



이혼 리얼리티 예능 프로그램, 비판적으로 살펴보기

김수아 서울대학교 언론정보학과, 여성학협동과정 부교수

가족의 변화와 리얼리티 쇼의 소재로서의 이혼

리얼리티 예능 프로그램은 상대적으로 제작비는 적게 드는 반면, 사람들의 호기심을 끌 수 있는 자극적인 소재를 활용하여 안정적인 시청률과 화제성을 확보할 수 있어 방송국 입장에서는 유용한 콘텐츠 포맷이라고 할 수 있다. 출연료 부담이 큰 유명 연예인을 고용하지 않아도 되고, 장소 섭외나 미술, 특수효과 등의 고비용 처리가 되어야 하는 부분 역시 적다. 이러한 맥락에서 연애 리얼리티를 비롯한 각종 리얼리티 쇼 장르는 글로벌 인기 장르가 되었으며, 한국 역시 마찬가지이다. 넷플릭스가 한국 자체 제작 연애 리얼리티 쇼를 연이어 성공시키고 있는 것에서 볼 수 있듯, 비연예인이 등장하고 가감 없이 사생활과 감정을 노출하면서 극적 구조를 만들어가는 리얼리티 쇼는 이제 우리 영상 문화의 핵심 장르로 자리 잡게 되었다.

이러한 리얼리티 쇼 장르에서 최근 새롭게 부각되고 있는 ‘리얼’의 영역은 이혼, 그리고 이의 바탕이 되는 가족 내 불화 소재이다. 이는 한국 사회의 인구 구조와 가족에 대한 인식 변화를 반영하는 소재라고 할 수 있다. 우리나라의 조이혼율(인구 1천명당 이혼 건수)은 2024년 기준으로 1.8건인데, 2003년 3.4건으로 최고치를 보였던 이후 2020년대 들어 2건 이내로 비

수준을 유지하고 있는 상황이다.¹⁾ 1970년대 0.4건 정도였던 조이혼율은 가파르게 증가해 왔으며, 이에 따라 시민들의 이혼에 대한 인식 역시 조금씩 달라지고 있다. 국가데이터처에서 발행하는 <사회조사> 결과를 보면, 2006년 조사에서는 “어떤 이유라도 이혼해서는 안 된다”에 동의하는 비율이 19.5%였던 데 비해, 2024년에는 6.1%로 크게 줄어들었다. 반대로 “이유가 있다면 이혼하는 것이 좋다”라는 인식은 2006년 기준 6.8%에서 2024년 20.5%로 증가하였다.²⁾

하지만 사회 제도, 일상생활 및 동료와 시민 관계에서 이혼에 대한 차별은 잔존하고 있으며 이혼은 남 보기 부끄러운 것, 인생의 실패, 자녀에게 입히는 상처 등으로 인식되는 경우가 여전히 존재한다(김명찬, 2022). 가정의 ‘파탄’을 막는 것이 좋다는 인식은 제도 수준에서도 작동하고 있다. 우리나라는 2008년 「민법」 개정을 통해 이혼숙려기간 제도를 도입하였는데, 이 제도 도입 당시 제시된 중요한 근거 중 하나는 성급하고 경솔하게 이루어지는 이혼을 막는다는 것이었다. 또한 협의이혼제도 하에서 이혼 관련 상담을 맡는 상담위원들의 활동 동기를 조사한 결과, 가정의 회복과 건강 가정 수립에 일조하겠다는 거나, 이혼을 숙고할 기회를 주고 싶다는 것이 상위에 등장하는 등(이상욱, 2019) 이혼을 ‘가능하면 막아야 한다’, 이혼 가정은 ‘건전한 가정’ 형태가 아니라는 대중적 인식은 상당히 뿌리 깊게 자리하고 있다고 할 수 있다.

한국의 방송 역시 ‘건전한 가정’을 중요한 이념적 가치로 삼아 왔다. 1970년대의 방송 심의 기준에는 ‘혼인제도와 가정생활을 해칠 우려가 있는 내용을 억제’하라는 내용이 포함된 바 있고, 박정희 정권 후반기에는 가정, 가족, 결혼제도의 질서 유지를 공익으로 설정하면서 방송을 규제한 바 있다(백미숙·강명구, 2007). 2008년 방송통신심의위원회 설립 후 정비된 「방송심의에 관한 규정」 제25조 제2항에도 “방송은 가족공동체의 가치를 존중하며, 가족 내 평등하고 민주적인 관계에 이바지하여야 한다.”는 조항이 설정되어 있는 점으로 미루어 볼 때 ‘가족의 안정’이라는 가치는 한국 방송이 지켜야 하는 윤리성의 정서적 기초라고 할 수 있다.

이에 따라 과거 한국 방송이 받았던 비판 중 하나는, 주부 대상 방송 등에서 진행되어 온 부부 상담 포맷이 가족의 회복을 지나치게 강조한다는 점이었다. 결혼 생활의 문제와 고통에 대한 여성들의 토로는 “가정을 지켜야 한다”라는 사회적 정서 속에서 여성이 견뎌야 하는 것으로 여겨져 왔다. 이러한 맥락에서 보자면, 방송에서 공적으로 이혼의 현실을 드러내는 것은 정상 가족, 건전한 가족 등의 틀 안에서 언급하기 어려웠던 가족 내 폭력과 같은 여러 문제를 공개적으로 다루고, 가족 내의 갈등 발생 이유에 대한 탐색과 민주적 관계에 기반한 해

1) 조이혼율 관련 통계는 통계청의 보도자료를 참조하였다. 통계청, (2025. 3. 20), 2024년 혼인·이혼 통계, <https://www.korea.kr/briefing/policyBriefingView.do?newsId=156679907>

2) 이혼에 대한 인식 지표는 국가데이터처 <사회조사> 결과를 제공하는 지표누리 자료를 참고하였다. 지표누리, (2025. 11. 9), 이혼에 대한 인식, <https://www.index.go.kr/unity/potal/indicator/IndexInfo.do?clasCd=10&idxCd=F0045>

결 방안을 모색할 수 있는 가능성을 여는 일이라고도 할 수 있다. 하지만 한편으로, 시청률 상승과 화제성을 모으기 위한 목적으로 제작되는 리얼리티 쇼에서 '관계에 기반한 민주적 해결 방안 모색'만을 다룰 것인지에 대한 의문 역시 제기되고 있다. 이는 최근 화제가 된 이혼 리얼리티 예능들이 변화한 사회상 및 평등한 가족의 개념에 대한 몰이해, 그리고 출연자의 권리보호 방안 미비 등 여러 문제점을 보이고 있다는 점과 무관하지 않다.

이혼 리얼리티 쇼와 가족에 대한 문제제기

불륜과 이혼이 방송극의 주요 소재였던 것은 오래된 일이다. 대표적으로 1999년부터 방영되어 오랜 기간 금요일 시청률 상위권을 차지했던 <부부클리닉 사랑과 전쟁>은 이혼 조정 법정을 모티브로 하여 제작되었다. 실제 이혼 사례를 바탕으로 제작되었다고 알려져 있으나, 19세 이상 관람가 등급으로 제작되면서 자극적 편집과 극적 구조를 갖고 있었으며, 일종의 '막장 드라마'처럼 인식되곤 했다. 이처럼 극화 형식으로 제공되어 일정 정도 거리두기를 가능하게 했던 드라마 형식의 이혼 소재 콘텐츠들은 2020년대 들어서 종편을 중심으로 본격적으로 리얼리티 쇼 영역으로 들어왔다. 2020년 TV조선이 <우리 이혼했어요>를 방송한 바 있고, 2024년 MBN은 <한 번쯤 이혼할 결심>을 제작했는데 이 프로그램들은 유명인이 출연한 경우이다. 비연예인이 출연하는 JTBC <이혼숙려캠프>가 시청률 동시간대 1위를 차지하면서 본격 이혼 리얼리티 예능의 성공시대를 알리게 되었다. 이들 이혼 리얼리티 프로그램들은 부부간 갈등을 드러내면서 위자료 산정 혹은 패널 토크 등을 통해 잘잘못을 가리는 포맷을 취한다. 예컨대 <이혼숙려캠프>는 현행 법제도에서 제공하는 이혼숙려기간 제도와 같이 가사조사관과 전문가들이 이혼을 실제 하게 되면 위자료를 어떻게 할 것이며 실제 가정생활이 어떻게 변하게 될지에 대한 조인과 상담을 제공하여 이혼에 대한 판단을 돕는다는 콘셉트를 가지고 있다.

구조적으로 보면 이러한 이혼 리얼리티 쇼들은 가족 관계의 복잡성과 딜레마들을 노출하고, 출연자들이 자신이 가진 문제점과 관계적 역량 부족을 직면하게 하는 역할을 기대할 수 있는 것처럼 보인다. 또 가부장제 하에서 남성적 권력관계에 따른 불평등한 상호작용이나 가사 배분의 문제 등이 드러나고 이에 대한 조인이 주어진다는 점에서, 우리 사회에서 변화하는 젠더 관계와 가족의 의미 변화를 고찰할 수 있는 기회를 제공할 가능성도 있다. 부부간 성관계에 대한 요구가 어떤 맥락에서 폭력이 될 수 있는지를 알려주고, 언어폭력에 대한 인식을 새롭게 한다는 점, 육아에 대한 책임의 설정 등 사회적 문제 설정 기능도 있다. 리얼리티 쇼로서의 이혼 예능 프로그램들은 스타 심리 상담가와 전문의를 탄생시켰는데, 이들의 조언을 자신의 가족 관계와 결혼 생활에 비추어 보고 변화를 꾀하게 되었음을 고백하는 시청자들이



있는 것 또한 사실이다.

그러나 우리 사회에 뿌리 깊게 자리한 ‘가족의 파탄을 막는다’라는 정서가 연예인 패널들을 통해 표현되는 경우가 적지 않다. <우리 이혼했어요>의 경우 재결합을 하지 않겠다는 결정을 한 출연자가 심한 악성 댓글에 노출된 경우도 있었다. 이는 한부모 가족을 자연스러운 가족 형태의 일부로 보지 않는 시각이 은연중에 표출되고 ‘자녀를 위해서는 이혼하는 것이 바람직하지 않다’는 우리 사회의 인식이 드러난 사례라고 볼 수 있다. 또 이 경우, 이혼으로 인해 부담하게 되는 남성과 여성의 어려움은 서로 다르고 젠더화되어 있어 사회적으로 서로 다른 효과를 낸다는 것을 짚어내지 못하기도 했다.

이혼 리얼리티 프로그램들이 예능의 성격을 가지기 위해 자극적 편집과 갈등을 강조하며 무엇보다 삶의 일부를 노출하고 있다는 점에서, 가정생활의 내밀한 부분과 출연자들의 일상이 방송사에 의해 무책임하게 오락거리가 된다는 비판은 피할 수 없다. 성관계에 대한 언급은 물론, 자녀나 원가족의 이야기 역시 노출되고 있으며, 현장 영상이라는 맥락에서 부부간 일상 속의 대화와 다툼, 그리고 출연자들의 잘못이 집중적으로 부각된다. 사회 구조 속에서 젠



더 관계의 불평등이 가족 내 관계 역시 재구조화하고 있는 부분에 대한 고찰이나, 신자유주의적 경제체제 하에서 출연자 가족이 가진 취약적 조건, 삶의 맥락 등에 대한 고려 없이 오로지 개인의 책임과 심리 문제로 환원되어 진단되고 있다. <이혼숙려캠프>의 경우 심리생리검사(거짓말탐지기)를 도입하여 부부 상호 간의 속마음을 알아보는 시간을 갖는데, 이 질문들이 종종 이혼에 도움이 되는 방향도, 재결합에 고려될 수 있는 사항도 아닌 자극적 질문들로 흐르는 경우 역시 적지 않다.³⁾ 결과값이 판정 불가가 되는 경우도 있고 해당 검사 자체가 정확도가 불충분하여 법적 효력을 인정받지 못한다는 점을 고려하면 오히려 갈등을 부각하는 장치로서의 기능이 더 크게 나타나고 있다. 또 구성된 질문들의 자극성이 높아 이에 대한 출연자의 대답이 진실 혹은 거짓일 경우 모두 비난의 대상으로 구성되기 좋은 상황이 만들어지고 있는 것이다.

교정과 조안을 위한 맥락이라고 해도, 이것이 ‘방송’ 특히 디지털의 형태로 지속적으로 영향력을 미칠 수 있는 상황에서 한 개인의 불안정하고 부정적인 행위와 심리 양상들이 세세하게 공개되어야 할 공익적 필요성이 있다고 할 수 있을까? 출연 부부마다 붙여진 별칭들은 관련

3) 예를 들어, 상대를 집에서 키우는 개보다 못하게 여기고 있지 않는지, 이제까지 부인해 온 불륜 의심 사건이 진실인지 아닌지 등을 묻는다.

연예 뉴스에 등장할 뿐 아니라 구글과 같은 포털 사이트의 검색어로 남고 있다. 인간은 변화하는 존재이고 또 변화할 수 있는 존재임에도, 이들의 인생이 몇 시간의 방송 분량으로 축약되면서 비난 가능한 대상으로 영속성을 갖고 디지털 공간에 떠돌 가능성이 높아지는 것이다.

리얼리티 쇼 출연자에 대한 보호: 규정과 윤리 기준 미비와 시청자의 책임

우선 논의되어야 할 사항은 이러한 리얼리티 쇼에 참여하는 비연예인 출연자들의 안전과 정신적 건강에 대한 문제를 방송 제작사와 우리 사회가 건전한 방식으로 고려할 수 있는지일 것이다. 이혼 리얼리티 예능은 예컨대 연애 리얼리티 쇼와는 다른, 훨씬 더 극적인 갈등을 담을 수밖에 없는데, 이혼의 '귀책'을 다루는 과정에서 개인의 문제를 집중 조명하게 되고, 사회적으로 비난받는 불륜, 도박, 알콜 중독 등의 소재를 노출하거나 편집을 통해 더 극적으로 묘사한다. 이때 이러한 삶을 노출하게 되는 비연예인 출연자가 보호받을 가능성은 매우 낮다. 프로그램에 참여하는 비연예인 출연자들은 대체로 경제적 상황이 불안정한 경우가 많으며, 이에 따라 이후 자신을 보호할 수 있는 고비용의 조치를 감당하기 어렵다. 이혼의 책임이 누구에게 더 크게 있는가를 따지는 맥락이 부각되는 프로그램 내용에 따라 시청자들이 스스로 이혼 법정의 판사 혹은 범위를 캐는 수사관이 되어 출연자를 판단하고 비방하기 시작하는 것 역시 막기 어려운 일이다.

이러한 문제를 줄여보겠다는 의도로 이혼 리얼리티 예능 중 일부 프로그램은 유튜브 댓글란을 막고 있다(예: <한 번쯤 이혼할 결심>, <이혼숙려캠프>). 하지만 초기 프로그램들, 예컨대 TV조선 <우리 이혼했어요>의 경우에는 이러한 조치가 이루어지지 않았다. 게다가 유튜브나 관련 뉴스의 댓글란을 막는 것은 출연자에게 가해지는 비난의 일부를 가리는 것에 불과하다. 출연자의 SNS를 찾아가 직접 모욕적인 글을 남기는 일이 발생하기도 한다. 또한 SNS, 커뮤니티, 블로그와 같은 형태의 재생산 게시물들은 조회수를 노리고 프로그램 직후 다수 생산·유통되기 때문에 출연자들이 받아야 하는 디지털 공간의 모욕을 제어하거나 줄이기는 쉽지 않다. 그래서 리얼리티 쇼의 문제 중 하나는 결국 시청자를 '감독'할 수 있는 장치가 전혀 없다는 점에 있다. 물론 모든 문제가 시청자에게 있다고만 할 수는 없다. 그러나 시청자가 이 문제의 일부라는 점 역시 중요하다. 이러한 프로그램들은 시청자와 방송사 간 이해관계가 상호적으로 작동하면서 생산된다. 자극적 프로그램을 흥미로워하는 시청자의 욕구가 시청률과 화제성 지표로 드러나고 방송사들은 시청자들이 원한다면 더 욱 자극적 콘텐츠를 제공하는 일이 일어나는 것이다. 오래전부터 리얼리티 쇼는 시청자들의 관음증적 욕망을 자극하고, 폭력적 상황을 그대로 노출하면서 공격성을 소비하게 하는 장르라는 비판을 받아온 바 있다 (Dixit, 2022).

영국의 오프콤(Ofcom)은 2020년 리얼리티 쇼에 참여한 사람들을 보호하기 위한 새로운 규정을 발표한 바 있다.⁴⁾ 리얼리티 쇼 출연자들의 자살 사건이 이어지면서 프로그램을 통해 대중의 폭력적 시선에 노출되도록 한 방송의 책임을 문제 삼은 것이다. 오프콤의 지침은 “프로그램이 언론이나 소셜 미디어의 높은 관심을 끌 가능성이 있는 경우, 프로그램에 갈등이나 감정적으로 힘든 상황이 포함되는 경우, 또는 출연자가 인생을 바꿀 만한 중요한 내용이나 사적인 부분을 공개해야 하는 경우”에는 제작진이 적절한 주의를 기울여야 함을 명시하고 있다. 이혼이라는 과정은 이 지침이 제시하는 바에 모두 해당하며, 무엇보다 이후 실제 출연자의 인생이 바뀌게 된다. 이혼을 리얼리티 쇼의 소재로 삼고자 한다면, 출연자 보호와 이에 대한 적절한 주의를 일차적으로 이루어져야 하는 것이다.

물론 적절한 주위가 어떠한 범위까지이며, 실제적으로 디지털 환경에서 어느 정도까지 도움을 줄 수 있을지에 대해서는 의문이 제기될 수 있다. 그러나 이러한 규정의 존재는 제작진이 어떤 것을 리얼리티 쇼의 소재로 삼아도 되는지, 그리고 사전에 무엇을 고려해야 하는지에 대한 숙고에 도움을 준다. 또한 출연하려는 사람 역시 이러한 숙고 과정에 참여하면서 자신이 향후 겪을 수 있는 위험과 어려움에 대해 사전에 인지할 수 있다. 여러 리얼리티 프로그램 출연자들이 프로그램 출연을 후회하고 있고 <우리 이혼했어요>의 참여자 중에도 이러한 소회를 공격적으로 밝힌 바 있다는 점에서, 출연하려는 의지를 가진 사람들이 현재의 디지털 미디어 환경에서 경험할 수 있는 고통과 어려움을 사전에 이해하는 것은 필요한 과정이라고 할 수 있다.

우리 방송의 맥락에서도 관련 규정의 정비가 필요할 것으로 보이며, 무엇보다 방송국 자체적인 윤리 기준을 확립해 가는 것이 필요하다. 댓글 비허용과 같은, 시청자의 악의로부터 출연자를 보호하기 위한 조치들이 다양한 방식으로 고려될 필요가 있다. 또한 프로그램 말미에 시청자들에게 무차별적인 모욕적 댓글이나 코멘트를 하지 않도록 안내하는 내용을 포함할 필요성도 있다. 이때 모든 책임을 시청자에게 돌려서는 안 된다. 리얼리티 쇼에 대한 여러 연구들은 카메라의 움직임이나 편집 방식, 패널의 발언 등이 결국 출연자를 비난하도록 유도하고, 이를 소비하는 대중들이 도덕적 우월감을 갖게 만드는 방식으로 시청률을 확보하려 한다는 점을 시사하고 있다. 결국 제작자가 제작 방식에 대해 깊이 고민할 때 이혼 리얼리티 쇼를 소비하는 시청자의 행태 역시 바뀔 수 있다. 출연자를 어떻게 보호할 것인가라는 질문을 중심으로, 변화하는 가족 관계를 충분히 반영하면서 한부모 가족에 대한 편견을 해소하는 데 기여하는 방식으로 이혼 리얼리티 예능 프로그램이 제작될 수 있기를 바란다. 🍵

4) 이하의 내용은 Ofcom의 지침을 정리한 것이다. Ofcom, (2020, 12, 8). Protecting participants in TV and radio programmes, <https://www.ofcom.org.uk/siteassets/resources/documents/consultations/category-2-6-weeks/158317-protecting-participants-in-tv-and-radio-programmes/associated-documents/statement-protecting-participants-in-programmes.pdf?v=325612>

참고 문헌

- 김명찬. (2022), 자녀가 있는 중년남성의 이혼 관념 재구성 경험에 관한 자문화기술지, 질적탐구, 8(4), 259-286.
- 백미숙·강명구. (2007), '순결한 가정'과 건전한 성윤리, 한국방송학보, 21(1), 138-181.
- 이상욱. (2019), 협의상 이혼 제도의 개선 방안, 영남법학, 48, 167-190.
- 통계청 보도자료. (2025, 3, 20), 2024년 혼인·이혼 통계, <https://www.korea.kr/briefing/policyBriefingView.do?newsId=156679907>
- 지표누리. (2025, 11, 9), 이혼에 대한 인식, <https://www.index.go.kr/unity/potal/indicator/IndexInfo.do?clasCd=10&idxCd=F0045>
- Dixit, M. (2022), An Exploratory Study of the Fluid Nature of Reality Shows: Assessing Definitions and Characteristics, Quarterly Review of Film and Video, 39(1), 190-211.
- Ofcom. (2020, 12, 8), Protecting participants in TV and radio programmes, <https://www.ofcom.org.uk/siteassets/resources/documents/consultations/category-2-6-weeks/158317-protecting-participants-in-tv-and-radio-programmes/associated-documents/statement-protecting-participants-in-programmes.pdf?v=325612>