮤니케이션 채널 유형의 영향을 중심으로”, 「사회과학연구」, 48(2): 85-116.
- 오세영(2005), “현대 한국 식문화에 나타난 함께 나눔의 성격”, 「한국식생활 문화학회지」, 20(6): 683-687.
- 유기웅, 정종원, 김영석, 김한별(2018), 「질적 연구방법의 이해」, 서울: 박영 스토리.
- 윤순진(2009), “‘저탄소 녹색성장’의 이념적 기초와 실재”, 「환경사회학연구 ECO」, 13(1): 219-266.
- 윤지로(2022), ‘기후위기’ 걱정하는 Z 세대? “알고는 있지만 관심은 없어요”, 세계일보, 링크: <https://www.segye.com/newsView/20220622521436>.
- 이상원, 이영준(2014), “기후변화 대응을 위한 초등학교 고학년용 저탄소 교육 프로그램 개발”, 「한국실과교육학회지」, 27(1): 135-157.
- 이은주(2018), 초등학생 식생활능력 배양을 위한 지속가능한 식생활교육 방안 개발, 서울교육대학교 교육전문대학원 박사학위논문.
- 이해진(2012), “소비자에서 먹거리 시민으로”, 「경제와사회」, 43-76.

- 주남, 호규현, 조재희(2022), “환경 관련 대인 커뮤니케이션, 미디어 채널별 정보 노출이 친환경행동의도에 미치는 영향: 환경관여도의 매개 역할을 중심으로”, 「한국언론정보학보」, 113: 177-206.
- 주문술(2021), 식품 손실·폐기량 저감과 관리 정책 동향·입법과제, 국회입법조사처 정책연구용역보고서.
- 최경숙, 김지은(2022), “대학생의 기후변화 대응 식생활 행동의도에 대한 연구”, 「한국생활과학회지」, 31(6): 799-810.
- 통계청(2020), 통계로 본 축산업 구조 변화, 2020.12.04, 보도자료.
- 한국리서치(2022), 여론속의 여론 기획: 비거니즘, 지속될 수 있을까?, 한국리서치 주간리포트 제 186-4호.
- 한국환경산업기술원, 환경성적표지 제도소개, 링크:  
<http://www.epd.or.kr/epd/epdIntro05.do>.
- 행정안전부, 주민등록 인구 및 세대 현황, 링크: <https://jumin.mois.go.kr/>.
- 허소정, 배현주(2020), “식생활라이프스타일에 따른 배달음식의 소비성향 분석”, 「Journal of Nutrition and Health」, 53(5): 547-561.

## [해외 논문 및 자료]

- Baker, L. E.(2004), “Tending cultural landscapes and food citizenship in Toronto’s community gardens”, *Geographical review*, 94(3): 305-325.
- Berger, C. R.(1997), *Planning strategic interaction: Attaining goals through communicative action*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Bouwman, A. F., Van Vuuren, D. P., Derwent, R. G., & Posch, M.(2002), “A global analysis of acidification and eutrophication of terrestrial ecosystems”, *Water, Air, and Soil Pollution*, 141: 349-382.
- Brewer, J., & Hunter, A.(1989), *Multimethod research: A synthesis of styles*, CA: Sage.
- Bruss, M. B., Morris, J. R., Dannison, L. L., Orbe, M. P., Quitugua, J. A., &

- Palacios, R. T.(2005), "Food, culture, and family: exploring the coordinated management of meaning regarding childhood obesity", *Health Communication*, 18(2): 155–175.
- Buttny, R., & Kinnefuchi, E.(2020), "Vegans' problem stories: Negotiating vegan identity in dealing with omnivores", *Discourse & Society*, 31(6): 565–583.
- Canary, D. J., Cody, M. J., & Manusov, V. L.(2008), *Interpersonal communication: A goals-based approach* (4th ed), Boston.
- Clapp, J., Newell, P., & Brent, Z. W.(2018), "The global political economy of climate change, agriculture and food systems", *The Journal of Peasant Studies*, 45(1): 80-88
- Cox, R.(2013), 「환경 커뮤니케이션」, (김남수, 김찬국, 황세영 옮김), 서울: 커뮤니케이션북스.
- Creswell, J. W.(2005), *Educational Research : Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*, Upper Saddle River, N.J: Merrill.
- Creswell, J. W.(2015), 「질적 연구방법론 : 다섯 가지 접근」, (조홍식, 정선욱, 김진숙, 권지성 옮김), 서울: 학지사.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N.(2016), *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*, Sage publications.
- Cronen, V. E., Pearce, W. B., & Harris, L. M.(1979), "The logic of the coordinated management of meaning: A rules-based approach to the first course in interpersonal communication". *Communication Education*, 28(1): 22-38.
- Danziger, K.(1973). *Interpersonal Communication: Pergamon General Psychology Series*, (Vol. 53).
- Dobson, A.(2003), *Citizenship and the Environment*, OUP Oxford.
- Edwards, S.(2013), "Living in a minority food culture: A phenomenological investigation of being vegetarian/vegan", *Phenomenology &*

*Practice*, 7(1): 111-125.

- FAO(2010), Sustainable Diets and Biodiversity.
- FAO(2020), Greenhouse gas emissions from Agrifood systems.
- Fuchs, D. A., & Lorek, S.(2005), “Sustainable consumption governance: A history of promises and failures”, *Journal of Consumer Policy*, 28(3): 261-288.
- Greene, K., Derlega, V. J., & Mathews, A.(2006), Self-disclosure in personal relationships, *The Cambridge handbook of personal relationships*, 409-427.
- Greenebaum, J. B.(2012), “Managing Impressions: “Face-Saving” Strategies of Vegetarians and Vegans”, *Humanity & society*, 36(4): 309-325.
- Griffin, E. M.(2009), 「(첫눈에 반한)커뮤니케이션 이론」, (김동윤 옮김), 서울: 커뮤니케이션북스.
- Hartley, P.(1999), *Interpersonal Communication* (2nd ed), London: Routledge.
- Hornsey, M. J., & Fielding, K. S.(2020), “Understanding (and reducing) inaction on climate change”, *Social Issues and Policy Review*, 14(1): 3-35.
- Howell, R. A.(2013), “It’s not (just)“the environment, stupid!” Values, motivations, and routes to engagement of people adopting lower-carbon lifestyles”, *Global Environmental Change*, 23(1): 281-290.
- IPCC(2022), Climate change 2022: Mitigation of climate change.
- Ivanova, D., Stadler, K., Steen-Olsen, K., Wood, R., Vita, G., Tukker, A., & Hertwich, E. G.(2016), “Environmental impact assessment of household consumption”, *Journal of Industrial Ecology*, 20(3): 526-536.
- Ivanova, D., Barrett, J., Wiedenhofer, D., Macura, B., Callaghan, M., & Creutzig, F.(2020), “Quantifying the potential for climate change mitigation of consumption options”, *Environmental Research*

- Letters*, 15(9): 093001.
- Jensen, A., & Penman, R.(2018), CMM: A brief overview.
- Jirathun, H.(2011), “Rhetorical exigence and coordinated management of meaning: alternative approach for compliance gaining studies”, *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 12: 49-59.
- Jones, P., Hillier, D., & Comfort, D.(2011), “Shopping for tomorrow: promoting sustainable consumption within food stores”, *British Food Journal*.
- Jourard, S. M., & Lasakow, P.(1958), “Some factors in self-disclosure”. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 56(1): 91.
- Jourard, S. M.(1964), *The Transparent Self*. New York: Van Nostrand.
- Kellermann, K.(1992), “Communication: Inherently strategic and primarily automatic”, *Communications Monographs*, 59(3): 288-300.
- Markowski, K. L., & Roxburgh, S.(2019), ““If I became a vegan, my family and friends would hate me:” Anticipating vegan stigma as a barrier to plant-based diets”, *Appetite*, 135: 1-9.
- Merriam, S. B.(2005), 「정성연구방법론과 사례연구」, (강윤수 외 옮김), 서울: 교우사.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M.(1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*, SAGE.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J.(2019), 「질적 자료 분석론 : 방법론 자료집」, (박태영 외 옮김), 서울: 학지사.
- Moser, S. C.(2016), “Reflections on climate change communication research and practice in the second decade of the 21st century: what more is there to say?”, *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change*, 7(3): 345-369.
- Nørgaard, M. K., & Brunsø, K.(2011), “Family conflicts and conflict resolution regarding food choices”, *Journal of Consumer Behaviour*, 10(3): 141-151.

- O'neill, S., & Nicholson-Cole, S.(2009), ““Fear won't do it” promoting positive engagement with climate change through visual and iconic representations”, *Science communication*, 30(3): 355-379.
- Pachucki, M. A., Jacques, P. F., & Christakis, N. A.(2011), “Social network concordance in food choice among spouses, friends, and siblings”, *American journal of public health*, 101(11): 2170-2177.
- Pearce, W. B., & Sharp, S. M. (1973), “Self-disclosing communication”, *Journal of Communication*, 23(4): 409-425.
- Pearce, W. B., & Cronen, V. E.(1980), *Communication, action, and meaning: The creation of social realities*, New York: Prager publishing.
- Pearce, W. B., & Pearce, K. A.(2000), “Extending the theory of the coordinated management of meaning (CMM) through a community dialogue process”, *Communication Theory*, 10(4): 405-423.
- Pearce, W. B.(2005), “The coordinated management of meaning (CMM)”, *Theorizing about intercultural communication*, 35-54.
- Philipsen, G.(1995), “The coordinated management of meaning theory of Pearce, Cronen and associates”, *Watershed research traditions in human communication theory*, 13-43.
- Poore, J., & Nemecek, T.(2018), “Reducing food's environmental impacts through producers and consumers”, *Science*, 360(6392): 987-992.
- Reusswig, F.(2009), Sustainability transitions through the lens of lifestyle dynamics, In: Lebel, L., Lorek, S., Daniel, R. (eds) *Sustainable Production Consumption Systems*, Springer: Dordrecht.
- Ritchie, H.(2020), You want to reduce the carbon footprint of your food? Focus on what you eat, not whether your food is local, Our World in Data,

- <https://ourworldindata.org/food-choice-vs-eating-local>
- Salmivaara, L., Niva, M., Silfver, M., & Vainio, A.(2022), “How vegans and vegetarians negotiate eating-related social norm conflicts in their social networks”, *Appetite*, 106081.
- Schanes, K., Giljum, S., & Hertwich, E.(2016), “Low carbon lifestyles: A framework to structure consumption strategies and options to reduce carbon footprints”, *Journal of Cleaner Production*, 139: 1033–1043.
- Seyfang, G.(2006), “Ecological citizenship and sustainable consumption: Examining local organic food networks”, *Journal of rural studies*, 22(4): 383–395.
- Shukla, P. R., Skea, J., Calvo Buendia, E., Masson-Delmotte, V., Pörtner, H. O., Roberts, D. C., ... & Malley, J.(2019), IPCC, 2019: Climate Change and Land: an IPCC special report on climate change, desertification, land degradation, sustainable land management, food security, and greenhouse gas fluxes in terrestrial ecosystems.
- Smith, L. G., Kirk, G. J., Jones, P. J., & Williams, A. G.(2019), “The greenhouse gas impacts of converting food production in England and Wales to organic methods”, *Nature communications*, 10(1): 4641.
- Springmann, M., Clark, M., Mason-D'Croz, D., Wiebe, K., Bodirsky, B. L., Lassaletta, L., ... & Willett, W.(2018), “Options for keeping the food system within environmental limits”, *Nature*, 562(7728): 519–525.
- Stehfest, E., Bouwman, L., Van Vuuren, D. P., Den Elzen, M. G., Eickhout, B., & Kabat, P.(2009), “Climate benefits of changing diet”, *Climatic change*, 95(1): 83–102.
- Sturgeon Delia, C.(2021), “A vegetarian educator in a meat obsessed country”, *British Food Journal*, 123(8): 2770–2784.

- Tubiello, F. N., Karl, K., Flammini, A., Gütschow, J., Conchedda, G., Pan, X., ... & Torero, M.(2022), “Pre-and post-production processes increasingly dominate greenhouse gas emissions from agri-food systems”, *Earth System Science Data*, 14(4): 1795–1809.
- UNEP(2018), Green Jobs: Towards decent work in a sustainable, low-carbon world.
- Veal, A. J.(1993), “The concept of lifestyle: a review”, *Leisure Studies*, 12(4): 233–252.
- Vieux, F., Darmon, N., Touazi, D., & Soler, L. G.(2012), “Greenhouse gas emissions of self-selected individual diets in France: changing the diet structure or consuming less?”, *Ecological economics*, 75: 91–101.
- Wheless, L. R., & Grotz, J.(1977), “The measurement of trust and its relationship to self-disclosure”, *Human Communication Research*, 3(3): 250–257.
- Wilkins, J. L.(2005), “Eating right here: Moving from consumer to food citizen: 2004 presidential address to the agriculture, food, and human values society, Hyde Park, New York, June 11, 2004”, *Agriculture and human values*, 22: 269–273.

<부록 1> 연구 참여자 면접 질문

| 분류     | 질문  |
|--------|---|
| 식생활    | 식생활에서 환경적 영향을 줄이기 위해 무엇을 하고 있는가?  |
|        | 이런 생활을 한 기간은 얼마나 되었는가?  |
|        | 환경적 영향에 대한 인식, 이러한 식생활을 하기 위한 동기와 지금까지 이것을 유지하고 있는 이유는 무엇인가? 그러한 인식들은 시간이 지나면서 변화했는가? |
| 커뮤니케이션 | 주변에 당신과 같은 사람이 있는가? 친구, 직장동료, 가족, 연인?   |
|        | 그들은 어떤 식습관을 갖고 있는가?   |
|        | 당신의 식생활방식 중에서 사람들과 함께 식사를 하거나 조리를 할 때, 어려운 상황은 언제였는가?                                 |
|        | 당신의 식생활에 대해 다른 사람들은 어떻게 생각하는가?  |
|        | 그 사람들은 당신에게 어떤 반응을 보이는가?  |
|        | 당신에게 부정적인 반응을 보이는 사람들이 있었는가?  |
|        | 부정적인 반응을 보이는 사람들은 무엇 때문에 당신에게 그런 반응을 보이는가?  |
|        | 그 사람들이 당신에게 부정적인 반응을 보일 때, 당신은 어떻게 대처하는가?   |
|        | 당신의 대처 이후에 사람들의 반응은 어떠한가?   |
|        | 이후에, 부정적인 반응을 보인 사람들과는 여전히 어려움을 겪고 있는가?   |

## Abstract

# A study on the Interpersonal Communication Experiences in the Practice of Low Carbon Lifestyle in the Food Category

Junghwan Ryu

Dept' of Environmental Planning  
Environmental Management Major

The Graduate School  
Seoul National University

The recent global increase in GHG emissions from food retail, which more than seven-fold from 1999 to 2019, shows that we need to pay attention to the entire food system(Tubiello et al., 2022). This requires a holistic approach to change our lifestyle in the food sector. This paper explores individuals who are aware of the environmental issues of food and implement a holistic lifestyle change in the food category. They communicate at the point of contact with individuals or groups who have different lifestyles. This realm is where they adjust, negotiate, and compromise their meanings. What are they experiencing in the point of communication with others who have different lifestyles

in the food sector when they eat together? This study could be a starting point for discussions about the way of communication needed regarding climate change action and carbon footprint reduction in the food sector in South Korea.

This study is a qualitative research and multiple case study. This paper considers each individual's communication experience as a unit of case and describes and analyzes the communication experience of the participants. The data collection method is mainly face-to-face in-depth interviews with participants living in Gyeonggi Province and Seoul, South Korea, using a semi-structured questionnaire.

Using the theoretical resources of Coordinated Management of Meaning theory, I examined at what level of the meaning construction hierarchy differences with others occur, and what rules and logical forces affect the participants' behavior. I described the communication experiences of participants with others about the impact of food on the environment. This paper tried to identify the differences in the meaning between individuals and the major perceptions they face in the communication process.

The common communication process of participants practicing low-carbon lifestyles is to 'reveal', 'experiencing discomfort' and then to create their own 'strategic communication'. They utilize their created communication strategy in the communication process of 'revealing' again. Afterward, they would experience discomfort again, develop their own communication style, and the communication process seems to be cycled. Although they experienced the discomfort of explaining and revealing their reasons for having their lifestyles, the participants moved back into the 'reveal' phase. Even though they selectively revealed and gave up, they did not give up their diets and lifestyles, but continued to practice and communicate with others.

The participants revealed their low-carbon lifestyles through their own communication strategy, and they experienced difficulties in a variety of relationships, from close family members to more distant relationships. Subsequently, when the participants revealed their dietary habits and environmental awareness, a common negative response from the other party was “diminishing the importance of the participants’ practices” and was the perception of “the concept of food is limited to the body and health”. After experiencing these reactions, the participants utilized their own communication style to convey positive messages of their dietary habits and lifestyles to the other party in a natural way, trying to achieve a mutually desired outcome.

At the same time, the participants were asked to act as communicators or messengers with respect to practicing low-carbon lifestyles of the food sector and environmental issues of food and they also act as influencers to change other’s dietary habits and lifestyle.

Based on the uncomfortable communication experiences of these research participants, this study discussed the need to change the perception of food. The social concept of food should include more conceptual resources out of the relationship between food and ‘body’. This study also argues that it is required to emphasize empowering the individual practice on climate change mitigation in the climate change communication targeted to 20s and 30s. This study shows the importance and role of the participants’ presence and contributes to our understanding of the micro-level changes that occur in the private sphere.

**Keywords:** Low carbon lifestyle, Interpersonal Communication, Climate Change Communication, Food Communication

**Student Number:** 2021-25720