



# 남자들은 항상 나를 잔소리하게 만든다

여자들에게만 보이는 지긋지긋한 감정노동에 대하여

## FED UP

제마 하틀리 지음 | 노지양 옮김

2019년 10월 21일 출간 | 판형 135\*205 | 384쪽 | 15,000원 | 분야 <사회>페미니즘 | ISBN 979-11-90030-22-9 03330

## 책 소개

전 세계 여성들의 열광적인 반응을 이끌어낸  
〈하퍼스 바자〉 200만 뷰 화제의 칼럼!

이름도 없고, 눈에 보이지도 않는 여성들의 감정노동을 본격적으로 다룬 책이 출간되었다. 주목 받는 저널리스트 제마 하틀리는 《남자들은 항상 나를 잔소리하게 만든다》에서 “눈에 보이지 않지만 큰 수고가 들고 시간을 잡아먹으며 진을 빼놓는, 압도적인 비율로 부당하게 여성이 도맡는 ‘마음 쓰이는 일’”인 감정노동을 모두의 눈에 보이도록 수면 위로 끌어올린다. 이 책은 2017년 〈하퍼스 바자〉에 게재되자마자 순식간에 200만 건의 조회 수를 기록하며 폭발적인 반응을 이끌어낸 칼럼 〈여자들은 잔소리하려는 게 아니다. 그저 지긋지긋할 뿐(Women Aren't Nags; We're Just Fed Up)〉을 바탕으로 쓰였다.

이 책에서 제마 하틀리는 이름 없던 감정노동에 이름을 붙이는 데서 더 나아가, 실용적인 조언을 통해 감정노동에 억지로 끌려다니지 않고 감정노동이라는 돌봄의 기술을 제대로 이용하는 방법을 알려준다. 저자의 생생한 경험, 다양한 사례와 인터뷰, 신뢰 있는 학자들의 논의 등을 진지하고 풍부하게 담아내면서도 유머러스함을 잃지 않은 글쓰기가 매력적이다. 우리 아들이 자신의 삶을 더 세심하게 돌보기를 바란다면, 우리 딸들이 다른 이들의 짐을 지지 않기를 바란다면 반드시 읽어야 할 책이다.

**“누구도 내가 요구하기 전에는 손가락 하나 까딱하지 않는다.”**

**: 왜 신경 쓰이는 일들(감정노동)은 여자들에게만 보이는가**

책은 저자가 겪은 어머니의 날 에피소드로 시작한다. 프리랜서로 집에서 일하는 제마는 어머니의 날 선물로 남편에게 청소업체를 불러달라고 부탁한다. 여기에는 청소라는 육체노동은 물론이고 청소업체를 알아보고, 몇 군데 업체를 비교하고, 선택하고, 전화해서 비용을 조율하고, 시간 예약을 잡는 등의 무수한 감정노동에서 벗어나고 싶다는 강한 의지가 담겨 있었다.

하지만 차일피일 미루던 제마의 남편은 결국 자기가 직접 화장실 청소를 하겠다며 나섰다. 점점 난장판이 되어가는 거실과 세 아이를 그녀에게 남겨놓은 채로. 잠시라도 집안의 관리자 역할에서 벗어나고자 했던 제마의 의도는 좌절되었고, 남편은 청소를 했는데 뭐가 문제인지 모르겠다며 그녀를 이해하지 못했다. 심지어 전날 남편이 내려놓은 포장용품 상자를 다시 치우려는 제마에게 남편은 결정적인 한 마디를 날렸다. “나한테 올려놓으라고 하지 그랬어.” 그 순간, 제마는 모든 집안일과 사람을 챙기고 신경 쓰는 건 오직 자신뿐이고 그것이 너무나 당연해졌다는 사실을 뼈저리게 느꼈다. 마음만 먹으면 간단히 해결할 일을, 왜 남자들은 부탁을 해야만 하는 걸까? 왜 남자들의 눈에는 해결해야 하는 수많은 일들이 보이지 않는 걸까? 이러한 질문이 이 책을 쓰게 된 계기가 되었다.

제마 하틀리는 그 이유를 ‘여성들이 모든 감정노동을 떠안고 있기 때문’이라고 말한다. 감정노동(emotional labor)이라는 용어는 사회학자인 엘리 러셀 흑실드가 1983년 발표한 책 《감정노동(The Managed Heart)》에서 처음 등장하며 주목받았다. 흑실드는 서비스 업종 종사자들이 자신

의 감정을 억누르고 통제하여 공적으로 요구되는 말투나 표정을 교환가치로 만들어 상품으로 파는 것을 감정노동이라고 정의했다. 이후 여러 사회학자들이 감정노동이라는 주제를 확장하는 논문을 발표했고, 여성들에게만 감정노동을 요구하는 문화적, 젠더적 차별과 불균형에 대해 연구했다.

제마 하틀리는 이런 연구들을 근거로 감정노동의 정의를 좀 더 확장해 가정과 사회 안에서의 역할관계를 좀 더 명확히 볼 수 있는 렌즈를 제공한다. 제마가 정의하는 감정노동은 내 주변 사람들을 편안하고 행복하게 해주기 위해 대가 없이 하는 보이지 않는 노동이다. 여기에는 감정적인 일, 심리적 과부하, 정신적 부담, 가정 관리, 사무 노동, 그림자 노동이 모두 포함된다. 저자는 책에서 자신의 삶을 생생한 사례로 삼아 감정노동이 그저 짜증나는 집안일과 불만의 원천이 아니라 우리 삶의 모든 영역을 건드리는 문제들의 근본 원인일 수 있으며 우리 문화에 만연한 성차별의 해로운 결과라는 사실을 알리고자 한다.

### **“여자들이 원래 이런 건 잘하잖아?”**

#### **: 여자들에게는 집안일 유전자가 있을까**

제마 하틀리는 첫아이를 임신했을 때 남편과 함께 젓병 건조대를 사러 갔던 경험을 이야기한다. 어떤 제품을 사야 할지 몰라 남편에게 결정해달라고 하자, 남편은 이렇게 말했다. “나야 모르지. 당신 공부 많이 했잖아. 나보다 당신이 잘 알겠지.”

이 에피소드는 우리 사회가 여성에 대해 가지고 있는 고정관념을 적나라하게 드러낸다. 여자는 태어날 때부터 누군가를 돌볼 수 있는 능력을 타고난 것처럼 여기는 것이다. 제마 하틀리는 펜실베이니아주립대학 부교수인 미셸 램지 박사의 말을 인용해 감정노동이 100퍼센트 환경의 영향임을 강조한다.(278쪽) 아이들은 아주 어릴 때부터 가족, 친구, 미디어, 종교, 교육 등 모든 곳에서 젠더 역할을 배우게 된다. 그리고 이 사회는 감정노동이 여성의 영역이라고 말한다.

여성은 어릴 때부터 감정노동을 훈련한다. 엄마와 할머니, 여성 친지들이 날마다 식사를 준비하고 가족의 모든 스케줄을 능숙하게 관리하며 온갖 잡다한 일들이 제대로 되어 가는지 확인하는 모습을 보고 자란다. 처음 누군가를 사귀기 시작할 때, 남자들은 상대에게 매이지 않고 감정적인 애착은 낮간지러워서 피해야 한다고 배우는 반면 여성들은 착한 여자 친구로, 현명한 아내로, 자상한 엄마로 성장할 것을 요구받는다. 내 반응이 상대방의 감정을 상하게 하지 않는지 계산해야 하고, 일을 부탁할 때도 명랑하고 캐주얼한 말투를 유지해야 하며, 불편한 상황에서도 자제하고 참고 즐거운 척해야 한다.

이러한 감정노동의 불평등은 여성들이 자신에게 완벽주의에 가까운 엄격한 기준을 세우도록 만든다. 이른바 사회학자들이 말하는 ‘엄마의 문지기 역할(maternal gatekeeping)’이다. 아이에게 충실하지 않으면, 내조를 잘하지 않으면, 집안일을 완벽히 해내지 않으면 여자들은 죄책감에 시달린다. 자신의 기준을 맞추어야 하다 보니 남자들에게 어설픈게 일을 맡기느니 ‘차라리 내가 하지’라고 생각하게 되고, 스스로를 감정노동의 불평등에서 벗어나기 어렵게 만든다. 여성들은 원래 감정노동을 잘하는 게 아니라 그렇게 만들어진 것이고, 거기서 벗어나지 못하게 길들여지고 있는 것이다.

**“내 기분은 바닥인데도 다른 사람의 기분이 괜찮은지부터 살펴야 하죠.”**

**: 여성들에게만 감정노동을 요구하는 사회가 위험한 이유**

우리 사회는 ‘여자들의 일’인 감정노동은 중요한 일이 아니라고, ‘남자들의 일’인 임금노동이 제대로 된 일이라고 말한다. 그러므로 일하는 여성들이 퇴근 후 집안을 돌보느라 허덕이는 건 당연한 일이 된다. 직장에서 일하다가도 아이와 남편에 관한 일들이 언제 튀어나올지 몰라 항상 감정노동을 할 태세를 갖추고 있어야 한다. 이 책에서 저자는 “여성이 걱정하는 일을 좋아하건 싫어하건 그것은 그 여성이 돈을 받고 하는 일에 바쳐야 하는 집중력을 흠뜨려놓고 직업적 성공을 향해 가지 못하게 그 여성을 넘어뜨리거나 경력을 무너뜨린다.”는 뉴욕타임스 칼럼니스트 주디스 슐레비츠의 말을 인용해, 여성들이 일에서 성취를 이루기가 그토록 어려운 이유 중 하나가 자신을 돌보기 위해 필요한 정신의 용량까지 다 써버릴 만큼 감정노동을 홀로 떠안아야 하기 때문이라는 사실을 밝히고 있다. (31쪽)

고객 응대라는 형태의 감정노동을 요구하는 서비스직 종사자라면 남성과 여성의 차이가 없지 않을까? 놀랍게도, 이 경우에도 역시 남성과 여성에게 기대하는 감정노동이 다르게 작동한다. 저자는 여자 승무원과 남자 승무원 사이의 확연한 차이를 지적한 흑실드의 논문을 인용한다. “여성들은 분노와 공격성을 참는 법을 훈련하여 고객들에게 ‘순한 모습’을 보인다. 남성들은 규칙을 어기는 사람에게는 강하게 나가도 된다는 암묵적 약속 안에서 두려움과 연약함을 이겨내는 훈련을 한다.”(202쪽)

집에서도, 집 바깥에서도 여성들은 항상 감정노동에 최전선에서 있다. 여성의 공손한 행동, 편만한 미소, 경청, 따뜻한 말은 타고난 성향이라기보다는 낮은 지위의 사람이 위사람과의 관계 속에서 길러진 성격적 특성이다. 사회적으로 여성이 남성보다 낮은 위치에 있어야 한다는, 그래서 남성에게는 고분고분하고 순종해야 한다는 암묵적 동의를 나타낸다고 볼 수 있다. 탁월한 성취를 이룬 여성에게는 ‘너무 드세다’ ‘독단적이다’ ‘정치적이다’라는 등의 꼬리표가 붙는다. 사회가 요구하는 감정노동을 거부한 대가인 것이다.

여성에게 끊임없이 감정노동을 요구하는 사회적 분위기는 이제 여성들이 감정노동을 하지 않으면 생존조차 보장할 수 없는 지경에까지 이르렀다. 감정노동에 대한 기대가 강간 문화를 가능하게 하는 것이다. 직장에서 성추행을 당했을 때, 여성들은 이렇게 생각한다. ‘직장에서 잘릴 수도 있어. 찍힐 수도 있어. 따돌림당할 수도 있어. 밀려날 수도 있어. 난 그런 일을 감당할 자신이 없어.’ 그러므로 여성들은 안전하게 살아남기 위해 입을 다문다. 가정에서 학대를 겪는 여성들이 가정을 떠나지 못하는 이유도 비슷하다. 어릴 때부터 자신의 안녕보다 타인의 행복을 우선하도록 요구받았기 때문에 자신의 폭로가 다른 가족들에게 피해를 줄까 봐 걱정하는 것이다.

이처럼 여성에게만 요구되는 감정노동은 여성의 생존까지도 위협한다. 제마 하틀리는 2019년 맨부커상 수상자인 마거릿 애트우드의 문장을 인용한다. “남자는 여자가 자기를 비웃을까 봐 두렵고, 여자는 남자가 자기를 죽일까 봐 두려워한다.”(251쪽) 이 문장은 감정노동의 불균형이 불러오는 해악을 단적으로 보여준다.

**“그놈의 돕는다는 소리 좀 그만할 수 없어?”**

**: 여자들은 동등한 주도권을 가진 파트너를 원한다**

“그놈의 돕는다는 소리 좀 그만할 수 없어? 살림도 돕겠다, 애 키우는 것도 돕겠다, 내가 일하는 것도 돕겠다. (...) 왜 남의 일에 선심 쓰는 것처럼 그렇게 말해?”

영화 개봉으로 다시 화제가 된 베스트셀러 《82년생 김지영》에서 여성 독자들이 가장 격하게 공감한 부분으로 첫손에 꼽는 구절이다. 제마 하틀리가 남편의 태도에서 가장 분노한 지점도 바로 그것이다. 육체적인 가사노동은 분담하면서도 감정노동은 외면하고 책임을 회피했기 때문이다. 왜 어떤 일을 해야 하는지 알아채는 사람이 언제나 나야 하는가? 그 일을 누구에게 시킬지 말지 결정하는 것도 왜 나야 하는가? 왜 같은 대화를 하고 또 해야 하는가?

부탁하지 않아도 일을 해달라는 말은 도움이 필요하다는 뜻이 아니라 파트너십이 필요하다는 뜻이다. 돕는다는 건 ‘이건 내 일이 아니야’, ‘당신에게 내가 호의를 베푸는 거야’, ‘이건 당신 책임이지’라는 뜻이다. 반면 온전한 파트너십은 한 사람이 모든 일을 책임지고 배분하고 세세히 관리하지 않는 것을 의미한다. 도움이라는 개념에서 벗어나 동등한 태도로 함께 책임을 진다는 뜻이며, 가정 안에서의 가부장제를 해체하는 것을 의미한다.

감정노동은 우리에게 분노와 스트레스를 안겨주기도 하지만, 우리 모두를 더 충만하고 진정성 있게 살아가도록 만들어주는 중요한 능력이기도 하다. 감정노동은 사회적 유대를 강하게 하고, 생활에 질서를 부여하고, 서로에 대한 관심과 사랑을 유지하게 해준다. 감정노동은 분명 가치 있는 일이지만 또 어려운 일인 것도 사실이다. 그러므로 어느 한쪽으로 감정노동을 전가하는 것은 부당하다. 제마 하틀리는 감정노동의 불균형을 개선하는 일은 부부의 행복을 위한 것이기도 하지만, 더 큰 목표는 아이들의 미래가 더 나아지는 것임을 강조한다. 우리의 감정노동이 가치 있음을 인정하고, 파트너와 함께 삶의 모든 부분에서 함께 책임을 지고, 파트너가 없어도 독립적인 삶을 꾸려갈 수 있도록 만드는 것이 이 책의 목표다. <타임>의 서평처럼, 《남자들은 항상 나를 잔소리하게 만든다》는 가정에서의 변화를 위한 강력한 도구가 될, 작은 혁명과도 같은 책이 될 것이다.

## 저/역자 소개

**제마 하틀리(Gemma Hartley)**



저널리스트이자 작가. 네바다대학교 리노캠퍼스에서 문학을 공부했다. 《코스모폴리탄》, 《하퍼스 바자》, 《워싱턴포스트》, 《허핑턴포스트》, CNBC 등에 글을 기고한다. 페미니즘에 기반한 여성의 삶과 건강, 문화에 관한 글을 주로 쓴다.

어머니의 날 겪었던 일과 감정을 담아 쓴 칼럼 <여자들은 잔소리하려는 게 아니다. 그저 지긋지긋할 뿐(Women Aren't Nags; We're Just Fed Up)> 이 폭발적인 반향을 일으키며 화제가 되었

고, 칼럼을 기반으로 쓴 《남자들은 항상 나를 잔소리하게 만든다》는 스웨덴, 독일 등에도 번역 출간되었다. 제마는 미국, 캐나다, 오스트레일리아 등 세계 각국의 언론에 출연하며 남녀가 감정 노동의 균형을 맞추고 함께 삶을 만들어가야 한다는 메시지를 전하고 있다. 미국 네바다주 리노에서 남편과 세 아이, 강아지, 고양이와 함께 살고 있다.

## 웬진이 노지양

연세대학교 영어영문학과를 졸업하고 라디오 방송작가로 활동했으며 현재 전문번역가로 일하고 있다. 에세이 《먹고사는 게 전부가 아닌 날도 있어서》를 썼으며, 《나쁜 페미니스트》, 《형거》, 《여자라는 문제》 등 80여 권을 우리말로 옮겼다.

## 책 속에서

나는 남편이 열쇠를 어디에 놓았는지 모를 때 답을 아는 사람이고 결혼식이 몇 시에 시작되는지 아는 사람이고 그때그때 알맞은 옷차림을 정해야 하는 사람이다. 오렌지 남은 거 있어? 초록색 스웨터 어디 있어? 누구 생일이 언제더라? 우리 저녁 뭐 먹어? 나는 모든 종류의 복잡한 목록들을 머리에 한가득 얹고 산다. 내가 원해서일까? 나밖에 할 사람이 없어서다. 나 아니면 누가 아이 학교 알림장을 읽나. 나 아니면 누가 친구의 포틀럭파티에 무엇을 가져갈지 계획하나. 어느 누구도 내가 요구하기 전에는 손가락 하나 까딱하지 않는다. 이유는 단 하나, 이제까지 계속 그래왔기 때문이다.

-17쪽

치약이 다 떨어져가는 걸 알아채는 사람도 당신이고, 다 쓴 화장실 휴지를 새로 걸어놓는 사람도 당신이다. 동료들을 위해 퇴근 후 회식 장소를 검색하는 것도 당신이다. 자신의 감정을 억누르면서 다른 사람들의 감정을 알아채고 인정하는 사람이다. 항상 눈을 크게 뜨고 세세하게 신경쓰면서 모든 일을 무사히 굴러가게 하고 모든 일을 해내는 사람이다. 알고 보면 이런 종류의 노동을 수행하는 데는 굉장한 시간과 정력이 소요된다. 우리 뇌는 멈추지 않고 돌아간다. 그러나 이 일은 큰 대가를 치르게 된다. 우리 자신을 돌보거나 나의 직업을 위해 노력하거나 나의 생활과 행복을 위해 사용되어야 할 정신의 용량을 다 써버리기 때문이다.

-33쪽

나는 화장실에 가고 싶을 때마다 버튼을 눌러서 도와줄 사람을 찾아야 했다. 잠도 못 자고 약 기운 때문에 혼미한 상태였고 회음부 통증으로 제대로 앉을 수도 없는데 내 앞에 산더미 같은 정보가 쏟아졌다. 나는 방금 아기를 낳았다고요. 이걸 지금 내가 해야만 하나요? 내 남편이, 신체 건강하고 정신도 말짱한 남편이 옆에 멀뚱하니 앉아 있는데 말입니다. 모유를 먹이거나 기저귀를 갈 때마다 남편이 시간을 기록하고 서류도 읽어보고 체크도 하면 되지 않나? 지금 내 상태를 고려한다면 그게 상식적이고 유일한 해답으로 보였다. 하지만 병원에 있을 때 간호사는 오직 나에게만 지시 사항을 전달했다.

-87쪽

친구들이 요즘에 어떻게 지내냐고 물으면 딱히 대답할 말도 없었다. 하루 종일 집에서 아이를 보

고 있었다. 어떤 옷을 입고 어떤 밥을 주고 어떤 놀이를 할까, 머릿속으로 궁리했다. 아이 몸무게가 늘고 있는지 걱정하고 낮잠을 깨울 때마다 유아 돌연사 증후군으로 죽는 건 아닌지 염려했다. (...) 별일 없이 무사히 지나간 하루에도 머릿속으로 내 생각을 할 수가 없었다. 내 인생을 더 의미 있게 해주었던 진지한 생각을 할 수 없었다. 나의 정신적 에너지를 가장 많이 앗아가는 일은 극히 적은 감정적 보상만 주었다. 항상 영혼이 빠져나간 기분이었다. 그제야 왜 여성들이 엄마가 되면서 자신을 잃어버리는지 이해했다. 나의 내면, 나의 창조적 생활, 나에게 의미를 주는 삶을 허락할 정신적·감정적 여유가 남아 있지 않았다. 하루가 끝나면 내 머릿속에는 나에게 줄 수 있는 어떤 것도 남아 있지 않았다.

-155쪽

그전까지만 해도 이 모든 감정노동을 도맡는 건 내가 전업주부이기 때문이라고 생각했다. 나는 몰랐다. 워킹맘이 된다고 해도 감정노동의 불균형 문제는 해결되지 않는다. 워킹맘도 다른 종류의 세부사항을 다루고 어찌면 더 강도 높게 다룰 뿐 전업주부와 같은 배에 타고 있다. 남편의 실직 후에 나는 우리 각자가 일하는 시간과 버는 돈이 해결해줄 수 없는 깊은 분리가 존재한다는 사실을 배웠다. 내가 풀타임으로 일을 하건, 집에 있건, 돈을 벌건 그런 건 중요하지 않았다. 어찌다 보니 감정노동의 대부분을 수행하는 건 그저 나였다. 남편은 절대 맞닥뜨리지 않는 문제였다.

-176쪽

혹실드는 논문에서 여자 승무원과 남자 승무원 사이의 확연한 차이를 지적한다. 서비스 업계에서 남녀 모두 감정노동을 수행하지만 사람들이 젠더에 갖는 기대에 따라 감정노동 또한 다르게 작동한다. “여성들은 분노와 공격성을 참는 법을 훈련하여 고객들에게 ‘순한 모습’을 보인다. 남성들은 규칙을 어기는 사람에게는 강하게 나가도 된다는 암묵적 약속 안에서 두려움과 연약함을 이겨내는 훈련을 한다.” 남성들은 여성들과 다르게 권위 유지하기를 연습하고, 여성들은 공손한 태도를 연습한다.

-202쪽

힐러리 클린턴이 대선 출마 선언을 했을 때부터 수많은 사람들이 미간을 찌푸리며 왈가왈부했다. 충분히 여성스럽지 않다(“항상 단정하고 딱딱한 바지 정장만 입기 때문에 우리에게 옷 트집 잡을 기회조차 주지 않아!”). 차갑고, 계산적이고, 너무 목소리가 크다. “친근하지” 않다. 한편 2008년 뉴햄프셔 경선에서는 눈물 몇 방울을 흘렸다는 이유로 입방아에 올랐다. 69세 여성의 신체에 대한 기초 지식이 희박한 몇몇 정치 평론가들은 여성 특유의 호르몬 변화 때문에 평정심과 강인함을 갖춘 리더가 되기에는 부족하다고 평했다. 정리하자면 그녀는 편안함을 주기엔 너무 남성적이었고, 미국의 대통령이 되기엔 너무 여성적이었다. 이 승산 없는 게임은 그녀의 정치적 역량은 딱 거기까지라고, 거기가 그녀가 올라갈 수 있는 최선이라고 말하고 있었다.

-222쪽

“도움”이 아닌 온전한 파트너십을 원한다는 건 양쪽 다 생각하고 행동해야 한다는 뜻이다. 우리 집안에서 해야 할 일을 정확히 절반씩 나눠서 하자는 의미가 아니다. 나의 방식이 최고의 방식

이 아닐 수도 있다는 것을 인정하는 일이다. 우리가 믿어온 편견과 반쪽 진실을 직면하는 일이다. 우리 파트너는 나의 꼼꼼한 지시 없이는 집안일을 제대로 하지 못한다는, 여자는 정리 유전자를 갖고 태어났고 반들반들한 싱크대를 매우 필요로 한다는 생각들 말이다(이 편견만큼은 버리기 어렵지만 노력하고 있다). 서로 못 보던 사각지대를 찾아내고 그곳에 빛이 들어오게 해야 한다. 나 자신도 변하려고 노력해야 한다. 파트너가 변하길 원한다면 마땅히 그래야 한다.

-307쪽

## 차례

프롤로그: 바닥에 뒹구는 수납함을 보는 순간, 눈물이 터졌다

### 1부 집에 있는데 뭐가 힘드냐는 사람들에게

1. 남편에게 같은 질문을 다섯 번째 반복하던 날
2. 임신과 육아가 내게 떠맡긴 것들
3. 내려놓으라고? 그럼 누가 하는데
4. 집안일을 많이 도와주면 고마워해야 할까
5. 왜 이런 일은 내 눈에만 보이는지

### 2부 집 밖에 나가도 달라지는 건 없겠지만

6. 워킹맘도 전업맘도 벗어날 수 없는 것
7. 회사에서도 상냥한 역할은 사양합니다
8. 리더가 되기엔 너무 감정적이라고?
9. 우리가 참아온 대가
10. 지긋지긋한 싸움 끝내기

### 3부 이젠 잔소리를 끝낼 시간

11. 여자들에겐 집안일 유전자가 있을까
12. 감정노동에 대해 이야기하기
13. 인정할 건 인정하자
14. 선을 그으면, 더욱 가치 있는 일이 된다
15. 버릴 것과 남길 것

감사의 말

주

## 추천의 말

“여성 독자라면 분명 소모적이고 열불 나는 감정노동의 수많은 일화들에 절대적으로 공감할 것

이다. 하지만 이것은 남자들을 위한 책이기도 하다. 사이클을 깨기 위해서는 남자들이 행동에 나서야 한다.”

-북리스트

“변화를 위한 강력한 도구가 될, 작은 혁명과도 같은 책. 이 책의 가장 큰 가치는 너무 자주 ‘여자들의 잡다한 일’로 여겨지는 감정노동이 더럽게 힘든 일임을 확인시켜주는 데 있다.”

-타임

“이 책은 가정에서의 젠더 평등을 쟁취해낸 챔피언이다.”

-더 타임스