

A better tomorrow

더 나은 내일을 준비하는 한전원자력연료의 이야기

원자력 연료

2022
MARCH + APRIL
VOL.160

KNF MAGAZINE



CONTENTS



COVER STORY

세상이 보다 나은 내일로 나아갈 수 있도록 우리는 오늘도 힘찬 발걸음을 내딛습니다. 원자력연료 3+4월 호에는 다가올 미래를 준비하는 우리의 자세에 관해 이야기해보았습니다.

KNF MAGAZINE

원자력 연료

2022 03+04 Vol.160

발행일

2022년 4월 8일

발행처

한전원자력연료주식회사

주소

대전광역시 유성구 대덕대로
989번길 242(덕진동)

발행인

최익수

편집실

홍보협력실 042-868-1135

기획·디자인·인쇄

반디컴 02-2272-1190

<원자력연료>는 <https://www.knfc.co.kr>의 E-Book과 App-Book '사보 원자력연료'로도 보실 수 있습니다.



08



12

CORE OF ENERGY

04 한 줄 에세이

06 KNF 소식
동해안 산불 재난구호 성금 전달
경수로연료 운반용기 인허가 획득

08 Theme & Talk
어제와 내일의 접점은 오늘로부터 시작된다
- 품질안전단과 함께 준비하는 내일

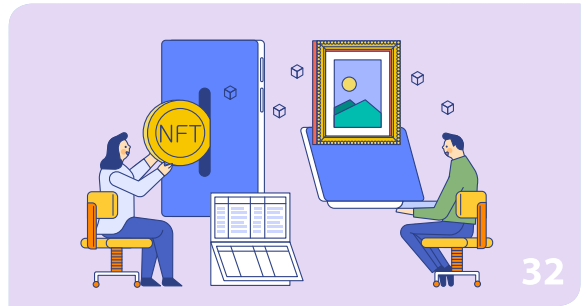
12 Theme & People
성공한 미래의 나를 위해 스스로를
먼저 탐구하라
- 직장생활연구소 손성곤 소장

16 Theme & Essay
직장인을 위한 세 가지 멘탈 관리 노하우

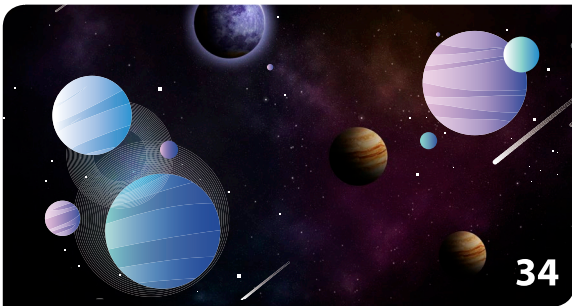
18 Theme & Test
직장인 사춘기를 겪고 있는 당신을 위한 체크리스트



20



32



34



42

CORE OF KNF

- 20 **여행의 이유**
봄을 기다린 당신에게 권해요, 느릿느릿
예산 산책
- 24 **My Item**
우리와 미래 지구를 위한 작은 실천
그 앱(APP)이 알고 싶다
- 26 **안전 알림이**
공공기관 안전활동 수준평가
- 30 **세대공감**
설교보다는 질문을 먼저 해주세요
- 32 **이슈 & 챌린지**
요즘 이슈라는 직장인 재테크 트렌드

CORE OF LIFE

- 34 **과학칼럼**
과학에는 성우(聖牛)가 없다
- 36 **문화 레시피**
큰 별이 지다, 이어령의 말과 글
- 38 **리빙 트렌드**
달라진 문화소비 트렌드
TV는 지고 OTT가 뜬다
- 40 **KNF in Cartoon**
야근을 피하는 방법, to-do list
- 42 **KNF NEWS**
- 43 **일상공감**
- 44 **독자 어울터**

Happiness is walking in a beautiful unknown mountain

행복은 알려지지 않은 아름다운 산속을 걷는 것이다

- 영화 꾸삐씨의 행복 여행(Hector and the Search for Happiness 2014) 중



동해안 산불 재난구호 성금 전달



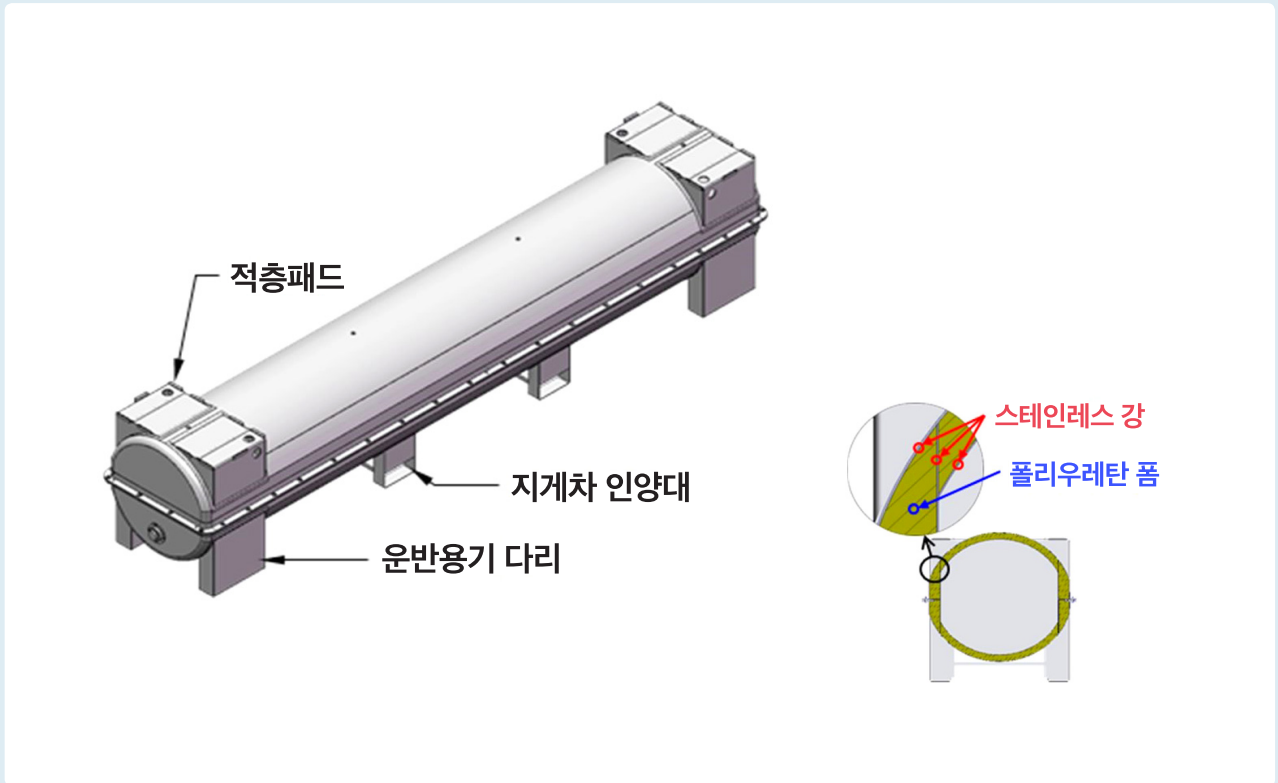
우리 회사는 경북 울진과 강원도 삼척 등 동해안 산불 피해지역 이재민을 돕고자 전국재해구호협회에 성금 2,500만 원을 전달했다.

이번 구호금은 한국전력공사를 비롯한 한전원자력연료 등 10개 전력그룹사가 참여하여 총 10억 원의 성금이 모아졌으며 울진, 삼척 등 피해 지역 이재민의 구호 활동과 피해복구 지원에 쓰일 예정이다.

최익수 사장은 “산불로 피해를 본 주민들이 일상으로 복귀하는 데 보탬이 되길 바란다”며 “앞으로도 재난상황이 발생하면 주민 생활 안정과 재난 복구 활동에 신속히 동참할 것”이라고 밝혔다.



국내기술 개발로 국제요건 갖춘 경수로연료 운반용기 인허가 획득



실증시험 및 해석을 통해 국제요건을 모두 만족하는 경수로연료 운반용기(PIONEER G)의 형상

우리 회사는 국제요건을 충족시키는 경수로연료 운반용기를 국내기술로 개발하여 원자력안전위원회로부터 2월에 인허가를 획득했다. 경수로연료 운반용기는 대전에 위치한 한전원자력연료 제조시설에서 생산된 경수로연료를 원자력발전소까지 안전하게 운반하기 위해 사용하는 포장 용기로 한 개의 운반용기에 두 다발의 경수로연료를 담을 수 있다.

지난 2016년 개발에 착수해 6년 만에 개발 완료된 이번 경수로연료 운반용기는 낙하, 화재, 침수 등의 다양한 실증시험 및 평가를 통과했으며 미국의 엄격한 품질요건을 모두 만족하는 것으로 확인됐다. 특히 기존의 국내요건에 맞춰 개발되어 국내 운반용으로 사용되는 운반용기에 비해 내충격성능 및 내열성능이 향상되

어 운반 중 발생할 수 있는 다양한 형태의 사고에서도 연료의 안전성을 더욱 향상시켰다는 장점을 갖고 있으며, 원자력연료 수출 시 운반용기 한 개당 약 10만 달러 이상의 수입대체 효과가 있을 것으로 평가받고 있다.

최익수 사장은 “이번 국제요건을 만족하는 운반용기 개발로 향후 미국 및 유럽 원전시장 진출 시 경수로연료 운반에 대한 제약 사항이 없어졌다는 점이 가장 괄목할만한 성과”이며, “확보된 운반용기 설계기술을 통해 날로 강화되는 국제 규제요건에 능동적으로 대처하여 원자력연료 수출 시장을 적극 개척해 나갈 예정”이라고 포부를 밝혔다.

어제와 내일의 접점은 오늘로부터 시작된다

품질안전단과 함께 준비하는 내일

미래는 희망의 다른 이름이자 오늘의 거울이 되기도 한다. 이에 우리 회사는 오늘을 밑거름 삼아 내일로 나아가기 위한 무한도전 중이며, 함께라는 가치의 실현을 위해 뚝뚝뚝 멈춤 없이 전진 중이다. 이번에 만난 4인방이 그 주역들이다.

우리가 나아가 할 방향은 미래에 있다

19세기를 대표하는 미국의 시인 ‘헨리 워즈워스 롱펠로(Henry Wadsworth Longfellow, 1807년~1882년)’는 ‘쓸쓸한 듯이 과거를 보지 말라. 그것은 두 번 다시 돌아오지 않으므로, 주저하지 말고 현재를 개선하라. 그림자 같은 미래를 향해 나아가라. 두려워하지 말고 씩씩하게 용기를 갖고 나아가라’라고 조언한다. 이처럼 우리 회사가 나아가 할 방향도 미래에 있다.

이에 박정석 실장은 “현재 우리는 미래를 예측하기 매우 어려운 시대에 있으며, 앞으로 많은 변화가 있을 것으로 예상됩니다. 따라서 내일을 위해 오늘을 준비하는 데 게을리할 수 없다는 생각이고, 이를 위해선 유연한 사고가 필수적인 덕목이라고 생각합니다.”라며 대화의 포문을 열었다.

“각자의 위치에서 맡은 바 역할을 보다 성공적이고 효과적으로 수행할 수 있도록 스스로의 역량을 키우는 것도 매우 중요합니다. 저의 경우 품질검증부 소속 인만큼 모든 업무 과정에 있어 한 치의 오차라도 용납할 수 없습니다. 작은 실수가 큰 오류를 범할 수 있고, 그 오류로 인해 우리의 미래가 달라질 수 있기 때문입니다.” 깊은 생각에 잠겨 있던 노호규 부장은 빈틈없는 준비가 미래를 위한 바른 자세라고 강조한다.

연료검사부 석창규 부장은 조금 더 나아가 “우리 인간은 끊임없이 미래와 희망을 얘기하고 갈망합니다. 따라서 우리 스스로의 염원과 바람이 멈추지 않는 이상 희망적이라고 말씀드리고 싶습니다.”라며 희망 쪽으로 무게를 실는 모습이다. 한편 “미래는 항상 미래로만 있는 게 아닙니다. 어느샌가 우리 앞에 다가와 있기도 하고, 또 금세 지나가 추억 속 과거가 되기도 합니다. 따라서 우리 스스로가 변화의 주체가 되어야 합니다.”라고 말하는 원자력기술부 홍정환 부장은 미래에 대한 적극적 자세를 강조한다.





1 원자력기술부 홍정환 부장 2 연료검사부 석창규 부장
3 원자력환경실 박정석 실장 4 품질검증부 노호규 부장



크고 작은 넓은 습관을 버리는 것부터가 미래를 대비하는 준비과정이라는 생각합니다.



다가올 미래를 위해 세대를 잇는 메신저 역할로 함께 성장할 수 있는 밑거름이 되고 싶습니다.

미래 위해 버려야 할 것들

“새로운 것을 받아들이기 위해서는 개인이든 조직이든 버려야 할 것들이 존재하기 마련이고, 이 또한 미래를 준비하는 중요한 자세가 됩니다.” 흥정한 부장은 이러한 자신의 생각을 실천하기 위해 금연부터 시작하겠다고 다짐한다. 지극히 개인적일 수 있으나 작고 넓은 습관을 버리는 것부터가 미래를 대비하는 준비과정이라는 생각 때문이다.

석창규 부장도 흥정한 부장의 의견에 동의한다면서 “타인과 한 약속에는 철저히 하지만, 저 자신과 한 약속에는 한없이 너그러운 스스로를 반성하는 자세가 필요하다고 생각합니다. 그중 하나가 스마트폰 이용시간을 줄이는 것인데, 가끔은 각오가 느슨해질 때가 있습니다.”라고 말해 한바탕 웃음을 선사했다.

잠시 끊겼던 대화가 다시 이어지면서 “우리’라는 사회적 관계 속에서 ‘곤대’ 의식을 버리는 것도 매우 중요하다고 생각합니다. 끈대 의식에 사로잡혀 자칫 미래로 가는 발목을 잡을 수 있기 때문입니다.” 노호규 부장은 미래를 위해 버려야 할 덕목으로 직장 내 어디서나 볼 수 있는 넓은 관습을 버려야 한다고 조언한다.

한편 대화 서두에서 유연한 사고를 강조했던 박정석 실장은 우리 조직의 미래와 개인의 미래 모두를 위해서라도 경직된 사고를 먼저 버려야 한다고 강조한다. 경직된 사고 자체가 미래 시대를 준비하는 데 발목을 잡을 수 있다는 생각 때문이다.

미래는 이미 우리 앞에 와 있어

미래는 다양한 표정으로 다가온다. 따라서 예측이 어렵기 마련이다. 예를 들면 인구변화나 지구온난화는 어떻게 진전되고 우리에게 어떤 과제를 남길 것인지, 또 과학기술의 발전속도와 방향이 우리 생활에 어떤 변화를 가져다줄 것인지 등 말이다. 이는 우리 회사와도 직결된 중요한 화두다. 따라서 우리 회사가 준비하고 있는 미래에 대해 보다 심도 있는 대화를 나눠보았다.

먼저 제언에 나선 박정석 실장은 원자력의 경제성과 안전성을 강조한다. 그러면서 우리 회사 전체로는 원자력연료 생산 이외에도 여러 분야에서 기술 개발과 사업화를 추진하고 있으며, 원자력환경실에서는 원자력연료의 생산과정에서 발생하는 방사성폐기물을 줄이기 위한 노력을 지속 추진하고 있음을 밝혔다. 더 나아가 타 원자력 기관에서 발생하는 방사성폐기물까지 처리할 수 있는 ‘처리기술 개발과 감용처리 사업화’를 추진하고 있음을 알렸다.

“해외 원전사고를 기억하면 두려움이 클 수밖에 없습니다. 따라서 미리 대비하고 준비하는 자세가 필요하다는 생각입니다. 그게 우리 회사가 미래를 위해 준비하는 방법이고 국민의 안전을 위해서도 가장 먼저 선행되어야 할 부분입니다.” 흥정한 부장이 생각하는 우리 회사의 가장 큰 과제이자 미래 목표다.

이처럼 이들은 다가올 미래를 위해 하나의 뜻을 모으고 있는데,



공변하는 시대에 미래를 준비하는 데 있어 유연한 사고는 필수적인 덕목이라고 생각합니다.



탄소중립 실현을 위해 빼놓을 수 없는 에너지원인 원자력을 보다 안정적으로 운영해 국민으로부터 신뢰받는 공기업으로 나아가겠다는 공동의 목표다.

함께 준비하는 나의 미래 이야기

약 1시간여의 시간 동안 공동의 목표를 중심으로 대화를 나눈 뒤 화제를 돌려 개인의 미래에 대한 이야기를 들어보는 시간을 가져보았다. 먼저 이번 만남의 막내인 석창규 부장의 얘기부터 들어보았다. “많은 선배님들을 보며 그려온 미래가 오늘입니다. 또 그 선배님들이 그러했듯 저 또한 합리적이고 상식적이며 모범적인 선배가 되길 희망합니다. 여기에 선배님들과 후배님들을 이을 수 있는 메신저 역할을 통해 우리 조직이 보다 원활하게 성장할 수 있는 밑거름이 되고 싶다는 바람이 있습니다.”라고 말하며 환하게 웃어 보인다.

아이의 작명을 위해 시작한 역술 공부 가 벌써 20여 년 이상이 됐다는 홍정환 부장은 역술을 통해 자연스레 사람의 삶에 관심을 갖게 됐고, 얼마 남지 않은 퇴직 후에는 다양한 분야의 사람들을 만나고 그것들을 기록하고 싶다는 바람을 전했다. “치열하게 살아온 발자취를 돌아보니 어느덧 50대 중반이더라고요. 따라서 이전과 다른 보다 다채로운 삶을 살고 싶다는 계획을 가지고 있습니다. 제2의 삶인 셈이지요. 아내와 함께 시작한 문화

도 보다 심도 있게 알아가고 싶고, 사회봉사활동도 더 적극적으로 해보고 싶습니다.” 노호규 부장이 계획한 미래다. 마지막으로 국내외 다양한 지역의 생활과 문화에 관심이 많은 박정석 실장은 지금까지 가보지 못한 여러 지역을 여행하며 다양한 문화를 체험하면서 또 다른 재미와 행복을 찾는 게 목표다.

짧은 시간의 대화를 통해 개인적 미래부터 공동의 목표까지 다양한 이야기를 들어보았다. 이를 통해 함께 미래를 그려볼 수 있었고 새로운 내일을 희망이라는 단어와 함께 기다릴 수 있게 되었다. 이에 기대해본다. 모두의 미래가 더욱 밝게 빛날 수 있기를...





직장생활연구소 손성곤 소장

손성곤 소장은 국내 1호 퇴사 컨설턴트인 동시에 평범한 직장인이다. 자신의 경험을 바탕으로 다양한 직업군에 있는 직장인들과의 소통과 공감을 이어가고 있다. 저서로는 '나는 무적의 회사원이다(2014년)'와 '나 회사 너무 오래 다닌 것 같아(2019년)'가 있다.

직장생활연구소 HYPERLINK

<https://kickthecompany.com>

성공한 미래의 나를 위해 스스로를 먼저 탐구하라

직장생활연구소 **손성곤** 소장

직장인이려면 누구나 가슴속 깊이 품고 있다는 사직서 한 장. 오늘은 기필코 용기 내 내던지고 자유의 몸이 되리라 다짐하지만, 현실은 그리 녹록지 않다. 이에 직장인 커리어 전문 강사로 활동 중인 직장생활연구소 손성곤 소장은 성공한 미래의 자신을 원한다면 스스로를 먼저 탐구하라고 조언한다.



100세 시대를 고민하는 우리 시대 직장인

대한민국 경제의 중추적 역할을 담당하고 있는 수많은 직장인을 축구에 비유하자면 미드필더(mid-fielder)쯤으로 표현할 수 있을 것. 하지만 그들의 속사정은 그리 녹록지 않다. 한 취업포털 기업에서 직장인 1,000여 명을 대상으로 조사한 결과 10명 중 8명(82%)이 총동적으로 사표를 내고 싶었던 경험이 있는 것으로 나타났다. 그 이유와 사연도 제각각이다.

직장생활연구소 손성곤 소장은 이러한 사회적 현상에 대해 “내 일과 미래를 고려하지 않은 채 사회적 분위기에 휩쓸려 자신을 내던지는 데 그 이유가 있다”고 진단 내린다. 실제 우리는 취업을 준비하는 과정에서 자신의 전공이나 적성은 고려하지 않은 채 맹목적으로 대기업을 선호하던가 또는 남들의 시선을 잣대로 기준을 삼아 취업전선에 뛰어드는 경우를 심심치 않게 볼 수 있다. 이는 어쩌면 문제라는 이름의 시한폭탄을 안고 출발선에 선 마라토너와 같은 형국이다.

하지만 시대가 흐름에 따라 직장인들의 고민도 그 성향이 꽤 달라졌다. 손성곤 소장의 설명에 따르면 직장생활연구소를 처음 열었던 2010년 초반에는 직장 내 갈등과 과도한 업무 등으로 고민하던 직장인이 많았던 반면, 최근에는 100세 시대에 커리어

를 어떻게 이어갈지 등 그 방향이 회사 밖으로 향하면서 동시에 자신 안으로 향하는 성향이 두드러졌다고.

이에 그는 “이러한 변화가 ‘퇴사’라는 키워드로 대변된 것 같다. 또 그런 생각을 하는 연령대가 점점 낮아지고 있는 것도 최근의 특징으로 볼 수 있고요. 입사하자마자 회사를 계속 다니는 게 맞는지에 대해 생각하는 경우도 꽤 늘었습니다.”라며 100세 시대를 준비하는 우리에게 어쩌면 당연한 현상이라는 반응이다.

첫 직장 퇴사 후 스스로를 돌아보다

손성곤 소장은 ‘국내 1호 퇴사 컨설턴트’인 동시에 ‘직장생활연구소 소장’이라는 꽤 이색적인 이력을 소유하고 있으며, 현재 평범한 직장인으로서 자신의 삶을 성실히 꾸려가고 있다. 이 대목에서 눈에 띄는 직업명 하나, 바로 퇴사 컨설턴트다. 다소 낯설지만 이 직업은 직장인들이 커리어의 기로에 섰을 때 최선의 진로선택을 결정할 수 있도록 돕는 가이드 역할을 하기도 하고, 직장 이후의 삶을 준비하는 이들의 방향성을 찾아주거나 개인의 강점을 바탕으로 커리어 가이드 역할을 하기도 한다. 단, 퇴사를 종용하는 일을 결코 하지 않는다. 다만 퇴사라는 단어를 사용한 이유는 직장인의 속마음을 가장 절박하게 대변해 주는 단어이기

에 상징적인 의미로 사용하고 있을 뿐이다.

돌아보면 자신이 과거에 경험했던 쓰라린 아픔에 대한 성찰이 반영된 결과일 수도 있다. 실제 손성곤 소장은 누구나 부러워할 만한 첫 직장에서 사회생활을 시작했다. 하지만 퇴사를 무릅쓸 만큼 현실은 각박했고 이내 다시 이직에 성공했으나 채워지지 않는 갈증이 여전히 남아있던 상태였다. 그러한 과정을 겪으며 그가 스스로 찾은 돌파구의 결과가 '직장생활연구소'로 2010년에 개설됐다.

직장생활연구소는 퇴사와 직장 그리고 일과 삶에 대한 생각을 칼럼으로 공유하고 손성곤 소장이 진행한 직장인 상담 이야기와 강연이 올라오는 일종의 직장생활 연구 온라인 사이트다. "힘



손성곤 소장은 삼성그룹 공채로 제일모직에서 사회생활을 시작했다. 신규 브랜드팀에 배치돼 낯선 환경에서 일을 배우던 중 입사 한 달 만에 사수가 회사를 떠났다. 회사를 이직한 뒤에는 체중이 줄고 불면에 빠지는 '이직 후 외상증후군'을 겪기도 했다.



에 부칠 때면 사람들을 만나 하소연도 해보고 스스로를 다독여도 봤습니다. 하지만 한계가 있었고 소모적이라는 판단이 앞서더군요. 그래서 시작했고 직장생활에서 겪었던 괴로움들을 기록한 칼럼들을 사이트에 올리면서 비슷한 처지의 직장인들과 공유하고 위로하기 시작했죠." 그의 부연설명이다. 그렇게 시작한 직장생활연구소는 차츰 자리를 잡아갔고 직장생활에 고민 많은 이들의 이야기를 들어주고 조언하며 공감의 공간으로 성장했다.

완생을 꿈꾸는 미생들의 긴 여정에 동행

손성곤 소장은 직장생활 중에 틈틈이 강연과 컨설팅은 물론 방대한 분량의 칼럼을 직접 집필하기까지 한다. 평범한 직장인이라면 회사업무만으로도 벅찰 수도 있는 스케줄이다. 하지만 손성곤 소장은 "만약에 제가 퇴사 또는 퇴직 후에 이 일에 매진했다면 그들에게 전달하는 메시지가 공감을 얻을 수 없을 것이라고 판단했습니다. 우리는 누구나 완생을 꿈꿉니다. 하지만 완생이라는 자체가 어쩌면 꿈에 불과할 수도 있죠. 그래서 공감이 필요하고, 그러한 공감을 바탕으로 완생에 한 발 더 가까이 갈 수 있다고 생각합니다."라며 환하게 웃어 보인다.

이런 그는 19년이라는 시간을 직장인으로서 직접 부딪치고 얻은 깨달음 그리고 상담과 레퍼런스를 통해 얻은 간접 경험으로 개인과 사회의 관계를 분석하는 일을 소홀히 하지 않았다. 그 결과 두 권의 책을 펴내기도 했는데 '나는 무적의 회사원이다(2014년)'와 '나 회사 너무 오래 다닌 것 같아(2019년)'로 제목만 보아도 직장인들에게 위로가 전달되는 듯하다.

현재 저마다의 사연을 안고 손성곤 소장을 찾는 이들의 연령은





다양하다. 따라서 자신이 직접 경험한 사례와 주변에서 일어난 상황들을 매칭해, 감성에 호소하기보다는 현실적인 상담에 주력하려고 노력한다. 하지만 어쩌면 지극히 개인적 경험을 바탕으로 상담을 하다 보니 신중하고 조심스러울 때가 많다. 특히 자신을 찾는 이마다 불안함의 차이도 제각각으로 상담의 형식이나 내용 그리고 솔루션 등을 완전히 다르게 설정한 뒤 상담한다. 하지만 그가 공통적으로 하는 조언이 있다. 바로 ‘일하는 동안은 나

답게 할 수 있는 일을 하라’는 것이다.

또 그는 “회사에 들어가기 전에는 입사를 꿈꾸지만, 입사 후에는 퇴사를 꿈꾸는 아이러니한 자신과 마주하는 경우가 많습니다. 아울러 현재 대한민국 상장기업의 평균 수명은 30대지만, 직장인은 최소 80세 그 이상을 사는 시대가 됐죠. 즉 회사의 운명이 곧 나의 운명이 될 수 없는 시대인 겁니다.”라며 완생을 꿈꾸는 미생들을 위한 하나의 화두를 던진다.

Mini Interview

직장생활을 연구하게 된 계기는

제 첫 직장생활도 순탄하지만은 않았습니니다. 회사 안팎에서 회사를 떠나는 사람들을 많이 만난 것도 계기가 됐고요. 그러면서 직장인의 미래에 대해 고민하기 시작했습니다. 요즘은 회사에 들어가는 것도 중요하지만 회사를 떠난 이후의 삶에 대한 고민이 더 필요한 것 같아 퇴사와 그 후 두 번째 인생을 잘 사는 방법에 대해 공유하기 위함이기도 하고요.

기억에 남는 상담사례가 있다면

지금은 일 년에 두어 번 이메일로만 소통하는 회원이 있습니다. 지방에서 직장생활을 하고 계신 분으로 알고 있는데, 업무 스트레스와 따돌림 등 종합적인 난제를 겪고 계셨어요. 하지만 상담을 통해 현재는 이직에도 성공하고 꽤 건강한 삶을 살고 계신 것으로 보입니다.

퇴사를 고민하는 분들이 염두에 두어야 하는 첫 번째는

현재는 퇴사가 가장 큰 고민으로 생각될 수 있으나 모두 과정의 일부라는 것입니다. 다시 말해 종착역이 아니라는 거죠. 그동안의 상담사례를 보면서 안타까운 점 대부분이 회사를 떠난 후에야 방향하고 방향을 찾기 시작한다는 겁니다.

직장생활을 하며 있어 생각하는 가장 큰 덕목이 있다면

상하를 막론하고 경청 하시길 바랍니다. 특히 저와 같은 중간자 역할이라면 더욱더 큰 덕목이라고 생각합니다. 다시 말하면 충분히 이유를 설명하고 격려를 아끼지 말아야 하며, 상하 간 적극적인 피드백을 주고받길 바랍니다.

더 나은 내일을 위해

직장인을 위한 세 가지 멘탈 관리 노하우



하루하루 연속되는 치열한 직장생활은 그야말로 스펙타클함의 연속이다. 그리고 그 안에서 받을 수밖에 없는 스트레스는 만병의 근원으로 발전할 수 있다. 멘탈 관리가 절실히 필요한 이유다.

어쩌면 유리멘탈인 당신을 위해

이른 아침 새벽공기를 가르며 자명종 소리에 지친 몸을 일으켜 매일같이 반복되는 만원 버스에 몸을 실어야 하는 게 평범한 직장인의 아침 풍경이다. 그렇게 도착한 사무실에는 치열하게 처리해야 할 업무들이 산더미처럼 쌓여있고, 마치 내일이 없는 것처럼 모니터와 씨름한다.

여기에 상사의 쓴소리와 동료의 요청해오는 부탁까지 그야말로 스트레스의 연속이다. 그럴 때면 슈퍼맨이 되고 싶다. 하지만 이미 나의 멘탈은 유리처럼 위태롭고 상처받은 상태다. 과연 지금 현재의 나의 삶이 나 자신을 위한 것인지, 아니면 저들을 위한 것인지 존재감마저 잊게 된다.

내 가정에서 또 사회에서는 이미 어른 대접을 받는 나이이지만, 어쩌면 그저 어른인 척을 하고 있는 '어른이'일지도 모르겠다. 이때 필요한 게 '정신력 강화'다. 여기서 말하는 정신력 강화란 '항상성', '회복탄력성', '대인민감도'를 슬기롭게 관리해 원

하는 수준으로 도달하는 성장을 추구하는 방법이다. 단, 후천적 노력이 필요함을 잊지 말아야 한다.

지친 직장인을 위한 멘탈리티 (mentality) 관리법

지칠 대로 지친 직장인을 위한 멘탈리티 (mentality) 세 가지는 앞서 밝힌 항상성, 회복탄력성, 대인민감도로 압축할 수 있다. 그중 첫 번째인 항상성(homeostasis)은 사전적으로 생명 현상이 원활히 일어날 수 있도록 일정한 상태를 유지하는 성질 또는 그런 현상을 말한다. 따라서 멘탈 컨디션을 최악과 차악, 차선과 최상 그리고 최고로 나눈 뒤 어느 시점에서 차악 이하로 하락하는지 분석해보면서 해결방법을 찾는 것이 중요하다. 이는 내 멘탈을 붕괴할 만한 요소를 발견하고 사전에 미리 차단하는 것이다.

한편 항상성 유지를 위해 노력하지만 예상치 못한 리스크에 직면할 때도 있기 마련이다. 이때 필요한 것이 두 번째인 회



회복

복탄력성(Resilience)이다. 회복탄력성은 심각한 삶의 국면에서 좌절하지 않고 기존보다 더 나은 방식으로 재기할 수 있는 개인의 고유한 성질을 일컫는다. 이러한 회복탄력성을 가지기 위해선 먼저 '이해와 인정'이 선행되어야 한다. 또 현재 처한 상황에 대해 객관적으로 인식하고 할 수 있는 일을 찾아 실천하는 것이다. 앞서 말한 차악이나 최악으로 가는 길목을 차단하기 위해 필수적으로 필요한 덕목이다.

마지막 세 번째는 최악의 상황에서 최대한 빨리 탈출하기 위해 필요한 대인민감도(Interpersonal Sensitivity)다. 대인민감도는 상대의 기대 수준을 만족시킴과 동시에 스스로의 멘탈을 유지할 수 있는 요소로서, 직장인이라면 상사의 만족도를 충족시켜야 한다는 압박관념에 조바심하는 게 대표적 예다. 하지만 상사의 만족도를 100% 충족시키기란 여간 어려운 게 아니다. 여기서 필요한 기술이 바로 '대화'다. 보통 조직 내에서 불거지는 문제의 대부분이 부족한 소통에서 온다. 따라서 진행 과정과 결과까지 공유하고 소통하는 일이 매우 중요하다.

작은 기쁨에 만족할 줄 아는 소확행(小確幸) 실천도 중요

일상이라는 기대감 가득한 단어와는 다르게 딱딱하게 살아가는 게 우리의 현실이다. 또 도돌이표처럼 반복되는 하루는 삶의 질을 떨어트리는 요소로 작용하기도 한다. 이런 미래를 꿈꾸며 그렇게도 열심히 젊은 날을 바쳐온 게 아닌데, 현실이라는 벽에 가로막혀 힘쓸리듯 대중 속으로 발길을 옮긴다. 그러다 보면 느낄 수밖에 없는 게 내 삶에 대한 회의감이다.

이럴 때 필요한 것이 작은 것에서 느낄 수 있는 행복감인 소확행(小確幸)을 실



천하는 것이다. 소확행은 일본의 소설가이자 수필가인 무라카미 하루키(Murakami Haruki)가 만든 신조어로서 풀어 설명하면 '소소하지만 확실한 행복'을 뜻한다.

결국은 지친 자신을 달랠 수 있고 위로할 수 있는 것은 본인의 마음가짐이라는 얘기가. 아이들이 작은 선물에 감동하는 것과도 같다. 실제 한 전문가는 가끔 아이들의 순수함을 간직한 어른이가 되어보라고 조언한다. 따라서 지친 일상을 그저 푸념하기에 머물지 말고 나에게 소소한 행복을 안겨줄 수 있는 그 무언가를 찾아 나서라고 권유하고 싶다.



소확행 실천

보다 나은 내일의 나를 위해 직장인 사춘기를 겪고 있는 당신을 위한 체크리스트

직장인이라면 누구나 한 번쯤 경험한다는 '직장인 사춘기 증후군'은 직장생활에 대한 회의감과 불만이 잦아지고, 과연 내가 가는 길이 맞는 길인지를 스스로 끊임 없이 고민하고 반복하게 되는 심리상태를 일컫는다.

혹시 나도 직장인 사춘기 증후군?

건강보험공단의 조사결과에 따르면 직장인 10명 중 7명이 직장인 사춘기 증후군을 경험한 것으로 나타났다. 특히 직장생활 중 무기력증과 회의감이 계속된다면 직장인 사춘기 증후군을 의심해볼 필요가 있겠다. 이에 스스로 체크해보고 현명하게 극복할 수 있는 방법을 소개하고자 한다.



직장인 사춘기 증후군 자가 체크리스트

- 사소한 일에도 자주 짜증을 낸다.
- 과거와 비교해 업무 집중도가 떨어진다.
- 모든 일이 귀찮게만 느껴질 때가 종종 있다.
- 앞으로도 계속 현재의 업무를 해야 한다는 생각이 들면 괴롭고 힘들다.
- 회사에 대한 회의감이 들 때가 많다.
- 상사나 선배를 보면 본인의 미래 모습도 같을까 걱정이 앞선다.
- 무단 결근하고 싶은 마음이 자주 일어난다.
- 아직 내가 원하는 일을 찾지 못한 거 같아 불안하다.
- 다른 일을 상상해보도 진짜 내가 원하는 일이 무엇인지 잘 모르겠다.
- 인생의 의미가 무엇인지 고민하는 시간이 길어졌다.

* 본 리스트에 **6개 이상 체크**하셨다면 **직장인 사춘기 증후군**을 겪고 있을 확률이 높습니다.

직장인 사춘기 증후군 극복방법은?

위에 나열된 체크리스트에서 6개 이상이 자신의 상황과 일치된다면 직장인 사춘기 증후군으로 고생하고 있을 확률이 높다. 하지만 극복하지 못할 일도 아니니 너무 걱정할 필요까지는 없다. 따라서 전문가들이 조언하는 직장인 사춘기 증후군 극복방법에 대해 살펴보기로 하자.

❶ 극복방법 하나! 내 생각을 정리해보자

자신의 감정을 추스르지 못한 채 이직이나 퇴사를 결심하기 전 머릿속을 복잡하게 떠다니는 생각을 정리해보는 것이 좋다. 감정 기복의 원인을 하나하나 따라가다가 보면 정확한 원인을 확인하고 해결의 실마리를 찾을 수 있기 때문이다.

❷ 극복방법 둘! 온전히 자신을 위한 시간을 가지자

아근도 모자라 주말을 잇은 회사 단톡방 알람은 쉬지 않고 울려댄다. 소중한 나만의 시간을 갖고 싶은 직장인에게서는 그야말로 대참사와 같다. 그럴 때는 잠시 휴대폰을 꺼놓은 뒤 온전하게 나

만을 위한 시간을 가져보자. 활동적인 여가활동도 좋고 복잡했던 마음을 정리해보는 것도 좋다.

❸ 극복방법 셋! 나를 업그레이드 하자

매일 마음 한구석에 써놓은 사직서를 과감하게 던져보는 것도 좋은 방법이다. 하지만 그 이전에 나 자신을 위한 능력을 높이기 위한 자기개발 등을 통해 언제 다가올지 모르는 기회를 미리 준비하는 게 현명하다. 여기에 한 가지 방법을 더한다면, 원하는 이 직분야에 맞는 능력을 하나하나 준비해보자.

전문가가 전하는 TIP

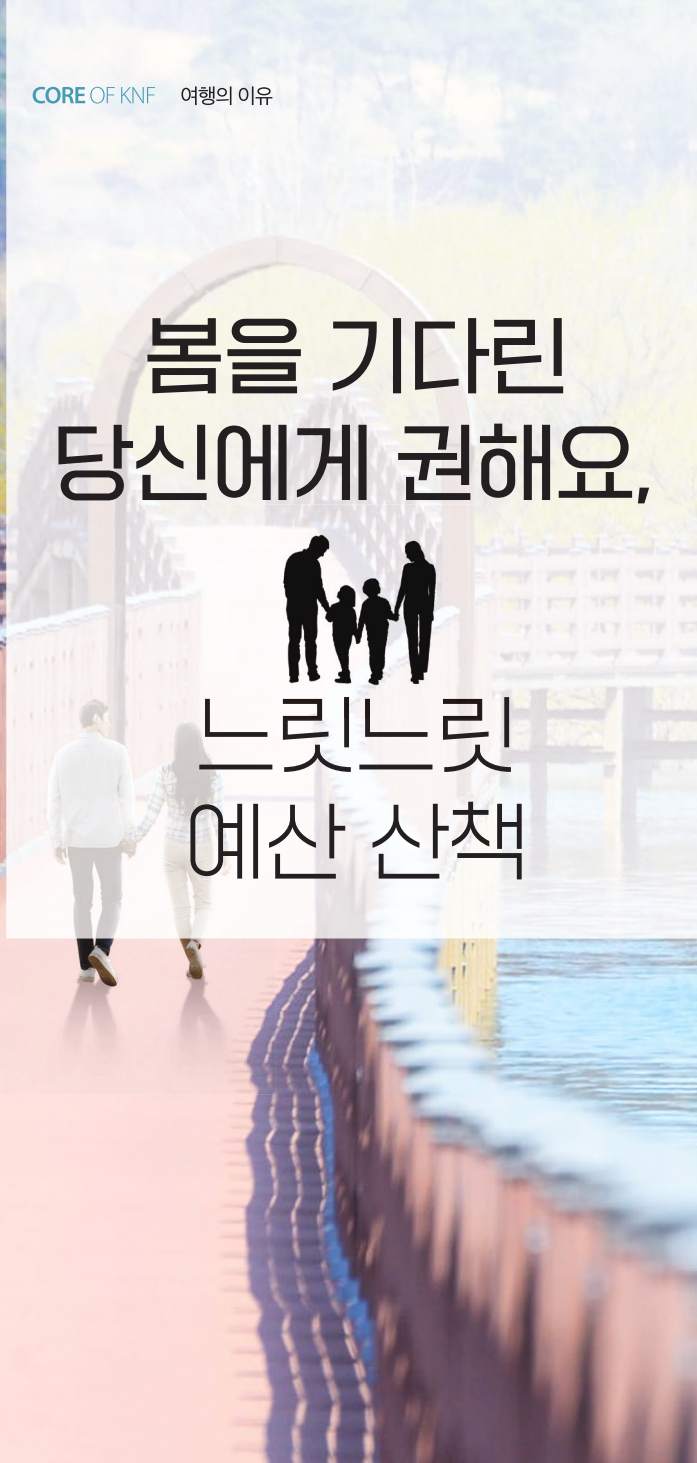
전문가들은 직장인 사춘기 증후군을 극복하기 위해 먼저 자신이 왜 직장인 사춘기를 겪고 있는 것인지 정확한 원인을 찾아보는 것이 중요하다고 말한다. 만약 원인을 찾았다면 단기간의 비전과 목표를 세워 스스로 보람을 찾는 노력이 필요하며, 충분한 휴식을 통해 몸과 마음을 재충전하라고 조언한다.



봄을 기다린 당신에게 권해요,



느릿느릿 예산 산책



‘물 위의 숲’, 연둑빛 환한 그 길을 걸어요 _ 느린호수길

“엄마, 물 위에 꽃이 폈어요.” 아이의 한 마디에 주위 사람 모두의 시선이 한곳으로 쏠렸다. 그곳엔 연둑빛 새순 오종종한 버드나무 몇 그루가 다발처럼 서 있었다. 연둑 보기에 꽃 같았고 만발한 듯 보였다. 아이의 엄마가 답했다. “정말 물 위에서 연둑빛 꽃이 폈네. 우리 꽃인지 앞인지 좀 더 가까이 가서 볼까?” 그리고선 나풀나풀 성큼성큼 물 위를 걸어갔다. 햇살 밝아 연둑빛 더욱 찬란했던 봄날, ‘느린호수길’에서였다. 느린호수길은 예당호 가장자리를 따라 물 위를 걷는 수상 산책로다. 말 그대로 물 위를 가로질러 건너나 물에 바짝 붙어 걸어, 호수 풍경 전부





창 모서리에 든 봄벌을 따다가, 문득 예산이 그리워졌다. 4월이면 바람이 여물 먹은 소처럼 순해지던 곳, 예산. 그곳엔 햇살 푸진 호수가 있었고, 그 호수에선 봄마다 귀 쫑긋쫑긋한 새순이 무수히 돋았다. 마치 햇살 닿았다는 표시인 듯 모락모락 피던 연둣빛의 다발들. 마침 호수와 호숫가엔 걷기 좋은 길들 또한 많아 좋았다. 그래서 떠났다. 산책하러 예산까지, 아니 봄 채우러 예산까지. 떠나 누구보다 느릿하게 걸었으며, 어디에서보다 한갓지게 놀았다. 온 몸에 봄빛 그득 스미도록, 그 힘으로 마음 오래 환하도록.

느린호수길

를 꼭 끌어안는다. 그래서일까. 새벽이면 이 길 위로 해가 뜨고, 아침이면 뽕얀 물안개 잔뜩 돌아 길을 덮는다. 때때로 물닭이며 오리·백로·왜가리 푸드덕거리며 날아오르고, 물고기 툭툭 튀며 동그란 물 주름을 그리는 것도 이 길에서다. 무엇보다 바람 잔잔한 날 봄 풍경이 곱다. 물에 잠겨 자라는 나무들이 그려내는 연둣빛 데칼코마니, 그 황홀한 반영 덕분이다.

길은 예당호수문에서 예당호중앙생태공원까지 7km가량 이어진다. 이중 65% 정도가 물 위에 놓인 데크이고, 나머지도 잘 정비된 산책로다. 코스 중간에 예산의 랜드마크인 예당호출렁다리

가 있는 것도 매력. 이즈음엔 출렁다리 주위로 벚꽃까지 피어 금상첨화다. 추천 코스는 출렁다리에서 생태공원까지 4.9km. 천천히 왕복하면 2시간 30분~3시간 정도 걸리는 거리다. 좀 더 색다른 풍경을 즐기고 싶다면, 저물 무렵 조명 은은한 호수길을 사부작사부작 걸어도 좋다.

Tracking Info

- 추천 경로 예당호중앙생태공원(대흥면 동서리)-예당호-출렁다리
- 코스 거리 5.4km(90여 분 소요), 비순환형



1



2

- ① 매해 봄이면 목련과 벚꽃으로 꽃대궐을 이루는 대흥동헌
- ② 대흥동헌에서 만난 아름다리 벚나무
- ③ 북동치 전망대에서 바라본 예당호 일출
- ④ 남문지에서 바라본 임존성
- ⑤ 봉수산 정상에서 바라본 예당호

이 길에선 달팽이처럼 느리면 더 좋겠어요 _ 느린꼬부랑길

‘꼬부랑’이란 단어만 들으면 <꼬부랑할머니>란 노래가 떠오른다. ‘고개를 고개를 넘어간다’라는 대목에선 늘 ‘힘들겠다’는 생각도 했다. 그래서였다. ‘느린꼬부랑길=오르막이 많은 산길’일 것이라 여겼던 것. 하지만 설부른 오해였다. 예산의 ‘느린꼬부랑길’은 완만한 임도와 오붓한 숲길, 걷기에 무난한 마을길로 이루어진 산책 코스였다. 볼거리 풍성해 자주 멈춰 놀기에 좋은 길이면서, 오래 앉아 봄별 짙 꽃그늘이 있어 마음까지 환해지는 길이기도 했다. 슬로시티대흥을 두루 살피는 길이라 더 느긋했고, ‘의좋은 형제’ 이야기가 깃들어 더 정겨웠다.

길은 크게 3코스로 나뉜다. 4.6km 길이의 옛이야기길(1코스)과 4.6km 길이의 느림길(2코스), 3.3km 길이의 사랑길(3코스)이다. 1코스는 마을에서 봉수산산림욕장을 올랐다 마을로 회귀하는 코스이고, 2코스는 임도를 통해 대흥동헌과 대흥향교를

동그랗게 이어 걷는 코스, 3코스는 교촌리 들녘 사이로 난 논두렁길을 지나는 코스다. 이 중 봄날엔 2코스가 쉬며 놀며 걷기에 좋다. 특히 2코스 초입에 있는 대흥동헌의 봄 풍경이 각별하다. 대흥동헌은 웅만한 양반집 고택보다 작아 정감 가득한 곳. 봄이면 이곳에서 두 그루의 고목이 환한 꽃을 피운다. 장독대 앞에서는 팝콘 같은 벚꽃이 툭툭 터지고, 뒤뜰에선 목련꽃 그늘이 두툼하게 내린다. 시간이 넉넉하다면 그 꽃들 내다보이는 동헌 마루에 오래 앉아 따스한 봄별에 까무룩 졸다 와도 좋겠다.

Tracking Info

- 추천 경로 방문자센터-대흥동헌-애기폭포-달팽이미술관-대흥향교-이한직가옥-방문자센터
- 코스 거리 4.6km(60여 분 소요), 순환형



호수 주위로는 산그리메도 수십 겹.
검은 듯 푸르게 물결치는 산의 파도가
호수보다 더 넓게 펼쳐진 듯 보인다.



리버 뷰·마운틴 뷰·일출 뷰까지, 예산 최고 '뷰맛집' _ 임존성

백제부흥운동군의 최후 격전지였던 임존성. 요즘말로 임존성은 '뷰 맛집'이다. 리버 뷰, 마운틴 뷰 다 품었다. 일출 뷰, 일몰 뷰 포인트로도 유명하고 봄·가을철 운해 뷰 감상지로도 알려져 있다. 그만큼 사방이 시원하게 트여 있다. 헤아려보니 하늘부터 들, 호수, 마을까지 눈에 다 담긴다. 그중 발치께서 가장 도드라진 풍경은 예당호다. 호수 주위로는 산그리메도 수십 겹. 검은 듯 푸르게 물결치는 산의 파도가 호수보다 더 넓게 펼쳐진 듯 보인다. 호숫가에 바짝 붙은 슬로시티대흥도 발아래서 반짝대고, 예당호 위로 구불구불하게 놓인 '느린호수길'도 보인다.

봉수산(483.9m) 어깨짚을 휘감으며 이어진 성곽까지 차로 오를 수 있는 것도 장점. 광시면 마사리 방향에서 좁고 가파른 임도를 10여 분 오르면 남문지 앞에 닿는다. 성곽 트래킹만 짧게 하고 싶다면 차로 올라 성곽만 걸어보는 것이 좋고, 가벼운 산

행을 겸하고 싶다면 대련사와 봉수산자연휴양림 등을 기점 삼아 오르면 된다. 현재 봉수산엔 800m에서 1.7km까지 짧거나 긴 등산로 다섯 개가 조성돼 있다. 어디에서 오른건 1시간 정도면 성곽에 닿아 조붓한 산길의 봄을 만끽하며 천천히 걸어올 수 있다.

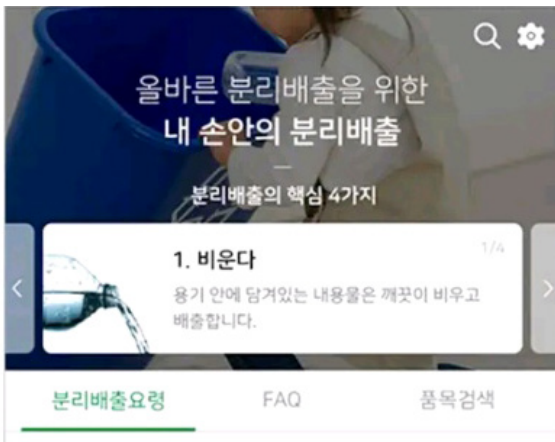
임존성은 뷰도 멋지지만 성 자체 풍경도 웅장한 곳이다. 바깥은 돌로, 안쪽은 흙으로 쌓은 성곽길 2,468m를 걸으며 봉수산을 한 바퀴 휘도는 것이 방법. 부드러운 곡선의 성곽이 산의 능선을 따라 오르락내리락하는 길이어서 걷는 재미가 쏠쏠하다.

Tracking Info

- 추천 경로 남문지-동벽 건물자-북동 차-북문지-북서 차-묘순이바위-남문지터
- 코스 거리 약 2.5km(60여 분 소요), 순환형

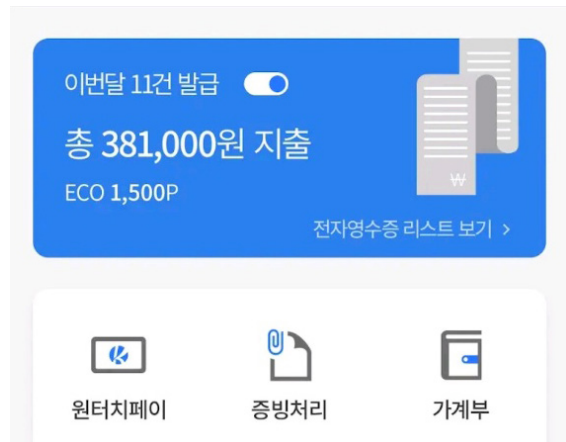
우리과 미래 지구를 위한 작은 실천 그 앱(APP)이 알고 싶다

최근 환경을 지키려는 노력이 여기저기서 일어나고 있다. 국가 대 국가는 물론, 기업과 개인 까지 다양한 방법으로 우리의 미래인 환경에 대한 관심이 뜨겁다. 이에 누구나 언제 어디서든 환경 사랑을 실천할 수 있는 스마트한 애플리케이션을 소개한다.



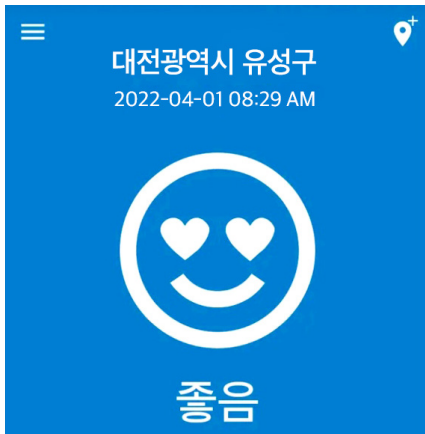
분리수거 기준 헛갈릴 때는 내손안의 분리배출

분리수거의 기준이 보다 세분되면서 어디에 어떻게 분리해 배출해야 하는지 헛갈릴 때가 있다. 이럴 때 필요한 앱이 있으니 바로 '내손안의 분리배출'이다. 내손안의 분리배출은 환경부와 한국환경공단, 한국포장재재활용사업공제조합, 한국순환자원유통지원센터가 협업해 만든 앱으로, 품목별 분리배출 요령에 대해 알려주고 있다. 내가 지금 버리려는 품목을 검색해 도움을 받을 수 있다.



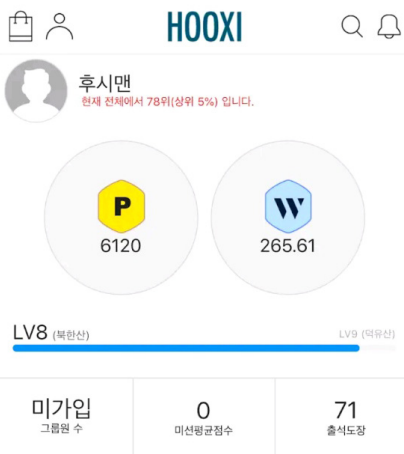
탄소중립 실천의 시작 전자영수증

'종이영수증'은 하루에 4,000만 건이 발급되고 그 중 60%가 그 자리에서 폐기된다. 그만큼 폐기물 처리비용에 대한 부담이 크다는 얘기가. 이뿐만이 아니다. 종이영수증의 생산과 폐기 과정에서 발생 되는 온실가스 배출량도 상당하다. 특히나 영수증 발행 시 감열지를 사용하여 환경호르몬과 비스페놀 A에 노출되어 인체에도 해롭다. 따라서 '전자영수증'의 활용은 불가피한 시대적 흐름으로, 전자영수증을 발급받게 되면 자신의 지출내역을 분석해 자동으로 가계부 작성까지 해주니 일거양득인 셈이다.



실시간으로 대기질을 확인한다 미세미세 - 미세먼지, 초미세먼지, 날씨

실시간으로 미세먼지 및 초미세먼지 정보를 한눈에 확인할 수 있는 '미세미세 - 미세먼지, 초미세먼지, 날씨'는 요즘과 같은 봄철에 필수적인 앱이다. 오늘은 물론 내일과 모래의 미세먼지 예보와 정확한 날씨 정보까지 제공해 다목적으로 사용이 가능하다. 직관적인 아이콘 활용은 물론 모든 측정소의 초미세먼지 정보를 제공함과 동시에 알람과 경보 기능이 있어 사용성이 좋다.



실생활에서 온실가스를 줄여요 HOOXI 후시 - 온실가스 감축 미션 앱

'HOOXI 후시 - 온실가스 감축 미션 앱'은 온실가스 감축 미션 보상 플랫폼으로 다양한 환경보전 미션을 수행하며, 리워드로 제공 받은 포인트를 모아 다양한 친환경 상품을 구매할 수 있는 친환경 앱이다. 각종 SNS 계정과 연동하여 프로필에 입력된 나이, 성별, 직업, 생활방식 등을 고려해 사용자에게 맞는 온실가스 감축 미션을 준다. 온실가스 저감 및 에너지 절약 관련 지식과 재미를 동시에 전달해주고 미션 수행 후에는 포인트를 획득하여 친구와 그룹간의 랭킹을 확인할 수 있다.



공공기관의 안전을 잡아라!

안전관리에 대한 국민적 우려 해소를 위한 공공기관 안전활동 수준평가



안전은 모든 현장에서 기본적으로 지켜져야 하는 사항이며, 사고 예방에 힘써야 한다. 더욱이 공공기관은 회사의 이익보다 공공의 안전을 경영의 최우선 가치로 삼아 민간 참여를 유도하는 선도적인 역할을 수행하여야 하기에 안전에 타협이 있어서는 안 된다.

공공기관 안전관리 수준향상을 위해 2020년도 도입된 공공기관 안전활동 수준평가

평가배경

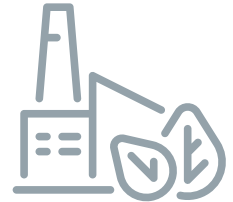
산업현장에서 지속적으로 발생하는 사망사고 특히 공공기관에서 안전관리 소홀로 발생한 안전사고에 의해 범국민적으로 공공기관 안전관리 강화를 요구하였다. 이에 고용노동부는 '공공기관의 안전활동 수준평가에 관한 고시(2020년 제정)'를 발표하고 경영평가 시 활용하여 공공기관의 적극적인 안전활동 참여를 독려하고 있다.

평가대상

고용노동부는 공공기관 안전활동 수준평가 계획 수립 시 평가대상 사업장을 선정한다(2021년도 대상사업장 총 169개소). 선정된 사업장은 본사, 사업소, 지사, 도급/건설발주 현장 등을 포함하여 평가를 받게 된다.

평가기관

(주관) 고용노동부 / (수행) 안전보건공단

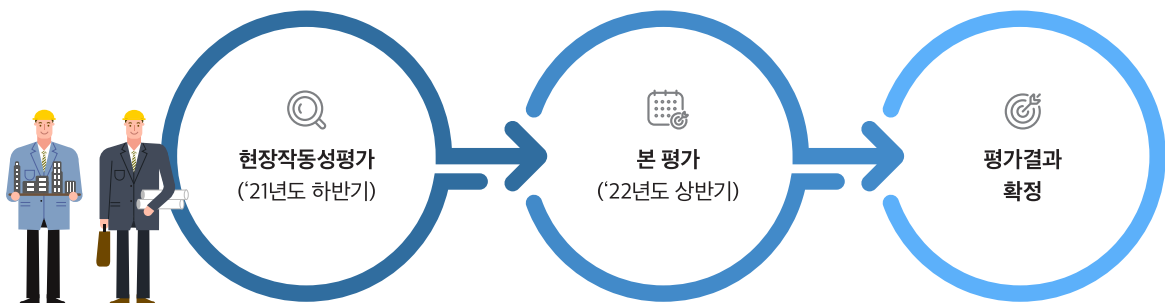


평가절차

안전보건공단이 평가대상기관에 대하여 기초조사를 진행한 후 고용노동부에서는 평가계획을 발표한다. 이후 평가절차는 2단계로 나뉘어 이뤄진다.

- ❶ **현장작동성평가** : 안전보건공단 전문가로 구성된 3~5명의 점검반원으로 구성된 점검
- ❷ **본 평가** : 현장작동성평가를 바탕으로 고용노동부 1명, 외부전문가 1명, 안전보건공단 3명 수준의 점검반원의 점검

2021년도 수립된 공공기관의 평가일정은 아래와 같다.



평가내용



P(Plan)



D(Do)



C(Check)



A(Act)

안전활동의 모든 평가는 P(Plan) - D(Do) - C(Check) - A(Act) 관점에서 평가가 이루어진다. 공공기관의 유형·특성을 고려한 안전보건경영체제, 안전보건관리, 안전보건활동, 안전보건성과 크게 4분류로 나누어 평가한다.

① 안전보건경영체제

최고경영자에 의해 공식적으로 표명된 안전보건경영방침과 목표 실행을 위한 조직의 안전역량, 예산 및 규정 등의 기틀 마련 수준을 평가한다.

② 안전보건관리

안전보건경영방침과 규정을 바탕으로 사업장의 운영계획, 관리활동, 현장 참여도 등을 평가한다.

③ 안전보건활동

안전하고 쾌적한 작업환경을 조성하고 사고예방을 위한 현장 관리상태 및 시정조치 활동 내역을 평가한다.

④ 안전보건성과

안전경영계획 목표 및 과제, 사회적 가치 확산활동에 대한 계획 이행, 환류 등의 성과수준을 평가한다.

* 2021년도부터 외주작업 시 발생하는 안전사고를 예방하기 위해 도급 사업에 대한 안전관리 평가 항목이 대폭 강화되었다.



공공기관 안전활동 수준평가 소개

안전은 사업장 근로자 모두가 참여하여 함께 이뤄내는 것이다. 사업장 근로자가 안전을 최우선 가치로 여기고 안전활동에 적극적으로 참여하는 것이 가장 중요하다. 따라서 모두가 함께 관심을 기울여야 하는 안전활동이 어떤 것이 있는지 소개한다.



1 안전교육, 점검 및 비상대응 훈련의 적극적인 참여

우리 회사는 매년 정기적인 교육, 점검, 훈련 계획을 수립하고 이행하고 있다. 교육을 통해 안전의식을 향상하고 안전점검으로 현장 내 잠재 위험요인을 도출할 수 있다. 또한 비상대응훈련을 통하여 벌어진 사고에 당황하지 않고 대응할 수 있는 능력을 향상시킬 수 있다.

2 위험성 평가의 적극적인 참여

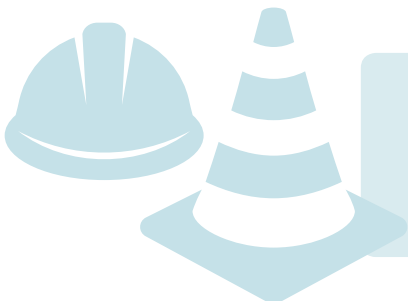
매년 1회 사업장에서는 현장의 잠재 위험요인을 사전에 파악하기 위한 위험성평가를 실시하고 있다. 잠재된 위험요인을 도출하기 위해선 작업방법, 취급물질을 누구보다 자세히 알고 있는 근로자의 적극적인 참여를 통하여 위험성평가를 실시하여야 한다. 따라서 모든 근로자가 적극적으로 위험성평가에 참여하여 위험요인을 도출하고 개선해 그 결과를 공유할 수 있어야 한다.

3 도급사업의 안전보건관리

우리 회사는 매년 1,000여 건에 달하는 소액계약부터 상주용역까지 많은 종류의 도급사업을 하고 있는 사업장이다. 특히 많은 안전사고는 발주자보다 안전관리의 여건이 되지 않는 도급사업에서 발생하고 있다. 따라서 작업발주부터 계약종료까지 안전작업허가절차 준수, 개인보호구 착용, 비상대응용품 비치 등 안전조치를 적극 이행하여 도급사업의 안전관리를 수행하여야 한다.

4 작업장 안전보건관리

안전사고를 예방하기 위해선 작업장의 물품이 작업자 통로를 방해하지 않도록 제자리에 있어야 하고, 조명의 조도가 확보되어야 하며 출입금지조치, 화학약품의 물질안전보건자료 관리 등 기본적인 작업장 정리정돈은 안전관리의 첫 걸음이다.



‘이거 하나쯤이야 괜찮겠지’라는 마음으로 방치했던 물건에 의해서 넘어짐 사고가 발생하기도 하고 ‘잠깐인데 뭐 어때’라는 생각으로 착용하지 않았던 안전화 미착용으로 발가락 끼임 사고도 발생할 수 있다. 안전사고는 사소한 무관심으로 발생한다. 따라서 안전은 나부터 지키는 마음으로 보다 철저히 안전한 작업환경을 지켜낼 수 있는 적극적인 활동이 필요하다.

선배와 후배의 [세대공감] 설교보다는 질문을 먼저 해주세요

상사이기 전
업무 파트너로
서의 역할이
중요하죠!

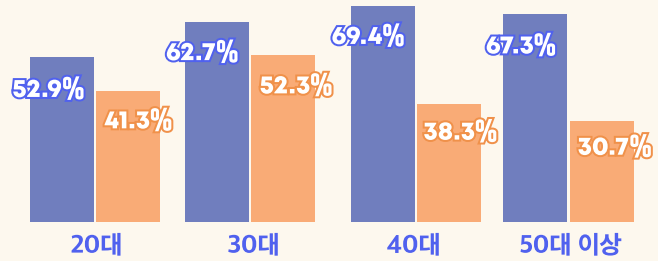
길잡이가 되어주는
선배가 있어 든든합니다!



어느 직장이든 선후배 간 세대차이를 경험하기 마련이다. 이러한 직장 내 세대차이는 사회생활에 익숙한
윗세대와 이제 막 사회에 진출한 아랫세대가 서로 간의 간극을 좁히지 못해 발생하는 경우가 많다.

세대차이 체감도 및 업무 부정적 영향도

세대차이 체감도 —●—
업무 부정적 영향도 —●—



중이 한 장 차이인 끈대와 깐부

요즘 각종 미디어를 비롯해 일상에서 자주 듣고 볼 수 있는 두 가지 단어가 있다. 바로 우리가 익히 잘 알고 있는 ‘끈대’와 ‘깐부’가 그 주인공이다. 끈대는 오래전 청소년들이 본인들의 부모님이나 학교 선생님을 낮춰 부르던 속어였으나, 요즘은 구태의연한 사고방식을 가지고 있거나 아랫사람들에게 자신의 가치를 강요하는 이들을 통틀어 지칭하기도 한다. 이와 반대 격인 깐부는 딱지치기, 구슬치기 등 놀이를 할 때 같은 편을 의미하는 단어로 딱지나 구슬 등도 공동관리하는 한 팀이라는 사전적 의미를 가지고 있다. 세계적으로 유명세를 탄 드라마 ‘오징어 게임’의 ‘오일남(오영수 분)’이 깐부가 무엇인지 잘 보여주면서 유행어로 급부상하기도 했다.

이러한 두 단어는 우리가 매일같이 일정한 시간 한 공간을 공유해야 하는 직장 내에서도 심심치 않게 등장하는데, 예나 지금이나 끝나지 않는 화두인 세대차이 때문이다. 대한상공회의소가 지난 2020년 발표한 직장 내 세대갈등과 기업문화 종합진단 보고서에 따르면, 50대 이상의 세대차이 체감도는 67.3%로 제일 높지만 세대차이가 업무에 끼치는 부정적 영향도는 30.7%로 가장 낮은 것으로 나타났다. 20대와 30대의 세대차이 체감도는 비교적 낮은 편이지만, 세대차이가 업무에 끼치는 부정적 영향도는 41.3%와 52.3%로 50대 이상 대비 10%p 이상 높았다.

이러한 결과를 통해 우리가 가장 먼저 고민해봐야 할 부분은 무엇일까? 결론을 말하자면 서로가 다른 부분이 있음을 인정하고 있는 그대로를 받아들여야 한다. 덧붙이면 윗세대는 아랫세대와 다른 가치관을 가지고 있음을 인정하고, 그들이 가진 개개인의 능력이 업무성과로 승화될 수 있도록 배려해야 한다. 이는 아랫세대들도 마찬가지로 오랜 업무로 얻은 선배들의 노하우를 인정함으로써 존경하는 마음으로 대하는 자세가 필요하다.

설교 전 경청하는 멘토로

업무를 진행하다 보면 불가피하게 설교가 필요한 때가 있다. 이 대목에서 상사의 현명한 지혜가 요구된다. 실제 그동안의 강의와 상담을 통해 발견한 공통적인 갈등의 이유를 보면, 일방적인 꾸중과 가르치려고 하는 고압적 자세에서 시작된 경우가 가장 많았다. 물론 어쩔 수 없는 경우도 있겠지만, 그 얘기는 잠시 미뤄두고 훌륭한 상사의 덕목은 가르치려는 자세에 앞서 질문하고 듣기를 반복하는 것이라고 말하고 싶다.

다시 말하면 입 보다는 귀를 먼저 열고 경청하라는 것이다. 이는 어쩌면 상하관계인 모두에게 마찬가지로, 경청은 모든 소통의 기본자세이자 최고의 설득 방법이기 때문이다. 특히 이러한 자세는 구세대 임원들과 톡톡 튀는 MZ세대 부하들 사이에서 고생하며, 소위 낀 세대로 불리는 30~50대의 중간관리자들에게 꼭 필요한 덕목이다.

그래도 희망은 있다

실제 한 취업포털 기업에서 조사한 재미난 결과에 따르면 ‘베이비붐 세대’(61.5%)와 ‘86세대’(40.3%)는 회식이 ‘팀 빌딩을 위한 즐거운 행사’라는 답변이 많았던 반면, ‘X세대’는 ‘회사생활을 위해 어쩔 수 없이 필요한 것’(38.4%)으로 인식했으며, MZ세대는 ‘불필요한 시간낭비라고 생각’(37.7%)하고 있는 것으로 나타났다. 이는 단편적인 부분이지만 다양한 곳에서 여전히 세대차이는 존재한다.

반면 세대를 막론하고 차이를 극복하기 위해 노력하고 있다고 답변한 이들이 67%로 더 많았고, 사내 갈등을 해소하기 위해 ‘서로 다름을 인정해야 한다’고 답변한 이들은 70.2%로 공감대가 형성돼 있었다. 또 ‘가급적 상대방 입장으로 생각해 맞춰주려고 한다’(51.7%), ‘상대방의 관심사를 찾아보다’(29.8%), ‘소통의 자리를 자주 만든다’(22.9%) 등의 노력을 한다고 답했다. 이를 통해 돌파구는 있으며, 작은 실천으로 더 큰 공감대를 이룰 수 있다는 희망 메시지를 발견할 수 있겠다.

요즘 이슈라는 직장인 재테크 트렌드

& 일터의 풍경을 바꾸는
작은 실천



저금리시대인 요즘 재테크는 선택이 아닌 필수가 됐다. 특히 경제와 소비의 주체로 떠오른 MZ 세대가 투자시장을 견인하면서 재테크 문턱은 더욱 낮아진 현실이다. 이에 다소 낯설 수도 있으나 소액 투자로 재미있게 돈 버는 '짠테크'(짠순이·짠돌이 재테크) 몇 가지를 소개한다.

1 미술품 투자가 새로운 재테크 수단으로 아트테크(Art-tech)



최근 '온라인 아트테크(Art-tech)' 열기가 뜨겁다. 아트테크는 전통적인 미술품의 구매 시장에 온라인 플랫폼과 조각투자 등 접근방식을 다각화하여 투자자들의 관심을 이끌고 있다. 조각투자는 거액의 자산을 여러 조각으로 쪼개 불특정 다수의 투자자와 공동으로 투자하는 형식으로 개인의 부담이 적어진다는 장점이 있다. 일종의 공동구매 형식을 취하고 있는 이 방식은 몇몇 아트테크 전문 플랫폼에서는 세계적으로 유명한 작가의 작품을 지분 형태로 나눠서 1,000원부터 투자할 수 있게 하고 있다. 이곳에서는 마르크 샤갈, 앤디 워홀, 구사마 야요이 등의 유명 미술품이 판매되고 있다.

2 굿즈부터 명품까지 리셀테크(Resell-tech)



자신이 구매한 상품을 재판매해 수익을 올리는 '리셀테크(Resell-tech)' 시장은 한 유명 스포츠 의류 브랜드에서 한정판 스니커즈를 내놓으면서 발단됐다. 이후 여러 기업이 앞다퉈 내놓은 '굿즈(goods)' 상품부터 명품 브랜드까지 그 영역을 넓혀가고 있다. 이 같은 리셀테크 중에서도 명품가방을 사들인 뒤 더 비싼 가격으로 파는 '샤테크(샤넬+테크)', 한정판 스니커즈 등을 구매한 뒤 프리미엄을 붙여 재판매하는 '스니커테크(슈테크)' 등 종류도 여러 가지다. 한편 전문가들은 리셀테크 시장이 성장하면서 판매자가 설정한 과도한 가격 책정으로 소비자들이 피해를 입을 수 있으니 주의하라고 당부한다.

3

반려식물이 재테크 수단으로

식테크(植物-tech)

‘식테크’는 ‘식물과 재테크’의 합성어로 희귀식물을 길러 되판 뒤 차익을 남기는 방식이다. 보통은 대수롭지 않게 여길 수 있으나, 키우기 어려운 희귀품종이나 변종을 일으킨 품종을 구하려는 이들이 꾸준히 늘고 있는 상황이다. 그중 ‘알보몬’이라 불리는 몬스테라 보르시지아나 알보 바리에가타(몬스테라 알보)는 식테크 시장을 이끄는 주인공으로, 잎 한 장이 수백만 원에 거래되기도 한다. 일반 몬스테라는 약 1만 원 수준이다. 이 같은 현상은 코로나19의 장기화로 인해 집에 머무는 시간이 길어지면서 자연스럽게 반려식물을 키우는 가구가 늘어남에 따른 것으로 나타났다. 한편 주의해야 할 점도 있는데, 희귀식물의 경우 개인 간 거래로 이뤄지기 때문에 판매자가 부르는 게 값이기도 하고, 제대로 알지 못해 다른 상품을 구매할 수도 있으니 주의가 필요하다.



#이달의 챌린지

직장 동료들과 일상에서 재테크 실천하기!



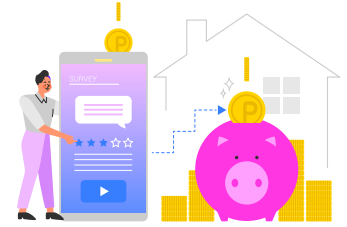
나의 출퇴근을 한결 즐겁고 반가운 일로 만들 수 있는 노하우 중 하나가 직장 선배 동료들과 함께 재테크에 관심을 가져보는 게 아닐까 생각됩니다. 크고 작음을 떠나 경제적 이익도 챙기고 동료들과의 공통 관심사를 통해 소통할 수도 있으니 말입니다.

- ✓ 먼저 자신이 재테크를 실천하고 있음을 주변에 알리기!
- ✓ 내 능력 안에서 실천하세요. 무리한 투자는 금물!
- ✓ 재테크도 중요하지만 건강이 최고임을 잊지말자!

4

짠테크 시장은 우리가 선도한다

앱테크(App-tech)



간단히 앱만 설치하면 누구나 참여가 가능한 ‘앱테크(App-tech)’가 짠테크의 대세로 떠오르고 있다. 그 예로는 1,000원 미만의 자투리 돈을 모아 저축과 투자 등 재테크에 활용하는 잔돈 금융(잔돈 테크·티끌 테크) 상품이 대표적이다. 이 같은 앱테크는 주식 투자의 정석이 자 귀재로 인기를 모으고 있는 인물 ‘존 리 대표이사’도 실천하고 있어 많은 이들의 관심을 사기도 했다. 한 취업포털 기업에서 앱테크 참여도와 참여 이유를 알아보기 위해 성인 남녀 1,707명을 대상으로 설문조사를 진행한 결과 응답자의 75%가 현재 앱테크를 하고 있다고 답했다. 앱테크를 통해 버는 수익은 개인에 따라 천차만별로 먼저 앱테크를 하고 있는 이들의 하루 평균 수익을 확인한 결과 312원이었으며, 범위는 최소 10원부터 많게는 10만 원까지 다양하다.

과학에는 성우 (聖牛)가 없다

누구나 어린 시절에 밤하늘의 무수한 별들이 찬란한 빛으로 아름다운 수를 놓는 광경을 바라보며 경외감을 느껴본 경험이 있을 것이다. 그렇다면 “우주는 언제, 어떻게 생겼을까?”라는 생각이 떠오르는데 아마도 이는 인류의 가장 오래된 질문의 하나일 것이다. 인지가 발달하지 못했던 고대인들은 신(神)이 우주를 창조했다고 생각했다. 전지전능한 신이나 아니면 무한의 자비심을 가진 부처님이 우주를 창조했다고 생각한 것은 원시종교 때에도 있었다.

우주의 기원을 바라보는 현대과학의 시선

우주의 기원에 대한 현대의 과학 이론에 의하면 우주는 138억 년 전에 생성되었다는 것이다. 처음에는 원자의 크기보다 작은 부피 안에 우주가 압축되어 있었으나 엄청난 압력과 높은 온도로 거대한 폭발이 일어나면서 우주가 팽창하기 시작했다는 대폭발이론(Big Bang Theory)이다. 이 대폭발이론은 1929년 천문과학자 허블(Edwin Hubble)이 천체를 관찰한 자료를 근거로 처음 제창한 것인데 그 이후에도 많은 천문학자에 의해 이 이론은 비록 완벽하지는 않으나 지금까지 가장 합리적인 이론으로 우주의 생성에 대한 정설로 생각되어 왔다. 대폭발이론의 결점이라면 왜 우주가 균일하게 분포되어 있는지를 완벽하게 설명하지 못하고 있는 점이다.

현재 천문과학자들이 북극과 남극에서 관찰한 자료를 분석한 결과로는 남극과 북극의 온도 차이가 있고 은하수에 분포된 운석 덩어리의 차이 등으로 인해 우주의 성운 분포에도 차이가 있어야 하는데 실제로 북극과 남극에서 관찰한 우주는 매우 균일하다는 것이다. 그러나 이론과 실제로 관측한 결과 사이에는 약간의 차이가 있을 수 있다는 것을 1980년 미국 이론물리학자이며 우주학자 앨런 구스(Alan Guth)는 설명하면서 대폭발이론의 수정을 제안했다.

구스의 이론을 우주팽창이론(Cosmic Inflation Theory)이라고 하는데, 그의 이론에 의하면 우주의 생성 초기에는 우주가 광속보다 매우 빠르게 팽창해 불과 1초 미만의 짧은 시간에 우주는 원자의 크기에서 1광년 크기의 엄청난 공간으로 확장되었다는 것이다. 구스의 뒤를 이어 여러 천문과학자의 관측 결과도 우주의 팽창 속도에는 약간의 차이가 있으나 팽창 초기에는 상상할 수 없을 정도의 빠른 속도로 팽창했다는 것에는 의견이 일치하고 있다. 이 팽창이론은 우주 생성에 대한 현재까지의 이론에 매우 중요한 가설로 인정되고 있으나 실험으로 입증되지 않고 있는 예상에 불과하다.

우주팽창이론을 대하는 자세

현재 우주팽창이론은 진실이라고 인식되고 있다. 애초에 우주는 뜨거웠으나 팽창하면서 차츰 냉각되기 시작했고 불꽃은 희미한 백색광(glow)으로 되어 결국에는 극초단파로 변환되었는데 이러한 현상을 천문학자들은 1964년부터 검출할 수 있었다. 이 우주의 대폭발로 생성된 잔여물(relics)을 우주 극초단파 배경(CMB, cosmic microwave background)이라고 한다.

일반적으로 CMB는 편광처럼 편광(polarization) 현상을 나타내는데 CMB의 편광에는 B형과 E형의 두 종류가 있다. B형은 소용돌이 모양이고, E형은 직선 모양이다. 천문학자들은 최근에 BICEP-3 망원경을 사용해 CMB의 편광현상 연구를 계속하고 있다. 현재까지의 연구결과에 의하면 BICEP-3 망원경을 사용해 관측한 과학자들의 자료와 다른 관측장비를 이용해 CMB를 관측한 자료를 비교 검토한 결과 CMB에는 B형 편광현상이 없거나 있어도 극히 미미하다는 것을 확인했다. 그렇다면 우주의 팽창이론은 진실이 아니므로 폐기해야 할까? 결론적으로 말한다면 그렇지 않다는 것이다. 우주의 팽창이 참이라는 것은 부인할 수 없다는 것이 과학계의 중론이다.

과학자들이 실험이나 관측 결과가 기존의 이론과 일치하지 않는 것이 발견되면 당황하게 되는 것은 흔히 있는 일이다. 그렇다고 새로운 발견을 즉시 진실로 받아들여서는 안 된다는 것이 일반적인 과학계의 속성이다. 과학의 특성은 스스로 자명하며 그것이 과학의 큰 자산이다. 과학자는 항상 그들의 생각을 이중, 삼중으로 면밀하게 검토하고 새로운 결과가 나올 때마다 이를 검토해 기존의 이론과 무엇이 어떻게 다른지를 비교 검토해야 한다. 서서히 그러나 확실히 과학은 이런 과정을 통해 다시 정리되어 진실에 더 가까운 결과를 얻게 된다. 양자와 중성자로 구성된 원자의 핵이 강하게 묶여있는 현상(핵력)은 기존의 전자기 이론으로는 설명할 수 없었고, 과거의 시간과 공간의 절대적 불변성은 상대성이론으로 수정되었던 것은 모두 과학이 발전되어온 특성을 말해주고 있다.

과학에는 성우(聖牛)가 있을 수 없다

최근의 BICEP-3 결과는 COVID 현상과 매우 유사하다. 2019년 11월 말 중국 우한(武漢) 지역에서 시작된 COVID 질병은 불과 1~2개월 만에 팬더믹(pandemic)을 일으켜 세상을 놀라게 했다. 과학계(의료진과 방역 전문가)는 2020년 초에 마스크 착용은 별로 중요하지 않으나 식자재는 살균처리를 하라고 권고했다. 그러나 COVID 연구가 진행되면서 권고했던 주의사항은 웃음거리가 되었고 마스크와 사회적 거리 두기의 중요성이 크게 인식되었다.

18세기 유럽은 천연두로 매년 40만 명이 사망하는 팬더믹 현상으로 공포의 대상이 되었다. 천연두는 두창(痘瘡) 바이러스 베리올라(variola)에 의해 유발되는 전염성이 매우 강한 질병이다. 영국 의사 에드워드 제너(Edward Jenner)는 우두 바이러스가 치명적인 천연두 바이러스에 대해 면역력이 있음을 밝혔고 사경에 놓인 8세 소년에 우두농(牛痘膿)을 접종하고 6주 후에 천연두 바이러스를 그 소년에 접종하였으나 천연두에 걸리지 않았음을 확인했다. 우두농을 인간에 접종하겠다는 발상에 영국의 여론은 부정적이었으나 제너의 우두 접종 성공으로 인류는 천연두로부터 해방될 수 있었다. 과학은 거듭되는 실험과 실증으로 발전된다.

앞으로 BICEP-3에 의해 계속될 우주 관측이 우주팽창이론의 타당성을 확인할 수 있을지 아니면 새로운 관측자료에 의해 팽창이론을 폐기할 수도 있을지는 현재로서는 장담할 수 없다. 어느 경우에도 문제가 될 수는 없을 것이다. 과학은 더 새롭고 훌륭한 이론을 제시할 것이고 또한 더 진리에 근접할 것이기 때문이다. 변화는 불가피한 것이고 과학은 이런 변화를 두려워하지 않을 것이다. 과학에는 성우(聖牛)가 있을 수 없기 때문이다.

science

큰 별이 지다, 이어령의 말과 글

1934년 충남 아산에서 출생한 이어령(李御寧) 선생은 서울대 문리대 국문과를 졸업한 후 1956년 22세의 젊은 나이에 한국일보 문화면에 젊은 세대 기수를 담은 '우상의 파괴'를 발표하여 커다란 반향을 일으키며 문단에 화려하게 등장하였다. 이 글에서 그는 문학이 저항적 기능을 수행해야 함에도 구태의식에 갇혀 시대정신을 담지 못하는 당시 문단계의 거장인 김동리를 '미몽(迷夢)의 우상', 조항을 '사기사의 우상', 이무영을 '우매(愚昧)의 우상', 최일수를 '영아(嬰兒)의 우상'이라 칭하고, 황순원, 조연현, 염상섭, 서정주 등을 '현대의 신라인들'로 묶어 혹독하게 비평했다. 또한 주체의식 없이 맹종하려는 동시대의 젊은 지성들까지 싸잡아 비판하여 '붓 강패'라는 별명을 들으며 6·25 전쟁 후 '저항의 문학'을 기치로 한 전후 세대의 이론적 기수가 되었다.



'우상의 파괴' 발표를 계기로 20대의 약관에 '한국일보' 논설위원이 되었고 이후 조선일보, 중앙일보, 경향신문 등 여러 신문의 논설위원으로 역임하며 시대의 흐름과 방향을 많은 독자들에게 역설하였다. 1967년 이화여대 교수를 시작으로 일본 동경대 객원 연구원, 일본 국제일본문화연구소 객원교수로 있었고, 1982년 일본에서의 생활을 토대로 일본 문화를 일본어로 비판한 '축소 지향의 일본인'을 발표하여 일본 사회에 이어령 증후군을 일으키며 우리와 일본에서 베스트셀러에 올랐다. 이 책은 예리한 분석을 바탕으로 저자의 견해 및 비평을 피력하면서 문화 현상을 중심으로 바라

본 객관적인 글로 많은 호평을 받았다. 노년에 배재대학교 석학교수로도 몸담았고, 1988년 서울 올림픽 개폐회식을 세계적인 문화 이벤트로 만들어 세상을 놀라게 한 문화 기획자로 넓은 개막식장에 홀로 등장한 굴렁쇠 어린이는 이어령만이 연출할 수 있었던 우리 놀이 문화의 자부심이었다. 1990년 노태우 정부에 문화부가 생겼을 때 초대 장관을 맡아 우리나라 문화부(현재 문화체육부)의 기틀을 만든 희대의 인물이었다.

이어령 선생은 1990년 문화부 장관에 취임한 뒤 '국립국어원'을

세워 우리 언어의 순화를 위하여 노력하였다. 예로 “장관으로서 가장 잘 한 일은 ‘노견(路肩)’이란 행정 용어를 ‘갓길’로 바꾼 것”이라고 무척 좋아하였다. 그는 문화부 내에 한국예술종합학교를 세워 정부 차원에서 문화인 양성의 기초도 닦았다. 지식인으로 ‘거듭 나기’의 비결에 대해 기자가 질문하자 ‘호기심은 바로 창조의 근원’이라고 말하며, “나의 인생은 물음표와 느낌표 사이를 시계추처럼 오고가는 삶으로, 미지(未知)의 세계에 대한 목마름으로 도전했다. 우물을 파고 마시는 순간 다시 다른 우물을 찾아 떠났다.”고 답했다. 이처럼 그는 나이와 상관없이 항상 새로운 미지의 세계를 개척한 선구자적인 삶을 살아갔다.

디지털 기반과 아날로그 정서가 융합하는 시대의 흐름을 나타내는 용어인 그의 저서 ‘디지로그(Digilog)’를 통해 우리는 첨단 디지털 시대에 살고 있다고 하지만 인간의 정서는 아날로그 향수에 젖어있음을 알려주었다. 디지털 시대를 예리하게 파헤친 그는 우리나라가 비록 산업사회에서는 뒤쳐졌지만, 현대정보화 사회에선 세계에서 두각을 나타 낼 것이라는 것을 미리부터 예견하고 21세기의 새로운 패러다임으로 ‘디지로그 시대의 개막’을 선언한 선구적인 얼리 어답터(early adopter)였다.

그의 서재에는 무려 7대의 컴퓨터와 2대의 스캐너, 무선 공유기, 프린터 등 각종 디지털 장비가 자리를 잡고 있고 이를 이용하여 능숙하게 모바일 기기를 활용하였다. 그는 컴퓨터를 이용해 자료들을 모으고, 검색하고, 정리하였다. 그에게 컴퓨터는 단순한 도구가 아니라 뇌의 확장된 영역이 되었고, 그가 주장하는 디지로그 세상을 실천하였던 미래 지향의 한국인이었다.

이어령 선생은 사회학적인 관점을 바탕으로 인간을 옹호하는 문학론으로 많은 평론을 발표하였지만 진보적 민중 문학론이 큰 흐름을 이룬 한국 비평계에서 ‘문학 비평가들은 참여라는 이름 밑에 문학 자체의 그 창조적 의미를 제거해버렸다. 그 대신 문학의 그 빈자리에 진보적 정치 사회의 이데올로기(Ideologue)라는 프로크루테스(Procrustes)의 침대를 들어앉히려 한다.’고 비판하며 진보 세력이 주도하는 평론 세계를 떠나고는 이후 문학 평론은 거의 하지 않고 아웃사이더로 지냈다.

그는 어느 언론과의 인터뷰에서 이른바 한국식 ‘막문화(막걸리·막사발·막춤에서 보듯 정형화되지 않은)’에 대한 색다른 인문학적 해

석을 내놓았다. ‘막춤, ‘막 산다’라는 표현처럼 언제부터인가 ‘막’ 자가 붙으면 부정적인 의미가 되어버렸지만 인간 본연의 자연스러움으로 사회화와 문화적 프레임 속에서 (어쩔 수 없이) 억압된 것이라고 지적했다. 관광버스 막춤, 한류스타 BTS의 어깨춤, 동서양의 줄타기 문화 차이를 언급하며, 이성적 합리주의를 강조하는 서구적 사고와 달리, 흔들리고 불안정한 인간과 인생마저도 그 자체의 자연스러움을 인정하고 존중하는 우리 문화를 언급하며 “서양의 줄타기 곡에는 필사적으로 그저 건너가는 게 목적이거나, 우리의 줄타기는 즐기는 게 목적이다. 우리의 막문화가 그렇다. ‘긴장해’가 아니라 ‘풀어버려’ 하는 식이다”라면서 “6·25 등 험난한 근현대사를 거치면서 우리의 막문화가 여유가 없는 서양식 텐션(tension)문화, 24시간 악착같이 일하는 한국인이 된 것”이라 하였다.

이어령 선생은 문학 평론가라는 직함에 가둘 수가 없는 위대한 인물이다. 그의 뛰어난 박식(博識)은 우리나라를 문화 선진국으로 나가는데 많은 이바지를 하였다. 우리사회는 발전했지만 높아진 빈부격차와 자살률, 무한 경쟁 속에서 우리 한국인들은 과연 행복하다고 할 수 있을까. 지난 100여 년간 우리가 막문화를 버리고 추종했던 서구식 문화가 과연 한국인들을 행복하게 만들었다고 할 수 있느냐? 며 이 교수는 의문을 제기했다.

지난 3월 2일 문화체육부 주관행사로 국립중앙도서관에서 열린 그의 장례식은 너무도 한적하였다. 문화체육부 장(葬)이라고 하였지만 그 흔한 안내문은 물론이고 기념사진 한 장 없었다. 작년 가을 프랑스 배우 장벨 벨몽도의 장례식에는 마크롱 대통령도 참석하여 엄숙하고 성대하게 치른 것과 비교되며 문화인에 대한 우리 정치권의 인식에 개탄을 금할 수 없었다. 같은 문화인으로 위대한 선배의 영전에 명복을 빌며 기원을 하여본다.

- 부디 우리 대한민국이 문화 강국이 되도록 이승에서도 도와주시길 소망합니다. -

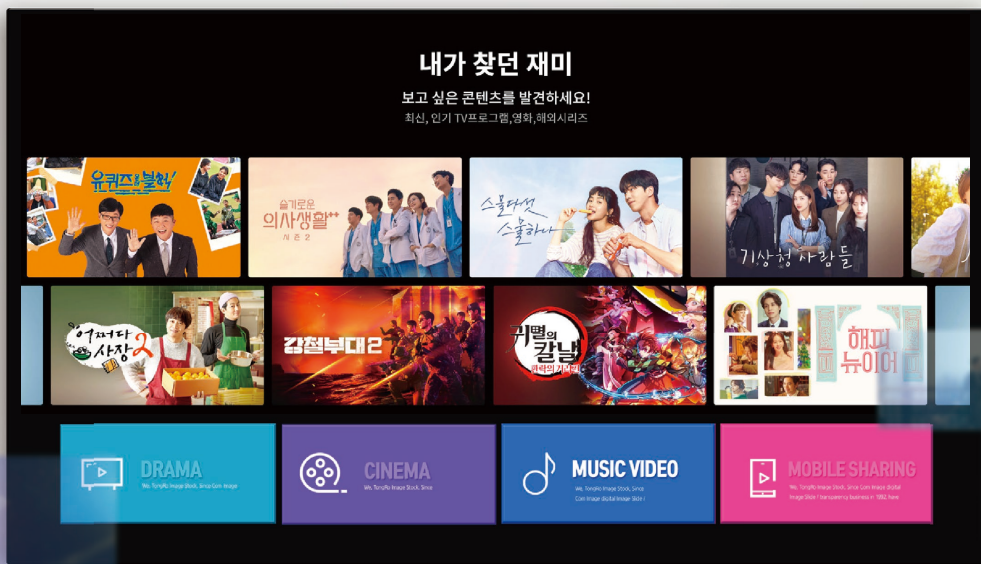
필자 차홍규(車鴻圭)

북경 칭화대 미대교수 정년퇴임
현 한국조형예술원석좌교수, 한중미술협회 회장
JIS/GGU 미안마 대학 석좌교수
중국 하북미술대학 객좌교수

달라진 문화소비 트렌드

TV는 지고 IT가 뜬다

‘OTT(온라인동영상서비스)’가 전 세계 미디어 산업의 게임체언자로 급부상했다. 특히 우리 대한민국의 문화적 역량이 큰 위상을 떨쳤는데, 그 대표적인 예가 ‘오징어 게임’이다. 국내 제작사가 만든 넷플릭스 오리지널 콘텐츠인 이 작품은, 기존의 TV 채널에서 볼 수 없었던 독특한 개성을 보여준 스토리와 영상미로 역대 시청 순위 1위라는 저력을 과시했다.



동영상 트렌드도 연령대에 따라 이용 행태 차이나

스마트폰으로 유튜브 또는 넷플릭스 등의 동영상 서비스를 이용하는 게 어렵지 않은 요즘이다. 그만큼 동영상 소비 시간과 시청률도 꾸준히 증가하고 있는 추세다. 온라인 리서치 플랫폼인 오픈서베이가 내놓은 온라인 동영상 시청 트렌드 리포트를 보면, 1인당 일 평균 6.3개의 동영상을 소비하고 시청 시간은 71.7분이나 되는 것으로 나타났다. 불과 2년 전과 비교했을 때 동영상 소비는 1.0개, 시청 시간은 13.1분이나 늘어난 수치로 의미하는 바가 크다.

연령대별로 살펴보면 젊은 층의 경우 일 평균 동영상 시청 개수와 시간이 타 연령대와 비교해 더 긴 편으로 나타났다. 자세히 살펴보면 50대는 일 평균 5.3개의 동영상을 62.7분 소비하고 20대는 7.2개의 동영상을 82.4분 시청하며, 10대는 무려 8.5개의 동영상을 91.5분 시청하는 것으로 나타났다. 이러한 이유 때문인지 유튜브와 틱톡 등 모바일 동영상 서비스 기업들도 10대 사용자에 집중하고 있는 것으로 나타났다.



토종 OTT 플랫폼 경쟁력은 얼마나 되나



현재 유튜브나 넷플릭스 등과 같은 해외 브랜드 외에도 티빙 등 토종 OTT 플랫폼도 기지개를 펴는 중이다. 하지만 글로벌 공룡들 간의 압도적인 규모와 경쟁 속에서 두각을 드러내지 못하고 있는 것이 현실로, 사용자들에게 주로 사용하는 동영상 앱이 무엇인지 묻는 질문에 유튜브나 넷플릭스가 압도적으로 많았고 티빙·웨이브·시즌 등 토종 OTT 플랫폼을 꼽은 비율은 매우 적은 수준(각 3.1%, 2.0%, 0.8%)에 불과한 것으로 나타났다.

그렇다고 낙담만 하기에는 아직 이르다. 이는 티빙이 더디지만 꾸준한 성장세를 보이고 있기 때문이다. 티빙은 tvN, Mnet 등 CJ 계열사 채널이나 JTBC의 방송 콘텐츠를 중심으로 동영상 콘텐츠를 서비스하는 OTT 플랫폼이다. 최근에는 스타 PD를 섭외해 티빙 독점 예능 프로그램을 제작하는 등 오리지널 콘텐츠에 대한 투자를 계속해 늘리고 있다.

K 콘텐츠의 약진을 기대하며

K
c
o
n
t
e
n
t

춘추전국시대를 맞이한 OTT 플랫폼의 간판격인 넷플릭스 내 K 콘텐츠 시청 시간은 지난해 기준으로 2년 동안 6배 이상 증가한 것으로 나타났다. 전 세계적으로 K 콘텐츠의 인기를 실감할 수 있는 결과다. 이러한 인기는 2022년에도 이어져 '지금 우리 학교는'이 공개 직후(1월 말) 인기순위 1위로 올라서는 기염을 토하며 한국 콘텐츠로는 다섯 번째로 넷플릭스 월드 랭킹 1위를 달성했다. 공개 첫 주 1억 2479만 시간의 누적 시청 시간으로 한국 드라마 중 첫 주 차 역대 1위, 후속 시즌이 아닌 첫 시즌 작품 중에서는 최고의 첫 주 신기록을 달성했다.

3월 기준으로 넷플릭스 상위 70개 인기 드라마 중 11개가 한국 콘텐츠다. 킹덤의 경우에는 시즌 3가 제작될 정도로 인기를 끌고 있다. 이는 K 콘텐츠에 대한 전 세계적인 팬덤이 얼마나 두터운지 보여주는 수치다. 이에 넷플릭스의 투자도 더욱 확대될 전망이다. 넷플릭스는 지난 6년간 1조 원 이상을 한국 콘텐츠 제작에 투자했으며 승리호, 오징어 게임, 지옥, 지금 우리 학교는 등과 같이 걸출한 글로벌 1위 작품을 쏟아냈다. 이에 바라본다. 토종 OTT 플랫폼으로 중무장한 K 콘텐츠가 세계를 호령할 그런 날이 빨리 오길 말이다.





즐거로운 재택근무 생활

생활

MZ부터 베이붐 세대까지 함께 보면 좋은 직장인 공감 스토리

야근을 피하는 방법. to-do list



다음은 크고 작은 업무를 모두 기록해두는 것인데요. 불필요한 업무를 미리 삭제해 효과적으로 관리할 수 있기 때문이죠.

또 벅찬 업무는 작게 나눠 진행해보세요. 예를 들면 to-do list 작성 시 단순 보고서 제출로 기록하는 대신 하루는 자료수집, 또 하루는 SWOT 분석 등으로 말이죠.

또 계획에 어긋난 업무는 빨리 떨쳐내는 것도 중요한데요. '어려운 파일', '필요 없는 파일', 그리고 '하고 싶지 않은 파일' 등 3개의 영역으로 나누어 관리하고 혼자서 어려울 때는 동료들의 도움을 적극적으로 받는 것도 효과적이예요.

마지막은 목록에서 우선순위를 재배치하는 것으로 계획에 없던 업무가 추가될 경우 우선순위를 정해 진행해야 하죠.

오~ 최 과장님 설명을 들으니 벌써 자신감이 넘치는 데요!

그거 알아요? 르네상스 시대를 대표하는 인물 레오나르도 다빈치도 to-do list를 작성했다는 걸요?

정말요? 그럼 저도 당장 실천하겠습니다.



지역경제 지원을 위한 1사1촌 자매마을 비료 후원

우리 회사는 3월 17일, 지역사회와의 협력체계를 강화하고 코로나19로 침체된 지역경제 활성화 정부 시책 부응의 일환으로, 1사 1촌 자매마을인 관평동 27동에 텃밭 및 과수 농가용 비료 200포를 후원하였다. 우리 회사는 매년 자매마을에서 환경보호운동, 농산물 구매 등을 펼쳐온 물론, 전통시장 활성화, 전기설비 개선, 물품기부 등 다양한 나눔 활동을 이어오며 지역 사회와의 소통과 유대를 강화하고 있다. 이번 후원 행사 역시 지역경제 활성화를 위해, 지역 전통시장에서 온누리상품권을 활용하여 후원품목을 구매했다.



지역 복지시설에 방역물품 (자가진단키트 및 방역마스크) 지원

우리 회사는 3월 16일 코로나19 예방활동 지원 사업에 참여, 400만원 상당의 방역물품(자가진단키트 및 방역마스크)을 유성구행복누리재단에 전달했다. 이번 지원은 코로나19 확진자가 증가하는 상황에서 감염 취약계층의 신속한 선제적 검사를 돕고 방역의료진을 응원하기 위해 이루어졌다. 한편, 우리 회사는 지역 사회의 코로나19 극복에 도움이 되고자 백신 접종현장의 방역인력에 대한 후원금 기탁, 취약계층에 대한 방역키트 후원, 전통시장 방역물품 지원 등의 사회공헌활동을 펼친 바 있다.



청렴옴부즈만 위촉

청렴옴부즈만 위촉식이 2월 17일 본관 감사 집무실에서 개최되었다. 기존 옴부즈만 4명 중 1명의 임기만료에 따라 이상욱 변호사를 신임 옴부즈만 위원으로 위촉하였으며, 향후 2년동안 우리 회사 청렴옴부즈만 활동을 할 예정이다. 청렴옴부즈만은 외부전문가로 구성되며 회사 경영전반에 대한 투명한 감시 및 평가를 통해 불합리한 제도 및 절차를 발굴하여 개선을 유도하는 역할을 수행한다.

오늘 밤 나는 무한 탐색 모드에 있다

잠들기 전 핸드폰을 들고 '불만한 게 뭐가 있을까' 탐색에 들어간다. 진득하니 제대로 본 것도 없이 시간은 하염없이 지난다. 오늘 밤, 나는 무한 탐색 모드에 있다.



「전념」 Dedicated

지은이 : 피트 데이비스
옮긴이 : 신유희
퍼낸곳 : 상상스퀘어



전념하기의 핵심은 시간을 통제하는 것에 있다. 죽음은 삶의 길이를 통제한다. 그러나 삶의 깊이를 통제하는 것은 나 자신이다. 전념하기는 우리에게 주어진 한정적인 시간을 인정하는 대신, 제한 없는 깊이를 추구하겠다는 결정이다.



이 책 「전념」은 너무 많은 선택지 앞에 이도 저도 제대로 하지 못하거나, 혹은 느리지만 꾸준히 하나에 '전념'하는 것과 그렇게 했던 사람들의 이야기이다.

현대사회는 한 곳에 묶여있지 말고 계속 옮겨 다니며 이력을 쌓고, 자신이 정말 좋아하는 것이 무엇인지 찾기 위해 어떤 것이든, 어느 곳에서든 행동하라고 말한다. 우리에게 많은 선택지가 주어졌으니(물론, 선택지를 열어두기로 결정할 특권조차 가지지 못한 사람도 있지만) 그 선택지를 열어두라고 말한다.

책에서는 이런 분위기와는 반대로(그래서 저자는 '반문화'라는 단어를 쓴다.) 한 가지에 '전념'했을 때, 그 과정과 결과에 대해서 얘기하며, 위대한 영웅들도 시작은 삶에 대의와 신념을 부여하는 것이 아니라, 일상에 대의와 신념을 부여하는 것으로 시작해서 그 일을 느리지만 꾸준히 해왔기 때문에 결과를 이루었다고 말한다.

'전념하기'는 두려움을 극복하고 위협을 이겨내며 꾸준히 헌신하여 위대한 성취를 이루어내기도 하지만, 때로는 수없이 많은 사소한 성과 중 하나에 그칠 수도 있다. 그러나, 100번을 두드려도 실금 하나 가지 않던 바위가 101번째 망치질에 갈라지는 것은 101번째 망치질의 결과가 아니라, 지금까지 두드린 100번의 망치질이 있었기 때문이다.

우리에게는 모두 한정적인 시간이 주어져 있는데 한정적인 시간을 어떻게 사용해야 할까? 무한 탐색 모드는 시간을 아주 작은 조각으로 쪼개는데, 소중한 시간을 '잘못 보내는 것은 아닐까'하는 두려움이 있기 때문이다. 물론, 시간을 판단위로 쪼개어 계획하고 실천하며 알차게 살아가는 사람들도 있다. 다만 책에서 '전념'은 더 기나긴 시간에 장대한 내기를 거는 것이며, 그것은 100번의 망치질을 하는 것에서, 쓰레기장이 되어 버린 공터를 정원으로 가꾸기 위해 오늘 당장 쓰레기를 치우는 것에서 시작한다는 것이다. 무엇보다 느리지만 꾸준히 그것을 하는 것이다.

한전원자력연료의 소식지 <원자력연료> 직원 참여 코너에 함께해주세요!

한전원자력연료의 소식지 <원자력연료>는 사내 문화 형성과 직원 복지 향상을 위해 다양한 콘텐츠를 만들고 있습니다. 한전원자력연료의 비전을 전달하고 직원 간 교류를 활성화하고 있습니다. 콘텐츠 참여 직원에게는 푸짐한 혜택이 제공되니 적극적인 참여를 부탁드립니다.



참여 대상 한전원자력연료 직원 누구나

참여 콘텐츠

Theme & People

인터뷰

매 호 메인 테마를 주제로 직원들이 모여 다양한 이야기를 나누는 코너로, 주제에 대한 다양한 의견을 들어보고 인사이트를 얻을 수 있습니다.



마음을 전하다

인터뷰

선배·후배·동기에게 선물을 주며 그동안 쉽게 표현하지 못했던 고마운 마음을 전합니다. 전하고자 하는 선물을 말씀해주시면, 편집실에서 준비합니다.



함께의 가치

체험 및 인터뷰

동료, 가족, 지인(친구, 연인 등) 등 함께하고 싶은 사람과 특별한 시간을 보내며 추억을 남길 수 있는 코너. 공방 체험, 베이킹 등 일일 클래스부터 활동적인 체험이 준비돼 있습니다.

예: 아버지와 막걸리 만들기, 죽마고우와 사격장 체험 등



참여 방법 **방법 1** 메일(shna@knfc.co.kr)로 참여를 원하는 콘텐츠 이름과 인적사항(소속, 이름, 전화번호)을 발송

방법 2 QR코드 스캔 후 참여 페이지를 통해 참여하고 싶은 콘텐츠 선택 및 간단한 설문조사 진행



<원자력연료> 참여하기

스마트폰으로 <원자력연료>를 언제 어디서나 편리하게!

소식지 <원자력연료>를 스마트폰으로 편리하게 볼 수 있습니다. 구글 플레이(안드로이드)와 애플 앱스토어(iOS)에서 앱을 다운받거나 웹진 페이지에 접속해 유익하고 재미있는 소식을 받아보세요.



안드로이드



iOS



웹진



재미있는 한마디

‘재미있는 한마디’와 ‘독자의 시선’에 참여하신 분들 중 재치 넘치는 답변과 다양한 의견을 추첨하여 소정의 상품을 드립니다. 엽서 또는 QR코드로 참여해 주세요. 다음 호 <원자력연료> 소식지에 실릴 예정입니다.

주제

한 남자가 망망대해를 표류하던 중 ‘미래’라는 이름의 섬을 발견하였습니다. 이 남자가 섬을 발견하고 한 첫 마디는 무엇일까요?



참여 방법

그림 속 대화에 이어질 유쾌하고 재치 있는 말을 써 주세요. 추첨하여 소정의 상품을 드립니다.

스마트폰으로 QR 코드를 스캔하여 인정사항 및 정답 기재



독자의 시선

<원자력연료> 독자가 보내준 소중한 의견입니다.



장인선(강원도 춘천시)

“한전원자력연료를 이끄는 리더들의 리더십 이야기가 인상 깊었습니다. 이들의 말처럼 리더가 구성원에게 신뢰감을 주고 목표를 공유한다면 전체의 이익으로 돌아올 것입니다.”



정서인(전라남도 순천시)

“사보 곳곳에서 희망과 사랑이 묻어납니다. 특히 사무실에서도 지구 환경을 지키는 방법을 실천하는 직장인들의 모습이 눈에 쏙 들어옵니다. 저도 오늘부터 실천하겠습니다.”



이춘임(경기도 포천시)

“에너지 리포트에 실린 원자력 에너지 정보를 잘 읽었습니다. 글 내용처럼 원자력 에너지가 더 발전해서 우리에게 미래의 희망과 꿈의 에너지로 자리매김하기를 기대합니다.”



안드로이드용



iOS용

QR코드를 스캔하시면
<원자력연료>를 모바일에서도
만날 수 있습니다.