

이 책을 펴내면서

이 책은 신안산대학교의 특성화된 직업인성 교과목인 'SAU 성공학' 교과목 교수자의 교수학습 활동을 지원하고 학습자의 원활한 학습 활동 지원을 위해 개발되었습니다. 'SAU 성공학'은 NCS 기반의 전공 교과 과정의 전공 필수 과목으로, 미래 직업인인 학생들의 직업기초 소양의 향상과 SAU(sincere, able, useful) 인재상을 위한 인성교육 교과목입니다.

'SAU 성공학' 교과목은 2016년 특별 프로그램으로 시범실시를 거쳐 우리대학의 특성화된 직업 인성 교과목으로 개발되었습니다.

본 센터에서는 2016년 시범실시에 대한 아래의 의견을 바탕으로, 교수학습 지원 프로그램의 연구과제로 'SAU성공학 매뉴얼'을 개발하였습니다.

이 책의 2강~6강은 성공비전 수립을 위한 강의 주제와 내용으로 구성되었으며, 7강~13강은 성공 취업을 위한 강의 주제와 내용으로 구성되어 있습니다.

각 장은 반드시 순차적 학습이 필요한 것은 아니며 순서와 내용을 선택적으로 학습할 수 있으며, 학습자가 매뉴얼 복에 직접 작성할 수 있는 워크시트를 삽입하여 별도의 학습노트가 필요 없이 교재와 노트를 겸하도록 개발되었습니다.

이 책에 담긴 내용과 'SAU성공학' 강의를 통해 학생 여러분 모두 인생의 성공적인 비전을 수립하시고 나아가 성공 취업을 위한 의지를 다지는 계기가 되시기 바랍니다.

또한 교수님들의 보다 효율적이고 효과적인 강의에 보탬이 되시기를 희망합니다.

감사합니다.

저자일동

C CONTENTS

Chapter 1. 성공학 개요	7
Chapter 2. ‘더 나은 나’를 향해	13
Chapter 3. 나의 꿈 설계하기	25
Chapter 4. ‘목표’가 있는 자기경영	33
Chapter 5. 학습과 실행	41
Chapter 6. 소 통	53
Chapter 7. 포트폴리오 제작과 활용	61
Chapter 8. 일과 보람있는 삶	69
Chapter 9. 직업의 세계 알아보기	79
Chapter 10. 4대보험과 근로자의 권리 이해하기	91
Chapter 11. 직업과 성공사례	101
Chapter 12. 직장예절	107
Chapter 13. 직업기초능력 이해하기	115
부록.	123
학생이력관리시스템	124
자기소개서 작성 마법사 사용매뉴얼	125
취업성공전략 1~5	135

Chapter 1.

성공학 개요



제 1 강

성공학 개요

제 1 강

성공학 개요

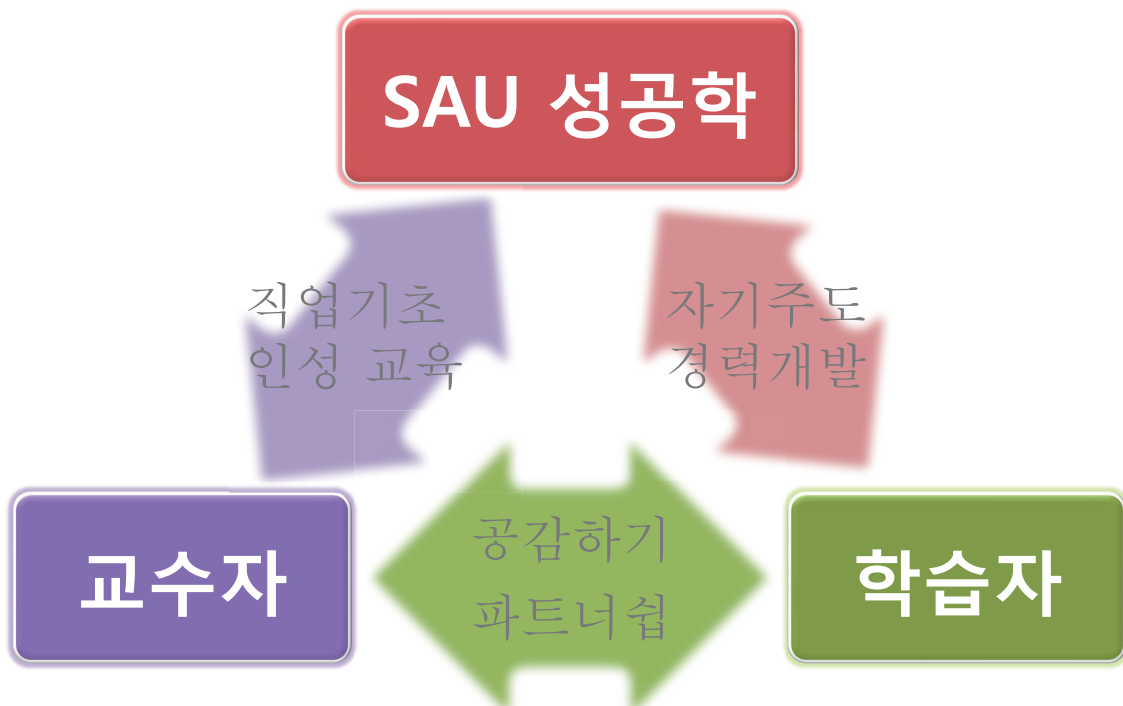
■ 학습내용을 확인합시다 !

1. SAU 성공학은?
2. SAU 성공학 교재활용 가이드

1. SAU 성공학은?

- 우리대학 학생들의 성공적인 삶을 위한 비전 수립과 자기 주도적인 경력 개발을 통한 성공 취업을 위한 수업입니다.
- SAU성공학은 이론이 아닌 참여형 공감수업을 지향합니다. SAU 성공학의 교수자와 학습자는 교감과 대화를 통해 긍정적이고 자기주도적인 대학생활의 파트너가 되도록 합니다.
- SAU성공학은 학습자의 직업기초 인성의 함양과 진로설계를 통해 취업과 진로 목표의 성취를 지원합니다.

1. SAU 성공학은?



2. SAU 성공학 교재 활용 가이드

- 본 교재는 주당 50분 수업용 교재로 구성
- 전공에 관계없이 학습자의 자기개발과 취업 역량 강화의 내용으로 구성

- 1부(2강~6강)는 성공 비전 수립을
2부(9장~13강)는 성공 취업을 위한
강의 주제와 내용으로 구성

2-1. 학습자 교재활용 가이드

- 최대한 이론을 배제한 공감형 수업 교재로
매주 수업주제를 통해 '나'의 가능성과 진로
를 발견하는 도구로 활용한다.
- 워크시트는 학습자의 자기주도 학습활동을
위한 것으로 이해된 강의 내용을 토대로 솔직
하게 작성한다.
- 워크시트와 진단은 교재에 직접 작성 기입한
다.

2-2. 교수자 교재활용 가이드

- 교수자는 별도 제공되는 학습지도안의 내용을 참고로 수업을 진행한다.
- 각 장의 학습주제는 모듈식으로 개발되어 있으므로 강의 순서는 선택적으로 적용한다.
- 워크시트와 진단은 수업 시간 내 작성을 원칙으로 한다.
- 평가는 수시, 수행, 시험, 보고서 등 다양한 방식을 적용할 수 있다.

2-3. 교육매체 활용가이드

- 교재, 학습지도안, 강의용 파워포인트, 동영상파일의 4가지 교육매체로 세트 구성.
- 학습지도안에 해당 수업내용에 활용되는 매체를 확인하여 사용하되 전공별로 재구성하여 사용 할 수 있다.
- 교재는 강의용 슬라이드와 동일한 내용으로 구성되어 학습자가 쉽게 내용을 확인할 수 있다.
- 수업 주제는 탐색이 가능하며 진도의 개념이 아니므로 선택적으로 사용할 수 있다.

2-3. 교육매체 활용가이드



이 수업에 바라는 점을
이야기해 봅시다.

Chapter 2.

‘더 나은 나’를 향해



제 2 강

'더 나은 나'를 향해

제 2 강

'더 나은 나'를 향해

■ 학습내용을 확인합시다 !

1. 내가 생각하는 성공의 의미 : 내적성공/외적성공
2. '더 나은 나' 진단을 통한 9가지 핵심가치 이해하기



핵심질문

여러분들에게 있어 "성공"의 의미는 무엇인가요?



내용 1

성공이란 무엇일까요?
여러분들에게 인생에 있어서 '성공의 의미'는 무엇인가요?
나는 미래에 어떤 상태에 이르면 성공했다고 할 수 있을까요?
아래 빈 칸에 나의 생각을 적어 봅시다.

나의 생각

내가 생각하는 성공의 의미

사례 읽기

● 사례 1

어느 대학에서 한 교수가 이제 막 대학에 입학한 학생들을 대상으로 성공의 의미를 물어 보았더니 대부분 다음과 같은 대답들을 했다고 한다.

- 저에게 있어서 성공은 모든 과목에서 A+를 받는 것입니다.
- 저에게 있어서 성공은 많은 친구들을 사귀는 것입니다.
- 저에게 있어서 성공은 많은 연봉을 주는 좋은 회사에 취직하는 것입니다.
- 저에게 있어서 성공은 장사를 해서 많은 돈을 버는 것입니다.
- 저에게 있어서 성공은 행복한 가정을 꾸리는 것입니다.

그로부터 2년 후, 졸업을 앞둔 시점에서 똑 같은 학생들에게 다음과 같은 질문을 던졌다고 한다. “만약 여러분들이 2년 전으로 돌아가서 대학생활을 다시 시작할 수 있다면, 여러분의 성공을 위해 어떤 일들을 다시 시작해보고 싶습니까?” 이에 대해 다음과 같은 대답들이 나왔다고 한다.

- 단지 학점을 잘 받는 것보다는 제가 과연 무엇을 잘 할 수 있는지를 진지하게 고민해보고, 그 일을 위해 필요한 공부를 다시 시작해보고 싶습니다.
- 너무 놀았습니다. 과거의 좋지 않은 학점을 다시 좋은 학점으로 채우고 싶습니다.
- 제가 어떤 일을 해야 행복할 수 있는 지를 진지하게 고민해보고 싶습니다.
- 제가 사는 세상을 이해하기 위해, 보다 많은 곳을 방문해 보고 싶습니다.
- 제 삶의 진정한 가치를 발견해 보고 싶습니다.

사례 읽기

● 사례 2

어느 대학에서 한 교수가 동료 교수들에게 다음과 같은 고민을 털어 놓았다.

“매년 반복되는 일이지만, 저는 도무지 알 수가 없습니다. 학기 초, 신입생들이 들어오면 모든 학생들이 저에게는 똑 같은 학생들로 보입니다. 아니, 실제 모든 학생들은 똑 같거나 비슷합니다. 그들의 고등학교 출신 배경, 수능성적, 내신 등, 대부분이 비슷한 학생들입니다. 그러나 졸업할 때가 되면, 어떤 학생들은 나름대로 우수한 성적으로 졸업하여 좋은 직장에 취업을 하거나 자신이 잘 할 수 있는 일을 찾아 사회에 진출하는데, 어떤 학생들은 그렇지 못합니다. 처음 입학할 때는 모두 비슷한 학생들이었는데, 졸업할 때는 왜 이런 차이가 날까요? 무엇이 이런 결과를 낳게 할까요?”

이에 대해 동료 교수들은 침묵만 지킬 뿐, 아무런 말도 하지 못했다.



내용 1

나의 생각

내가 생각하는 성공의 의미

사례 1

사례 2

어떻게 생각하세요?



내용 1

성공의 2가지 종류

내적 성공

외적 성공



내용 1

긍정의 힘

내적 성공의 원천이자 외적 성공의 핵심요소

성공



사례 읽기

● 사례 3



곡물 수출을 위해 먼 외국으로 떠나는 대형 화물선이 출발을 앞두고 있었다. 냉동창고를 점검하던 한 선원은 빠진 물품이 없는 지를 꼼꼼하게 체크하고 있었다. 그런데 큰 문제가 발생하고 말았다. 냉동창고 문이 그만 닫혀 버린 것이다. 냉동창고의 문은 안에서는 절대 열수가 없었다. 선원은 “안에 사람이 있어요! 밖에 누구 없습니까!”를 계속해서 외쳤지만, 그 누구도 그의 목소리를 듣는 사람이 없었다. 이렇게 하루하루가 지나면서 혼자서는 도무지 견디기 힘든 시간들이 흘러가기 시작했다. 다행히 식료품 창고 안이라, 먹을 것이 있어 배고픔은 견딜 수 있었지만, 가장 견디기 힘든 것은 바로 ‘추위’였다. 그는 외로움과 추위를 견디기 위해 창고 벽에 일기를 써가며 하루하루를 힘들게 버티고 있었다.

일주일 정도 흘렀을까? 그는 외로움과 추위에 견딜 수 없는 자신을 발견할 수 있었다. 무엇보다 추위는 더욱 더 견디기 힘들었다. ‘이렇게 얼어 죽는구나...’ 그는 갈수록 차가워지는 몸을 움츠리며, 자신의 인생이 여기서 끝나는 것을 안타까워했다. 그리고 슬프게 지난날들을 회상하기 시작했다. 열흘이 지난 후, 다른 선원이 냉동창고를 점검하기 위해 선원이 간혀 있던 창고의 문을 열었다. 그리고 이미 싸늘한 주검이 된 그를 발견할 수 있었다. “이게 어떻게 된 일이지? 이보게, 정신 좀 차려 보게!” 하지만 그는 이미 운명을 달리하고 있었다.

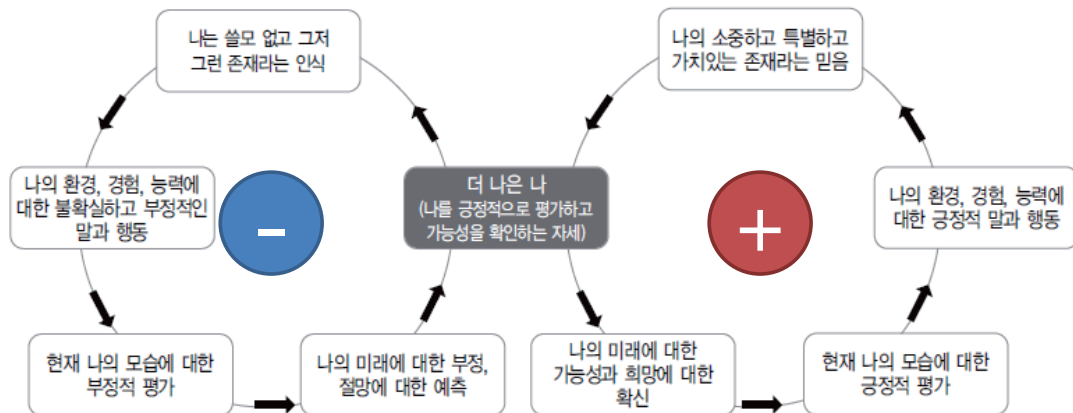
그가 벽에 남긴 일기가 눈에 들어왔다. “외로움은 참을 수 있지만, 추위는 도무지 참기 힘듭니다. 절제발 구해주세요...” 창고에 갇힌 선원을 발견한 그는 깜짝 놀라지 않을 수 없었다. 왜냐하면 그 냉동창고는 모양만 냉동창고이지, 그냥 일반 식품창고로 쓰이고 있었기 때문이었다. 냉동창고 안에 걸려 있는 온도계를 살펴보니, 실제 냉동창고의 온도는 영상 19도였다.



내용 1

'더 나은 나' 정신모델

나의 의식은 어떤 방향으로 흐르고 있나요?



내용 2

처음으로 경험하는 '더 나은 나' 진단





내용 2

전체 9가지 영역 / 총 72개 문항

'더 나은 나' 진단

'더 나은 나' 진단을 통해 여러분들의 인생에 있어서의 성공 가능성을 확인하실 수 있습니다. 본 진단은 시험이 아닙니다. 때문에 맞는 답도, 틀린 답도 없습니다. 무엇보다 가장 중요한 것은 솔직하게 답하는 것입니다. 제시되는 문장을 천천히 읽은 후, 본인의 생각, 감정, 느낌과 가장 가까운 점수를 공란에 적으시면 됩니다. 자신과 가장 가까운 것은 10점, 자신과 가장 거리가 먼 것은 0점입니다.

나는 항상 그렇지 않다 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 나는 항상 그렇다

예) 7 나는 항상 행복하다고 느낀다.



내용 2



처음으로 경험하는 '더 나은 나' 진단

나는 항상 그렇지 않다 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 나는 항상 그렇다

1. 나는 내가 하고자 하는 일을 스스로 통제하여 성공적으로 이룰 수 있다.
2. 나는 아직도 내가 선택한 대학 및 학과에 대한 확신이 서질 않는다.
3. 나는 나에게 주어진 대부분의 시간을 소중하고 의미 있는 일에 쓰는 편이다.
4. 나는 어려운 일에 부딪히면, 스스로의 힘으로 해결하기 위해 노력하는 편이다.
5. 나는 내가 하고 있는 일이 나의 목표나 꿈에서 벗어나 있는 상황에 처해 있을 때, 이와 같은 나의 상황을 인식하고, 이를 바로 잡을 수 있는 힘이 있다.
6. 나는 아직도 나에게 가장 잘 맞는 학습 방법이 무엇인지 잘 모르겠다.
7. 내가 행복해지거나 불행해지는 것 모두는 내가 앞으로 어떻게 하느냐에 달려 있다고 생각한다.
8. 나는 지금 내가 생각하는 나의 핸디캡(예: 학력 등), 단점 및 약점 등이 없어져야 진정으로 나 자신을 받아들이고 사랑할 수 있을 것이다.
9. 학업에 있어 낮은 성적을 받은 경우, 내 노력과는 별개로 외부의 영향(예: 부실한 수업)이 나에게 많은 영향을 주곤 한다.
10. 나는 만약 앞으로의 대학 생활에 있어, 학업의지가 약해져 대학을 다니기 싫은 마음이 생겼더라도, 마음을 다시 챙길 수 있는 힘이 있다고 생각한다.
11. 나는 기억력이 좋기 때문에 굳이 평소 예메모를 하지 않아도 되는 편이다.
12. 나는 도움이 필요할 때, 적절한 도움을 줄 수 있는 사람이 비교적 많은 편이다.
13. 지금 해야 할 과제를 미루는 것과 같이, 지금 나에게 나의 성공을 저해하는 습관이 있다면, 앞으로 나의 성공을 기대하기는 어려울 것이다.
14. 나는 교수님(또는 선생님)의 수업내용이나 방식이 마음에 들지 않더라도, 해당 과목을 나름대로 성실히 학습하여 나의 것으로 만들려고 노력하는 편이다.
15. 나는 내가 화가 나거나, 슬프거나, 걱정스런 감정 상태에 빠졌을 때, 그러한 감정 상태 때문에 나에게 문제가 발생했다고 생각하거나 혹은 이러한 감정 상태 때문에 자신의 일을 그르치게 되었다고 주변 사람들에게 변명하는 경우가 종종 있다.
16. 나는 나에게 곧 다가올 도전적 문제들(예: 각종 시험, 어려운 상대를 대상으로 협상하거나 사과하기 등)에 대해, 비교적 이와 같은 문제들을 스스로의 힘으로 잘 해결할 수 있다고 생각하는 편이다.
17. 나는 어떤 문제에 봉착하게 되면, 잘 해결될 수 있을 것이라는 긍정적인 생각을 가지고 해결 방법을 찾고자 하는 구체적인 행동을 한다.
18. 나는 어떻게 해야 효과적인 단기 및 장기 목표를 설정할 수 있는지, 그 방법을 잘 모르겠다.
19. 나는 나에게 중요한 일들을 놓치지 않게, 항상 기억하려고 노력하는 편이다.
20. 나는 학업 중 잘 풀리지 않거나 잘 이해가 되지 않는 문제가 생기면, 주변 사람의 도움 없이 이를 혼자서 해결하거나 이해하려고 노력한다.
21. 나는 나의 성공에 있어, 나의 어떤 점이 나의 성공을 방해하는지를 잘 알고 있다.

22. 나는 나에게 맞는 효과적인 학습 방법이 무엇인지 잘 모르겠다.
23. 나는 학교 과제 등 학교에서 해야 할 일과 무언가 나를 즐겁게 해 주는 일 중에서 한 가지를 선택해야 할 때, 주로 학교에서 해야 할 일을 선택하고 그 일을 마무리 짓는 편이다.
24. 나는 나 자신과의 약속 또는 다른 사람과의 약속을 잘 지키지 못하는 편이다.
25. 나는 나의 인생에 영향을 미치는 선택의 문제(진학 등)에 있어, 진정으로 내가 원하는 삶을 사는 데 도움이 되는 현명한 선택을 하는 데 어려움이 많다.
26. 나는 글로 작성된 구체적인 단기 및 장기 목표와 실천 계획을 가지고 있다.
27. 나는 스스로 노력하는 자세가 부족하다.
28. 나는 다른 사람이 말할 때 주로 주의 깊게 들어주는 편이다.
29. 나는 나의 성공을 방해하는, '나는 할 수 없어'와 같이, 무언가 마음의 장벽에 갇혀 있다는 생각이 든다.
30. 나는 실패 또는 실망스런 사건(예: 시험에서 낙제함에 처하게 되었을 때, "이번 일을 통해 나는 무엇을 깨우치거나 배워야 하는가?"를 스스로에게 묻는 편이다.
31. 나는 종종 우울, 화남, 무기력 등의 감정을 느낀다.
32. 내 주위의 다른 사람들만큼이나 나도 가치 있는 존재라고 생각한다.
33. 내 인생에 있어서 성공 여부는 주로 운 또는 힘 있는 외부 사람의 영향 등에 의해 결정된다고 생각한다.
34. 현재 내가 다니고 있는 대학에서의 생활은 나의 목표와 꿈을 성취하는 데 있어 매우 중요한 단계 중 하나이다.
35. 나는 내 시간의 대부분을 별로 중요하지 않은 일에 사용하는 것 같다.
36. 나는 어려운 일 또는 상황에 부딪히게 되었을 때, 주변 사람들에게 도움을 요청하는 편이다.
37. 나는 스스로가 잘못된 방향으로 가고 있다는 것을 잘 인식하지 못하기 때문에, 성공하지 못할 가능성이 크다.
38. 나는 나에게 가장 잘 맞는 학습 방법을 알고 있다.
39. 나의 행복은 비교적 최근에 나에게 일어난 사건들에 의해 좌우되는 경향이 있다.
40. 내가 현재 많이 부족하다고 느껴지더라도, 혹은 나에게 단점과 약점이 많다 할지라도 나는 나를 있는 그대로의 모습으로 받아들이고 존중할 수 있다.
41. 내가 지금의 학교에 진학하는 것, 수업에서 성적을 받는 것 등에 대한 결과는 전적으로 내가 노력한 만큼의 결과물이다.
42. 나는 만약 앞으로의 대학 생활에 있어, 학업의지가 약해져 대학을 다니기 싫은 마음이 생기게 되면, 이를 어떻게 회복해야 할 지 잘 모르겠다.
43. 나는 일정관리 수첩 등과 같이, 내가 해야 할 중요한 일을 잊어버리지 않도록 도와주는 노트, 일지 등을 사용하고 있다.
44. 나는 내가 어려운 상황에 처하게 되었을 때 도움을 줄 수 있는 사람이 별로 없다.
45. 나는 나의 성공을 방해하는 나의 잘못된 습관을 알고 있다.
46. 나는 교수님(또는 선생님)의 수업내용이나 방식이 마음에 들지 않으면, 해당 과목을 제대로 이수하지 못하는 편이다.

47. 나는 매우 화가 나거나, 슬프거나, 우울한 감정 등을 느낄 때, 나중에 이와 같은 감정 상태로 인해 발생한 일에 대해서 후회하지 않기 위해서, 나의 감정을 통제하는 방법을 알고 있다(예: 순간 '억' 하는 마음에 싸움을 걸었다가 후회하는 일이 없도록, 나의 감정을 진정시키고 잘못된 생각을 통제하려고 함).
48. 나는 나에게 곧 다가올 도전적 문제들(예: 각종 시험, 어려운 상대를 대상으로 협상하거나 사과하기 등에 대해, 이와 같은 문제들을 스스로의 힘으로 잘 해결하지 못하고 회피하는 경향이 있다).
49. 나는 나에게 어떤 문제가 발생하면, 주로 불평하거나, 다른 사람의 탓으로 돌리거나, 왜 그런 문제가 발생할 수밖에 없었는지를 변명하는 경우가 많다.
50. 나는 효과적으로 단기 및 장기 목표를 설정하는 방법을 알고 있다.
51. 나는 중요한 일들을 종종 잊어버리는 경향이 있다.
52. 나는 학습 중 내 스스로 해결하기 어려운 상황에 처하게 되면, 나의 학습을 도와줄 수 있는 다른 사람을 찾거나, 학습 모임 등에 가입하기 위해 노력하는 편이다.
53. 나는 나의 성공에 있어, 나의 어떤 점이 나의 성공을 방해하는지 잘 모르겠다.
54. 나는 효과적인 나만의 학습 방법이 있다.
55. 나는 자주 행복하다고 느끼는 편이다.
56. 나는 나 자신과의 약속 또는 다른 사람과의 약속을 잘 지키는 편이다.
57. 나는 나의 인생에 영향을 미치는 선택의 문제(진학 등)에 있어, 진정으로 내가 원하는 삶을 사는 데 도움이 되는 선택을 현명하게 잘하는 편이다.
58. 미래에 대한 계획이 없어도 하루하루를 사는 데는 별 문제가 없다고 생각한다.
59. 나는 항상 스스로 노력하는 자세를 유지한다.
60. 나는 다른 사람이 이야기할 때 주위를 다른 곳으로 돌리고 탄성을 피우는 경우가 많다.
61. 나는 나의 성공을 방해하는, 예를 들어 나는 할 수 없어 와 같은 부정적인 생각을 떨쳐 버릴 수 있는 방법을 알고 있다.
62. 나는 실패 또는 실망스런 사건(예: 시험에서 낙제함)에 처하게 되었을 때, 주로 낙심하거나 무기력함을 느끼는 편이다.
63. 나는 학교 과제 등 학교에서 해야 할 일과 무언가 나를 즐겁게 해 주는 일 중에서 한 가지를 선택해야 할 때, 주로 나를 즐겁게 해 주는 일을 선택하는 편이다.
64. 나는 내 자신이 주위의 다른 사람들보다 가치가 없는 존재라고 생각한다.
65. 나는 내 주위의 어려운 학우들을 돕는 일에 보람을 느낀다.
66. 나는 주변 학우들과 잘 어울리지 못하는 사람에게 관심을 가지려고 한다.
67. 평소 학우들의 어려운 상황을 살피기는 하나 도움을 주는 것은 아니다.
68. 나는 내 시간을 할애하여 다른 사람을 돕는 것은 나에게 손해라고 생각한다.
69. 내가 다른 사람에게 어떤 혜택이나 도움을 주면 나도 그 만큼 돌려받아야 한다.
70. 나는 다른 사람이 하기 싫어하는 일을 내가 하겠다고 나서는 일이 많은 편이다.
71. 나는 공동의 일에 대해 '누군가 알아서 하겠지'라는 생각을 자주하는 편이다.
72. 나는 공동의 일을 맡아서 하는 상황에서 내가 손해 본다는 생각을 잘하지 않는다.

‘더 나은 나’ 진단점수 계산

예시	더 나은 나 # 1 자기인식	더 나은 나 # 6 실행	더 나은 나 # 7 책임감																																								
<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>6. <u>8</u></td> <td>29. <u>3</u></td> </tr> <tr> <td>14. <u>5</u></td> <td>35. <u>3</u></td> </tr> <tr> <td>21. <u>6</u></td> <td>50. <u>6</u></td> </tr> <tr> <td>73. <u>9</u></td> <td>56. <u>2</u></td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: <u>28</u>] + 40 - [B: <u>14</u>] = <u>54</u></p>	(A)	(B)	6. <u>8</u>	29. <u>3</u>	14. <u>5</u>	35. <u>3</u>	21. <u>6</u>	50. <u>6</u>	73. <u>9</u>	56. <u>2</u>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5. _____</td> <td>13. _____</td> </tr> <tr> <td>21. _____</td> <td>29. _____</td> </tr> <tr> <td>45. _____</td> <td>37. _____</td> </tr> <tr> <td>61. _____</td> <td>53. _____</td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: _____] + 40 - [B: _____] = _____</p>	(A)	(B)	5. _____	13. _____	21. _____	29. _____	45. _____	37. _____	61. _____	53. _____	<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>14. _____</td> <td>6. _____</td> </tr> <tr> <td>30. _____</td> <td>22. _____</td> </tr> <tr> <td>38. _____</td> <td>46. _____</td> </tr> <tr> <td>54. _____</td> <td>62. _____</td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: _____] + 40 - [B: _____] = _____</p>	(A)	(B)	14. _____	6. _____	30. _____	22. _____	38. _____	46. _____	54. _____	62. _____	<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. _____</td> <td>9. _____</td> </tr> <tr> <td>17. _____</td> <td>25. _____</td> </tr> <tr> <td>41. _____</td> <td>33. _____</td> </tr> <tr> <td>57. _____</td> <td>49. _____</td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: _____] + 40 - [B: _____] = _____</p>	(A)	(B)	1. _____	9. _____	17. _____	25. _____	41. _____	33. _____	57. _____	49. _____
(A)	(B)																																										
6. <u>8</u>	29. <u>3</u>																																										
14. <u>5</u>	35. <u>3</u>																																										
21. <u>6</u>	50. <u>6</u>																																										
73. <u>9</u>	56. <u>2</u>																																										
(A)	(B)																																										
5. _____	13. _____																																										
21. _____	29. _____																																										
45. _____	37. _____																																										
61. _____	53. _____																																										
(A)	(B)																																										
14. _____	6. _____																																										
30. _____	22. _____																																										
38. _____	46. _____																																										
54. _____	62. _____																																										
(A)	(B)																																										
1. _____	9. _____																																										
17. _____	25. _____																																										
41. _____	33. _____																																										
57. _____	49. _____																																										
더 나은 나 # 2 자기존중	더 나은 나 # 3 유능감	더 나은 나 # 8 소통과 공동체 의식	더 나은 나 # 9 봉사																																								
<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>16. _____</td> <td>8. _____</td> </tr> <tr> <td>32. _____</td> <td>24. _____</td> </tr> <tr> <td>40. _____</td> <td>48. _____</td> </tr> <tr> <td>56. _____</td> <td>64. _____</td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: _____] + 40 - [B: _____] = _____</p>	(A)	(B)	16. _____	8. _____	32. _____	24. _____	40. _____	48. _____	56. _____	64. _____	<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>7. _____</td> <td>15. _____</td> </tr> <tr> <td>23. _____</td> <td>31. _____</td> </tr> <tr> <td>47. _____</td> <td>39. _____</td> </tr> <tr> <td>55. _____</td> <td>63. _____</td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: _____] + 40 - [B: _____] = _____</p>	(A)	(B)	7. _____	15. _____	23. _____	31. _____	47. _____	39. _____	55. _____	63. _____	<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>12. _____</td> <td>4. _____</td> </tr> <tr> <td>28. _____</td> <td>20. _____</td> </tr> <tr> <td>36. _____</td> <td>44. _____</td> </tr> <tr> <td>52. _____</td> <td>60. _____</td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: _____] + 40 - [B: _____] = _____</p>	(A)	(B)	12. _____	4. _____	28. _____	20. _____	36. _____	44. _____	52. _____	60. _____	<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>65. _____</td> <td>67. _____</td> </tr> <tr> <td>66. _____</td> <td>68. _____</td> </tr> <tr> <td>70. _____</td> <td>69. _____</td> </tr> <tr> <td>72. _____</td> <td>71. _____</td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: _____] + 40 - [B: _____] = _____</p>	(A)	(B)	65. _____	67. _____	66. _____	68. _____	70. _____	69. _____	72. _____	71. _____
(A)	(B)																																										
16. _____	8. _____																																										
32. _____	24. _____																																										
40. _____	48. _____																																										
56. _____	64. _____																																										
(A)	(B)																																										
7. _____	15. _____																																										
23. _____	31. _____																																										
47. _____	39. _____																																										
55. _____	63. _____																																										
(A)	(B)																																										
12. _____	4. _____																																										
28. _____	20. _____																																										
36. _____	44. _____																																										
52. _____	60. _____																																										
(A)	(B)																																										
65. _____	67. _____																																										
66. _____	68. _____																																										
70. _____	69. _____																																										
72. _____	71. _____																																										
더 나은 나 # 4 목표수립	더 나은 나 # 5 목표실현																																										
<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10. _____</td> <td>2. _____</td> </tr> <tr> <td>26. _____</td> <td>18. _____</td> </tr> <tr> <td>34. _____</td> <td>42. _____</td> </tr> <tr> <td>50. _____</td> <td>58. _____</td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: _____] + 40 - [B: _____] = _____</p>	(A)	(B)	10. _____	2. _____	26. _____	18. _____	34. _____	42. _____	50. _____	58. _____	<table border="1"> <thead> <tr> <th>(A)</th> <th>(B)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3. _____</td> <td>11. _____</td> </tr> <tr> <td>19. _____</td> <td>27. _____</td> </tr> <tr> <td>43. _____</td> <td>35. _____</td> </tr> <tr> <td>59. _____</td> <td>51. _____</td> </tr> </tbody> </table> <p>[A: _____] + 40 - [B: _____] = _____</p>	(A)	(B)	3. _____	11. _____	19. _____	27. _____	43. _____	35. _____	59. _____	51. _____																						
(A)	(B)																																										
10. _____	2. _____																																										
26. _____	18. _____																																										
34. _____	42. _____																																										
50. _____	58. _____																																										
(A)	(B)																																										
3. _____	11. _____																																										
19. _____	27. _____																																										
43. _____	35. _____																																										
59. _____	51. _____																																										



내용 2

‘더 나은 나’ 진단점수 해석

여러분들의 인생을 성공으로 이끌 수 있는 ‘더 나은 나’와 ‘그렇지 못한 나’를 진단점수로 비교해 보시기 바랍니다. 또한 나에게 부족한 ‘더 나은 나’ 핵심가치가 무엇인지 확인해 보시기 바랍니다. 점수의 해석은 다음과 같습니다.

- 0점 ~ 39점 : 평소 본인이 가지고 있는 신념과 가치가 매우 부정적인 편이어서, 성공을 향한 길로 이르기에는 많은 어려움이 있는 점수입니다.
- 40점 ~ 63점 : 평소 본인이 가지고 있는 신념과 가치가 조금 부정적인 편에 속하긴 하지만, 가끔은 성공의 길을 향해 나아가려고 하는 나의 모습을 발견할 수 있는 점수입니다.
- 64점 ~ 80점 : 항상 본인이 가지고 있는 신념과 가치가 긍정적인 편이며, 지금의 모습을 계속 유지한다면, 분명 본인이 원하는 성공을 달성할 수 있는 점수입니다.

나는 ‘더 나은 나’에 얼마나 가까운가?

나의 점수	성공하는 학생의 모습...	실패하는 학생의 모습...
자기인식 () 점	자신의 생각과 감정, 행동 등에서 나타나는 특징을 인식하려고 노력하며, 이를 긍정적인 방향으로 발전시키려고 노력한다.	중요한 결정을 무의식적·습관적으로 내리는 경우가 많으며, 잘못된 습관을 인지하려는 노력 및 이를 개선하려는 노력을 하지 않는다.
자기존중 () 점	평소 자신을 매우 가치있고, 사랑스럽고, 자랑스런 존재로 여긴다.	평소 본인의 능력에 대해 많은 의심을 품고 있으며, 본인의 노력으로 인한 결과물을 인정하려고 하지 않는다.
유능감 () 점	항상 ‘나는 잘 할 수 있다’라는 믿음이 있으며, 본인의 목표와 꿈을 달성하기 위해 부정적인 생각을 스스로 통제하는 능력이 있다.	일상생활에 있어 성냄, 낙심, 우울, 절망 등 좋지 않는 감정에 지배당하면서 사는 일이 많다.
목표수립 () 점	평소 자신에게 의미있는 목표와 꿈을 설정하려고 하며, 이와 같은 목표와 꿈을 발견하는 일에 기쁨과 보람을 느낀다.	스스로 나아가야 할 방향을 찾지 못하며, 현재 어느 위치에 서 있는 지, 잘하고 있는 것인지 혼란스러워 하는 일이 많다.
목표실천 () 점	본인의 목표를 달성하기 위한 구체적인 실천사항들을 계획하며, 이를 실행하기 위해 노력한다.	구체적인 목표와 계획이 없으며, 본인이 해야 할 일을 미리 확인하는 일도 거의 없고, 일이 확인되어도 나중으로 미루는 일이 많다.
실행 () 점	학습활동을 실행함에 있어 나의 부족한 점을 발견하고 나만의 학습방법을 찾고자 노력한다. 자기주도적 학습태도를 갖추고 있다.	학습하는 것을 회피하거나 지루해 한다. 본인에게 주입되는 학습내용에만 반응하며, 자기주도적인 학습태도 형성에 부정적이다.
책임감 () 점	현재의 결과는 내가 노력한 만큼의 산물이라 생각하며, 자신이 거둔 결과를 기꺼이 수용하고 책임지려는 자세를 가지고 있다.	운에 따라 자신의 운명이 결정된다는 믿음이 강하며, 때로는 자신을 불리한 환경의 희생물이라 생각한다. 결과를 수용하지 않는다.
소통과 공동체의식 () 점	의존적 관계를 중요시 여기며, 다른 사람들과의 원만한 관계형성을 통해 적절한 도움을 주고 받으면서 본인의 목표를 달성하고자 한다.	혼자 지내거나, 본인의 문제를 털어놓는 것, 다른 사람에게 도움 받는 것을 꺼려하는 경향이 있다.
봉사 () 점	다른 사람이 꺼려하는 일을 내가 하거나, 자신의 이익을 생각하지 않고 하는 일에 모범을 보이는 경우가 많다.	다른 사람이 꺼려하는 일은 굳이 나도 할 필요가 없다는 생각이 강하다. 자신의 이익과 관련이 없는 일에는 관심을 두지 않는다.

'더 나은 나' 를 위하여 !



나의 '더 나은 나' 일기장

1. '더 나은 나' 9가지 핵심가치 중 비교적 나의 점수가 높은 가치는 무엇이고, 그 이유는 무엇이라고 생각하십니까?

2. '더 나은 나' 9가지 핵심가치 중 비교적 나의 점수가 낮은 가치는 무엇이고, 그 이유는 무엇이라고 생각하십니까?

소감 나누기



Chapter 3.

나의 꿈 설계하기



제 3 강

나의 꿈 설계하기

제 3 강

나의 꿈 설계하기

■ 학습내용을 확인합시다 !

1. 나의 꿈과 생각 작성하기.
2. 나의 장단기 목표를 설정해 보기.
3. 나의 꿈 디자인 하기.



핵심질문

꿈이 있는 사람과 꿈이 없는 사람의 인생은 어떻게 다를까요?
자신에 대한 긍정적인 생각은 꿈을 실현하는 데 어떤 영향을 미칠까요?



내용 1

인생 그리고 꿈



내가 현재 시점에서 담당하고 있는 역할들이 있으며, 각 역할에 있어서
내가 궁극적으로 이루고자 하는 꿈이 무엇인지 생각해 보자.



내용 1

나의 생각



대학생활 동안 이루고 싶은 꿈은?



내용 1

나의 역할과 꿈 작성하기



꿈을 수용하지 못하게 만드는
부정적인 생각은?



부정적 생각의 분류 & 나의 인생대본

나의 역할과 가장 큰 꿈 작성하기

- 1) 여러분들이 수행해야 할 역할을 현재시점과 미래시점으로 구분하여 각각 4~7가지씩 적어보시기 바랍니다. 그리고 각 역할에서 여러분들이 이루고자 하는 가장 큰 꿈과 예상 시기를 구체적으로 적어보시기 바랍니다.

[작성 예]

시점	역할	가장 큰 꿈	예상시기
현재	1 부모님의 딸	훌륭한 유아교사가 되어 부모님을 기쁘게 해드리는 것. 부모님 해외여행 보내드리기	2013년
	2 동현이의 누나	동현이가 대학에 입학할 때 등록금을 내주는 것. 유아교사가 되어 동현이에게 자랑스러운 누나가 되는 것	2013년
	3 유아교육과 학생	해외인턴십을 다녀오는 것. 우수한 학점(평점 3.7이상)으로 졸업하고, 유아교사로 취업하여 사랑스런 아이들을 돌보고 가르치는 것	2013년
	4 외국어학원생	혼자서 해외여행이 가능한 수준의 영어회화 능력을 습득하는 것(2학년 겨울방학 때 호주로의 배낭여행)	2012년
미래	1 아내	사랑하는 사람과 결혼하여 행복한 가정을 꾸리는 것. 남편과 함께 취미생활을 하며 인생을 즐겁게 사는 것	2016년
	2 부모	두 아이의 엄마가 되는 것. 자녀가 원하는 것을 해줄 수 있고, 사랑으로 돌보는 부모가 되는 것	2020년
	3 유아교사	영어를 가르칠 수 있는 유아교사가 되는 것. 어린이집을 경영하는 원장이 되는 것	2025년
	4 여행동아리 회장	해외 10개국 이상을 여행하는 것. 해외여행동아리 회장(온라인 카페운영이 되어 1,000명 이상의 회원을 확보하는 것	2015년
	5 온라인 쇼핑물 CEO	유아교재와 교구를 직접 만들어 온라인 쇼핑몰을 통해 판매하는 것	2015년

[나의 역할과 꿈]

시점	역할	가장 큰 꿈	예상시기
현재	1		
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
미래	1		
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		

- 2) 현재 그리고 미래 시점에서 바라본 역할, 그리고 그 역할에서 이루고자 하는 꿈들을 적었다면, 그러한 역할과 꿈을 실현하는 데 있어 평소 자신에 대한 부정적인 생각은 어떤 것들이 있는지를 적어봅시다.

[작성 예]

시점	역할	이루고자 하는 꿈을 수용하지 못하도록 만드는 나의 부정적인 생각들
현재	3 유아교육과 학생	나는 다른 사람보다 머리가 나쁘고 인내심이 부족한 편이다. 나는 영어에 대한 기초 실력이 부족하기 때문에, 아무리 노력해도 영어실력이 오르지 않을 것이다. 1학년 성적이 좋지 않기 때문에, 나는 훌륭한 유아교사가 되는 데 한계가 있을 것이다.

[나의 부정적인 생각]

시점	역할	이루고자 하는 꿈을 수용하지 못하도록 만드는 나의 부정적인 생각들
현재	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
미래	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	



내용 2

목표의 중요성



단기목표

단기목표는 앞으로 다가올 '몇 달' 안에 도달해야 하는 구체적인 중착지를 말합니다. 예를 들어, '올10월 까지 사이버 영어강좌학습을 통해 영어 기초문법을 완벽하게 숙지하도록 하겠다.'와 같은 것입니다.

장기목표

장기목표는 앞으로 다가올 '1~2년' 안에 도달해야 하는 구체적인 중착지를 말합니다. '내년 5월에 실시되는 토익 시험에 응시하여 현 점수보다 200점 이상을 올리도록 하겠다.'와 같은 것입니다.



내용 2

나의 꿈도 디자인 할 수 있다.





내용 2

'이루어질 수밖에 없는 나의 꿈' 디자인하기

- 첫째, 구체적으로 설정된 기한이 있어야 합니다(Dated/예: 2012년 2월까지).
- 둘째, 실현 가능한 현실적인 목표이어야 합니다(Achievable/예: 물류관리사 자격증 취득).
- 셋째, 실제 나의 꿈과 관련된 목표이어야 합니다(Personal/예: 국제적인 물류회사 취업).
- 넷째, 긍정적으로 표현된 목표이어야 합니다(Positive/예: 행복한 나의 삶을 위해).
- 다섯째, 구체적으로 측정 가능한 목표이어야 합니다(Specific/예: 모든 시험 과목에서 80점 이상을 획득).

표를 작성해봅시다!

나의 꿈 디자인하기

[예시]

구분	내용
현재 나의 역할	호텔조리과 재학생
현재 나의 역할에 있어 이루고자 하는 꿈	국내 글로벌 호텔 체인에 요리사로 입사하여 세계적 수준의 요리사가 되기 위한 기반을 닦는다.
현재 나의 역할에 있어 장기목표	1. 한식, 일식, 양식 조리사 자격 취득 2. 제과제빵사 자격 취득 3. 해외인턴십 참여(미국 호텔체인)
현재 나의 역할에 있어 단기목표	1. 한식, 양식 조리사 자격 취득(1학년 1학기) 2. 영어공부 시작, 기초문법 완성(1학년 여름방학) 3. 일식 조리사 자격 취득, 토익 400점 취득(1학년 2학기) 4. 제과제빵사 자격 취득(1학년 겨울방학) 5. 토익 550점 취득, 해외인턴십 지원(2학년 1학기) 6. 해외인턴십 수행(2학년 여름방학) 7. 취업준비 및 입사지원(2학년 2학기)
나의 꿈 점검	구체적인 기한이 설정되었나? 예(O) / 아니오() 실현 가능한 목표들인가? 예(O) / 아니오() 실제 나의 꿈과 관련된 목표들인가? 예(O) / 아니오() 모두 긍정적이고 부정적인 표현은 없는가? 예(O) / 아니오() 구체적인 측정 가능한 목표들인가? 예(O) / 아니오()

[나의 꿈 디자인하기]

구분	내용
현재 나의 역할	
현재 나의 역할에 있어 이루고자 하는 꿈	
현재 나의 역할에 있어 장기목표	
현재 나의 역할에 있어 단기목표	
나의 꿈 점검	구체적인 기한이 설정되었나? 예() / 아니오() 실현 가능한 목표들인가? 예() / 아니오() 실제 나의 꿈과 관련된 목표들인가? 예() / 아니오() 모두 긍정적이고 부정적인 표현은 없는가? 예() / 아니오() 구체적인 측정 가능한 목표들인가? 예() / 아니오()

소감 나누기



Chapter 4.

‘목표’가 있는 자기경영



제 4 강

'목표'가 있는 자기경영

제 4 강

'목표'가 있는 자기경영

■ 학습목표를 확인합시다 !

1. 월간 계획표와 일일실천 목록을 사용해 보기.
2. 나의 능력개발 방법을 설명해 보기



핵심질문

여러분들이 알고 있는 '성공하는 사람들'은 어떤 특징을 가지고 있습니까?
그리고 성공하는 인생에 있어 시간관리는 왜 중요한 것일까요?



내용 1

제2영역의 힘

	〈긴급함〉	〈긴급하지 않음〉
〈중요함〉	제1영역 예) 내일 오전 9시에 있는 시험을 준비하기 위해 전날 벼락 치기 공부를 하다.	제2영역 예) 년 말에 시행될 자격시험에 대비하기 위해 학기초 친구들과 스터디그룹을 만든다.
〈중요하지 않음〉	제3영역 예) 친구의 전화를 받고 급하게 만나러 나간 친구들끼리 모임일을 갖기로 함	제4영역 예) 밤 12시까지 TV를 시청하고 새벽 3시까지 컴퓨터 게임을 함

제1영역 : 중요하고 긴급한 일



내용 1

제2영역의 힘

	〈긴급함〉	〈긴급하지 않음〉
〈중요함〉	제1영역 예) 내일 오전 9시에 있는 시험을 준비하기 위해 전날 벼락치기 공부를 하다.	제2영역 예) 년 말에 시행될 자격시험에 대비하기 위해 학기초 친구들과 스터디그룹을 만든다.
〈중요하지 않음〉	제3영역 예) 친구의 전화를 받고 급하게 만나러 나간 친구들끼리 모임을 갖기로 함	제4영역 예) 밤 12시까지 TV를 시청하고 새벽 3시까지 컴퓨터 게임을 함

제2영역 : 중요하고 긴급하지 않은 일



내용 1

제2영역의 힘

	〈긴급함〉	〈긴급하지 않음〉
〈중요함〉	제1영역 예) 내일 오전 9시에 있는 시험을 준비하기 위해 전날 벼락치기 공부를 하다.	제2영역 예) 년 말에 시행될 자격시험에 대비하기 위해 학기초 친구들과 스터디그룹을 만든다.
〈중요하지 않음〉	제3영역 예) 친구의 전화를 받고 급하게 만나러 나간 친구들끼리 모임을 갖기로 함	제4영역 예) 밤 12시까지 TV를 시청하고 새벽 3시까지 컴퓨터 게임을 함

제3영역 : 중요하지 않지만 긴급한 일



내용 1

제2영역의 힘

	〈긴급함〉	〈긴급하지 않음〉
〈중요함〉	제1영역 예) 내일 오전 9시에 있는 시험을 준비하기 위해 전날 벼락 치기 공부를 하다.	제2영역 예) 년 말에 시행될 자격시험에 대비하기 위해 학기초 친구들과 스터디그룹을 만든다.
〈중요하지 않음〉	제3영역 예) 친구의 전화를 받고 급하게 만나러 나간 친구들끼리 모임일을 갖기로 함	제4영역 예) 밤 12시까지 TV를 시청하고 새벽 3시까지 컴퓨터 게임을 함

제4영역 : 중요하지도 않고 긴급하지도 않은 일



내용 1

나는 주로 어떤 일을 하고 있는가?

	〈긴급함〉	〈긴급하지 않음〉
〈중요함〉	제1영역	제2영역
〈중요하지 않음〉	제3영역	제4영역

표 채우기 & 나의 생각 적어보기



지금 즐거운 것 vs 미래에 행복한 것



소중한 일을 먼저 하기 위해 고려해야 할 5 가지

1. 분명한 목표를 정하기

중요한 일을 먼저 하기 위해서는 꿈을 이루기 위한 목표가 분명해야 합니다. 왜냐하면 무엇이 중요한지는 목표가 무엇인지에 따라 달라지기 때문입니다.

2. 해야 할 일의 우선순위를 정하기

우리가 매일하는 대부분의 일들은 부분적으로는 모두 중요합니다. 문제는 우리에게 주어진 시간이 하루 24시간으로 한정되어 있어 원하는 일들을 모두 할 없다는 것입니다. 할 수 있는 일들에 비해 쓸 수 있는 시간은 언제나 부족합니다. 따라서 어떤일들을 가장 중요하게 다룰 것인지 일의 우선순위를 결정해야만 합니다.

3. 선택과 포기를 명확하게 하기

우리는 날마다 수많은 일들을 선택하며 살아갑니다. 일찍 일어날 것인가? 늦게 일어날 것인가? 친구들을 만날 것인가? 책을 읽을 것인가? 자기의 목표를 위해 소중한일을 선택했다면, 그 순간 선택하지 못한 다른 일들은 과감하게 미련을 버리는 것이중요합니다. 선택과 포기를 분명하게 하는 것이 성공하는 사람들의 특징입니다.

4. 미래의 관점에서 판단하기

내가 앞으로 무슨 일을 해야 하고, 어떤 분야에 종사하면서 인생을 살아가야 하는 지, 미래의 관점에서 지금 해야 할 일을 판단하는 것이 중요합니다.

5. 해야 할 일들의 목록을 작성하기

중요성에 따라 일의 우선순위를 정하는 것보다 더 중요한 것은 그 일을 집중적으로 실천하는 것입니다. 그날 반드시 해야 할 일의 목록을 작성하고, 목록에 있는 일은 반드시 실천하는 습관을 키워야 합니다.



내용 2

자기경영 도구 활용하기

[월간계획표 양식]

월	나의 월간계획					
월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일	일요일

월간계획표에는 한 달 동안 학업계획, 중요한 약속, 행사 등 여러분들이 언제 어떤 일을 해야 하는지를 기록합니다. 이 월간계획표에는 나의 목표와 관련이 있는 일들을 우선적으로 포함시켜야 합니다. 즉, 제2영역에 있는 일들을 먼저 생각해보고, 그 다음으로 해야 할 일들을 기록하도록 합니다.



내용 2

자기경영 도구 활용하기

[일일실천목록 양식]

나의 일일실천목록

역할 : 유통관리 수강생 목표 : A+ 학점취득 / 유통관리사 합격	역할 : 목표 :	역할 : 목표 :
• 중요하고 급한일		
1. 과제제출 / 5매분량(3월 20일까지)		
• 중요하지만 급하지 않은 일		
1. 유통관리사 1과목 학습(교재 50~80페이지)		
2. 유통관리사 1과목 문제풀이		
역할 : 목표 :	역할 : 목표 :	역할 : 목표 :
기타 해야 할 일들		

일일실천목록 작성 3가지 절차

1. 여러분들이 '제2강 나의 꿈 설계'에서 작성했던 역할, 그리고 그 역할에서 궁극적으로 달성하고자 하는 목표를 맨 처음에 적습니다. 여러분들의 목표, 그리고 그 목표를 달성함으로써 이루고자 하는 꿈을 매일같이 기억하면서, 그 꿈과 관련된 일들을 실행하기 위함입니다.
2. 오늘 해야 하는 '제1영역(중요하고 급한 일)'의 일을 적습니다. 아래의 'DAPPS' 원칙에 따라 적습니다.

DAPPS 원칙

- 첫째, 구체적으로 설정된 기한이 있어야 합니다.
- Dated / 예) 2012년 2월까지
- 둘째, 실현 가능한 현실적인 목표이어야 합니다.
- Achievable / 예) 물류관리사 자격증 취득
- 셋째, 실제 나의 꿈과 관련된 목표이어야 합니다.
- Personal / 예) 국제적인 물류회사 취업.
- 넷째, 긍정적으로 표현된 목표이어야 합니다.
- Positive / 예) 행복한 나의 삶을 위해
- 다섯째, 구체적으로 측정 가능한 목표이어야 합니다.
- Specific / 예) 모든 시험 과목에서 80점 이상을 획득

3. 마지막으로 '제2영역(중요하지만 급하지 않은 일)'의 일을 적습니다. 제2영역의 일은 장기적으로 여러분의 목표와 관련이 있는 중요한 일들이 중심이 되어야 합니다.

소감 나누기



Chapter 5.

학습과 실행



제 5 강

학습과 실행

제 5 강

학습과 실행

■ 학습목표를 확인합시다 !

1. 학습사례와 학습유형 진단
2. 경로이탈의 의미 설명
3. 실행과 학습간의 관계 설명



핵심질문

즐겁고 행복한 마음으로 학습하는 방법은 없을까요?
학습은 나의 행복과 어떤 관계가 있을까요?



내용 1

사례 읽기



각 학생들의 문제점은?



□사례1

민우는 사회복지사 시험을 준비하고 있다. 나름대로의 월간, 주간, 일일 학습계획을 수립했고, 나에게 맞는 참고서도 미리 인터넷 서점을 통해 구입한 상황이다. 드디어 기다리던 참고서가 택배를 통해 도착했고, 설레는 마음에 포장지를 뜯은 다음 책상에 앉아 차근차근히 참고서를 훑어보기 시작했다.

‘이 정도 분량이면 2개월이면 충분하겠네. 하루에 한 단원씩, 일주일에 다섯 단원을 끝내면 마무리할 수 있겠어!’

민우는 다음날부터 바로 실행에 들어갔다. 처음 며칠은 계획대로 본인의 학습계획을 실천해 나갈 수 있었으나, 시간이 지날수록 본인이 마음먹은 학습일정을 지키기가 힘들어졌다. 처음에는 ‘괜찮아, 그럴 수도 있지 뭐’라고 하면서 자신을 달랬지만, 이런저런 일로 자신이 수립한 일정을 지키지 못하는 일이 많아지게 되었다. 결국 민우는 보름도 못가서 사회복지사 시험 준비를 포기하고 말았다.

□사례2

지혜는 매우 꼼꼼한 성격이다. 이러한 성격 때문에 어떤 일도 그냥 넘어가지 못한다. 공부를 하는 것도 마찬가지였다. 책을 읽을 때, 본인이 이해가 되지 않는 부분은 몇 번이고 다시 읽는 편이었다. 본인이 이해가 돼야 안심을 하고 다음 장으로 넘기는 일이 많았다. 지혜는 기초화학 과목을 수강하고 있는데, 어느덧 중간고사를 본다고 한다. 교수님께서 시험범위를 알려주셨는데, 무려 100페이지나 된다. 지혜는 걱정이 되었지만, 남들보다 일찍 시험 준비를 하면 되겠다는 생각에, 다음 날 오전부터 도서관에 자리를 잡았다. 그런데 교수님께서 알려주신 시험 범위를 공부하다가 문제가 생기고 말았다. 두 번째 장이 도무지 이해가 되지 않는 것이었다. 두 번째 장을 몇 번이나 다시 읽었는지 모른다. 두 번째 장을 공부하는데 4시간이나 허비하고 말았다. 앞으로 7장이나 더 공부를 해야 하는데, 이렇게 나가다가는 정해진 시간에 시험공부를 끝내지 못할 것이라는 걱정이 들었다. 그럴다 해도 두 번째 장이 해결되지 않은 이상, 다음 장으로 넘어갈 수는 없었다. 머릿속이 갑자기 복잡해지고 가슴이 두근거리기 시작했다. 그날 지혜는 아무것도 하지 못하고 밤늦게 집으로 돌아갈 수밖에 없었다.

□사례3

호텔경영과 1학년인 정호는 요즘 걱정이 많다. 다름 아니라, 친한 친구 몇 명이 벌써부터 취업준비를 한다고 하면서, 종강 후 영어회화 학원에 다니고 있기 때문이다. 나만 뒤처지는 것 같고, 뭔가 나도 지금 빨리 시작하지 않으면 나중에 큰 후회를 할지도 모른다는 생각에 불안한 마음마저 들었다. 정호 역시 걱정스런 마음에 부모님을 설득하여 영어회화 학원을 다니게 되었다. 그런데 요즘 친구들이 학원을 잘 나가지 않는 것 같았다. 이런 친구들의 모습을 보니 정호의 학습 의지도 조금씩 흔들리기 시작했다. 결국 정호는 학원을 열흘 정도 밖에 나가지 못하고 영어회화 공부를 포기하고 말았다.

나의 생각 : 학습활동을 실행함에 있어 각 학생들은 어떤 문제점을 가지고 있나요?

민우:

지혜:

정호:



내용 1

학습계획 수립 3단계 질문

학습계획 수립 3단계 질문	
〈1단계〉 학습동기 유발	<ul style="list-style-type: none"> • 학습결과는 나에게 어떤 혜택을 가져다주는가? • 학습결과는 나의 꿈(또는 목표달성)에 어떤 도움을 주는가?
〈2단계〉 실행을 위한 정보수집	<ul style="list-style-type: none"> • 다른 사람은 어떻게 학습을 하는가? • 나에게 맞는 가장 효과적인 방법은 무엇인가? • 나에게 도움을 줄 수 있는 사람은 누구인가? • 통상 어느 정도의 시간이 소요되며, 소요되는 시간에 따른 나의 세부 실천계획은 무엇인가?
〈3단계〉 예상되는 어려움 파악	<ul style="list-style-type: none"> • 실행을 방해하는 유혹 또는 장애물에는 어떤 것들이 있는가? • 그러한 유혹 또는 장애물은 어떻게 극복할 것인가? • 나에게 줄 수 있는 '당근과 채찍'은 무엇인가?



내용 1

나의 학습유형 찾기



나와 가장 가깝다 ← 4 3 2 1 → 나와 가장 멀다

예) 나는 꽃을 보면

- 3 A. 행복하다고 느낀다.
- 1 B. 부모님이나 친구에게 선물을 하고 싶다.
- 2 C. 생동감을 느낀다.
- 4 D. 가슴이 벅차오른다.

나의 학습유형 진단

나와 가장 가깝다 ← 4 3 2 1 → 나와 가장 멀다

1. 내가 아래 과목에서 수강신청을 하고 싶은 과목을 순서대로 고른다면
- _____ A. 과학이란 무엇인가?
 _____ B. 기업경영의 이해
 _____ C. 조직생활과 나 - 나는 어떻게 그들을 이해하고 행동할 것인가? -
 _____ D. 창의적 사고와 디자인
2. 나는 어떠한 문제를 해결함에 있어
- _____ A. 무엇이 문제인가에 대해 고민하고, 분석한다.
 _____ B. 어떻게 그렇게 되었는지를 다시 재현해보거나 실험해본다.
 _____ C. 생각하기 좋은 장소로 이동하여 공감이 생각해본다.
 _____ D. 떠오르는 나의 생각과 직관을 믿는다.
3. 나에게 관심이 있는 직업들은
- _____ A. 엔지니어, 연구원, 펀드매니저
 _____ B. 기업의 관리자금 직원, 군 장교, 레스토랑 매니저
 _____ C. 선생님, 사회복지사, 시민단체 총서자
 _____ D. 연예인, 예술가, 발명가
4. 나는 어떤 의사결정을 하기 전에
- _____ A. 가능한 모든 대안을 생각해보고 각 대안의 장단점을 확인한다.
 _____ B. 나의 결정이 어느 정도 확실하다는 믿음이 있어야 한다.
 _____ C. 나의 결정이 다른 사람에게 어떻게 영향을 미칠 지를 생각해본다.
 _____ D. 기존 방법 말고 보다 창의적인 대안은 없는 지를 생각해볼 것이다.
5. 나는 '~'라는 믿음이 있다.
- _____ A. "인생을 살아감에 있어 감정보다는 이성이 중요하다"
 _____ B. "인생을 살아감에 있어 실행할 줄 알고 성실한 사람이 보상을 받는다"
 _____ C. "인생을 살아감에 있어 반드시 열정이 있어야 한다"
 _____ D. "인생은 마치 교향곡처럼, 정해진 것이 아니라 스스로가 창조하는 것"
6. 아래 도서 제목을 보고, 내가 읽고 싶은 도서를 순서대로 고른다면
- _____ A. 20세기 가장 위대한 이론과 기술들
 _____ B. 어떻게 나의 인생을 설계하고 실행할 것인가?
 _____ C. 보다 좋은 인간관계 만들기
 _____ D. 당신의 상상력을 자극하라!
7. 내가 의사결정을 하는 데 필요한 정보는
- _____ A. 현상 또는 사실을 정확하게 인식하고 분석한 것에 기인하는 경우가 많다.
 _____ B. 과거 경험에 기인하는 경우가 많다.
 _____ C. 나의 감정과 직관에 기인하는 경우가 많다.
 _____ D. 나의 창의적인 생각과 상상력에 기인하는 경우가 많다.
8. 나는 다른 사람과는 정 중립 때, 상대방을 설득하기 위해
- _____ A. 통계적인 수치 또는 명확한 증거를 찾아 제시할 것이다.
 _____ B. 전문가들의 의견을 찾아 제시할 것이다.
 _____ C. 그 사람이 수용할 수 있는 메력을 찾아 제시할 것이다.
 _____ D. 더 나은 미래의 상황을 제시하며, 나의 의견에 찬성해 줄 것을 요청할 것이다.
9. 내가 선호하는 교수님(또는 선생님)은
- _____ A. 중요한 이론 또는 핵심적인 사항을 조목조목 짚어 주시는 분이다.
 _____ B. 명확한 최종 학습목표를 설정한 후, 단계별로 학습내용을 이끌어 가는 분이다.
 _____ C. 다른 학생들과의 토론 또는 조별 과제를 통해 활기찬 수업을 하시는 분이다.
 _____ D. 기존에 내가 가지고 있던 개념 또는 생각을 바꿀 수 있도록 도와주시는 분이다.
10. 내가 알고 있는 주변 사람들이 나를 평가할 때 주로
- _____ A. 논리적인 사람이라고 말한다.
 _____ B. 실용적인 사람이라고 말한다.
 _____ C. 감성적인 사람이라고 말한다.
 _____ D. 창의적인 사람이라고 말한다.



내용 1

점수집계와 해석

나의 학습유형 : 점수집계와 해석		
A : 사고형	() 점	실제적이고 구체적인 것을 선호하고 잘 구조화된 지식, 일관성있고 체계적인 형태의 학습을 선호하는 유형입니다. * 나에게 잘 맞는 수업 : 강의식 수업
B : 행동형	() 점	실체에 관심을 가지고 있어 강의식보다는 발표와 같이 활동적인 형태의 학습을 선호하는 유형입니다. * 나에게 잘 맞는 수업 : 발표식, 조별과제 중심의 수업
C : 감성형	() 점	명확한 원칙에 의해 문제를 해결하는 것이 아니고 느낌과 직감을 통해 문제를 해결해 나가는 학습을 선호하는 유형입니다. * 나에게 잘 맞는 수업 : 토론식, 체험식 수업
D : 혁신형	() 점	자신의 호기심을 충족시키고 창의력을 자극할 수 있는 분위기에서 이루어 질 수 있는 학습을 선호하는 유형입니다. * 나에게 잘 맞는 수업 : 개별과제 중심의 수업

• 30~40점 : 해당 학습유형을 가장 많이 선호하고 있습니다.
 • 20~29점 : 필요에 따라 해당 학습유형을 선택할 수 있는 능력이 있습니다.
 • 10~19점 : 해당 학습유형을 회피하는 경향이 있습니다.



내용 2

목적지를 벗어난 자동차



사례읽기

영목은 요즘 동아리 활동에 푹 빠져있다. 얼마 전에 가입한 댄스 동아리 덕분에 친구들도 많이 사귀게 되었고, 조금 지루하다고 느꼈던 대학생활에 활기도 넘치는 것 같았다. 댄스 동아리에서 이번 가을 축제때 뭔가를 보여줄 결심을 했다. 멋있는 댄스 공연을 기획하여 축제 때 선을 보이기로 한 것이다.

드디어 연습이 시작되었고, 영목은 수업이 끝나면 바로 동아리 방으로 달려가서 공연 연습에 매진했다.

드디어 연습이 시작되었고, 영목은 수업이 끝나면 바로 동아리 방으로 달려가서 공연 연습에 매진했다. 아직 서툴지만, 조금만 더 연습하면 선배로부터 잘 한다는 칭찬을 받을 수 있을 것 같았다. 그런데 도무지 실력이 느는 것 같지가 않았다. 실제 공연에서 내가 제외되면 어떻게 하나라는 걱정도 들기 시작했다. 그러나 포기할 수는 없었다. 늦게까지 라도 남아서 남들보다 더 많은 연습을 해야겠다는 결심을 했다. 그렇게 영목의 하루하루는 지나갔다. 요즘 연습을 많이 하다 보니, 예전보다 피곤함을 더 느끼는 것 같다. 그리고 가끔 동아리 친구들과 늦은 시간까지 술자리를 갖다 보니, 아침에 일어나는 것이 힘들어지기 시작했다. 영목은 오전 수업에 지각하는 일이 많아졌고, 몇몇 과목은 벌써 3번이나 결석을 하기도 했다. '이러면 안 되는데'하면서도 '어떻게 되겠지 뭐. 동아리에 있는 다른 친구들도 나와 비슷한 상황이던데 뭘'이라는 생각으로 스스로를 안심시키기도 했다. 그런데 어느 날, 같은 과 친구로부터 전화가 걸려왔다.

“영목아, 교수님이 그러시는데, 너 한번만 더 지각하거나 결석하면 F학점을 주실 지도 모르는데. 내일 부터는 열심히 수업에 참여해야 할 것 같아. 그리고 내일 오후에 교수님 연구실로 찾아오라고 하셨어.”

영목은 알았다고 대답은 했지만, 그 동안 수업을 너무 소홀히 해서 교수님을 뵈면 면목이 없었다. 교수님께 무슨 말씀을 드려야 할지도 잘 모르겠고, 만나 뵈면 화를 내실 것 같아 찾아뵙기가 어려웠다. 영목은 다음 날 교수님을 찾아뵙지 않고, 다시 동아리 방으로 향했다. 그 후로 교수님으로부터 직접 전화가 온 적도 있었지만, 영목은 교수님의 전화를 받을 수가 없었다. 그러던 어느 날, 우연히 복도에서 교수님과 마주치게 되었다. 그리고 교수님은 이런 말씀을 하셨다.

“왜 교수님이 영목에게 보내는 신호를 계속 무시하고 있지? 넌 지금 어디를 향해 가고 있는 거니?”

영목이는 지금 동아리 활동에 빠져있고, 댄스 공연이라는 목적지를 향해 나아가고 있습니다. 그러나 댄스 공연이 끝나면 어떻게 될까요?

댄스 공연이 영목의 궁극적인 목적지가 될 수 있을까요? 댄스 공연이 끝나면 이제 다시 어디를 향해 가야하는 지, 즉 목적지를 찾지 못하고 길을 헤맬지도 모릅니다. 원래의 목적지는 댄스 공연이 아니었습니다. 학업활동을 통해 가야 할 목적지가 따로 있었습니다. 그러나 영목은 그 길을 벗어나고 만 것입니다. 자동차가 목적지를 벗어나면 네비게이션의 경고음이 울리듯, 영목이 길을 벗어났을 때에도 여러 번의 신호가 영목에게 경각심을 불러일으키도록 했습니다. 그러나 영목은 그 신호를 애써 외면하고 말았습니다



내용 2

이탈 신호

- 잦은 지각으로 인해 교수님으로부터 주의를 받는다.
- 결석 때문에 교수님으로부터 주의를 받는다.
- 친구가 나의 대학생활에 대해 걱정스런 이야기를 한다.
- 부모님이 나의 대학생활에 대해 걱정스런 이야기를 하신다.
- 나 스스로 '이러면 안 되는데' 라는 생각을 자주 한다.
- 중간 또는 기말고사 점수가 평균 이하로 좋지 않다.
- 나의 과제에 대한 교수님의 평가가 좋지 않다.
- 수업시간에 출석하는 것만으로도 나는 최선을 다하고 있다는 생각을 한다.
- 특별한 이유 없이 휴학하고 싶은 생각이 자주 든다.
- 수업시간에 뒷자리에 앉아 음악을 듣는 등 딴 짓을 하거나 친구들과 떠드는 일이 많아졌다.

나의 생각: 나는 목적지를 향해 가고 있나?



내용 3

실행과 학습, 그리고 행복



사례를
읽어 봅시다!

사례읽기

민지는 평소 창업에 관심이 많았지만, 창업이라는 것이 나와는 거리가 먼 것이라고 생각 했다. 하지만 관심은 가지고 있던 터라, 교양과목으로 개설된 ‘창업실무’라는 과목을 수강하게 되었다. 담당교수님은 대학생들이 참신한 아이디어와 적은 자본으로 창업에 성공한 사례를 다수 소개해 주셨다. 평소 옷에 관심이 많던 민지는 ‘온라인 쇼핑몰을 통해 창업을 할 수는 없을까’라는 고민을 하기 시작했다. 우선 쉬는 시간에 교수님을 찾아뵙고, 자신이 관심을 가지고 있는 분야에 대해 설명을 드렸다. 어떻게 해야 온라인 쇼핑몰을 창업할 수 있는지, 구체적으로 어떤 준비를 해야 하는 지도 자주 여쭙어 보았다. 교수님께서서는 온라인 쇼핑몰을 하기 전에 OO마켓과 같은 오픈 마켓에 입점하여 상품을 조금씩 판매해 보는 것이 어떻겠냐는 제안을 하셨다. 방법도 그리 어렵지 않은 것 같았다. 상품의 특징을 살려 개성 있는 사진을 찍는 방법, 사진을 편집하기 위해 포토샵과 같은 프로그램을 사용하는 방법 정도만 알면 비교적 쉽게 오픈마켓에서 상품을 판매할 수 있다는 사실을 알게 되었다. 교수님께서서는 민지에게 도움이 될 만한 서적을 몇 권 소개해주셨고, 민지는 주말에 대형서점을 방문하여 본인이 학습하기에 좋은 책을 골라 본격적인 학습에 들어갔다.

사례읽기

잘 모르는 분야라 학습에 어려움도 많았지만, 평소 해보고 싶던 분야라 힘들다는 생각은 들지 않았다. 잘 모르는 것이 있으면 인터넷 검색, 친구의 도움 등으로 해결할 수 있었다. 이렇게 해서 민지는 오픈마켓에 본인이 기획한 상품을 입점시킬 수 있었고 몇 개 되지는 않지만 직접 상품도 판매해 볼 수 있었다. 민지는 온라인 쇼핑몰에 대한 전문가가 되기 위해 지금도 열심히 관련 공부를 하고 있는 중이다. 무엇보다 민지는 본인이 하고 싶고 좋아할 수 있는 일을 찾은 것 같아 행복한 마음이 들었다.

나의 학습의지를 저해하는 요인에는 어떤 것들이 있는 지를
적어봅시다. 그리고 어떻게 극복할 수 있는 지도 적어봅시다.

Chapter 6.

소 통



제 6 강

소통

■ 학습목표를 확인합시다 !

1. 나 전달법을 이해 및 사용
2. 경청의 이해와 사용
3. 타인과 소통방법 이해와 연습



핵심질문

상대방과 대화를 할 때, 나는 어떤 경우에 불편한 느낌이 드나요?
효과적으로 말하고 듣는 방법은 무엇일까요?



내용 1

나 전달법 VS 너 전달법

'너(You)-전달법'	'나(I)-전달법'
<p>해원 : 성미야, 나 의논할 것이 좀 있어. 성미 : 너는 꼭 내가 바쁠 때만 그러더라? 나중에 얘기하면 안 되니?</p>	<p>해원 : 성미야, 나 의논할 것이 좀 있어. 성미 : 아 그래? 네가 나를 찾아와줘서 정말 고마워. 그런데 내가 급히 집에 가야할 상황이라서 충분한 시간을 가지고 얘기를 듣지는 못할 것 같아. 일단 오후에 전화로 얘기하고 내일 만나서 다시 얘기해보자.</p>



내용 1

무엇이 문제가 되는가?

'나(I) 전달법'	'너(You) 전달법'	문제점
이 문제를 나에게 의논하러 온 것이 기분이 좋아.	이 문제를 나와 의논하겠다고 생각한 것은 정말 잘한 일이야.	상대방의 행동을 평가하고 있음
내가 너에게 이야기를 할 때 네가 대답하지 않거 나 쳐다보지 않으면 난 기분이 상해	너는 왜 내가 얘기하면 대답도 하지 않고 쳐다보 지도 않니?	상대방의 행동을 비난하고 있음
나는 너에게 고마워하고 있어.	너는 나에게 도움이 되는 사람이야.	내가 느끼는 감정을 바탕으로 상대방을 평가하고 있음



내용 1

나 전달법 연습하기



상황	친구가 약속을 할 때마다 시간을 지키지 않음
나의 마음을 불쾌하게 하는 상대방의 행동은 무엇인가? (사실)	
상대방의 행동이 나 자신에게 어떤 영향을 미치고 있는가? (영향, 결과)	
그러한 영향에 대해 나는 어떤 느낌을 가지는가? (영향, 결과에 대한 나의 느낌)	
나-대 화법 만들기	



내용 2

어떻게 들을 것인가?



내가 먼저 변화한다

솔직한 표현을 사용한다

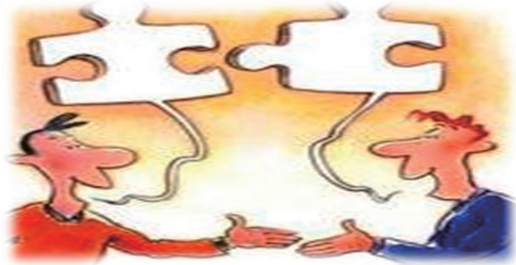
적극적 경청의 자세를 사용한다

공감의 언어를 사용한다



내용 3

소통을 사용해보자!



진행 방법

- 두 사람이 함께 짝을 이룹니다(2인 1조)
- 두 사람 모두 '나-전달법'을 사용하여, 아래 상황 'A와 B, 공통으로 읽기'에서 동생에게 어떤 말을 해야 하는지를 구체적으로 적습니다.
- A와 B 중에서 서로의 역할을 정합니다.
- A가 말을 하면, B는 '적극적 경청'의 방법을 사용하여 듣습니다.
- 서로의 생각과 느낌을 교환합니다.
- 역할을 바꾸어 다시 실시합니다.

A와 B, 공통으로 읽기

모처럼 새 옷을 샀다. 얼마 전 친구가 소개팅을 해 주기로 약속을 해서, 이번에 새로 산 옷을 입고 나갈 예정이다. 소개팅 날이 되어 옷을 입으려고 옷장을 열어보니, 새로 산 옷이 보이질 않는다. 오늘 아침에 동생이 입고 나간 것이다. 무척 화가 나고 속상했다.

저녁이 되었고, 동생이 학교를 마치고 집으로 돌아왔다. 나는 동생에게 한 마디 할 예정이다.

동생에게 할 말

A역할	속상해 있는 언니(또는 형)
B역할	옷을 입고 나갔다가 들어 온 동생

A 역할을 한 뒤 나의 느낌과 생각

B 역할을 한 뒤 나의 느낌과 생각

이번 장에서 학습한 소통하는 방법(말하기, 듣기)을 효과적으로 사용하면, 나의 인간관계는 앞으로 어떻게 발전해 나갈 수 있을까요?



Chapter 7.

포트폴리오 제작과 활용

제 7 강



포트폴리오 제작과 활용

제 7 강

포트폴리오 제작과 활용

■ 학습목표를 확인합시다 !

1. 포트폴리오와 이력관리의 중요성 이해하기
2. 효과적인 포트폴리오 제작 Tips 4

- 본 문서는 학생 포트폴리오를 구성하기 위한 가이드라인이며 반드시 이 양식과 내용 모두 따라 만들어야 하는 것은 아닙니다.

들어가기

- 하지만, 이 양식에 있는 내용의 대부분을 포함하고 필요에 따라 구성을 수정하고 추가로 작성할 수 있는 내용을 작성하면 좋은 포트폴리오를 만들 수 있을 것으로 생각합니다.

진로선택 및 결정, 취업 등 진로목표를 위하여 자신이 성취한 경험 및 능력을 기록, 관리하여 모아 놓은 것

자신의 실력을 보여줄 수 있는 작품이나 관련내용을 집약한 자료 수집철 또는作品集

대학 전 과정을 통해 달성한 자신의 교육적 성과
(학습성과 입증 자료)

취업 시 효과적으로 활용 가능

포트폴리오란?

효과적인 포트폴리오 제작 TIPS 4

자신만의 컨셉을 가져야 한다.

- 자신의 강점 및 차별성
- 취업을 희망하는 기업의 인재상 조사 및 기재

효과적인 포트폴리오
Tips 1

구체적으로 자신을 잘 나타내야 한다.

- 과정과 결과를 모두 기재
- 자신에게 일어난 변화 중심
- 실패의 경험도 사용

효과적인 포트폴리오 Tips 2

포트폴리오는 장기전이다.

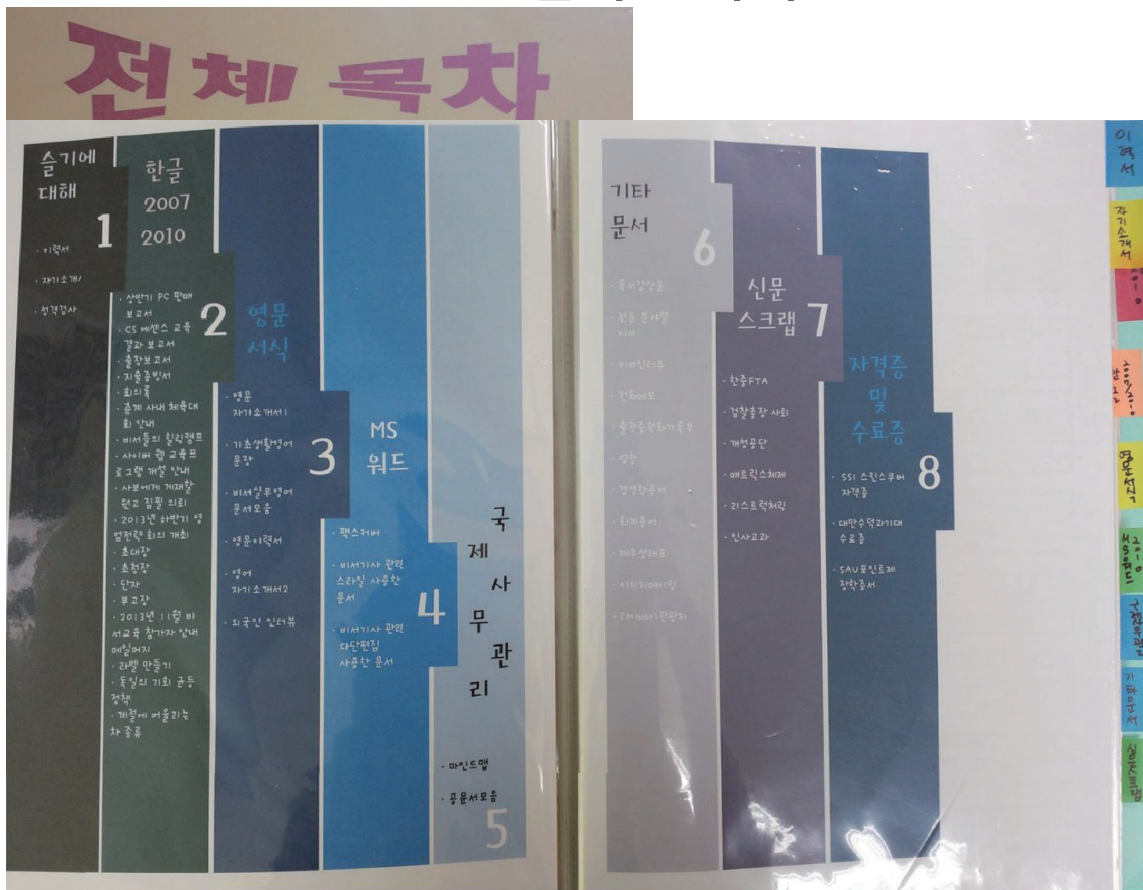
- 그때 그때 작성하기
- 다시 보기
- 수정하기

효과적인 포트폴리오 Tips 3

- 자신만의 디자인으로 꾸미기
- 공 들인 티내기
- 소중하게 생각하기

효과적인 포트폴리오 오 Tips 4

포트폴리오 사례



예시



<이력관리 포트폴리오(CS) 구성 및 양식>

* CS(Career Start)의 약자임

* 학과특성에 맞게 선택, 수정하여 사용바랍니다.

신상내역:VS(Vision Start)

1. 비전 만들기
2. 사명선언서
3. 현재 나의 이력서
4. 미래 희망 이력서
5. 자기소개서 작성 연습지

취업준비:JS(Job Start)

18. 취업용 이력서
19. 취업용 자기소개서
20. 기업탐색 보고서
21. 글로벌 인재가 되기 위한 준비

대학생활:CS(Campus Start)

◎ 학 업

6. 수강과목 리스트(교양/전공)
7. 학업 계획서
8. 학과 및 교내특강 수강 계획서 및 완료 보고서
9. 자기계발 수행 계획서
10. 자기계발 수행보고서
11. 자기주도 학습일지
12. 과제물 보고서

◎ 대학생활

13. 현장실습 결과보고서
14. 동아리
15. 봉사활동
16. SAU 포인트제
17. 나의 멘토 소개하기

Chapter 8.

일과 보람있는 삶



제 8 강

일과 보람있는 삶

제 8 강

일과 보람있는 삶

■ 학습목표를 확인합시다 !

1. 일은 꼭 해야만 하는가?
2. 일은 축복인가? 저주인가?
3. 맥도널드 점원의 시급과 스티브잡스의 시급은 왜 차이가 날까?
4. 동영상 나누기



내용 1

'일'과 관련해서 한 가지씩 질문해 보기



'일'과 관련된 질문들

사람은 일을 꼭 해야만 하는 걸까?

일은 축복인가? 저주인가?

나에게 맞는 일을 정하는 건 왜 이렇게 어려운가?

맥도널드 점원의 시급과 스티브잡스의 시급은 왜 차이가 날까?

일에서 행복감을 느끼는 사람과 그렇지 않은 사람은 어떤 차이?



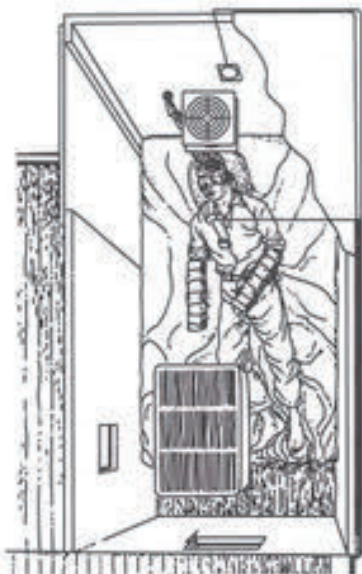
1. 사람은 일을 꼭 해야만 하는 걸까?

Yes? or No?



1. 사람은 일을 꼭 해야만 하는 걸까?

캐나다 **McGill** 대학의 감각 박탈 실험(1950)



- 내용
 - 눈을 가리고, 팔은 붕대로 감고, 귀에 들리는 것은 에어컨 돌아가는 소리
 - 가만히 누워 편안하게 쉬기만 하면 20달러 지급(오래 있을수록 보상 증가).
- 결과
 - 잠을 자다가 지루해 하고 점차 불쾌감을 경험하다 하루 만에 대부분 포기.
 - 36시간 이상 견딘 학생들 중 정신집중의 어려움과 일부 환각증상 경험.
- 시사 : 아무 일도 하지 않으면 과연 편안하게 쉴 수 있겠는가? 그렇지 않다. 오히려 더 큰 스트레스를 받고, 자극이 없는 게 더 큰 고통.

외향적인 사람에 비해 외부 자극에 대한 의존도가 낮은 내향적인 사람들이 실험환경에 더 잘 견뎌낸다. 그러나 18시간이 지나자 피실험자 대다수가 상당한 시간착오와 초조함을 보인다. 40시간이 지나자 이들은 환영과 환청을 경험한다. 이안 로빈슨 박사는 이에 대해 “어두운 방 안에는 주의를 집중시킬 것이 아무 것도 없다. 그러나 정보의 부재 속에서도 인간의 두뇌는 지속적으로 작동하려고 한다. 그래서 스스로 정보를 만들어내기 시작하는 것이다”라고 설명한다. 납치되어 4년간 독방에 감금되었다 풀려난 브라이언 키니씨는 감금 당시 자문했다고 한다. “나는 아직 살아있는가? 내가 살아있다는 것을 어떻게 아나? 내가 존재한다고 확신시켜줄 수 있는 것이 아무 것도 없었다.” 실험 종료 후 피실험자들은 기억력과 집중력, 언어구사력에서 현저한 기능저하를 보였다. 이 실험은 감각이 차단된 상태에서는 이성도 사유도 인간의 존재 자체도 믿을 수 없게 된다는 사실을 보여준다.

을 조명한다. 6명의 평범한 사람들이 지하 핵 병커에 마련된 실험실에 48시간 동안 감금된다. 이 중 3명은 빛과 소리가 완전히 차단된 방에 남겨지고 나머지 3명은 특수장비를 착용해서 시각과 촉각마저 차단된 채 단조로운 소음만 들을 수 있도록 한다. 이 실험은 외부 자극이 박탈되었을 때 뇌에서 어떤 일이 벌어지는가를 연구하기 위해 고안되었다.



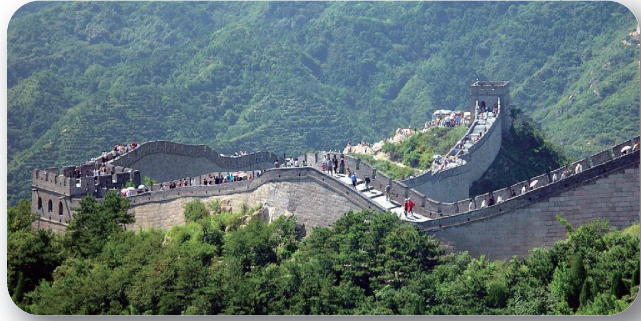
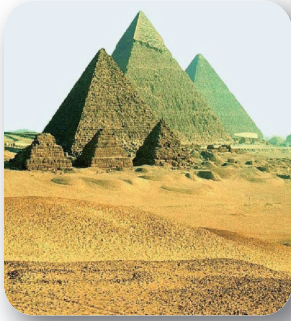
내용 2

2. '일'은 축복인가? 저주인가?

Yes? or No?



2. '일'은 축복인가? 저주인가?



- 러시아어 로보타(robota) : 노예를 뜻하는 라브(rab)가 어원
- 라틴어 라보르(labor) : 고역이나 고생을 의미
- 프랑스어 트라베유(travail) : 고대 로마시대 '고문'에 사용된 3개의 말뚝을 뜻하는 트리팔리움(tripalium)에 기원
- 성경(창 3:17) : 땅은 너로 인하여 저주를 받고 너는 종신토록 수고(labor) 하여야 그 소산을 먹으리라.

Work vs Labor

- 한나 아렌트 : 인간의 조건 노동(labor), 작업(work), 행위(action)
 - 노동^{labor} (인간이 생물학적인 생명 유지와 종족 보존을 위해 행하는 활동으로 주로 개인과 가족이라는 좁은 울타리에 갇혀 있는 생명 활동 : 생활)
 - 작업^{work} (인간의 자연적인 생명 활동을 위한 것이 아니라 문명적인 것을 산출하고, 노동의 물질적인 일시성을 넘어 정신적인 영속성을 지닌 가치를 창출하며, 인류의 보편적 가치를 실현하는 넓은 울타리에서 진행 : 세계성)
 - 행위^{action} (자기의 작업/작품을 통한 타인과의 소통 : 다수성)

Work vs Labor

- 하나님 vs 아담
 - 창2:3 (하나님이 일곱째 날을 복 주사 거룩하게 하셨으니 이는 하나님이 그 창조하시며 만드시던 모든 일을 마치고 이 날에 안식하셨음이더라.
And God blessed the seventh day and made it holy, because on it he **rested** from all **the work of creating** that he had done.)
 - 창3:17 (땅은 너로 인하여 저주를 받고 너는 종신토록 수고(**labor**)하여야 그 소산을 먹으리라.)
 - 창35:17 (그가 난산할 즈음에 산파가 그에게 이르되 : when her **labor** was~)

2. '일'은 축복인가? 저주인가?

단지 생명유지와 종족보존을 위한 **노역(labor)**
을 넘어서
무언가 의미와 가치를 **창조하는 작업(the work of creation)**을 할 때, 일은 '저주'를 넘어서 '**축복**'이 된다.

노동을 하지 않으면 삶은 부패 한다.

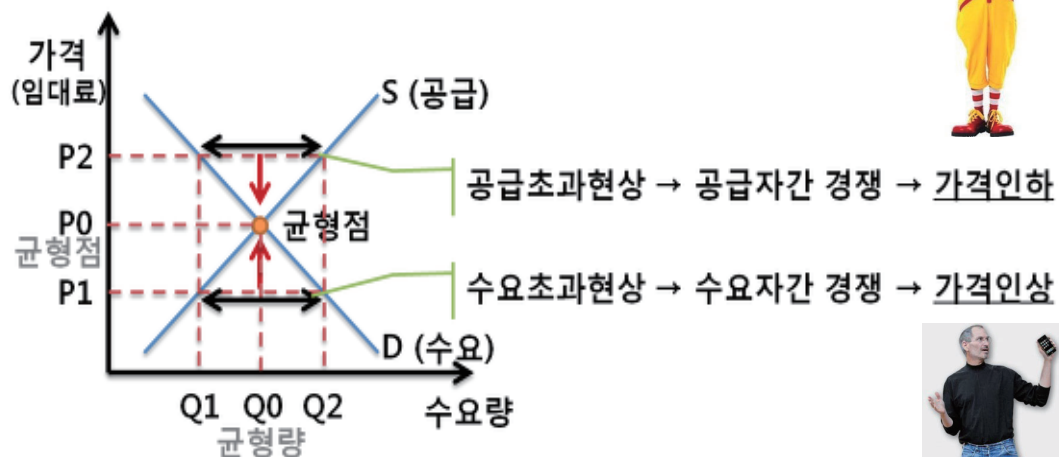
그러나, 영혼 없는 노동을 하면 삶은 질식되어 죽어간다.

알베르 카뮈 Albert Camus



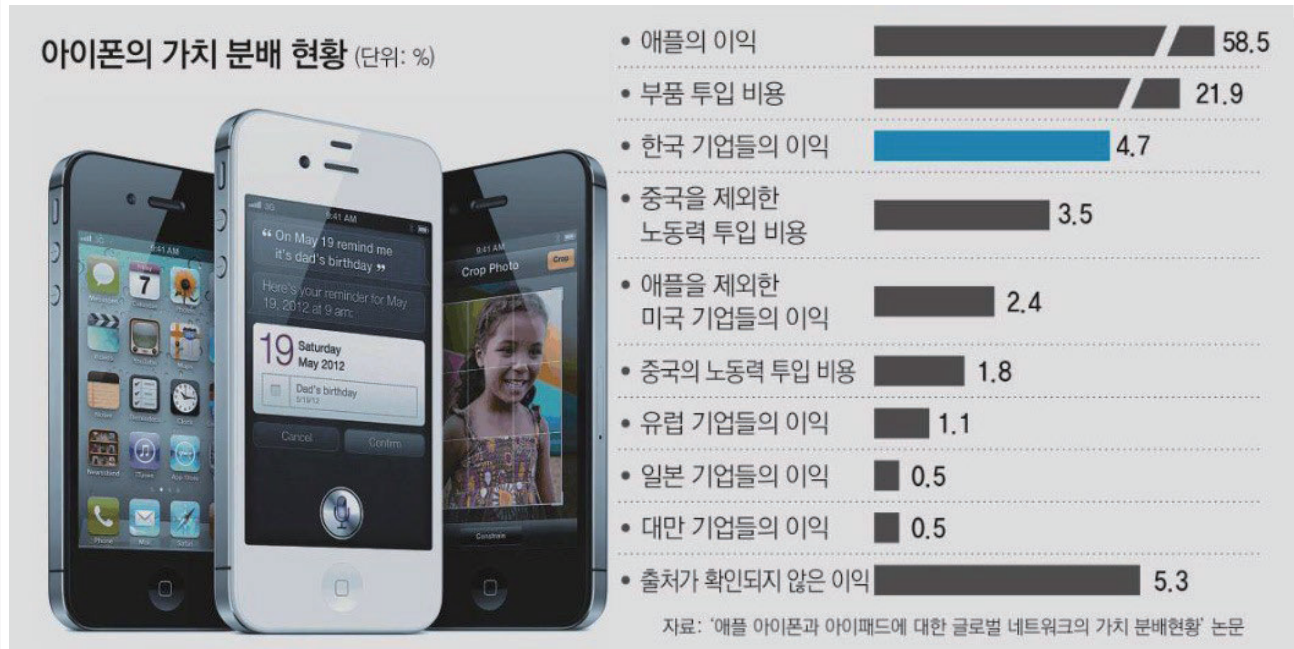
내용 3

3. 맥도널드 점원의 시급과 스티브잡스의 시급은 왜 차이가 날까?



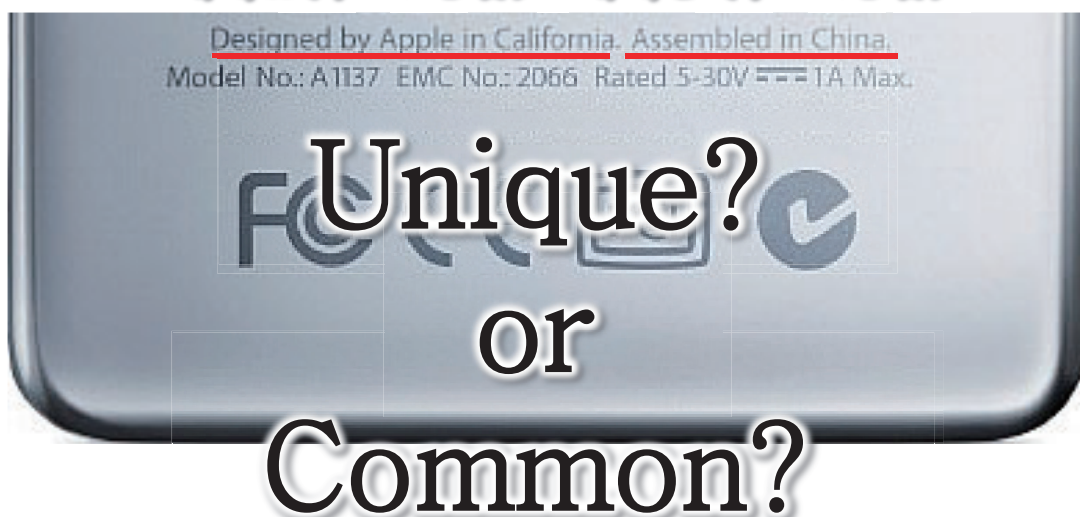
◆아이폰 1대당 100만원이면 원가는 27만2000원=미국 경제전문지 포브스가 24일(현지시간) 버클리 캘리포니아 대학(UC버클리) 등의 조사를 인용해 보도한 바에 따르면 2010년 아이폰, 아이패드의 순익은 각각 매출의 72만 8000원, 53만원으로 조사됐다.

아이폰 1대가 100만원이라면 원가는 부품 비용(21만 9000원), 인건비(5만 3000원)를 합쳐 총 27만 2000원이다. 순익은 72만 8000원으로 나타났다.



3. 맥도널드 점원의 시급과 스티브잡스의 시급은 왜 차이가 날까?

대체 x (수요 > 공급) 대체 ○ (수요 < 공급)



나는 '고유명사'로 살고 있는가? '보통명사'로 살고 있는가?

과연 ‘성공적인 삶’을 위해 필요한 것은 무엇일까?

‘고유명사(unique)’로 살기 위해 필요한 것은 무엇일까?

‘영혼 있는 삶’을 살기 위해 필요한 것은 무엇일까?



개인 정리 및 나눔

나에게 있어 ‘성공적인 삶’이란 무엇인가?

‘성공적인 삶’을 사는데 있어서 ‘일(業)’은 어떤 의미가 있는가?



‘영혼’을 가진 일과 ‘영혼’없는 일은 어떻게 구분되는가?

Chapter 9.

직업의 세계 알아보기



제 9 강

직업의 세계 알아보기

제 9 강

직업의 세계 알아보기

■ 학습내용을 확인합시다 !

1. 직업의 분류체계와 직업의 세계 이해하기
2. 관심 있는 직업정보 알아보기

직업의 분류

- 우리 모두 워크넷에 접속하여 봅니다.
- 워크넷주소

www.work.go.kr

"직업·진로"를 클릭하세요

로그인 | 회원가입

WORKNET

대한민국 모든 일자리 정보

일자리
찾으시나요?

구직



청년



여성



장년

일할 사람 찾으시나요?

구인

직업정보·심리검사 궁금하세요?

직업·진로



직업세계 이해/직업정보검색을 클릭하세요.

WORKNET 대한민국 모든 일자리 정보

로그인 | 회원가입 | 이용안내 | 고객센터 | 원격제어 | 사이트맵 | 모바일 | 알바 글자크기 | 통합검색

통합검색

직업·진로

직업심리검사 | 직업정보검색 | 직업·진로자료실 | 진로상담 | 학과정보검색

구직

구인



직업정보 검색

Q 검색

메뉴찾기

검색

2 단계 다양한 직업정보를 통해 내 직업·진로를 찾아보세요.

- 1 워크넷에서는 유용한 직업정보를 제공합니다.
[한국직업정보시스템], [한국직업전망], [한국직업사전]에서 직업에 대한 자세한 정보를 검색할 수 있습니다.
- 2 검색을 통한 정보 외에 다양한 직업정보를 찾으시면
[신직업], [외국직업], [눈길끄는 이색직업], [테마별 직업여행],
[작업인 인터뷰]에서 살펴볼 수 있습니다.
- 3 직업·진로에 대한 동영상 정보는 [직업·취업·학과동영상]에서 검색해 보세요.

직업정보검색

직업탐방

직업·취업·학과동영상

3 단계 보기 >

직업심리검사

직업세계 이해

직업·진로상담

내 직업·진로 찾기

클릭하시면
워크넷이 쉬워져요!



워크넷 소개 | 이용약관 | 개인정보처리방침 | 이메일주소무단수집거부 | 저작권정책 및 제휴문의 | Open API | 배너 가져가기 | 고용보험 | 직업능력개발훈련정보망 HRD-Net | 패밀리 사이트 | 이동

고용노동부 한국고용정보원

369-811 충청북도 음성군 맹동면 태정로6 한국고용정보원
워크넷시스템관리문의 : workmaster@kels.or.kr Tel : 1577-7114 Fax : (043)870-8479
Copyright © 고용노동부 한국고용정보원 all rights reserved.



직업정보검색 상부화면입니다. 아래로 스크롤 해 보세요.

WORKNET 대한민국 모든 일자리 정보

로그인 | 회원가입 | 이용안내 | 고객센터 | 원격제어 | 사이트맵 | 모바일 | 알바 글자크기 | 통합검색

통합검색

직업·진로

직업심리검사 | 직업정보검색 | 직업·진로자료실 | 진로상담 | 학과정보검색

구직

구인

직업정보검색

한국직업정보시스템

한국직업전망

한국직업사전

직업탐방

눈길끄는 이 색직업

테마별 직업여행

작업인 인터뷰

신직업

외국직업

직업·취업·학과 동영상 >

잡담 >

진로교육콘텐츠 >

진로지도 전문연수 >

커리어엔진(뉴스레터) >

한국직업정보시스템

> 직업정보검색 > 한국직업정보시스템

- 다양한 조건을 통해 직업을 검색하고 직업에 대한 여러 정보들을 확인할 수 있습니다.
- 임금정보는 직업당 평균 30명의 재직자를 대상으로 실시한 설문조사 결과로, 재직자의 자기보고에 근거한 통계치입니다. **과직자의 경력, 근무업체의 규모 등에 따라 실제 임금과 차**이가 있을 수 있으나, 직업간 비교를 위한 참고 자료로 활용하여 주시기 바랍니다.

키워드로 직종찾기

직종명 혹은 업무와 관련된 키워드를 입력해 보세요.

찾고자 하는 직종명을 입력해 보세요. Q 검색

추천 키워드 | 컨설턴트 | 환경 치료 영화 기술자

조건별 검색

원하는 조건(임금과 전망)에 따라 직업정보를 찾아보세요.

평균연봉 선택하세요 Q 검색

직업전망 선택하세요 Q 검색

나의 특성에 맞는 직업 찾기

01 지식으로 찾기

여러분이 가지고 있는 지식과 가장 적합한 직업정보를 찾아보세요.

02 업무수행능력으로 찾기

여러분이 가지고 있는 능력과 가장 적합한 직업정보를 찾아보세요.

03 통합 찾기

여러분이 가지고 있는 지식, 업무수행, 흥미, 선호하는 업무환경으로 적합한 직업정보를 찾아보세요.

분류별 검색

나의 맞춤 메뉴

채용정보검색

임사지 원관리

고용센터

고용센터

고용센터

고용센터

고용센터

고용센터

고용센터

고용센터

고용센터

고용센터

고용센터

직업정보검색 하부화면 입니다.
궁금한 분야를 찾아서 각자 정보를 검색해 보세요..

진로교육안내

진로지도 전문연수

커리어엔진(뉴스타터)

나의 특성에 맞는 직업찾기

01 지식으로 찾기

여러분이 가지고 있는 **지식**과 가장 적합한 직업정보를 찾아보세요.

02 업무수행능력으로 찾기

여러분이 가지고 있는 **능력**과 가장 적합한 직업정보를 찾아보세요.

03 통합 찾기

여러분이 가지고 있는 **지식, 업무수행능력, 선호하는 업무환경**으로 적합한 직업정보를 찾아보세요.

시간 손쉽게 일자리

고용형태 공시제

분류별 검색

관리·경영·금융·보험

교육·연구·법률·보건

사회복지·문화·예술·방송

운송·영업·판매·경비

대중·숙박·여행·스포츠·음식

건설·기계·재료·화학·섬유

전기·전자·정보통신

식품·환경·농림어업·군인

녹색직업

분류별 목록 열기

워크넷 소개 | 이용약관 | 개인정보처리방침 | 이메일주소무단수집거부 | 저작권정책 및 채용문의 | Open API | 배너 가져가기 | 고용보장 | 직업능력개발훈련지원사업 | HRD-Net | 파밀리 사이트 | 이동

고용노동부 한국고용정보원 369-811 충청북도 음성군 양동면 새정로6 한국고용정보원
워크넷서비스팀문의 : workmaster@kels.or.kr Tel : 1577-7114 Fax : (043)870-8479
Copyright © 고용노동부 한국고용정보원 all rights reserved.



잘 검색해 보셨나요?
이제는 좌측 메뉴에서
한국직업전망을
클릭해 보도록 하겠습니다.

한국직업전망에서 관심분야를 살펴봅니다.

The screenshot shows the WORKNET website interface. At the top, there's a navigation bar with links like '로그인', '회원가입', '이동안내', '고객센터', '협력제어', '사이트맵', '모바일', '알바', '일자리카기'. Below this is a blue header with '직업·진로' and sub-links like '직업심리검사', '직업정보검색', '직업·진로자료실', '진로상담', '학과정보검색'. The main content area is titled '한국직업전망' and includes a search bar with a magnifying glass icon and a '검색' button. Below the search bar is a list of job categories with plus signs next to them: 경영 및 기획 관련직, 금융 및 보험관련직, 교육 및 연구관련직, 법률 및 공공서비스관련직, 의료 및 보건관련직, 사회복지관련, 문화예술관련직, 디자인 및 방송관련직, 운송 및 여행관련직. On the left side, there's a sidebar with '직업정보검색' and various links like '한국직업정보시스템', '한국직업전망', '한국직업사전', '직업탐방', '신직업', '외국직업', '직업·취업·학과 동영상', '잡매', '진로교육콘텐츠', '진로지도 전문연수', '커리어엔진(뉴스레터)'. On the right side, there's a vertical menu with '나의 맞춤메뉴', '채용정보검색', '입사지원관리', '고용센터', and '고용형태 공시제'.

잘 검색해 보셨나요?

이제는 좌측 메뉴에서

한국직업사전을 고용직업분류별/
표준직업분류별/표준산업분류별로
클릭해 보도록 하겠습니다.

대한민국 모든 일자리 정보

[로그인](#) | [회원가입](#) | [이동안내](#) | [고객센터](#) | [원격제어](#) | [사이버맵](#) | [모바일](#) | [알바](#) | [글자크기](#)

통합검색

직업·진로

[직업심리검사](#) | [직업정보검색](#) | [직업·진로자료실](#) | [진로상담](#) | [학과정보검색](#)

구직

구인

직업정보검색

한국직업정보시스템

한국직업전망

한국직업사전

직업탐방

- 눈길끄는 이색직업
- 테마별 직업여행
- 직업인 인터뷰

신직업

외국직업

직업·취업·학과 동영상

잡매

진로교육콘텐츠

진로지도 전문연수

커리어엔진(뉴스레터)

한국직업사전

■ 『직업사전』 이용 시 유의사항

- 『직업사전』의 각종 정보는 사업체의 표본조사를 통해 조사된 내용으로 의도적인 목적으로 사용될 수 없음을 밝혀둔다. 즉, 특정집단을 대표하는 이익집단의 권리 및 주장, 근로자의 직업(직무)평가자료 등으로 사용하는데 한계가 있으며 정규교육수준, 숙련기간, 작업강도, 육체활동 등의 각종 정보는 형의 및 소속의 기초자료로 사용될 수 없다.
- 직업세계 및 노동환경은 기술진보, 경제성장의 변화 그리고 정부의 정책 등에 따라 달라질 수 있기 때문에 『직업사전』에 수록된 직업정보는 절대적인 자료가 될 수 없다.

■ 『직업사전』 수록 직업 현황

- 2013년 말 현재, 『직업사전』에는 총 10,971개(본직업명 5,594개, 관련직업명 5,377개 포함)의 직업이 수록되어 있다.
- 직업명 기준으로는 10,971개의 직업에 유사직업명 2,634개를 더한 13,605개의 직업명이 수록되어 있다.
- 본직업명은 직업현장에서 해당 직무에 대해 통상적으로 불리는 호칭으로서 『직업사전』에 그 직무내용이 기술되어 있다.
- 관련직업명은 본직업명과 기본적인 직무에 있어서 공통점이 있으나 직무의 범위, 대상 등에 따라 나누어지는 직업이다. 하나의 본직업명에는 한개 이상의 관련 직업이 있을 수 있으며, 직업 수 집계에 포함된다.
- 유사직업명은 직업현장에서 본직업명을 명칭만 다르게 부르는 것으로 본직업명과 사실상 동일한 직업이다. 예를 들어, '핵시운전원'의 유사직업명의 '핵시운전사', '핵시기사'는 '핵시운전원'과 동일한 직업이며, 직업 수 집계에서 제외된다.

※ 직업사전 내용에 이의가 있거나 새롭게 등재를 요청할 직업이 있는 경우, 담당자 (archiman@keis.or.kr)에게 문의해 주시기 바랍니다.

소개

명칭별

조건별

한국고용직업분류별

한국표준직업분류별

한국표준산업분류별

직업사전 소개

알려두기

나의 맞춤메뉴

설정

채용정보검색

입사지원관리

고용센터

시간선택제 일자리

고용형태 공시제

한국직업사전-한국고용직업분류별

소개

명칭별

조건별

한국고용직업분류별

한국표준직업분류별

한국표준산업분류별

* 분류를 클릭해 주세요

01. 관리직

02. 경영, 회계, 사무 관련직

03. 금융, 보험 관련직

04. 교육 및 자연과학, 사회과학 연구 관련직

05. 법률, 경찰, 소방, 교도 관련직

06. 보건, 의료 관련직

07. 사회복지 및 종교 관련직

08. 문화, 예술, 디자인, 방송 관련직

09. 운전 및 운송 관련직

10. 영업 및 판매 관련직

11. 경비 및 청소 관련직

12. 미용, 숙박, 여행, 오락, 스포츠 관련직

13. 음식 서비스 관련직

14. 건설 관련직

15. 기계 관련직

16. 재료 관련직 (금속, 유리, 점토, 시멘트)

< 85 >

한국직업사전-한국표준직업분류별

[소개](#)
[명칭별](#)
[조건별](#)
[한국고용직업분류별](#)
[한국표준직업분류별](#)
[한국표준산업분류별](#)

* 분류를 클릭해 주세요

- 01. 관리자
- 02. 전문가 및 관련 종사자
- 03. 사무 종사자
- 04. 서비스 종사자
- 05. 판매 종사자
- 06. 농림어업 숙련 종사자
- 07. 기능원 및 관련 기능 종사자
- 08. 장치, 기계 조작 및 조립 종사자
- 09. 단순노무 종사자
- A. 군인

[크넷 소개](#) | [이용약관](#) | [개인정보처리방침](#) | [이메일주소무단수집거부](#) | [저작권정책 및 제휴문의](#) | [Open API](#) | [배너 가져가기](#) | [고용보험](#) | [직업능력개발훈련정보망 HRD-Net](#) | [패밀리 사이트](#) | [이동](#)

고용노동부 한국고용정보원 369-811 충청북도 음성군 맹동면 태정로6 한국고용정보원
 워크넷시스템관련문의 : workmaster@keis.or.kr Tel : 1577-7114 Fax : (043)870-8479
 Copyright © 고용노동부 한국고용정보원 all rights reserved.



한국직업사전-한국표준산업분류별

[소개](#)
[명칭별](#)
[조건별](#)
[한국고용직업분류별](#)
[한국표준직업분류별](#)
[한국표준산업분류별](#)

* 분류를 클릭해 주세요

- A. 농업, 임업 및 어업
- B. 광업
- C. 제조업
- D. 전기, 가스, 증기 및 수도사업
- E. 하수, 폐기물 처리, 원료재생 및 환경복원업
- F. 건설업
- G. 도매 및 소매업
- H. 운수업
- I. 숙박 및 음식점업
- J. 출판, 영상, 방송통신 및 정보서비스업
- K. 금융 및 보험업
- L. 부동산업 및 임대업
- M. 전문, 과학 및 기술 서비스업
- N. 사업시설관리 및 사업지원 서비스업
- O. 공공행정, 국방 및 사회보장 행정
- P. 교육 서비스업
- Q. 보건업 및 사회복지 서비스업
- R. 예술, 스포츠 및 여가관련 서비스업

잘 검색해 보셨나요?
 이제는 좌측 메뉴에서
 직업탐방/눈길 끄는 이색직업을
 클릭해 보도록 하겠습니다.

직업탐방-눈길 끄는 이색직업

The screenshot shows the WORKNET website interface. The top navigation bar includes links for '로그인' (Login), '회원가입' (Sign Up), and various service categories. The main header area displays '직업탐방-눈길 끄는 이색직업' (Job Exploration - Eye-catching Unique Jobs). The left sidebar contains a '직업정보검색' (Job Information Search) menu with options like '한국직업정보시스템', '한국직업전망', '한국직업사전', '직업탐방', '신직업', and '외국직업'. The '직업탐방' (Job Exploration) section is active, showing a list of unique jobs with icons and brief descriptions:

- 식품/웰빙/여가** (Food/Welfare/Leisure): 유품정리인 (Yupungjeongriin) - A job involving organizing and managing items for the elderly.
- 정리수납컨설턴트** (Organizing and Storage Consultant): 정리수납컨설턴트는 각각의 분야에서 정리를 돕고, 정리 노하우 등을 소개하는 정리 전문 도우미다.
- 육상정원디자이너** (Landscaping Designer): 육상정원디자이너는 일상에서 자연을 그리워하는 도시인과 자연을 이어주는 육상정원 전문 설계사다.
- 매견유치원교사** (Pet Kindergarten Teacher): 매견유치원교사는 매견의 전문적인 생활교육과 각종 사회화 훈련 등을 돕는 매견 전문 교사다.
- 라이프코치** (Life Coach): 라이프코치는 삶과 일 속에서 자신만의 비전과 가능성을 찾지 못해 무기력증에 빠진 사람들의 잠재력을 끌어내 삶의 비전을 찾을 수 있게 돕는 삶의 조력자다.
- 공정여행기획자** (Fair Travel Planner): 여행지의 지역경제 활성화를 공공적인 목적으로 하여 기존의 여행형태에서 벗어난 형태의 공정여행 상품을 기획한다. 즉, 여행자와 여행대상국의 국민이 평등한 관계를 맺는 공정여행이 되도록 관련 상품을 기...

The right sidebar contains a '나의 맞춤메뉴' (My Custom Menu) section with icons for '채용정보검색' (Job Search), '입사지원관리' (Job Application Management), and '고용센터' (Employment Center).

다음은 테마별 직업여행으로 가 보겠습니다.

WORKNET 대한민국 모든 일자리 정보

로그인 회원가입 이용안내 고객센터 원격채용 사이트맵 모바일 알바 글자크기

통합검색

직업·진로

직업심리검사 직업정보검색 직업·진로자료실 진로상담 학과정보검색

구직 구인

직업정보검색

한국직업정보시스템

한국직업전망

한국직업사전

직업탐방

- 눈길끄는 이색직업
- 테마별 직업여행
- 직업인 인터뷰

신직업

외국직업

직업·취업·학과 동영상

잡매

진로교육콘텐츠

진로지도 전문연수

커리어엔진(뉴스레터)

테마별 직업여행

직업정보검색 > 직업탐방 > 테마별 직업여행

여행 음식 호텔 수송 관광레저 게임 애니메이션 순수예술 영화 음반 금융 스포츠

의료 과학수사와 법

여행



테마 여행 관련 직업은 어떤 것이 있을까요?

버킷리스트를 아시나요? 버킷리스트(bucket list)는 '죽다'라는 뜻의 속어인 'kick the bucket'에서 나온 말로, 죽기 전에 꼭 해보고 싶은 일, 보고 싶은 것들을



문화관광해설사

야구는 대표적인 인기 스포츠입니다. 야구를 좋아하는 사람들은 '진짜 승부는 9회말 2아웃부터 시작'이라는 말처럼 역전, 재역전의 짜릿함은 물론, 투수가 던지는 공이 때에 따라 어떻게 달라지는지, 타.....



지역수배전문가

체녀작 '젊은 베르테르의 슬픔'부터 무려 60년에 걸쳐 집필한 '파우스트'까지, 세계문학사에 큰 발자취를 남긴 독일의 대문호 괴테. 그는 로마를 여행한 경험을 두고 '내가 로마 땅을 밟은 그날이야말.....



관광통역안내원

여행, 언제 떠날지 기본 좋은 말이지요? 사람들은 여행이라는 단어에서 섹션, 실, 자유 등을 떠올립니다. 그런데 놀랍게도 여행을 뜻하는 영어 단어 'travel'의 어원이 'travail(고통, 고.....



국내여행안내원

'머리식은 사람은 방황하고, 현명한 사람은 여행한다'. 책에서 읽은 이 한 문장에 꽂혀 무작정 떠난 친구를과의 첫 여행. 불거리가 가득하다는 유명 관광지로 향하며 기대감에 가슴이 간혹 부풀었지만,



항공권예약발권사무원

몇 달 전, 잘못 발권된 항공권 때문에 첫 해외여행을 망친 커플의 사연이 뉴스로 보도되어 네티즌들의 안타까움을 샀는데요. 사정은 이러하긴 하나 26살 동구씨가 커플은 32살의 기년하기 위해 피라피 세

나만의 맞춤메뉴 설정

채용정보검색

입사지원관리

고용센터

시간 절약제 일자리

고용형태 공시제

직업인 인터뷰도 한번 볼까요?

WORKNET 대한민국 모든 일자리 정보

로그인 회원가입 이용안내 고객센터 원격채용 사이트맵 모바일 알바 글자크기

통합검색

직업·진로

직업심리검사 직업정보검색 직업·진로자료실 진로상담 학과정보검색

구직 구인

직업정보검색

한국직업정보시스템

한국직업전망

한국직업사전

직업탐방

- 눈길끄는 이색직업
- 테마별 직업여행
- 직업인 인터뷰

신직업

외국직업

직업·취업·학과 동영상

잡매

진로교육콘텐츠

진로지도 전문연수

커리어엔진(뉴스레터)

직업인 인터뷰

직업정보검색 > 직업탐방 > 직업인 인터뷰



다양한 직업, 다양한 사람들을 생생한 인터뷰를 통해 만나 보실 수 있습니다.

키워드 검색

전체 게시물 : 183건



지능형교통시스템(ITS)연구원

Q) 현재 어떤 일을 하고 있나요? A) ITS 시스템개발자는 교통 관련 정보통신시설물을 설계 개발하고 적당한 위치에 설치하는 일을 합니다. 예를 들어 하이패스 단말기를 이용하여 도로 정산 과정을 거치지 않게 하여 원활한 교통상황을 만들어 준다거나, 주차 시 차량번호를 영상으로 판독.....



클라우드보안분석가

Q) 현재 하고 있는 일은? A) 인터넷 클라우드 환경에서 발생하는 각종 보안문제를 수집 및 분석하고 대안을 만드는 일을 합니다. 정보통신 기술의 눈부신 발전은 우리의 삶에 많은 편리함을 제공하였습니다. 하지만 사람의 삶을 풍요롭게 만드는 것의 이면에는 문제점도 존재합니다. 또한 이.....



UX디자인

Q) 현재 어떤 분야에 활용되는 UX디자인을 알고 계신가요? A) 저는 내비게이션 개발에 필요한 UX디자인 분야를 담당하고 있습니다. 자동차에서 사용하는 내비게이션을 통해 사용자가 편리하게 다양한 것들을 디자인합니다. 그중에서도 운전 중에 방해가 되지 않으면서 편리하게 내비게이션을 사용.....



홀로그램디자이너

Q) 어떻게 이 일을 시작하게 되셨나요? A) 대학에서는 연극과 영문학을 전공했습니다. 연극학과에서는 무대디자이너, 영문학에서는 심리학과 비평을 중점적으로 공부했고, 대학원에서는 영상(컴퓨터 그래픽)과 공학을 공부했습니다. 이후 대학에서 게임학과 교수로 지냈었고, 기업 내 연구소에서.....

나만의 맞춤메뉴 설정

채용정보검색

입사지원관리

고용센터

시간 절약제 일자리

고용형태 공시제

이번에는 좌측메뉴에서 직업취업학과동영상을 보도록 합니다.

차례로 방문해 보세요..

접속자수
Today 2,013
Total 2,381,943

내일을 희망으로 이어주는
한국고용정보원
진로교육센터

Search 검색

내일을 JOB아라
직업 동영상

청년층 및 경력단절 여성을 위한
취업지원 동영상

진로선택을 위한
학과정보 동영상

재취업의 자신감을~
내일을 Job아라

원하는 직업을 알게 되었어요~

동영상 다운로드
직업 동영상, 취업지원 동영상
학과정보 동영상 등을
다운로드 받을 수 있습니다.

동영상 활용 매뉴얼
직업 동영상과 취업지원 동영상을
효율적으로 활용할 수 있도록
동영상 활용매뉴얼을
제공합니다.

모바일 서비스
모바일서비스 안내입니다.

직업카드
직업카드의 활용목적과 구성을 소개하고
직업카드 활용 매뉴얼과
활용동영상을 제공합니다.

copyright(c) KEIS 2013 all reserved.

사이트맵

WEB ACCESSIBILITY
WA
웹 접근성
품질마크
한국 정보화진흥원

정리하기 / 나누기

- 직업진로 정보에서 무엇을 얻었나요?
- 한국직업전망에서는 무엇이 인상적이었나요?
- 직업탐방 및 눈길 끄는 이색직업 본 느낌?
- 직업/취업지원/학과정보 동영상 감상 소감?

Chapter 10.

4대보험과 근로자의 권리 이해하기



제 10 강

**4대보험과
근로자의 권리 이해하기**

제 10 강

**4대보험과
근로자의 권리 이해하기**

■ 학습내용을 확인합시다 !

1. 직장인으로서 알아두어야 할 4대보험
2. 근로자의 권리 이해하기



사회보험 정의

사회보험 정의

사회보험제도를 알려드립니다.

사회보험이란?

사회정책을 위한 보험으로서

국가가 사회정책을 수행하기 위해서 보험의 원리와 방식을 도입하여 만든 사회경제제도입니다.

사회보험제도는 국민에게 발생한 사회적 위험을 보험방식에 의하여 대처함으로써 국민의 건강과 소득을 보장하는 제도입니다.

여기서 사회적 위험이란 질병, 장애, 노령, 실업, 사망 등을 의미합니다. 이러한 사회적 위험은 사회구성원 본인은 물론 부양가족의 경제생활을 불안하게 하는 요인이 됩니다.

따라서 사회보험제도는 사회적 위험을 예상하고 이에 대처함으로써 국민의 경제생활을 보장하려는 소득보장제도인 것입니다.

우리나라의 4대 사회보험제도는 업무상의 재해에 대한 산업재해보상보험, 질병과 부상에 대한 건강보험 또는 질병보험, 폐질·사망·노령 등에 대한 연금보험, 실업에 대한 고용보험제도입니다.

4대 보험



4대보험별 정의

산업재해보상보험(업무상의 재해)

산업 재해 근로자를 보호하기 위하여 1964년에 도입된 우리나라 최초의 사회보험제도. 산재보험은 산재근로자와 그 가족의 생활을 보장하기 위하여 국가가 책임을 지는 의무보험으로 원래 사용자의 근로기준법상 재해보상책임을 보장하기 위하여 국가가 사업주로부터 소정의 보험료를 징수하여 그 기금(재원)으로 사업주를 대신하여 산재근로자에게 보상을 해주는 제도이다. 주요특성으로는 ①근로자의 업무상의 재해에 대하여 사용자에게는 고의·과실의 유무를 불문하는 무과실 책임주의, ②보험사업에 소요되는 재원인 보험료는 원칙적으로 사업주가 전액 부담, ③산재보험 급여는 재해발생에 따른 손해 전체를 보상하는 것이 아니라 평균임금을 기초로 하는 정률보상 방식으로 행한다, ④자진신고 및 자진납부를 원칙, ⑤재해보상과 관련되는 이의 신청을 신속히 하기 위하여 심사 및 재심신청구 제도를 운영.

건강보험/질병보험(질병과 부상)

질병이나 부상으로 인해 발생한 고액의 진료비로 가계에 과도한 부담이 되는 것을 방지하기 위하여, 국민들이 평소에 보험료를 내고 보험자인 국민건강보험공단이 이를 관리·운영하다가 필요시 보험급여를 제공함으로써 국민 상호간 위험을 분담하고 필요한 의료서비스를 받을 수 있도록 하는 사회보장제도이다.

4대보험별 정의

고용보험(실업)

근로자가 실직한 경우에 생활안정을 위하여 일정기간 동안 급여를 지급하는 실업급여사업과 함께 구직자에 대한 직업능력개발·향상 및 적극적인 취업알선을 통한 재취업의 촉진과 실업예방을 위하여 고용안정사업 및 직업능력개발사업 등의 실시를 목적으로 하는 사회보험의 하나.

연금보험

넓은 뜻으로는 노령·폐질(廢疾)·사망 등을 보험사고로 하여 양호·장애·유족·과부·유아연금 등을 급여하는 사회보장, 좁은 뜻으로는 [공무원](#)의 건강진단·[질병](#)·부상·폐질·분만·퇴직 또는 사망에 대하여 [공무원](#)연금법에 의한 적절한 급여를 하는 [공무원](#)연금을 말한다. 넓은 뜻의 연금보험은 의료보험·산업재해보상보험·고용보험과 더불어 사회보험의 4대 분야를 이룬다. 한국에서는 일반 국민에 대한 연금보험이 1994년부터 도입되어 실시되고 있다.

개인연금보험은 생활수준의 향상과 의료기술의 발달로 인해 노령인구가 급격히 증가하여 빠르게 노령화사회로 변화함에 따라 노후소득보장을 위한 제도로서 도입되었다. 다른 공적 연금제도의 미비점을 보완하여 실질적인 노후생활을 보장하는 것을 목적으로 한다. 개인연금의 가입자격은 만 20세 이상의 국내거주자로, 저축기간은 10년 이상이다. 연금지급은 만 55세 이후부터 5년 이상의 기간에 걸쳐 확정연금 또는 종신연금의 형태로 지급된다.

※피보험자의 종신 또는 일정한 기간 동안 해마다 일정 금액을 지불할 것을 약속하는 생명 보험

4대보험 가입증명 서류

보험정보조회 개인회원 Home > 전자인원 > 보험정보조회

4대보험 가입 여부 확인

상기 자료는 각 보험기관에서 보유하고 있는 자료와 다를 수 있습니다.
본인의 4대보험 가입여부를 확인하는 정도 이외에는 사용하지할 수 없습니다.
타 기관에 증명자료로 사용 시 법적효력을 가질 수 없습니다.
4대보험 관련 세부조회는 [4대보험 연계서비스]를 이용 해주시시오.
[단, 각 기관 홈페이지에 회원가입이 되어 있어야만 서비스 이용 가능합니다.]

성명	김	주민(외국인)등록번호	890412-2XXXXXX	조회일자	2011년 8월 30일
국민연금					
가입형태	사업장관리번호	사업장명칭	취득일자		
사업장가입자	90700158431	전산건설 (주)	2011.03.28		
건강보험					
가입형태	사업장관리번호	사업장명칭	취득일자		
직장가입자	90700158431	전산건설(주)	2011.03.28		
고용보험					
가입형태	사업장관리번호	사업장명칭	취득일자		
사업장가입자	90700158431	전산건설 (주)	2011.03.28		
산재보험					
가입형태	사업장관리번호	사업장명칭	취득일자		
자료없음					

사업장관리번호 90700158431 (전산건설 (주)) 은 산재보험에 가입된 사업장입니다.

4대보험 가입증명 서류

발급번호 : G20110427011132

건강보험자격득실확인서

확인청구자	성명	주민등록번호	
	김	870826-*****	
자 격 득 실 확 인 내 역			
가입자구분	사업장명칭	자격취득일	자격상실일
직장가입자	(주) 브리넷이티	2011.01.05	
건강보험 자격득실내역을 위와 같이 확인합니다.			
2011.04.27			
국민건강보험공단 이사장			

※ 이 확인서의 취득일·상실일은 실제의 사업장 입사일·퇴직일과 다를 수 있습니다.
※ 이 확인서는 국민건강보험공단(www.nhic.or.kr)이 인터넷으로 제공하는 확인서를 개인이 출력할 수 있습니다.

가 입 자 (세 대 주)

성명	이
주민등록번호 (관리번호)	871119-1235121
종 번호	8-0221351003
사 기 호	21585134820
업 명 칭	롯데쇼핑(주)롯데시네
장	마

원직종으로직장자격을일거나가족이
직장취득(입사)시30일이내피부양자
신고해야자격보험료를부담하지않을
소속지사:서초남부지사
☎ : 1577-1000

국민건강보험공단 이사장

121-749 서울시 마포구 독막로 24(영아동 168-9)
Homepage : www.nhic.or.kr

보험급여를 받으실 분

성명	주민등록번호 (관리번호)	급여개시일
이	871119-1235121	2010.08.02
[이하어백]		

본증을 타인에게 빌려주거나, 무단 사용하면
형사행위로 법적 처벌을 받습니다.

발행일자: 2010.09.15

[illegible]

4대보험[산재] 관련 (사례)



내용 2

동물병원의 애견미용사로 사업주의 지시에 따라 애견 미용 업무를 수행하고 사업주와 그 비용의 일부(8:2~7:3)를 지급받고 있는 점 등으로 보아 근로자에 해당된다고 하여 원처분을 취소한 사례

1. 처분내용

가. 청구인은 ○○○○동물병원(이하 '사업장'이라 한다.) 소속 애견미용사로서 2011. 8. 19. 11:30경 사업장내에서 청소용 스프레이를 뿌리고 미용기구 클리퍼 날을 청소하던 중 클리퍼의 모터가 스파크를 일으키면서 폭발하여 화상을 입는 재해를 당하여 상병명 '신체부위의 10%미만을 포함한 화상, 심재성 2도 화상'의 연급이 있는 여러 신체부위의 화상'을 진단받아 2011. 9. 20. 원처분기관에 최초요양 신청하였으나,

나. 원처분기판에서는 청구인은 ①별도의 정해진 임금 없이 한 마리당 8.2~7.3의 비율로 사업주와 수익금을 분배하며 지급받는 점, ②매년 미용과 관련하여 사업주의 업무지시 및 전반적인 관리 없이 청구인 본인이 스스로 결정하고 행한 점, ③매년 미용 예약 및 미용시간에 따라 퇴근시간이 달라진다는 점, ④매년 미용과 관련된 도구임대료가 청구인 본인으로 확인되는 점, ⑤미용과 관련한 대체인력 채용에 관여하였던 점, ⑥4대 보험 가입 및 세금 신고된 사실이 없는 점 등, 청구인은 소용물류와 미용 관련한 영업계약을 체결한 개인 사업주도 보이며는, 근로기준법상 근로자라고 인정하기 어렵다는 이유로 요양 불응인 처분하였다.

2. 청구인 주장

청구인은 동월병원 소속 근로자로서 미용업무 외에 병원 내 전반적인 업무를 모두 사업주의 지시 및 감독 하에 수행하였고, 미용실 적에 따라 보수를 지급받았다고 하더라도 이는 근로제공의 대가로서 도급금액이라고 볼 수 없으며, 동료근로자의 진찰에서 확인된 듯이 사업주의 지시를 거부하는 경우 해고를 당하는 등 사업주에게 종속된 관계였음이 확인되는바, 청구인은 근로기준법상 근로자 로 인정하여 업무상 재해로 인정함이 타당하다고 주장하며 심사청구하였다.

3. 판단 및 결론

가. 산재보험법 제5조제1호에 의하면 '업무상의 재해'란 업무상의 사유에 따른 근로자의 부상, 질병, 장애 또는 사망을 말하고 산재보험법 제5조제2호의 규정에 의하면 이 법의 적용을 받는 '근로자'란 합은 근로기준법에 따라 직업의 종류와 관계없이 임금을 목적으로 사업이나 사업장에 근로를 제공하는 자를 말한다고 규정하고 있으며, 청구인이 위 법 소정의 근로자인지의 여부를 판단함에 있어서는 ①업무의 내용이 사용자에 의하여 정하여지고 취업규칙 또는 복무규정 등의 적용을 받으며, 업무수행과정에 있어서도 사용자로부터 구체적이고 직접적인 지휘,감독을 받는 지 여부 ②사용자에 의하여 근무 시간과 근무 장소가 지정되고 이에 구속을 받는지 여부 ③업무를 수행함에 있어 사용자로부터 정상적인 업무수행 명령과 지휘,감독에 대하여 거부할 수 있는 지 여부 ④근로자가 스스로 제3자를 고용하여 업무를 대행케 하는 등 업무의 대체성 유무 ⑤비품, 원자재, 작업도구 등의 소유관계 여부 ⑥보수가 근로자체의 대상적 성격을 갖고 있는지 여부 및 근로소득세의 원천징수 여부 등 보수에 관한 사항, 근로제공 관계의 계속성과 사용자의 전속성의 유무의 정도 ⑦복무위반에 대하여 제재를 받는 지 여부 ⑧사회보장제도에 관한 법령 등 다른 법령에 의하여 근로자로서의 지위를 인정받는 지 여부 등을 종합적으로 고려하여 판단토록 되어 있고, 산재보험법 제6조에 의하면 이 법은 근로자를 사용하는 모든 사업 또는 사업장에 적용하되, 위험물, 규모 및 장소 등을 고려하여 동법 시행령 제2조로 정하는 사업에 대하여는 적용하지 아니하도록 정하고 있다.

나. 청구인은 동물병원 내 전반적인 업무를 모두 사업주 지시 및 감독하에 수행하였으므로 사업주와의 사용종속관계가 인정된다고 주장하고 있고, 원처분기관에서는 정해진 임금 없이 사업주와 수익금을 일정비율로 분배하였고 애견미용과 관련한 업무를 청구인 스스로 결정하고 행하였던 점 등을 이유로 근로기준법상 근로자로 인정할 수 없다고 요양 불응인 처분하였으나,

다. 이상의 사실 등을 종합적으로 검토하여 청구인의 근로자성여부에 대하여 심의한 산재심사위원회 심의 의결내용은 청구인의 근무현황상 근로자성을 인정하기 어려운 부분이 일부 있으나, 사업주의 일방적인 요구로 수익비율이 변경되어 월 지급액이 일정금액으로 고정적으로 지급되었고, 업무와 관련하여 청구인이 사업주의 지시 등을 거부할 권한이 없었으며 미용 업무 외 병원내 전반적인 업무를 수행하는 등 청구인을 근로기준법상 근로자로 인정할 만한 근거가 상당하다고 판단되므로 원처분을 취소함이 타당하다고 의결하였다.

라. 위와 같은 이유로 청구인은 근로기준법상의 근로자로 볼 수 있다.

그러므로 청구인의 심사청구는 이유가 있으므로 원처분을 취소함이 타당하다. <출처 근로복지공단 심사결정례>

근로자의 노무 안전 진단표

항 목	유/무	처 벌
근로계약서 작성	X	500만원 이하 벌금
근로자 명부 작성	X	500만원 이하 과태료
급여명세서 작성 - 법정수당에 근거한 세부 내역	X	3년이하징역 또는 2천만원 이하 벌금 (법정수당 미지급)
해고 예고 통보서 - 해고 예고 수당 지급(30일분)	X	2년이하 징역 또는 1천만원 이하 벌금 (해고예고수당미지급)
퇴직금 제도 운영 - 근로자퇴직급여보장법에 의한 퇴직금 지급여부	X	3년이하 징역 또는 2천만원 이하 벌금 (퇴직금 미지급)
연월차 휴가 대체 동의서	X	2년이하 징역 또는 1천만원 이하 벌금 (유급휴가 미부여)
취업규칙 작성 신고 (10인 이상 사업장)	X	5백만원 이하 과태료
취업규칙 주지 게시	X	5백만원 이하 과태료

사업주가 반드시 지켜야 할 주요 노동법규정

▶ 4인 이하 사업장

1. 근로자를 채용 시 서면으로 근로계약서를 작성
2. 근로계약에 관한 중요서류 보존
3. 4시간 마다 30분 휴식
4. 1주일에 1일 휴일을 주어야 함
5. 임금은 매월 1회 이상, 정한 날짜 전액 지급
6. 최저임금 이상 지급
7. 해고 시 30일 전에 예고를 해야 합니다.
8. 근로자가 사용증명서를 청구 시 즉시 발급
9. 여성의 야간·휴일에 근로 근무 동의
10. 출산 전·후 여성에게 90일 보호휴가

▶ 5인 이상 사업장

1. 근로자를 채용 시 서면으로 근로계약서를 작성
2. 근로계약에 관한 중요서류 보존
3. 근로시간은 1일 8시간, 1주 40시간을 준수
4. 1주일에 1일, 1년에 15일 이상 휴가를 주어야 함
5. 임금은 매월 1회 이상, 정한 날짜 전액 지급
6. 연장·야간·휴일근로 시 통상임금 50%를 더 지급
7. 1년 이상 근무 퇴직자에게 1년에 평균 1월치 지급
8. 근로자가 사용증명서를 청구 시 즉시 발급
9. 상시 근로자 10인 이상 취업규칙을 작성 후 신고
10. 최저임금 이상 지급

노무관리 필요성 (사례)

구 분	사실 관계	사건 결과	노무관리사항	비 고
임금 체불	외국인회사 근무하는 김00는 퇴직시 그간 연장근로가 다반사였지만 취업규칙에 연장근로수당은 연봉에 포함되어 있다고만 되어 있고, 연봉계약서에도 별도 지급하지 않는다고 되어 있어, 미사용 연장수당도 지급하지 않은 점을 적시해 노동부 진정 ▷ 약 1억 4천만원 요구	합의 1억으로 종결	포괄임금제로 근로계약서 작성 및 임금대장 구비 연차사용대장 구비	
퇴 직 금	수원소재 모 안과에서 5년 정도 근무한 간호사가 그간의 임금 불지불만으로 퇴사하여 퇴직금 일부 진정 (첫 3년간 월급여에 포함, 2010년말 1년치 중간정산, 2011.10월 퇴사)함 ▷ 첫 3년치와 2011년 10개월치 퇴직금 요구	3년 10개월 약 600만원 지급	중간정산요구서 청구/월급여 포함 인정 안 됨 - 2012.7.26일 이후는 퇴직 일시금이나 퇴직연금만 됨	
부당 해고	요양원에 근무하는 1년 넘는 간호사가 평소 불친절, 업무태만, 동료불화 등으로 원장이 사직을 권유하자 퇴직금까지 수령했으나 3개월치 퇴직위로금을 요구하였고 거절하자 부당해고 구제 신청함	1개월 월급으로 합의	해고시 절차 및 사유가 있어야 함/사직서 징구	
징 계	IT업체 부장 이00는 평소 지각이 많고 근태가 불분명해서 동료나 부하직원에게도 평판이 좋지 않아 주의를 주어도 개선되지 않는 사원을 사같이 해고시키기도 그냥 두기도 힘든 상태임	주의 - 시정서 - 징계위원회를 통해 징계 하고함	취업규칙완비 후 징계절차 거침	
인사 평가	중소기업A 기업에서는 일을 잘 못하는 직원이 라인을 형성하여 능력을 인정받거나, 직급이 높고 오래됐다는 이유만으로(연공급) 임금을 많이 받고 있는데 능력 있고 참신한 인재가 오래 버티지 못하고 퇴사하는 상태임	채용/교육비용, 기업비밀유출 등이 발생함	평가보상시스템 구축 (연봉제)	
직장내 성희롱	금융회사 근무하는 부장 김00는 여직원을 근무시간에 뒤에서 껴안고 외국여행을 같이 가자는 말을 하는 등 성희롱을 함	징계해고 절차 밟는중	성희롱교육 1년 1회 실시/발생시 인사 조치	


노무 분쟁 (사례)

- 2010年10月 서울 모처의 00어학원의 원장과 강사간의
- 퇴직금 및 수당 부당해고에 대한 노무분쟁 사례
- - 22개월간 00어학원에서 근무하던 여 강사와 원장간의 합의해고
- 강사 : 해고 1개월뒤 마지막 1개월에 준하는 월급(180만원)을
- 받고자 원장에게 내용증명 발송 지급거절
- 인터넷을 활용한 정보수집 후 관할 노동청에 진정
- 원장 : 내용증명 받고 강사의 재직시절 근태와 원의 피해 등을 고려
- 1개월의 월급지급을 거절
- 노동청의 조사명령을 받은 후 변호사 선임하여 대응
- 결과 : 원장 패소 / 강사 승소
- 원장 피해액 : 2500만원
- 합의금-1500만원(퇴직금, 수당, 부당해고합의금)
- 변호사선임비 - 1000만원

- 과연 노무분쟁 원장님만의 책임일까요??
- 노무분쟁의 피해 막을 방법은...

Chapter 11.

직업과 성공사례



제 11 강

직업과 성공사례

제 11 강

직업과 성공사례

■ 학습내용을 확인합시다 !

1. 취업하고 싶은 회사 성공담 듣기
2. "나의 포트폴리오" 자랑하기
3. 취업계획 및 각오다지기

전공분야별 성공모델 소개하기-관광분야



내용 1

학과별 우수 취업사례 소개하기.



학과별 차별화된 동영상 보기

동영상 감상하기

학과별 자랑스런 선배 소개하기

면접 및 취업사례 선배 경험담 듣기



- 학과 :
- 성명 :
- 학번 :
- 회사명 :
- 근무지점 :

공통분야 - 포트폴리오작성 기법 지도



내용 2

학생포트폴리오란?

What	• 대학 전 과정을 통한 교육적 성과인 동시에 학생 개개인의 활동과 경험을 기록한 자료
Why	• 자신의 능력을 보여주는 귀한 자료이며 개인의 프로그램 학습성과에 대한 중요한 평가자료
When	• 대학 입학에서부터의 모든 행보를 기록하여 졸업 때까지 보관
활용분야	자기계발 • 프로그램 학습성과 달성도를 평가하는 중요한 도구로 활용
	취업 • 산업체에서 필요로 하는 실무능력과 인성을 증명하기 위한 도구로 활용

포트폴리오 구성내용



포트폴리오 교내경진대회 안내하기

1. 나의 포트폴리오 최종점검하기
2. 나의 강점 소개하기
3. 최우수작품 선정하기
4. 교내 경진대회 안내하기



취업계획 및 각오다지기




※ 다음 5가지 중 1가지 이상 실천해 보기

1. 진로 및 취업 계획 다짐
2. 희망회사 최소 2개 선정
3. 희망회사 최소 2개 면접체험
4. 면접경험 공유하기
5. 현장 근무선배 인터뷰해보기

Chapter 12.

직장예절



제 12 강

직장 예절

제 12 강

직장 예절

■ 학습목표를 확인합시다 !

1. (인사예절)에 대해 생각해 보기
2. (전화예절)에 대해 생각해 보기
3. (약수예절)에 대해 생각해 보기
4. (명함예절)에 대해 생각해 보기



예절과 에티켓

1. 예절과 에티켓의 중요성

- 예절(節)이란 예의와 범절의 준말로써 일상생활이나 직장생활에서 서로 마찰을 없애고 불편을 덜기 위한 마음가짐이며, 나를 낮추고 상대방을 존중하는 마음자세이자 행동규범.
- 에티켓(etiquette)은 예절과 같은 의미로 사용되고 있는 서양의 외래어로서 다른 사람을 대할 때의 마음가짐이나 태도를 말하며, 실내·외에서의 에티켓, 남녀 간의 예의, 복장, 길행사, 식사예법 등 생활 전반에 걸친 예절을 포함하는 것.

예절을 실천하는 방법

1. 자기관리를 철저히 한다.
2. 인간관계를 원만히 한다.
3. 공중질서를 지킨다.
4. 내 몸 아끼듯이 남을 아끼고 배려한다.
5. 나의 언행에 책임을 진다.
6. 잘못이 있으면 상대방에게 사과하고 용서를 구한다.

인사예절

**Tip 8-1** 올바른 인사매너

- 환영하는 마음 → “어서 오십시오.”
- 밝은 마음 → “안녕하십니까?”
- 긍정의 마음 → “네, 그렇습니다.”
- 감사의 마음 → “고맙습니다.”
- 위로하는 마음 → “수고하셨습니다.”
- 사과하는 마음 → “미안합니다.”
- 겸허한 마음 → “OO님 덕택으로”



인사요령

1. 인사는 항상 명랑하고 활기차게 먼저한다.
2. 곧은 자세를 취하고, 인사 전후에 상대방의 눈을 보며 미소를 짓는다.
3. 목례는 15도, 보통례는 30도, 정중례는 45도 정도로 상체를 숙인다.
4. 목과 허리를 곧게 한 상태에서 상반신 전체를 동시에 숙인다.
5. 숙일 때보다는 조금 빠른 속도록 몸을 일으킨다.
6. 다리를 가지런히 하고 무릎 사이는 붙인다.



내용 2

전화예절-전화를 걸 때

1. 전화를 걸기 전에 전할 메시지와 메모지를 준비한다.
2. 상대방이 나온 후 자기 이름과 소속을 밝힌다.
3. "안녕하십니까? OO회사 OOO입니다." 또는 "안녕하십니까? OOO님을 바꾸어 주시겠습니까?"
4. 상대방을 확인하고, 인사를 교환한다.
5. 용건은 메모를 보면서 전화를 한다.
6. 결론이나 약속사항을 서로 확인한다
7. 마무리 인사를 교환한다. " ~ 감사합니다."
8. 상대방이 전화를 끊고 난 후에 조용히 끊는다.

전화예절-전화를 받을 때

1. 벨이 두 번째 울릴 때 받는 것이 좋다.
 - 첫 번째 울릴 때 받으면 너무 성급하고,
 - 세 번 이상 울리면 너무 늦게 받는 느낌을 주기 때문이다.
2. 평소때 보다 더욱 명랑하고 친절한 목소리로 응한다.
3. 수화자 소개를 여유있게 한다.
 - " 감사합니다. 총무과 OOO입니다."
4. 상대방을 확인하고 용건을 묻는다.

전화예절-전화를 받을 때

5. 화가 끝나면, 마무리 인사를 나누고 전화를 끊는다.
 - 이때, 전화를 건 사람이 먼저 끊는다. 용건이 끝났는지 여부를 모르기 때문이다.
6. 잘못 걸려온 전화도 친절하게 맞아 안내한다.
 - "여기는 OO회사 OOO과 입니다. 전화를잘못 거신 것 같습니다. 다시 한번 확인해 주십시오."
7. 다른 직원에게 바꾸어 주어야 할 때,
 - "잠시만 기다려 주십시오. OOO님을 바꾸어 드리겠습니다."



내용 3

악수예절

1. 악수는 상급자가 하급자에게, 연장자가 연하자에게, 선배가 후배에게, 여성이 남성에게 손을 먼저 내민다.
2. 오른손을 잡고 밝고 부드러운 표정으로 상대방의 눈을 보고 한다.
3. 악수를 할 때 껴안거나 과장된 행동은 삼간다.
4. 너무 세게 쥐거나 약하게 잡아서는 안되며, 손끝만 내밀어서는 안된다.
5. 손을 잡은 채로 말을 오래해서는 안되며, 인사가 끝나면 곧 손을 놓는다.
6. 예식용 장갑은 벗지 않아도 되며, 방한용 장갑은 벗어야 한다.
7. 남녀 간의 악수도 상하 구별이 있을 때에는 상급자가 먼저 청한다.
8. 악수를 하면서 왼손으로 상 의 손등을 덮어 쥐는 것은 실례가 된다. 단, 상급자가 하급자에게 그렇게 하는 것은 깊은 정의 표시로 양해된다.



내용 4

명함예절

1. 명함은 손아래사람이 손윗사람에게 먼저 건네는 것이 예의이다.
2. 명함은 소개받은 사람이 먼저 건넨다. 방문한 곳에서는 방문자가 먼저 상 방에게 명함은 건넨다.
3. 명함을 내 때는 정중하게 인사를 하고 나서“OO회사 OOO라고 합니다.”라고 회사명과 이름을 밝히면서 두 손으로 건넨다.
4. 명함은 상대방 쪽에서 자신의 성명이 바르게 보이도록 건넨다.
5. 명함을 받은 사람은 두 손으로 명함의 아래쪽을 잡아서 받는다.
6. 상사와 함께 명함을 건넨 때는 상사가 먼저 건넨 다음에 건넨다.
7. 한 손으로 자기 명함을 주면서 다른 손으로 상 의 명함을 받는 동시 교환은 실례가 된다.
8. 받은 명함은 손으로 만지작거리지 말고 명함내용을 확인한 후 상의 윗주머니에 넣는다.
9. 명함 교환이 끝나면 자리를 권하여 앉도록 한다.

전공분야별 수업 마무리하기

수업 마무리 하기

1. 제 13주차 수업 정리하기
- 요약 및 중점강조
2. 질의 및 응답

Chapter 13.

직업기초능력 이해하기



제 13 강

직업기초능력 이해하기

제 13 강

직업기초능력 이해하기

■ 학습목표

1. 직업기초능력이 무엇인지 알아보기.
2. 직업기초능력 학습방법 알아보기.
3. 자격증과 매칭한 직업기초능력 향상과정 알아보기.



핵심질문

직업기초능력이 무엇인지 이해하고 있나요 ?



내용 1

직업기초능력 이란?

1. 직무수행능력을 발휘하기 위해 직업인이 지녀야 할 10가지 인성/기술 능력입니다.
 👉 **직무수행능력은 맡은 일을 진행하는데 필요한 능력을 의미합니다. 직무수행에 필요한 기술, 지식, 태도를 포함한 능력. 취업 시 직무능력평가 시험에 활용되고 있으며, 취업상담이나 이력서 작성 요령의 선수학습이 무엇보다 중요합니다.**

2. 10가지 직업기초능력의 종류

영역	개념	하위요소
의사소통능력	업무를 수행함에 있어 글과 말을 읽고, 들음으로써 다른 사람이 뜻 한 바를 파악하고, 자기가 뜻 한 바를 글과 말을 통해 정확하게 쓰거나 말하는 능력	문서이해능력, 경청능력, 언어구사력
수리능력	업무를 수행함에 있어 사칙연산, 통계, 확률의 의미를 정확하게 이해하고 이를 업무에 적용하는 능력	기초연산, 기초통계, 도표분석, 도표작성
문제해결능력	업무를 수행하면서 문제상황이 발생하였을 경우, 창조적이고 논리적인 사고를 통하여 이를 올바르게 인식하고 적절히 해결하는 능력	사고력, 문제처리능력
자기개발능력	업무를 원활히 추진하는데 적절한 자질을 지닐 수 있도록 스스로를 관리하고 개발하는 능력	자아인식, 자기개발, 경력개발
자원관리능력	직장에서 시간, 예산, 물적 자원, 인적 자원 등의 다양한 자원 중 무엇이 필요한지를 확인하고 이용 가능한 자원을 최대한으로 수집해 실제업무에 활용할 수 있도록 할당하는 능력	시간자원관리능력 예산관리능력 물적 자원관리능력 인적자원관리능력
대인관계능력	직장생활에서 협조적인 관계를 유지하고 조직 구성원들에게 도움을 줄 수 있으며, 조직 내외부의 갈등을 원만히 해결하고 고객의 요구를 충족시켜줄 수 있는 능력	팀워크능력, 리더십능력
정보능력	업무와 관련된 정보를 수집하고, 이를 분석하여 의미 있는 정보를 찾아내며, 의미 있는 정보를 업무수행에 적절하도록 조직하고, 조직된 정보를 관리하며, 업무수행에 이러한 정보를 활용하고, 이러한 제 과정에 컴퓨터를 사용하는 능력	컴퓨터활용능력, 정보처리능력
기술능력	업무를 수행함에 있어 도구, 장치 등을 포함하여 필요한 기술에는 어떠한 것들이 있는지 이해하고, 실제로 업무를 수행함에 있어 적절한 기술을 선택하여 적용하는 능력	기술이해, 기술선택, 기술적용
조직이해능력	직업인으로서 직장생활에 필요한 조직의 경영목표, 조직구조, 업무내용, 국제동향 등을 이해하는 능력	업무이해능력 경영이해능력 조직체제이해능력 국제감각능력
직업윤리	근로자에게 요구되는 기본윤리와 공동체유지·발전에 필요한 기본적인 윤리준수 능력	근로윤리-성실성 공동체윤리-봉사, 준법성, 직장예절

5



학습방법 알아보기

직업기초능력의 학습방법 알아보기



직업기초능력의 운영

1. 직업기초능력 학습 운영(방법) 과정

1) 교양교육과정 운영을 통한 교육과정 알아 보기

- 직업기초능력 중 정규교과목을 통한 교육과정

학과 : 교양과								
구분	NCS 적용 여부	교과목명	1학기			2학기		
			학점	주당 시간		학점	주당 시간	
				이론	실습		이론	실습
교선	○	의사소통 능력	2	2		2	2	
	○	직업가치와 윤리				2	2	
	○	기초수학과 통계				2	2	
	○	자기개발론	2	2		2	2	
	○	조직과 대인관계	2	2				
	○	문제해결과 알고리즘	2	2		2	2	
	○	4차산업혁명과 정보	2	2		2	2	

7

2) 비정규 교육과정 운영을 통한 교육과정 알아 보기

- 대외 온라인 강좌를 통한 직업기초능력 교육과정

학습내용	비고	주차	대상
취업경쟁력 강화를 위한 대학생활 안내(스펙쌓기)	수료증 발급	10주차	신안산대학교 재학생
면접관에게 신뢰 주는 1분자기소개서 작성의 방법 및 요령		10주차	
기업분석을 통한 임팩트 있는 자기소개서 작성		16주차	
면접의 포인트 및 유형별 면접 공략법		15주차	
대인관계능력 향상을 위한 과정		16주차	
의사소통능력 향상을 위한 과정		16주차	
이력서 클리닉		신청 예약시	신안산대학교 재학생
전문가와의 1:1 온라인 취업상담			

- 위의 학습내용 외 자격증/직무적성진단 등의 전체 매뉴얼 사용 가능

www.dream.go.kr 가입 후 우리대학 로고 클릭 후 이용

8

온라인과정



여성유망직업, 창업, 취업 분야 등 약 400개 이상의 과목

오프라인과정



분야별 전문적이고 풍부한 오프라인 학습 콘텐츠

열린과정



공공이 모두 이용할 수 있는 학습 콘텐츠

테마과정



다양한 콘텐츠를 테마별로 이용할수있는 과정



[ON] [취업진로]취업! 기업분석 독독하게 먼저하기
난이도: 초급
신청: 수시



[ON] [취업스펙]취업의 필수! 기초스펙을 쌓아라
난이도: 초급
신청: 수시



[ON] [취업스펙] SSAT 시험대비 핵심요약
난이도: 초급
신청: 수시



[ON] [취업스펙]채용 동향과 면접 Trend 및 대응 전략
난이도: 초급
신청: 수시



[ON] [임사지원서]자기소개서, 이틀만 투자하자!
난이도: 초급
신청: 수시



[ON] [임사지원서]합격하는 임사지원서 작성 및 면접 노하우
난이도: 초급
신청: 수시



[ON] [면접준비]1분 자기소개, 하루만 투자하자
난이도: 초급
신청: 수시



[ON] [면접준비]면접준비, 3일만 투자하라
난이도: 초급
신청: 수시



향상과정 알아보기

자격증과 매칭한 직업기초능력 향상과정 알아보기

1. 직업기초능력 관련 자격증 운영 현황

NCS 직업기초능력	자격증 매칭 (MOS, ITQ, GTQ)
① 의사소통능력	SMAT(서비스경영자격)
② 수리능력	엑셀, 한글, 파워포인트, 포토샵
③ 문제해결능력	인터넷, 엑셀
④ 자기개발능력	SMAT(서비스경영자격)
⑤ 자원관리능력	한글, 엑셀, 파워포인트, 액세스, 인터넷
⑥ 대인관계능력	SMAT(서비스경영자격)
⑦ 정보능력	한글, 엑셀, 파워포인트, 액세스, 인터넷 SMAT(서비스경영자격)
⑧ 기술능력	한글, 엑셀, 파워포인트, 액세스, 인터넷
⑨ 조직이해능력	SMAT(서비스경영자격)
⑩ 직업윤리	SMAT(서비스경영자격), 인터넷윤리

- 자격증을 취득하면 해당 직업기초능력 영역의 능력을 인정하고 있음

11

2. 교내 자격증 취득 지원 프로그램 안내

프로그램	과목	지원사항	관련부서	비고
ITQ	Power Point, Excel, 한글, Photoshop	교육비 무료	취창업 지원센터	학기 중 운영
직업기초능력 프로그램	프레젠테이션 CS교육	교육비 무료 (응시는 학생 자율 응시 및 학내 시험진행)	직업교육센터	
전공특별 프로그램	학과 지정과목	교육비 무료	각학과	

- 학기중에 공지되는 프로그램 진행사항을 확인 후 신청 수강

12

수업 마무리 하기

1. 제 14주차 수업 정리하기
 - 요약 및 중점강조
2. 기말고사 안내하기.
3. 질의 및 응답

부 록

1. 학생이력관리시스템_진로적성검사 안내
2. 자기소개서 작성 마법사 사용메뉴얼
3. 취업성공전략1_이력서작성요령
4. 취업성공전략2_자기소개
5. 취업성공전략3_인성면접
6. 취업성공전략4_토론면접
7. 취업성공전략5_이미지메이킹

SCM system (학생이력관리시스템)



학생 수행 과제는?

<http://scm.sau.ac.kr> 접속하여 로그인

진단검사 3가지 ① 진로적성검사, ② 목표직업 탐색, ③ 직업기초역량진단

① **진로적성 검사** : [검사실시] 버튼 클릭 후 검사 실시 (소요시간 약 20~25분)

② **목표직업 탐색** : 다양한 검색조건을 바탕으로 직업검색 후 희망하는 직업의 [목표설정] 버튼 클릭
학과에 적합한 직업을 탐색하고 결정하도록 하세요.

③ **직업기초역량진단검사** : [검사실시] 버튼 클릭 후 검사 실시 (소요시간 약 25~30분)

※ 검사 결과는 학생지도상담에 활용할 수 있습니다.. 검사 수행에 신중을 기해 주세요.

※ 문의 학생처(490-6024)

SCM System 수행 과제 방법은?

1) 신안산대학교 홈페이지 → SCM System
학생이력관리시스템 클릭

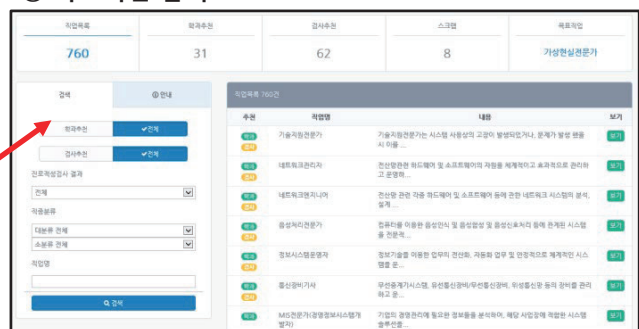


진단검사 3가지 실시 ▼

① 진로적성 검사



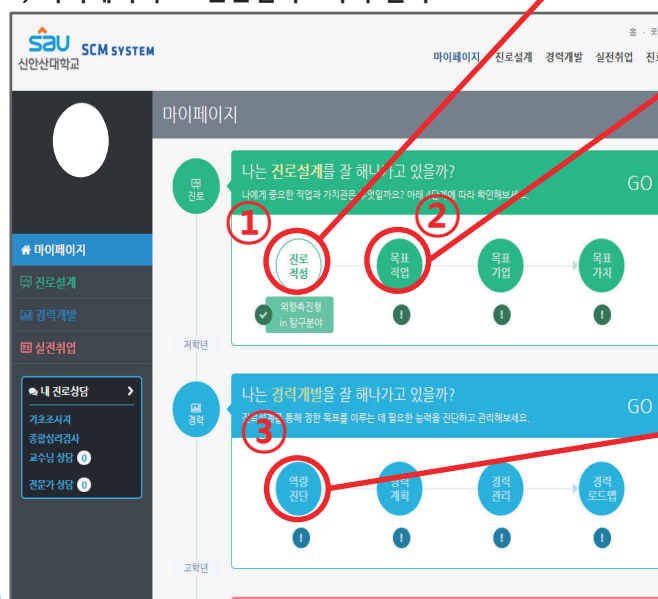
② 목표직업 탐색



③ 직업기초역량진단 검사



2) 마이페이지 → 진단검사 3가지 실시



인사담당자가 모여 만든 ‘성공취업플랫폼’ 100% 활용하기 (취업, 진로 모든 콘텐츠(16개 기능)가 여기에)

기적의 자소서 마법사 (직무역량중심 작성네비게이션)

기적의 면접노트

(인사팀장이 첨삭하고 검증한
면접합격사례 보고 준비하기)

1분 speech (면접관을 사로잡는 자기소개 노하우 대방출)

행복한 천직찾기 (내게 꼭 맞는 직업과 직무찾기 프로젝트)

1 로그인 페이지

자기소개서 작성

1 로그인 페이지

신안산대학교 홈페이지

페이지

① 신안산대학교 홈페이지 접속

② ‘자기소개서 작성마법사’ 클릭



1 로그인 페이지

자기소개서 작성

1 로그인 페이지

자소서마법사 시스템 홈페이지

페이지

③ 자소서마법사 시스템 홈페이지 로그인

1 회원가입 페이지

자기소개서 작성

1 회원가입 페이지

자소서마법사 시스템 홈페이지

페이지

③ 자소서마법사 회원가입

가. **학번 및 직번 입력**(로그인 시 아이디임)
- 교직원 은 네모칸 체크

나. **비밀번호**: 로그인 시 사용할 비밀번호 설정

다. **이름**: 본인 이름 입력

라. **대학명**: 신안산대학교 입력

마. **학년**: 본인 학년 입력
- 교직원 네모칸 체크시 비활성화

바. **이메일**: 본인 메일 입력

마. **성별**: 본인 성별 입력

사. **신** ☐ 신안산대 인증하기 | ☐ 를 클릭하여 인증을 받아야 함

바. **회원가입 및 개인정보 동의** 후 확인버튼을 클릭하면 가입완료

1 기적의 자소서 마법사(기본형)

① “기적의 자소서 마법사” 클릭

Tip

자소서 작성 도구는 기본형 (기적의자소서마법사)와 ① “기적의자소서마법사” 클릭
심화형(기업형자소서)로 나누어져 있음.

자기소개서 작성

1 기적의 자소서 마법사(기본형)

① ‘자소서 사용 꿀팁’ 보기
(사용방법 상세 내용 참조)

② 3단계 자소서 작성하기

자기소개서 작성

1 기적의 자소서 마법사(기본형)

성공취업 플랫폼 홈페이지

① 자신이 원하는 직무선택
(직무선택 후 3주간 변경 불가)

② 작성을 원하는 항목 선택

③ 저작권 동의하기

④ 사례제공 동의하기

페이지

취업성공

취업성공자수(58전단)
가직의 자소서 마법사

프로그램 소개
1단계 : 나의 역량 STORY
2단계 : 이력서 작성
3단계 : **자소서 작성하기**

신들의 자소서 클리닉
강의 커뮤니티

1단계: 직무 설정
2단계: 작성 항목 설정
3단계: 작성시 주의사항
4단계: 각 항목별 작성
5단계: 확인 및 다운로드

(필독) 최초 직무를 선택한 뒤 2단계로 넘어가면 직무를 다시 선택할 수 없습니다.
신중하게 생각하고 선택하세요.
직무를 변경하는 경우 기존에 작성된 자소서 데이터는 삭제됩니다.
요점(A형,B형)변경시 마지막에 작성한 유형의 데이터가 저장됩니다.

총무·식품영양

Click!

다음단계 4단계 작성화면 바로가기

프로그램 사용하기

취업성공

취업성공자수(58전단)
가직의 자소서 마법사

프로그램 소개
1단계 : 나의 역량 STORY
2단계 : 이력서 작성
3단계 : **자소서 작성하기**

신들의 자소서 클리닉
강의 커뮤니티

1단계: 직무 설정
2단계: **작성 항목 설정**
3단계: 작성시 주의사항
4단계: 각 항목별 작성
5단계: 확인 및 다운로드

- ☒ 성격자질
- ☒ 지원동기 1(직무중심)
- ☒ 지원동기 2(조직중심)
- ☒ 직장생활 경험
- ☐ 취업이유
- ☒ 성격의 장·단점
- ☒ 성취경험(도전경험/결정경험)
- ☒ 입사 후 포부
- ☒ 창의적 경험
- ☐ 팀력 경험

다음단계

2 자기소개서 작성

자기소개서 작성

1 기적의 자소서 마법사(기본형)

성공취업 플랫폼 홈페이지

페이지

취업성공

취업성공지수(5)관리단

가역의 재소서 작업사

프로그램 소개
1단계 : 나의 역량 STORY
2단계 : 이력서 작성
3단계 : 재소서 작성하기

선들의 재소서 올리니
커뮤니티

프로그램 사용하기

[1단계] 직무 설정
[2단계] 작성 활동 설명
[3단계] 작성시 주의사항
[4단계] 각 항목별 작성
[5단계] 확인 및 다운로드

▶ 상행의 저소서 감의
▶ 저 저문생저로 보기
▶ 나의 역량 STORY 가져오기

작성과정

1 단계	나를 한마디로 표현하세요. <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 40%;"> <p>① 사례</p> <p>- 선택 -</p> <p>나의 역량 이야기</p> </div> <div style="width: 55%;"> <p>내용작성</p> <p>1회 ~ 1주일 = a1,a2,a3,a4,a5 글쓰기의 노력이나 글쓰기는 자연스럽게 따라 올라는 것을 느꼈습니다. 글쓰기를 노력하는 사람입니다. 기사를 쓰기 전에 잘 생각해 보는 것을 좋아합니다. = 나만의 이야기를 공유하고 사람들한테 도움이 되었으면 합니다. 희망이 있어나 함께 하는 사람들이기에 신나게 글을 씁니다.</p> </div> </div>
2 단계	어떻게 언급한 내용의 사례를 2개 이상으로 작성하세요. <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 40%;"> <p>② 사례</p> <p>- 선택 -</p> <p>나의 역량 이야기</p> </div> <div style="width: 55%;"> <p>내용작성</p> <p>1회 ~ 1주일 = a1,a2,a3,a4,a5</p> </div> </div>
3 단계	위 내용을 한 문장으로 표현하는 헤드라인을 작성하세요. <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 40%;"> <p>③ 사례</p> <p>- 선택 -</p> <p>나의 역량 이야기</p> </div> <div style="width: 55%;"> <p>내용작성</p> <p>a1,a2,a3,a4,a5</p> </div> </div>
	<p>숙제</p> <p>a1,a2,a3,a4,a5 1회 ~ 1주일 = a1,a2,a3,a4,a5 글쓰기의 노력이나 글쓰기는 자연스럽게 따라 올라는 것을 느꼈습니다. 글쓰기를 노력하는 사람입니다. 기사를 쓰기 전에 잘 생각해 보는 것을 좋아합니다. = 나만의 이야기를 공유하고 사람들한테 도움이 되었으면 합니다. 희망이 있어나 함께 하는 사람들이기에 신나게 글을 씁니다.</p>

* 공개포함 : 177 자, 300 Byte
* 공개제한 : 151 자, 274 Byte

유용선택 ● A형 ○ B형

종교개혁 운동본부 시스템

나의 역량 이야기

모든 사재가 여기에

항목 저소서 작성하기

임시저장

다음단계

이전단계

- ① 자신과 유사한 속성 선택 후 자신에 맞게 수정
- ② 합격 사례 보고 사례작성
- ③ 3단계 헤드라인 사례보고 작성
- ④ 키워드 검색으로 다양한 사례 보고 참조하여 작성하기
- ⑤ 임시저장 하고 다운로드

2 자기소개서 작성

자기소개서 작성

2 기업형 자소서(심화형)

성공취업 플랫폼 홈페이지

페이지

① '기업형 자소서 작성' 클릭



② '작성하기' 클릭



2 자기소개서 작성

자기소개서 작성

2 기업형 자소서(심화형)

Tip

기업형 자소서는 원하는 기업을 선택하여 작성할 수도 있고, 직무를 선택하여 작성할 수도 있습니다.

성공취업 플랫폼 홈페이지

페이지

① 작성을 원하는 기업 선택

기업형 자소서 (기업과 동일한 항목으로 구성, 동부한 합격사내제시)

LG전자	SK하이닉스	국립중앙도서관	삼성전자	한국투자증권	전기안전공사	충청남도청
한국농어촌공사	한국전력공사	한국철도공사	현대자동차	현대건설		

② 작성을 원하는 직무 선택

기업실전직무별자소서 (직무별 24개 이상 질문에 대한 동부한 합격사내제시)

IT	간호·의료·다이어리	경영·기획·경영전략	공기업	구매	국제협력·해외영업	금융
디자인	마케팅	물류·재고관리	시정·국회	상품기획·MD	생산관리	생산기술
설계·건축·엔지니어	연구개발	영업관리	외식·코스메틱	인사·교육	재무회계	제조·생산
총무·인사·행정·법률	품질관리	항공·철도·서비스	홍보·방송			

3 1분 speech 작성

1분 speech 작성

1 1분 speech 작성

성공취업 플랫폼 홈페이지

페이지

- ① '서비스이용하기' 클릭
- ② '사례제공' 동의하기 클릭

- ③ 오른쪽 다양한 사례별 동영상 클릭하여 시청하고 참조하기
- ④ '작성하기' 클릭

3 1분 speech 작성

1분 speech 작성

1 1분 speech 작성

성공취업 플랫폼 홈페이지

페이지

- ① 합격사례선택하여 참조하기
- ② 사례참조하여 작성하기
- ③ 소요시간 참조하기
- ④ 임시저장하기
- ⑤ 다음단계 클릭 후 다운로드하기

4

기적의 면접노트

기적의 면접노트

1

기적의 면접노트

성공취업 플랫폼 홈페이지

① 기적의 면접노트

페이지



② 서비스 이용하기 클릭



4

기적의 면접노트

기적의 면접노트

1

기적의 면접노트

성공취업 플랫폼 홈페이지

③ 기업/직군(직무) 선택

페이지



4 기적의 면접노트

기적의 면접노트

1 기적의 면접노트

성공취업 플랫폼 홈페이지	페이지
④ 면접 질문 선택	
⑤ 사례 작성	

4 기적의 면접노트

기적의 면접노트

1 기적의 면접노트

성공취업 플랫폼 홈페이지	페이지
⑥ 키워드 작성 및 수정 후 연습/다운로드	

당신이 찾는 모든 정보가 여기에!

취업사이트 백화점 >

진로정보

자격정보

외국어정보

기업정보

공모전정보

구직정보

구직정보

직무별취업정보

여성특화취업정보

기업정보

진로정보

외국어&자격증정보

교육정보

자기개발

공기업채용정보

창업정보

공모전정보

아르바이트정보

직업종합사전!

직업검색 >

대한민국에 존재한 수백개의 다양한 직업정보를 수록함. 직업소개, 직업에 필요한 적성, 직업의 특성 등으로 정리하여 진로를 고민하는 학생들에게 필요한 다양한 정보제공.

기업의 핵심직무 완벽분석!

기업직무 분석자료 >

기업의 대표 직무에 대해 하는일, 자격요건, 역량모델링 등 다양한 자료를 수록하여 자기소개서 또는 진로설정시 참조

업종별 직무가 궁금하면 여기로!

NCS직무 기술서 검색기 >

NCS 홈페이지에서 어려운 업종별직무 900개 이상을 쉽게 찾을 수 있고 용이하게 다운로드 하여 내 것으로 만들 수 있도록 구축.

그 직무엔 이 자격증!

직무별자격증 검색 >

각 직무별로 과연 어떤 자격증이 필요할까? 국가에서 인정하는 자격증과 민간 자격증을 총 정리하여 취업을 준비하는 학생들이 참조할 수 있도록 목록을 정리.

당신의 목표를 설정하라!

커리어로드맵 >

자신의 역량에 대해 SWOT 분석을 통해 진단하고 경력개발 목표를 수립할 수 있는 공간

취업성공전략 1

구직 첫 관문 자기소개서 ... 첫 문장이 당신이다

항목마다 눈길 끄는 제목 달아 자기 표현을
‘얼짱 각도’ 사진이나 이모티콘 사용은 피해야

자기소개서를 작성하는 것은 구직의 첫 단추를 끼우는 일이다. 서류 심사의 기준이기도 하지만 면접에서도 기초자료로 활용된다. 인크루트 임경현

채용컨설팅 팀장은 "문항마다 제목을 붙여 한눈에 자신을 보여줄 수 있도록 정리해야 한다"며 "회사 홈페이지나 기사를 검색해 충분한 정보를 바탕으로 소개서를 써야 한다"고 조언했다. 임 팀장이 소개하는 '잘된 자기소개서'와 '잘못된 자기소개서'를 비교해 정리했다
(범례:①잘못된 사례 ②잘된 사례 ③어떻게 써야 하나).

#1 성장 과정

① 1979년 1월 1일 서울에서 엄하신 아버지와 자애로우신 어머니 밑에서 1남1녀 중 첫째로 태어났습니다. 집안 가훈이 '성실.정직'이었습니다. 이 때문에 누구 못지않게 성실하고 정직하다고 자부합니다. 또 장남으로서 책임감도 강한 편입니다. 86년에 △△초등학교를 입학했고...(중략)...

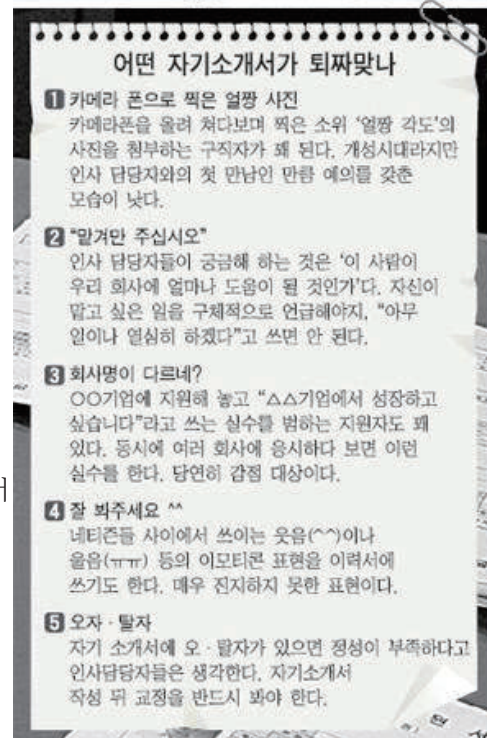
② <어디에 혼자 내놓아도 살아남을 아이> 어렸을 때 들었던 이야기 중 기억에 남는 것이 '어디에 혼자 내놓아도 살아남을 아이'라는 말이었습니다. 3대 독자인 저를 자립심 강한 아이로 키우려 했던 부모님의 노력 덕분이었습니다. 부모님은 단 한 번도 용돈을 그냥 주신 적이 없고 집안일을 도와야만 용돈을 주셨습니다.

③ 인사 담당자가 이력서를 보는 데 걸리는 시간은 평균 30초. 첫 문장에서 인사 담당자의 눈길을 잡아야 한다. 판에 박힌 표현을 해선 깊은 인상을 줄 수 없다. 이력서를 보면 알 수 있는 생년월일이나 출신학교도 쓰지 마라.

#2 성격의 장단점

① 저는 추진력이 강하고 적극적인 편입니다. 맡은 임무는 완벽히 처리하려는 책임감도 있습니다. 또 한번 시작한 일은 결과를 얻어야 다음 일을 하는 성격입니다. 말이 많은 편이 아니라 처음엔 친구를 잘 사귀지 못하지만 한번 친해지면 친구를 깊게 사귀는 편입니다.

② <다양한 관심사로 고객에게 다가가겠습니다> 영업을 하려면 고객들의 다양한 관심사를 이해하고 고



객들에게 다가가야 한다고 생각합니다. 저는 '팔방미인'이라 불릴 정도로 다양한 취미와 특기를 갖고 있습니다. 스포츠.음악 감상.비디오 게임.요리 등이 취미이자 특기입니다. 처음 만난 사람들과도 자연스럽게 대화를 이끌어 갈 수 있습니다.

③ 지원 기업과 직무에 필요한 자질, 자신의 성격을 엮어서 표현해야 한다. 영업직의 경우 고객과 빨리 친근감을 형성할 수 있는 성격이 유리하다. 생면부지의 고객을 찾아야 하는 영업직에 지원하면서 '처음엔 친해지기 힘든'이라고 표현하는 것은 자신의 약점을 드러내는 것이다.

#3 경험 사항

① 학원 강사와 건설현장 일용 잡부, 호프집 서빙, 설문조사 등 다양한 사회경험을 쌓으려고 노력했습니다. 그 외에도 방학이면 언제나 학교에서 주최한 농촌활동에 참여했고, 고아원 아이들에게 공부를 가르쳐주는 자원봉사를 하기도 했습니다.

② <영업의 실전 감각을 익히다> 대학 때 저는 직접 대리점.도매상에서 물건을 떼다 팔아보기도 했습니다. 졸업.입학식 때 학교 앞에서 꽃을 팔기도 했고, 각종 고사장에서 커피.펜 등도 팔았습니다. 이윤은 많지 않았지만 다양한 사람들과 직접 얼굴을 맞대며 물건을 판 경험은 저에게 큰 자극이 되었습니다.

③ 이제껏 한 경험이 본인에게 어떤 영향을 주었고 지원하는 분야에 어떻게 연관이 되는지 설득력 있게 써야 한다. 지원하는 분야와 상관없는 경험을 단순 나열식으로 작성하는 것은 아무런 도움이 되지 않는다.

#4 지원 동기와 포부

① 귀사에서 능력을 인정받고 필요한 재원으로 성장하고 싶습니다. 그만큼 각오도 돼 있습니다. 저는 주어진 상황에서 최선을 다할 것이며 능력에 따라 평가받는 직장인으로 자아실현의 꿈을 펼쳐보겠습니다.

② <발로 뛰는 영업맨> 귀사의 이미지는 젊음과 신선함입니다. 젊은 분위기를 내세워 비약적으로 성장했습니다. 이제 한 단계 더 도약하려면 시장을 정확하게 분석하고 고객에게 친근하게 다가가는 인재가 필요합니다. 귀사의 제품을 세계에서 가장 잘 팔리는 물건이 되도록 하기 위해 발로 뛰겠습니다.

③ 경력이 없는 신입사원에게 가장 중요한 부분이 바로 '지원 동기와 포부'다. 이 때문에 전체 자기소개서에서 가장 많은 분량을 차지해야 한다. 자기소개서 전체를 10이라고 하면 ▶성장과정 1 ▶성격의 장단점 1 ▶경험 사항 2 ▶지원동기 4 ▶입사 후 포부 2 정도로 배분하는 게 좋다. 잘못된 표현에 나온 사례처럼 남들이 흔히 쓰는 단어와 진부한 표현을 나열하면 인사담당자들이 그냥 넘겨 버린다. 해당 기업과 관련 있는 내용에 대한 자신의 각오와 포부를 밝혀야 한다.

자기소개서의 방정식

'기업들이 서류전형에서 가장 열심히 보는 것이 자기소개서라는데, 대체 어떻게 시작하고 무슨 내용을 담아야 하는 건지도 모르겠고, 내가 가진 장점을 어떻게 설명해야 할지도 모르겠고.....' 취업을 앞둔 사람이라면 누구나 한번쯤은 해봤을법한 고민. 대체 자기소개서는 어떻게 써야 하고 어떤 내용을 담아야 할까. 하반기 신입사원 공채시즌을 맞아 각 채용정보업체 대표들이 말하는 '자기소개서 작성법'을 모아봤다.

●'자기소개서 방정식'을 기억하라

인크루트 이광석 대표는 "자기소개서 방정식을 기억하라"고 말했다. 이 대표가 말하는 자기소개서 방정식은 다음과 같다.

<자기소개서=(회사에 대한 관심, 이해, 열정)+(구체적인 과거 팩트)-(추상적 진술, 주장, 선언)>

그는 "검증할 수 없는 추상적인 진술은 무조건 배제하는 것이 좋다"고 말했다. 예컨대 '회사에 큰 관심을 갖고 있었다'는 식의 표현보다는 회사의 성장 배경, 주요 제품과 서비스, 재무 정보 등을 담아 작성하는게 좋다는 것이 이 대표의 설명이다.

구직자들이 흔히 쓰는 "경험은 부족하지만 패기와 열정은 결코 남에게 뒤지지 않는다"는 식의 표현도 피하는 것이 좋다. 이 대표는 "좋은 말이지만 어느 기업의 자기소개서에 담아도 무난한 표현"이라며 "마치 하나의 자기소개서로 여러 기업에 지원한 것 같은 인상을 심어줄 수 있다"고 말했다.

자기소개서를 작성할 때 명심해야 할 또 다른 요인은 공백기를 설명할 수 있어야 한다는 것. 이 대표는 "취업난이 지속되면서 휴학, 졸업연기 등으로 공백기를 갖는 구직자들이 많다"면서 "그 공백기간 동안 어떤 목표를 가지고 무엇을 준비했는지를 충분히 설명하는 것이 좋다"고 조언했다. 공백기간 동안 뭘 했는지 궁금해서라도 면접을 보게 할 수도 있을 것이라 생각한다면? 이 대표는 "완벽한 오산이다. 공백기에 대한 설명이 없는 자기소개서는 탈락 0순위"라고 답했다.

●장문보다는 단문

커리어 이정우 대표는 "수많은 자기소개서를 읽어야 하는 사람 입장에서 생각해본다면 장황한 장문(長文)보다는 짧지만 메시지가 분명한 단문(短文)이 훨씬 잘 읽힌다"며 "이를 위해서 자기소개서를 여러 번 써보면서 고쳐나가는 것이 좋다"고 조언했다. 컴퓨터 앞에 앉아 단숨에 자기소개서를 작성하는 것보다는 제출 전 여러 차례 읽어보고 의식적으로 문장을 간결하게 쓰려는 노력을 해야 한다는 것.

또 이 대표는 아르바이트, 공모전 등의 경험을 설명할 때는 모든 것을 나열하려 들지 말고 에피소드과 구체적인 활동 내역을 섞어서 소개하는 것이 좋다고 말했다. 이 대표는 "간혹 수십여 개의 공모전 참여 및 수상실적을 늘어놓는 지원자들이 있지만 오히려 역효과를 불러올 수 있다"며 "기업에서 원하는 지원자는 만능 멀티플레이어가 아니라 맞춤형 인재라는 것을 기억해야 한다"고 말했다.

읽는 사람의 입장에서 생각해 본다면 피해야할 요인은 또 있다. "엄한 아버지와 자상하신 어머니 사이에서 태어나", "넉넉한 환경은 아니었지만 구김살 없이 자랐다" 등의 표현은 무조건 피해야 한다는 것이 이 대표의 조언이다.

●업종별로 핀포인트!

잡코리아 김화수 대표는 "구직 공고가 뜨는 대로 입사 원서를 제출하는 것을 지양하고 자신이 원하는 업종에 포커스를 맞춰 자기소개서를 작성하는 것이 좋다"고 귀띔했다. 어느 직종에나 제출할 수 있는

무난한 자기소개서 대신 그 업종에 핀포인트를 맞춘 자기소개서를 작성하도록 노력해야 한다는 것이 김 대표의 조언이다.

재무, 회계 직종의 경우 무엇보다 중요한 것은 도덕성과 책임감. 김 대표는 "돈을 다루는 직무특성상 튀는 인제는 꺼리는 경향이 강하다"며 "은행, 증권 등 금융업체들은 신뢰를 주는 인재를 선호한다"고 말했다. 반면 기획, 홍보 직종의 경우 자신의 주장을 조리있게 설명할 수 있는 말하기 능력과 창의력을 중요시 하기 때문에 이에 맞춰 자기소개서를 작성하는 것이 좋다고 김 대표는 설명했다.

많은 구직자들이 '전공과 상관 없이 지원할 수 있다'고 생각하고 있는 영업 직종에서는 통계학, 사회심리학 지식이 있다면 유리하다. 김 대표는 "소비자의 심리를 파악할 수 있다는 점에서 심리학, 통계학적 지식을 갖춘 인재를 선호한다"며 "여기에 자기소개서에 성실함과 신중함을 설명할 수 있는 에피소드 등을 담는다면 좋은 점수를 받을 수 있을 것"이라고 말했다.

또 경력을 적을 때도 지원한 회사, 직종에 맞춰 적는 것이 좋다. 예를 들어 "00공모전 은상, 00공모전 금상" 식의 나열 보다는 지원한 기업의 특성과 가장 잘 맞는다고 생각되는 활동을 골라 자세히 적는 것이 좋다고 김 대표는 설명했다.

#1 성장과정

"저는 ○○도 ○○시에서 엄한 아버지와 자상하신 어머니 사이에서 태어났습니다. 그리 넉넉한 환경은 아니었지만 단란하고 화목한 가정이었고, '항상 최선을 다하자'라는 가훈 아래 성실히 생활했습니다."

▶ '절대로 이렇게 쓰면 안 된다'의 대표적인 예. 성장과정을 설명하면서 태어난 곳, 가족관계, 출신학교 등을 나열하기보다는 인상적인 기억, 잊지 못할 에피소드 등을 담는 것이 좋다.

#2 학창시절

"대학교에 다니면서 과외, 서빙 등 다양한 아르바이트 활동을 했습니다. 방학 때는 기업 인턴 활동도 했고 공모전 참여도 활발히 해 ○○공모전 은상, ○○공모전 금상을 수상했습니다."

▶ 기업이 궁금해하는 것은 '어떤 일을 했나'가 아니라 '그 일을 하면서 느끼고 얻은 것이 무엇인가'다. 다양한 활동을 했다면 그중에서 지원한 기업의 특성과 가장 잘 맞는다고 생각한 활동을 중점적으로 소개하는 것이 좋다.

#3 성격

"중고등학교 때 결석 한 번 하지 않을 만큼 성실합니다. 주위 사람들은 저에게 '약속을 잘 지키고 매사에 긍정적이고 적극적이다'라고 평가하기도 합니다. 다만 때때로 우유부단하고 감정을 잘 숨기지 못하는 단점이 있습니다."

▶ 추상적인 표현으로 도배된 자기소개서이다. 주위 사람의 입을 빌려 자신의 성격을 설명하려 하지 말고, 구체적인 일화 등을 통해 자기소개서를 읽는 사람들이 자연스럽게 지원자의 성격을 판단할 수 있도록 해야 한다.

#4 입사동기 및 포부

"저는 '도전하지 않는 젊음은 이미 죽은 것과 다름없다'는 말을 좋아합니다. 아직 경험은 부족하지만 패기와 열정은 결코 남에게 뒤지지 않습니다. 만약 입사하게 된다면 가장 밑바닥부터 배운다는 생각으로 일하겠습니다."

▶ 좋은 이야기이지만 어느 기업 자기소개서에 담아도 상관없는 포부다. 지원한 기업의 특성에 맞춰 동기와 포부를 설명해야만 자기소개서를 읽는 사람의 눈길을 끌 수 있다.

취업성공전략 2: 자기소개에서 면접관을 사로잡아라

자기소개는 면접에서 100% 나오는 질문이다. 하지만 임팩트 있는 자기소개를 준비하기가 쉽지 않다. 먼저 이력서와 자기소개서를 꼼꼼히 들여다보라. 면접관의 시선으로, 자신의 장점과 키워드를 연결시켜 나만의 첫 문장을 만들어보자.

첫째, 나의 장점을 앞세워라.

“군인에게 총이 무기라면 저에게는 성실이 무기입니다. 인천에서 수원까지 편도 2시간 반이 넘는 통학거리에도 한 번의 지각 결석없이 학교생활을 하였습니다.” 하지만 면접관은 지각결석 없는 학창생활을 당연한 것으로 생각할 수 있으므로, 그 외에 내 성실함을 증명해줄 사례를 제시해라. “OOO 편의점 한 곳에서 2년 넘게 아르바이트를 하며 지각을 하거나 빠지지 않아 사장님으로부터 “너 같은 아르바이트생만 있으면 아무 걱정이 없겠다”는 칭찬을 들었습니다.”

“저는 저만의 향을 가지고 있습니다. 그 향은 성실이라는 묵직함, 열정이라는 뜨거움, 그리고 인간적이라는 로맨틱함의 조합이라고 생각합니다.” 이후 학창생활에서 또는 외부활동 중 성실, 열정, 인간적임을 보여주는 사례를 제시해라.

둘째, 회사의 이미지와 가치를 나와 연결시켜라.

“5월 2일자 매일경제신문에 ‘OOOO 로봇사업 진출’이란 기사를 보면서 앞서가는 OOOO의 모습에 매력을 느꼈습니다. 저도 도전하는 인생을 살고 싶습니다.”

“저의 경쟁력은 서비스마인드입니다. OOOO에서 친절베스트사원으로 2번 이상 추천될 만큼 고객의 만족을 우선으로 생각하고 노력하였습니다.” 그리고 친절베스트 사원으로 뽑힌 이유를 길지 않게 설명하되, 면접관이 듣고 고개를 끄덕일 정도로 생생하게 경험을 전달해라.

셋째, 회사에 대한 나의 관심을 표현해라.

“케라시스로 머리감고 세이로 세수하는 여자, OOO입니다. 어느 날 문득 제가 사용하는 제품의 대부분이 애경화학이라는 것을 알고 새삼 놀랐습니다. 평소에도 애경에 상당한 관심을 가지고 있었고 면접 보기 전에 애경의 제품이라도 알아두자고 생각했는데 어렵지 않게 제 주위에서 애경제품을 찾을 수 있었습니다. 이처럼 우리 일상 속에 우리도 모르는 사이에 우리와 친숙한 기업, 이것이 제가 생각하는 애경의 이미지입니다. 제가 입사하게 된다면 2080치약과 같은 희대의 히트상품을 만들어보고 싶습니다”(독취사에서 발췌). 이 자기소개는 자기소개와 입사지원이 혼합된 형태이다.

넷째, 구체적인 숫자로 표현해라.

“언제나 핵심 20%를 지향하며 달려온 OOO입니다. 세상에는 팔레토 법칙이 있습니다. 이 법칙에 따르면, 20%의 핵심 제품이 80%의 수익을 가져다주고, 20%의 핵심 인력이 80%의 일을 하게 됩니다. 저는 기꺼이 OOOO의 20% 핵심인력이 될 준비가 되어 있습니다. OOOO에서 현장실습을 받는 중에 필요한 자료를 찾기 위해 관할 구청에 갔습니다. 하지만 자료를 카피해주지 않고 사진을 찍지도 못하게 하여 직접 4시간 동안 손으로 써서 임무를 완수해낸 적이 있습니다. 저는 어떠한 작은 일이라도 상대방에게 감동을 줄 수 있도록 일할 자신이 있습니다.”

(취업카페 독하게 취업하는 사람들 <http://cafe.naver.com/dokchi/269525>에서 일부 발췌함)

취업성공전략 3: 인성면접, 스토리텔링하라

면접 시 어떤 지원자들은 자신의 경험을 조리 있고 생동감 있게 설명하면서 면접관들이 집중하게 만들며 면접을 통과한다. 하지만 어떤 지원자들은 자신이 직접 경험한 일을 설명하는 것도 어려워하며 심지어는 면접관들을 지루하게 만들고, 기본적인 질문에 제대로 대답하지 못해 면접을 통과하지 못한다.

무엇이 문제일까? 이는 기억력의 문제가 아니다. 스토리텔링의 기본을 이해하지 못해서이다. 스토리텔링은 “**상대방에게 알리고자 하는 바를 재미있고 생생한 이야기로 설득력 있게 전달하는 행위**”이다. 이는 면접 답변을 준비하는 데 중요한 기술이다. 면접관들은 무의식적으로 스토리 전개를 생각하며 지원자들에게 질문을 한다. 면접관들은 지원자의 답변 내용을 통해 지원자가 입사 후에도 비슷한 상황에서 효과적으로 대처할 수 있을 것이라 기대하는 것이다. 스토리를 전개할 때 ‘드라마틱’한 요소가 필요하다. 면접시 다른 사람의 경험을 내 경험처럼 말할 수는 없다. 그건 거짓경험이며 반드시 탄로가 나게 마련이다. 하지만 자신이 실제로 한 경험을 상대방이 흥미롭게 들을 수 있도록 만들 수는 있다. STAR 기법을 활용해보자. STAR는 Situation(처했던 상황)-Task(목표과업)

업)-Action(자신의 행동)-Result(결과)의 약자이다. “**얼마나 어려운 상황에서 어떤 도전적인 목표를 갖고 남들과는 다른 자신만의 행동을 통해 얻은 구체적인 결과**”를 어필하는 것이다.

예를 들어보자. 면접관으로부터 “대학 시절 가장 성취감을 느꼈던 사례를 들어보라”는 질문을 받았다. 자신의 경험을 이야기할 때 중요한 것은 자신감이다. 사소한 경험이라도 스스로에게 자신감을 불어넣어라. 실제로 남이 하지 않은 ‘어마어마한 경험’을 가진 사람은 그리 많지 않다.

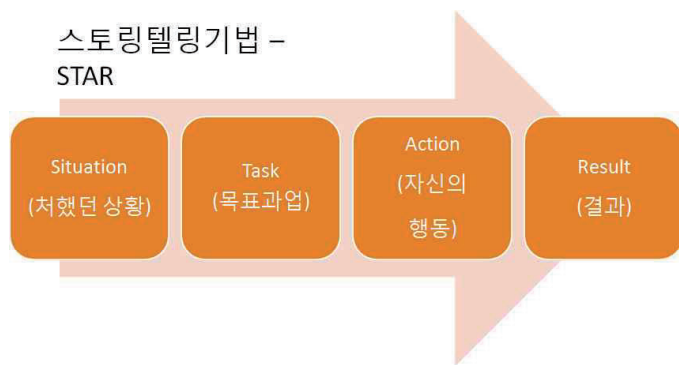
자, 그럼 STAR기법에 따라 경험을 재구성해보자. 영어시험 성적이 많이 올라 성취감을 느꼈다고 이야기를 전개하려 한다.

그럼 먼저 S(상황)는?

아르바이트도 많이 하고 있었고, 가족의 일원으로서 챙겨야 할 집안 일도 있어 공부시간을 내기 어려웠다.

T(목표 과업)는?

제가 그동안 영어를 제대로 공부하지 않았고 어학연수 경험도 없기 때문에 단시간에 좋은 영어 점수를 따기는 매우 어려웠다.



A(자신의 행동)는?

저와 비슷한 조건인데도 좋은 영어 성적을 받은 친구들을 만나 효과적인 노하우를 찾으려고 노력했고, 계획을 하루단위로 꼼꼼히 세웠다. 마지막 한 달은 절대적으로 공부 시간을 확보하기 위해 아르바이트도 친구에게 부탁하였고, 평소보다 잠을 2시간 줄이고 대중교통 이동시에도 책을 펼치기 힘들면 이어폰을 끼고 리스닝 공부를 했다.

R(결과)은?

저도 믿기지 않았지만 토익 점수가 두 달 만에 200점 가까이 올랐다. 기적이라고 친구들이 놀라워한다.

면접 예상 질문에 대해 당신이 면접관이라면 어떤 부분을 궁금해할지 생각하면서 자신의 겪은 경험들을 스토리로 하나씩 정리해보자. 자신의 주요 경험 4~5가지를 이렇게 STAR기법으로 정리하다보면, 인성면접에 잘 대처할 수 있을 것이다.

출처: 그들은 어떻게 원하는 회사에 들어갔을까, 홍준기 지음, 21세기북스

취업성공전략4: 토론면접-경청하고 적극적으로 말하라

요즘 토론면접을 실시하는 기업들이 늘고 있다. 이번에는 토론면접에 대해 살펴보자.

토론면접의 정의와 방식

토론면접이란 '질의와 응답 형식이 아니라, 지원자들이 주어진 주제에 대해 대화를 나누고 면접관들이 관전 및 평가를 하는 방식'을 말하며, 지원자 간에 상호 경쟁 또는 협조하면서 지원자의 대인관계나 리더십을 평가할 수 있는 효과적인 면접방식이다.

토론 면접은 주제를 주고 지원자 본인의 의견과 상관 없이 찬성/반대로 사전에 지정해 주어 토론을 벌이도록 하는 것이 일반적이다. 이 때, 면접관들은 무엇을 볼까? 지원자들의 발언 내용 뿐 아니라 제스처, 경청 태도, 발언 태도 등을 종합적으로 평가한다.

토론면접의 평가기준

토론면접자들은 다음과 같은 기준으로 평가된다.

구분	내용
탁월	의사소통 능력이 뛰어나면서 토론의 방향제시, 문제해결 기여, 적극성 등 토론에서 리더역할을 수행함
우수	감성, 논리적으로 본인의 의견을 잘 전달하는 의사소통 역량이 뛰어나며 경청 등 토론 태도가 우수함
보통	토론에 일정 이상 참여하나 케이스에 나온 내용만 반복해 제시하는 등의 의사소통, 리더십에서 경쟁우위가 없음
미흡	자신감이 없고 발언의 표현력과 논리력 등이 부족해 동료들에게 존재감을 나타내지 못하거나 지나치게 공격적임

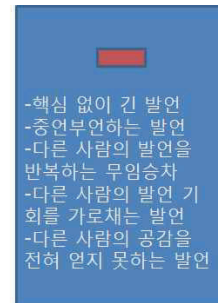
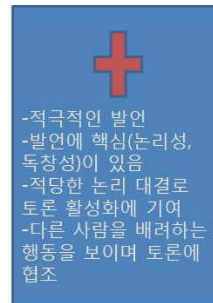
토론면접에서 주의점

토론면접에서는 대표적으로 다음 3가지를 주의하자.

먼저 공격적 언행이다. 토론면접시 상대방 이야기가 끝나자마자 “그것은 말도 안 된다고 생각합니다.”라고 발언하는 경우가 있다. 면접관은 “이 친구가 입사하면 자기주장이 너무 강해 팀워크에 문제가 생길 수 있겠구나” 생각하게 된다. 적극적인 것과 공격적인 것은 다르다.

둘째, 소극적 참여이다. 발언 횟수가 현저히 적은 참여자들은 주제에 대해 발언할만한 지식, 문제해결력이 부족하다고 평가된다. 존재감이 없는 지원자가 되지 않도록 토론에 적극참여하자.

마지막으로 토론의 흐름을 깨는 행동이다. 토론면접시 상대방이 진행발언이나 제안에 대해서는 아무런 의견도 제시하지 않고 자기 입장만을 말하는 경우가 있다. 자기가 무엇을 말할 것인가에 집중하지 말고 다른 사람의 발언을 경청하자. 케이스나 자기만의 세계에 빠지는 것은 금물이다.



토론 면접에서 중요한 '경청'

모든 면접에서 커뮤니케이션 역량은 중요하다.

토론면접에서 감점요소와 가점요소는?

출처: <http://it486.tistory.com/8> [취업 빵야빵야]

다. 요점파악력은 상대방이 무엇을 원하는지 이해하는 능력이다. 토론면접에서 요점파악력이 곧 '경청'이라 할 수 있다.

경청의 3가지 단계(3F)는 아래와 같다.

-Fact: 상대방이 말하는 내용, 즉 사실 자체를 듣는 것

-Feeling: 말하는 상대방의 감정을 이해하는 것

-Focus: 상대방이 무슨 의도로 그렇게 말하는지 이해하는 것

그렇다면 실제 잘 듣기 위해서는 어떻게 해야 할까? 첫째, 귀만이 아니라 몸으로도 들어라. 상대방이 발언하면 적극적으로 그 사람을 바라보아라. 공감할만한 곳에서는 고개를 끄덕이거나 미소를 지으며 긍정적인 리액션을 해라. 이런 긍정적인 바디랭귀지는 상대방에게 호감을 느끼게 만든다.

둘째, 메모하며 들어라. 이리저리 조잡하게 적어놓으라는 것이 아니다. 메모지에 테이블을 그리고 토론 참여자 이름을 써라. 그리고 주요 발언, 발언 횟수 등을 기록해라. 그러면 토론의 중반부터 토론의 전체 흐름을 이해하고 토론을 끌어가는 데 매우 중요한 가이드가 된다.

출처: 취준진님(<http://blog.naver.com/ldjnet>)

취업성공전략 5: 면접을 위해 이미지메이킹해라

■ 호감도를 높이는 면접복장 준비하기

헤어스타일

사람의 이미지의 60~70%는 머리스타일이 좌우한다. 사무직이라고 해서 일명 스투어디스 머리를 고수할 필요는 없다. 무엇보다 나에게 어울리는 게 중요하다. 하지만 너무 튀는 염색머리는 금물! 긴 머리가 어울린다면 단정하게 묶거나 반묶음하여 잔 머리를 정리하되, 딱딱한 이미지가 되지 않도록 자연스럽게 연출해라. 겨울철에는 정전기가 자주 일어나므로 머리가 부스스해진다. 헤어 에센스로 머리를 차분하게 한 후 입장해라.

메이크업

메이크업은 되도록 밝고 건강한 이미지를 줄 수 있도록 해라. 사무직이라면 조금 붉은 립스틱을 바르는 게 사무실 조명 아래 생기 있어 보인다. 하지만 진하거나 과한 메이크업은 금물! 눈이 작다고 하여 진한 눈화장을 했을 때 오히려 강한 인상을 만들 수 있고 나이가 들어 보일 수 있다.

다만 미적감각이나 창의력이 요구되는 분야에 도전하는 면접이라면 본인의 매력도를 높일 수 있는 메이크업이나 헤어스타일도 가능하겠다.

복장

검정색 일색의 정장보다는 네이비나 어두운 계열의 그레이도 안정감을 줄 수 있는 색이다. 여러 벌 입어보고 입었을 때 자신이 얼굴이 돋보이고 밝아지는 색의 정장을 구입해라.

치마는 무릎길이 정도가 좋고, 치마안감이 빠져나오지 않는지, 셔츠나 블라우스가 몸에 너무 끼지 않도록 약간 여유 있게 입어라. 셔츠의 단추와 구두의 굽이나 청결상태를 미리 점검해두자. 특히 스타킹 올이 나가지 않도록 하고, 스타킹은 여유분을 준비해 만일에 대비하자.

복장이 너무 밋밋해 보인다면 악세사리를 착용하되, 과한 것은 좋지 않다. 안경도 하나의 악세사리가 되므로 안경 착용자는 악세사리를 자제해라. 사무직이라면 깔끔한 손목시계를 차는 것이 좋다. 시간을 중요시 여기는 사람이라는 인상을 줄 수 있다. 면접장에 들어가기 직전 최종적으로 앞모습뿐 아니라 뒷모습도 점검해라.

■ 면접 스트레스 이기기

모의면접 많이 해보기 지원한 회사에 대한 기본 지식과 상식을 공부하여 암기하는 것은 기본 중의 기본이다. 예상 질문지를 준비하여 부모님이나 친구에게 면접관 역할을 맡겨라. 머릿속으로만 답변을 되뇌지 말고 소리내어 실전처럼 대답해보자. 면접에 적합한 목소리의 크기와 톤을 찾을 수 있고, 실제 면접시 덜 떨리게 된다. 면접장에 들어갈 때 깊게 심호흡을 하면서 명심하자. 연습은 실전처럼, 실전은 연습처럼!

여유 있게 면접장에 도착하기 촉박하게 도착해서 면접을 잘 볼 거라 기대하지 마라. 미리 면접장까지의 교통편과 약도를 확인해라. 정말 가고 싶은 회사의 면접이라면 면접장소에 미리 가볼 것을 추천한다. 당일 여유 있게 도착하여 본인의 복장을 점검하고, 예상 질문에 대해 마음속으로 되뇌면서 기다려라.

스트레칭하기 첫인상 5초의 법칙이 있다. 5초 안에 사람의 이미지가 면접관에게 각인된다는 뜻이다. 면접에서 첫인상이 가진 힘은 매우 크다. 그러므로 무엇보다 긴장을 풀고 편안한 인상을 만들어보자. 스트레스로 인해 내 의지와는 상관없이 얼굴근육이 떨리게 되는데 스트레칭으로 이를 예방할 수 있다.



얼굴지압법

출처: <http://brainrest.tistory.com/393>

