


심비우스 북클럽 운영보고서 (첫 번째 활동)

북클럽 팀명	독서다나: 독서를 하며 마음을 다지고 함께하는 이들과 생각을 나누다.							
운영일시 / 장소	일 시 : 2023 년 10월 10 일(화 요일) / 장 소 : 도서관 3층 스터디룸							
참석자 명단	학번	2020****	이름	신○정	학번	2023****	이름	남○정
	학번	2021****	이름	이○비	학번		이름	
	학번	2021****	이름	권○은	학번		이름	
	학번	2023****	이름	허○서				
토의 내용 (읽은 책을 중심으로)	<p>심비우스 북클럽 독서다나 독서다나는 독서를 하며 마음을 다지고 함께하는 이들과 생각을 나누자는 의미로. 7번의 활동과 6권의 책으로 매주 활동지를 작성하고 그것을 바탕으로 서로의 의견을 나눈다. 자신의 생각을 전달하는 것으로 미리 정해진 질문 외에도 모르는 것이나 같이 이야기를 나누어 보고 싶었던 주제나 질문을 가져와 함께 이야기를 하며 몰랐던 것, 새롭게 생각하는 법을 서로에게 배우는 기회가 된다.</p> <p>첫 활동을 시작하기 전 북클럽 '독서다나'의 오리엔테이션을 진행하였다. 앞으로 진행될 선정된 도서 소개, 활동 시간 및 장소, 진행 방법에 대해 소개하여 원활히 활동이 이루어질 수 있도록 준비하였다.</p>  <p>책에 대한 이야기 -나의 독서 기록-</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 내가 생각하는 독서란? <ul style="list-style-type: none"> ○정: 과거의 독서는 나를 괴로움. 무서움에서 벗어나게 해주는 키다리 아저씨 같았다. 우울할 때, 외로울 때. 숙제하기 싫을 때 다양한 소설들을 읽고. 그 시간 동안 불편한 상황에 있는 '내'가 아니라 소설 속 인물들의 세계에서 그들의 이야기를 듣는 사람이 되었다. 독서의 시간은 자연스럽게 이루어지고 흘러간다. 책은 내가 마음껏 좋아해도 괜찮은 대상이다. 그러나 지금은 전보다 독서가 편하지 않다. 하지만 여전히 책을 사랑한다. ○비: 마음의 양식을 쌓는 것이다. 바쁜 현대 사회 속에서 나 자신도 챙기기 어려운데 독서에 시간을 쏟는 게 쉽지 않다고 말한다. 몇 년 전까지만 해도 나도 그렇게 생각했었다. 하지만 대학교에 들어와서 토론 시간을 가져보면 확실히 책을 읽어야겠다는 생각이 든다. 전공지식도 중요하지만 자신의 생각을 뚜렷하게 말할 줄 아는 것도 중요하다고 생각한다. 그렇게 하기 위해선 다양한 분야의 책을 읽어보고 사람들과 이야기를 나누며 타인의 생각도 들어봐야 한다. 나 혼자 아는 것에서 그치는 것이 아니라 타인에게 나의 생각도 전달하고 타인의 이야기도 들어보면서 서로서로 배울 수 있는 기회가 주어진다. 학교에서 배우는 것 외에도 스스로 더 발전하고 싶어 한 분야만 전문적으로 읽었다. 하지만 지금 와서 돌아보면 사회과학 관련 지식만 쌓였다는 것을 알 수 있다. 그래서 '책'을 떠올리면 읽은 것 같지 							

않았다. 꼭 전문적인 지식이 아니더라도 실생활에 적용할 수 있고. 스트레스 받았을 때 대처에 관한 책을 읽을 수도 있다. 나는 이런 것을 간과했다. 책을 마음의 양식을 쌓는 도구로 사용할 수 있다는 것을 깨달은 후로 나를 위한 책을 많이 접하려고 노력하고 있다.

○은: 내가 생각하지 못했던 아이디어를 얻어갈 수 있는 활동이라고 생각한다. 대학교에서 공부를 하다 보면 전공 분야에 대한 생각에 갇혀서 편협한 사고를 하기 쉬운데. 타인의 다양한 발상과 판단을 한계가 없이 듣고 배울 수 있는 것 중 하나가 독서라고 생각한다.

○서: 독서는 다양한 책들을 읽으면서 나를 편협적이지 않게 만들어주고. 포용력과 수용력을 넓혀주면서 사고를 유연하게 만들어 준다고 생각한다. 나 자신에 대해서도 이해의 폭을 넓히게 되고, 사고 자체가 넓어져 어떤 상황 또는 관계에 있어서 큰 도움이 된다고 생각한다.

남○: 현실에서는 직접 경험할 수 없는 것들을 소설에서는 주인공이 되어 몰입해서 경험할 수 있고 소설뿐 만 아니라 비문학에서는 다양한 지식들을 얻을 수 있게 해주는 마법 같은 것이다. 수능이 끝나고 연고자 하는 것이 있어 책을 읽기 시작했는데 생각했던 것보다 많은 지식을 얻을 수 있었고 그 이후에는 내가 좋아하는 장르인 소설을 읽기 시작하였다. 소설에서도 나에게 동기부여와 다양한 경험을 주었기에 '소설' 한 가지 장르만이지만 독서를 좋아하게 되었고 그래서 마법 같은 것이라고 생각하게 되었다.

▪ 나의 독서 기록 방식

○정: 좋은 문장이나 기억하고 싶은 내용이 나오면 플래그잇으로 해당 문장 위에 붙이고 책을 다시 볼 때 마다 그 부분을 다시 생각해본다. 또 최근에 '메모리딩'이라는 독서법을 알게 되었는데 인상 깊은 부분의 내용을 페이지 표시와 함께 적고 그 아래에 내 생각을 쓰는 것이다. 공부하듯이 읽는 느낌이 들고. 오래걸려서 자주 하지는 못하지만 이런 방식이 앞으로의 발전과 다른 어려운 책을 읽을 때도 도움이 많이 될 것 같다.

○비: 빌려온 책일 경우 노트에 그 장의 중요한 핵심 키워드를 적으면서 읽는다. 처음에는 그냥 읽었다. 그러나 시간이 지나면서 잊어버리는 경우가 많아 방법을 바꿨다. 핵심 키워드를 손으로 적으면 무엇에 관하여 읽었는지 기억을 해서 나중에 공책을 보면 한눈에 이 책에 대해서 파악할 수 있다. 내가 산 책일 경우 나중에 다시 읽고 싶거나 어려운 단어가 나오는 페이지에 인덱스를 붙여 책을 다 읽고 나면 다시 한번 그 페이지를 보는 방법을 사용한다. 이렇게 표시를 해놓으면 내가 어떤 부분이 부족하고, 어려워하고, 관심 있어 하는지 알 수 있다.

○은: '정보 전달'을 목적으로 하는 책을 주로 읽는 편이라 내가 몰랐던 부분, 새로 깨달은 부분을 정리해가며 독서를 하는 편이다. 교과서 보듯이 정보를 정리해가며 읽는 것을 좋아한다.

○서: 독서 기록 노트에 파란색 펜으로 기록해 두고 싶은 문장을 적고. 그에 대한 생각을 주황색 글씨로 기록한다. 그 중에서도 기억하고 싶은 문장은 빨간색으로 밑줄을 친다.

남○: 따로 기록은 해두지 않고. 독서 중에 마음에 드는 구절이 있으면 밑줄을 그어둔다.

▪ 기억에 남는 책 관련 일화

○정: 서점에 ‘립반윙클의 신부’라는 책을 사러 갔는데 검색해보니 재고가 딱 1권 있었다. 그런데 아무리 찾아봐도 없어서 다른 책을 고르고 집에 가려는데 옆을 본 순간 그 책이 ‘나 여기 있어’라고 말하듯이 단숨에 내 눈에 들어왔다. 반가운 마음으로 다른 책을 내려두고 이 책을 집어 구입해 집으로 왔다. ‘립반윙클의 신부’를 읽으면서 책상 위 주황빛 스탠드 하나만 켜놓고 읽었는데 그때의 분위기가 주인공을 안쓰러워하는 내 마음을 더욱 쓸쓸하고 주인공을 안아주고 싶은 마음이 들게 하였다. 나에게 ‘책’은 특히 ‘소설’은 반가운 존재이다. 좋아하는 작가나 보고싶었던 책을 발견하면 그렇게 반가울 수가 없다.

○비: 여름방학 때 책을 읽을 기회가 많았는데 어떤 책을 읽을지 고민하다 임상심리 관련 유튜브 채널의 추천으로 임상 심리 사례에 관한 책을 도서관에 신청하여 읽게 되었다. 처음엔 전공책 만큼의 두께에 살짝 겁을 먹었다. “과연 내가 이 책을 한 달 안에 다 읽을 수 있을까?”에 대한 고민으로 확신이 없었다. 그런데 노트에 적어가면서 읽으니깐 하나도 힘들지 않았다. 이 책은 임상 심리 사례에 관련된 책으로 DSM-5에 나오는 모든 질병의 사례를 제시하고 치료프로그램과 치료 진행과정까지 자세하게 나와있다. 학부생이 읽기에는 살짝 벅찰 수 있지만 사례들이 흥미로워 나도 모르게 책에 빠져들었다. 나중에 자격증을 취득하여 병원에서 수련을 받을 때 이런 사례들을 마주할 수 있다는 생각에 더 집중이 잘 되었다. 여름방학 내내 한 걸음 더 성장한 계기가 되었다. 나한테 큰 도전이었고 잘 수행한 내가 특했던 기억이 있다.

○서: 암사도서관에서 경제 독서 모임 참여자를 모집한다고 해서 지원하여 참석했는데 나의 또래보단 30대 이상의 분들이 많으셨고. 대부분이 경제에 관한 정보가 많으신 분들이였다. 그래서 초기에는 대화 내용을 이해하기도 어렵고 선정된 도서의 내용도 상당히 어려워서 큰 어려움을 겪었다. 하지만 몇 달 뒤 학교 면접에서 교수님이 주식에 대한 생각과 의견을 질문해주셨는데 경제 독서 모임에 참여한 경험 덕분에 당황하지 않고 이야기를 할 수 있었던 것이 기억에 남는다.

남○: 추리소설을 좋아하며 그중에서도 살인사건에 대해 이야기를 풀어나가는 소설을 좋아한다. 책을 좋아하게 된지 얼마되지 않아 좋아하는 장르가 소설 밖에 없다. 그래서 관련된 일화가 없다.

▪ 독서클럽_독서다나 활동을 하면서 얻고 싶은 것

○정: 항상 책을 읽거나 어떤 주제나 상황을 보면서 떠오르는 생각들을 정리해두면 좋을 것 같다는 생각을 하면서도 행동으로 잘 옮겨지지 않았다. 독서클럽을 하면서 활동지를 작성하고 토의하는 시간을 통해 내 생각을 잘 정리하고 전달하는 습관을 기르고 싶다. 생각정리나 글쓰기를 꾸준히 하다보면 발표나 보고서를 작성할 때 뿐만 아니라 일상적인 대화에서도 상대방에게 나의 의도를 제대로 전달할 수 있을 것이다.

○비: 책을 읽고 나 혼자만 아는 것이 아닌 내가 아는 것을 다른 사람에게 말해주고 나와 다른 의견들을 들어면서 상호보완적인 활동을 하고 싶다. 또한 나의 생각을 잘 표현할 수 있는 사람이 되고 싶다. 그래서 토론 수업 때 내가 먼저 용기 내

서 나의 의견을 잘 말하는 사람으로 성장한다면 더 이상 바랄 것이 없다. 박학다식까진 아니더라도 2개월이라는 시간 동안 또 한 번 성장하고 싶다. 2개월이라는 시간이 짧을 수 있지만 기반을 잘 다져놓고 활동이 끝난 후 스스로 또 다른 도전을 하며 나아갈 것이다.

○은: 앞서 말했듯이 전공 공부에서 벗어나 다양한 사람들과 다양한 책을 보며 의견을 나눠보고 싶다. 이전에는 책과 친구였던 시절도 있었지만. 시간이 지나고 미디어 매체에 익숙해지면서 책과 많이 멀어지게 되었다. 책 읽는 습관을 다시 들여보고 싶어 독서클럽에 가입하게 되었다.

남○: 독서를 많이 해온 사람은 말하는 법부터가 다르다고 하는 것을 본 적이 있다. 그래서 독서클럽에 들어가 같은 장르의 책을 좋아하는 사람들과 친해져서 책 추천도 받고. 소통하는 방법도 배우고, 독서에 대한 지식을 쌓고 싶다.

2023 년 10월 10일

참가자대표 : 신○정

심비우스 북클럽 운영보고서 (두 번째 활동)

북클럽 팀명	독서다나							
운영일시 / 장소	일 시 : 2023 년 10월 24일(화요일) / 장 소 : 도서관 3층 스테디룸							
참석자 명단	학번	2020****	이름	신○정	학번	2023****	이름	남○정
	학번	2021****	이름	이○비	학번		이름	
	학번	2021****	이름	권○은	학번		이름	
	학번	2023****	이름	허○서				
토의 내용 (읽은 책을 중심으로)	<p>책: 메타인지-메타인지란 무엇인가?-{독서토론}</p> <p>책 소개 활동: 독서다나는 매번 활동을 시작하기 앞서 그날의 책을 각자 한 권씩 담당하여 책을 소개하는 시간이 있다. 책 구입시 보게 되는 책에 대한 출판사나 저자의 설명이 아닌 구성원들의 말로 소개하는 책 소개, 설명이다. 유용함에 대해서 이야기할 수도 있고, 자신의 경험, 책에 대한 정보나 감상 등 다양한 방식과 표현으로 그날같이 다들 책을 소개한다.</p> <p>메타인지 책 소개 -신○정-</p> <p>최근 메타인지의 중요성이 나날히 커져가고 있다. AI의 빠른 발전. 쏟아지는 정보의 홍수. AI가 대체 가능한 일 등 많은 정보들 사이에서 내가 알아야 할 것, 알고 있는 것, 모르고 있는 것이 무엇인지 구분하는 것은 이 사회를 살아가야 할 때 중요한 무기가 된다. 이 책은 메타인지를 어렵지 않게 실패 사례로부터 이야기를 시작한다. 그리고 메타인지를 어떻게 파악해야 하는지 이것이 왜 중요한 것인지 9장으로 이루어진 책은 매 순간의 선택이 앞으로의 미래를 좌우하는 삶에서 자신에 대해 잘 알고 있는 것은 올바른, 좋은 선택을 가능하게 하고 인공지능으로 대체 가능한 사람이 아닌 자신만의 것을 창조할 수 있는 인재가 될 가능성을 심어줄 수 있도록 도와준다.</p> <p>▪ 자신이 생각하는 메타인지란 무엇인가?</p> <p>○정: 정확한 자기 이해와 그것을 바탕으로 한 선택 방법이다. 삶의 목표를 위해 나아가기 위한 ‘지도를 그리는 규칙’과도 같은데 메타인지는 내가 무엇을 알고, 무엇을 모르는지 구분하고 어떤 것을 더 공부해야 하는지 아는 것이다. 흔히 착각할 수 있는 것이 자신에 대해 자기가 제일 많이 알고 있다고 생각하는 것이다. 그러나 그것은 ‘내가 원하는 나’, ‘나라고 알고 싶은 나’의 모습일지 모른다. 메타인지를 잘 이용한다면 지도의 규칙을 명확히 하여 목표로 향하는 여행길의 등불이 되어주고, 안내자가 되어 줄 것이다.</p> <p>○비: 나를 잘 알고 나에 대해 평가하는 것이다. 사람마다 누구나 강점과 약점이 있는데 나의 감정과 약점을 파악하고 개선해 나가는 것까지가 중요하다. 또한 나의 강점과 약점만 아는 것에서 그치는 것이 아니라 더 나아가 다른 사람의 관점을 이해하고 나의 의사 표현에 반영함으로써 원활한 의사소통을 가능하게끔 하는 것이다.</p> <p>○은: 인지심리학 수업에서는 메타인지에 대해 ‘인지를 이해하고 통제하는 것’, ‘인지에 대한 인지’라고 배웠다. 내가 생각하는 메타인지란 자신의 삶에 대한 최대한의 객관적인 시각과 태도를 가지고 있는 것이다. ‘인지’라는 것은 주관적 판단이며, 쉽</p>							

게 측정할 수 없는 것이다. 하지만 그런 인지에 대해 기대와 편견을 잊고 최대한 객관적으로 바라볼 수 있는 능력이 메타인지라 생각한다.

○서: 자신의 많은 감정과 생각 등을 외면하거나 왜곡하지 않고, 느끼고 생각하는 그대로 인정하고 받아들일 수 있는 객관적인 역량이라고 생각한다.

남○: 메타인지란 미래를 위한 도구이다. 내가 무엇을 모르는지 깨달아서 그것을 어떻게 학습할지 계획을 세워 시간과 노력을 적절하게 투자할 수 있다. 이러한 노력들을 한다면 앞으로 나아가기에 도움이 될 수 있는 새롭고 다양한 지식들을 쌓을 수 있다. 많은 사람들은 자신이 무엇을 모르는지 깨닫지 못하기도 하며 깨달았음에도 부정하는 사람들도 있다. 하지만 ‘소크라테스’가 “나는 내가 아무것도 모른다는 것을 안다는 점에서 그 누구보다 현명하다.”라고 말한 것과 같이 모른다는 것을 인정하고 찾아서 학습을 해야 메타인지를 미래를 위한 도구로 사용할 수 있다.

▪ **책에 나온 메타인지 사례 중 가장 인상깊었던 사례와 그 이유는 무엇인가?**

○정: 30p “지피지기 백전백승”, 중국 전국시대에 지어진 병법서인 『손자』에서 유래하는 말이다. 적은 변수, 나는 상수 무언가에 맞설 때, 대비할 때 ‘내 자신’을 제대로 파악하기만 해도 성공률이 올라간다. ->이를 보고 나의 가능성과 한계를 아는 것은 선을 긋는 것이 아니라 원하는 목표를 위한 이루기 위한 발판을 세우는 것이라고 생각하였다.

70P 데이비드 『월든』 “삶에서 길을 찾는 일”, “우리는 길을 잃고 세상을 잃는 뒤에야 비로소 자신을 찾기 시작한다.” 길 찾기에서 무엇으로도 대체할 수 없는 것이 길을 찾고 있는 사람의 현재의 위치다. ->이것이 메타인지의 필요성을 가장 잘 설명하는 말이라고 생각한다.

○비: 4장의 더닝 크루거 실험으로 “더닝-크루거 효과”란 1999년 코넬대에서 더닝과 크루거가 재학생을 대상으로 독해력, 자동차 운전, 체스, 테니스 등 20여 개 분야의 능력에 대해 실시한 것으로 능력이 없는 사람은 자신의 실력을 실제보다 높게 평가해 자신감이 넘치고, 능력이 있는 사람은 자신의 실력을 과소평가한다는 것을 알려주는 실험이다. 나는 평소에 내가 모르는 분야와 마주했을 때 겁부터 먹는다. 내가 무지하다는 생각이 들면 입이 안 떨어진다. 그래서 이 부분에 대해 스트레스를 받고 있었는데 이 책에서 도전과 실패를 더 나은 배움을 향한 여정으로 여기는 성장형 마음가짐을 가지라고 한 문장을 보았을 때 무언가에 맞은 듯 깨달음을 얻었다. 내가 그동안 도망치기만 했다는 것을 상기시켜줘서 인상깊었다.

○은: 111p. 메타인지와 학습-<학교란 무엇인가>-‘0.1%의 비밀’편의 공부 잘하는 학생들이 그렇지 않은 학생들과의 차이점에 대해 연구한 실험이 기억에 남는다. 공부 잘하는 학생들은 메타인지가 뛰어나다는 것이 결론이었다.

최근, 중간고사를 치르면서 같은 수업을 듣는 친구들과 토론을 하고 예상 문제지를 만들어 공부를 했다. 하면서 느낀 것이 내가 아는 것은 전혀 쓸모가 없다는 것이었다. 다른 사람의 지식과 나의 지식을 나누고 공부하니 내가 알고 있다고 생각하는 것은 수업 내용의 극소수일 뿐이라는 것을 알 수 있었다. 모르는 것을 알기 위해서는 혼자가 아니라 다른 사람들과의 소통이 매우 중요하며, 이런 경험이 메타인지 능력을 키우는 방법 중 하나라는 것이다. 또 강의시간에

최훈 교수님께서 “나에 대해서 잘 아는 것”은 절대역과 차이역이 중요하다고 말씀하셨다. 나에 대한 절대적인 기준인 절대역과 다른 기준과 비교해서 알 수 있는 차이역을 잘 아는 것이 ‘나에 대해서 아는 것’을 이라고 배웠던 것을 상기시킬 수 있었

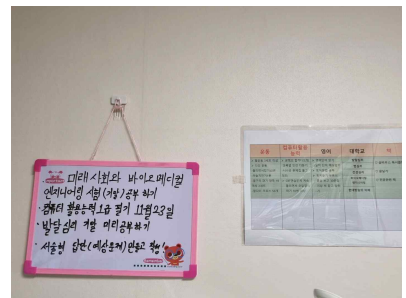
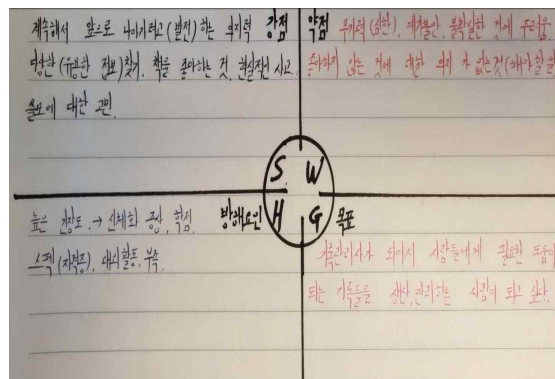
다.

○서: 책의 첫 번째 장 10p에 저자가 30여 년 동안 다양한 사람들을 취재하면서 탁월한 성취를 발견했는데 자신이 무엇을 좋아하고 싫어하는지. 어떤 영역에 재능이 있는지를 파악하는 능력이 뛰어났다고 했다. 나도 가장 중요하게 생각하는 부분이라고 기록해 두었다. 무엇보다 어떤 일을 하였을 때 자신이 가장 좋아하고 그 과정을 즐기고 그것이 타인에게 좋은 영향을 주게되면서 뿌듯함과 행복감을 느끼는 사람은 몰입도가 다를 수 밖에 없다고 생각한다. 그러다보니 그 과정과 결과가 다른 사람들에게 진심과 에너지가 느껴지고 통한다고 생각한다. 예를 들면 똑같은 먹방 유튜버여도 그냥 음식을 많이 먹는 영상과 정말 음식을 좋아하고 먹는 것을 좋아하는 사람의 영상에서 느껴지는 진실성이 다르다고 생각하는 것처럼 말이다.

남○: 항해사들이 귀소본능이 없음에도 항해를 위해 교육과 훈련을 받고 탐험가들 또한 기술과 판단력을 키우는 훈련을 통해 후천적으로 획득하게 된다는 것이 대단하다고 느껴졌다. 낯선 곳에서 길을 잃으며 극한의 상황에 부딪히면서도 침착하게 자신의 상태와 주위를 객관적으로 파악하여 목적지에 도달하는 것이 메타인지를 제대로 사용하는 것이고 배워야 하는 부분이라고 생각한다.

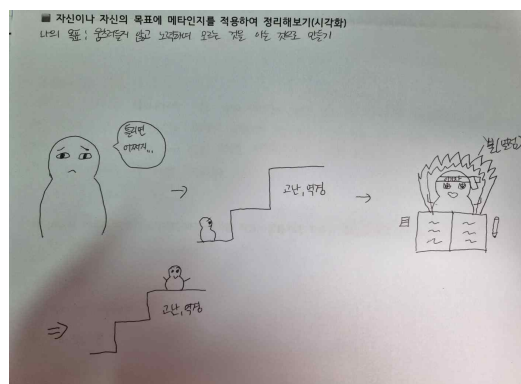
▪ 자신이나 자신의 목표에 메타인지를 적용하여 정리해보기(시각화)

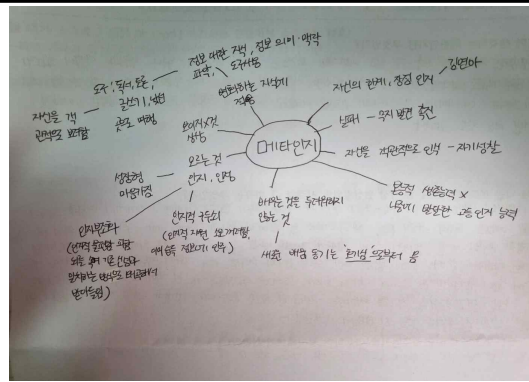
○정: 기업분석이나 직무분석에서 주로 사용되는 SWOT분석에서 아이디어를 얻어 사분할로 나의 강점과 약점 방해요인, 목표를 정리해보았다. 강점은 검은색, 약점은 빨간색, 방해요인은 내가 싫어하는 보라색으로 극복해야겠다는 의지를 담아 썼다. 마지막으로 목표는 제일 좋아하는 핑크색으로 써서, 눈에 잘 들어오게 했다. 이것을 바탕으로 꾸준한 목표와 할 일을 상기시키기 위해 책상 앞에 해야 하는 목록을 작성한 종이를 붙여놓기도 했다.



○비: 목표: 움츠러들지 않고 노력하며 모르는 것을 아는 것으로 만들기.

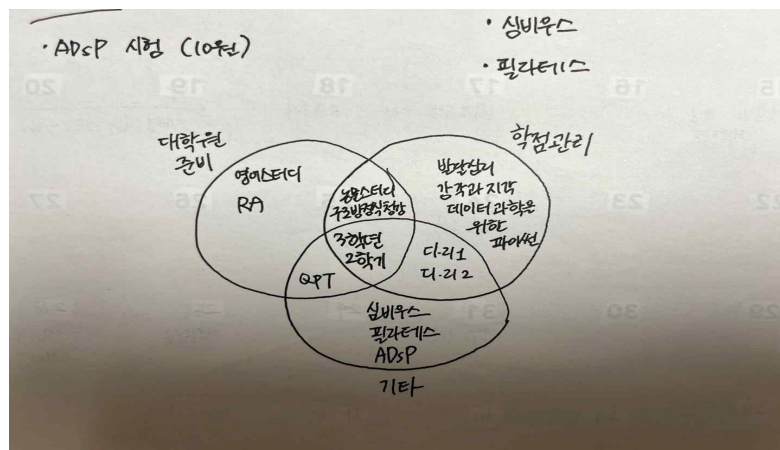
틀리는 것, 모르는 것을 두려워 하지 않고 의지와 열정으로 차근차근히 목표를 향해 다가가는 모습을 표현했다.



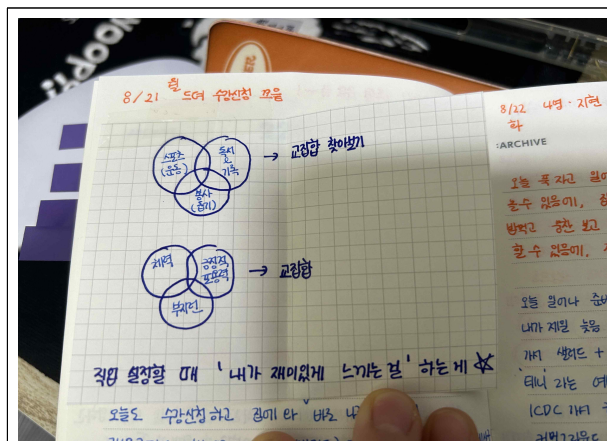


메타인지를 읽고 마인드맵으로 정리

○은: 우선순위를 정하는 방법으로 3개의 원을 그려 3원의 교집합 부분의 일을 가장 중요하고 먼저 해야하는 일의 순위로 보았다. 3개의 분야별로 할 일을 나누어 한눈에 지금 해야 할 일과 이번 학기의 목표를 정리할 수 있었다.

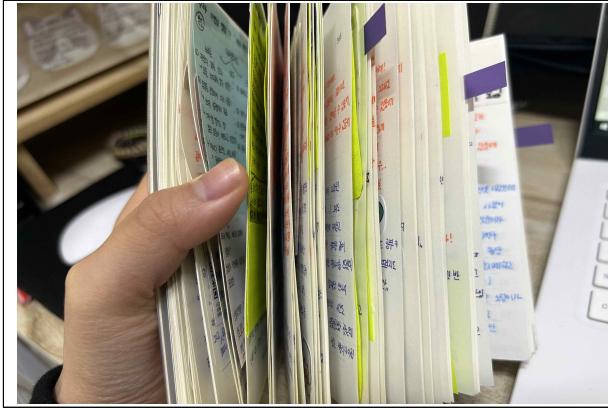


○서: 현재 과정 속에서 다양한 경험들을 하면서 내가 좋아하고 몰입하여 좋은 영향들을 줄 수 있는 교집합들을 찾아가고 있다. 또 일기를 쓰면서 보완해야 할 점들을 솔직하게 기록하는 시간을 하루 마무리에 하게 되면 스스로에 대해 잘 알아갈 수 있다고 생각한다.



좋아하는 것들의 교집합과 나의 장점인 교집합을 찾고. 이 둘의 교집합을 찾아나가는 과정

매일 일기를 쓴다. 객관적인 것은 보장할 수 없지만, 가장 자신에게 솔직할 수 있는 시간이 라고 생각하는데 오늘 무엇 때문에 행복했고. 힘들었는



지. 어떤 부분에서 속상함을 느꼈는지 또 하루하루 깨달은 점과 스스로 부족했던 부분들을 기록한다.

남○: 목표: 책을 읽을 때 모르는 단어의 개수를 줄여서 조금 더 수월하게 읽는 것이다.

독서-모르는 단어->인덱스 붙이기

->단어노트 작성

->밑

->내용이해-메모지에 요약하여 작성

2023 년 10월 24일

참가자대표 : 신○정

심비우스 북클럽 운영보고서 (세 번째 활동)

북클럽 팀명	독서다나							
운영일시 / 장소	일 시 : 2023 년 10월 31일(화요일) / 장 소 : 도서관 3층 스터디룸							
참석자 명단	학번	2020****	이름	신○정	학번	2023****	이름	남○정
	학번	2021****	이름	이○비	학번		이름	
	학번	2021****	이름	권○은	학번		이름	
	학번	2023****	이름	허○서				
토의 내용 (읽은 책을 중심으로)	<p>▪ 좋아하는 책 소개합니다. {책 발표}</p> <p>[신○정]-『립반윙클의 신부』-저자: 이와이 순지-</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">       </div> <p>-책 내용: SNS로만 자신의 진짜 마음을 이야기하는 주인공이 거짓말과 타인의 냉소, 가짜 마음에 상처받는다. 그 과정 속에서 마시로를 만나게 되고 온라인에서가 아닌 진짜 마음을 전하려 노력하는 이야기다. SNS 앱인 '플래닛'에서 람바랄의 친구 아무로는 사람의 마음도, 필요한 것이라면 무엇이든지 돈으로 다 구해주지만 진짜 마음, 마음속 깊은 애뜻함과 사랑은 관여하지 못한다. 주인공 미나미의 사랑을 아프게 받는 마시로의 이야기까지 SNS의 차가운 이면과 주인공의 성장을 다루고 있는 소설이다.</p> <p>-책 소개 이유: 앞으로의 미래나 현재 하고 있는 공부에 도움이 되는 실용서도 좋지만 순수 문학 작품도 소개해 주면 좋을 것 같아 이 책을 소개하게 되었다. 문학은 '작가'인 '타인'이 경험한 이야기나 생각을 '작가'의 말로 풀어쓴 이야기이다. '인간'의 감정에 대해 어떤 수식어나 이론이 아닌 날 것 그대로의 장면과 마음이 드러나는 이야기이다.</p> <p>-소설 속 주인공에게 하고 싶은 말: 나나미에게-과외학생 카논. 마시로 같이 '나나미'라는 사람이 좋아서, 원하는 사람이 있으니 주저하거나 회피하지 말고 익명의 사람들에게 속마음이나 고민을 털어놓는 대신 현실 속에서 대면하는 상대방에게 분명하게 원하는 '의사'를 전달 할 수 있는 힘이 생겼으면 좋겠어. 강한 사람은 아니더라도 단단한 사람이 되면 함부로 하는 사람들이 없어질 거야!</p> <p>-소개하는 글: 따뜻함은 주는 사람의 마음 '의지'다. 이것은 누구도 돈으로 살 수 없다. 주인공 '나나미'의 흔들리는 마음이 여기저기 부딪히다. 진실한 도움의 요청과 만나 서로 아껴주며 성장하는 이야기이다.</p> <p>-느낀점: 다양한 사람. 익명의 이야기들이 쉽게 오가는 플래닛(소설 속 SNS). 쉽게 이루어진 약속과 무엇이든지 해결할 수 있는 해결사가 예상하지 못한 것은 상대방을 아끼고 사랑해서 지켜주고 싶은 마음이 끝없이 파여 괴로워하는 사람의 공허함을 다 채우기는 어렵지만 진실한 애정이 채워주려고 애쓰는 노력은 그 자체로 위안이 된다는 것이다.</p> <p>-PPT목차 구성: 1. 책(저자, 내용), 간단히 소개-[저자와, 책의 키워드-플래닛(소설 속 SNS)] 2. 소설 책 소개 이유 3. 립반윙클의 신부 영화 소개 4. 주인공에게 하고 싶은 말</p> <p>[이○비]-『정신병의 나라에서 왔습니다.』-저자: 리단-</p> <p>-책 내용: 작가 본인의 경험을 담았고. 우울증, 조증, 조현병 등 정신질환 환자의</p>							



입장에서 서술하는 정신 병리 증상, 대처 방법, 주변인들이 어떤 도움을 줄 수 있는지 자세히 알려준다. 또 약물, 병원 선택, 의사와 대면했을 때 무엇을 어떻게 해야 하는지에 대해 자세히 알려준다. 정신질환에 대한 저자의 경험에 기반한 안내서이다.

-책 소개 이유: 원래 정신병리에 관심이 많고, 관련 책을 찾아보던 중에 종로서적에서 우연히 이 책이 눈에 띄어서 읽어보았더니 현재 정신병을 앓고 있는 사람이 직접 쓴 책이었다. 그동안 의사나 상담자의 입장에서 본 정신병리에 관한 책만 읽다가 실제로 병을 앓고 있는 사람의 입장에서 쓴 책을 보니 색달랐고 꼭 소개해주고 싶다는 생각이 들었다.

-소개하는 책과 관련한 기억에 남는 일화: 앞서 말했듯이 그냥 종로서적 안을 배회하던 중에 한 눈에 들어왔던 책이어서 더 인상 깊다. 원래 서점에 가도 원하는 책을 발견하지 못하고 빈손으로 돌아오는 경우가 많았는데 이 책은 표지부터 눈에 띄었고, 그런 책이 내가 관심있는 분야여서 더 신기했다.

-소개하는 글: 『정신병의 나라에서 왔습니다』라는 책은 현재 정신질환을 앓고 있는 분이 쓴 책으로 정신과 의사의 검수를 받아 출판되었다. 이 책은 정신질환 환자로서 감당해야 할 일상의 무게들에 대한 정보를 제공하고 병을 이기고 극복해야 할 대상으로 보지 않고, 주도권을 빼앗기지 않고 자신의 삶을 어떻게 주체적으로 관리하여 살아갈 수 있을지에 대한 고민과 경험을 담았다.

-인상 깊은 한 줄: “우울증 환자의 곁에 가만히 있어주는 것이 백 마디 말보다 마음에 위로가 될 수 있습니다”. 힘들어하는 사람에게 어떤 위로의 말이나 행동을 해주어야 할지 모를 때가 있었는데 이 문장을 보고 이것이 진짜 위로가 되어 줄 수 있고 조용한 위로도 큰 힘이 될 수 있다는 것을 느꼈다.

-ppt목차 구성: 1.책 선정 이유 2. 책 소개 3. 주제 별 핵심내용 4. 인상 깊은 한 줄

[허○서]-『계속 가봅시다 남는 게 체력인데』 -저자: 정김경숙-



-책 내용: 트리플 A형의 소심함을 타고났지만 포기를 모르는 집요함과 끈기로 구글에서 버티고 있는 작가가 삶을 지속 가능한 에너지와 긍정으로 원하는 커리어를 스스로 개척해나가고, 직장인으로 살면서도 자기 가치관을 지키고, 사람들과 손잡고 함께 성장할 수 있는 자신만의 해답을 공유하는 책이다.

-책 소개 이유: 이번 학기에 체력이 많이 떨어지면서 작은 것 하나하나에 스트레스를 많이 받고 버거운 상태였다. 그로 인해 자신감과 열정이 많이 사라져있었다. 그러다 문득 이 책의 두 가지 키워드 '체력'과 '자신감'이 생각이 나서 예전에 기록해두었던 글을 읽고 나의 문제점을 파악하고 해결 방안을 찾게 되었다. 그래서 나와 같이 체력적으로 많이 힘들어서 그것이 현재 삶에 큰 지장을 주고 있다고 생각하는 분들에게 추천하고 싶은 책이다.

-책과 관련한 기억에 남는 일화: 책을 읽으면서 '소심하면서도 도전하는 성격'과 '취미'가 '운동'인 부분이 작가님과 내가 굉장히 비슷한 부분들이 많다고 생각했다. 그래서 이 책을 읽고 유튜브에 작가님이 나오신 영상이 있는지 찾아볼 정도로 작가님에 대해 궁금했었다. 그런데 며칠 후 내가 좋아하는 프로그램 '유퀴즈'에 출연하셔서 너무 기뻐했던 일화가 있다.

-소개하는 글: 인생은 길지만 체력이 부족하면 자신이 하고 싶은 일을 잘 해낼 수

없다. 모두가 좋아하는 일을 원하는 만큼 즐기면서 오래하기 위해서는 체력을 키우라고 저자는 조언한다. 꾸준히 배우고 취미를 통해 몰입할 수 있는 습관을 만들어 마음의 코어를 키워나가라고 안내하고싶다.

-책을 읽은 후 생각: 핵심 문제를 파악하는 데 큰 도움이 되었고. 문제의 해결 방안을 획득하게 되었다. 몸이 힘들어서 문제의 핵심을 찾기 위해 생각 정리하는 것조차 힘들었다. 책의 도움을 받아 핵심 문제를 파악하여 정리하는 시간을 가질 수 있어서 감사했고 이 점이 이 책의 큰 매력 포인트라고 생각한다. 가장 고민하던 문제를 확실히 짚고. 해결 방안까지 만들어 그동안 쌓인 스트레스와 불안감이 사라지고. 다시 한번 열정이 채워진 기분이다.

-ppt목차 구성: 1.책 소개 2. 책 선정 이유 2가지 3. 공유하고 싶은 인상깊었던 구절 소개 4. 책을 읽고 난 후 생각

[권○은]-『설득』 -저자: 제인 오스틴-



-책 내용: 책의 주인공 '앤'은 가난한 해군 장교 '웬트워스'와 약혼했지만, 주변의 설득으로 파혼하게 된다. 사랑이 없는 결혼은 하지 않겠다고 결심한 앤은 미혼인 채로 지내다 큰 재산을 모아 돌아온 앤트워스와 재회하게 된다.

-책 소개 이유: '로맨스의 고전' 같은 책이라고 느껴졌다. 로맨스지만 담백하고, 부담스럽지 않아서 모두가 읽기 좋은 책이라고 생각했다. 현대 로맨스의 근원인 클리셰들이 많아서 한 번쯤 읽어보면 좋을 것 같다.

-소개하는 책과 관련한 기억에 남는 일화: 대학교 1학년 때, '서양소설 속의 사랑과 결혼'이라는 수업에서 이 책을 처음 접했다. 그 수업에서 다루어진 책들은 짧거나, 불륜, 살인 등의 내용이 담긴 책이 많았기 때문에 길이가 짧지 않은 편인 이 책이 처음에는 지루하게 느껴졌다. 하지만, 수업시간에 내가 아직 읽지 않은 부분을 교수님께서 읽어주셨는데 그게 매우 인상 깊게 남았다. 여자주인공에 대한 남자 주인공의 진심이 담긴 편지가 나오는 이 책의 절정 부분이었는데 아주 낭만적이었다. 이 때 감명을 받아 정말 오랜만에 소설책을 직접 사서 읽고, 이후 실사화된 영화도 찾아보았던 기억이 난다.

-소개하는 글: 19세기 여성으로서 독립적인 한 명의 인간으로 결혼 상대를 고르는 것은 불가능했을 것이다. 제인 오스틴은 시대적 편견을 깨부수고, 자신만의 신념과 가치관으로 삶을 살아가는 여성 인물을 만들어냈다. 『설득』은 고전적인 로맨스와 함께 그 시대에서는 쉽게 볼 수 없는 주체적인 여성상을 동시에 그려낸다.

-느낀점: '설득'은 '상대방이 그 말을 따르거나 이해하도록 잘 설명하거나 타이름'이라는 의미를 가지고 있다. 우리가 누군가에게 설득당할 때, 혹은 설득할 때 담겨 있는 애정이 옳지 않다고 말할 수는 없다. 앤의 결혼을 반대한 가족들의 설득도 결코 부당한 것이 아니다. 중요한 건 설득이라는 행위가 아니라, 그것을 '적절하게 받아들일 수 있는 능력'이라는 생각이 든다.

-ppt목차 구성: 1. 책 소개 2. 작가 소개 3. 줄거리 소개 4. 결말 5. 책이 가진 의의

[남○정]-『연쇄 살인마 개구리 남자』 -저자: 나카야마 사치라 -



-**책 내용:** 어느 겨울 아침. 맨션 13층 쇠갈고리에 매달린 여자 시체가 발견된다. 그 옆에는 마치 어린아이가 쓴 듯 뽀뽀뽀뽀한 글씨의 쪽지가 남겨져 있었다. ‘오늘 개구리를 잡았다. 상자에 넣어 이리저리 가지고 놀았지만 점점 싫증이 난다. 좋은 생각이 났다. 도롱이벌레 모양으로 만들어 보자. 입에 바늘을 꿰어 아주아주 높은 곳에 매달아 보자. 엽기적인 범행에 경찰은 혼란에 빠졌고. 언론과 대중은 ‘개구리 남자’라는 이름을 붙이고. 사람들 사이에서는 극심한 공포로 커져간다. 경찰 고테가와와 범인 추정. 범인은 과연 누구인 것인가? 진실을 숨기고 다른 곳으로 시신을 돌린다. 진짜 범인을 찾기 위한 이야기가 흥미롭게 펼쳐지는 책이다.

-**책 소개 이유:** 그동안 읽은 책의 수가 손에 꼽히고, 그 책 중에서 가장 재미있게 읽은 책이 두 권인데. 한 권은 ‘용의자 X의 헌신’ 그리고 나머지 한 권이 ‘연쇄 살인마 개구리 남자’이다. 이 책은 반전의 반전의 반전을 거듭하고 그로 인해 더욱더 흥미진진하게 읽혔던 책이어서 소개하고 싶었다.

-**책의 주인공에게 하고 싶은 말:** 주인공 ‘고테가와’는 초등학교 때 친구들에게 따돌림을 당하는 친구를 ‘우도 마사토’에게 투영시켜 그 당시에 그 친구를 구해주지 못한 죄책감으로 학교 밖에서 따돌림 당하는 마사토를 도와준다. 그 이후로 마사토에게 다른 감정을 갖고 빠르게 친해졌으나 개구리 남자에 의해 죽게 되고 그로 인해 구해주지 못한 것에 대한 죄책감으로부터 개구리 남자가 체포된 이후에도 벗어나지 못한다. 그래서 나는 고테가와에게 당신의 잘못이 아니니 죄책감을 갖지 않으면 좋겠다고 말해주고 싶다. 죄책감이 동기부여가 되어 앞으로 나아가는 원동력이 되면 좋지만 그 죄책감이 너무나 크면 오히려 부정적인 영향을 받을 수 있을 것이다. 또한 본인의 몸을 지키면서 악인들과 싸우면 좋겠다. 제대로 몸을 가누지 못하는 상태까지 가면 구하고 싶은 사람도 구하지 못한 채 죽는 상황을 초래할 수 있다. 그러니 자신을 잘 키면서 살아갔으면 좋겠다.

-**소개하는 글:** 『연쇄 살인마 개구리 남자』의 묘미는 후반부에 휘몰아치는 대담한 전개와 복선을 기가 막히게 회수하는 충격적인 반전 공세, 그리고 흥미로운 캐릭터들에 있다. 과학 수사가 대세인 시대에 일선에서 활약하는 사람들의 직감이 가장 중요하다고 주장하기도 하는 와타세 반장도 눈길을 끌지만, 가장 정이 가는 캐릭터는 바로 어설픈 신입 형사 고테가와다.

-**느낀점:** 오마에자키 교수의 체계적인 살인 계획으로 우도 사유리를 꼭두각시로 만들며 사유리도 도마 가쓰오를 자신의 꼭두각시로 만듦으로써 이 책의 독자들도 결말을 읽고 자신들도 오마에자키 교수의 계획에 완전히 속아 교수의 꼭두각시가 되었다는 생각이 들었을 것 같다.

-**ppt목차 구성:** 1. 책 제목/작가 2. 소개 이유 3. 줄거리 4. 책의 주인공에게 하고 싶은 말 5. 소개하는 글 6. 느낀점

▪ 활동사진

--	--

2023 년 10월 31일

참가자대표 : 신○정

심비우스 북클럽 운영보고서 (네 번째 활동)

북클럽 팀명	독서다나							
운영일시 / 장소	일 시 : 2023 년 11월 7일(화요일) / 장 소 : 도서관 3층 스테디룸							
참석자 명단	학번	2020****	이름	신○정	학번	2023****	이름	남○정
	학번	2021****	이름	이○비	학번		이름	
	학번	2021****	이름	권○은	학번		이름	
	학번	2023****	이름	허○서				
토의 내용 (읽은 책을 중심으로)	<p>책: 피로사회-내가 생각하는 피로 사회는 무엇인가?-{독서토론}</p> <p>책소개: 피로사회 -허○서-</p> <p>독서다나 선정 도서 목록을 보고 가장 먼저 읽은 책이 ‘피로사회’ 였다. 이번 학기 초반에 여러 가지 이유로 많은 피로를 느끼고 있어서 이 책이 도움이 될 것 같았다. 그런데 막상 읽어보니 내용이 어렵기도 하고. 이 책의 핵심 주제인 성과사회의 ‘긍정성 과잉’을 우려하는 내용이 조금 생소해 처음에는 그리 와닿지 않았다. 그러나 최근에 다시 ‘피로사회’를 읽어보니 나의 상황을 그대로 반영하고 있는 내용이라서 공감이 되었고, 다시 생각해보니 무엇보다 잘하고 있다고 생각했던 부분을 다른 관점으로 보게 되었고. 이는 핵심을 찌르고 ‘팩폭’을 당한 것 같아 부정하고 싶었던 것 같다. 저자가 전달하고 있는 ‘성과사회의 긍정성 과잉’ 등 책의 내용에 대해 어떻게 생각하고 있는지 같이 이야기 해보고 싶다.</p> <p>▪ 피로사회를 읽고 평소 나의 생각과 공감이 되었던 부분과 그 이유는 ?</p> <p>○정: 62p “표범은 다른 무엇에 대한 동경도 없이 오지 생 자체에 희열을 느끼는 존재로 나타난다., 녀석은 자유조차 그리워하지 않는 듯했다. 갓출 것을 모두 갖추어 터질 듯 팽팽한 이 고귀한 육체는 자유까지도 함께 달고 다니는 것 같았다. 자유는 이 빨 속 어딘가에 있는 듯했다. 그리고 생에 대한 기쁨이 녀석의 아가리에서 매우 강력한 열기와 함께 뿜어져 나왔으므로, 구경꾼들은 그 앞에서 버티기 힘들 지경이었다., 반면 단식곡예사에게 자유의 감정을 주는 것은 오직 거절의 부정성뿐이다. 하지만 그러한 자유의 감정이란 표범이 “이빨속에” 감추어두고 있는 자유만큼이나 가상적인 것이다. “</p> <p>->표범의 삶은 내가 생각하기에 ‘자유’라는 개념과 거리가 멀어보였다. 늘 사방에 천적의 위협이 도사리고 있는 것 같고. 먹이 구하는 것도 불확실한 것이어서 삶을 살아가는 것도 그것이 그냥 주어진 삶이기 때문에, 본능이라서 살아가는 것 같았다. 그러나 ‘단식곡예사의 자유의 감정을 주는 것은 오직 거절의 부정성이라는 것’문장을 보고 동물도 사람도 ‘생 자체’, 어느 곳 하나 망가지지 않고 굶지 않고 먹고. 위협을 받지 않는 순간 자체에 기쁨을 느끼고 그것으로 완전함을 느끼는 것이 ‘피로’와 ‘성과압박’이 가득한 사회에서 버틸 수 있는 유일하게 꾸준히 느낄 수 있는 ‘위안’이라고 생각했다.</p> <p>○비: 우리 사회가 ‘성과사회’로 바뀌면서 많은 사람들이 피로를 느끼고 그것에 대해 많은 스트레스를 받고 있다고 생각한다. 이렇게 힘든 사람들 중에 우울증에 걸리는 사람도 있고. 번아웃이 오는 사람도 있다. 자신의 능력을 보여주지 않으면 살아남을 수 없기에 여러 강박도 생긴다. 아직 취직을 하지 않았지만 대학교에서 조별과제를 하다 보면 평소에 내가 하던 것 그 이상을 해야한다는 강박이 있는데 이로 인해 금방 소진</p>							

된다. 그렇지만 바뀌지 않는 것이 현실이다.

○서: 28p "우울한 인간은 노동하는 동물로서 자기 자신을 착취한다. 물론 타자의 강요 없이 자발적으로 그는 가해자인 동시에 피해자이다. 아무것도 가능하지 않다는 우울한 개인의 한탄은 아무것도 불가능하지 않다고 믿는 사회에서만 가능한 것이다. 더 이상 할 수 없다는 의식은 파괴적 자책과 자학으로 이루어진다. 성과 주체는 자기 자신과 전쟁 상태에 있다."

->이번 학기 나의 상황과 너무 똑같아서 큰 공감이 되었다. 이번 학기 피로에 시달리고 있었던 근본적인 원인이 나의 자발적인 선택이었다. '통학', '여러 동아리 참여', '북클럽' 활동 등 안 해보고 후회하는 것보다 해보고 후회하는 것이 낫다. '남들도 이 정도 활동을 소화해 내는데 나라고 못할 것 없다. 충분히 해낼 수 있고, 불가능하지 않다'고 생각하는 이 전제가 긍정성 활동 과잉으로 이어진 것 같다. 나 자신을 위한 선택이라고 생각했지만 한편으로는 내 스스로가 나를 힘들게 한 부분이었구나 깨닫게 해주었다.

○은: 긍정성 과잉 부분이 매우 공감된다. 이전에 소진증후군을 꽤 오랫동안 겪어본 적이 있다. 내 체력적, 정신적 한계를 넘어서 활동하다가 생긴 것인데 이것의 계기가 긍정성의 과잉이었다. '할 수 있는 것은 다 해야 한다.', '다른 사람들만큼 해야 하며, 노력하면 불가능한 것은 없다.'라는 생각은 나를 짓누르는 압박처럼 느껴졌다. '가능하다'의 범위는 때로는 타인이 기준이 되며, 무한하다고 느껴지는데, 개인의 기준이 그에 미치지 못할 때 정신적인 피로도도 급격하게 높아지는 것 같다.

남○: 고등학생 때 공부를 하지 않아 늘 점수를 낮게 받았다가 하루는 공부를 열심히 하여 높은 점수를 받았다. 그 후에도 높은 점수를 받았을 때보다 더 열심히 공부하여 시험을 보았는데 낮은 점수를 받아서 새로 오신 선생님께 말씀드리니 '입으로만 열심히 공부했다고 하고 실제로는 공부하지 않은 게 아니냐'라고 말씀하셨다. 또한 대학교에 와서 대외활동에 참가했는데 일러스트 담당을 맡아 영상을 만드는 작업을 했다. 그런데 내가 일러스트를 잘 못그리니까 같은 팀원분께서 내가 그린 일러스트를 다 다시 해야 한다고, 제대로 된 일러스트가 필요하다고 하니 그동안의 노력이 물거품이 되었다는 생각이 들었다. 이런 경험으로 우리 사회가 '성과'만을 중시하고 나의 노력은 포함되지 않는다는 생각이 들어 '성과사회'라는 말이 공감되었다.

▪ '피로사회'의 우리 사회는 '어떤 사회'라고 생각되는가

○정: '흑백사회'라고 생각한다. '깜빡임', '나의 의견'과 '나와 다른 의견'(틀린 것, 잘못된 것), '쇼츠' 콘텐츠 같은 짧은 순간의 자극이 끊임없이 깜빡이는 것과 같은 찰나의 순간과 '이분법적 구분'이 마치 순간적으로 '흑'과 '백'이 나뉘어 굳어지는 사회 같다고 생각했다. 깜빡이는 찰나의 순간에 나의 많은 시간을 흘리듯 내어주고 나와 다른 것은 어려운 것, 나쁜 것, 틀린 것으로 배척한다. 물 흐르듯이 유연한 사회는 지금 찾아볼 수 없는 것 같다. 깜빡거리며 시간을 사로잡는 자극들과 이분법적 구분들이 각자의 자리에서 반짝이며 나를 붙잡아두고 있다.

○비: 우리는 '개인주의'사회이다. 서로 협력을 해야 할 상황에 개별적으로 행동하거나 개인의 의견만 밀어붙여서 결국 자신이 제일 중요하고 자신이 가장 옳바르다고 주장한다. 이는 타인에게 해를 끼치고 자신의 성장을 방해하는 '개인주의'이다.

○서: '비교 사회'인 것 같다. 최근 비교는 자신감과 직결되어있다는 느낌을 받았다. 비교가 과정 속에서 스스로에 대한 자신감이 낮아질수록 타인과 비교하는 정도가 높아진

다는 것을 깨달았다. 내가 어떤 성과를 내는 과정 속에서 스스로 후회가 없을 정도의 많은 시간을 투자하고 노력을 기울인다면 자신감이 생기기에 타인에게 시선이 덜 간다는 것을 느꼈다. 그와 반대로 스스로 준비되어 있지 않으면 자신감도 떨어지고 남들과 나를 비교하며 자책하게 되는 것 같다. 비교를 최대한 줄이려면 먼저 스스로가 자신감이 생길 정도로 준비가 되어 있어야 한다고 생각이 들었다.

○은: 우리 사회는 '물줄기 사회'라고 생각된다. 물은 강으로 흘러가고. 바다로 흘러간다. 가끔 삶에 이끌려 간다는 느낌을 받은 적이 있다. 시간에 이끌려 가고, 삶의 목표와 과정이 내가 주체할 수 없이 막연히 흘러가는 것이다. 속도만 조금씩 변화하면서 끊이지 않고 흘러가다 보면 '여기가 어디지?'하는 생각이 드는 곳에 도착하게 된다. 그저 다른 사람들을 따라서 막연히 흘러가다, 결국은 무인도처럼 동동 떠다니고 다시 어디론가 흘러가는 것 같다. 세상의 많은 정보를 전부 받아들이지 못하고 이제는 그 속에 섞여 나라는 주체를 인식하지 못하는 상태까지 왔다고 생각한다.

남○: '정보과잉 사회'라고 생각한다. 인터넷에는 불필요한 정보가 넘쳐난다. 필요한 정보를 찾기 위해 인터넷에 들어가면 필요한 것뿐만 아니라 불필요한 정보도 수없이 많아서 넘쳐나는 정보가 뇌에 입력되어 금방 피로해진다. 또한 그 속에서 진실을 찾아내야 하며 이런 과잉의 시대에 자아는 외부로 발생하는 폭력 대신 우리 내부에 발생하는 신경질적 반응. 우울증으로 표출된다.

▪ 책에서 이해가 가지 않는 부분과 그것을 이해하기 찾아본 내용이나 활동에서 이야기를 나누고 싶은 주제

○정: 어려운 단어가 많이 나오고. 알 것 같으면서도 모르겠는 단어들의 뜻을 찾아 해당 부분을 다시 풀어 읽어 보았다.

"경험하는 인간은 타자와 마주한다. 경험은 이화적이다. 반면 체험은 차자 속으로, 세계 속으로 연장시킨다. 따라서 체험은 동화적으로 작용한다."

=> 경험은 이화적이다.(동화와 대립되는 현상으로 서로 같거나 비슷한 소리의 하나를 다른 소리로 바꾸는 현상이다) 같은 상황을 경험하고도 같은 것을 느끼지 않고 다른 것을 이야기하는 것이다. 자신의 언어로 바꾸기도 하고. 다른 감정을 느끼기도 한다. 경험(같거나 비슷한)->감정. 생각으로 바꾸어 말하는 것이다.

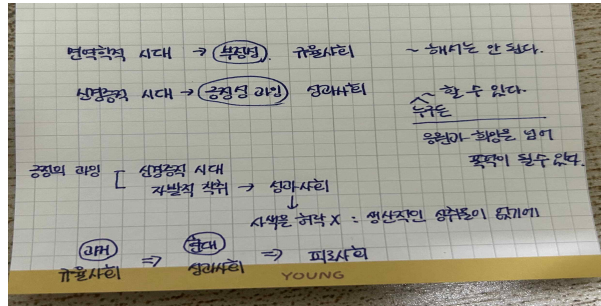
반면 체험은 동화적(성질이 먼 두 음이 서로 영향을 주고 받아서 아주 같아지거나 비슷해지는 현상을 말한다.)으로 작용한다.->체험은 주관과 객관으로 나누기 전의 개인의 주관 속에 직접적으로 볼 수 있는 생생한 의식 과정이나 내용)이라는 뜻이다. 목적은 직접적으로 주관이 개입하기도 하지만 당사자나 본질이 말하는 것을 타인이 알고하는 목적이라고 생각한다. 그렇기 때문에 '체험은 동화적이다'라는 표현이 이해가 갔다.

○비: 71p [한트케는 '우리-피로'라고 말한다. 이때 나는 너에게 지치는 것이 아니라. 한트케의 표현대로 말하자면 너를 향해 지치는 것이다. "그렇게 우리는-내 기억으로는 늘 밖에서 우후의 햇살을 받으며-앉아 있었고 말을 하기도 하고 침묵을 지키기도 하면서 공동의 피로를 즐겼다.] ->공동 피로를 즐긴다는 것이 어떤 피로인지 모르겠다.

=>유정 생각: 앞쪽의 내용을 보면 ["깊은 피로는 정체성의 조임쇠를 느슨하게 풀어놓는다. 사물들은 더 불분명해지고 더 개방적으로 되면서 확고한 성질을 다소 잃어버린다. 그리고 이런 특별한 무차별성으로 인해 우애의 분위기를 띠기시작한다. 타자들과의 사이를 가르는 경직된 경계선은 거두어진다....., 결국은 모두가 함께 어깨를 맞대고 있는 것이다. 이러한 피로는 깊은 우애를 낳고 소속이나 친족관계에 의존하지 않는 공동체의 가능성을 보여준다."] ->이것이 깊은 피로를 겪고 있는 공동체가 피로로 인해 이완되면서 서로의 경계를 풀고 햇살을 받는 시간 동안은 각자 '개인의 피로'에 탈진해 있

다고 생각하는 것이 아닌 공동체가 모두가 겪고 있는 '피로' 그 자체를 느끼고 있고 그것을 통해 개인들이 풀어지고 '공동체'라는 이름으로 다같이 휴식을 즐긴다는 표현같다.

○서: 처음 읽었을 때 전체적인 내용 정리가 쉽지 않았다. 그래서 '해음 책방'이라는 유튜브 채널에서 책 내용을 정리해주신 영상을 보았더니 정리가 잘 되었다.



○은: '피로'를 장점으로 느낀 경험이 있는지 궁금하다.

->○정: 피로는 '무장해제'를 빠르게 도와준다. 긴장을 푸는 것이 쉽지 않는데 피로가 많이 쌓이면 이완이 쉽게 되는데 그것이 휴식을 빨리 취할 수 있도록 해주는 것 같다.

○서: 피로의 장점을 생각해보았는데 딱히 떠오르는 것이 없었다.

○비: 피로=>부담감을 느끼게 해서 일의 완성도를 높일 수 있는 동기부여를 해주는 것이 좋다고 생각한다.

남○: 피로를 느끼면 낮잠을 자는데 이것이 맑은 정신으로 다음 할 일의 능률을 높여 줄 수 있는 것 같다.

남○: 책을 읽고 나서 '피로사회'를 읽은 독자의 감상을 올린 블로그를 읽었다. 이 독자는 작가가 말하는 긍정성의 과잉이 이해되지 않는다고 하였다. 규율사회에서 성과사회로 전환됐다는 주장은 동의하지만 그 동력인 부정성이 긍정성으로 변환됐다고는 생각되지 않는다고 한다. 불평등은 구조화되어 더욱 심화되었으며 상대방에 대한 부정성은 오히려 더 강화된 것 같다고 한다. 긍정성의 과잉이 피로사회를 만드는 게 아니라 부정성의 심화가 사회를 피로하게 만든 것 같다고 한다.

■ 내가 '피로'하다고 느끼는 상황은 언제인지, 또 피로는 '단점'만 있는 것인지 생각해 보자

○정: 피로하다고 느끼는 상황은 관심없는 분야 특히 공학, 스포츠에 관한 이야기를 들을 때 정신적으로 피로하다고 느낀다. 육체적인 피로는 하루 동안 주어진 일 '생산적인 일'이라고 부르는 시간들을 보내고 혼자만 남게 되었을 때 내가 '피로'하다고 느끼고 그러면서 긴장이 풀린다. 나에게 '피로'는 '불안과 긴장의 산물'이며 염증의 원인이다. 그러나 피로의 장점은 피로가 쌓여 개인적인 공간에 온전히 혼자 있다고 생각할 때 빠르게 몸을 이완시켜 휴식을 하도록 도와준다. 이것이 내가 '피로'가 필요하다고 생각하는 이유다.

○비: 내가 피로하다고 느끼는 상황은 '조별과제'를 할 때이다. 조별과제에서 맡은 역할을 충실히 하려고 하면 그 이상의 것을 만들어 내고 싶어한다. 하지만 이것은 곧 나에게 조기 소진을 불러일으켰다. 하지만 결과는 좋았다. 따라서 과도하지 않은 적당한 피로는 나를 단단하게 만들고 성장할 수 있다고 생각해서 단점만 있다고 생각하지 않는다.

○서: 무엇보다 잠을 충분히 자지 못하고 체력이 부족해 편안하고 쉬운 선택지를 찾고.

별로 좋지 않은 결과에도 스스로 타협할 때, 그리고 나만의 생각을 정리하는 고독의 시간이 부족할 때이다. 스스로 생각 정리가 부족해지면 타인에 말에 잘 휘둘리게 되고 중심이 흔들리는 느낌이 든다.

○은: 무한한 가능성과 정보를 인지할 때이다. 가끔씩 외부로부터 공격을 받고 있다고 느껴질 때 가 많다. 이상적인 미래를 만들기 위해 해야 하는 것들을 인지했을 때부터 설 틈 없이 들려오는 소리까지..., 내가 스스로 정한 한계의 기준을 넘는 정보. 당위성 등을 마주할 때 피로하다고 느끼는 것 같다.

현재는 단점만 느껴진다. 내가 지금 피로한 상태여서 그런 것 같다. 내가 느껴지는 모든 부담감은 모두 '피로'로 느껴진다.

남○: 최근 들어 나는 면역력이 낮아져서 조금만 놀아도 '피로'를 금방 느끼게 되었다. 평소에는 무언가에 한 시간 동안 집중하거나 청소를 하면 피로해진다. 이러한 피로들을 느끼게 되면 낮잠을 자게 되어 잠을 자는 시간이 아깝다는 생각도 들지만 "잠이 보약이다"라는 말이 있는 것처럼 나쁜 점만 있는 것은 아니라고 생각한다. 낮잠을 자면 피로와 스트레스를 풀어지고 맑은 정신으로 다음 활동을 차질 없이 할 수 있다.

▪ 활동사진

2023 년 11월 7일

참가자대표 : 신○정

심비우스 북클럽 운영보고서 (다섯 번째 활동)

북클럽 팀명	독서다나							
운영일시 / 장소	일 시 : 2023 년 11월 14일(화요일) / 장 소 : 도서관 3층 스테디룸							
참석자 명단	학번	2020****	이름	신○정	학번		이름	
	학번	2021****	이름	이○비	학번		이름	
	학번	2023****	이름	허○서				
	학번	2023****	이름	남○정				
토의 내용 (읽은 책을 중심으로)	<p>책: 돌봄과 작업-내가 생각하는 돌봄이란 무엇인가? {독서토론}</p> <p>돌봄과 작업 책소개 -남○정- 엄마로서 육아와 일을 동시에 하면서 주변 환경과 본인이 어떻게 바뀌게 되었는지 어떤 생각을 가지게 되었는지 대한 여러 엄마들의 이야기가 담긴 책이다. 읽으면서 부모님의 입장을 생각해 볼 수 있게 되었고. 공감이 갈 수 있는 부분도 있었다.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 돌보며 작업하는 엄마들의 이야기 중 가장 마음에 와닿았던 이야기를 짧게 소개하고 그 이유를 말해보자(저자-직업-제목) <p>○정: 황다는-드라마 작가-경력단절이 아니라 경력심화 과정이 된 시간 같은 분야의 일을 하는 저자와 남편은 아이가 생기면서 서로 다른 속도로 좋아하는, 하고 있던 일을 하게 된다. 같이 아이를 탄생하게 만든 남편은 경제적인 부분을 책임지며 여전히 일을 하고 있고. 저자는 친정어머니와 고군분투하며 두 아이를 돌보게 되었다. 아이가 기관에 다니고 나서부터는 일을 시작하려 했지만 또다시 쏟아지는 엄마를 향한 요청에 좌절되었다. 그렇지만 지금은 자신의 일을 꽤 잘 해내는 작가이다. 그리고 엄마이다. 누구의 잘못이라 할 수 없지만 억울한 것은 어쩔 수 없다. '엄마'가 된 작가인 저자의 삶이 제일 많이 바뀌었기 때문이다. 끊임없이 자신의 일, 좋아하는 일을 하기 위해 노력했고, 아이를 양육하며 보낸 시간을 경력단절의 시간이 아니라 경력 심화과정이라고 이야기한 부분이 존경스러웠다. 엄마로서의 자신의 가치를 중요하게 느끼고, 양육을 하며 인생의 새로운 경험, 이전까지 느낄 수 없었던 감정과 일들이 작가인 저자에게 좋은 영향을 준 것 같다고 느꼈다. 나도 그런 엄마가 되고 싶다.</p> <p>○비: 김잔디-키보디스트-정신건강간호사-아이와 함께성장한다는 말의 진짜 의미 공동체 안에서 아나바다. 체험활동, 의미 있는 일에 마음 전하기 등의 활동을 한다. 이 모임은 서로를 성장시키는 원동력이 되었다. 이들의 공통점은 공부를 하며 전문가가 된 엄마 등, 주체적인 삶을 살아가는 것이다. 아이를 키우며 허무함. 좌괴감에 빠지기 쉽고. 화내기도 쉽다. 자신이 여유가 있어야 아이에게 화를 내지 않는다고 생각한다. 또한 비교와 피해의식으로 힘이 들면서도, 최선을 다한다는 것을 알면서도 '나는 이렇게 하면서도 아이들을 챙기고 있다'는 생각을 가진다. 이런 것은 위해 사용한 방법으로는 타임아웃. 나-메시지, 미리 확인 등이 있다. 아이와 함께 본인도 성장하고 있다는 내용을 담고 있다. 이 글을 읽으면서 원래는 아이가 있으면 지치는 시간이 늘어나서 성장할 시간이 없을 것이라고 생각했는데 공동육아를 하면서 성장 과정을 지켜보고 화를 다스리는 방법도 깨우치며 서로 성장을 할 수 있다는 것이 감명 깊었다. 육아를 하다 보면 나도 모르는</p>							

나의 이상한 감정이 나올 것 같은데 이런 것들을 잘 조절하고 극복해나간다면 확실히 성장할 수 있을 것 같다고 느꼈다.

○서: **이설아-입양지원실천가-돌봄이 필요한 이들이 서로를 끌어안을 때**

앞선 어머니들의 이야기와 다르게 '입양'이라는 주제가 나오는 이설아님의 이야기가 가장 기억에 남았다. 직접 세 아이를 입양하여 가족으로 맞이하는 것을 넘어서 입양 사후 서비스 기관에서 입양이 성립된 이후부터 평생에 걸쳐 가족의 성장을 지원하는 일을 하며 입양의 안전하고 건강한 가이드를 만들어나가는 부분이 정말 대단하다고 생각했다. 그리고 무엇보다 아이들에게 자신의 감정을 이해하고 솔직한 언어로 표현할 수 있는 '감정을 돌보는 일'에 가장 공을 들이셨다는 부분을 읽고 이것이 가장 중요하다고 깨달을 때까지 수많은 감정을 겪고, 받아들이고, 돌보기까지의 과정이 쉽지 않았을 텐데 잘 이겨내고 많은 사람에게 좋은 영향을 주고 있는 이설아 님께 존경을 표현하고 싶다.

○은: **김은화-편집자, 구술생애자,작가-지옥에서 온 페미니스트가 평범한 한국 남자를 만났을 때**

소제목부터 상당히 눈에 띄어서 관심이 갔던 것 같다. 나 역시 한국의 가부장적인 사회와 적어도 내가 아는 대부분의 나라의 지구인들의 무의식에 뿌리내려 있는 남성 중심 사상을 혐오한다. 그렇게 때문에 이 이야기의 내용이 공감이 많이 갔다. 분명 착하고 성실한 데도 행동과 관념에서 어딘가 불편함을 느끼게 했던 내가 아는 남성들의 모습이 책에 그대로 나와서 웃겼던 것 같다.

하지만 내가 이 이야기가 가장 기억에 남았던 이유는 끝부분의 [*본디 태생적으로 화가 많은 나는, 길거리에서 만난 할아버지에게도 소리를 지르고(쓰레기 무단투기 현장을 목격했다!)....(중략).... 이게 다 세상에 대한 애정이 많아서다. 177p*]->이 대목 때문이었다. 나도 살아오면서 '이게 왜 당연하지?'라는 생각을 자주 했지만, 실천으로 옮기지는 못했다. 세상보다는 나에게 애정이 더 많아서 그리고 나 외에 애정을 쏟을 에너지가 부족해서 인 것 같다. 그렇기에 이렇게 세상에 목소리를 내고 싸우는 사람들이 대단한 것 같다. 바꾸려는 의지 또한 애정이고 권리를 위해 싸우는 이들이 필요한 이유이기 때문이다.

남○: **홍한별-번역가-아이를 버리고 도망쳤던 기억**

집에서 번역하는 일과 육아를 동시에 할 수 가 없어 아이를 베이비시터에게 맡기고 일을 시작하는데. 이러한 행동을 아이를 버리고 도망친 것이라고 표현한다. 그리고 종종 놀이터에서 놀고 있는 아이들을 보면 부모에게 버림받은 아이라고 생각하며 가엾다고 생각한다. 부모들은 아무리 본인 자식이 사랑스러워도 한 번쯤은 육아에서 벗어나고 싶다고 생각할 것이다. 우리 엄마도 그동안 나 와 동생을 키우시느라 하고 싶은 것들, 사고 싶은 것들을 하지도, 사지도 못하셨다. 늘 "너네 다 크면 엄마 혼자 살 거야."라는 말을 입에 달고 사신다. 그래서 나는 홍한별 번역가가 쓴 글의 제목이 눈에 띄었다. 아이를 베이비시터나 유치원에 맡기는 것인데도 그렇게 표현한 것이 놀라웠다.

▪ **자신을 지키며 육아를 하는 엄마들의 이야기를 읽으면서 자신이 엄마가 된다면 어떤 엄마가 되고 싶은지 이야기해보자**

○정: '똑똑한 엄마'가 되고 싶다. 육아에 지쳐 아이의 공부만 챙기고 힘들어서 나의 발전은 신경 쓰지 못하면 아이를 원망할 수 있을 것 같다. 나 자신을 최대한 잃지 않으려 노력하면서 아이를 키우는 사람이 되고 싶은데 그렇게 하기 위해 체력을 기르고, 양육에 관한 공부도 많이 할 것이다. 그러나 '정답'만을 찾기보다는 우리 가족의 상황에 맞는 최선의 방법을 찾으려고 노력할 것이다. 내가 생각하는 '똑똑한'이라는 뜻은 다른 사람이 만든 답을 그대로 가져다 쓰기보다는 여러 가지 좋은 정보들을 종합하여

나의 것으로 만드는 것이다. 사람들이 말하는 '정답'에 휘청거리지 않으면서 아이와 행복한 삶을 사는 가정을 만들고 싶다.

○비: 내가 엄마가 된다면 '나'를 잃지 않는 사람이 되고 싶다. 내 일을 포기하고 집에만 있고 싶지 않다. 내가 집에만 있게 된다면 아이에게 화를 더 많이 낼 것 같다. 나의 감정을 아이에게 전이시키고 싶지 않다. 물론 일을 한다면 그것 나름대로 딜레마가 있을 것이고. 어려움이 있을 것이다. 하지만 나의 주체성을 잃지 않기 위해서는 내가 할 수 있는 일이라면 무엇이든 도전할 것이다. 또 어려운 엄마가 되고 싶지 않다. 친근하게 언제든지 기댈 수 있고, 무엇이든 말할 수 있는 그런 엄마가 되고 싶다. 일을 한다고 해서 아이와 보내는 시간이 줄어서는 안된다고 생각하기 때문에 아이와 많은 시간을 보내며 친밀감을 많이 쌓고 싶다.

○서: [203p에 '내가 살아가지 못한 삶이 자식에게 부담으로 남지 않기를 바라고 자식의 인생을 내가 함부로 가져와서 살지 않기를 바란다. 우리 자식이 자기 삶을 온전히 살아가도록 도울 수 있을까'라는 부분과 '자식은 옆에서 자기만의 고유한 실수와 실패를 겪고 그것을 통과해 온전히 자기다운 모습으로 자라나리라고 믿는다.']->에서 나의 부모님과 비슷해 공감되었다. 내가 부모님에게 가장 감사한 부분은 온전히 우리의 삶을 살아갈 수 있게 노력해주시는 것이다. 나의 부모님이 노력하신 부분들을 생각해 보면 인생의 선택 부분에서 나의 선택을 믿어주시고 그 선택의 결과에 부담과 어려움 보단 책임감을 지닐 수 있게 어떤 결과도 받아 들여주셨다. 그래서 나는 내가 선택한 길로 나아갈 수 있고 그 결과들에 대한 책임감을 지닐 수 있는 주체적인 삶을 살고 있다.

나 또한 부모가 된다면 아이가 성장하면서 선택하는 것들(도덕적으로 벗어난 것이 아닌 이상)을 묵묵히 믿어주고 결과가 좋으면 스스로 해낸 아이에게 무한한 칭찬을, 결과가 안 좋을 땐 아이가 스스로 받아들이고 한 단계 성장할 수 있도록 격려와 든든한 지지를 해줄 것 같다. 또 요즘 주변 친구들을 보면 부모님에게 심적과 경제적으로 독립이 되어있지 않아 자신이 원하는 걸 선택하는 것이 제한됨으로써 주체적인 삶을 사는 모습이 정말 매우 안타까웠다.

○은: 진지하게 고민해 본 적은 없지만, 우리 어머니와 같은 엄마가 되고 싶다고 막연히 생각해보긴 했다. 이 책을 읽으면서 다시금 엄마도 자신의 이름이 있고, 인생이 있는 인간이라는 것을 상기해보니, 우리 어머니도 자식에 대한 부담감을 많이 내려놓으면 좋겠다고 생각했다. 또한, 그런 어머니를 닮은 엄마가 되고 싶다.

남○: 아이의 이야기를 잘 들어주고 하고 싶어 하는 게 있으면 거의 하게 해주고 싶다. 맛있는 요리들을 만들어주며 함께하는 시간을 가지고, 또 같이 책을 읽는 것도 많이 하고 싶다.

▪ 책을 읽으면서 느꼈던 점이나 조원들과 같이 이야기 하고 싶었던 '돌봄'과 관련한 주제

○정: 『돌봄과 작업2 18~20p』 [‘양육에 대한 시선과 언어는 중요한 상징인 엄마에 대한 여러 투사들로 더욱 혼탁해져 있다.’]

개인의 성향인 태도나 특성에 대하여 다른 사람에게 무의식적으로 그 원인을 돌리는 심리적 현상인 “투사”온갖 기대와 사람들이 요구하는 정답. 하나의 역할만 잘해서도 안된다. 여러 가지 동시에 훌륭한 결과를 생산해 내야 하는 존재로 '엄마'를 바라본다. 물론 나도 그렇다. 좋은엄마가 되고 싶지만 여러 투사와 내가 해야 한다고 완고하게 믿고. 정해놓은 규칙들까지 내가 무너지지 않고 잘 참고 견뎌냈으면 좋겠다. 나를 지지해 주는 가족 안에서 중심을 잘 잡고 싶다.

○비: 책을 읽으면서 부부의 공동육아가 정말 중요하다고 느꼈다. 한 명만 육아를 담당하면 완벽하게 했어도 결핍이 생길 수 있다. 이런 결핍을 어떻게 채울 것인지 각자 남편과의 공동육아를 할 것인지 궁금하다.

->유정: 서로가 아이에게 해줄 수 있는, 해주었으면 하는 역할과 바람을 아이를 낳기 전에 대화를 많이 나눌 것 같다. 어떤 엄마, 아빠가 되고 싶은가에 대해서 충분한 이야기를 나누는 것이 필요할 것 같다.

정서, 은비: 육아휴직을 번갈아 가며 사용해 한 명만 아이를 계속 돌보는 것이 아닌 공동으로 아이를 돌보고, 아이와 함께 있는 시간을 충분히 가져 애착을 잘 형성하려고 할 것 같다.

○서: 130p에 스스로 연대하는 법을 배우기 파트 부분을 많은 부모님들이 읽었으면 좋겠다고 생각했다. [“많은 육아 정보들이 넘쳐 나는 시대에서 무엇이 옳은지 해법을 찾으려고 많이 힘들어하신다. 절대 해법을 찾으려 애쓰지 말고 무엇보다 자신에게 집중하고 자신의 이야기를 더 많이 만드시길 바란다”]는 말이 너무 큰 위로가 된 것 같다.

남○: 어릴 적 부모에게 속상했던 일을 본인이 부모가 된다면 그 일에 대해서 자식에게 똑같이 행동할 건지 다르게 행동할 건지에 대해 이야기를 하고 싶다. 나는 더 먹고 싶은 게 생겨 사달라고 하면 돈이 없어서 안 된다고 하거나 딱 하나만 더 사준다고 하셨었다. 그래서 음식을 더 먹을 수는 없으니 아껴먹어야 되겠다는 생각을 갖고 조금씩 천천히 먹다 보니 지금도 그런 행동을 하는 습관을 갖게 되었다. 그래서 만약에 내 자식이 더 먹고 싶다고 하면 돈이 많다면 적당히 많이 사줄 것 같다.

->○서: 어릴 때 이곳저곳 아이를 데리고 여행을 다니면서 다양한 경험을 시켜줄 것 같다.

○비: 열심히 했는데 점수가 잘 나오지 않았을 때 왜이렇게 못하냐는 식으로 부정적으로 말씀하셔서 서운했던 기억이 있다. 내 자녀에게는 부정적으로 말하기보다 조금 더 부드럽게 말하고 믿어주고 싶다.

○정: 어릴 때 손톱과 주변 거스러미를 뜯는 습관이 있었는데 부모님께서 왜 하는 것이냐고 묻지 않고 화를 내시기만 하셨다. 아이에게 그런 습관이 생긴다면 왜 그러는 것인지 같이 원인을 찾아주고 그렇게 하지 않도록 도와줄 것 같다.

▪ 내가 생각하는 돌봄이란 무엇인가?

○정: 돌보려 하는 대사의 등 뒤에 있는 산처럼, 따뜻한 온기를 간직하는 이불처럼 돌봄=사랑(하는 사람)의 믿는 구석이 되어주는 것이다. 도움의 손길을 청할 때 기꺼이 손을 내밀어 주는 것이고 혼자 서지 못하면 혼자 설 수 있을 때까지 옆에서 도와주는 것이다. 희생은 돌봄의 의미에서 떼려야 뗄 수 없는 의미다. 그렇지만 사람의 체력과 마음은 한계가 있다고 생각한다. 어딘가에서 본 글 중에 “돌봄은 사랑의 다른 말이다”라는 것을 보았는데 “사랑”이라는 “돌봄의 대가”를 받으면 “희생”이라는 생각보다 “더 아껴줘야지” 하거나 덜 지치고, 무너져도 다시 일어설 수 있는 힘을 얻을 수 있을 것 같다.


○비: 내가 생각하는 돌봄은 아이를 외롭게 앓게 하면서 맞벌이 부부의 타협점을 찾는 것이다. 요즘은 다들 맞벌이를 하다 보니 아이를 조부모님께 맡기거나 베이비시터를 쓴다. 어쩔 수가 없다고 해도 부부의 아이인데 다른 사람이 본다는 것은 어려운 문제인 것 같다. 주변의 도움이 있다고 해도 아이는 외로움을 많이 느낀다. 부모의 빈자리를 느끼지 않게끔 돌보는 것이 중요하다고 생각한다. 또 이러한 과정에서 부부의 스트

	<p>레스 관리도 같이 해주어야 지치지 않고 아이에게 좋은 영향을 줄 수 있을 것 같다.</p> <p>○서: 돌봄은 큰 의미로 볼 때 여러 가지가 있겠지만 나 스스로와 가족, 그리고 소중한 친구들 사이, 즉 관계에서의 돌봄 의미로 생각해보자면, 스스로를 잃지 않으면서도 서로를 이해해주는 것을 넘어 인정해주고, 타협하는 것을 넘어 양보해주는 과정의 연속인 것 같다.</p> <p>○은: 돌봄이란, 무언가에 책임을 갖는 일인 것 같다. 공부든, 반려견이든, 식물이든, 가족이든 내가 그것을 책임져야 하고 계속 살아갈 수 있게 하려면 '돌봄'이 필요하기 때문이다. 이 중에 가장 중요한 것은 물론 '나'에 대한 돌봄이지 않을까.</p> <p>남○: 아이가 안전한 곳에서 행복하게 지내게 해주면서 하면서 더불어 부모도 같이 성장하는 것이다.</p> <ul style="list-style-type: none">▪ 활동사진
--	--

2023 년 11월 14일

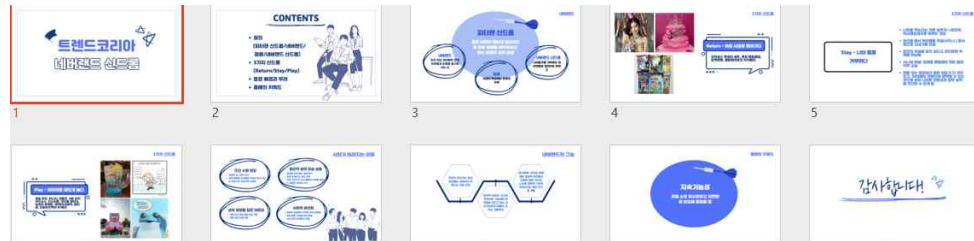
참가자대표 : 신○정

심비우스 북클럽 운영보고서 (여섯 번째 활동)

북클럽 팀명	독서다나							
운영일시 / 장소	일 시 : 2023 년 11월 21일(화요일) /장 소 : 도서관 4층 디지털스터디룸							
참석자 명단	학번	2020****	이름	신○정	학번	2023****	이름	남○정
	학번	2021****	이름	이○비	학번		이름	
	학번	2021****	이름	권○은	학번		이름	
	학번	2023****	이름	허○서				
토의 내용 (읽은 책을 중심으로)	<p>책: 트렌드 코리아2023-내가 생각하는 올해의 트렌드 키워드는? {키워드 발표}</p> <p>책소개-권○은- 한국의 독특한 문화와 현상을 탐구하여 현재의 트렌드를 분석한 책. 저자는 다양한 분야에서 벌어지는 변화와 이로 인한 사회적 영향을 알차게 소개하며, 독자들에게 미래의 흐름을 예측하는 통찰력 제공 올해는 RABBIT JUMP: 토끼가 점프하듯이 도약하는 한해를 보내자는 의미로 키워드를 선정하여 트렌드를 소개하였다.</p>							
	<p>[신○정]-오피스 빅뱅</p>  <ul style="list-style-type: none"> ▪ 트렌드 코리아에서 10개의 키워드 중 내가 생각하는 올해의 키워드를 하나 뽑아본다면, 그 이유는 무엇인가? 팬데믹 이후 재택근무에 대한 편리성과 다시 직장으로 돌아가기 싫다는 노동자들이 많아지면서 기업은 이탈자들을 막기 위해 다양한 업무 방식을 제안했다. 과거에는 조직과 자신을 동일시하며 회사에 전념하는 사람이 많았지만 지금은 조직의 성장보다 자신의 성장을 더 우선시하며 조직과 자신을 동일시하는 사람이 많이 사라졌다. 이런 상황 속에서 과연 ‘일이란 무엇인가’, ‘기업과 노동자의 관계’, ‘조직이란 무엇인가’에 대한 의문이 들었다. ‘오피스 빅뱅’을 올해의 키워드로 선정하여 변화되고 있는 새로운 일의 유형과 업무방식에 대해 알아보고자 한다. ▪ 책에 나오지 않은 내가 생각하는 올해의 키워드는 무엇이라고 생각하는가? ‘버블 사회’로 정해보았다. ->과거의 추억만을 그리워하고 실제 문제는 외면한다. 비누는 별로 없지만 물을 쏟아부어 역지로 거품의 양을 늘려 가려보지만 땅은 점점 척박해져 간다. 정책이나 기업들이 앞다투어 어려워진 현시대를 위한 정책들을 내놓고 있지만 실효성이 없거나 관심이 사그라들면 슬그머니 없어진다. 이것이 우리 사회의 현주소인 것 같다. ▪ 올해의 키워드 분석 발표 내용 간략히 정리 1.오피스 빅뱅이란?, 선정이유 2. 다양한 업무 방식의 유형: 프리랜서, 재택근무, 자율출근제, 워케이션 3. 오피스 빅뱅에 대처하는 기업의 자세: 거점오피스, 핫플레이스 음식 복지. 열린 소통, 수평적 조직 4. 키워드에 대한 나의 생각: 5. 내가 선정한 올해의 키워드 ▪ 키워드에 대한 나의 생각: 빠르게 변하는 사회. 불안정한 고용안정성, 이런 사회에 							

서 한 직장에 나의 청춘을 바치는 것은 어불성설일지 모른다. 그렇지만 힘들게 들어간 직장. 많은 돈을 들여 뽑은 회사의 구성원들, 기업과 노동자 간의 새로운 규칙이 필요한 시대이다. 현 사회는 갈라 치기. 극단적인 양극화. 분열화로 서로를 이해하려고 들지 않는 시대이다. 이름뿐인 제도도 많다. 개인이 생각하는 일의 가치와 회사가 생각하는 가치와 서로 연결하려는 노력을 모두가 같이 하는 것이 점점 더 어려워지는 고용 시장에서 살아남게 하는 '구명조끼'라고 생각한다.

[이○비]- 네버랜드 신드롬



■ 트렌드 코리아에서 10개의 키워드 중 내가 생각하는 올해의 키워드를 하나 뽑아본다면, 그 이유는 무엇인가?

내가 뽑은 올해의 키워드는 네버랜드 신드롬이다. 한창 포켓몬빵, 프린세스 주얼리 등이 유행할 때 왜 이런 것들이 유행을 하고, 이런 것들을 통해 얻는 것이 무엇인지 궁금해서 네버랜드 신드롬이라는 키워드를 뽑았다. 또한 연예인들이 유행을 선동함으로써 가해지는 손실이 있는지도 궁금했다.

■ 책에 나오지 않은 내가 생각하는 올해의 키워드는 무엇이라고 생각하는가?

지속가능성이다. 지속가능성이란 자원 소모를 최소화하고 자연환경 보호에 중점을 두는 것이다. 요즘 매장 내 일회용품 사용 규정 등이 자주 눈에 띄어서 선정하게 되었고 충분히 이슈는 되고 있지만 정작 지키려는 사람들이 많이 없는 것 같아 선정하게 되었다. 매장 내 빨대 사용과 플라스틱 컵 사용 등은 1년의 계도 기간을 가졌지만 며칠 전 그 기간을 늘리기로 환경부에서 발표했다. 이로 인해 소상공인들은 안심을 했지만 적절하게 정책이 이뤄지지 않는다는 비판을 받기도 한다.

■ 올해의 키워드 분석 발표 내용 간략히 정리

우선 목차는 피터팬 신드롬, 네버랜드, 젊음, 네버랜드 신드롬 정의에 대해 다룬 다음, Return, Stay, Play 등 3가지 신드롬을 다룰 것이다. 그리고 등장 배경과 우려, 올해의 키워드 순이다. 전체적으로 책의 내용을 정리한 내용을 피피티에 담았고 마지막에 내가 생각하는 올해의 키워드를 발표하며 마무리할 것이다.

피터팬 신드롬은 심리적으로 아이 상태에 머무르려고 하는 퇴행적 심리 상태이다. Return: 어린 시절로 돌아가기 Stay: 나이 들을 거부하다(승진거부. 동안. 시니어 팬덤) Play: 아이처럼 재미있게 놀다(다양한 즐기거리의 탄생-명랑골프, 하이볼. 카드뉴스, 캐릭터 마케팅. 놀이터 마케팅) 등으로 정리해 볼 수 있다.

[허○서]-체리슈머



■ 트렌드 코리아에서 10개의 키워드 중 내가 생각하는 올해의 키워드를 하나 뽑아본다면, 그 이유는 무엇인가?

체리슈머, 이유- 나도 체리슈머라는 것을 올해 가장 체감할 수 있었다. 예를 들어, 나 또한 LG U+ 가 론칭한 구독 서비스 플랫폼인 '유독'을 사용하면서 내가 원하는 라이프 스타일에 따라 매일 원하는 서비스를 선택해 사용하는 유연한 말랑 전략을 사용하고 있다. 그리고 우리 학교 학생분들도 택시비를 아끼기 위해 에타에 글을 올려 같이 택시를 탈 사람을 찾는 등 반반 전략을 사용하는 모습을 쉽게 볼 수

있다.

▪ 책에 나오지 않은 내가 생각하는 올해의 키워드는 무엇이라고 생각하는가?

내가 생각한 올해의 키워드는 “기록”이라고 생각한다.

올해 다이어리,일기장,플래너,가계부 등 아날로그 상품들이 많이 팔렸다고 하는데, 최근 기록의 관한 책들도 많이 출간되고 있어서 기록에 대한 중요성이 부각되고 있다. 나 또한 기록의 가치와 중요성이 크다고 생각한다. 기록을 하면서 자신을 되돌아보고 솔직해지면서 나다움과 주체적인 삶을 확립해나가며 나만의 브랜드와 콘텐츠를 생성해 나갈 수 있다고 생각한다. 그리고 무엇보다 내가 한 경험을 흘러보내는 것이 아니라 기록을 하면서 다시 한번 깨닫고 채워나갈 수 있다는 점도 기록의 큰 매력이라고 생각한다. 올해 뿐만 아니라 더더욱 자기 자신만의 개성과 브랜드가 중요해지는 세상에서 기록의 중요성은 계속 증가할 것 같다.

▪ 올해의 키워드 분석 발표 내용 간략히 정리

1.채리슈머 등장과 확대 2.채리슈머 세 가지 소비 전략 3.채리슈머를 선택한 이유 4. 트렌드 코리아 키워드 외에 내가 선택한 올해의 키워드

[권○은]-선제적 대응기술



▪ 트렌드 코리아에서 10개의 키워드 중 내가 생각하는 올해의 키워드를 하나 뽑아본다면, 그 이유는 무엇인가?

‘선제적 대응기술’이다. 어쩌면 이 책도 선제적 대응 중 하나라고 생각한다. 매년 말, 다음 해가 오기 전에 트렌드를 예측하는 ‘트렌드 코리아’ 시리즈처럼 최근 우리 사회에서 주목해야 하는 기술 중 하나라고 생각한다. 빅데이터를 기반으로 예측하는 머신러닝을 넘어서 스스로 생각하는 딥러닝의 시대로 도래했던 것처럼, 우리는 이제 넘쳐나는 수많은 데이터를 더 슬기롭게 사용할 수 있어야 한다. 기술의 목적은 인간의 편리이므로, 이 데이터를 사용해 인간을 편리하게 할 수 있는 현 시점의 가장 슬기로운 기술이 선제적 대응기술이다. 대중이 인지하기 전에 먼저 필요한 서비스를 제공하는 마케팅에 대해 얘기를 이전에 들은 적이 있다. 이제는 그 기술이 한 숙련된 기술자의 눈치도, 단 한 사람만을 위한 개인화 시스템도 아닌 불특정 다수를 위한 보편적이고 당연한 기술이 되는 날이 머지 않았다는 점이 인상 깊었다.

▪ 책에 나오지 않은 내가 생각하는 올해의 키워드는 무엇이라고 생각하는가?

내가 생각하는 올해의 키워드는 ‘불량식품’라고 생각한다. 영양소가 제대로 알려져 있지 않고,간단하게 구입해서 짧게 맛을 보고 버리는 불량식품이 내용물에는 관심이 없고 잠깐의 재미를 위해 사용되면서 빠르게 소비되는 최신 유행과 문화가 닮았다고 생각한다.

▪ 올해의 키워드 분석 발표 내용 간략히 정리

1. 책 소개 2. 선정한 키워드 3. 키워드 소개 4. 내가 선정한 올해의 키워드

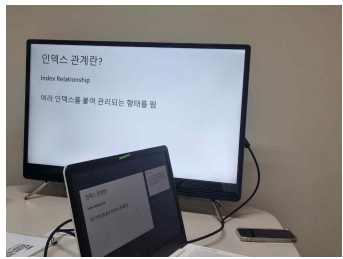
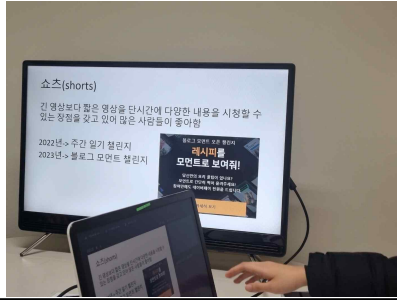
선제적 대응기술:

- 1. 고객의 사용 흐름을 읽어 더 잘 사용할 수 있는 방법을 알려주는 기술
 - 2. 고객이 필요를 깨닫기 전에 먼저 솔루션을 제공해 불편함을 해소시켜주는 기술
- 최신기술의 지향점: 이용자의 의도. 상황. 맥락을 파악해 그에 맞는 기술을 제공하는 것

[남○정]-인덱스 관계



▪ 트렌드 코리아에서 10개의 키워드 중 내가 생각하는 올해의 키워드를 하나 뽑아본

	<p>다면, 그 이유는 무엇인가?</p> <p>인덱스 관계(Index Relationship)란 여러 인덱스를 붙여 관리되는 형태를 띠는 것이다. 과거에는 소수의 친구들과 진한 우정을 쌓아가는 관계 맺기를 했다면 현재는 목적 기반으로 형성된 수많은 인간관계에 각종 색인을 뺐다 붙였다 하며 효용성을 극대화하는 관계 관리를 한다. 예를 들어 선망하는 ‘인친’, 함께 덕질하는 ‘트친’, 최신 뉴스를 알려주는 ‘페친’, 동네에서 만나는 ‘실친’이 있다. 선정한 이유는 SNS가 활발해지면서 오픈채팅이나 앱 등 온라인에서 친구를 사귀어 직접 만나기도 하는 사람들이 점점 많아지고 있기 때문이다.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 책에 나오지 않은 내가 생각하는 올해의 키워드는 무엇이라고 생각하는가? ‘쇼츠(Shorts)’이다. 긴 영상보다 짧은 영상인 쇼츠 (shorts)를 단시간에 다양한 내용을 시청할 수 있는 장점을 갖고 있어 많은 사람들이 좋아하기 때문에 내가 생각하는 올해의 키워드는 쇼츠라고 생각한다. 또한 이러한 쇼츠를 갖고 2022년에 주간 일기 챌린지를 했다면 2023년에는 블로그 모먼트 챌린지를 하고 있다. ▪ 올해의 키워드 분석 발표 내용 간략히 정리 1. 인덱스 관계란? 설명과 그 이유 2. 내가 정한 올해의 키워드 인덱스 관계는 세 단계로 나뉘어진다. 첫 번째 목록 만들기이다. 관계 분명한 목적을 갖고 의도적 혹은 랜덤으로 형성된다. 두 번째. 분류하기는 친분을 분류하고 세 번째. 관리하기는 분류된 관계에서 붙여진 인덱스를 뺐다 부었다 하기를 반복하며 관리한다.
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 활동사진
	

2023 년 11월 21일

참가자대표 : 신○정

심비우스 북클럽 운영보고서 (일곱 번째 활동)

북클럽 팀명	독서다나								
운영일시 / 장소	일 시 : 2023 년 11월 28일(화요일) /장 소 : 도서관 3층 스터디룸								
참석자 명단	학번	2020****	이름	신○정	학번	2023****	이름	남○정	
	학번	2021****	이름	이○비	학번		이름		
	학번	2021****	이름	권○은	학번		이름		
	학번	2023****	이름	허○서					
토의 내용 (읽은 책을 중심으로)	책: 숨결이 바람 될 때 -삶과 죽음 그리고 소명의식{독서토론}								
	책소개 -이○비-								
	<p>신경외과 의사인 풀은 1%도 되지 않는 확률로 36살에 폐암 말기 판정을 받고 38살에 생을 마감한다. 폐암 판정을 받은 후 의사인 동시에 암 환자로써 이 책을 쓰게 된다. 이 책은 풀이 암 판정을 받고 나서 어떻게 암과 싸웠는지. 가족들과의 시간. 환자들과 했던 경험, 자신의 삶을 돌아보며 느낀 감정 등을 기술한 자서전적 요소를 담은 책이다. 풀은 “죽음을 직접 대면하지 않고는 이해하기 힘들다”는 결론을 내렸다.</p>								
	<p>▪ 내가 생각하기에 삶과 죽음의 딜레마 그리고 언제 죽을지 모른다는 것은 어떤 것일까?</p>								
<p>○정: ‘죽음’에 대해 제대로 직면하게 되면 엄청난 공포감이 들면서 오직 하나 ‘살고 싶다’는 생각이 가장 강하게 들 것 같다. 오랜 시간에 걸쳐 포기가 아닌 체념이 되기도 하고. ‘슬픔’이라는 감정이 주가 되어 괴로울 것 같다. 나는 ‘유병장수’, ‘김쌈’이라는 유튜브 채널을 구독하고 있는데 두 분 모두 암 투병을 하고 계신다. 투병생활을 영상으로 만들어 올리시는데 상황이 좋지 않거나 많이 아픈 상황에서도 부정적으로 생각하거나 깊은 슬픔에 빠져있지 않으려 애를 쓰고. 좋아하고 업으로 삼고 있는 그림을 계속 그리며 노력하신다. 건강하게 행복하게 살기 위해 슬픔과 고통을 이겨내려 노력하는 모습을 보고 있으면 내가 ‘미래에는 행복해질거야’를 생각하며 현재를 괴롭다고만 느끼기 보다는 지금의 행복과 감사함을 찾으며 살아야겠다는 생각을 했다.</p>									
<p>○비: 미래에 대한 불확실성이다. 죽음의 불확실성은 미래에 대한 예측 불가능성을 상기시키고 이로써 나는 현재의 순간을 소중하게 여기고, 삶의 의미와 가치에 대해 깊게 생각할 수 있었다. 이로 인해 나는 목표를 설정하고 의미 있는 경험을 쌓는 중요성을 깨달아 삶의 우선순위를 고려하게 된다.</p>									
<p>○서: 언제 죽을지 모른다는 것은 삶은 정말 불확실하고 예기치 못하기에 현재를 후회 없이 살아가라는 의미라고 생각한다. 그래서 나는 후회하지 않기 위해 인간관계, 주어진 일 등 지금 현재에 최선을 다한다. 인간관계에서는 소중한 사람들에게 표현과 연락을 자주 하는 편이고, 무언가를 해야 한다면 과정에서 의미를 찾고 기록하는 것을 좋아하는데, 미래를 위해 과정을 희생한다는 생각을 잘 안 하고, 과정이 의미가 있다고 긍정적으로 생각하려고 노력한다.</p>									
<p>○은: 나는 평소에 죽음에 대해 매우 두려워하는 편이다. 발달심리학에서는 생명의 탄생부터 죽음까지의 과정을 다루지만, 인간의 삶이 그렇게 교과서적일 수는 없을 것이다. 우리는 긍정적이고 성실한 삶을 살면서도, 때로는 죽음 앞에 무력해진다. 언제 닥</p>									

처음지 모르는 죽음에 대해 우리가 가질 수 있는 삶의 태도는 ‘그럼에도 불구하고 행복하게 살아가는 것’, ‘죽음을 매순간 두려워하는 것’일 것이다. 나는 둘 중에 하나를 고르자면, 전자의 경우가 더 합리적인 선택이라고 판단한다. 그렇기에 노력하는 삶을 살면서도 삶과 죽음에 무력감을 느낄 수 있지만, 그럼에도 불구하고 다시 노력하는 삶을 사는 것이 삶과 죽음의 딜레마라고 생각한다.

남○: 병원에 입원하고 있는 대부분의 환자 입장에서는 힘든 아픔 속에서 생명을 이어간다는 것은 고통밖에 없으며 또한 병원비도 만만치 않을 것이다. ‘삶과 죽음의 딜레마 언제 죽을지 모른다는 것’은 암이나 이러한 병 등은 수술을 해도 재발하거나 수술을 해도 재발 가능성이 높은 병을 앓고 있다는 생각이 든다. 치료비가 많이 들고 말 그대로 언제 죽을지 모른다는 것이 너무 괴로울 것 같다.

▪ 저자가 일하면서 마주하는 죽음을 어떻게 대했는지. 내가 생각하기에 의사는 어떤 태도로 죽음을 바라보아야 하는 것일까?

○정: 101~113p [나는 환자를 서류처럼 대할 것이 아니라 모든 서류를 환자처럼 대하기로 결심했다..... 이런 순간 대부분의 경우 죽음에 맞써 싸우는 전사가 아닌 죽음의 전령사 역할을 했다. 가족들에게 그들이 기억하는 사람은 이미 과거의 사람이고. 환자가 어떤 미래를 원할 것인지 알아내기 위해 그들이 가진 정보가 필요하다는 점을 이해시켜야 했다., 이렇게 관점을 바꾸고 나니. 환자가 수술을 위해 의사에게 위임하는 서류에 서명하는 사전 동의는 고통 받는 동포와 굳은 약속을 맺는 기회가 되었다.]

풀은 의사의 역할, 환자에게 해줄 수 있는 것. 어떻게 다가야 할지 끊임없이 고민한 사람이다. 신경외과는 목숨은 연명해도 사는 것보다 죽는 것이 더 나을 정도로 본래의 모습을 알아갈 수 있는 질환들이 많다. 환자와 가족들이 원하는 것. 마음을 헤아려 주고 죽음에 이르기까지 환자를 대하는 그의 자세는 언제나 환자의 옆. 환자의 입장에서 바라보며 고민하고 아파했다. 내가 생각하기에 의사는 환자에게 삶과 죽음의 경계선에서 넘어가지 않도록 끝까지 잡아서 할 수 있는 최선을 다해야 한다고 생각한다. 환자는 의사를 믿고 끝까지 치료를 잘 받고 의사는 그런 환자에게 자신의 본분을 다해야 한다. 그래야 서로에게 후회와 안타까움이 줄어들 것 같다.

○비: 신경외과는 다른 과보다 죽음의 문턱에 있는 사람들이 많이 오고, 처치를 해도 살지 못하는 경우가 많다. 저자는 여러 죽음과 마주치면서 기계적인 말보다는 환자나 가족이 죽음이나 질병을 잘 이해하도록 적극적으로 돕고, 따뜻한 말이 무엇보다도 중요하다는 것을 깨달았다. 의사로서 매번 환자의 죽음을 마주한다는 것은 로봇이 아닌 이상 정신적으로 너무 힘든 일이다. 저자처럼 환자나 가족들의 마음을 헤아리려 노력한다면 죽음의 딜레마 속에서 살아남을 수 있을 것이라고 생각한다.

○서: 과거에 대한 회상과 미래에 대한 희망에 얽매어있는 것을 멈추고 현재 상황을 마주 보고 지금 내가 할 수 있는 것들을 천천히 해나가면서 바로 오늘, 하루하루를 살아가기 시작했을 때 비로소 죽음을 천천히 받아들일 것 같다. 저자(풀)는 의사로서 아는 것이 많으니 더욱 두렵고 혼란스러웠을 것 같은데, 만약 내가 풀의 처지에 놓여 있었다면 쉽지 않았지만 최대한 미래에 대한 예견, 희망을 덜 생각하기 위해 저의 병에 대한 치료나 약 정보를 찾거나, 직접 CT 촬영 사진을 보지 않았을 것 같다. 내가 직접 생각하고 판단하기보다는 주치의인 에마를 의견들을 더욱 믿고 존중하며 병의 예후를 계속 생각하기보단 현재의 상태나 상황들에 더욱 집중했을 것 같다.

○은: 의사는 매순간 죽음을 마주하면서도 죽음을 경시해서는 안되며, 그것이 의사라

는 직업이 가진 책임감이고 윤리의식이라고 생각한다. 내가 만약 의사라면, 어떤 태도로 죽음을 바라봐야 할지 고민해보았다. 의사는 '사람을 살리는 사람'이 아니라 '생명을 연장하는 사람'이라고 생각해보았다. 의사는 삶과 죽음을 선택해주는 사람이 아니라 연명해주는 사람이라고 스스로 생각한다면, 죽음과 함께 오랫동안 일을 할 수 있을 것이라고 생각한다.

남○: 의사는 죽어가는, 죽은 사람들을 지속적으로 볼 수밖에 없으며 모든 사람을 살릴 수 없는 것이기에 저자와 같이 죽음을 마주하는 것에 대해서 무더지게 보아야 견딜 수 있을 것 같다. 내가 생각하기에 의사는 환자들을 끝까지 챙기며 죽는 그 순간까지 환자들을 돌보아야 할 것 같다. 하지만 내가 시한부 선고를 받는다면 남은 삶을 즐길 수 있는 것들을 찾아 즐겼을 것이다.

▪ 소명의식 召命意識 : 내가 꿈꾸는 직업, 일, 목표(무엇이든지 좋다)의 소명의식은 무엇인가

○정: 나의 꿈은 기록물 관리사이다. 기록물 관리사는 기록의 보존과 폐기의 기준을 나의 관점에서 보려 하지 않고 기록 생산자의 입장에서, 해당 기관의 입장에서 보아야 하는 사람이다. 기록이 생산되고 생산의 목적을 다하면 보관소로 이동하여 잊힌 기록물을 잊지 않게 되도록 존재를 깊이 고민하고, 쌓아둔 기록물에서 통찰과 더 나은 결과를 도출할 수 있도록 기록물에서 통찰을 이끌어내는 것이다. 또 기록물 관리사는 내가 관리하고 있는 기록물에 애정을 가지고 지나간 과거가 아닌 미래로 대해야 할 것이다.

○비: 임상심리사의 소명의식은 환자의 심리적인 고통을 이해하고 불안, 우울, 스트레스 등의 증상에 대응하여 그들에게 효과적인 도움을 제공하는 것이다. 이는 공감과 이해를 바탕으로 심리 치료, 심리 지원을 제공함으로써 환자의 삶의 질 향상을 위해 끊임없이 노력하는 것이다.

○서: 꿈을 정확히 결정하지 않았지만 '전문성을 가지고 남을 도울 수 있는 일'을 하고 싶다. 이런 일을 하기 위해선 크게 두 가지가 필요하다고 생각하는데, 첫 번째는 전문성이다. 전문성은 지식뿐만 아니라 노련함과 지혜까지 함께 어우러져 있을 때 빛을 발한다고 생각한다. 그러기에 안주하지 않고 끊임없이 공부와 자기 계발을 하고 무엇보다 다양한 경험과 도전을 두려워하지 않는 것이 중요하다고 본다. 그리고 두 번째는 내 인생의 중심이 나로 잘 잡혀 있어야 한다고 생각한다. 내가 중심이 잘 잡혀 있기 위해서 심적 여유와 체력이 중요하다고 생각하는데, 심적 여유와 체력이 있어야 정신과 몸이 지치지 않고 진정성 있게 일과 타인에게 몰두해 도울 수 있고. 무엇보다 타인에게 믿음을 줄 수 있다고 생각한다.

○은: 나는 심리학을 공부하여 교육 분야의 도덕성 발달 심리검사 개발, 산업 및 조직 분야의 코칭 등을 꿈꾸고 있다. 나는 이 사회의 대부분의 성인이 '성숙한 어른'이 되기 위해 돕는 일을 하고 싶다. 내가 생각하는 '성숙한 어른'은 '해야 할 일을 하면서, 사회적으로 문제가 없는 사람'이다. 매우 간단하고 당위적으로 생각되는 조건이긴 하나, 이 조건을 충족하는 성인이 많아지는 것만으로도 우리가 더 나은 사회에서 살 수 있을 것이라고 생각한다. 교육 분야로 나아가서 아이들을 발달상 문제가 없는 어른으로 키울 수 있도록 돕는 것, 산업 및 조직 분야로 나아가서 사회의 어른들이 자신의 자리에서 제 역할을 할 수 있도록 돕는 것을 통해 '성숙한 어른'이 많은 세상을 만드는 것이 내 꿈의 궁극적인 목표이다.

남○: 소명의식은 직업, 일, 목표가 개인의 가치관과 열정에 기반하여 정해져야 한다. 따라서 환경오염을 막고 지구의 생태환경을 보존하기 위해를 지키기 위한 꿈을 이루기 위해 들어온 환경생명공학과를 졸업하여 어렸을 때부터 생각해온 환경운동가를 꿈꾸고 있다. 이러한 환경운동가의 소명의식은 환경 문제에 대한 열정과 헌신을 바탕으로, 자연 환경과 사회의 미래에 대한 책임감을 가지는 것이다. 이를 통해 개인과 사회의 지속 가능한 변화를 이루고자 하는 목표를 가진다.

-주인공 '폴'은 자신의 직업에 최선을 다했다. 간절히 노력하기도 하고 환자를 위해, 자신을 위해 꿈꾸기도 하였지만 암에 걸리면서 천천히 그 꿈을 보내주는 과정을 거쳤다. 그래서 간절히 바라던 꿈을 가진 적이 있는지. 그리고 그 꿈을 보내준 적이 있다면 어떻게 잊었는지 이야기를 나누어 보고 싶었다. -유정-

○정: 아주 어릴 때부터 하고 싶었던 꿈이 있었다. 두 가지가 있었는데 하나는 내 이름을 말하면 '아~ 그거 좋아하는 애? 그게 꿈이잖아' 라고 했을 정도로 간절히 바라고 노력했는데 어느 순간 나와는 잘 맞지 않다고 생각해서 접었다. 나의 성향을 확실히 알았기에 맞지 않는다는 것을 깨달았고. 한동안 없어진 꿈으로 인해 공허했지만 잘 접을 수 있었다. 하지만 또 다른 꿈 하나는 아직도 마음속으로 접지 못했다. 현실적으로도, 내 건강으로는 정말 이를 수 없는 꿈인데 마음으로 완전히 떠나보내지 못해서 그 학과나 관련 건물, 서류를 보면 아직도 잊지 못한 첫사랑을 보는 것처럼 마음이 아련해지고 아파온다. 그래서 다른 사람들은 간절히 원하는 꿈을 어떻게 잊었는지 궁금했다.

○은: 현재도 그렇지만 아이돌이나 그것을 꿈꾸는 사람들의 프로그램을 보면서 그들이 꼭 꿈을 이루어서 원하는 삶을 살기를 진심으로 응원한다. 내가 좋아하는 사람들이 원하는 삶, 꿈을 이루고 그로 인해 행복하기를 응원하고 있다.

○서: 한때 엄청 간절히 꿈꾸고 최선을 다해 노력했던 꿈이 있었다. 그러나 그 꿈을 이런저런 사유로 인해 접게 되었을 때 주변 사람들이 더 걱정했다. 정말로 팬찮겠냐고, 나는 오히려 후련했다. 최선을 다했기에 미련이나 아쉬움이 없었고 잘 접을 수 있었다.

▪ 책의 내용과 가장 인상깊었던 부분과 그 이유

○정: 93~94p[“잘 모르겠습니다. 내가 아는 건, 그리고물론 당신도 잘 알겠지만 당신의 삶이 이제 막 아니 이미 변했다는 겁니다. 앞으로 지나긴 싸움이 될 거예요., 지금은 어느때보다 지금 서로를 위해 각자의 자리를 잘 지켜야 해요,대화가 끝났을 즈음 아이의 부모는 여전히 편치 않는 기색이었지만. 그래도 앞으로 닥쳐올 일과 마주할 준비는 된 것처럼 보였다. 나는 창백하고 칙칙하고 멍해 보이던 그들의 얼굴이 결연한 표정으로 바뀌는 모습을 지켜보았다.]

폴은 선배 의사의 설명을 보고 신경외과 의사의 정체성과 환자의 삶에 대한 선택에 대해 고민했다. 나는 이것을 보며 의사로서 환자에게 어떻게 상황을 전달할 것인가에 대한 아주 좋은 예시라고 생각했다. 병원에 방문한 이상 더군다나 큰 병원에서 의사에게 좋은 말만 희망적인 이야기만 듣기는 어려울 것이다. 아니 안 좋은 이야기를 들을 가능성이 더 많다. 그러나 어떻게 전달하느냐에 따라 환자와 가족들은 의사를 믿고 치료에 열심히 참여할 가능성이 달라진다. 나도 병원에서 결과를 들을 때 나의 마음과 엄마의 마음을 헤아려 주며 이야기를 하는 선생님에게 위로를 받고, 선생님의 조언과 치료에 열심히 따랐던 기억이 있다. 꼭 의사라는 직업 외에도 같이 일하는 동료나 고객에게 설명할 때 상대방의 입장에서 문제적 사실(부정적)을 전달하려 애쓰다

면 그 진심이 전달되어 서로를 믿고 최선을 다해 문제를 해결 할 수 있을 것이다.

○비: 암 말기 판정을 받고 현실에 안주하는 것이 아닌, 계속해서 나아가는 부분이 인상 깊었다. 내가 의사인데 암 판정을 받으면 삶의 가치를 잃을 것 같다. 아픈 사람을 치료하는 입장에서 아픈 사람의 입장이 된 것이므로 현실을 부정할 것 같다. 하지만 저자는 아이를 가질 생각을 하고, 의사로서 수술도 하면서 계속해서 나아갔다. 저자는 자신이 죽어가고 있더라도 실제로 죽기 전까지는 여전히 살아있다고 생각하고 죽어가는 대신 살아가기로 한 것이다. 나도 이러한 모습을 본받아서 죽음의 문턱에 있을 때 포기하지 않고 죽기 전까지 최선을 다해 살아갈 수 있는 용기를 얻고 싶다.

○서: 저자의 입장으로 써 내려간 내용이 담긴 책의 1부, 2부를 읽었을 때는 폴의 입장과 감정을 대입하면서 읽다 보니 나까지 혼란스럽고 끊임없이 '나였으면 어땠을까?', '어떤 선택이 옳은 것일까?' 등 많은 질문과 생각을 요구했기에 머릿속이 바빴다. 하지만 폴의 아내 루시가 써 내려간 에필로그를 읽기 시작했을 때부터 너무 마음이 아팠다. 옆에서 그의 선택들을 존중해 주고 같이 이겨냈을 아내 '루시'를 생각하니 한동안 어떠한 감정과 생각보다는 눈물이 끊임없이 흘렸다. 환자인 그에 못지않게 가족 또한 엄청난 고통과 감정들을 느꼈을 것 같다. 그래도 폴의 가족들은 한마음으로 똘똘 뭉쳐 폴의 마지막 순간 든든히 곁에서 지켜준 모습이 이 책을 마무리해 읽었을 때 조금이나마 무거웠던 마음을 덜어주었다.

○은: [105p] *[내가 이 직업을 택한 이유 중 하나는 죽음을 뒤쫓아 붙잡고, 그 정체를 드러낸 뒤 눈 한 번 깜빡이지 않고 똑바로 마주보기 위해서였다.]*

저자가 신경외과라는 직업을 택한 이유를 알 수 있는 대목이다. 이와 상반되는 내용이 뒤에 연결되기 때문에 책의 주제와는 맞지 않는 부분이지만, 내가 이 문장을 인상 깊게 읽은 이유는 아주 간단하다. 위의 문장을 읽으면서, 나는 신경외과라는 꿈에 대한 저자의 간절함과 열정이 느껴졌다. 내 삶을 되돌아봤을 때, '나는 이렇게 간절하게 무언가를 꿈 꾸는 적이 있는가?'라는 질문을 던지게 만드는 문장이었기 때문에 강렬하게 기억에 남는 것 같다.

남○: *[내가 외과의로서 얼마나 오만했었는지 뼈저리게 느꼈다. 최대한의 책임감과 권한으로 환자를 돌보려 했지만, 그것은 기껏해야 일시적인 책임이고 덧없는 권한이었다.]*

의사라는 책임감과 권한으로 환자를 돌보는 데 노력을 하지만 환자의 죽음까지는 막지를 못한다. 환자의 병을 위해 수술, 약 처방, 생명 연장을 하지만 결국 죽으면 어떻게 할 수 없는 것이기에 이러한 죽음에 대해 자책하고 후회를 하여 일시적인 책임이고 덧없는 권한이라는 의미인 것 같다는 생각이 들었다.

▪ 메타인지, 내가 좋아하는 것은?, 우리 사회는 어떤 사회인가, '피로'는 무엇인가, 내가 생각하는 돌봄은?, 올해의 키워드, 마지막으로 '삶과 죽음'까지 살면서 매일 매일 접하는 우리에게 가장 가까이 존재하는 7가지 주제에 대한 이야기를 나누었다. 독서토론 마지막 활동을 마치고 나서 어떤 활동이 가장 좋았었는지, 하면서 느낀 점은 무엇인가

○정: 마지막 활동인 숨결이 바람 될 때 -삶과 죽음 그리고 소명의식-이 가장 좋았다. 간절하게 누군가를 위해, 자신의 꿈을 위해 최선을 다한 이야기를 들을 수 있었고, 그런 열정들을 동경하며 살아온 나에게 다른 사람들의 삶과 꿈을 향한 노력과 마음을 들을 수 있어 같이 독서토론한 사람들을 더 좋아하게 되었다. 처음 '독서다나'를 하려고 생각했을 때 책을 선정하며 우리가 매일 마주하고 있는 것들을 이야기하고 싶

다는 생각이 들었다. 내가 당연하다고 생각했던 것, “이렇게 해야 하지 않을까?”, “어떻게 해결해야 할까?” 하고 혼자서만 고민하던 문제들을 서로의 이야기를 통해 해소할 수 있었고, 깨달을 수 있었다. 매번 활동을 하면서 3~4가지 질문에 대한 답을 정리하며 생각 정리하는 연습을 할 수 있었고, 발표를 통해 어떻게 해야 잘 전달할 수 있을까를 고민하며 자료를 만들다 보니 이전보다 조금 더 발전했다는 생각이 들었다. 독서다나 북클럽의 대표로서 팀원들이 매 활동마다 모두 책을 열심히 읽고 진심을 담아 질문에 대한 답을 써오고 자신의 이야기를 나누어 주었기 때문에 모두가 의미있는 시간을 가질 수 있었다. 좋아하는 책 이야기를 일곱 번의 활동 동안 많이 할 수 있어 힘들었지만 유익했고 이번 학기의 ‘활력소’같은 시간이었다. 서로에게 공감하기도. 놀라기도 하면서 앞으로 기회가 된다면 이런 시간들을 더 많이 가졌으면 좋겠다고 생각이 들었다.

○비: 독서다나 활동을 시작할 때 나의 목표는 나의 생각을 상대방에게 분명하게 전달하는 것이었다. 평소에 토론 활동을 기피했던 이유가 내 안에서 정리가 잘 안돼서 말로 잘 튀어나오지 않았기 때문이다. 그런데 독서다나 활동을 시작하고 말하는 연습을 계속해서 하다 보니 어느덧 나의 주장을 상대방에게 잘 전달할 수 있게 되었다. 또한 다양한 책을 읽으면서 한정되어 있던 지식이 좀 더 확장되었다.

○서: ‘피로사회’ 책을 읽고 활동지를 작성했던 4번째 활동이 가장 기억에 남았다. 어려웠던 책을 다 읽고 이해함으로써 느꼈던 뿌듯함이 강하게 남아있다. 책을 읽고 한 학기를 되돌아보는 시간을 가지면서 조금 힘들고 부족했던 부분들을 직시하고 보완할 수 있었음에 굉장히 뜻깊은 시간이었던 같은데 그 외에도 ppt를 제작하고, 발표도 하고, 서로 의사소통을 하는 기회를 많이 접하면서 많은 역량을 키우고 내가 가지고 있지 않는 다른 분들의 좋은 점과 역량들을 보면서 배운 점도 굉장히 많았다. 그리고 무엇보다 학기 중에는 바쁘다는 이유로 책을 읽는 시간을 마련하지 못했는데 심비우스 독서 클럽 활동을 하면서 학기 중에도 틈틈이 책을 읽고 생각하고 기록할 수 있어 가장 뿌듯하고 좋았던 것 같다.

○은: 피로사회가 가장 흥미로웠다. 이 북클럽을 하기 시작한 것도 사실은 뒤처지지 않기 위해서였다. 자기 계발도, 스펙도 뭐 하나 남들보다 뒤처지지 않기 위해 심비우스 북클럽을 시작했다. 뭐든지 할 수 있다는 것은 희망보다는 압박에 가까웠다. 하루하루를 피곤하게 살지 않으면 죄책감이 남아 힘든 시간을 보냈다. 그런 나에게 ‘피로사회’라는 책은 매우 인상 깊었다. 짧지만 쉽지 않은 내용이 든 책이었고, 그럼에도 불구하고 읽을수록 더 깊이 파고들고 싶어졌다. 한국 사회의 정신건강에 가장 핵심적인 논제가 담겨있는 책이라는 생각이 들었고, 심리학과 학생으로서 흥미가 갈 수 밖에 없었던 책이었다. 활동을 하면서 평소에 전혀 읽을 일이 없던 책을 많이 읽었다. ‘돌봄과 작업’ 같은 책의 경우에는 읽기가 매우 힘들었다. ‘엄마’라는 것에 전혀 관심이 없었고 나와는 다른 일이라고 생각했다. 어쩌면 먼 미래의 나의 모습이라고 생각하니 회피하고 싶은 감정도 들었다. 북클럽 활동을 해야하기 때문에 어쩔 수 없이 읽기 시작했지만, 엄마란 무엇이고, 결혼이란 무엇인지 다시 생각해 볼 수 있는 기회였기에 뜻깊었다. 평소에 전혀 읽을 일이 없는 책을 읽는 것은 내가 심비우스 북클럽에 들어온 목표 중 하나였다. 그런 경험 속에서 새로운 발상을 떠올리고 발전을 할 수 있을 것이라는 기대였다. 이 책은 그런 면에서는 나에게 큰 영향을 주지 않았지만, 그 행위 자체로 의미가 있었다고 생각한다.

남○: 독서토론을 위해 읽은 책 중에서 트렌드 코리아2023이 좋았다. 원래 소설만 읽는데 독서모임을 하면서 다양한 장르의 책을 읽었다. 트렌드 코리아2023은 올해의 키워드를 한 권으로 알 수 있었다. 독서모임에 들어가지 않았다면 이 책을 몰랐을 것이

고 매년 트렌드 코리아를 사서 읽어야겠다고 생각도 못 했을 것이다. 이 활동을 하면서 다양한 장르의 책들을 알게 될 수 있어서 독서모임에 잘 들어왔다고 생각한다.

- 활동사진

2023 년 11월 28일

참가자대표 : 신○정