

## 3040세대, 원하는 삶을 살기 위한 준비

직장인인생설계프로그램 <퇴근후렛츠 플러스>를 중심으로

허새나 | 시민사업팀 연구원 (doer2048@makehope.org)

### 요약

- 경제활동인구 비율이 높은 3040세대는 대부분 임금노동자의 삶을 살고 있다. 통계에 의하면 한국 직장인의 가장 큰 특징은 '바쁘다'는 것과 '비전의 상실'이다. 그 결과 회사우울증을 겪는 직장인이 80%에 육박한다. 임금노동에 많은 시간을 쓰고 있는 3040세대는 시간에 대한 결정권을 갖지 못한 다. 다양한 삶을 주체적으로 운영할 수 없는 여건으로 삶의 만족도는 바닥이다.
- 희망제작소가 연구한 '새로운 생애주기 관점으로 파악한 베이비부머의 욕구 및 지원방안'에 의하면, 3040세대는 제1성인기에 해당된다. 사회 첫발을 딛는 20대나 제2의 인생을 맞이한 50대의 경우, 사회 전반적인 분야에서 이들의 생애설계나 진로에 대한 중요성을 인식하고 다양한 방법으로 지원 하고 있다. 이에 반해 3040세대는 노동생애와 가족돌봄생애가 겹쳐 전혀 자신을 돌보고 있지 못함 에도 불구하고, 이를 극복하기 위한 기제는 현저히 부족한 실정이다.
- 한국사회는 3040세대가 일과 삶의 통합과 함께 개인이 원하는 삶을 사는 것이 힘든 사회이다. 일과 삶의 통합 기준점은 기업이나 사회가 대신해 줄 수 있는 영역이 아님에도 불구하고, 통합하는 방법 을 몰라서 시도조차 하지 못하고 있다.
- 이러한 문제의식을 바탕으로 희망제작소는 3040세대 직장인 30명을 대상으로 하는 직장인인생설 계프로그램 <퇴근후렛츠 플러스> 교육을 기획, 지난 2016년 10월 15일부터 11월 12일까지 약 4 주간에 걸쳐 실행했다. 본 이슈에서는 해당 프로그램 참가자들을 대상으로 한 사전사후 설문조사 결 과내용을 토대로 3040세대의 '일과 삶의 통합' 필요성에 대해 논하고자 한다.
- 고령사회와 저성장시대 속에서 '일과 삶의 통합'은 3040세대가 보다 인간답게 살기위한 연습이라고 할 수 있다. 이를 위해 개인이 자기결정권을 갖고 일과 삶을 통합할 수 있도록, 기업과 사회는 제도 를 개선해야 한다. 또한 삶이 일에 주는 긍정적 영향력을 발휘할 수 있도록 문화를 활성화시켜야 한 다. 사회적 성공의 척도가 부의 축적과 명예나 권력이 아닌 일과 삶의 통합이 되었을 때 우리 사회는 보다 균형 잡히고 건강한 '성공'의 정의를 갖게 될 것이다.

**키워드** 다양한 삶, 3040세대, 직장인인생설계, 일과 삶의 통합, 퇴근후렛츠 플러스



또한 최근 직장인들에게 큰 공감과 호응을 얻은 SBS스페셜 ‘요즘 젊은 것들의 사표’는 조기퇴사하는 27%의 신입사원과 퇴사를 목적으로 학습하는 ‘퇴사학교’ 또한 비장구 없는 직장인의 삶을 보여주는 단적인 예다. 일과 삶의 통합을 이루기 힘든 사문화와 직무에서 비전을 찾을 수 없다는 이유로 직장인은 계속해 이탈하고 있다. 4차산업의 특징인 탈-일자리 현상(Dejobbing)<sup>2</sup>으로 고정된 일자리가 점점 소멸되면 이 현상은 앞으로 가속화될 전망이다.

한국에서 개인의 노력만으로 충분히 원하는 삶을 살 수 있을까. UN지속가능위원회에서 발표한 세계행복지수(World Happiness Report)에서 언급된 개념 중 ‘생애선택자유지수(freedom to make life choices)’가 있다. 한국은 0.33으로 122위였으며, 아시아국가 중 최하위를 차지했다. 생애선택자유를 측정하는 질문은 다음과 같다. “당신은 하고 싶은 일을 하면서 살고 있습니까?(Are you satisfied or dissatisfied with your freedom to choose what you do with your life?)” 직업선택의 자유(Freedom of Occupation)와는 조금 다르다. 직업활동을 하는 것뿐 아니라 진로, 인생의 방향 등을 자유롭게 선택하고 있는가를 측정하는 것이다.<sup>3</sup> 지수가 낮을수록 개인의 노력으로 개선할 수 있는 여지는 적다. 3040세대의 삶을 주체적으로 운영하는 것은 이제 개인의 문제를 넘어서 사회적 문제로 접근해야한다.

## II. <퇴근후렛츠 플러스> 기획배경

고령사회에 진입하면서 평생직장의 개념에서 벗어나 제2의 인생을 설계하는 것은 이제 익숙한 개념이 되었다. 이러한 인식의 변화는 베이비부머를 새롭게 조명하고 이들에게 필요한 정책적 지원을 뒷받침하게 했다. 희망제작소는 2015년 고령사회를 대비하여 새로운 생애주기를 제안하였다. 통칭 중장년기를 재조정하여 20~49세를 제1성인기로 편입시키고 50~60대를 제2성인기로 따로 구획하는 한편 노년기 기준 연령을 70대 이상으로 조정한 것이다(배영순 외, 2015).

지금의 베이비부머는 인생1막의 주인공으로, 급성장하는 기업 또는 단체에서 근무하다 은퇴를 계기로 인생2막을 논한다. 3040세대는 베이비부머와 같은 근로생애를 경험할 확률이 현저히 적다. 이미 그들은 3~4번의 직장을 바꾼 경험과 한두 가지 직업을 갖기도 했다. 호모현드레드시대<sup>4</sup>가 되면서 이 횟수는 더 늘어날 것으로 보인다. 미국의 경영자육성단체인 ‘미래직장’은 앞으로는 한 사람이 평생 15~20개의 직장과 4~5개의 직업을 갖게 될 것이라고 전망했다. 3040세대가 반복적으로 갭이어

2) 스테파노 자마니 루이지노 브루니(2016), 21세기 시민경제학의 탄생 p.220.

3) 주간조선, “당신은 하고 싶은 일을 하면서 살고 있습니까?”, 2016.01.04. <http://bit.ly/2icD80I>

4) 인간 평균수명 100세 시대를 의미하는 말이다. 유엔이 2009년 내놓은 ‘세계인구 고령화’보고서에 따르면 평균수명이 80세를 넘는 국가가 2000년에는 6개국뿐이었지만 2020년엔 31개국에 이를 것이라고 예상하며 이를 ‘호모 현드레드 시대’라고 이름 붙였다.(출처: 시사상식사전)



3040세대 직장인을 대상으로 온라인 신청을 받아 2016년 10월 14일부터 11월 12일까지 4주간 7회에 걸쳐 교육프로그램을 운영했다. 직장인 대상이라는 특성상, 주중에는 2시간, 토요일에 약 4시간 교육을 진행했다. 강의, 워크숍, 조별 프로젝트 등 다양한 형식으로 진행했다.

온라인 신청자는 75.5%가 여성, 24.5%가 남성이었다. '일과 가정의 양립'에 대한 부담이 큰 여성이 지금과 다른 삶을 설계하고자 하는 욕구가 컸음을 확인할 수 있었다. 신청 동기는 '다양한 삶의 모델을 탐색하는 것'과 '자기성찰'이 가장 컸으며, 참가자들은 유사한 고민을 갖고 있는 교육생 간의 네트워킹 형성에 큰 관심을 보였다. 참가자들 중 사기업 근무자는 66%로 가장 많았고, 2위는 교직원, 3위는 비영리종사자였다. 한편 개인평가에 따른 '일과 삶의 조화 정도'를 살펴보면, '잘 이루지 못한다'는 부정적 답변이 59%를 차지했다. 긍정적 답변과 큰 차이를 보이지 않아 삶의 조정기를 가질 수 있는 심적 여유가 있는 사람들이 교육에 참여하는 것을 알 수 있다.

본 프로그램은 희망제작소 베이비부머 대상의 인생설계교육 <행복설계아카데미>에 비해 정보 전달의 시간을 줄이고 워크숍 형태로 논의하는 시간을 늘렸다. 교육 전반부에 삶의 비전을 명확히 하는데 시간을 할애하고, 교육 후반에는 참가자끼리 논의하는 시간을 갖는 등 참가자의 특성과 욕구를 고려해 교육 세부안을 기획했다. 아래 내용은 7회차 교육프로그램의 세부안이다. 개인적 성찰과 더불어 타인의 삶을 통해 영감을 얻고 다시 개인으로 돌아가 삶의 목표를 설정하는 과정이 담겨있다.

[표 1] 퇴근후렛츠 플러스 교육 세부안

일정&장소	내용	강사
1회 10월 15일(토) 13:30~18:00	1. 오리엔테이션 2. 워크숍: 손으로 그리는 SNS 3. 토크콘서트: 당신의 '일과 삶' 안녕한가요?	김영숙 (심리상담가) 김이준수 (이퍼컴 대표노동자)
2회 10월 19일(수) 19:30~21:30	1. 강의: 나는 왜 일 하는가 2. LET'S Project	이창준 (아그막 대표)
3회 10월 26일(수) 19:30~21:30	1. 강의: 사는(Live) 것은 사는(buy) 것? 2. 워크숍: 나의 소비 패턴 '쇼미더머니'	박미정 (경제교육협동조합 푸른 살림 대표)
4회 10월 29일(토) 13:00~17:00	1. 강의: 어서와 NPO는 처음이지? 2. 워크숍: 사람책 '당신의 어제와 나의 내-일'	김희정 (서울시NPO지원센터 터공익활동지원 팀장) 김진선(적당히 벌고 잘 살기 저자) 외

5회 11월 2일(수) 19:30~21:30	1. 워크숍: 나에게 '좋은 일'이란? 2. LET'S project	황세원 (희망제작소 선임연구원)
6회 11월 9일(수) 19:30~21:30	1. 워크숍: 생각의 전환, 일상의 변화, 나를 닮은 삶 디자인	이창준 (아그막 대표)
7회 11월 12일(토) 13:30~18:00	1. 강의+워크숍: 디어 마이 드림, 명함 만들기 2. 조별 프로젝트 발표 3. 네트워크 파티(수료식)	유장휴 (AG 브릿지 대표)

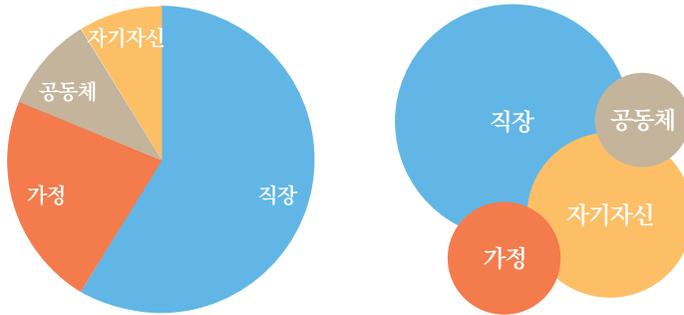
### 1) 일의 의미, 비전 회복하기

직장인 우울증의 이유 중 가장 컸던 '비전 상실'의 회복 단계로 '나는 왜 일하는가?'라는 주제로 일의 의미와 가치를 재발견하는 시간을 마련했다. 교육생들은 아래 3가지 질문에 답변을 작성하고, 각자의 언어로 수정과 보완을 반복한 다음 조별로 공유하는 과정을 거쳤다.

- 자신의 삶의 목적(존재 이유, 최종 목적지)이 무엇인지 글로 써보기
- 목적에 다가가기 위해 3~5년 뒤 도달해있어야 할 나의 모습 적어보기
- 위 두 가지를 위해 일관되게 지켜야할 가치 3~5개 찾아보기

3가지 질문의 답은 일과 삶의 통합을 위한 방향키가 된다. 지금까지 우리는 일이 잠식해버린 삶을 구하기 위해 일과 삶의 비율을 70대30에서 60대40 쯤으로 균형점을 옮기는 일이 일과 삶의 통합이라 생각해왔다. 이처럼 양팔저울이나 원형그래프의 프레임에서는 삶의 각 영역들이 상충관계에 놓인다. 한 영역을 선택했을 시, 다른 영역을 희생시켜야만 하는 양상을 빚는다. 일과 삶의 통합을 연구한 스투어트 프리드만(Stewart D. Friedman)은 삶을 4가지 영역(직장, 가정, 공동체, 자기 자신)으로 구분한다. 각 영역 사이의 교차점이자 상호작용하는 프레임으로 4가지 영역을 통합하면 직무소진(Job burnout)을 완화할 수 있다(Stewart D. Friedman, 2013, Total Leadership:와튼스쿨 인생특강).

[그림 1] 일과 삶의 통합과 관련된 2가지 프레임 예시



현재 일과 삶이 지향하는 방향이나 구심점이 다르다면 원하는 삶과 교차점이 많은 직무 또는 일의 조건을 검토해야한다. 이를 위해 '좋은 일 워크숍'을 실시했다.<sup>7</sup> 각자가 가진 자원을 파악하고(시간, 경력, 가족의 지원 등) 본인이 중시하는 일의 조건을 보드게임을 통해 확인한다. 이러한 교육으로 역할의 가치를 재발견하거나 자기인식 수준을 한층 높여 대안을 모색할 수 있다.

실제 교육 참가자들은 현재 하고 있는 일의 의미와 앞으로 하게 될 일의 지향점에 변화를 보였다. '하고 있는 일의 의미(일을 하는 이유)'를 질문했을 때 1위는 경력관리 차원의 전문성 확보, 2위는 규칙적 수입 조달이었다. 7회차 교육 이후 '미래의 일이 갖는 의미로 비중을 늘리고 싶은 점'을 질문했을 때, '정서적 안정감'과 '자기성찰 및 자기계발'이 1, 2위로 뽑혔다. 일과 삶의 통합을 위한 목적을 확인한 교육생 중 직장에서 직무 변경을 시도한 사례도 있었다.

## 2) '지출' 점점으로 적정수익 파악하기

앞서 언급한 것처럼 고령사회가 되면서 우리는 생애주기 속에서 수차례 갭이어를 맞게 된다. 현재 갭이어의 개념은 20대에 초점이 맞춰져 있다. 학업을 중단하고 봉사, 여행, 진로탐색, 교육, 인턴, 창업 등의 체험으로 진로를 설정할 수 있게 지원하는 교육이나 안내서를 쉽게 접할 수 있다. 3040세대는 20대의 갭이어와는 조금 다를 필요가 있다. 일정한 수익으로 삶을 지탱해왔기에 준비물로 '계산기'가 필요하다.

최근 미래를 준비하는 직장인을 대상으로 한 자산관리, 재테크교육과 도서가 넘쳐나고, 주로 수익을 늘리는 방법이 소개된다. 부동산, 금융상품, 펀드 등의 다양한 수단으로 수익률을 높여 미래를 준비

<sup>7</sup> 희망제작소는 2015년부터 우리 사회에 좋은 일이 더 많아질 수 있도록 좋은 일 기준 찾기 연구를 진행 중이며 개발한 보드게임을 활용해 세대 상황별 릴레이워크숍을 진행했다. "나도 잘 몰랐던 '나에게 좋은 일' 알아보는 법", 희망제작소, 2016.11.

<http://www.makehope.org/?p=36394>

할 수 있게 정보를 준다. 그러나 일과 삶의 통합에서는 수익보다 지출에 관심을 두어야 한다. 지출내역을 검토해 적정수익을 파악하는 것이 급선무다. 적정수익은 일의 양을 조절할 수 있는 기준점이 되기 때문이다. 그러나 수익보다 지출을 살피는 데는 생각보다 큰 용기가 필요한 것도 사실이다. 개인이 벌어들이는 수익과 사회적 쓸모, 유능함을 등치하는 사회적 통념에 익숙하기 때문이다.

"나답게 살아가기 위해 매달 필요한 돈은 얼마인가?"라는 질문은 개인의 심리적 경제적 안전선을 파악하기 위해서 꼭 짚고 넘어가야 하는 질문이다. 방법은 수익 지출장부를 작성해 보는 것이다. 이는 숫자로 자신을 발견하는 과정이다. 예를 들어 나다운 삶을 살기 위해 매달 100만원의 지출이 꼭 필요하다면 100만원의 수익을 충당할 수 있는 일을 하고, 그 일을 위해 일정시간을 투자해야 한다. 반대로 소비를 줄여 적정수익의 선을 낮출 수 있다면 선택의 폭은 넓어진다.

지출내역을 통해 적정수익이 파악된다면 이에 맞게 살아보는 실험이 반복적으로 필요하다. 다운시프트의 전제로 '적게 벌기'가 요구되지만, 개인의 욕망과 상충된다면 박탈감을 느끼며 지출을 줄여나갈 필요는 없다. 지속가능성이 떨어지고 자기부정의 경험이 쌓일 수 있기 때문이다.

개개인의 적정수익을 파악할 수 있도록 푸른살림협동조합의 박미정 대표가 개발한 M밸런스노트를 소개한다. 교육 참가자는 미혼 또는 5인가족 지출장부를 참고해 개인의 적정수익을 점검한다.

- M밸런스 노트 다운로드 (<http://cafe.naver.com/goodsalim/1178>)

### 3) 다양한 모델 탐색

삶의 비전을 세워 일과 삶을 통합하고, 경제적 안전선을 파악하는 단계를 거쳤다면 그 다음 단계로 다양한 사람들을 통해 영감을 얻게끔 했다. <퇴근후렛츠 플러스> 참가자가 교육의 효과로 가장 만족했던 부분이기도 하다.

사례 공유자로 섭외된 사람들은 1인가구에서 4인이상가구까지 가족 형태가 다양했다. 또한 교육 참가자들의 관심사, 현재 직무와 유사점이 많은 사람들로 구성해 자신의 상황과 빚대어볼 수 있는 여지를 높였다. 아래는 사례 공유자들이 발표한 주제다.

- 하기 싫은 일을 하지 않는 것에 대하여! (김이준수)
- 마음을 따라가는 길 (김영숙)
- 허술한 여행자의 우아하게 가난해지기 (이경원)
- 자기 삶의 주인이 되어 가는 길 (김민주)
- 평범한 직장인 세상에서 가장 큰 옷장을 열다 (한만일)

- 때려치고 싶은 그 일에서 시작하기 (윤용찬)
- 적당히 벌고 잘 살기, 인생 2막의 설계 (김진선)
- 디자인에 녹색씨앗 심기 (김진수)

진행방식은 사례 공유자가 경험을 짧게 소개하고 질의응답하는 토크콘서트 형식을 취하거나 적게는 3명, 많게는 5명이 한 테이블에 앉아 대화를 나눌 수 있는 '휴먼라이브러리'<sup>8</sup>로 진행했다. 이 과정은 사례 공유자와 친밀도를 높이며 형식에 구애받지 않고 질의할 수 있는 장점이 있다.

이 과정을 통해 교육생들은 다른 삶의 가능성과 지속성을 확인하고, 정서적 지지를 얻는 등의 효과를 보았다.

#### 4) 새로운 개념의 일(활동) 시도, 공동체 체험

7회차 교육과 함께 새로운 개념의 활동을 시도하고 교육생 간의 연대를 높이기 위해 조별 프로젝트를 실시했다. 교육 참가신청서 작성 시 '미래의 관심사'라는 문항에 답변을 받았는데, 유사한 답변을 묶어 5개의 주제를 선정했다. 선정된 주제는 '사회적경제', '교육 및 상담', '공동체', '인생설계', '취미 및 여가'이다. 주제, 성별, 평균나이 등을 고려해 팀원을 나누고 각 조별로 일정 지원금을 전달했다.

지원금을 활용하는 조건은 '내가 즐거운 일', '조원이 즐거운 일' 이 두 가지만 충족되면 어떠한 제한 없이 자유롭게 지원금을 활용할 수 있도록 했다. 5명 합의 하에 즐거울 수 있는 일이라면 그것은 공익성을 띠 가능성이 크다. 또한 20만원의 현금이 상호관계를 만들어낼 것이란 전제로 이 프로젝트는 시작되었다.

5조 모두 4주 사이에 프로젝트를 완료했다. 사례를 소개하면, 생태친화적 삶을 위해 '손으로 직접 만들기' 프로젝트를 실시했던 조가 있었다. 우리 생활의 필수품인 화장품을 '어쩌면사무소'란 곳을 찾아가 직접 만들어 보았다. 더불어 조원이 어쩌면사무소 운영자를 인터뷰하는 기회를 갖게 됐다. 자신만의 개성을 살린 창작<sup>9</sup>의 사례를 직접 발견하고, 또 다른 삶의 모델을 탐색하게 되었다.

조별 활동의 콘텐츠를 직접 기획해 참여를 촉구할 수도 있었으나, 지원금으로 보다 주도적으로 활동할 수 있는 기회와 다른 의미의 '일'을 위한 공동체 경험을 제공하고자 했다. 프로젝트를 운영하며 아쉬웠던 점은 공통된 관심사로 선정했던 5개의 주제가 프로젝트 주제와 연결성이 부족했다는 점이다. 1차적으로 '내가 즐거운 일'에서부터 프로젝트 주제가 발현되는데, 타임푸어의 직장인에게 미래의

8) 관련 지식을 가진 사람이 독자와 일대일로 만나 정보를 전해주는 도서관으로 휴먼라이브러리에서 독자들이 빌리는 것은 책이 아니라 사람(Human Book)이다(출처: 트렌드지식사전 2).

9) 창조적인 아이디어를 통해 자기주도적으로 기존에는 없는 직업이나 직종을 새롭게 만들어내거나 기존의 직업을 재설계하는 창업 활동을 말한다. 아이디어를 가지고 자신의 능력이나 적성 등을 활용하기 때문에 창업과는 다른 개념이다(출처: 시사상식사전).





#### IV. 제언

모 온라인쇼핑업체에서 청소, 세차, 요리, 인테리어 등 생활서비스를 물건 사듯 구매할 수 있는 플랫폼 품을 만들어 ‘인간적으로’라는 메시지를 실어 광고했다. 광고에서는 이 플랫폼을 바쁜 일상 속 가사노동을 해결할 혁신적인 방법이라고 설명한다. 삶을 일구기 위해 우리가 해왔던 노동을 돈으로 해결하는 것이 과연 ‘인간적’인 것일까. 직접 한끼의 식사를 만들고, 내가 사는 집을 가꾸는 시간과 노력이 ‘나의 일’을 영위하는 데 장애요소가 되는 것인지 의구심이 든다.

3차산업 이후 ‘일’과 ‘일자리’의 개념을 분리하지 않고 사용한다. ‘일자리’는 ‘일’에 장소의 개념이 더해진 것이다. 대거자본에 의해 만들어진 임금을 받기위한 일 외에도 일의 영역은 더 있다. 가사노동, 돌봄노동이 이에 해당된다. 지금은 임금을 받지 않는 일, 일명 그림자노동(Shadow work)<sup>12</sup>을 등한시 하는 경향이 있다. 그러나 삶 속에서 임금노동과 그림자노동은 서로 영향력을 미치기에 결코 경시할 수 없다.

기업은 ‘일과 삶’이 상호작용하고 있음을 인지하고, 삶이 일에 주는 영향력 중 부정적인 요소 즉, 일에 몰입할 수 없는 환경적 요인을 제거하는 역할에 나섰다. 예컨대 사내탁아소를 운영해 육아를 담당해주고, 집안청소, 세탁과 같은 살림 또한 대신하려고 한다. 소위 ‘일하기 좋은 곳’으로 손꼽히는 기업들이 추진하고 있는 일들이다. 물론 다양한 복지시스템이 일과 삶의 균형에 일부 도움을 준다. 그러나 이런 제도들은 오히려 노동시간을 늘리는 양상을 만들며 또 다른 삶의 불균형을 초래하기도 한다. 결국 개개인의 삶은 스스로 통제하고 책임감 있게 설계해야 한다. 사회나 기업이 그 일을 대신하게 될 경우, 그들이 제시하는 균형점으로 원하는 삶에 도달할 수 없다.

은퇴 후 삶을 준비하는 제2성인기의 시니어는 흔히들 ‘Re-tire(은퇴)’라는 단어를 들어 개인이 갖고 있는 능력이 폐기처분 되는 것이 아니라 단지 타이머만 교체하고 새로운 인생을 향해 내달리는 것이라고 표현한다(김숙현, 2014). 그렇다면 제1성인기의 3040세대는 원하는 목적지에 대한 탐색이 필수적이라고 할 수 있다. 그리고 연비를 점검하기 위한 실험이 동반돼야 한다. 개개인의 적정연료량을 확인하는 것은 불안감을 낮추고 지속가능한 삶을 운행할 수 있는 필수조건이기 때문이다. 그 다음으로 는 필요에 따라 차선 변경을 위해 속도를 늦추고 깜빡이를 켜는 시도가 반복적으로 일어나야 한다.

결국, 고령사회와 저성장시대 속에서 ‘일과 삶의 통합’은 3040세대가 보다 인간답게 살기위한 연습이다. 이를 위해 개인이 자기결정권을 갖고 일과 삶을 통합할 수 있도록, 기업과 사회는 새로운 기업문화 조성 and 정책제도 개선을 병행해야 한다. 또한 일이 삶에 주는 긍정적 영향력을 발휘할 수 있도록 문화를 활성화시켜야 할 것이다. 사회적 성공의 척도가 부의 축적과 명예나 권력이 아닌 일과 삶

12) 보수 없이 행하는 비생산 노동(출처: 이반 일리치(2015), 그림자 노동).

의 통합이 되었을 때 우리 사회는 보다 균형 잡히고 건강한 '성공'의 정의를 갖게 될 것이다(Nigel Marsh, 2013).

실제 <퇴근후렛츠 플러스> 교육 수료생 중 새로운 삶을 설계할 수 있었던 사람들은 자신이 하는 일을 다각도로 보고, 조직과 개인이 가진 비전의 접점을 늘려가는 작업을 진행하며 삶의 비전 찾기를 시도했다. 조직의 비전이 개인의 비전과 거리가 멀다면 하는 일과 별개로 삶 속에서 작지만 새로운 시도를 하고 관심분야의 공동체에 접근하는 노력을 시도하기도 했다. 이러한 활동들은 취미생활로 설명되기도 하고, 잉여짓으로 평가받기도 한다. 그래서 임금을 받지 않는 '노동'의 가치는 매우 중요한 것이다. 그 일이 지속되다보면 삶의 지향점이 원하는 방향으로 조금씩 바뀌고, 어느 순간 내 삶의 위치가 달라질 수 있기 때문이다. 이처럼 원하는 삶을 위해 일과 삶의 통합점을 찾는 일은 한순간에 일어나거나 대변동을 의미하지 않는다. 작은 변화가 관계의 질과 삶의 질을 근본적으로 바꾼다.

Steps  
The Hope

참고문헌

단행본

하요 노이(2008), 3040 로드맵, 해토  
 정연식(2015), 원하는 삶이 어떻게 일이 되는 가, 더난출판  
 한명석 외(2016), 좋아하는 일로 먹고 사는 법, 사우  
 박미정(2016), 적정소비생활, 씨네21북스  
 스티uart 프리드만(2013), Total Leadership:와튼스쿨 인생특강, 비즈니스북스  
 스테파노 자마니·루이지노 브루니(2016), 21세기 시민경제학의 탄생, 북돋움

연구보고서

배영순·이은지(2016), 30~40세대 당신, 안녕한가요?, 희망제작소  
 배영순·최호진·히새나(2015), 100세 시대 새로운 생애주기 제안, 희망제작소  
 예지은 외(2013), 직장인의 행복에 관한 연구, 삼성경제연구소  
 권기태·인은숙·유혜승(2016), 2016 시민희망지수, 희망제작소  
 통계청(2016a), 고용동향, 통계청  
 통계청(2016b), 2016 인구주택 총조사 표본집계 결과발표, 통계청

기타

제현주(2016), 보람만 좇아도 무사할 수 있는 세상을 꿈꾸며, HERI Review  
 이명신(2016), 비영리활동가의 일과 삶의 균형 시리즈 1~8, 더나은미래  
 Nigel Marsh(2013), 일과 삶의 균형을 어떻게 이루는가, TED×sydney <https://youtu.be/ZjfO5o662j4>  
 김숙현(2014), 시니어드림페스티벌 1회 참가자 인터뷰 영상 <https://vimeo.com/100974544>

관련기사

황세원, "나도 잘 몰랐던 '나에게 좋은 일' 알아보는 법", 희망제작소, 2016.11.08. <http://www.makehope.org/?p=36394>  
 김효정, "당신은 하고 싶은 일을 하면서 살고 있습니까?", 주간조선, 2016.01.04. <http://bit.ly/2icD80I>  
 김기연, "출근만 하면 무기력해"...직장인 10명중 8명 '회사우울증', 중앙일보, 2016. 06.20. <http://news.joins.com/article/20194978>

The Hope Issue

Asia NGO Innovation Summit  
희망제작소를 일깨워준 것이라  
The Young Foundation 24명의 재단  
장정ANS SIX  
기질  
social innovation  
공용서비스디자인프로젝트  
아시아 사회혁신  
이벤트

호혜와연대  
HAPPY SENIOR AWARDS  
이름다운 시니어  
사랑의  
어떻게 함께  
두번째 인생 설계  
social innovation

행복한 공헌해 good fund  
99% raiser

세상을 바꾸는 36시간  
시민참여(사회적) 참여진단,  
메니페스토 기업에 이상해요.

여행사 공군  
문화예술을 희망당사제  
김주희(가게) 황현CT강사  
관동기  
한정기  
공공기관

동종희망본부  
동종희망본부  
동종희망본부  
동종희망본부

사회적기업한양포럼 도시재생  
기동기(아카데미) 도시  
마을이학교다  
커뮤니티  
비즈니스  
한양포럼  
HANGYANG UNIVERSITY  
공공서비스디자인프로젝트  
마을기  
마을기  
마을기

노시영  
노시영  
노시영  
노시영

행복설계(아카데미)  
U3A  
서울  
행복설계(아카데미)  
U3A  
서울

친구의 장인  
커버넌스  
좋은 시공간  
좋은 시공간

친구의 장인  
커버넌스  
좋은 시공간  
좋은 시공간

친구의 장인  
커버넌스  
좋은 시공간  
좋은 시공간

희망제작소  
희망제작소  
희망제작소

감사의 시작  
U3A서울  
감사의 시작  
U3A서울

나는 희망한다  
Think and Do tank  
나는 희망한다  
Think and Do tank

Think and Do tank  
나는 희망한다  
Think and Do tank

Think and Do tank  
나는 희망한다  
Think and Do tank

Think and Do tank  
나는 희망한다  
Think and Do tank

I HOPE  
I HOPE  
I HOPE

세상을 바꾸는 36시간  
U3A서울  
세상을 바꾸는 36시간  
U3A서울

저 아저씨 시민사랑방  
이상해요. 오픈트크  
저 아저씨 시민사랑방  
이상해요. 오픈트크

저 아저씨 시민사랑방  
이상해요. 오픈트크  
저 아저씨 시민사랑방  
이상해요. 오픈트크

저 아저씨 시민사랑방  
이상해요. 오픈트크  
저 아저씨 시민사랑방  
이상해요. 오픈트크

저 아저씨 시민사랑방  
이상해요. 오픈트크  
저 아저씨 시민사랑방  
이상해요. 오픈트크

희망제작소  
희망제작소  
희망제작소

희망제작소  
희망제작소  
희망제작소

희망제작소  
희망제작소  
희망제작소

세상의 모든 희망이 모이는 곳  
희망제작소는 당신의 꿈을 응원합니다.

시민과 함께  
사회혁신을 실천하는  
Think and Do Tank  
희망제작소

후원회원 가입문의  
02-2031-2130  
give@makehope.org

후원계좌  
하나은행  
271-910002-36004  
예금주/희망제작소

www.makehope.org

