

드림레터 4월

자녀의 꿈을 지원하는 학부모 진로소식지

1호 삶의 목적인
행복을 위한 진로



진로는 행복을 찾아가는 길

행복한 삶을 위해 필요한 것

행복한 삶을 위해 필요한 것은 무엇일까요? 그건 바로 **‘균형’과 ‘확장’**입니다. 행복하게 살기 위해서는 먼저 **나와 타인을 함께 생각하는 ‘균형’** 잡힌 사고방식이 필요합니다. 자기주도적인 삶을 살되 자기중심적이지 않고, 자율적이되 자의적이지 않으며, 자아효능감은 가지되 이기적인 자존심은 버려야 합니다. 또 행복에 대해 유연하고도 확장된 인식을 가지는 것도 중요합니다. 좋아하는 여러 가지 대상, 특히 좋아하는 일에 대한 골똘한 관심이 행복이라고 생각해 보세요. 행복에 이르는 길이 무궁무진하게 많다는 것을 알게 될 것입니다.

행복의 비결

결국 행복의 비결은 매우 간단합니다. **삶에 대한 열정과 관심을 바깥 세계에 쏟는 것만으로도 누구나 행복을 성취할 수 있습니다.** 그러므로 우리는 교육을 통해서, 그리고 자신을 세계에 적응시키기 위한 여러 가지 시도들을 통해서 애정의 대상과 관심거리를 찾기 위해 노력해야 합니다.

행복한 진로

행복한 사람은 **삶에 대한 애정과 폭넓은 관심을 가지고 살아가는 사람**입니다. 행복한 사람은 이런 애정과 관심을 통해서, 또한 이런 애정과 관심을 베풀면 자신도 다른 많은 사람의 애정과 관심의 대상이 된다는 사실을 통해서 자신의 행복을 확고히 합니다. 그는 자신이 우주를 구성하고 있는 한 구성원임을 자각하고, 사람들과 동떨어진 존재가 아니라고 생각합니다.

자기다운 일과 의미 있는 삶

그래서 우리는 **자신에게 의미 있는 일을 해야** 합니다. 자신의 정체성을 알고 자신을 성장시키다 보면 **삶에 대한 만족감**이 커지고, 만족감이 커질수록 **긍정적인 정서**를 더 많이 경험하게 되어 자신뿐만 아니라 타인의 삶에도 긍정적으로 기여할 수 있습니다. 마음속 깊은 곳의 보람을 좋아서, 강물처럼 흘러가는 삶에 몸을 충분히 맡길 때, 우리는 가장 큰 행복을 발견할 수 있습니다.

진로교육 Tip 진로 여행 시 잊지 말아야 할 것들

우리의 생각으로 만드는 행복이라는 책

{ “책은 사람이 되고
사람은 한 권의 책이 된다.” }

자신의 생각과 상상력을 지키는 것은 행복을 위해 중요한 부분인데, 이를 실천하기 위한 쉬운 방법은 바로 책을 읽는 것입니다. 책을 읽으면서 책 내용에 대한 질문을 던지고, 그 질문에 대한 대답을 다시 책에서 찾으려 하면 사람은 분별력을 키울 뿐 아니라 생각을 정립할 수 있습니다. 이처럼 생각을 정리하고 지켜나가면서 우리는 스스로 세상에서 가장 좋은 책을 만들게 됩니다. 그건 다름 아닌 ‘사람’입니다. 사람은 세상에 걸어 다니는 한 권의 책입니다. 우리는 모두 다른 사람에게 행복의 생각을 불러일으키는 책입니다. 이제, 사람을 읽어 봅시다. 행복의 이야기는 매일같이 마주하는 일상 속, 바로 당신 옆에 있습니다. (출처: 최경훈(2018), 『책은 방패다』)

삶의 미래를 향하는 행복

정신과 의사인 꾸뻬 씨는 많은 것들을 가진 사람들이 왜 적게 가진 사람들보다 더 행복하지 않은지, 왜 가장 풍요로운 도시에 그토록 많은 정신과 의사가 필요한지 이해하기 위해 여행을 시작합니다. 그는 가난하거나 부유한 나라들을 여행하며 진정한 행복이 무엇인지 발견하게 되는데, 그가 찾은 몇 가지 주요한 깨달음은 다음과 같습니다.

1. 행복은 자신은 다른 사람과 비교하지 않는 것입니다.
2. 많은 사람은 자신의 행복이 오직 미래에만 있다고 생각하지만 행복은 현재에 숨어 있습니다.
3. 행복을 목표로 여기는 것은 잘못된 생각입니다.
4. 행복은 자신이 좋아하는 일을 하는 데서 나옵니다.
5. 행복은 자신의 슬모를 느끼는 데서 나옵니다.
6. 행복이란 있는 그대로의 모습으로 사랑받는 것입니다.
7. 행복은 살아있음을 느끼는 것입니다.

영화 속에서 찾아보는 행복과 진로

이번 호에서는 자신만의 행복을 찾아가는 영화 속 주인공들을 만나봅시다. 그들도 때로는 불안한 미래나 진로 때문에 고민하지만, 다양한 경험과 관계를 통해 행복을 찾아갑니다. 여러 주인공들의 이야기를 읽어보고, 나는 어떻게 나만의 행복을 찾아갈지 생각하는 시간을 가져보세요.



(이미지출처=영화 '인사이드 아웃' 포스터)

항상 행복하기만 해야 하는 것은 아니에요

영화 <인사이드 아웃> 속 주인공 11세 소녀 라일리는 익숙한 동네를 떠나 새로운 도시에 적응하면서 다양한 감정 변화를 겪게 됩니다. 이사를 오기 전까지 그녀의 감정본부에서 핵심적인 역할을 하는 감정은 '기쁨'이었습니다. 하지만 낯선 곳으로의 이사는 라일리를 힘들게 만들었고, 라일리의 감정은 '슬픔'으로 변해가게 됩니다. 그래서 기쁨은 라일리의 행복한 인생을 위해서는 슬픔이 필요 없을 거라 여기고, 슬픔을 떼어 놓으려 합니다. 하지만 기쁨은 오래되어 잊혀가던 라일리의 기억 구슬들을 살펴보다 놀라운 사실을 발견하게 됩니다. 기쁨으로 만들어졌다고 생각했던 행복한 추억이 사실은 슬픔에서 비롯되었다는 것을 말이지요. 이를 통해 기쁨은 슬픔 또한 소중한 감정임을 깨닫게 됩니다. 우리는 '슬픔'이라는 감정을 부정적으로만 받아들이고 외면하려 합니다. 하지만 힘들고 슬픈 감정을 가족, 친구와 함께 나누고 공감 받고 나면, 우리는 이를 딛고 다시금 일어설 수 있는 희망과 용기를 얻을 수 있습니다. **우리의 삶은 다양한 감정을 극복하며 행복을 찾아가는 과정입니다.**

(출처 : 크리스천투데이, 2015.07., '인사이드 아웃', '슬픔'이 만들어 낸 영롱한 행복)

주변 사람들의 응원으로 이루어낸 행복한 꿈의 길

11살 소년 빌리는 우연히 동네에서 발레강습을 하는 것을 보고, 이에 흥미를 느껴 수업에 참여하게 됩니다. 그리고 뛰어난 재능과 꾸준한 연습으로 해외 유학까지 준비하게 되지요. 하지만 중요한 오디션이 있던 날, 그의 형에게 나쁜 일이 생겼습니다. 경제적으로 넉넉하지 않았던 빌리의 가족은 이 사건으로 더욱 힘들어졌고, 결국 빌리는 유학을 포기해야 했습니다. 하지만 춤까지 포기할 수 없었던 그는 친구에게 발레를 가르쳐주며 자신만의 발레 수업을 이어나가죠. 그리고 이 모습을 본 빌리의 아버지는 아들의 재능을 알게 되고, 가족들도 모두 빌리의 꿈을 지원해 줍니다. "춤을 출 때면 아무런 생각도 나지 않고 몸에 전기가 흐르는 것 같다."는 빌리는 마침내 런던의 발레스쿨 합격 통지서를 받으며 무대 위를 날아옵니다. 그의 행복은 자신이 좋아하는 것에 대한 사랑하는 가족, 친구들의 응원 덕분에 이루어졌습니다. 상상만 해도 행복해지는 꿈이 있다면, 주변 사람들과 공유해보세요. 그들은 당신에게 큰 힘이 되어 줄 것입니다.

(출처 : 빌리 엘리엇 시놉시스, 씨네21, 2001.03., 빌리 엘리엇 리뷰)



(이미지출처=영화 '빌리 엘리엇' 포스터)

WEEKLY NEWS



학부모가 궁금해하는 자녀 진학정보, 진로고민 상담, 직업정보 등을 제공하는 학부모 진로교육 팟캐스트 「진로레시피」, 팟캐스트(iOS)와 팟빵(Android)에서 만나보세요!

팟빵 진로레시피 검색 | 팟캐스트 진로레시피 검색

학부모를 위한 진로레시피 바로가기 ▶

'팟빵' 또는 '팟캐스트'에서 "진로레시피"를 검색해보세요.



<톡톡! 꿈TALK!>

진로 고민, 사연을 보내주세요~

꿈을 찾아 달려가는 학생, 아이의 미래를 위해 도움을 주고 싶은 학부모, 학생들을 더 바른 길로 인도하고 싶은 선생님의 고민을 시원하게 해결해 드립니다! 하단의 메일로 고민을 보내주시면 선정된 사연과 그에 대한 전문가답변을 드림레터 또는 진로레시피에서 소개합니다.

전국학부모지원센터 <jinrohelp@naver.com>