

전기로 만드는 행복

서북공감

2023
NOVEMBER · DECEMBER
VOL.116

TRUST

SPECIAL THEME 신뢰



한국서부발전 사보 서부공감

2023 11+12월호(통권 116호)

발행인 박형덕
기획 정래현, 김정호, 김예지
발행일 2023년 11월 15일
발행처 한국서부발전 커뮤니케이션실
TEL. 041-400-1298
충청남도 태안군 태안읍 중앙로 285
기획·디자인 BeOK
TEL. 02-2038-2369
인쇄 (사)한국장애인상생복지회
TEL. 02-2644-2911

Photo by TIM STIEF on Unsplash

INDEX

VOL. 116 2023 11+12월호



SPECIAL THEME ‘신뢰’

- 4 **여는 글**
관계를 지속하고 사회를 지탱하는 힘
- 6 **읽다**
신뢰, 이해하고 믿는 마음
- 10 **만나다**
신뢰할 만한 공동체에서 행복이 피어납니다
김현수 명지병원 정신건강의학과 교수
- 14 **귀기울이다**
자신을 온전히 믿고 사랑하는 힘
‘자기신뢰감’ 회복하기
신은경 심리상담가
- 20 **배우다**
신뢰받는 직장인이 갖춰야 할 3가지 경쟁력
유세미 리더십 전문가
- 24 **결다**
아름다운 자연과 역사가 살아 숨 쉬는 태안

WP STORY

- 28 **여는 글**
각박한 세상을 훈훈하게 만드는 가치
- 30 **아우르다**
임직원 공감·소통 콘서트
어서오-CEO

WP+

- 34 **WP ISSUE**
초급간부 합격자 축하 행사
- 38 **WP NEWS**
박형덕 사장, CEO 명예의 전당 수상
서규석 사업본부 부사장 취임
- 42 **이벤트**

신뢰 信賴

관계를 지속하고 사회를 지탱하는 힘

각박한 세상 속에서 '의심'은 우리 스스로를 지키기 위한 방어기제로 쓰이곤 합니다.

때로는 내가 속지 않기 위해 타인을 속여야 하죠.

하지만 누군가를 의심하는 마음은 나 자신을 온전히 보호하지는 못합니다.

나도 속을 수 있다는 두려움, 저 사람을 믿어도 될까 하는 불안감에서
나 역시 자유로울 수 없으니까요.

‘신뢰’를 뜻하는 영어 단어 ‘trust’의 어원이

‘편안함’을 뜻하는 독일어 ‘trost’에서 왔다는 사실만 봐도
신뢰와 믿음이 주는 편안함의 가치에 대해 생각하게 됩니다.

무엇보다 신뢰는 사회와 관계를 유지하는 데 꼭 필요합니다.

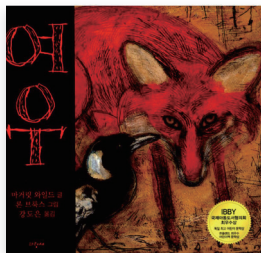
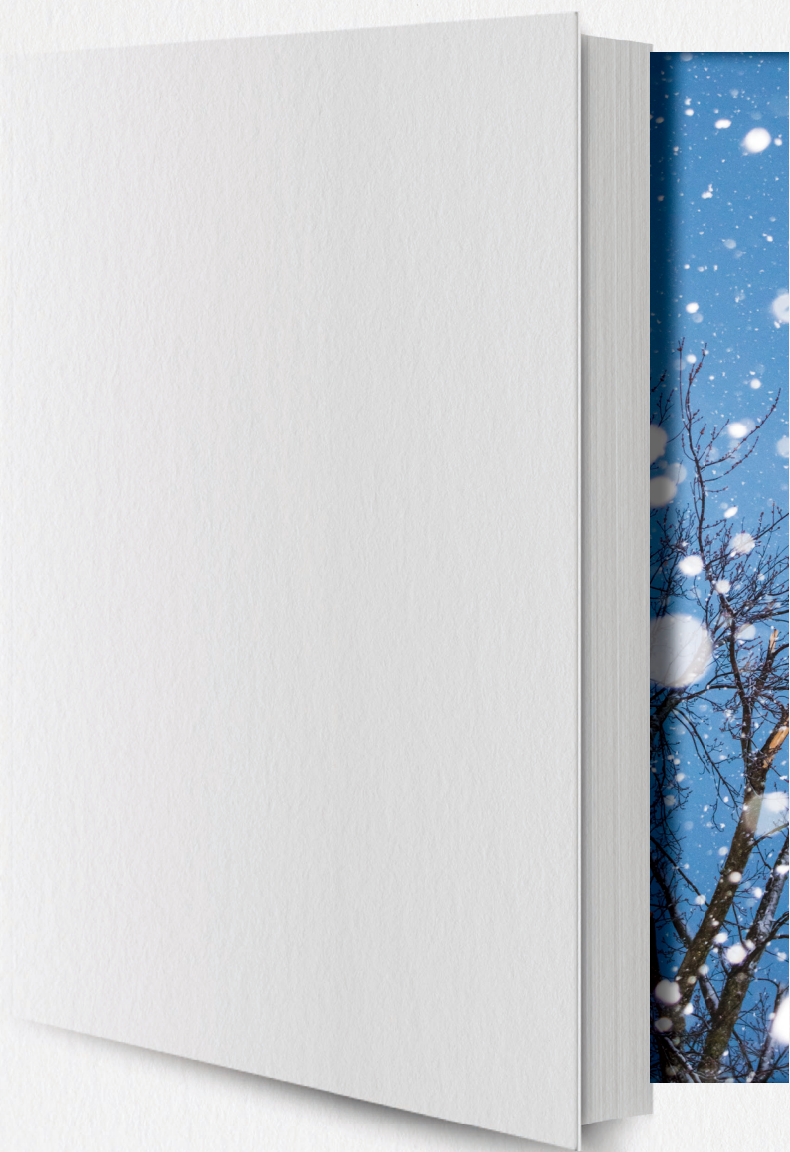
서로에 대한 믿음은 사회를 구성하는 암묵적 약속이고,
타인을 향한 호감의 밑바탕이 되기 때문이죠.

관계를 지속시키고 사회를 지탱하는 힘,

신뢰의 가치에 대해 서부발전이 고민해보았습니다.

신뢰, 이해하고 믿는 마음

‘신뢰’는 그 사람이 완벽하기 때문에 믿고 의지하는 것이 아니라,
비록 그가 불완전하다는 걸 알지라도 그 사람을 완벽하게 보는 법을 배우려 애쓰는 과정이라고 합니다.
타인에 대한 이해와 사랑은 사회를 좀 더 따뜻하게 만들고 단단하게 지탱해줍니다.
찬 바람 불어오는 계절, 우리 마음의 온도를 데워줄 ‘신뢰’를 주제로 한 책을 소개합니다.



믿음과 배신, 질투와 외로움

여우

산불로 타버린 숲에서 날개 다친 까치를 발견한 개. 더 이상 날 수 없다는 상실감에 빠진 까치에게 개는 자신도 한쪽 눈이 보이지 않는다고 위로하며, 둘은 서로의 눈과 날개가 되어준다. 그러던 어느 날, 평화로운 돌 사이에 여우가 끼어든다. 개는 아무런 의심 없이 여우를 맞아주지만, 까치는 “여우는 어디에도 속할 수 없는 애야. 누구도 사랑하지 않아, 조심해”라며 경계한다. 여우는 개가 자리를 비운 사이에 자신이 개보다 더 빨리 달릴 수 있다며 개를 두고 떠나자고 유혹하고, 까치는 이를 따라나선다. 빠르게 달리는 여우의 등 위에서 하늘을 나는 듯한 즐거움을 맛본 까치, 하지만 여우는 붉은 사막 위에 까치를 두고 떠나버린다. 개와 까치, 여우를 통해 믿음과 배신, 질투와 외로움 등 인간이 느끼는 원초적인 감정에 대해 이야기한 그림책. 강렬한 그림체가 서늘하면서도 감각적으로 다가온다. 깊은 숲속에 사는 동물의 본능과 갈등을 콜라주, 오일페인트, 아크릴, 수채화, 왁스 등 중후한 재질감으로 표현했다. 수직과 수평으로 나열된 독특한 문자 배열이 까치와 개, 여우의 감정 변화를 효과적으로 보여준다. 마거릿 와일드 저, 파랑새

‘저 사람을 믿어도 될까?’에 대한 과학적 해답

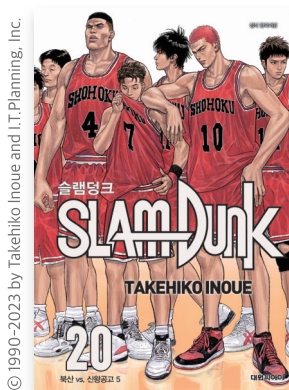
신뢰의 법칙

누군가를 믿는 것은 일종의 도박과도 같다. 위험 요소를 수반하기 때문이다. 사회에 깊은 신뢰가 깔려있을수록 배신자들이 성공할 가능성도 높아진다. 도대체 우리는 누구를 믿고 얼마만큼 믿어야 할까? 데이비드 데스테노의 <신뢰의 법칙>은 믿음과 의심에 대한 흥미로운 질문을 던지며 ‘신뢰’라는 도덕적 문제를 과학적으로 풀어낸다. 작가는 ‘신뢰성’이란 우리가 흔히 생각하는 선악의 문제가 아니며, 애초에 일관적으로 신뢰할 만한 사람이란 존재하지 않는다고 주장한다. 신뢰란 움직이는 것이고, 미래는 장담할 수 없다. 그렇기 때문에 우리는 누구를 믿을 것인지 끊임없이 예측하고 선택해야 한다. 그리고 살아가기 위해 ‘신뢰’라는 단일 전략을 고수하는 것은 위험하다고 말하며 우리에게 필요한 자제는 이기심과 협력, 불신과 신뢰의 균형점을 지속해서 찾는 것이라고 덧붙인다. 데이비드 데스테노 저, 웅진지식하우스

나에 대한 의심과 너에 대한 불신을 신뢰로 묶어주는 농구코트

슬램덩크

만화 <슬램덩크> 속 주인공들에게 ‘팀워크’는 썩 잘 어울리는 단어는 아니다. 자칭 ‘농구 천재’ 강백호, 자기 자신 외에는 누구의 실력도 믿지 않는 서태웅, 자신감이 부족한 정대만 등이 주축을 이루고 있으니 말이다. 하지만 경기를 거듭할수록 코트 위 다섯 명 사이에는 보이지 않는 연대가 생긴다. 드리블을 선호하던 서태웅이 패스를 하고, 정대만이 자신을 믿으며 3점 슈트를 쏘아 올린다. 서로를 믿으며, 나 스스로를 믿으며 그들은 우승을 향해 조금씩 성장해나간다. 완결 후 30년 가까이 흐른 지금도 여전히 명작으로 손꼽히는 이유는 시대를 초월한 보편타당한 가치를 감동적으로 담고 있기 때문 아닐까. 올 초 3D 애니메이션 <더 퍼스트 슬램덩크>가 개봉하며 다시 한번 화제를 모으기도 한 명작. 다케히코 이노우에 저, 대원씨아이



© 1990-2023 by Takehiko Inoue and I.T.Planning, Inc.

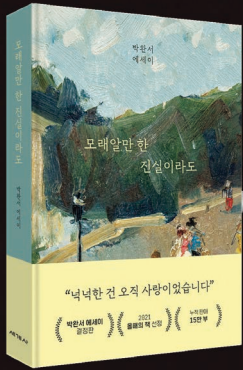
시간이 지나도 바래지 않는 가치

모래알만 한 진실이라도

<엄마의 말뚝>, <나목> 등으로 한국문학의 한 획을 그은 작가 박완서가 세상을 떠난 지 10년이 지나 출간된 에세이집. 전쟁과 분단, 상실과 고통 등 녹록지 않은 삶을 살았던 시대의 거장 박완서는 그럼에도 나를 버티게 한 것은 꿈과 사랑, 믿음이었다고 이야기한다. 소박하지만 따뜻한 시선으로 풀어낸 이야기를 엮으며, 세월이 흘러도 변치 않는 가치는 존재함을 믿게 된다. **박완서 저, 세계사**

사람을 믿었다가 속았을 때처럼 억울한 적은 없고, 억울한 것처럼 고약한 느낌은 없기 때문에 누구든지 어떡하든지 그 억울한 느낌만은 되풀이해서 당하지 않으려 든다. 다시 속기 싫어서 다시 속지 않는 방법의 하나로 만나는 모든 것을 일단 불신부터 하고 보는 방법은 매우 약은 삶의 방법 같지만 실은 가장 미련한 방법일 수도 있겠다. 믿었다가 속은 것도 배신당한 것에 해당하겠지만 못 믿었던 것이 실상은 믿을 만한 거였다는 것 역시 배신당한 것일 수밖에 없겠고 배신의 확률은 후자의 경우가 훨씬 높을 것이다.

—part1 마음이 낸 길 중



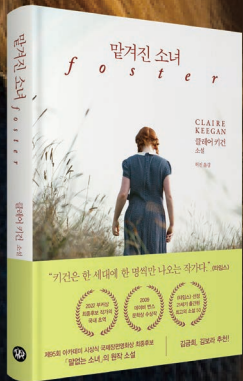
우리 생을 이루는 것들

말겨진 소녀

무심한 부모 아래 자란 한 소녀가 어느 여름 먼 친척 부부의 집에 잠시 동안 말겨진다. 제대로 된 돌봄을 받지 못한 소녀는 이 낯선 곳에서 그동안 겪어온 것과는 전혀 다른 일상을 맞이한다. 손 한 번 잡아준 적 없는 아빠와 달리 손을 잡고 보폭을 맞춰 걸어주는 어른을 만나며 소녀는 관심과 배려, 신뢰와 사랑이라는 감정을 생애 처음으로 느낀다.

<타임스> 선정 '21세기 출간된 최고의 소설 50권' 중 하나로 꼽히며 국제 문학계의 주목과 찬사를 받고 있는 아일랜드 작가 클레이 키건의 국내 초역 작품으로, 이 책을 원작으로 하는 영화 <말없는 소녀> 역시 세계 관객들의 열렬한 호평을 받기도 했다.

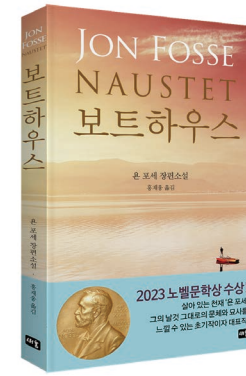
가족이란 무엇일까, 우리가 살아가기 위해 꼭 필요한 것들은 무엇일까. 커다란 집과 푸짐한 음식이 전부는 아닐 것이다. 사랑과 배려, 믿음이야말로 우리의 생을 이루는 것인지 모른다. 한 폭의 수채화처럼 잔잔하지만 진한 여운을 남기는 수작. **클레이 키건 저, 다산책방**



노벨문학상 수상자 온 포세의

보트하우스

2023년 노벨문학상 수상 작가인 온 포세의 초기작. “나는 더 이상 밖에 나가지 않는다. 불안감이 엄습하여 나는 밖에 나가지 않는다”는 문장으로 시작하는 이 소설은 인간이라면 누구나 지니고 있는 불안과 강박에 대해 다룬다. 마침표 없이 쉼표로만 구성된 문장은 처음 그를 만난 독자들에게 당혹감을 불러일으키지만, 누구든지 금세 그 리듬감에 빠져들며 독자들 또한 화자의 불안감에 동승하게 된다. 이름 없는 화자로 등장하는 ‘나’는 어린 시절 친했지만 지금은 멀어진 친구 ‘크누텐’을 길에서 우연히 마주친다. 아내와 함께 고향에 휴가를 온 크누텐을 보며 소설 속 ‘나’는 이름 모를 불편함과 위기감을 느낀다. 그리고 친구의 아내와 엮이며 세 사람 사이는 복잡하게 치달는다. 잘 안다고 생각했던 사람이 어느 순간 내가 아는 그 사람이 아니라는 사실을 깨달았을 때, 관계에는 균열이 생긴다. 사람과 사람 사이에 필연적으로 다룰 수밖에 없는 존재인 ‘타인’에 대하여, 그리고 ‘다른 존재에 대한 불안감’에 대하여 <보트하우스>는 인상적인 문체로 담아내고 있다. 1997년 노르웨이에서는 29분 분량의 중편 영화로도 만들어진 바 있다. **온 포세 저, 새움**



난 더 이상 밖에 나가지 않는다. 어쩌서인지는 모르겠지만, 내가 마지막으로 문밖에 나선 지도 몇 달이 되었다. 그것이 바로 이 불안감이다. 그것이 내가 글을 쓰는 이유이고, 내가 소설을 쓰기로 마음먹은 이유다. 난 무엇이든 해야 한다. —8쪽 중

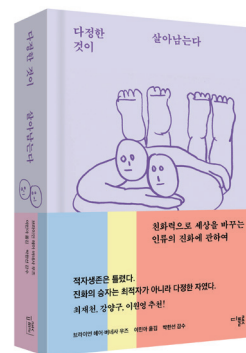
다정함과 신뢰로써 진화하다

다정한 것이 살아남는다

‘친절함은 나의 약점을 보이는 것’이라고 믿어온 인류에게 브라이언 헤어와 버네사 우즈가 쓴 <다정한 것이 살아남는다>는 오늘날 사회적 통념에 과학적 근거를 들며 친절하게 반론한다.

“우리의 삶은 얼마나 많은 적을 정복했느냐가 아니라 얼마나 많은 친구를 만들었느냐로 평가해야 한다”고 말이다. 저자는 적자생존이 아닌 친화력과 협력이 진화의 핵심 키워드라고 말한다. 인간은 다른 종보다 타인의 마음을 헤아릴 수 있는 능력이 탁월하다. 손짓과 몸짓, 표정으로 상대의 생각을 유추할 수 있기 때문이다. 그 덕분에 사람들과 활발하게 소통하고 스스로의 감정 반응을 조절하면서 생존에 유리하게 진화해 올 수 있었다. 적자생존이 진리이며, 신뢰보다는 의심이 시대의 미덕으로 여겨지는 오늘날, 인류가 더 나아갈 수 있는 해답은 인간이 지닌 다정함에서 찾을 수 있을 것이다. **브라이언 헤어·버네사 우즈 저, 디플롯**

유인원의 친척 가운데, 오직 보노보만이 우리를 괴롭혀온 치명적인 폭력성에서 벗어난 종이기 때문이다. 그들은 서로를 죽이지 않는다. 탁월한 지능과 지성을 뽐내는 인간이 하지 못한 것을 보노보가 성취한 것이다. —3 오랫동안 잊고 있던 우리의 사촌, 106쪽 중



신뢰할 만한 공동체에서 행복이 피어납니다

명지병원 정신건강의학과 김현수 교수 인터뷰

Photo by JONNY GIOS on Unsplash



사춘기 자녀와 부모 사이에서 어긋난 마음을 연결하고 대화를 이어주는
징검다리 역할을 자처한 이가 있다. 일명 '사춘기 통역사'라는 별명을 지닌 김현수 교수다.
사춘기는 아이가 부모를 떠나 자신만의 삶의 여정을 시작하는 시기다.
이 시기에 간절하게 필요로 하는 건 다른 무엇도 아닌 신뢰.
그것은 곧 이 사회가 안전하고 믿을 만한 곳이라는 믿음과도 이어진다.
사춘기 청소년들의 어려움에 관심을 갖고
그들의 삶에 지지와 신뢰를 보내는 김현수 교수의 이야기를 들었다.

최근 건강 문제로 힘든 시기를 보내셨습니다. 그럼에도 지난 9월 <사춘기 마음을 통역해 드립니다>와 <괴물 부모의 탄생> 두 권의 책을 연달아 출간하셨어요.

덜컥 암에 걸리고 나자 여러 가지 걱정 중에서도 약속을 지키지 못하고 죽으면 어쩌하나, 라는 걱정이 컸습니다. 그래서 수술을 마치고 약속한 일부터 해내자는 다짐으로 두 권의 책을 출간했습니다. <사춘기 마음을 통역해 드립니다>(미류책방)는 약속한 책이었고, <괴물 부모의 탄생>(우리학교)은 오래전부터 관심을 갖고 있던 주제로 올해 상반기에 세미나도 했어요. 최근 이슈가 된 여러 사건과 맞물리면서 학교 현장과 부모님들 모임에 조금이나마 도움이 되길 바라는 마음으로 썼습니다.



소년 교도소에서 공중보건의사로 근무하면서 배움과 치유의 중요성을 깨닫고 2002년 대안학교 '성장학교 별'을 설립해 지금까지 운영하고 계십니다. 사춘기 청소년들에게 전폭적인 지지와 신뢰를 보내고 있는 교수님께선 어떤 청소년기를 보내셨는지 궁금합니다.

인생은 어떻게 보면 자신의 상처를 치유하며 살아가는 과정이 아닐까 싶습니다. 한 심리학자가 말하기를 성장기의 핵심 상처가 성인기 삶의 주제가 된다고 했습니다. 제가 딱 그랬어요. 부모님의 사업이 망하면서 힘든 청소년기를 보내며 사춘기를 겪었고 해체된 가정에서 어렵게 살아야 했거든요. 정신과 전문의가 된 후로도 사춘기 시절의 개인적인 문제들이 영향을 미친다는 걸 자각하고 그 방면으로 더 공부하게 됐고요. 결국 쉽지 않았던 청소년기가 지금의 삶을 사는 동기가 된 셈입니다.

진료실에서 청소년들이 가장 많이 하는 말이 '외롭다'라고 하던데요. 어떻게 보면 외로움은 인간으로서 겪는 필연적인 감정일 텐데 요즘 아이들이 외로움에 유독 취약할 수밖에 없는 이유는 무엇인가요?

요즘 청소년들은 소속감을 느낄 집단이나 보살핌을 받을 어른들이 절대적으로 부족합니다. 제 경우를 예로 들면 부모님과 떨어져 지내긴 했지만 돌봄을 받을 데가 많았어요. 고모님, 이

모님을 비롯해 어머니 친구분들, 또 교회에서 만나는 어른들과 목사님이 보살펴주고 지원해주셨지요. 그렇게 만난 확대 가족이 복지 기관 이상의 역할을 했고 가정을 조금이나마 대체해주었습니다. 그런데 요즘 아이들은 양가를 통틀어 외동이거나 아들과 딸 한 명씩만 둔 ‘두 외동’인 경우가 많고 일차적 관계에 기초한 돌봄, 즉 관심과 사랑으로 연결된 네트워크가 부족해졌어요. 고모, 이모나 가까운 사촌이라도 있으면 다행인데 이런 확대 가족조차 편하지 않지요. 정작 아이들이 많은 시간을 보내는 학원에서는 관계라는 측면에서 케어해주지 않으니 결국 스마트폰이 최고의 친구가 될 수밖에요. 저는 사춘기 아이들의 방향 또는 반향의 원인도 외로움이란 측면에서 봅니다.

사춘기 때는 부모와 자녀 사이에 갈등도 심해집니다. 아이들뿐만 아니라 사춘기 자녀를 둔 부모님도 어려움을 겪습니다. 어떻게 보면 가족 간의 신뢰에 금이 가기도 하는 때가 바로 사춘기 시기 아닐까 싶어요.

평생을 살면서 부모를 제일 미워하는 시절이 보통 사춘기 때라고 하지요. 아이들은 혼자인 걸 외로워하면서도 부모와 공생하거나 의존하는 상태를 지속할 수 없다는 걸 절실하게 느낍니다. 게다가 요즘은 공부와 경쟁, 학벌이 최우선인 세상이다 보니 성적에 따라 사랑을 더 주고 덜 주는 각박한 분위기가 형성돼버렸어요. 가족은 사랑으로 이루어져야 하는데 무슨 공장인 양 해야 할 일로 가득 차고,

무언가를 생산해내야 하는 식이 된 것이죠. 부모는 사장이 아닙니다. 아이들도 성적을 생산하는 직원이 아니고요. 사실 가족 간의 신뢰는 쉽게 무너지지 않습니다. 신뢰에 금이 갔다 해도 오랜 시간 함께 이야기 나누고 부대끼면 금방 회복돼요. 여러 여건상 가족이 충분한 시간을 함께 보낼 수 없다는 게 문제겠지요. 부모와 자녀 사이의 갈등은 당연히 부모가 먼저 변화를 시도하고 노력해야 합니다. 부모는 어른이고 자녀는 도움을 받고 성장해야 할 존재니까요.

최근 교권을 위협하고 인권을 침해하는 부모들이 사회적으로 큰 파장을 일으켰습니다. 이들을 ‘괴물 부모’라 일컫는다고요. 어떤 면에서는 부모가 학교와 교사를 믿지 못한 결과, 즉 신뢰가 사라진 사회를 시사한다고 생각합니다.

‘괴물 부모’는 주로 자녀에게 매우 권위적이면서 동시에 자녀를 과잉보호하는 부모를 일컫습니다. 이러한 사회현상은 일본에서 가장 먼저 시작되었어요. 일본에서도 ‘저출생’, ‘초경쟁’, ‘가부장적 양육’, ‘각자도생’이라는 요소들이 뒤범벅되어 나타난 결과라고 봅니다. ‘저출생’은 하나밖에 없는 아이라는 요소, ‘초경쟁’은 그 하나밖에 없는 아이가 성공하기 힘든 사회적 여건을 의미합니다. 양육에 대한 책임이 엄마에게 집중되는 ‘가부장적 양육’과 ‘각자도생’ 하지 않으면 생존이 어렵다는 사회적 불신이 괴물 부모를 만든다고 봐요. 포모 증후군이란 게 있습니다. 한마디로 ‘나만 빠진 거 아냐?’, ‘나만 없는 거 아냐?’ 하는 심리에 시달리는 현상인데요. 괴물 부모가 갖

“

한 사회가 생존하려면
개인과 집단이 함께
성장해야 하고
자율과 연대가 동시에
존중되어야 해요.

행복하고 신뢰할 만한 공동체가
선행되어야 건강한 개인주의도
보장받을 수 있는 것이지요.

”

고 있는 가장 흔한 불안 심리 중 하나예요. 안전한 집단 소속감이 보장되지 않고 배제에 대한 두려움이 클 때 더 강력하게 작동합니다. 자녀가 다니는 학교에 대한 신뢰가 떨어지면서 자기 자녀가 소외, 고립, 배제 대상이 될 가능성이 있거나 그런 유사한 상황이 벌어진다고 하면 이 증후군이 ‘풀가동’ 되어서 온갖 방어 전략을 동원하도록 만들지요.

‘괴물 부모’는 단순히 한 세대만의 문제가 아니라고요.

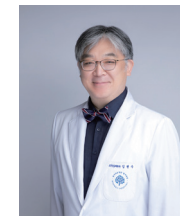
괴물 부모 밑에서 과잉 통제를 받은 아이들은 처음에는 순종하지만, 점차 부모를 두려워하게 됩니다. 어떤 아이들은 부모와 자신을 동일시하면서 성장하고, 어떤 아이들은 부모를 미워하면서 성장하지요. 순종과 의존 속에서 부모 없이는 할 줄 아는 게 거의 없는 상태에 처하거나 부모와 자신을 동일시하는 과정에서 부모의 반사회적인 속성이나 자기애적 속성의 일부를 흉내 낼 수도 있어요. 이렇듯 부모의 과잉 통제와 부모에 대한 과잉 의존 사이에서 무기력감과 불안감을 느끼면서 아이들의 마음에 균열이 생깁니다. 괴물 부모가 미친 지대한 사회적 악영향은 ‘아이 없는 사회’를 만들어냈다는 점입니다. 진료실에서 만나는 아이들이 스스로없이 말해요. 부모님처럼 살 거면 결혼은 안 하는 게 낫고, 내가 자라온 것처럼 자녀를 키워야 한다면 낳지 않는 게 낫다고요. 우리는 자신의 경험을 기반으로 살아갈 수밖에 없어요. 청소년기의 좋지 않은 경험은 결국 어른을 신뢰할 수 없게 만들고, 어른이 되고 싶지 않거나 잘못된 어른이 되게 만들죠.

가정이든 학교든 안전한 집단 소속감이 보장되어야 하는 게 우선일 것 같아요.

우리 사회에는 ‘나만 잘하면 된다’, ‘나만 잘돼야 한다’는 잘못된 인식이 팽배합니다. 그러나 내가 잘되기 위해서는 반드시 좋은 공동체가 마련되어야 해요. 관계에 기반을 두지 않은 자기만족만으로는 결코 행복해질 수 없기 때문이에요. 흔히 민주주의를 오해하는 부분이 있는데요. 내 마음대로 할 수 있는 자유를 보장하는 제도로 이해하는 것입니다. 하지만 한 사회가 생존하려면 개인과 집단이 함께 성장해야 하고, 자율과 연대가 동시에 존중되어야 해요. 행복하고 신뢰할 만한 공동체가 선행되어야 건강한 개인주의도 보장받을 수 있는 것이지요.

우리 사회 구성원 모두가 ‘인간 대 인간’으로서 신뢰를 쌓으려면 개인적으로 어떤 노력을 해볼 수 있을까요?

존중이 우리 사회의 가장 중요한 가치가 되어야 합니다. 아이들만 해도 대화 상대가 자신을 존중하는지 존중하지 않는지 단박에 알아차립니다. 아이를 존중하는 부모, 아이를 존중하는 어른이 되는 것이 먼저입니다. 상대의 이야기를 경청하는 일이 그 시작이겠죠. 서로가 서로에게 진실하다고 느끼고 그런 경험이 쌓이면 신뢰는 자연스럽게 생긴다고 봅니다.

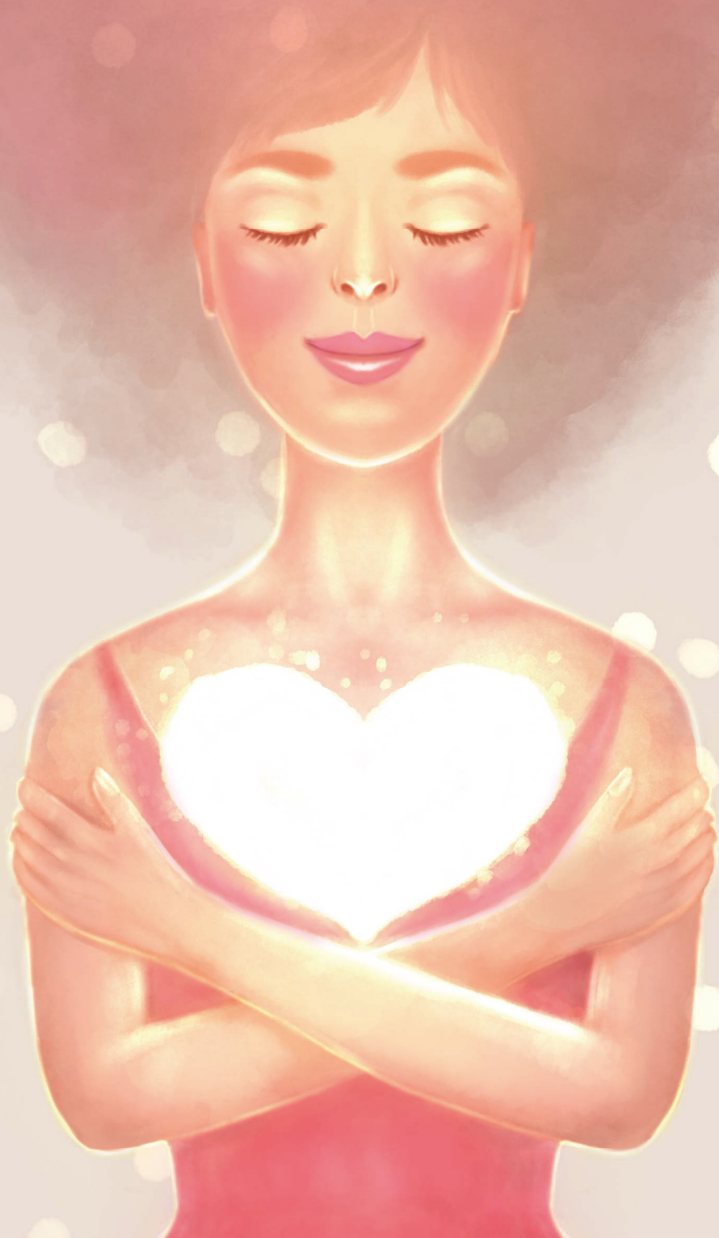


김현수

명지병원 정신건강의학과 임상 교수이자 치유형 대안학교 ‘성장학교 별’의 설립자 겸 교장. “환자는 물론이고 환자의 환경까지 관심을 갖고 치료해주는 의사가 되고 싶다”는 소망을 가지고 청소년들의 다양한 고통과 어려움을 상담하고 치유해 왔다. 진료와 교육 외에도 강의와 집필 등 ‘일인다역’을 소화하며 청소년들의 삶을 이해하고 더 나은 방향으로 이끌고자 힘쓰고 있다.

자신을 온전히 믿고 사랑하는 힘 ‘자기신뢰감’ 회복하기

신은경 심리상담가



구글에서 재미있는 연구를 하나 했다. 전 세계에 있는 모든 구글팀 중에 가장 성과가 좋은 팀의 요인이 무엇인지 전문가에게 의뢰했던 것. 전문가들은 4년 동안 데이터를 면밀히 분석했다. 팀원들의 업무 처리 방식은 물론 그들이 하루에 이야기를 얼마나 자주 하는지, 밥은 얼마나 같이 먹는지, 얼마만큼 이메일을 주고받는지 등 시시콜콜한 커뮤니케이션 패턴도 분석했다. 팀워크, 리더십, 갈등 관리 방식 등 여러 요인이 있었지만, 가장 큰 변수가 된 건 이것이었다. ‘심리적 안정감^{Psychological Safety}’. 내가 어떤 의견을 내더라도 받아들여진다는 안전함, 서로를 신뢰한다는 연결감이 자연스럽게 업무 성과로도 이어졌던 것이다.

이처럼 심리적 안정감은 우리 삶 전반에 걸쳐 매우 중요한 밑바탕이 된다. 이때 심리적 안정감의 무의식적 뿌리가 되어주는 것이 바로 ‘자기신뢰감^{Self-confidence}’이다. 자신에 대한 신뢰가 두터우면 타인을 받아들이는 수용력도 커진다. 반면 나 자신에 대한 신뢰감이 무너지면 타인에 대한 신뢰감도 사라진다. 나를 바라보는 마음의 시선이 결국 세상을 바라보는 눈이 되기 때문이다.

심리적 안정감의 중요한 근간이 되는 자기신뢰감을 회복하기 위해서는 어떠한 태도가 필요할까.

자기신뢰감을 회복하려면?

완벽하고 이상적인 ‘거대자기’로부터 즐거분해지기

보통 우리가 자기신뢰감을 잃을 때를 살펴보면 ‘개인 구성개념^{Personal construct}’으로 이루어진 자아상이 무너졌을 때이다. 여기서 개인 구성개념이란 나 자신이 살아가는 데 있어 매우 중요하게 생각하는 것들이다. ‘이 정도 환경은 되어야지’, ‘이런 대학은 나와야지’, ‘저 정도의 자산은 있어야지’처럼 ‘내가 생각하는 관참은 나’라면 꼭 갖고 있을 법한 것들로 이루어져 있다.

하지만 아이러니하게도 자기신뢰감은 스스로가 중요하게 여기는 이러한 개인 구성개념이 상실되더라도, 그런 나 자신마저 있는 그대로 믿어주고 사랑해주는 힘에서 온다. 개인 구성개념이 유연하게 열려 있으면 ‘거대자기’에 밀착되어 있지 않기 때문이다. 거대자기란 내가 생각하는 완벽하고 이상적인 자기이다.

‘나는 저 정도의 삶은 살아야 하는데, 왜 이런 직업을 갖고 살지?’, ‘나는 관참은 사람 이랑 결혼했어야 하는데, 왜 이런 사람과 결혼했지?’, ‘내가 꿈꾸던 집은 이런 데가 아닌데 왜 이런 집에 살지?’처럼 미래의 이상향 속 ‘거대자기’와 ‘지금의 나’ 사이의 격차만큼 자기신뢰감은 무너진다. 거대자기는 쓸데없는 우울감을 만들고, 이는 곧 쓸데없는 열등감으로 이어지기 때문이다.

무엇보다 자기신뢰감에 중요한 것은 자신과의 약속을 지켜나가는 것이다. 거대자기의 거창한 약속보다 자신과의 아주 작은 약속도 꾸준히 지켰을 때 쌓이는 성취감은 자연스럽게 자기신뢰감을 강화한다. 자기신뢰감을 회복하기 위해서는 거대자기의 숨 막히는 힘으로부터 벗어나 내가 어떤 생각, 감정을 느끼더라도 거기에는 이유가 있고 충분히 그럴 수 있다는 것, 때로는 초라하고 불품없이 느껴지는 나 자신도 있

는 그대로 품어줄 수용력이 필요하다. 사람이 자존감이 낮아질 때는 자신의 내부에서 올라오는 생각과 감정을 부정적으로 느끼고 미워할 때이다. 하지만 올라오는 마음에 따뜻하게 귀 기울이고, 아래와 같은 인지적 구조를 세워봄으로써 숨어 있는 메시지를 읽어주면 나 자신과의 친밀감이 강화되면서 자기신뢰감으로 이어진다.

[실전 1] 자기 내부에서 올라오는 생각과 감정이 내게 보내는 메시지를 파악해보자.

- (1) 나는 사실 _____을 하고 싶었다.
- (2) 나는 _____을 원했지만 실망했다.
- (3) 내가 필요로 하는 것은 _____이다. 나는 _____하고 싶다.
- (4) 아, 그랬구나. 그런 마음이 있었구나. 충분히 그럴 수 있지.

이렇게 자신의 생각과 감정이 스스로에게 잘 전달되었음을 확인받을 때, 비로소 무의식은 나 자신에게 온전히 수용받았음을 느낀다. 무엇보다 이런 수용력의 밑바탕에는 내부대화Self-talk의 격려와 지지가 필요하다.

내부대화 정화하기

우리는 혼자 있거나 생각에 잠길 때 무의식적으로 자기 자신과 대화한다. 이 내부대화를 살펴보면 어렸을 때 양육자에게 들었던 말, 그간 내가 세상으로부터 받아왔던 피드백, 현재 내가 겪고 있는 상황, 앞으로 내가 대비해야 할 것들이 섞여 있다.

이때 나는 나 자신에게 어떤 온도로 말하는지 살펴보자. 따뜻한 온도로 격려하기보다는 차가운 내부대화를 하는 경우도 많을 것이다. 물론 스스로를 보호하기 위해 부정적 내부대화도 필요하다. 그래야 무엇 때문에 위험해졌는지, 어떤 사람이 내게 도움이 되거나 해가 되었는지 알 수 있고, 향후 비슷한 상황에 직면했을 때 더욱 잘 대응할 수 있다. 하지만 차가운 내부대화는 나 자신을 위축되게 만들고, 이는 부정적 사고 패턴으로 이어진다.

언어가 사고를 바꾼다는 연구는 꽤 많다. 긍정적인 단어만 들어도 걸음걸이가 가벼워지고, '지금 이 순간, 편안하고 안전하다'라는 내부대화만 해도 정서적 안정감이 생긴다. 무엇보다 긍정적 내부대화는 타인과의

관계를 두텁게 한다.

예를 들어 누가 무슨 이야기를 하면 “아, 그렇구나. 많이 힘들었겠네” 하고 지지적인 피드백을 잘 주는 사람이 있다. 이들의 내부대화를 분석해보면 스스로에 대해서도 친밀한 수용력이 있다. 실수를 하더라도 ‘그럴 수 있지. 부족한 부분을 보완해서 다음에 더 잘하면 되지’, ‘앞으로 어떻게 하면 더 잘할 수 있을까?’ 식으로 내부대화의 결이 긍정적이다.

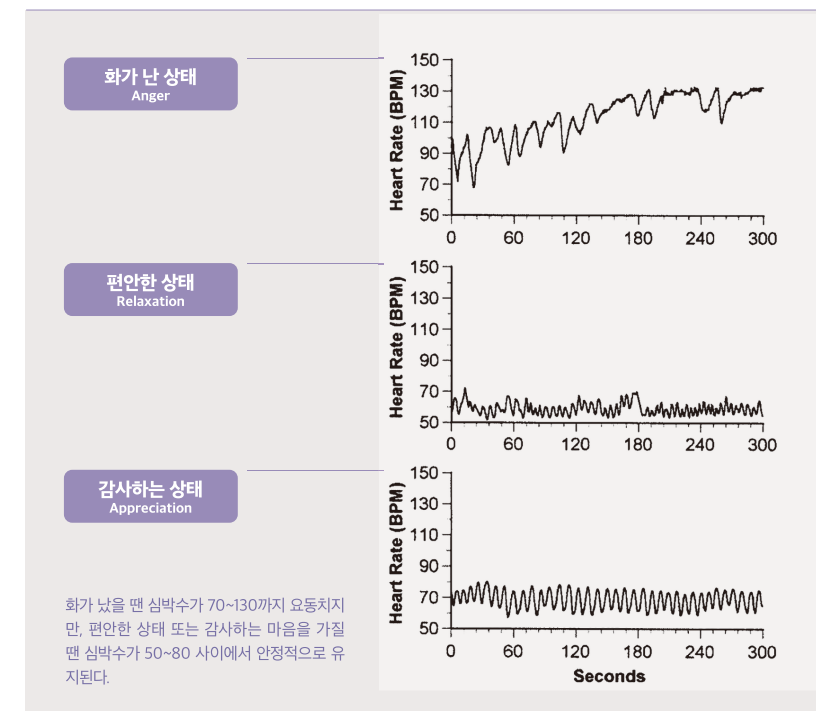
반대로 내부대화 자체가 꼬여 있으면 스스로를 힐난하는 경우가 많다. 이는 타인과의 관계에서도 고스란히 거울처럼 반영된다. 예를 들어 ‘난 왜 이 모양일까?’라는 내부대화를 자주 하는 사람은 타인을 볼 때도 “저 사람은 왜 저 모양일까?”로 귀결되고, ‘내가 그렇지 뭐?’라고 내부대화를 하는 사람은 타인을 향해서도 “네가 그렇지 뭐?”로 결론이 난다. 이렇듯 부정적인 내부대화는 나와 타인에 대한 불신으로 이어져 관계의 갈등을 초래한다.

직원의 성과는 상사의 말 한마디에도 영향받기 마련이고, 이혼하는 부부는 서로 경멸의 언어를 쓰는 경우가 많다. 이처럼 언어는 우리의 사고 패턴을 형성하는 토대가 된다. 따라서 내부대화를 정화하는 것은 자기신뢰감을 회복하는 데 큰 도움이 된다. 이때 긍정적 내부대화에 물꼬를 만드는 것이 ‘감사하기’다.

아래 그래프와 같이 화가 났을 때는 우리의 심박수가 요동치며 올라간다. 그러나 감사하는 마음을 갖고 내부대화를 하면 심박수는 0.1Hz로 탄력 있게 안정화되어 휴식하거나 잠을 잘 때보다도 몸과 마음을 편안하게 해준다.



Photo by CHELA B. on Unsplash



출처 McCraty, Rollin, and Doc Childre. "12 The Grateful Heart The Psychophysiology of Appreciation." The psychology of gratitude 230(2004).

“
자신에 대한 신뢰가 두터우면 타인을 받아들이는 수용력도 커진다.
반면 나 자신에 대한 신뢰감이 무너지면 타인에 대한 신뢰감도 사라진다.

나를 바라보는 마음의 시선이
결국 세상을 바라보는 눈이 되기 때문이다.”



Photo by JEPPE HOVE JENSEN on Unsplash

[실전2] 내부대화 정화에 도움 되는 문장 채우기

(1) 돌이켜보면 참 감사하고, 다행이었던 일은 무엇인가요?

(2) 내가 갖고 있는 것 3가지는? 나는 감사하게도 (, ,)을 갖고 있습니다.

이렇게 간단한 감사 문장을 채우는 것만으로도 내부대화가 정화되어 자기신뢰감이 강화된다. 실제로 전쟁 후 트라우마로 불면과 불안에 시달리는 이들에게 심리학자 마틴 셀리그먼 Martin Seligman은 잠들기 전에 그날 하루 중 소소하지만 기분 좋았던 일, 감사한 일 세 가지를 떠올려보게 함으로써 심리적 안정감에 큰 효과를 보았다.

자기복합성 갖기

우리가 평소 자주 느끼는 감정도 습관이다. 평소에 차가운 내부대화에 익숙하다면 부정적 감정이 습관화되어 있기에 기분 좋은 일이 생겨도 다시 원래 감정으로 돌아가려 한다. 그러한 감정에 익숙하기 때문이다. 한마디로 어떤 특정 감정이 발달하면 그쪽으로만 자주 누비는 길이 형성되는 것과 같다. 자기신뢰감을 회복하려면 보다 풍부하고 복합적인 시선으로 스스로를 바라보는 것이 중요하다. 자기복합성이 있어야 익숙하게 패턴화된 감정으로부터 빠져나올 수 있기 때문이다.

자기복합성Self-complexity이란 자신을 다양하고 입체적으로 인식하는 개념이다. 예를 들어 우울한 날도 있지만 행복하고 기쁜 날도 있다는 것, 나에게 이런 점은 부족하지만 다른 좋은 점도 있다는 것, 어떤 사람은 나를 안 좋아하지만 나를 좋아해준 사람도 있다는 것, 실패한 일도 있지만 그간 내가 성취한 일도 있다는 것 등 폭넓은 관점에서 나 스스로를 바라보는 것이다. 상황에 대한 인식 역시 마찬가지다. 자기복합성이 떨어지면 좋아하는 것만 고르고 싫어 하고 (탐貪), 싫어하는 것은 완전히 없애고 싶은 마음(진瞋)에 사로잡히며, 집착하고 있는 것이 영원할 것이라는 어리석음(치癡)에 빠진다.

분석심리학자 칼 구스타프 융Carl Gustav Jung은 선한 사람이 되기보다는 온전한 사람이 되는 게 중요하다고 보았다. 우리 내면의 빛과 그림자가 통합될 때 에너지의 리듬이 복원되어 건강해질 수 있기 때문이다. 마음이 한쪽에만 쏠려 있을 때는 반대 극의 지점도 허용하고 받아들여보자. 분열된 내 마음이 치유되어 보다 유연해진 나 자신과 조우할 수 있을 것이다.

생각 안 하는 게 좋지만, 생각하는 것도 괜찮다.

이기는 게 좋지만, 지는 것도 괜찮다.

기분이 상쾌한 게 좋지만, 불쾌한 것도 괜찮다.

집중이 잘되는 게 좋지만, 산만한 것도 괜찮다.

가진 것도 좋지만, 못 가져서 흠가분한 것도 괜찮다.

- 신은경 <내 안의 깊은 눈> 중에서



신은경

심리상담가이자 마음밀돌 대표. <좋은생각> 기자로 일하며 각계 많은 이들을 인터뷰했다. 이후 상담 심리를 공부해 다양한 내담자를 만나 자기연결감과 관련된 연구를 해오고 있다. 현재 기업과 인재개발원에서 회복탄력성, 정서 조절, 갈등 관리, 개인과 집단 무의식의 역동, 조직 관계 스트레스 완화에 관련된 치유 프로그램을 기획해 진행 중이다. 최근 저서로 <내 안의 깊은 눈>(안온북스)을 펴냈다.

신뢰받는 직장인이 갖춰야 할 3가지 경쟁력

유세미 리더십 전문가



김 대리는 요즘 마음이 복잡합니다. 직장 생활을 시작한 지 이제 햇수로 7년. 열심히 앞만 보고 달려왔는데 자신의 상황이 그리 만족스럽지 않습니다. 직장에 서 인정받고 싶지 않은 사람이 누가 있을까요? 김 대리 역시 마찬가지입니다. 누구보다 더 직장에서의 ‘성공’을 바랍니다. 대놓고 남들에게 이야기하지는 않지만 뭔가 특별하고 뛰어난 실적으로 스포트라이트를 받는 자기 모습을 상상해보기도 합니다.

그러나 현실은 녹록지 않습니다. 인정은커녕 평균을 따라가기도 버겁습니다. 직장 상사인 팀장도 그를 탐탁지 않게 여기는 것 같습니다. 동료들도 김 대리를 그저 눈에 잘 띄지 않는, 어쩌면 존재감 없이 조직에 섞여 있는 사람으로 여기는 것 같습니다. 왜 이렇게 되었을까요? 지금이라도 직장 안에서 신뢰와 인정받는 사람으로 나 스스로를 바꾸려면 어떻게 해야 할까요?

신뢰받는 사람. 직장인이려면 누구나 첫손가락에 꼽아야 할 직장 생활 성공 포인트입니다. 신뢰받는 사람은 타인에게 인정과 호감, 매력을 느끼게 합니다. 이것은 동료들 사이의 ‘인기’와는 또 다른 문제입니다. 직장에서의 ‘신뢰’는 다음 3가지 조건에 관해 얼마나 경쟁력을 갖추었느냐에 따라 결정됩니다.

신뢰를 구축하는 경쟁력 3가지

1 관계 경쟁력

직장에서는 많은 일들이 일어납니다. 예기치 않은 일이 발생하거나 관계의 갈등, 사건·사고, 해결하기 버거운 문제들... 이런 상황에서 동료들이 제일 먼저 떠올린 누군가가 있다면 그가 바로 ‘관계 경쟁력’이 있는 사람입니다.

그런데 여기서 중요한 포인트! 직장이라는 프로의 세계에서는 인간관계 문제도 실력이 전제되어야 경쟁력을 운용할 수 있습니다. SNS 마케팅은 이 대리, 중국 관련 정보는 박 과장, 요즘 핫한 신상과 핫플은 홍길동 신입사원... 이런 식으로 말이죠. 필요한 분야에서 저절로 찾게 되는 사람, 그 자리매김이 직장에서의 경쟁력입니다. 이렇듯 실력을 기본으로 하면서 사람들 사이에서 원활유 역할을 해내는 것이 진정한 관계 경쟁력이죠.

가령 회사에서 부서 간 갈등이 격화되어 심각한 싸움이 되었다고 가정해 보죠. 그러면 술 마시고, 차 마시며 달래고 설득해 당사자들이 못 이기는 척 화해하게 만드는 인물이 꼭 필요합니다.

그럴 때 적극적으로 떠오르는 직원이 어느 회사에나 있죠. 또는 유능한 후배가 퇴직을 선언할 때 꼭 설득해서 잡아야 하는 경우라면 구원투수로 등판할 직원이 혹시 당신은 아니신지요? 나는 과연 이 회사에서 어떨 때 첫 번째로 떠오르는 인물일까요? 어느 상황에서든 최우선으로 거론되는 이유는 그의 전문성, 논리력, 유연함 등이 조화를 이룬 관계 경쟁력 때문입니다.



Photo by BROOKE CAGLE on Unsplash

2 소통 경쟁력

직장이라는 시스템은 혼자 효율을 내기 어려운 구조입니다. 협업으로 시너지를 얼마나 내느냐에 따라 실적이 결정되지요. 그렇기 때문에 동료들과 얼마나 잘 소통하느냐가 곧 나의 경쟁력이 됩니다. 직장에서의 비즈니스 커뮤니케이션은 일반 대화와는 완전히 다른 체계임을 먼저 이해해야 합니다. 일단 직장에서의 커뮤니케이션은 정확성이 생명입니다. 한 가지를 더 꼽자면 경제성이겠죠. 정확하고 군더더기 없이 대화하기 위해서는 노력이 필요합니다. 예를 들어 두괄식으로 말하는 습관, 요점을 정리해 늘 중요한 포인트를 먼저 정리해서 전달하는 작은 노력이 그런 경제성을 만듭니다. 또한 크고 작은 업무를 진행하면서 주요 지점마다 관련자들과 필요한 정보를 적극적으로 나누는 데 관심을 두면 소통 경쟁력을 키울 수 있습니다. 가령 일을 진행하면서 부서별로 공유해야 할 일을 효과적으로 제대로 공유하는 사람은 유능한 사람입니다. 진행 사항의 전체적인 흐름을 파악하고 누가, 언제, 무엇을 알고 있어야 하는지 정보를 적극적으로 토스하는 사람, 이런 능력을 갖춰야 리더가 되고 결국 그 조직에서 신뢰를 받습니다.

소통 경쟁력에서 비즈니스 커뮤니케이션을 잘 활용하는 것 이상으로 중요한 것이 있습니다. ‘모르는 것을 모른다’고 ‘틀린 것은 틀렸다’고 인정하는 태도입니다. 모르면서 아는 척하는 허세는 금방 들통나기 마련입니다. 착실히 쌓아왔던 신뢰도 한 번에 잃게 되죠. ‘아, 그건 말입니다’로 시작해서 뭐든지 다 아는 척해야 직성이 풀리는 직원이 있습니다. 그러나 허세임을 동료들은 금방 알아챈다. 심지어 나중에는 그 사람이 잘 아는 분야에 대해 말하더라도 믿지 않게 됩니다. 또한 다른 사람들이 내 생각을 비판할 수 있도록 마음을 열어주세요. 회의 시간에 타 팀 동료가 나의 의견을 지적하고 반대했을 때 그 자체를 나에 대한 공격으로 받아들이는 사람도 있습니다. 일단 얼굴부터 빨개집니다.

“내가 잘못했다는 겁니까?! 그렇게 말하면 안 되지!” 이런 식으로 반대 의견에 이성을 잃는다면, 그는 더 이상 말이 안 통하는 사람, 상대하고 싶지 않은 사람이 됩니다. 반대 의견이 나올 땐 의연하게 상대의 말에 귀를 기울이세요. 고개를 끄덕이고 메모도 좀 하시고요. 그러고 나서 차분하게 내 의견을 다시 정리해보세요. “그 의견에도 일부 동의합니다. 그렇네요. 검토해보겠습니다. 좋은

“

유능한 후배가 퇴직을 선언할 때 꼭 설득해서 잡아야 하는 경우라면
구원투수로 등판할 직원이 혹시 당신은 아니신지요?

나는 과연 이 회사에서 어떤 때 첫 번째로 떠오르는 인물일까요?

어느 상황에서든 최우선으로 거론되는 이유는

그의 전문성, 논리력, 유연함 등이 조화를 이룬 관계 경쟁력 때문입니다.

”

의견 주셔서 감사합니다” 혹은 “오해하고 계신 부분이 있는 것 같네요. 다시 한번 설명해 드리겠습니다”라고 자신의 의견을 전합니다.

흥분하지 않는 사람이 이깁니다. 포커페이스를 유지한 채 좋은 의견에는 인정을, 반대를 위한 반대에는 냉정하게 대처하세요. 그것이 바로 소통 경쟁력입니다.

3 이미지 경쟁력

자신의 이미지는 세상을 살아 나가는 데 가장 강력한 무기가 됩니다. 그럼에도 불구하고 자신의 이미지를 관리하는 데 소홀하면 어떻게 될까요? 가장 먼저 무너지는 것이 신뢰도입니다. 내 이미지를 제대로 관리하기 위해서는 다음 두 가지를 유념하세요.

첫째로 직장에서는 내가 먼저 동료를 돕는다는 원칙을 세우세요. 내 시간과 자원, 정보, 관찰력으로 동료에게 도움을 제공하는 데 기꺼운 마음이어야 합니다. 사실 이는 습관에 가깝습니다. 내가 다른 부서에 정보를 주고 돕게 되면 이후 그들에게 협조를 받아내는 게 매우 쉬워집니다. 옆 팀 동료에게 자료를 건네며 ‘이거 내가 우연히 입수한 자료인데 도움이 될 것 같아서’라고 한다면 그 동료는 자연스럽게 내 편이 됩니다.

둘째로 나의 가치관을, 색깔을 분명히 표현하세요. 예를 들어 나는 말과 행동이 일치하고 남의 사생활에 대해 관심이 없다, 정직하고 공의롭다는 점이 내 가치관이라고 할 때 직장 생활을 하며 일관되게 그 가치관이 드러나야 합니다. 누군가를 뒷담화하는 현장에서는 입을 다물고, A4용지 한 장, 볼펜 한 자루라도 공과 사를 분명히 구분하는 태도가 보인다면 동료들이 나는 그런 사람임을 당연히 알게 됩니다. 그럴 때 비로소 내 이미지는 경쟁력을 갖추는 것입니다.



유세미

소통, 리더십 전문가이며 기업 강연가이자 유튜브버다. 잡지사 기사를 거쳐 삼성물산과 애경에서 25년간 근무했다. 긴 직장생활 경험을 바탕으로 쓰기 시작한 글이 폭발적 공감을 얻으며 기업 전문 강연가로 활동을 넓혔다. 삼성전자, SK, 포스코, 코트라, 외교부 등 수많은 기업에서 다양한 강의를 펼치고 있다. 저서로 <나는 왜 회사만 가면 힘들까>, <관계의 내공> 등이 있으며 18만 구독자 유튜브 채널 '유세미의 직장수업'을 운영 중이다.

. WALK in TAEAN .

아름다운 자연과 역사가 살아 숨 쉬는 태안

천혜의 자연경관을 자랑하는 태안해안국립공원 옆에 한국서부발전의 심장이랄 수 있는 태안발전본부가 있다. 460만㎡ 부지의 이곳은 서부발전 전체 발전설비 용량의 57%를 만들고 있으며, 최첨단 폐수처리설비를 완비하는 등 환경친화적인 발전소로 자리매김하였다. 서해안에 위치한 태안은 아름다운 바다 경관으로 잘 알려진 관광 명소이지만 내륙을 중심으로도 풍성한 볼거리를 자랑한다. 산과 바다가 어우러진 풍경이 아름다우며, 명소 곳곳에 백제시대 불교문화가 녹아 있다. 역사와 자연을 따라간 태안 여행 코스를 소개한다.



- 1 밀물과 썰물, 두 얼굴을 지닌 서해안의 매력을 엿볼 수 있는 태안의 풍경
- 2 역사의 흔적이 잘 보존된 경이정
- 3 서해의 맛을 가득 담고 있는 건어물과 해조류



SPOT 1

마애삼존불입상

백화산 기슭에 위치한 태을암에 가면 특별한 문화유산을 만날 수 있다. 우리나라에서 가장 오래된 백제시대 불상인 마애삼존불이 바로 그 주인공으로 지난 2004년 국보로 지정되었다. 마애삼존불(磨崖三尊佛)은 ‘자연 암벽에 새겨진 세 명의 부처’라는 뜻으로 거대한 암벽에 부처가 나란히 서 있다. 보통 가운데 부처를 두고 양쪽에 보살을 배치하는데, 마애삼존불은 중앙에 보살상이 있고 좌우에 부처를 배치한 독특한 형식이다. 전 세계에서 유일하게 이곳에서만 볼 수 있는 배치라 한다. 오른쪽 부처는 손에 약단지를 들고 있어 가족이 아플 때 기도하러 오는 이들이 많다. 백화산에 들른다면 부처의 은은한 미소를 만나고 가길 추천한다.

SPOT 2

백화산 구름다리

2023년 준공된 구름다리가 백화산의 새로운 명소로 자리매김하고 있다. 고도 284m 백화산은 남녀노소 누구나 쉽게 올라갈 수 있는 작고 나지막한 산이지만, 정상에 오르면 시원하게 펼쳐진 태안 시내와 바다 전망을 한눈에 조망할 수 있다. 특히 산 정상에서 바라보는 일몰이 압권이다. 구름다리는 백화산 정상 아래 두 개의 큰 바위 봉우리인 봉봉대를 잇고 있다. 푸르른 산과 하늘 사이에 놓인 붉은색 다리가 멋진 풍경을 빚어내 마치 구름 위를 걷는 신선이라도 된 것 같은 기분이 든다. 구름다리에 방문하는 게 목적이라면 산 중턱에 있는 태을암까지 차를 타고 올라가 30분 정도 트레킹하면 된다.

MAP



- 1 우리나라 마애삼존불 가운데 가장 오래된 태안 동문리 마애삼존불 입상
- 2 태안 전경을 한눈에 내려다볼 수 있는 백화산 정상의 모습
- 3 소박하고 정겨운 풍경의 태안 서부시장
- 4 백화산의 새로운 명물로 자리매김한 구름다리
- 5 아름답게 가꿔진 꽃과 나무로 가득한 나문재 카페
- 6 계절에 따라 색다른 풍경으로 변하는 나문재 카페의 야외 전경
- 7 조선시대 관아의 양식을 잘 간직하고 있는 경이정의 모습



SPOT 3

경이정

태안 주민들의 편안한 휴식 공간인 경이정은 사실 기나긴 역사를 지녔다. 조선시대 관청으로 사용하던 건물로 해안을 지키는 방어사가 군사 명령을 내리거나, 중국 사신이 휴식을 취하던 곳이었데 경이(淸夷)라는 이름은 ‘오랑캐를 경계하라’는 뜻으로 왜구의 피해가 심했던 당시의 지역 상황이 반영되었다. 이후 왜구의 침략이 줄어들고 중국 사신의 휴식 장소로 이용되면서 ‘항해하는 사신의 평안을 빈다’는 의미로 바뀌었다고 한다. 태안 시내에서 맛있는 음식과 멋진 풍경을 즐기다 잠시 쉬어 가기 좋은 장소다.

SPOT 4

태안 서부시장

태안 바다에서 나는 싱싱한 수산물과 할머니들이 손수 농사지는 농산물을 만날 수 있는 정겨운 재래시장. 예전에는 3일, 8일에 장이 섰지만, 지금은 상설시장으로 운영 중이다. 시장 골목마다 이불, 농기구, 먹거리 등 다양한 물건을 판매하고 있다. 오랜 역사를 지닌 만큼 맛집도 가득한데 특히 바지락을 듬뿍 넣은 칼국수가 유명하다. 최근에는 싱싱한 제철 해산물을 구입해 즉석에서 구워 먹을 수 있는 구이장터 운영을 시작했다.

SPOT 5

나문재 카페

나문재는 안면도에 맞닿은 쇠섬을 통째로 펜션과 카페로 운영하고 있다. 숙박객이 아니라도 카페를 이용할 수 있으며, 잘 가꾸어진 넓은 산책길을 거닐며 사진 찍기 좋다. 사이프러스 나무와 조각상들이 이국적인 분위기를 자아낸다. 야외 정원뿐 아니라 카페 내부도 나무와 꽃으로 꾸며져 마치 식물원에 온 듯한 기분이 든다. 시간대를 잘 맞춰 방문하면 물이 들어온 바다 풍경도 만날 수 있다. 겨울에 방문하면 창밖으로 눈 쌓인 풍경을, 실내에선 싱그러운 자연을 동시에 즐길 수 있다.



신뢰 信賴

각박한 세상을 훈훈하게 만드는 가치

남을 믿지 못하고 오직 각자도생의 길을 걷는다면
그 길은 고달프고 외롭습니다.
또한 자신을 지키고자 만들어낸 벽이
결국 스스로를 가두고 자아를 뛰어넘지 못하게 만들지요.

‘나’라는 좁은 세계를 넘어 영역을 확장하고 싶다면
타인을 신뢰하는 마음의 문부터 열어야 합니다.
이는 친구, 가족, 직장 동료 간 모든 관계에 적용됩니다.

일관성 있는 말과 행동, 솔직함을 바탕으로 한 상호 관계,
내가 손해를 보더라도 큰일이 나지는 않을 거라는
작은 믿음들이 쌓이면, 각박한 세상이 좀 더 훈훈해집니다.
힘든 순간과 난관도 더 잘 해결할 수 있습니다.

따뜻한 신뢰의 마음으로 더욱 단단한 미래를 만들어가는
서부발전의 이야기를 들려드립니다.

임직원 공감·소통 콘서트 어서오-CEO



태안발전본부(9월 18일)와
김포발전본부(9월 22일)에서
3직급(차장) 이하 직원을 대상으로
‘공감·소통 콘서트 어서오-CEO’를
개최하였다. 공감·소통 콘서트
‘어서오-CEO’는 박형덕 사장 등
경영진이 직원들과 경영 현안을
공유하고 구성원과 조직 간 신뢰를
다지기 위한 목적으로 마련된 행사다.
뜨거웠던 현장의 분위기를 전한다.

공감과 소통의 현장

공감·소통 콘서트 어서오-CEO의 1부 행사는 ‘공감’을 주제로 한 경영 현안 설명회로 진행됐고, 2부 행사에서는 ‘소통’에 방점을 둔 CEO 토크 콘서트가 이어졌다. 특히 2부 행사는 사전 취합된 익명 질문과 실시간 익명 채널을 통해 올라온 질문을 던지면 박형덕 사장이 그 자리에서 답하는 즉문즉답 형식이라 생생한 현장감을 느낄 수 있었다.

1주일간 진행한 사전 조사에서는 총 132건의 질문이 올랐고, 중간중간 실시간 소통 게시판에 질문이 게시되며 허심탄회한 대화가 오갔다. 박형덕 사장은 슬기로운 직장 생활을 위한 조언을 구하는 질문에는 오랜 경험을 지닌 인생 선배로서 따뜻한 위로와 지지로 공감을 표하기도 했다. 2시간가량 진행된 토크 콘서트에서 많은 이들의 호응을 얻었던 질의응답을 정리했다.

토크 콘서트에 참여한 직원분들에게 인사 말씀 부탁드립니다

태안발전본부와 김포발전본부, 이렇게 두 곳에서 공감·소통 콘서트를 하게 되는데요. 태안발전본부는 우리 회사 설비를 60% 담당하고 있고, 서부발전 직원 절반 이상이 몸담고 있다 보니 경영 기류가 80%가량 이어지는 곳이지요. 그리고 김포는 신설 사업장이다 보니 새로운 본부로서 문화를 만들어 가야 하는 곳이라 태안과 김포를 개최 장소로 정해 이렇게 만나게 되었습니다.

지난 3년간 경영을 하며 할 수 있는 것들은 다 했고, 발생한 문제들도 해결했어요. 5년 동안 적자에 허덕이다 흑자를 냈고, 또 에너지 공기업 중 우리가 유일하게 A등급을 받았잖아요. 전력 공기업에 국한되지 않고 에너지 공기업, 석유, 가스, 다 합쳐서 유일하게 받은 A등급이라 의미가 컸어요. 그 과정에, 연초에 터진 IGCC 화재와 청렴도 부분은 아쉬웠습니다. 하지만 내년도 평가에서도 다시 A등급을 받는다면 향후 한 5년간 우리 서부발전은 호랑이 등에 올라탄 기세로 갈 거라고 생각합니다. 지금이 굉장히 중요한 시점이에요. 지난해보다 더 많은 노력을 하고, 재무 쪽으로도 성과를 내고자 여러 방안으로 고민하고 있습니다.

그러기 위해 여러분의 협조가 절실해요. 물론 청렴도 등에 있어 금품수수, 비리 이런 게 있다면 가차 없이 냉정하게 판단해야 해요. 하지만 합당한 문제 제기인지 잘 따져봐야 하고 이 평가들이 우리 회사에 어떤 영향을 주는지도 생각해 주길 바랍니다. 또 하나 말씀드리면 이번에 초급간부 응시율이 많이 아쉬웠어요. 꿈을 갖고 입사해서 목표를 가지고 나아가면 좋겠습니다. 이제부터 대화를 통해 얘기해 나가도록 하죠.

경영 비전 관련해 질문드립니다. 탈석탄 기조가 가속화되고 있는 상황에서 우리 회사의 미래 수익원과 경쟁력 확보 방안에 대해 사장님은 어떤 구상을 갖고 계신가요?

‘계란을 한 바구니에 담지 말라’는 이야기가 있잖아요. 재산을 전부 주식에 쏟아



넣으면 전 재산을 날릴 수 있죠. 그런 측면에서 우리 회사도 경영의 다변화가 필요합니다. 국가 정책이 '에너지 전환'으로 방향을 잡았으니 우리도 이 기회를 살려야 해요. 도심권 사업장을 확보하는 게 중요합니다. 동해안이나 전라남도 서부 쪽에서 생산한 전력을 수도권으로 끌어올릴 송전망 건설이 필요하고, 그런 면에서 수도권 중심의 발전소를 확보해야 합니다. 그래서 남양주가 확보가 된 거고, 그다음에 용인 반도체 클러스터에 1기기가 들어가게 된 것이죠. 대단한 성공이라고 봅니다. 신재생에너지로 우리나라에서 태양광은 쉽지 않지만 해상풍력은 여전히 가야 할 방향입니다. 해상풍력이 성공한다면 이를 토대로 해외에도 진출할 수 있어요.

그리고 지난 연말 오만에서 500메가 태양광을 수주했잖아요. 이 규모의 공사를 위해 여의도 2.6배에 해당하는 땅이 필요해요. 조만간 언론에 대대적으로 발표될 더 큰 규모의 태양광 사업도 있습니다. 앞으로 이런 방향으로 사업을 추진한다면 우리 서부발전의 미래가 너무 밝죠. 전력산업 개편을 통해 우리 회사 중심으로 가게 될 거라고 자신합니다.

인생 선배로서 직원들에게 본인의 미래를 위해 이것만은 꼭 해보라고 추천해주고 싶은 게 있으신가요. 공부, 재테크 모두 포함입니다.

솔직히 저는 다시 태어난다면 공기업에는 입사 안 할 것 같아요(웃음). 치열하게 열

“

내년도 평가에서도 다시 A등급을 받는다면 향후 한 5년간 우리 서부발전은 호랑이 등에 올라탄 기세로 달려나갈 거라고 생각합니다. 지금이 굉장히 중요한 시점이에요. 지난해보다 더 많은 노력을 하고, 재무 쪽으로도 성과를 내고자 여러 방안으로 고민하고 있습니다.

”

- 1 '공감·소통 콘서트 어서오-CEO'에서 직원들의 질문에 답하는 박형덕 사장
- 2 지난 9월 18일 태안발전본부에서 개최된 토크 콘서트에 참여 중인 직원들
- 3 '공감·소통 콘서트 어서오-CEO'의 생생한 현장을 느낄 수 있는 김포발전본부의 모습

심히 일하는 만큼의 대가가 있는 것 같지는 않거든요. 하지만 주어진 여건 안에서 늘 최선을 다하고 싶었고 여기까지 달려오며 낸 성과에 많은 사람들이 좋아하고 기뻐하는 모습을 보며 보람을 느꼈습니다. 에너지 공기업 중에서 유일하게 우리만 평가 A를 받았을 때 너무 행복하더라고요. 그럼 됐죠(웃음). 돈도 많이 벌고 명예도 얻고 건강하고 그러면 얼마나 좋겠어요. 하지만 모든 걸 내 마음대로 할 수는 없잖아요. 셰익스피어가 돈을 잃는 것은 조금 잃는 거고, 명예를 잃는 것은 좀 더 많은 것을 잃는 거고, 건강을 잃으면 몽땅 잃어버리는 거라고 했어요. 뭐든 우선순위가 있다고 생각해요. 그래도 공기업 직원으로서 국가 에너지 정책에 일익을 담당하면서 긍지와 자부심을 갖고 있습니다. 돈은 좀 부족하더라도 건강하게 살 수 있도록 최선을 다하고 늘 긍정적인 생각을 해야 해요. 잘 웃고 유쾌하게요.

급변하는 전력 시장에서 서부발전 직원들이 갖춰야 할 역량은 무엇이라고 생각하십니까?

전문성밖에 없어요. 20년 차, 25년 차, 30년 차 되는 직원들도 각

자의 전문성을 갖춰야 해요. 기술은 계속 발전하고 세상은 변하고 있는데 나는 하나도 안 변해선 안 되죠. 전문성을 키워야 해요. 후배들한테 늘 얘기하는 게 있어요. 사무 쪽에 있는 친구들예겐 감사나 인사과 쪽으로 갈 생각보다는 전력 거래라든지 영업이든지 해외사업이라든지 나름대로 자신의 역량과 꿈을 펼칠 수 있는 곳으로 가라고 하죠. 그렇게 해야 나중에 경쟁력이 생기거든요. 퇴직하고 난 뒤, 외부에서 인사나 감사 전문가를 필요로 하진 않거든요. 만약 해외 사업이나 사업개발 쪽에 역량을 갖추고 있다면 필요로 하는 곳에서 자신의 역할을 할 수 있죠.

저는 영업에서 22년 근무했고, 해외사업, 노사관계 업무도 6년 했어요. 소위 남들은 골치 아프다는 일들이에요. 좋은 보직을 선택할 만한 힘이 없어서 했던 일인데, 탑의 자리에 올라와 보니 남들이 하기 싫어한 그 업무들이 결국 전문성이 되고 강점이 되더군요. 일선에서 땀 흘려 일하는 직원들 덕분에 회사가 여러 성과를 거두고 있어요. 더욱 활발히 소통해 역량을 결집하고 이를 바탕으로 최고의 기술력과 품질을 갖춘 서부발전이 되도록 모두 힘내봅시다.

초급간부 합격자 축하 행사

멋진 앞날을 응원합니다!

평범한 일상에서 선물처럼 찾아오는 날들이 있다. 입학, 졸업, 결혼, 출산, 입사 그리고 승진...

축하받아 마땅한 이 날들은 노력의 성취이자 우리 삶에 활력을 주고 앞으로 더 나아갈 원동력이 되어준다.

특히 승진은 회사에 단단히 뿌리내려 뜻한 바를 활짝 펼칠 수 있는 중요한 계기가 된다.

지난 10월 31일, 서부발전에서는 초급간부 합격자 축하 행사가 열렸다. 축하와 덕담이 오간 뜨거운 현장을 소개한다.



2023년도 초급간부 합격자 축하 행사

한국서부발전은 10월 31일 태안 본사 나눔마당에서 '2023년도 초급간부 합격자 축하 행사'를 가졌다. 본 행사는 2023년도 초급간부 합격자를 격려하고 축하하는 자리이자 향후 지원자들에게 동기를 부여하려는 행사로 초급간부 합격자 35명과 가족들, 서부발전 CEO와 경영진 및 직원 등 총 90여 명이 참석해 자리를 빛냈다. 행사는 개회식을 시작으로 서부발전을 소개하는 홍보영상 시청, 박형덕 사장의 축하 인사와 가족들의 소감 발표, 플라로이드 응원 메시지 전달 이벤트와 기념 촬영, 오찬으로 이어졌다. 오찬 후에는 미리 신청한 합격자 가족들을 대상으로 태안발전본부 견학이 이루어졌다.



- 1 2023년도 초급간부 승진 예정자 가족의 방문을 환영하는 현수막
- 2 2023년도 초급간부 합격자 축하 행사에 참여 중인 직원과 가족들
- 3 감사의 마음을 담아 서로에게 덕담을 전하는 모습
- 4 박형덕 사장이 초급간부 합격자들과 가족들에게 축하 인사를 전하는 모습



축하 현장 엿보기

박형덕 사장의 축하 인사

합격하여 이 자리에 오게 된 초급 간부 여러분께 진심으로 축하를 전합니다. 주변에서 제게 이런 질문을 던지곤 합니다. 이 자리에 올라오기까지 어떤 승진이 가장 기뻐느냐고요. 저는 차장이 되었을 때라고 답합니다. 그때 세상을 다 얻은 것 같고 날아갈 것만 같았어요. 시험도 어려웠고 준비도 많이 해야 했는데 가족들 도움이 참 컸습니다. 독서실에서 공부하고 있으면 아내가 돌쟁이였던 아기를 돌러업고 따뜻한 도시락을 싸다 주곤 했죠. 또 부장이 되었을 땐 본가에 가면 저희 아버지께서 ‘우리 부장 아들 왔구나’하며 자랑스러워하고 참 좋아하시던 기억이 납니다. 서부발전의 초급간부가 된 합격자 여러분들이 이렇게 훌륭하게 성장할 수 있도록 길러주신 부모님, 묵묵히 도와주신 배우자 여러분들의 노고가 컸을 겁니다. 이 자리를 빌려 감사 인사를 드립니다.

프랑스 소설가 앙드레 말로가 ‘꿈을 품고 노력하는 자는 반드시 그 꿈을 닮아간다’라고 했는데 제가 참 좋아하는 말입니다. 우리 회사의 미래이자 서부발전을 이끌어갈 주역인 초급간부 여러분들, 꿈을 가지고 한발 한발 나아가길 바랍니다. 회사의 발전을 위해, 그리고 본인의 성장을 위해 각오를 다지시길 당부드립니다.

가족들의 소감 발표

“뜻깊은 자리에 초대해주셔서 감사드립니다. 초급 간부 합격자분들 그간 너무 수고 많으셨어요.

회사에서도 개인적으로도 승승장구하시길 응원합니다.” - 태안발전본부 전기직군 신창훈 차장 아내

“초대해서 축하도 해주고 격려도 해주셔서 감사합니다. 승진 합격할 수 있도록 도와주신 많은 분들께 감사합니다. 서부발전이 세계로 뻗어나가도록 각자 맡은 책임과 능력을 마음껏 발휘하셨으면 좋겠습니다.” - 인재경영처 사무직군 김동욱 차장 아버지

“오늘 이 자리가 이렇게 큰 자리인 줄 몰랐어요. 우리 장한 며느리가 승진해서 마음이 너무 좋습니다. 우리 집의 보물이면서도 회사의 보물로서 서부발전이 나날이 뻗어나갈 수 있도록 기여하기를 바랍니다.” - 건설처 화학직군 김건희 차장 시어머니

플라로이드 촬영과 응원 메시지 전하기

미리 준비된 인싸 안경과 머리띠, 축하 문구가 쓰인 토퍼 등을 활용해 플라로이드 카메라로 기념 촬영을 하고, 가족과 동료들의 응원 메시지를 적어 투표지에 부착하는 이벤트가 진행되었다. 본식 행사 중 가장 활기찬 분위기를 만들어준 이벤트로 오찬 후 가장 많은 투표수를 얻은 2개 테이블에는 경품도 증정되었다. 사랑하는 가족, 동료들과 함께 사진을 찍고 진심이 담긴 격려와 응원의 메시지를 전한 감동적인 순간이었다.



1 초급간부 합격자들에게 당부와 축하 인사를 전하는 박형덕 사장

2 박형덕 사장의 연설에 귀 기울이고 있는 인재경영처 김동욱 차장

3 뜻깊은 자리에 초대되어 자리를 빛내준 서부발전의 가족들 모습

1 플라로이드 사진에 응원 메시지를 적는 손길

2 계시판에 사진을 붙이고 투표를 하는 서부발전 가족들

3 시어머니와 함께 기념 촬영 중인 건설처 김건희 차장

4 단란하게 사진을 찍는 해외신사업처 장요한 차장 가족



서부발전 NEWS



박형덕 서부발전 사장, '2023 대한민국 CEO 명예의 전당' 수상

한국서부발전 박형덕 사장이 '2023 대한민국 CEO 명예의 전당' 시상식에서 윤리·인권경영, 환경경영 부문 우수 CEO로 선정됐다. 올해로 7회째인 대한민국 CEO 명예의 전당은 경영혁신, 윤리·인권경영, 환경경영 등 20개 부문에서 한 해 동안 괄목할 성과를 낸 CEO를 선정하는 행사로 산업정책연구원이 주최하고 산업통상자원부 등이 후원한다.

산업정책연구원은 박형덕 사장이 공공부문에 대한 국민의 기대에 부응하고 기후변화에 대응하기 위해 ESG 경영에 앞장선 결과 'ESG 분야' 중 윤리·인권경영 부문, 환경경영 부문에서 우수한 성과를 냈다고 평가했다. 윤리·인권 부문에서는 반부패·청렴 경영에 대한 경영진의 강력한 의지와 임직원들의 적극적인 동참 노력이 높게 평가됐다. 환경경영 부문에서는 2050 탄소 중립 달성을 위한 에너지 전환 추진과 환경 영향 최소화 노력이 우수한 평가를 받았다.

박형덕 사장은 "이번 수상은 에너지 공기업의 책무에 맞는 윤리·인권, 환경경영을 위해 서부발전 임직원이 땀 흘린 결과"이며 "더욱 분발하는 계기로 삼아 ESG 경영 선도 기업의 입지를 굳히겠다"고 말했다.

▲ 엄경일 서부발전 기술안전본부사장(오른쪽)이 박형덕 사장을 대신해 '2023 대한민국 CEO 명예의 전당' 시상식에서 수상하는 모습



▲ 서규석 신임 사업본부 부사장(오른쪽)이 취임식에서 박형덕 사장(왼쪽)과 기념 촬영하는 모습

서부발전, 서규석 사업본부 부사장 취임

한국서부발전은 11월 7일 서규석 신임 사업본부 부사장 취임식을 진행했다. 서 신임 부사장은 1966년생 서울 출신으로 서울한영고등학교와 육군사관학교 한국학과를 나와 1994년 한전에 입사했다. 이어 동경지사장, 전력연구원 전략경영팀장, 필리핀일리한법인 감사실장, 경영평가실장, 파주지사장, 상생협력실장, 인사혁신처장 등 한전의 여러 보직을 거쳤다.

서 신임 부사장은 한전에서 인사, 조직, 경영평가, 해외사업 등 전력산업분야 전반의 업무경력을 쌓으며 종합적인 판단 능력과 이해관계 조정 능력을 보여줬다. 특히 한전 인사혁신처장 재직 당시 직무기반 조직·인력 구조 개편, 소규모 사업장 통합 및 통합업무센터 신설, 공공기관 최초 1직급(가, 나) 통합 등에 나서 재무위기 극복과 경영효율화 면에서 성과를 냈다. 아울러 합리적인 업무수행 성향과 친화력을 바탕으로 수평적 리더십을 발휘해 전력그룹사 내에서 신망이 두텁다.

서 신임 부사장은 "30여 년 동안 한전에서 축적한 경영지식과 업무 경험을 토대로 급변하는 경영 환경에 유연하게 대응하는 서부발전을 만들겠다"며 "모든 서부가족이 행복한 일터를 조성하고 안전을 최우선 가치로 삼는 경영을 실천하겠다"고 말했다.

서부발전 NEWS



서부발전, 가스안전공사와 감사 업무협약 체결

한국서부발전이 한국가스안전공사와 감사 전문성을 높이기 위한 교류에 나선다. 서부발전은 10월 10일 충남 태안 본사에서 가스안전공사와 ‘감사 활동 협력과 지원을 위한 감사 업무협약’을 체결하였다.

이번 협약은 내부통제 강화 필요성에 공감하고 기관 간 협업체계를 구축함으로써 안전·반부패·청렴 문화를 확산하기 위해 마련한 것으로, 감사 전문성 제고는 물론 내부통제 강화에 시너지를 낼 것으로 기대된다.

서부발전과 가스안전공사는 협약에 따라 감사 정보·기법 교류, 내부통제 강화 및 정보통신기술 활용 감사 분야 상호 협력, 전문가 교차 감사 인력 지원, 실무회의·워크숍 등 교육 프로그램 공동 운영 등을 추진한다.

양 기관은 향후 특정 감사에 대한 교차 감사를 추진하고 빅데이터, 인공지능을 활용한 예방 감사 및 내부통제체계에서 감사의 역할과 과제를 주제로 실무 회의를 개최할 예정이다.

이상로 서부발전 상임감사위원은 “이번 협약을 통해 감사 전문성 제고는 물론 공공부문에서의 내부통제 강화를 위한 시너지를 기대한다”며 “앞으로 양 기관은 안전 및 반부패·청렴 문화 확산을 위해서도 협력해나갈 것”이라고 말했다.



중대재해 근절 D-100 안전 캠페인 진행

서부발전은 9월 25일 충남 태안 본사에서 ‘중대재해 근절 D-100 선포식’을 가졌다. 태안, 평택, 서인천, 군산, 김포, 구미 등 사업소에서는 지난 22일 선포식을 열고 23일부터 ‘중대재해 근절 D-100 안전 캠페인’에 돌입했다.

서부발전은 산업재해 취약 시기인 가을, 겨울철의 안전관리를 강화하고 무재해를 이어가기 위해 2019년부터 중대재해 근절 D-100 안전 캠페인을 펼치고 있다.

올해 표어는 ‘기본부터 지키자! Keep The Basic! 무재해 100일 달성!’이며 캠페인 기간은 지난 9월 23일부터 연말까지 100일이다. 서부발전은 이 기간에 협력회사와 ‘추락·충돌·협착 사고 집중관리’와 ‘예방·참여·의식 3대 안전문화 혁신활동’을 추진한다. 협력사들은 무재해 달성을 약속하는 의미로 무재해 깃발을 맡은 기간 보관한 뒤 다음 협력사에 전달하는 릴레이 안전 활동을 벌인다. 또 근무복에 중대재해 근절 D-100 안전 엠블럼 배지를 부착해 안전의식을 새긴다.

한편 서부발전은 무재해 달성에 기여한 협력사를 격려하기 위한 포상제도를 운영 중이다. 올 상반기에만 한전KPS, 금화PSC, 한전산업개발, 우진엔텍, OES, 한국발전기술, 두산에너지빌리티, 신흥기공, HKC 소속 근로자 1,111명에게 1억1,110만원(총액 기준)을 포상금으로 지급했다.



서부발전 ‘찾아가는 CEO 안전컨설팅’ 시행

한국서부발전이 발전소 상주 협력사를 위한 현장 맞춤형 안전경영에 나섰다. 서부발전은 지난해 1월부터 ‘찾아가는 CEO 안전컨설팅’을 진행하고 있다. 찾아가는 CEO 안전컨설팅은 서부발전 경영진이 사업장에 상주하는 협력사를 반기별로 방문해 안전관리 현황을 살피고 실질 안전 확보 방안을 모색하는 행사로, 서부발전의 대표적인 협력사 소통창구이자 안전 점검 행사로 자리 잡았다. 박형덕 사장과 경영진은 태안발전본부와 서인천발전본부, 군산발전본부, 평택발전본부를 차례로 찾아 협력사의 목소리를 경청하고 안전 점검을 진행했다.

서부발전은 무재해 협력사 포상, 협력사 현안 사항 조치 결과 공유, 안전관리 현황 토론, 현장 안전 점검 등을 하였고, 올해 상반기 무재해를 달성한 협력사들에게는 1억4,000만원(총액 기준)의 포상금을 전달했다. 또한 서부발전은 올해 상반기에 도출된 협력사 현안 21건 가운데 17건을 해결했고 나머지 4건은 조치 중이다. 협력사 관계자는 “서부발전의 적극적인 관심과 노력 덕분에 현장의 작업환경이 안전하게 변화되고 있음을 실감한다”며 “앞으로도 이러한 소통행사가 지속되길 바란다”고 말했다.

박형덕 사장은 “서부발전이 축적한 안전 경험과 기술 역량을 공유해 협력사의 든든한 안전 울타리가 되겠다”며 “중대재해 예방과 안전한 작업환경을 구현하는 데 끊임없이 고민하고 최선을 다할 것”이라고 강조했다.



산학연 합동 디지털 기술 세미나 개최

한국서부발전이 발전산업 디지털 전환 동향과 기술을 공유하고 발전 빅데이터를 활성화하기 위한 학술 세미나를 열었다. 9월 7~8일 이틀 동안 경기 성남 판교글로벌 R&D센터 대강당에서 개최된 ‘산·학·연 합동 디지털 기술 세미나’는 ‘미래 발전산업 기술과 신뢰성’을 주제로 열렸으며, 서부발전과 대한기계학회 신뢰성 부문이 공동 주최하고 한국전자기술연구원, 섹터커플링 인력양성사업단이 후원했다.

개회식에는 이상현 서부발전 기획본부장과 박종원 대한기계학회 신뢰성부문 회장을 비롯해 대기업과 중소기업, 학계, 연구단체 관계자 등 150여 명이 참석했다.

이상현 서부발전 기획본부장은 “최신 연구 동향과 디지털 기술을 공유하고 발전산업의 미래를 가늠하는 좋은 기회였다”며 “앞으로도 데이터 개방과 민간 협력을 통해 에너지 신사업을 발굴하고 관련 생태계 육성에 더욱 노력하겠다”고 말했다.

서부발전은 지난 2020년 11월 발전사 최초로 디지털 기술공유센터를 열고 민간기업과 대학, 연구기관 등에 약 40만개의 발전 데이터를 개방해왔다.

아울러 발전 빅데이터를 활용한 신사업을 발굴하고 관련 산업 생태계를 육성하기 위해 지난 5월 대한기계학회 신뢰성부문과 ‘빅데이터 공유·확산 및 전문인력 양성을 위한 업무협약’을 체결하기도 했다.

추첨을 통해 선물을 드려요



<서부공감> 116호 열독하셨다면 도전하세요!

하단의 퀴즈를 풀고 구글폼에 정답을 입력하면
추첨을 통해 선물을 드립니다.

QUIZ 1

최첨단 자동제어설비를 갖춘 한국서부발전의
핵심 발전소이자 서해안 시대를 열어가는
에너지의 주역으로 460만㎡ 부지에 환경친화적
전기를 만들고 있는 발전본부가 위치한 곳은?

힌트 <서부공감> 24쪽을 참고하세요.

QUIZ 2

한국서부발전의 주요 현안에 대한 논의는 물론
경영진과 직원 간의 허심탄회한 소통으로
공감대를 형성하고자 최근 개최된
토크 콘서트의 명칭은 무엇일까요?

힌트 <아우르다> 코너를 참고하세요.

어서오



참여 방법 QR코드 찍고 구글폼에 정답 남기기

참여 기간 12월 18일(월)까지 당첨자 발표 12월 29일(금) 한국서부발전 공식 블로그

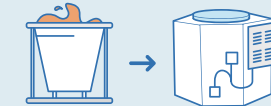
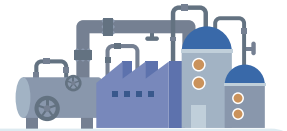
경품 커피 쿠폰(10명)

산업체

효율 Up 전력 Down 실현요령



고효율 설비사용



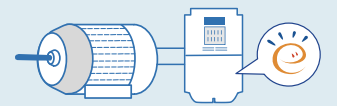
일반 용해로를 **고효율**
덮개제어형 전기용해로로 교체

하루 **616** kWh 한달 **12,833** kWh



저효율 공기압축기를
고효율 제품으로 교체

하루 **441** kWh 한달 **9,182** kWh



동력설비에
고효율 인버터 설치

하루 **249** kWh 한달 **5,179** kWh



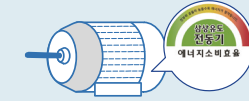
저효율 펌프를
고효율 제품으로 교체

하루 **146** kWh 한달 **3,034** kWh



저효율 멀티히트펌프를
1등급 제품으로 교체

하루 **38** kWh 한달 **793** kWh



저효율 삼상유도전동기를
고효율 제품으로 교체

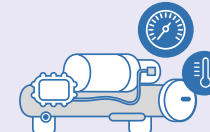
하루 **33** kWh 한달 **691** kWh



저효율 전기 냉난방기를
1등급 제품으로 교체

하루 **25** kWh 한달 **526** kWh

설비 운영관리 개선



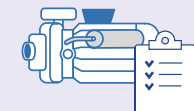
냉동기의 적정온도, 압력,
유량 관리 등 운전 방법 개선

하루 **602** kWh 한달 **12,538** kWh



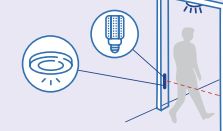
공기압축기 누설 방지 등
관리 개선

하루 **407** kWh 한달 **8,472** kWh



펌프 설비의 대수 조정,
회전수 제어 등 운전 방법 개선

하루 **393** kWh 한달 **8,181** kWh



조명설비의 조도, 점소등
운용개선, 카운터 센서 등 도입

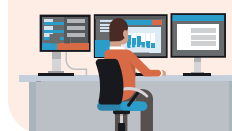
하루 **137** kWh 한달 **2,847** kWh

* 사업장당 절감량: 중소규모(연간에너지사용량 5,000toe이하) 제조업 사업장의 최근 3년간 에너지진단사례를 참조하였으며, 실제 절감량은 현장 조건에 따라 다를 수 있음

FEMS(Factory Energy Management System) 도입

ICT 활용 실시간 에너지 사용량 정보제공 및 최적 운전제어를 통한 에너지 절감

FEMS 활용 운전 합리화



① 냉난방기

- ✓ 최적 효율 스케줄 운전
- ✓ 냉난방 자동제어



② 공기압축기

- ✓ 실시간 압축기 효율 분석
- ✓ 무부하 운전 최소화



③ 조명

- ✓ 실시간 점소등 모니터링
- ✓ 조도 자동 제어(디밍)



한국서부발전은 믿음으로 따뜻해지는 세상을 위해
신뢰의 에너지를 만듭니다.

