

## 자존감으로 진로의 '계기' 만들기

### I. 부모들의 고민 편지

아이와 함께 진로와 관련된 다양한 프로그램에 참여했지만, 그 어떤 내용도 귀에 들어 오지 않는다고 합니다. 감동적이고 성공적인 사례들이 자신과는 상관없는 특별한 사람들의 이야기로만 들렸기 때문입니다. 선생님께서도 평상시에 아이가 유독 자신감이 없어 보인다고 합니다. 생각해 보면 집에서나 학교에서 칭찬보다 꾸중을 들었던 적이 많았던 것 같아요. 심지어는 자신의 존재가 특별할까, 꼭 필요할까 묻곤 합니다. 더군다나 유난히 말수가 적어 자기 생각을 쉽게 꺼내지도 표현하지도 못하는 아이예요. 습관적으로 남과 자신을 비교하고 자신의 부족함에 대해서 자책하며 살아왔기 때문이에요. 공부, 운동, 그림 등 그 어떤 것도 남보다 잘하지 못한다고 여기다 보니 진로에 대한 그 어떤 긍정적인 조언도 안 먹히고 있습니다. 다른 아이들은 서서히 내신이나 수능, 비교과 포트폴리오 등 화려한 스펙을 쌓아가고 있는데, 아직도 실패감을 벗어나지 못하고 있는 제 아이한테 이런 실패의 과정들이 나중에라도 의미 있는 스토리가 될까요?

### II. 학습 주요 내용

1. 인생 그래프와 진로 정체감 찾기
2. 차이를 인정하며 자존감 회복하기
3. 실패의 의미와 진로 자신감 키우기
4. 스펙 vs 진로 스토리

### III. 학습목표

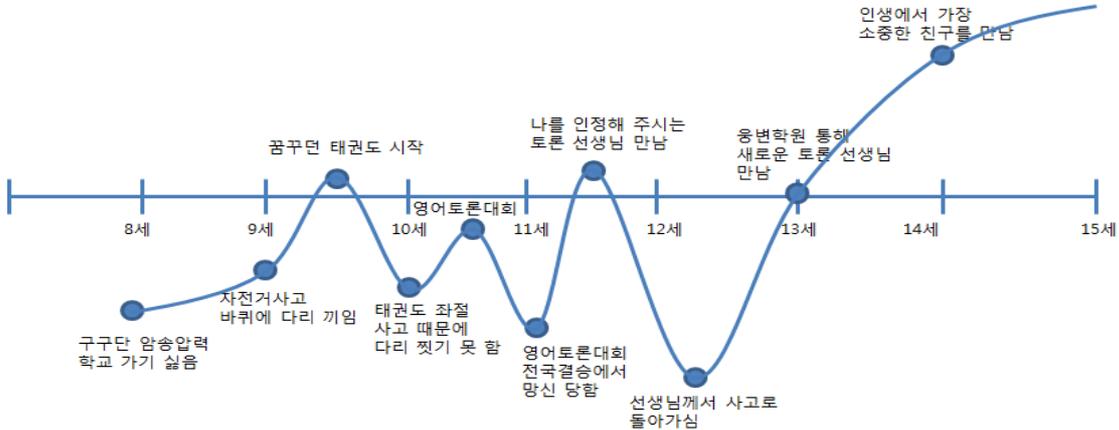
1. 인생 그래프 그리기 활동을 통해 '나는 누구인가'라는 진로 정체감을 찾아주도록 한다.
2. 차이를 인정하며 자신만의 특별함을 인식하도록 자존감을 회복시켜 주도록 한다.
3. 실패를 실패로 보지 않고 진로 과정의 하나로 인식하도록 돕고 진로 자신감을 갖도록 코치한다.
4. '스펙을 이기는 '진로 스토리'의 힘을 인식하고 실질적인 진로 계기를 찾도록 한다.

### IV. 학습내용

#### 1. 인생 그래프와 진로 정체감 찾기

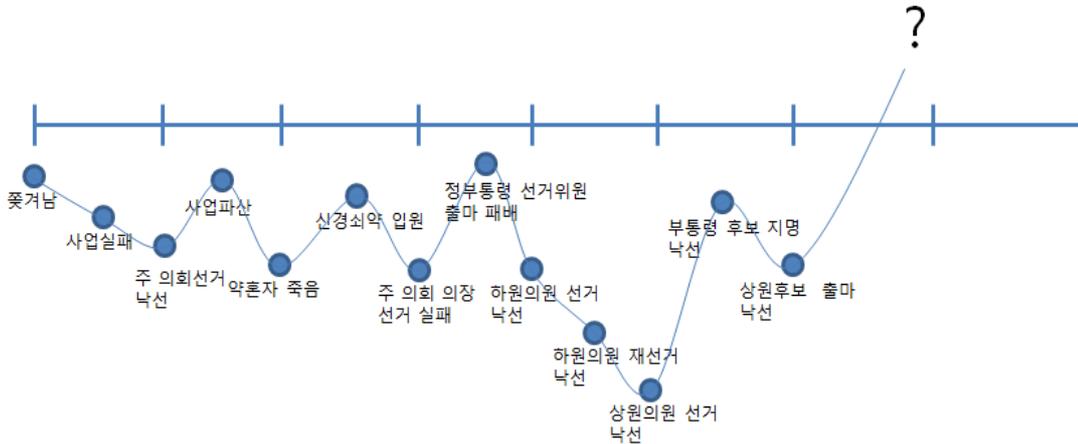
'나는 누구인가'는 진로 과정에서도 가장 밑바탕이 되는 정체성에 관한 질문입니다. 사춘기를 지나면서 자기 자신에 대해 혼란스러워 하는 아이들을 만났을 때 인생 그래프

활동을 추천하는데, 그림처럼 직선의 맨 오른쪽에 현재의 나이를 쓰고, 가운데 눈금에 1년 단위로 나이 구분을 해봅니다. 그래프의 위쪽은 긍정적인 감정이 느껴지는 구간이고, 아래쪽은 부정적인 감정이 느껴지는 구간입니다. 살아온 과정에서 긍정적인 또는 부정적인 감정으로 기억에 남아 있는 사건이나 이슈를 나이 눈금에 맞춰, 위 또는 아래에 점을 찍으면서 기록한 후 점들을 곡선으로 연결하면 인생 그래프가 그려집니다.



또 다른 인생 그래프를 한 번 살펴보도록 하겠습니다.

15세에 집을 잃고 길거리로 쫓겨남. 23세에 사업 실패. 24세에 주 의회 선거에서 낙선. 25세에 사업 파산. 26세에 약혼자 갑작스런 사망. 28세에 신경 쇠약으로 입원. 30세에 주 의회 의장직 선거에서 패배. 32세에 정부통령 선거위원 출마 패배. 35세에 하원 의원 선거 낙선. 36세에 하원 의원 공천 탈락. 40세에 하원 의원 재선거 낙선. 47세에 상원 의원 선거 낙선. 48세에 부통령 후보 지명전 낙선(100표 차). 50세에 상원 의원 출마 낙선.



“누구를 얘기하는 걸까요?”

이처럼 27번이나 연속으로 실패를 겪은 그는 다름 아닌 ‘미국 역사상 가장 위대한 대통령’으로 존경받는 에이브러함 링컨입니다.

‘실패의 역사’를 그려 보는 것은 말할 수 없는 감동을 줍니다. 당시에는 죽을 만큼 힘들었으나 그 시기를 지나 돌아보는 것은 전체를 보는 안목을 키워 줍니다. 우리 자녀들도 이런 활동을 통해 ‘나는 누구인가’를 조금 더 살펴보게 되고 이 톱니바퀴 모양의 곡선이 심장박동 그래프와 닮았다는 것을 알게 되면 그런 모양의 그래프가 살아있다는 증거임

을 느끼게 될 것입니다. 실패 속에서도 교훈을 찾아내며 이를 통해 현재 자신의 모습을 좀 더 따뜻하게 인식할 수 있을 것이고 자신의 정체감을 조금씩 찾아갈 것입니다.

**2. 차이를 인정하며 자존감 회복하기**

진로 여정을 막 시작한 청소년 시기의 아이들을 만나보면 너무도 많은 아이들이 다른 사람과의 비교 속에서 열등감에 빠져 있고 단 한 발짝도 앞으로 나가지 못하는 것을 보게 됩니다.

에블린 글레니를 아십니까? 그녀는 8세에 청력이 감퇴되고 12세에 청력을 완전히 상실했는데 바로 그 해에 친구가 북을 치는 모습을 보고 결정적인 터닝 포인트를 경험하게 됩니다. 글레니는 들을 수 없다는 것을 인정한 뒤에 자신에게는 남보다 뛰어난 촉각이 있음을 깨닫게 됩니다. 그 촉각으로 음의 진동을 느끼기 시작합니다. 장애로 오케스트라에 입단이 불가능했지만 포기하지 않고 솔로로 활동을 시작해서 청각장애 어린이 음악 치료를 지원하는 베토벤 기금 단체 회장으로 활동하며 이렇게 말했습니다. “나는 청각장애 음악인이 아니라 청각에 약간 문제가 생긴 음악가입니다.”

이렇게 글레니처럼, 비교하지 않고 자신에게 다가온 일을 받아들이고 다른 사람과의 차이를 인정하되 보다 더 발전적인 가능성도 함께 찾으면, 마침내 기회가 생기고 결국 꿈을 이루면서 다른 사람들을 위한 역할을 할 수 있게 됩니다.



자아 존중감은 자신을 존중하고 자신을 인정하는 태도를 말하며, 자기 자신을 가치 있고 긍정적인 존재로 평가하는 개념입니다. 우리 주변의 모든 물건들은 각각의 쓰임이 있어서, 휴대폰과 같은 정교하고 비싼 제품을 사게 되면 대부분 사용 설명서를 받게 되는데 그것을 자세히 보면 그 제품을 잘 사용할 수 있게 됩니다. 우리 자녀들도 분명 존재하는 이유와 목적, 쓰임이 있을 텐데 정말 아쉬운 것은 아이들이 아직 자신의 사용 설명서를 발견하지 못했다는 것입니다. 아직 찾지는 못했지만 분명 가능성이 될 만한 차이가 자신에게 있을 거라는 믿음을 가지고 자기 자신이 존재하는 이유와 목적이 있다는 사실을 알고 좀 더 인내를 가지고 따뜻하게 자신을 바라보는 것이 중요합니다.

**3. 실패의 의미와 진로 자신감 키우기**

물을 계속 가열하면 점점 뜨거워집니다. 그러나 온도가 99도까지 올라가도 뜨겁기는 하지만 결코 끓지는 않습니다. 몇 도까지 올라가면 물이 끓을까요? 잘 아는 것처럼 100도인데 그 순간의 1도가 아주 결정적인 순간입니다. 온도나 압력 따위의 변화 때문에 물질의 상태나 속성이 바뀌는 순간, 그 경계가 되는 순간을 우리는 '임계점'이라 합니다. 우리 자녀들이 바로 그 1도의 전환점 즉 임계점을 진로활동을 통해 경험하게 된다면 그것이 바로 자녀의 스토리를 만들어 주는 진로의 계기가 될 것입니다.

에디슨은 전구를 발명하기까지 2,000번의 결정적인 실패를 거듭했습니다. 그럼에도 그

는 실패감에 빠져서 포기하지 않았고 이렇게 이야기 했습니다. “실패가 아니라 불이 들어오지 않는 방법 2,000가지를 깨달았다! 불이 들어오지 않는.....”

마라톤 선수가 풀코스인 42.195킬로미터를 완주하기 위해서는 지구 4바퀴 정도를 달린다고 합니다. 갓난아기가 스스로 일어나 걷기 위해서는 2,000번 정도 넘어져야 하고 권투선수가 12라운드의 경기를 소화하기 위해서 실전 같은 100라운드를 연습한다고 합니다. 이처럼 진로의 과정에서는 실수나 실패를 자연스럽게 받아들이며 그것을 통해 성장한다는 것을 꼭 기억해야 합니다.

자신감 또는 효능감이란 특정한 문제를 자신의 능력으로 성공적으로 해결할 수 있다는 자신에 대한 신념이나 기대감을 말합니다. 실패가 쌓이더라도 어느 순간 그것이 임계점에 이르게 되면 자녀들에게 전환점이 만들어 진다는 것을 인식해야 합니다.

4. 스펙 vs 진로 스토리



지금 우리를 둘러싼 교육환경을 살펴보면 내신성적, 수능성적, 논술 등 대학별시험, 비교과활동과 같은 소위 스펙에 의해 학생들을 선발하는 것처럼 보입니다. 또한 기업들의 인재 선발 과정을 보면 학교성적, 외국어 능력, 자격증, 인턴십, 봉사활동 등 보이는 스펙이 중요한 역할을 하는 것처럼 느껴집니다. 그런데 조금 더 세밀하게 들여다보면 스펙 이외에 보이지 않는 스펙을 더 중요하게 여기는 흐름이 있다는 것을 알 수 있습니다. 그래서 심층면접이 더욱 확대되고 있는 것인 줄도 모릅니다.

보이지 않는 스펙은 자신의 환경을 인정하고 재능을 발견하며, 역량을 개발한 다음 문제 해결 능력과 표현력 등을 갖추야 비로소 물 위로 모습을 드러낼 수 있는 것입니다. 정작 일반적인 스펙과 경력은 물 위에 보이는 부분에 불과합니다. 이처럼 중요한 보이지 않는 스펙에 가장 큰 영향을 주는 것이 바로 '진로 스토리'입니다.

초등학교 때 의대에 진학하고 싶었던 한 학생이 있었습니다. 사람에게 대한 관심이 많아서 의술로 아픈 사람들을 치료하고 돕고 싶어 했습니다. 그런데 중학교에 올라가자 사범대에 가서 교사가 되는 꿈으로 바뀌게 되었습니다. 사람의 몸을 치료하는 것만큼 사

람의 마음과 정신을 바로 세우는 것이 중요하다고 생각했기 때문입니다. 고등학생이 돼서는 경영학과에 진학하는 것으로 결정했습니다. 한 명의 교사로 좋은 영향을 미칠 수도 있지만 훌륭한 교육 프로그램을 만들어 더 많은 학생들을 돕고 싶었는데 그런 일을 하기 위해 먼저 좋은 교육 회사를 만들고 싶은 마음이 들었고 이를 위해 경영학을 전공하고 싶어졌기 때문입니다.

그동안 의대에서 사범대 그리고 경영대로 희망전공이 바뀐 것을 보면 표면적으로는 꿈이 자주 바뀌는 듯대 없는 아이처럼 보이지만 그 아이의 스토리를 듣게 되면 경영학을 전공하고 싶은 마음과 그 이유에 정말 공감하게 될 것입니다.

이처럼 진로의 계기를 만나 자신이 받게 되었던 변화와 영향을 스토리로 풀어낼 수 있는 것이 바로 '진로 스토리'고 이것이 스펙을 넘어서 우리 자녀의 진짜 모습을 보여주는 핵심요소임을 기억해야 합니다.

## V. 직업인 인터뷰(외교관)

### <언어 능력이 아니라 소통 능력이 필요해요>

우리 외교관은 대한민국을 대표하여 정치, 외교, 경제, 무역, 과학 등 분야에서 다른 나라와 교섭하여 국가의 이익을 지키고 해외동포와 외국에 나가 있는 국민을 보호하며 요즘에는 우리 문화를 알리는 활동도 하고 있습니다.

최근에는 많은 학생들이 외교관을 꿈꾸죠. 반기문 유엔사무총장 때문에 그 꿈은 더 확산되었습니다. 저 역시 반기문 총장을 너무 자랑스러워하고 있습니다. 하지만 한 가지 걱정이 있답니다. 우리 청소년들 중에 반기문 총장을 생각하면서 막연하게 외교관을 꿈꾸는 사람이 많다는 것입니다.

저는 여러분에게 한 가지 당부를 드리고 싶습니다. 우선 반기문 총장의 위대함이 무엇인지 정확하게 파악해야 합니다. 그가 유엔사무총장으로 선출된 이후, 또 한 번의 임기를 더 수행할 수 있게 된 것은 바로 그의 능력 때문입니다. 단순한 외국어 실력이 아니라, 다양한 국제 문제와 갈등에 적극적으로 개입하여 중재하고 문제를 해결하는 소통 능력이 중요합니다. 외교관을 꿈꾸는 학생이라면 외국어 구사 능력보다는 그것을 통한 의견 교환, 문화 이해, 갈등 조정, 마음 전달 등을 끊임없이 연습해야 합니다.

## VI. 평가 및 요점정리

### 1. 평가문제

Q. (난이도: 중) 불행한 상황에서도 자존감을 갖고 행복으로 나아간 사람들의 모습을 단계적으로 잘 표현한 것은?

- (1) 차이-기회-가능성-역할
- (2) 차이-가능성-기회-역할
- (3) 기회-가능성-차이-역할
- (4) 기회-차이-가능성-역할

답: (2) 불행을 행복으로 바꾼 사람들은 먼저 다른 사람과의 차이를 인정하고 남아 있는

다른 가능성을 찾으며 그것을 통해 기회를 얻고 다른 사람과 세상을 위한 역할을 감당하는 자존감의 단계들을 거치는 경우가 많다.

Q. (난이도: 중)

진로점검기준표의 단계 중 존재 발견의 단계에 해당하는 중요 요소가 아닌 것은?

- (1) 정체감
- (2) 자존감
- (3) 자신감(효능감)
- (4) 책임감

답: (4) 존재 발견의 단계에는 '나는 누구인가'의 정체감, '나는 나 자신을 인정하고 사랑하는가'의 자존감, '나는 주어진 일을 할 수 있는가'의 자신감(효능감)이 중요한 요소이다.

Q. (난이도: 하) 교육환경에서 요구하는 것들 중 보이는 스펙과 보이지 않는 스펙으로 구분할 때 후자에 속하면서 진로 스토리를 구성하는 것으로 볼 수 없는 것은?

- (1) 수능성적
- (2) 문제해결력
- (3) 재능
- (4) 성향

답: (1) 수능성적, 내신성적, 논술 등 대학별시험, 비교과활동과 같은 요소는 보이는 스펙에 해당한다. 하지만 성향, 재능, 문제해결력과 같은 보이지 않는 부분들이 진로 스토리를 바탕을 이루게 되어 그 중요성이 점점 커지고 있음을 꼭 기억해야 한다.

## 2. 요점정리

- 1) 인생 그래프 활동을 통해 자신의 살아온 과정을 적어보고 '나는 누구인가'라는 진로 정체감을 찾아주도록 한다.
- 2) 차이-가능성-기회-역할의 과정을 통해 자신이 특별한 존재임을 인식하도록 도와주고 자존감을 회복시켜 주도록 한다.
- 3) 실패를 자연스럽게 받아들이며 진로 과정의 하나로 인식하도록 돕고 진로 자신감을 갖도록 도와준다.
- 4) '스펙을 이기는 '진로 스토리'의 힘을 인식하고 실질적인 진로 계기가 청소년 시기에 중요함을 이해하도록 한다.