

자녀의 꿈을 지원하는 학부모 진로소식지

1호 삶의 목적인 행복을 위한 진로



진로進路로 찾아가는 행복

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 골똥한 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 곳에서는 **자신의 삶을 좋아서/강물처럼 흘러가는 삶에** 충분히 말할 때, 우리는 가장 큰 행복을 발견할 수 있습니다.

진로교육 Tip 나의 행복을 찾기 위해 알아두어야 할 것

항상 행복하기만 해야 하는 것은 아니예요

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 말이죠. 이를 통해 기쁨은 **슬픔 또한 소중한 감정임을 깨닫게 됩니다.**

영화 속 ‘기쁨’과 ‘슬픔’의 동행은 극적인 대비를 이룹니다. 기쁨은 어떠한 힘든 상황에서도 ‘잘 될 거야’라고 외치며 무한 긍정을 발휘하지만, 슬픔은 연신 ‘난 이제 틀렸어’라고 중얼거리며 바닥에 무력하게 엎드려 있죠. 그래서 우리는 ‘슬픔’을 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. 우리 삶은 다양한 감정을 극복하며 행복을 찾아가는 과정이니까요.

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

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 '구베씨의 행복여행' 포스터)

행복은 현재의 삶 속에 녹아들어 있습니다

런던에서 정신과 의사로 근무하던 '헥터'는 남부러울 것 없는 삶을 살고 있었습니다. 하지만 매일 같이 불행하다며 자신을 찾는 환자들에게 늘 같은 상담을 반복해야 했던 그는 자신의 천직 같던 일에 싫증을 느끼게 됩니다. 이에 그는 행복이란 무엇인지 그 해답을 찾기 위해 다소 충동적으로 여행을 결심하고, 세계 곳곳을 여행하기 시작합니다. 그리고 다양한 사람들을 만나 생각지도 못한 경험을 하면서, 헥터는 진정한 행복의 의미를 깨닫게 됩니다. 그는 여행 중에 많은 부와 권력을 가진 사람들도 만났습니다. 그런데 그들은 행복하냐는 질문에 선뜻 대답하지 못합니다. 너무 흔한 이야기 같지만, 행복은 재물과 권력에서 나오는 것만은 아니기 때문입니다. 결국 영화 '구베 씨의 행복 여행'은 **'진정한 행복'이란 현재를 긍정적으로 살아가는 것**이라는 진리를 다시 한번 우리에게 보여줍니다. 타인과 비교하지 않고, 자신만의 가치와 기준으로 현재를 사랑하는 삶이 행복한 내일로 만들어 줄 것입니다. 그리고 지금 자신의 내면에 말을 걸어보세요. 당신은 행복하나요?

(출처 : 기호일보, 2017.03., 구베 씨의 행복 여행-행복을 미루지 마세요)

꿈을 찾아 떠나는 청년들의 이야기

자신만의 재즈 카페를 꿈꾸는 '세바스찬'은 이곳저곳에서 아르바이트로 피아노 연주를 해주며 살아가고 있습니다. 그는 클래식 재즈라는 장르로 외길을 걸어온 탓에 출중한 실력에도 불구하고 대중에게 외면당하죠. 배우를 동경하며 다니던 대학도 그만두고 할리우드에 온 '미아' 역시 아르바이트를 전전하며 오디션을 보러 다니지만, 그 어떤 영화 제작사에서든 그녀를 배우로 뽑아주지 않았습니다. 자신감을 잃어가던 두 사람은 서로를 만나 꿈에 관해 이야기하고, 서로를 응원해주며 다시 꿈을 향해 나아갈 힘을 얻습니다. 그리고 결국 각자의 길을 묵묵히 걸어가 꿈을 이루게 되죠. 그들의 꿈은 **여러 좌절과 실패 끝에 이뤄낸 결실**이었습니다. 지금 당장 내가 원하는 대로 잘 안 된다고 좌절하거나 멈추지 마세요. **행복은 꿈의 성취가 아니라 꿈을 꾸며 나아가는 모든 과정을 통틀어 일컫는 말일지도 모릅니다.**

(출처 : 기호일보, 2017.11., 라라랜드-꿈꾸는 자들의 도시)



(이미지출처=영화 '라라랜드' 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, 팟캐스트, 진로레시피, 검색
'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>