

디자인 씽킹을 활용한 자아발견 교육 프로그램 개발

박진웅^{1*}, 강시내²

Developing Self-discovery program with Design Thinking

Jin-Woong Park*, Sinae Kang (*jw811p@naver.com)

전북대학교¹, 크레조이²

Key Words : Design Thinking(디자인 씽킹), Education Program(교육 프로그램)

1. 서론

1.1 연구의 목적

이 연구는 20대의 성년이 되었음에도 자신이 진정으로 바라는 삶을 주도적으로 살아가지 못하는 대학생들, 그리고 그러한 수동적인 행위의 결과가 가져다 준 삶을 살고 있는 사회초년생들을 대상으로 자아 공감의 중요성에 대한 인식확대와 그 교육 방안에 대한 논의이다.

일반적으로 20대가 되면 성년이라 불리고, 성년의 사전적 의미는 ‘법률상 완전한 행위능력자’이다. 그러나 대한민국의 성년들은 그 의미대로 살아가지 못하는 경우가 많다. 이들은 초, 중, 고등학교 기간 동안 입시위주의 획일화된 교육을 받아왔다. 또한 나 아닌 타인 즉, 선생님, 부모님, 사회의 기대에 부응하기 위해 흥미와 적성과 무관한 진로를 선택하곤 한다. 이로 인해, 전공 공부를 하는 내내 갈등을 하거나, 어렵게 들어간 직장이 적성에 맞지 않아 계속 고민하게 된다. 실제로 요즘 대한민국의 재직 1년 이하 신입 퇴사율이 28%에 이른다고 한다. 4명 중 1명은 퇴사한다는 말이다. 이는 나에 대해 모르고 살았던 세월의 부작용, 그리고 성적표라는 지표 하나로만 평가되는 우리나라 교육의 부작용인 것이다.

따라서 본고에서는 이러한 문제를 해결하기 위해 디자인씽킹에 기반한 자아공감 프로그램을 제안한다. 특별히 본고에서는 공감의 단계를 타인이 아닌 나 자신에게 적용하는 통해, 타인이 만든 자아가 아니라 진정한 자아를 발견하게 하였다. 이는 그저 사회가 원하는 인재를 찍어내는 공장과도 같은 대한민국에서 많은 이들이 장래에 대해 올바른 선택을 하도록 돕고자 한다.

1.2 기존에 자아인식 프로그램의 문제점

자아에 대해 알 수 있는 프로그램들은 많다. 대표적인 예로, MBTI, 애니어그램, 에고그램 등이 있다. 이 프로그램들은 질문에 대한 답을 단지, "예" 또는 "아니오"로만 선택하는 일련의 과정을 통해 참가자가 어떤 성향의 사람인지를 알려준다. 조금

더 나아가서는 그런 성향의 사람들에게는 어떤 직업이 잘 맞고, 어떤 점을 보완해 나가야 하는지 까지도 알려준다. 하지만, 이 프로그램들은 온전히 나 한사람에게 집중했다고 말하기는 어렵다. 나에 대해 구체적으로 발견하기보다 내가 어떤 집단의 성향을 가지는지 대강의 경향에 대해서만 알 수 있도록 한다. 그렇기 때문에 이런 방식들의 문제점은 자신에 대한 완전한 공감이 이루어지기 어렵다는 것이다. 단순히 내가 대략 어떤 유형의 사람인지 파악하는 데 그치게 되고, 실제적인 변화를 만들기 어렵다.

따라서 본고에서 제안하는 4주간의 ‘자아 공감’ 프로그램은 자기 자신에게 스스로 인터뷰하고, 그에 대해 서술식으로, 진실되게 그리고 구체적으로 답변을 하며, 자신에 대해 점차 깊이 있게 공감해 갈 수 있도록 하였다.

2. ‘자아 공감’ 프로그램

2.1 ‘자아 공감’ 프로그램의 이론적 배경

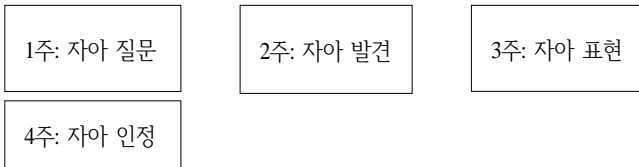
‘자아공감’ 프로그램에 적용된 이론적인 배경은 크게 두 가지로 나뉜다. 첫 번째는 디자인 씽킹이고, 두 번째는 하브루타이다. 먼저 디자인씽킹은 디자이너의 시각으로 문제를 해결하는 방법으로 널리 알려져 있다. 5단계의 디자인 씽킹 중 특별히 공감의 단계에서는 인류학적 접근을 바탕으로 대상의 입장이 되어 대상과 마치 동일하게 느끼는 공감의 과정을 통해 대상의 진짜 니즈 및 요구를 도출한다. 공감과정이 깊이 있게 진행되면 될수록, 대상의 문제를 더 옳은 방향으로 해결할 수 있도록 문제를 재정의 하는 데 도움을 주기에, d-school에서 제시하는 디자인 씽킹 프로세스는 더 심도 있는 공감단계를 수행하도록 한다.⁽²⁾ 공감은 관찰(observe), 면담(interview), 경험(immerse)으로 이루어 진다.

여기서 면담, 즉 질문에 있어서는 표면적인 답변이 아닌 진심을 이끌어 내야하기 때문인데, 이것은 하브루타 교육법으로 해결이 가능하다. 이것의 핵심은 두 명이 짝을 지어 서로 질문하며

진리를 찾는 것이다. 핵심은 끊임없이 ‘왜?’를 던지는데 있다. 자기 자신의 내면에 있는 진짜 이유가 나올 때까지 ‘왜?’를 반복하며 질문해서 결국 진정성 있는 답을 끌어내는 것이다.

2) ‘자아 공감’ 프로그램 프로세스

자아 공감 프로그램은 총 4주의 과정을 거친다. 과정은 크게 1, 2주차: 공감 단계, 3, 4주차: 용기 단계로 나뉜다. 다음은 구체적인 4주 과정의 프로세스이다.



① 1주차 ‘자아질문’ 단계

이 단계에서는 나 자신을 ‘인터뷰(면담)’하고 최대한 솔직하게 답변을 함으로써 과거속의 자신을 돌아보는 시간을 갖는다.

인터뷰한 내용을 통해 나의 모습을 ‘관찰’하고 마지막으로, 관찰을 통해 발견한, 즉 그 동안 숨겨왔던 진심어린 자신의 모습을 ‘경험’함으로써 나의 자아에 대한 공감을 이끌어 낸다. 여기서 중요한 과정은 자신을 면담하는 과정이라고 할 수 있는데, 그 동안 사회적 가면을 쓰고 살아온 사람들에게 자신의 진짜 모습을 드러내는 것이 가장 큰 어려움으로 느껴질 것이다.

이때 질문은 표면적인 질문에서 점점 추상적인 질문으로 이어진다. 이는 처음부터 추상적인 질문을 던지면 쉽게 포기하거나, 덜 진지한 답변이 나오기에 쉬운 질문으로 몰입도를 만들어 낸 뒤, 점점 자신의 내면 속으로 들어간다. 질문의 예를 들면 첫 질문은 ‘당신의 전공 선택의 이유는 무엇입니까?’로 시작을 하여 어떤 일을 하고 싶은지, 당신이 좋아하는 것, 당신이 가장 행복한 순간 등으로 이어진다. 사실 대부분의 20대들이 자소서, 면접 글쓰기에 익숙해져 있어서 굉장히 유창한 답변이 나온다. 자신 내면에 있는 진짜 이유, 질문을 보자마자 바로 생각나는 이유는 제쳐두고, 그럴싸한 이유를 만들어 답변을 쓰려고 한다. 이미 자신을 속이는 데에 익숙해져 있는 것이다. 결국 이것은 자신이 자기를 믿어주지 못하는 것과도 관련이 있다. 내가 진짜 원하는 모습대로 살고 있지 않기 때문에, 스스로의 자존감도 높지 않은 것이다. 그래서 질문에 대한 답변은 최대한 솔직하게, 형식은 지키지 않아도 되니 생각나는 그대로 적으라고 말한다. 그렇다면보면 사람들은 자신이 자신에 대해서 이렇게 무지했나 싶을 정도로 질문에 대한 답을 적지 못하기도 하고, 과거의 일들을 돌아보며

어느새 자신의 내면에 푸욱 빠지기도 한다.

② 2주차 ‘자아발견’ 단계

위 과정이 완료가 되면 2주차 ‘자아발견’을 시작하게 되는데, 이는 지금까지 자신이 쓴 답변을 다시 한 번 읽어보는 과정이다. 이것은 자아공감에서 ‘관찰’의 단계이다. 자신도 모르게 꽤나 진지하게 작성된 답변을 다시 한 번 읽게 되면 자신이 지금까지 몰랐던 자신의 모습을 발견할 수 있다. 내가 언제 기뻐했고, 뭘 좋아했으며, 어떤 가치관을 가지고 살아가고 있고, 어떤 삶을 원했는지, 설령 적지 못했다고 한들 그것은 그것대로 의미가 있어서 괜찮다. 그렇게 한 번 쪽 읽어 내려간 답변을 자신의 자서전처럼 다시 정리하게 된다. 막 작성한 답변들을 하나의 이야기로 묶는 과정을 통해 내가 살아온 인생을 차곡차곡 정리할 수 있고, 나의 자아 형성에 영향을 줬던 사건들을 지나치지 않고 마주할 수 있다. 그리고 그때의 기억으로 돌아가 지금의 자신을 돌아볼 수 있는 기회 또한 얻을 수 있다. 그때와 지금의 적절한 조합으로 자신의 진짜 자아를 발견할 수 있는 것이다.

다음은 전북대 경영학과 김**학생의 질문과 답변예시이다. 지면관계상 크게 처음, 중간, 끝부분의 질문에 대한 답변만 요약하였다.

Table 1 처음 부분 질문과 답변 예시

<p>1. 1분 자기소개</p> <p>저는 식빵이 되고 싶습니다. 빵집에는 많은 빵들이 있습니다. 머핀, 케이크 등 화려한 빵도 많지만 저는 식빵을 좋아합니다. 식빵은 어떤 잼에도, 어떤 재료에도 잘 어울리기 때문입니다. 저는 그런 사람이 되고 싶습니다. 어떤 사람과도 잘 어울릴 수 있고, 어떤 상황에도 자신을 내세우기보다는 상대방과 조화를 이룰 줄 아는 사람이 되고 싶습니다.</p> <p>4. 학창시절 동아리 활동을 한 경험이 있습니까? 있다면 동아리 이름과 활동내용에 대해 말씀해 보십시오.</p> <p>저는 ‘마케팅학회 끈’이라는 취업 동아리에서 활동을 했습니다. 가장 기억에 남는 활동은 ‘장사꾼’으로 학교 축제 때 페이스페인팅과 타투스티커라는 아이টে으로 부스를 열어 직접 수익을 창출한 활동입니다. (이하 생략)</p>
--

Table 2 중간 부분 질문과 답변 예시

<p>25. 자신에게 있어 가장 소중한 것은 무엇입니까?(무형, 유형 각 1가지)</p> <p>저에게 가장 소중한 것은 가족입니다. 그 이유는 제가 지탱할 수 있는 힘이 가족이기 때문입니다.</p>
--

가족이 없으면 저는 무너지고 말 것입니다. 또한 저는 실천력이 가장 소중하다고 생각합니다. 아무리 계획을 세우고 열정이 있어도 직접 실천하지 않으면 아무 쓸모가 없기 때문입니다.

26. 본인의 장단점을 말씀해주시오.
 저의 장점은 사람을 좋아하는 것입니다. 저는 사람을 통해 제가 성장하고 발전했다고 생각합니다. 그래서 사람들을 만날 때 가장 에너지가 솟고 자극도 많이 받게 됩니다. 그렇지만 단점은 사람을 너무 좋아해서 그런지, 거절을 못한다는 점입니다. (이하 생략)

Table 3 마지막 부분 질문과 답변 예시

49. 살아오면서 가장 기뻐던 경우와 가장 슬펐던 경우를 말씀해 주십시오.

제가 가장 기뻐할 때는 처음으로 공모전에서 수상을 하게 되었을 때입니다. 취업동아리의 신입기수로 들어가면서 공모전을 처음으로 접하게 되었습니다. 며칠밤을 지새며 열심히 했지만 결과는 좋지 않았습니다. 여러 공모전을 거듭하면서 경험을 쌓았고, 전주와 관련된 공모전이라 한옥마을에 가서 스티커로 지나가는 사람들에게 설문조사도 부탁하고, 인터뷰도 하면서 조원들끼리 머리를 싸매고 고민하는 과정이 저에게 피가 되고 살이 되는 경험이었습니다. 그렇게 최종선발이 되었다는 소식을 듣고 조원과 통화하며 기쁨을 공유했을 때, 직접 저희 손으로 고민해서 만든 결과가 다른 사람들에게 인정받는다는 사실에 너무 행복했습니다.

제가 가장 슬펐을 때는 아버지가 교통사고를 당해서 갈비뼈가 부러졌을 때, 제가 아빠 역할을 대신하여 엄마와 하루 종일 가게에서 일을 했던 시기입니다. 아침 일찍 일어나서 엄마와 장을 보고 아빠가 했던 배달을 가고 집에 오는 길에 아빠의 입원실에 들러 아빠를 보고 나오면 하루가 끝나있었습니다. 그 시기는 잠도 잘 오지 않아서 새벽 2시에 잠들었는데 하루는 엄마의 훌쩍이는 소리가 들렸습니다. 그 때 많이 울었고 힘들었습니다. 그래도 그 시기에 우리 부모님이 이렇게 고생하시는구나 알게 되었고, 가족의 건강이 무엇보다 중요하다는 것을 알게 되었습니다.

50. 10년 후 당신의 모습을 그려보십시오.
 34살의 저는 5살 된 아이를 데리고 남편과 국내 여행을 다닙니다. 오늘은 친한친구 지은이에게서 전화가 왔습니다. 제가 한 통신사에서 이벤트로 진행하는 '100년의 편지'를 통해 10년 전에

보냈던 편지를 받았기 때문입니다. 지은이와 저는 가족들과도 친하게 잘 지내고 있고 아이들도 친하게 지내고 있습니다.

52. 돈, 명예, 일 중에 어떤 것을 선택하시겠습니까?

일을 선택하겠습니다. 일을 하면 나머지 두 가지를 가질 수 있습니다. 돈만 가지면 인생의 어려움을 모릅니다. 그렇기 때문에 사람이 어리석습니다. 명예만 가지면 더더욱 위험합니다. 쉽게 얻은 명예는 한순간에 무너져 버리기 마련입니다. 그래서 저는 일이 좋습니다. 편하게 살면 보람이 없을 것 같습니다. 직접 일하고 실패도 해보면서 경험을 쌓아서 나중에 자녀들에게 경험담을 이야기해줄 수 있는 지혜로운 엄마가 되고 싶습니다.

위에 53개의 질문에 답변을 해 나가는 과정이 곧 자아에 대한 고민의 시작이다. 지금껏 살펴보지 않았던 진짜 자신의 내면에 대해 생각하고 고민하는 과정을 거쳐 답변지를 하나하나 채우게 된다. 그리고 그렇게 채운 답변지를 바탕으로 자신의 자서전을 작성해본다. 이게 바로 2단계 자아 발견이다. 답변을 통해 드러난 정돈 되지 않은 자아를 정리하는 과정이다.

③ 3주차 '자아 표현' 단계

여기서는 내가 발견한 나의 자아에 감정을 이입하는 연습을 한다. 이 과정은 내가 발견한 나의 자아를 자연스럽게 표현하기 위해 거쳐야 하는 과정이다. 대부분의 사람들은 글을 읽을 때 감정이 결여되어 있다. 정적인 한국어의 특성 때문이기도 하지만, 학창시절 국어책 읽기 습관에 익숙해진 영향이기도 하다. 이는 2단계에서 자신이 정리한 자서전의 내용을 읽을 때에도 마치 다른 사람의 이야기처럼 느껴지게 만든다. 결국 자아에 대한 완전한 몰입을 방해하는 요소가 된다. 3단계에서 연극 대본을 사용하는 이유 바로 여기에 있다. 과거의 자신을 연기하는 역할극을 통해 자아의 완전 몰입을 유도한다. 플라톤은 극의 수법에는 교육 효과가 있다고 말했다. 또한 극을 잘 활용하면 사회적 역할을 수행하는 기술, 관찰력, 사회적 자신감, 감수성, 인간과 사회의 상호작용에 대한 관심 등을 높일 수 있다. 즉흥적 기술, 가장, 역할놀이가 인간의 과거와 현재, 미래의 상태를 탐구할 수 있게 하는 것이다. 이를 바탕으로 내가 발견한 나의 자아에 더 깊이 공감하고 그때 당시의 느낌 그대로를 표현해 낼 수 있다.

④ 4주차 '자아 인정' 단계

이 과정이 완료되면 최종적으로 4주차에 자아 인정 과정을 통해 타인에게 자신의 자아를 인정받는다. 내가 공감한 자아를 표현하고 그것을 타인이 존중하고 인정해 줌으로써, 내 진짜 모습 또한 다른 사람에게 존중받을 수 있다는 걸 깨닫는다. 그 동안 써왔던 가면을 벗겨내고 진짜 자신의 자아를 인정하는 것이다.

3. 자아발견 교육 프로그램 교육 결과

3.1. ‘자아 공감’ 프로그램 체험

20대를 대상으로 한 자아 공감 프로그램에는 17년 1월부터 5월까지 총 50명이 참가하였다. 참가자들은 남녀, 대학생, 사회초년생들로 구성되었다. 이들은 1주차부터 4주차까지의 과정을 성실히 수행하였으며 한 명의 낙오자도 없이 전원 수료하였다. 참가자들의 각 주차에 대한 후기는 첫 주차에 질문에 대한 답을 쓰는 것을 쉽게 생각했는데, 생각보다 어려운 일이었음을 깨달았다고 했다. 그리고 3, 4주차 과정에서 진짜 나의 이야기를 할 수 있어서 감정이 북받쳤다고 했다. 전체적인 커리큘럼에 대한 공통적인 후기는 그동안 몰랐던 자신의 모습을 돌아볼 수 있었던 좋은 시간이었다고 했다. 또한 앞으로 살아가는데 있어서 자신의 선택을 존중하고, 자신의 진짜 모습으로써 살아갈 수 있는 용기를 얻었다고 했다. 실제로 그 중 일부는 진로를 결정하는데 있어, 자신의 적성과 흥미를 우선적으로 고려하기도 하였고, 직장을 그만두고 과감히 자신이 하고 싶은 것을 좇는 사람도 있었다.

3.2. ‘자아 공감’ 프로그램의 향후 과제

물론 자아 공감 프로그램에는 아직도 많은 과제들이 남아있다. 그 중 하나는 이 프로그램이 단순히 나에 대해서 아는 단순한 공감 단계에서 그치는 것이 아니라, 알았지만 실천하지 못하는 원인을 찾고 이를 해결해가는 과정을 만드는 것이다. 바로 디자인 씽킹의 공감단계 이후의 과정인데, 진짜 문제를 찾고 해결 방법을 찾고, 프로토타입을 제작하고, 테스트 해보는 이 과정들을 어떻게 참가자들의 삶에 접목시킬 것인가 과제라고 생각한다. 저자가 생각한 해결책은 ‘트리즈’와 ‘직업의 버킷리스트’이다.

예를 들어, 한 대학생 A씨가 대학교 3학년을 마치고 휴학하여 자신이 뭘 좋아하는지를 발견했다. 그러나 좋아하는 걸 하기 위한 용기가 없었는데, 그 구체적인 이유를 생각해보니 부모님의 기대 때문이었다. A씨는 이것을 진짜 문제로 정의하고 이를 해결하기 위해 트리즈의 시간분리를 적용시켰다. 학기 중엔 공부를 열심히 하고, 방학 때는 내가 하고 싶은 것에 도전한다는 것, 그리고

28살이 될 때까지는 직업으로써 내가 하고 싶은 것을 계속 찾아보고 이후에는 하나를 정해 나아간다는 것. A씨는 이렇게 해결 방법을 정하고, 구체적으로 어떻게 할 것인지에 대한 프로토타입으로, 내가 하고 싶은 것에 대한 버킷리스트를 작성하고 우선순위를 정하여 구체적인 실행 계획을 적어나갔다. 그리고 알바, 직업, 체험, 간접경험 등 직접 자신의 삶에 테스트를 하며 우선순위를 지워나갔다. 그리고 마침내 28살이 되어 자신이 원하는 일을 하게 된다.

사실 정해진 나이가 될 때까지도 못 찾을 수도 있고, 도중에 찾을 수도 있다. 또한 28살에 정한 직업이 무조건 나를 행복하게 해주지 않을 수도 있다. 하지만 여기서 핵심은, 적어도 나의 선택에 후회는 덜 남긴다는 것이다. 내가 주도적인 삶을 살았기에 쉽게 포기하지 않을 뿐더러 자신이 맡은 일에 최선을 다할 수 있는 힘이 생기는 것이다.

대한민국에서 살아가는 대부분의 20대는 자신의 삶에 대한 만족도가 높지 않다. 아마 사회에서 정해진 가면을 쓰고 살아가느라 진짜 나의 모습을 돌보지 못했기 때문일 것이다. 저자가 개발한 디자인 씽킹을 접목시킨, 자아 공감 프로그램은 잊고 지냈던 자신의 진짜 모습을 찾는데 도움을 준다. 또한 나의 진짜 모습, 내면의 자아를 타인 앞에서 표현하고 그 표현을 인정받음으로써 내 진짜 모습으로 살아가도 괜찮겠구나. 하는 용기를 얻게 된다. 이처럼 자아 공감 프로그램은 무한 경쟁 사회를 살아가느라 자신의 모습을 잃어버린 20대들에게 나아가서는 이들이 이끌어 나갈 대한민국에게 정말 필요한 교육이다.

References

- (1)이정은, 2005, “사람은 왜 인정받고 싶어하나”, (주)살림출판사
- (2)임수연, 2016, “디자인 씽킹 기반 융합예술교육 프레임워크에 관한 연구”, 출판사??
- (3)교육부, 2017, “생각을 키우는 ‘하브루타’ 교육”, 교육부 블로그
- (4)안진이, 2016, “마음가면, 브레네 브라운”, 더퀘스트
- (5)이숙영, 2004, “성공의 길은 내 안에 있다.”, (주)살림출판사
- (6)정재승, 2016, “10년 후 대한민국 이제는 삶의 질이다”, 지식공감