

건강 칼럼

사상체질을 알면 대인관계에서 성공한다

사상체질을 알면 대인관계에서 성공한다. 산다는 것은 무엇인가? 혼자서 살수는 없다. 남들과 같이 살아가면서 서로 도움을 주기도 하고 받기도 하면서 살아가는 것이다. 어느 한 가지 일만을 해서 안 되고 여러 사람들이 서로 다른 일을 하면서 자신의 능력을 최대한 발휘하며 살아가는 것이다. 중요한 것은 자신의 일을 얼마나 즐겁게 하고 일에 대한 적절한 보상을 받는 것이다. 보상이 많으면 남에게 피해를 주면서 일을 한다면 보람을 느끼지 못할 것이다. 자신의 하는 일을 즐겁게 하면서 남에게 봉사도 하고 적절한 보상을 받는 것이 중요하다. 그러나 많은 사람들이 다 좋은 것을 할 수는 없다. 한가지 일이나 직업에 집중을 하다보면 경쟁이 심해지고 심해지면 보상이 줄어들고 힘들어지기 때문이다. 자신의 능력을 최대한 발휘하며 같은 분야에서 성공을 하기 위해서는 대인관계를 잘 해야 한다. 기술과 능력도 중요하지만 남들과의 대인관계에서 성공을 해야 한다. 먼저 생각할 것은 상대를 나와 다르다고 생각하는 것이 좋다. 자신의 생각에는 어떤 일이 옳다고 생각을 하여 남들에게도 옳을 것이라고 생각을 한다. 그래서 자신의 주장이 옳다고 상대에게 강요한다. 그런데 상대의 입장에서도 자신이 옳다고 생각하기 때문에 다른 주장을 한다. 서로의 주장이 상대를 이해하고 양보를 하여 해결이 될 수도 있지만 가끔은 서로를 이해하지 못하고 주장을



김수범
우리한의원장

하다보면 법정의 판결을 받게 된다. 또한 똑같은 말이나 행동이라도 상대에게 느끼는 관점이나 생각에 따라서 매우 거북하다면 감정적인 문제로 번져서 사소한 일이 커지며 해결할 수 없는 상황으로 치달게 되기도 한다. 사람들은 살아오면서 다른 환경에서 다른 교육과 경험에 의하여 무의식에 저장이 되어 반응한다. 가끔은 무의식적으로 싫어하는 경우도 있고 좋아하는 경우도 있다. 또한 체질에 따라서도 각 체질의 특성이 다르기 때문에 반응하는 것이 다른 경우도 많다. 어쨌든 중요한 것은 똑같은 일에 자신의 경험과 체질에 따라서 다르게 반응을 한다는 것이다. 자신과 다르게 생각할 수 있다고 생각하는 것이 중요하다. 입장을 바꾸어 생각을 하는 것도 현대의 소통을 하는 방법이다. 대인관계에서 사상체질은 어떻게 도움이 될까? 먼저 상대는 자신과 다르다는 것을 먼저 생각해야 한다. 네가지 체질의 특성에 따라서 분류를 하여 대응을 하면 그냥 만나는 것보다 훨씬 대인관계가 잘 이루어진다. 상대의 장점을 알고 단점을 안다면 상대의

입장을 이해하고 원하는 부분을 중심으로 이야기 할 수 있기 때문이다. 모르고 한다면 사소한 행동이나 말에 기분을 상하면 대인관계에 어려움을 줄 수 있다. 먼저 가장 많은 체질은 태음인들로 약 50%의 체질이다. 가장 사회생활에 잘 적응을 하여 가장 많이 살아남을 것이 아닐까 생각된다. 일단 자신의 감정표현이 직선적이지 않다. 말이나 행동도 조금 늦지만 생각도 직선적으로 표현하지 않고 두리뭉실하게 부드럽게 표현을 하는 편이다. 많이 생각하고 말과 행동이 자신에게 이득이 되는지 안 되는지를 생각을 하며 행동하는 경우가 많다. 상대의 입장에서는 잘 보기가 되지 않을 수 있다. 또한 기분이 나빠도 웃으며 넘기는 경우가 많으나 기분 나쁜 감정이 없어진 것은 아니다. 고집이 세고 주관이 뚜렷한 경우가 많아 한번 부정적으로 생각을 하면 바꾸기가 쉽지 않다. 융통성이 있기 때문에 너무 급하게 하지 않고 꾸준히 접근을 하고 노력을 하면 자신의 생각을 전달할 수 있다. 다음으로 많은 체질은 소양인이다. 직선적이고 감정의 변화가 많으며

스마트하다. 순발력과 판단력이 빠르며 자신의 감정을 숨기지 않고 바로 표현을 한다. 상대의 마음에 상처를 줄 수 있는 말도 직선적으로 표현한다. 반면 자신이 잘못했다고 생각을 하면 바로 사과를 하고 후회를 한다. 순수한 사람이라고 생각하고 접근하는 것이 좋다. 자신의 심한 말을 해도 바로 잊으며 또한 마음속 깊이 생각하지 않기 때문에 상대가 마음에 들면 바로 바뀌는 형이다. 솔직하고 접근하고 잘못된 것은 바로 사과하는 것이 좋다. 다음은 꼼꼼하고 내성적인 소음인이다. 모든 것을 완벽하게 처리하고 예의를 중시하며 사소한 것도 잘 기억한다. 기분이 나빠도 바로 앞에서 예의를 지키며 표현을 하지 않는 것이다. 기분이 나빠도 바로 앞에서 있으면 오래 기억을 한다. 항상 예의에 어긋나는 말과 행동에 주의를 하며 옷차림이나 약속시간 등도 정확하게 지키는 것이 좋다. 자료나 서류를 등도 다른 체질보다 정확하게 분석을 하기 때문에 세밀하고 정확하게 답변도 준비하여야 한다. 마지막으로 태양인은 드물다. 명석하고 남들이 생각하지 못하는 것을 추진할 수 있는 강한 힘을 가지고 있다. 매우 저돌적인 공격적으로 표현을 한다. 처음에는 잘 이해가 안 될 지라도 몇 번이고 생각을 해보고 대응을 하는 것이 좋다. 가끔은 매우 이상적이지만 현실에 적응이 안 되는 것을 이야기 할 수 있기 때문에 충분한 이해가 있는 다음에 판단을 하는 것이 좋다.

독자재언

집회시위 문화 정착! 우리 모두가 노력해야

대한민국 헌법이 집회시위의 자유를 보장함에 따라 국민들은 개인 또는 다수의 공동목적을 달성하기 위하여 광장 또는 거리로 나와 각자의 요구사항을 주장하며 집회시위를 개최한다. 올해 경찰청은 경찰개혁위원회의 권고로, 촛불집회 이후 성숙해진 집회 문화를 반영, 대화와 소통 위주의 평화적 집회시위문화 정착을 위하여 자율과 책임에 기반한 집회시위 관리 패러다임을 제시하였다. 이러한 배경에는 집회시위의 자유를 보장하고 경찰의 과도한 개입으로 인권침해 우려 등 불상사를 사전에 방지하고자 하는데 있다. 나아가 집회현장의 질서를 주최측의 자율에 맡기며, 법질서 준수와 안전유지에 대한 1차적인 책임 또한 주최측에 있음을 명확히 하여 평화적인 집회시위 문화를 정착하게 하기 위한 것이다.

이에 경찰은 주최측을 신뢰하여 경력배치를 지양 또는 최소화하고, 교통경찰과 경찰봉제선 위주로 집회시위를 관리하며, 주최측 요청이나 불법상황 등에 따라 비례적 경력배치로 우발 상황에 대비한다. 다만 집회시위 현장에서 목과할 수 없는(중대한) 불법폭력 행위가 발생할 경우 제지 해산 검거 등 엄정하게 대처한다. 경찰은 집회시위를 통한 평화적인 의사표현을 적극 보장하고 일반 시민들의 불편도 예방하며 헌법에 기초한 인권의 보장과 실현을 위해 계속 노력할 것이다. 선진 집회시위문화 정착을 위해서는 경찰뿐만 아니라 집회시위 참가자들이 성숙한 시민의식을 바탕으로 자율과 책임의 원칙아래 성숙한 집회가 되도록 함께 노력해 나가야 할 것이다. 강현희/고청경찰서 경비직계승경

사진으로 보는 지구촌 소식

“내년 우크라이나 대선 출마” 티모셴코 전 총리



율리아 티모셴코(앞줄 가운데) 전 우크라이나 총리가 지난날 30일(현지시간) 내년 대선 출마를 선언했다. 사진은 티모셴코가 지난해 11월 수도 키예프 법원에서 재판을 앞두고 있는 미하일 사카슈빌리 전 조지아 대통령을 위로하는 모습.

사설

군산 살리기 확실하게 해야

군산살리기를 확실히 해야겠다. 해법을 모색하고 있다지만 아직은 미답지 않다. 군산의 경제 활력 극복을 위해 조기 지원을 약속했지만 그게 뚜렷한 대책이라고 믿는 이는 아무도 없다. 군산의 위기 극복을 위한 조기 지원은 그저 원론적인 말에 지나지 않는다. 그게 반복되는 말이라고 해서 중량감 있게 받아들일 이가 도민 중에 과연 그 누가 있겠는가. 그런 말 정도는 아무나 할 수 것에 지나지 않는다. 현대중공업 군산조선소 가동 중단과 한국 GM 군산 공장 폐쇄 등 잇따른 주력산업의 붕괴로 최악의 경제 위기를 맞은 군산 지역에 속도감 있는 지원이 있어야 한다. 전북도가 군산을 살리려고 48개 사업에 필요한 예산 2058억 원을 확보하고 협력업체들을 위해서 특별자금 642억 원을 지원 한다고 저변에 밝혔지만 중요한 것은 그게 아니다. 거듭 말하거니와 지금 당장 절실한 것은 예산 집행이다. 그러므로 정부 부지사의 고유위

기 지역 지원사업에 대한 이번 점검은 임팩트가 없다. 군산 관계자들과 합동으로 현안 점검을 했다 해도 그것은 그렇다. 전북도는 군산 살리기를 확실히 해야 한다. 지금 군산의 불락 때문에 전북 전체의 경제가 지진을 당한 듯 흔들리고 있다. 그러므로 군산을 살리내기 위해 인간 힘을 써야한다. 전북도는 지난날 군산 경제가 몰락하는 모습을 지켜만 보았을 뿐, 뾰족한 대책을 세우지 못했다. 전북도는 이같은 저평가가 섬세할 테지만 말이다. 전북도는 군산 살리기를 확실하게 해야 한다. 정부측에 구체적으로 더 요구해야 한다는 주문이다. 그게 없다면 요즘 보여주는 행보 또한 실망스러운 것으로 끝날 공산이 크다. 전북도는 그동안 말로만 제 몫 찾기를 외친 측면이 없지 않다. 그 발언들이 도민의 민심 달래기용으로 그치고 만다면 곤란하다. 군산 경제를 살려내겠다고 천명했으면 뭔가를 보여줘야 했다.

전북형 특화 일자리 만들기 성공해야

전북형 일자리 창출 준비가 어찌되고 있는지 궁금하다. 정부의 정책 기조에 맞춰 일자리 창출에 지혜를 모아야 하는데 말이다. 도지사는 저번에 '일자리 100일 플랜'을 말하고 '일자리 중심 국정운영체계 구축'에 대해 논의했다. 지역 특화 일자리 등 4대 전략을 세운 것이며 17개 과제 대응을 이야기한 것이며 '일자리 안정자금지원책'을 도입하려 했던 게 다시 생각나는 요즘이다. 대통령은 최근에 시도지사 간담회를 주재하면서 일자리 창출을 가장 시급한 문제로 꼽았다. 그리고 정부는 일자리 마련을 위해 23조 원이 넘는 거액을 투입하기로 하였다. 그러므로 전북도는 전북형 일자리 창출과 관련해 마음을 강하게 먹어야 한다. 무슨 일이 있어도 반드시 성공해야 한다는 격려이다. 전임 정부 때 도내 일자리 창출의 성적표가 좋지 않았던 것을 각성해야 한다. 다른 광역 시도와 비교해 무언가 부족한 점이 있음을 시사하는 까닭이다.

전북도가 계속해서 일자리 창출에 나서고 있다지만 젊은이들의 불만 소리가 여전하다. 노력하고 있다고 말한 것과는 반비례하여 관철은 일자리가 적었던 것도 부인할 수 없는 사실이다. 여러 번 말했던 바 전북형 일자리 찾기는 매우 중요하다. 전북형 일자리 찾기는 글자 그대로 피터지는 경쟁이 아닐 수 없게 돼 있다. 다른 광역 시도들도 자기 지역 쪽으로 많은 일자리를 가져 가려고 할 것이기 때문이다. 도민들이 전북도에 기대는 것은 분명하다. 일자리 창출을 위해 열정을 가져야 한다. 미취업자들은 말할 것도 없고 시간제 취업자들도 바라는 바는 한결같이 관철은 일자리 창출과 고용안정이다. 본보는 도내 근로자의 40%가 넘게 비정규직이라는 것은 고민할 문제라고 말한 바 있다. 전북도는 취직 자리에 복마련 젊은이들을 생각해야 한다. 그들은 전북형 일자리 창출의 성공 신호를 기대하고 있다.

전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

“더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문”을 위해 전주매일의 전 직원들은 ‘전북 최고의 신문’을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 행태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴러겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 **전주매일**