

드림레터 4월

자녀의 꿈을 지원하는 학부모 진로소식지

2호 재미에 몰입하는 진로설계

재미는 진로의 네비게이션

보통의 재미가 아니라 나만의 재미를 찾아서

**“짧다는 것은 경험과 지식이 부족하다는 것이 아니라
늙은 사고에 물들지 않았다는 것을 의미한다.”**

“통념적인 평균”은 우리에게 법보다 더 무서운 구속력을 갖는 것 같습니다. 평균보다 떨어지면 안 된다는 강박증 때문에 우리는 남이 다 살아버린 삶을 살곤 합니다. 자신의 존재는 없고 남들이 만들어 놓은 길을 따라 아무 생각 없이 따르게 되죠. 각자 자기의 삶을 살아가면 될 텐데, 사람들은 무엇 때문에 남들과 비교하면서 빠르다 늦었다 또는 이겼다 졌다를 의식하며 남들보다 빠르고 잘해야 한다는 강박관념으로 항상 피곤하게 사는 걸까요. 주위를 너무 의식하지 말고, 선의의 경쟁을 통하여 발전할 수 있다는 생각으로 **내가 좋아하는 재미의 본질을 탐구하여 현실 속에서 활용할 수 있는 방법을 찾아보세요. 내가 즐길 수 있는 재미 속에서 나의 진로를 발견할 수 있습니다.**

(출처 : 김지룡(1998), 「재미있게 사는 사람이 성공한다」)

일에서 재미를 찾을 수 있습니다

일반적인 생각과는 달리 우리는 **일 자체에서 재미를 얻을 수 있습니다.** 일은 운동, 게임, 음악, 그림 못지않은 즐거움을 안겨 줍니다. 사람들은 일하는 동안 일을 하지 않을 때보다 더 기분이 좋은데도 그런 사실을 잘 깨닫지 못합니다. 어서 빨리 일을 끝내려는 마음 때문에 조바심이 생기고 일이 주는 즐거움을 느낄 새를 놓치기 때문입니다. 일 자체가 보상을 주는 원리는 그 원리가 게임과 비슷하기 때문입니다. 일에는 목표와 규칙이 있고 잘하면 좋은 피드백이 돌아옵니다. **긍정적인 피드백 덕분에 자신의 능력을 발휘할 기회가 점점 더 늘어나고 자신감과 성취감도 높아집니다.** 일에 집중하는 동안에는 크고 작은 일상의 걱정거리를 까맣게 잊을 수도 있습니다. 사람들이 취미생활을 즐기는 이유도 사실 이와 비슷한데, 어떤 일을 하든지 이 원리는 공통으로 적용됩니다. 인간은 목표를 향해 자기를 던지고 열의를 다해 어려운 과제와 씨름하는 데서 희열을 느낍니다. 여러분은 어떤 것에 몰입할 때 가장 즐거우신가요?

(출처 : 미하이 칙센트미하이 외(2018), 「칙센트미하이의 몰입과 진로」)

진로교육 Tip 재미있게 일하는 방법

재미있게 일하려면 어떻게 해야 하나요?

일본의 한 연예인이 이렇게 얘기한 적이 있습니다. “노력을 하면 반드시 보상받는다는 사고방식은 빨리 버리는 것이 좋아요. 노력을 노력이라고 여기는 건 대개 착각이거든요. 좋아하니까 할 뿐이죠. 나중에 보상을 받을 거라고 생각했는데 혹시나 일이 잘 안 풀려서 ‘이게 뭐야’라고 생각하면 화나잖아요. 훗날은 걱정하지 않는 게 좋아요. 보상받을 거라고 생각하는 건 바람직하지 않아요. 보상 같은 걸 바라지 않고 일할 수 있는 사람이 가장 멋진 사람입니다.”

- 똑같이 힘들다면 수긍할 수 있는 고생을 하는 게 낫습니다.
- 주변의 시선보다 나 자신이 원하는 것에 귀 기울이세요.
- 보람을 소중히 여기고 내가 행복해지는 것에 초점을 맞추세요.
- 일을 그만두는 것이 새로운 계기가 된다는 생각이 필요합니다.
- 스스로에 대해 어디를 가던 쓸모없다는 생각부터 버리세요.
- 서두르지 않고 느린 여유로 자신의 페이스를 유지하세요.

(출처 : 나카고시 히로시(2017), 「좋아하는 일만 하며 재미있게 살 순 없을까?」)

재미를 느끼는 과정

재미의 본질은 “압박이나 압력이 없는 환경에서 학습하는 것”이라고 합니다. 사람들마다 각각 가진 재능에 따라 재미를 다르게 느끼고, 느끼는 분야도 다르지만 그 과정은 다음과 같습니다.

1. **준비** : 과제에 도전하기 전에 시도할 수 있고 성공 확률에 영향을 줄 수 있는 선택에 대한 구상
2. **관계성** : 삶의 지형과 인간관계에 대한 파악
3. **규칙성** : 삶을 둘러싼 일련의 규칙에 대한 인지
4. **도전** : 내게 맞는 도전과제에 대한 선택과 실행
5. **능력보완** : 도전 결과 부족한 점을 알고 이를 보완 하려는 다양한 배움
6. **구체화** : 보완한 능력과 열의를 가지고 올바른 사고방식으로 목표를 추구하려는 의도를 발휘

(출처 : 라프 코스터(2017), 「라프 코스터의 재미이론」)

내 인생의 재미 연표年表

‘연표’란 역사적인 사실을 순서대로 나타낸 표입니다. 이번 호에서는 내 인생의 재미 연표를 그려봅니다. 내가 재미를 느끼는 것들을 모아보고, 어느 시기에 어떤 것이 재미있었는지, 미래에는 어떤 것에 재미를 느낄지 상상하여 적어보세요. 연표를 작성하면서 내가 어떤 분야에 흥미를 느끼는지 알아볼 수 있습니다.

어떻게 하나요?

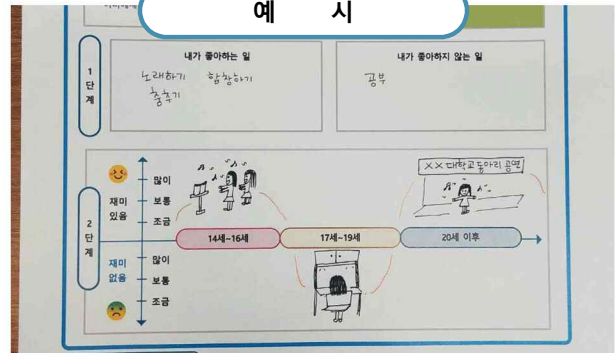
1단계

내가 ‘좋아하는 일’과 ‘좋아하지 않는 일’에는 각각 어떤 것들이 있는지 정리해 보세요.

2단계

1단계에서 생각한 것을 바탕으로 오른쪽 그림과 같이 그래프를 그려보고 미래의 나는 어디에 재미를 느낄지 상상해보세요.

예 시

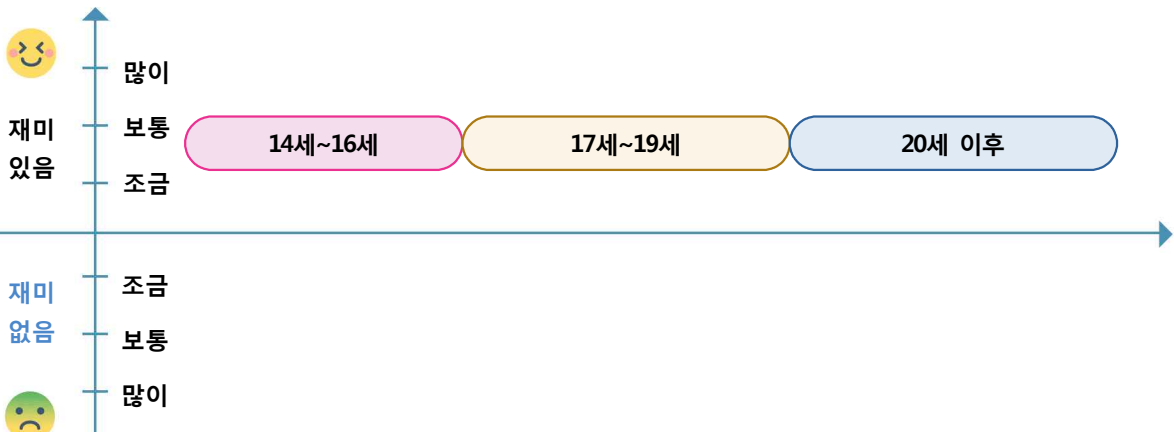


1 단계

내가 좋아하는 일

내가 좋아하지 않는 일

2 단계



학부모님이 알아두셔야 할 청탁금지법

청탁금지법 Key Point

학생·학부모와 교사(담임, 교과)는 직접적인 이해관계가 있으므로 어떠한 금품, 선물 등의 제공도 허용되지 않습니다.

청탁금지법 문의: 국민권익위원회 www.acrc.go.kr / 044-200-7640

직접적인 이해관계의 예

교사(감독, 코치) 학생, 학부모



납품업체 직원 계약 담당자



대학(원)생 교수



우리 선생님들은 학생들을 공정하게 교육하고 있습니다.

믿고 지지해주시는 것이 선생님들에게 큰 힘이 됩니다.