

## 학습모듈 M1-1. 자기개발이란?

A씨는 지속적인 자기개발을 통해 직장 내에서 인정받는 핵심인재가 되었다. 반면에 같은 해에 입사한 B씨는 제대로 승진도 못하고 있다. 자기개발을 왜 해야되는 것인지 알아보자.

지식의 생성주기가 짧아지고 있으며, 평생직장이라는 말이 사라진 오늘날 우리는 자신을 꾸준히 개발하여 가치를 높여야 하는 압력을 받고 있다. 수많은 서적들이 자기개발, 처세술, 자기경영 등에 대한 내용을 담고 있으며, 많은 자기개발 성공사례들이 각종 매체를 통해 쏟아지고 있다. 그만큼 요즘에는 자기개발, 자기개발능력의 중요성이 강조되고 있으며, 자기개발을 하지 않는 직업인은 그만큼 낙오되고 성실하지 못한 사람으로 낙인찍히기도 한다. **다음의 사례를 읽어보자.**

### 사 례



#### 누가 내 치즈를 옮겼을까?

스펜서 존슨이 지은 <누가 내 치즈를 옮겼을까?>라는 책을 보면 생쥐 스톱프와 스킨리, 꼬마인간 허와 험이 나온다. 이들은 미로 속을 헤맨 끝에 치즈가 가득 찬 창고를 찾아낸다. 생쥐들은 매일 창고를 점검했지만, 꼬마인간들은 맛있는 치즈를 먹는 즐거움에 빠져 정신 없이 지낸다.

창고가 비어버리자 생쥐들은 현실을 인정하고 곧 새로운 치즈를 찾아 나서지만, 허와 험은 깜짝 놀라 "누가 내 치즈를 옮겼을까?"라고 소리친다.

허는 사태분석이나 기다림이 부질없다고 생각하고 새로운 치즈를 찾아 떠나지만, 험은 "난 늙었다. 길을 읽고 헤매기 싫다. 여기 남아서 문제의 원인을 끝까지 파헤치겠다"

고 우긴다.

새 치즈를 발견하는 일은 많은 고난과 역경을 이겨내야 했지만, 허는 마침내 새로운 치즈를 발견하게 되고, 험은 아무 것도 얻지 못한다.



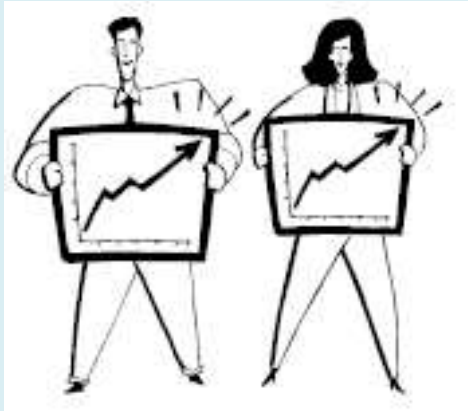
## 활 동



'누가 내 치즈를 옮겼을까?' 사례의 내용을 통해 우리는 우리를 둘러싼 상황은 변화하고 있으며 이러한 변화에 대응하여 변화하지 않으면 새 치즈(우리가 원하는 것)를 얻을 수 없다는 사실을 알 수 있다. **다음 사항들을 학습장 파일에 정리해보자.**

|  |  |
|--|--|
| 1. 나에게 닥친 변화(외재적, 내재적)는 어떤 것이 있을까?       |  |
|  |  |
| 2. 이에 따라 나는 어떤 능력을 개발하고 발전시켜야 하는지 생각해보자. |  |
|  |  |
| 3. 현재 하고 있는 자기개발 활동과 앞으로 해야 할 활동을 작성해보자. |  |
| 현재 하고 있는 자기개발 활동                         |  |
| 앞으로 해야 할 자기개발 활동                         |  |

## 내 용



자기개발이란 말은 국내외를 막론하고 20세기 후반에 들어와서 사용하기 시작하였음에도, 자기개발의 말은 쉽게 어디서나 들을 수 있는 말이 되었다.

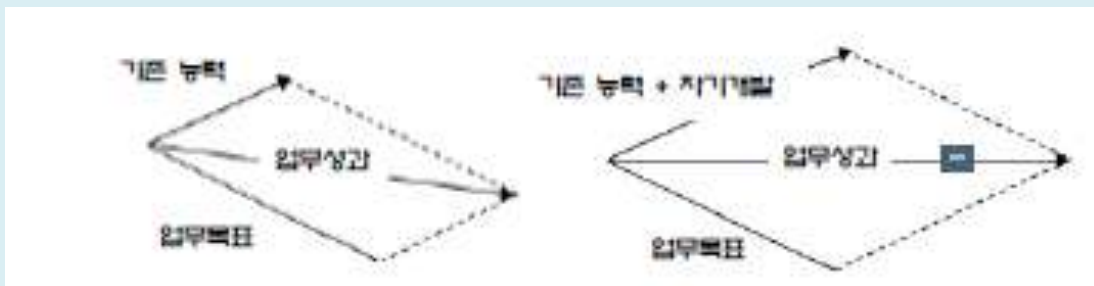
자기개발은 자신의 능력, 적성 및 특성 등에 있어서 강점과 약점을 찾고 확인하여 강점을 강화시키고, 약점을 관리하여 성장을 위한 기회로 활용하는 것이며, 기초직업능력으로서 자기개발능력은 직업인으로서 자신의 능력, 적성, 특성 등을 이해하고 목표성취를 위해 스스로를 관리

하며 개발해나가는 능력이다.

### ■ 자기개발은 왜하는 것일까?

자기개발의 필요성을 이해하기 전에 먼저 변화의 필요성을 인식할 필요가 있다. 사람들은 관성의 법칙에 따라 현재 하고 있는 일을 지속적으로 하길 원하며, 새로운 변화에 의해 자신이 안주하고 있는 환경이나 상태가 불안정해지는 것을 원치 않는 경우가 많다. 그러나 변화는 삶의 과정이며, 삶에서 성공할 수 있는 방법은 상황에 맞게 성장과 변화하는 것이다. 변화는 낡은 습관을 버리고 끊임없이 새롭고 좋은 습관으로 바꾸는 것이다.

첫째, 직장생활에서의 자기개발은 효과적으로 업무를 처리하기 위하여, 즉 업무의 성과를 향상시키기 위하여 이루어진다. 다음 그림과 같이 자기개발을 통하여 동일한 업무의 목표에 대하여 높은 성과를 가져올 수 있다.



둘째, 변화하는 환경에 적응하기 위해서 자기개발은 이루어진다. 우리를 둘러싸고 있는 환경은 끊임없이 변화하고 있으며, 그 변화의 속도는 점점 빨라지고 있다. 우리가 가지고 있는 지식이나 기술이 과거의 것이 되지 않도록 환경변화에 따라 지속적인 자기개발의 노력이 요구된다.

셋째, 자기개발은 주변 사람들과 긍정적인 인간관계를 형성하기 위해서도 필요하다. 어떤 사람들은 자기관리 자체가 긍정적인 인간관계를 형성하는 것이라고 말할 정도로 자기개발에 있어서 대인관계는 매우 중요한 화두이다. 자신의 내면을 관리하고, 자신의 시간을 관리하며, 자신의 생산성을 높이는 모든 일이 원만한 인간관계의 형성과 유지의 기반이 된다.

넷째, 자신이 달성하고자 하는 목표를 성취하기 위해서 자기개발을 한다. 자기개발을 하기 위해서는 자신의 비전을 발견하고 장단기 목표를 설정하는 일이 선행되어야 한다. 이를 통하여 자기개발의 필요성을 인식하고 자기개발의 방향과 방법을 설정할 수 있다.

다섯째, 개인적으로 보람된 삶을 살기위해서 자기개발을 한다. 자기개발을 하게 되면 자신감을 얻게 되고, 삶의 질이 향상되게 되어 보다 보람된 삶을 살 수 있다.

## ■ 자기개발의 특징은 무엇일까?



자기개발 및 자기개발능력을 이해하기 위하여 이와 관련한 몇 가지 특징을 정리하면 다음과 같다.

첫째, 자기개발에서 개발의 주체는 타인이 아니라 자기이다. 자기를 개발한다고 하는 것은 스스로 계획하고 실행한다는 의미이다. 이와 더불어 자기개발의 객체도 자기이므로 자기가 자기의 능력, 적성, 특성 등을 이해하고, 목표성취를 위해 스스로를 관리하며 개발하는 것으로 이해될 수 있다. 따라서 자기개발에서는 자신을 이해하는 것이 첫 걸음이라고 할 수 있다.

둘째, 자기개발은 개별적인 과정으로서 자기개발을 통해 지향하는 바와 선호하는 방법 등이 사람마다 다르다. 따라서 개인은 자신의 이해를 바탕으로, 자신에게 앞으로 닥칠 환경변화를 예측하고, 자신에게 적합한 목표를 설정하며, 자신에게 알맞은 자기개발 전략이나 방법을 선정하여야 한다.

셋째, 자기개발은 평생에 걸쳐서 이루어지는 과정이다. 사람들은 흔히 자기개발을 학교단계에서 이루어지는 교육이라고 생각하거나 어떤 특정한 사건이나 요구가 있을 때에 일시적으로 이루어지는 과정이라고 생각하곤 한다. 그러나 우리의 직장생활을 둘러싸고 있는 환경은 끊임없이 변화하고 있으며 지속적으로 학습할 것을 요구한다. 우리는 날마다 조금씩은 다른 상황에 처하게 되며, 학교교육에서는 원리, 원칙에 대한 교육이 이루어질 뿐이므로 실생활에서 적응하기 위해서는 지속적인 자기개발이 필요하다.

넷째, 자기개발은 일과 관련하여 이루어지는 활동이다. 우리의 인생은 일과 밀접한 관련이 있으며, 현재 직업을 가지고 있지 않더라도 직업을 탐색하고 이를 준비하는 과정을 거친다. 우리는 대부분 일과 관련하여 인간관계를 맺으며, 일과 관련하여 우리의 능력을 발휘하고 개발하고자 한다.

다섯째, 자기개발은 생활 가운데 이루어져야 한다. 자기개발은 어떤 특정한 교육훈련 기관에 가서 교육프로그램을 이수하는 것이 될 수도 있지만, 이것보다도 자신이 현재 하고 있는 직무 혹은

지향하는 직업세계와 관련하여 자신의 역할 및 능력을 점검하고 개발계획을 수립하며, 시간을 관리하고, 대인관계를 맺으며, 감정을 관리하고, 의사소통을 한다.

여섯째, 자기개발은 모든 사람이 해야 하는 것이다. 사람들은 흔히 자기개발이 특정한 사람만이 하는 것이라고 생각하거나 매우 어려운 일이라고 생각한다. 그러나 자기개발은 자신을 개발하여 효과적으로 업무를 수행하고, 현대사회와 같이 급속하게 변화하는 환경에 적응하고자 하며, 자신이 설정한 목표를 달성하고, 보다 보람되고 나은 삶을 영위하고자 노력하는 사람이라면 누구나 해야 되는 것이다.

이제 학습한 내용을 학습장 파일에 요약하고 현재창을 닫은 후 “학습모듈 M1-2”로 이동하여 학습을 계속합니다.

만일 학습을 종료하려면 먼저 ‘로그아웃’을 하십시오.