

독서클럽 모임 보고서 - 당신이 옳다_8조

	일시	4월 3일 11:00 온라인 줌	
	참여 학생	클럽원 정보	참석 여부
		이가예 (2491113)	O
		이지후 (2491119)	O
		최민지(2491090)	O
최서영(2491083)		O	
진도	도서명: 당신이 옳다	진도페이지: p. 25 ~ p.106	
1주차	토론 내용	 <p>[좌측부터 이지후(카메라 고장으로 못 킴), 이가예, 최서영, 최민지]</p> <p>※ 개인별 언급사항이 드러나도록 기술</p> <p>이가예: 1장: 우리가 흔히 하는 '충조평판'이 사실은 상대가 아니라 내 마음 편하자고 하는 권력 행사였다는 점이 충격적이었습니다. 상대의 존재를 지우는 조언보다는, 그가 어떤 감정을 느끼든 그럴 만한 이유가 있음을 인정하는 것이 우선임을 깨달았습니다. 2장: 공감은 무조건적인 동의가 아니라, 상대의 감정이 발생한 맥락을 끝까지 물어봐 주는 노력이라고 생각합니다. 논리적 옳고 그름을 따지기 전에 그 사람의 '마음의 허기'가 어디서 오는지 정확히 조준하는 연습이 필요합니다.</p> <p>이지후: 1장: 누군가 힘들다고 할 때 곧바로 해결책을 찾아주지 않으면 무책임하다고 느꼈는데, 그것이 오히려 상대를 외롭게 만들 수 있다는 걸 알았습니다. '요즘 마음이 어때니?'라는 짧은 질문 하나가 백 마디 조언보다 강력한 심리적 심폐소생술이 될 수 있습니다. 2장: 행동은 고칠 수 있어도 그 사람의 감정 자체는 부정당해서는 안 된다는 부분이 가장 와닿았습니다. '당신이 그랬다면 그럴 만한 이유가 있었겠지'라는 한마디가 사람을 살리는 가장 강력한 지지라는 사실을 배웠습니다.</p> <p>최민지 1장: 그동안 사회적 가면이나 직업적 성과로 사람을 판단해왔지만, 정작 중요한 것은 그 이면의 '개별성'이라는 점을 실천적으로 이해하게 되었습니다. 효율적인 소통을 위해서라도 상대의 감정을 평가하지 않고 있는 그대로 받아들이는 것이 가장 빠른 치유법임을 확인했습니다." 2장: 공감의 과녁을 정확히 맞히기 위해서는 내 선입견을 버리고 상대의 이야기에만 온전히 집중하는 '공감의 기술'이 필요합니다. 감정의 뿌리를 찾아 '당신이 옳다'고 확인해 주는 과정은 상대가 스스로 문제를 해결하게 돕는 가장 경제적인 방식입니다.</p>	

1주차

토론 내용

최민지:

1장: 타인의 고통에 쉽게 공감하지 못하는 이유는 내 마음속의 규정들과 끊임없이 싸우고 있기 때문이라는 사실을 통찰했습니다. 상대를 바꾸려 하기보다 내 안의 '판단하는 목소리'를 잠재울 때 비로소 진정한 연결이 가능해집니다."

2장: 비난받을 상황에서도 그 사람의 존재 자체는 옳다고 말해주는 것이 방종이 아니라 '심리적 생존'을 돕는 일이라는 점이 인상적이었습니다. 감정의 주권을 인정해주는 것이야말로 한 인간이 자기 자신으로 바로 서게 하는 힘입니다.

일시	4월 30일 13 : 30 상상관 지하1층	
참여 학생	클럽원 정보	참석 여부
	이가예 (2491113)	○
	이지후 (2491119)	○
	최민지(2491090)	○
	최서영(2491083)	○
진도	도서명: 당신이 옳다	진도페이지: p.107 ~ p.208

2주차



토론 내용

[좌측부터]

이가예:

3장 :공감은 단순히 고개를 끄덕이는 것이 아니라, 상대의 마음속 깊은 곳까지 들어가 '정확하게' 물어봐 주는 치열한 과정임을 깨달았습니다. 내 짐작을 강요하기보다 질문을 통해 상대가 스스로 자기 마음을 드러낼 수 있도록 돕는 것이 진정한 예의라고 생각합니다.

4장 : 나와 가치관이 다른 사람에게 공감하는 것이 가장 어려웠지만, 공감은 동의가 아니라 '이해'의 영역임을 명확히 구분하게 되었습니다. 상대를 설득하려는 욕심을 내려놓을 때 비로소 그 사람의 고통이 객관적으로 보이기 시작했습니다.

이지후: 관계와 정서를 중시하는 관점

3장 : 감정의 결을 따라가며 '그때 네 마음은 어땠니?'라고 물어주는 것이 상대에게 얼마나 큰 위로가 되는지 실감했습니다. 정답을 알려주려 애쓰기보다 그 사람의 감정이 머무는 자리에 함께 있어 주는 것만으로도 충분하다는 사실이 마음 깊이 납니다.

4장 : 가까운 가족이나 친구일수록 객관적인 공감이 어렵다는 점이 큰 허들이었습니다. 내 감정과 상대의 감정을 분리하지 못해 상처를 주곤 했는데, 상대의 고통을 내 방식대로 해석하지 않고 그저 '그의 것'으로 온전히 존중하는 연습이 필요함을 배웠습니다.

최민지:

3장 : 공감에도 단계와 방법이 있다는 점이 인상적이었습니다. 감정의 핵심(과녁)을 찾기 위해 질문을 던지고 확인하는 과정은 소모적인 갈등을 줄이고 관계를 회복시키는 가장 효율적인 소통 도구라는 점에 동의합니다.


2주차

토론 내용

최서영:

3장: 공감은 내 자아를 잠시 지우고 상대의 세계로 여행을 떠나는 일과 같습니다. 질문을 통해 상대의 내면 풍경을 함께 그려나가는 과정 자체가 서로의 영혼이 연결되는 가장 고귀한 의식임을 느꼈습니다.

4장: 우리가 공감을 방해받는 가장 큰 이유는 내 안의 상처나 결핍이 상대의 이야기에 투사되기 때문이라는 점을 성찰했습니다. 내 마음의 상태를 먼저 살피고 정돈해야 타인의 고통을 왜곡 없이 담아낼 수 있는 '빈 그릇'이 될 수 있다는 사실을 절감했습니다.

3주차	일시	5월 8일 11 : 00 상상관 지하1층	
	참여 학생	클럽원 정보	참석 여부
		이가예 (2491113)	○
		이지후 (2491119)	○
		최민지(2491090)	○
		최서영(2491083)	○
진도	도서명: 당신이 옳다	진도페이지: p.209 ~ p.309	
토론 내용	 <p>이가예 : 예전에는 타인의 잘못된 행동을 보면 그 사람을 이해하려 하기보다 선을 긋고 단절하는 편이었고, 누군가를 위로할 때는 완벽하고 거창한 조언을 해줘야 한다는 부담감이 컸다. 하지만 감정과 행동을 분리하여 '감정 자체는 언제나 옳다'는 것을 인정하게 되면서, 공감을 보낼 때 내가 수용할 부분과 차단할 행동의 기준을 명확히 정립할 수 있었다. 사람을 살리는 것은 전문적인 기술이 아니라 그저 "네 마음이 어떠냐"고 묻고 알아주는 한 사람의 진심이라는 것을 깨달았고 완벽한 말을 해야 한다는 강박을 내려놓고 상대의 감정 자체를 정확히 물어봐 주는 태도의 중요성을 배웠다.</p> <p>이지후: 가까운 관계일수록 상대를 걱정하는 마음이 앞서 상황에 매몰되거나 조언과 해결책을 지적하듯 건네곤 했다. 책을 통해 관계가 깊을수록 정서적 욕구가 커져 오히려 공감에 실패하기 쉽다는 점과, 내가 상대의 문제를 다 해결해 주려 하는 태도는 공감이 아닌 일방적인 감정노동에 불과하다는 것을 깨달았다. 누구도 희생하지 않아야 진정한 공감이 될 수 있음을 깊이 소화하게 되었으며, 앞으로는 내 조급함과 정서적 기대를 내려놓고 상대방이 처한 고통과 감정을 내 방식대로 해석하지 않은 채 온전히 그 자리에 함께 머물러주는 연습을 하고자 한다.</p> <p>최민지: 주변 사람이 힘들다고 할 때 도움이 되고 싶다는 조급함에 충고, 조언, 평가, 판단(충조평판)을 앞세우던 평소의 대화 방식을 깊이 돌아보게 되었다. 이러한 방식이 상대에게 오히려 부담이나 상처가 될 수 있음을 깨닫고, 문제를 해결하려는 성급함을 멈춘 채 그 사람의 존재와 현재 마음 상태에 집중하는 법을 배웠다. 또한 공감을 무조건 참고 맞춰주는 수동적인 인내로 오해했던</p>		

3주차

토론 내용

것에서 벗어나, 내 기준과 경계는 분명히 지키면서도 상대의 감정을 놓치지 않는 '단호함과 다정함을 갖춘 다정한 전사'가 되어야 진정으로 건강한 관계를 지속할 수 있음을 깨달았다.

최서영: 오직 상대의 감정에 맞춰 동조하는 것만이 좋은 공감이라 여겨, 타인의 힘든 이야기를 듣다 보면 제 에너지가 소진되고 감정적으로 지쳐 관계에 부담을 느끼곤 했다. 하지만 나를 희생하고 버리면서까지 해야 하는 공감은 없으며 내 마음의 안전지대를 먼저 확보하는 것이 지속 가능한 공감의 시작임을 알게 되었다. 역지로 버티며 맞춰주는 방식에서 벗어나 나와 상대 모두를 살리는 올바른 공감을 행할 때, 타인의 고통과 진정으로 연결되는 경험은 나를 고갈시키는 것이 아니라 오히려 내면의 새로운 힘을 공급해 준다는 사실을 깨달았다.

4주차	일시	5월 14일 11 : 00 온라인 줌	
	참여 학생	클럽원 정보	참석 여부
		이가예 (2491113)	○
		이지후 (2491119)	○
		최민지(2491090)	○
		최서영(2491083)	○
진도	도서명: 당신이 옳다	진도페이지:	
토론 내용	 <p>[좌측부터 이가예, 이지후, 최민지, 최서영]</p> <p>모임을 마치며 ‘당신이 옳다’를 읽으며 느꼈던 최종 소감과 간단한 감상평, 그리고 함께 토론하고 싶은 아젠다에 대해서 간단히 대화를 나누었다.</p> <p>이가예: 소감 및 후기: 타인의 삶에 대한 진정한 공감과 성찰 이번 독서클럽 활동을 통해 『당신이 옳다』를 함께 읽으며, 그동안 '공감'이라는 단어를 얼마나 표상적으로만 이해해 왔는지 되돌아보게 되었습니다. 책에서 강조하는 "네가 그랬다면 거기에는 그럴 만한 이유가 있었겠지"라는 무조건적인 시선은, 타인을 심판하거나 조언하려 들지 않고 그 사람의 존재 자체를 있는 그대로 인정하는 것이 진정한 치유의 시작임을 깨닫게 해주었습니다. 팀원들과 각자의 경험을 공유하는 과정에서, 일상 속 정서적 허기와 갈등이 결국 내면의 소리를 제대로 들어주지 못해 발생한다는 점에 깊이 공감하였습니다.</p> <p>감상평: 타인의 마음을 정확하게 알아주는 일이 거창한 기술이 아니라, 선을 넘지 않는 다정함과 치열한 질문의 예의로 완성되는 과정임을 일깨워주는 책이다.</p> <p>함께 토론하고 싶은 아젠다: 나와 가치관이 완전히 다른 사람의 잘못된 행동을 마주했을 때, 그 사람의 감정은 수용하면서도 행동의 경계는 명확히 제한하는 실천 대화법은 무엇일까?</p>		

이지후:

소감 및 후기:

내면의 정당한 고통을 외부의 충고나 조언으로 재단당할 때 인간이 깊은 심리적 상처를 입는다는 것에 깊이 공감했다. 존재 자체를 증명받지 못해 꺼져가는 사람에게 필요한 것은 상황을 뜯어고치는 조언이 아니라, 감정의 곁을 따라가며 '그때 네 마음은 어땠니?'라고 물어주는 온전한 주체성의 인정임을 알게 되었다. 평소 주변 사람들의 고민을 들을 때 잘 공감해야 한다는 부담감 때문에 오히려 상황에 매몰되어 해결책을 제시하거나 상대의 행동을 지적하곤 했던 과거를 돌아보게 되었다. 책을 통해 가까운 관계일수록 서로에 대한 정서적 욕구와 기대가 커서 역설적으로 판단과 조언이라는 허들에 걸려 공감에 실패하기 쉽다는 점을 확실히 깨달았다. 내가 상대의 문제를 다 해결해 주려는 태도는 은근한 오만이자 일방적인 감정노동에 불과하며, 누구도 희생하지 않아야 진정한 공감이 성립될 수 있음을 배웠다. 앞으로는 내 조급함과 정서적 기대를 내려놓고, 상대의 고통을 내 방식대로 해석하지 않은 채 온전히 그 자리에 함께 머물러주는 실천 연습을 하고자 한다.

감상평: 아끼는 사이일수록 조언이라는 가면을 쓴 판단과 내 욕구를 멈추고, 상대의 감정을 온전히 그 사람의 것으로 존중해야 비로소 사람이 살아난다는 것을 보여준다.

함께 토론하고 싶은 아젠더: 깊은 관계에서 필연적으로 생겨나는 '내 정서적 기대치'와 '해결해 주려는 조급함'을 내려놓고, 상대를 온전한 주체로 바라보는 구체적인 마인드 컨트롤 방법은 무엇일까?

최민지:

소감 및 후기: 독서클럽 활동을 통해 평소 혼자 읽고 지나쳤을 내용을 다른 사람들과 함께 이야기하며 더 깊게 생각해볼 수 있었다. 특히 『당신이 옳다』를 읽으며 누군가의 감정을 해결하려 하기보다 먼저 공감하고 이해해주는 태도가 중요하다는 점이 인상 깊었다.

팀원들과 각자의 경험과 생각을 공유하는 과정에서 같은 내용을 읽어도 사람마다 받아들이는 방식이 다르다는 것을 느꼈고, 서로의 의견을 들으며 시야를 넓힐 수 있었다.

혼자였다면 끝까지 읽지 못했을 수도 있는 책을 함께 읽고 이야기 나누며 완독할 수 있어서 더욱 기억에 남는 활동이었다.

감상평: 충조평판을 멈추는 것만으로도 상대의 존재가 살아나기 시작하며, 다정함 속에서도 나를 지키는 단호함의 경계가 왜 필수적인지 명확히 짚어주는 지침서다.

함께 토론하고 싶은 아젠더: 관계를 해치지 않으면서도 나의 심리적 경계를 건강하게 유지하기 위해, 실천 대화에서 '다정한 전사'로서의 단호함을 표현하는 효과적인 방법은 무엇일까?

최서영:

소감 및 후기: 이 책을 읽으면서 예전에 친구가 고민을 얘기했을 때가 생각났다. 그때 나는 친구의 이야기를 듣고 이렇게 하면 좋을 것 같다는 식의 해결 방법부터 얘기하곤 했었다. 그 당시에는 친구를 도와주고 싶어서 한 말이었지만, 지금 생각해 보면 친구는 그런 도움보다는 자신의 마음을 이해해 주길 바랐던 것 같다. 앞으로는 누군가가 힘들다고 말하면 선불리 조언하지 않고 이야기를 끝까지 듣고 상대의 마음을 헤아려야겠다는 생각이 들었다. 이 책은 단순히 위로를 해 주는 책이 아니라 사람의 마음을 이해하는 방법을 알려주는 책이라고 생각한다. 책을 읽는 동안 나 자신도 책을 통해 위로받는 느낌이 들었고, 다른 사람과 소통하는 방법에 대해서도 다시 생각하게 되었다.

4주차

토론 내용

다. 앞으로는 주변 사람들의 감정을 더 잘 이해하고 공감할 수 있는 사람이 되고 싶다는 생각이 들었다.

감상평: 공감은 타인을 위해 나를 무리하게 갈아 넣는 감정노동이 아니라, 내 마음의 안전을 바탕으로 너와 내가 연결되어 함께 살아나는 상생의 열쇠다.

함께 토론하고 싶은 아젠더: 상대방의 무거운 고통과 감정에 깊이 이입하면서도, 내 에너지가 방전되지 않도록 심리적 거리감을 건강하게 유지하는 자신만의 기준은 무엇인가?

	No.	클럽원 정보	후기 내용
활동 후기	1	이가예 (2491113)	타인의 삶에 대한 진정한 공감과 성찰 이번 독서클럽 활동을 통해 『당신이 옳다』를 함께 읽으며, 그동안 '공감'이라는 단어를 얼마나 표상적으로만 이해해 왔는지 되돌아보게 되었습니다. 책에서 강조하는 "네가 그랬다면 거기에는 그럴 만한 이유가 있었겠지"라는 무조건적인 시선은, 타인을 심판하거나 조언하려 들지 않고 그 사람의 존재 자체를 있는 그대로 인정하는 것이 진정한 치유의 시작임을 깨닫게 해주었습니다. 팀원들과 각자의 경험을 공유하는 과정에서, 일상 속 정서적 허기와 갈등이 결국 내면의 소리를 제대로 들어주지 못해 발생한다는 점에 깊이 공감하였습니다.
	2	이지후 (2491119)	내면의 정당한 고통을 외부의 충고나 조언으로 재단당할 때 인간이 깊은 심리적 상처를 입는다는 것에 깊이 공감했다. 존재 자체를 증명받지 못해 꺼져가는 사람에게 필요한 것은 상황을 뜯어고치는 조언이 아니라, 감정의 곁을 따라가며 '그때 네 마음은 어땠니?'라고 물어주는 온전한 주체성의 인정임을 알게 되었다. 평소 주변 사람들의 고민을 들을 때 잘 공감해야 한다는 부담감 때문에 오히려 상황에 매몰되어 해결책을 제시하거나 상대의 행동을 지적하곤 했던 과거를 돌아보게 되었다. 책을 통해 가까운 관계일수록 서로에 대한 정서적 욕구와 기대가 커서 역설적으로 판단과 조언이라는 허들에 걸려 공감에 실패하기 쉽다는 점을 확실히 깨달았다. 내가 상대의 문제를 다 해결해 주려는 태도는 은근한 오만이자 일방적인 감정노동에 불과하며, 누구도 희생하지 않아야 진정한 공감이 성립될 수 있음을 배웠다. 앞으로는 내 조급함과 정서적 기대를 내려놓고, 상대의 고통을 내 방식대로 해석하지 않은 채 온전히 그 자리에 함께 머물러주는 실천 연습을 하고자 한다.
	3	최민지 (2491090)	독서클럽 활동을 통해 평소 혼자 읽고 지나쳤을 내용을 다른 사람들과 함께 이야기하며 더 깊게 생각해볼 수 있었다. 특히 『당신이 옳다』를 읽으며 누군가의 감정을 해결하려 하기보다 먼저 공감하고 이해해주는 태도가 중요하다는 점이 인상 깊었다. 팀원들과 각자의 경험과 생각을 공유하는 과정에서 같은 내용을 읽어도 사람마다 받아들이는 방식이 다르다는 것을 느꼈고, 서로의 의견을 들으며 시야를 넓힐 수 있었다. 혼자였다면 끝까지 읽지 못했을 수도 있는 책을 함께 읽고 이야기 나누며 완독할 수 있어서 더욱 기억에 남는 활동이었다.
	4	최서영 (2491083)	이 책을 읽으면서 예전에 친구가 고민을 얘기했을 때가 생각났다. 그때 나는 친구의 이야기를 듣고 이렇게 하면 좋을 것 같다는 식의 해결 방법부터 얘기하곤 했었다. 그 당시에는 친구를 도와주고 싶어서 한 말이었지만, 지금 생각해 보면 친구는 그런 도움보다는 자신의 마음을 이해해 주길 바랐던 것 같다. 앞으로는 누군가가 힘들다고 말하면 선불리 조언하지 않고 이야기를 끝까지 듣고 상대의 마음을 헤아려야겠다는 생각이 들었다. 이 책은 단순히 위로를 해 주는 책이 아니라 사람의 마음을 이해하는 방법을 알려주는 책이라고 생각한다. 책을 읽는 동안 나 자신도 책을 통해 위로받는 느낌이 들었고, 다른 사람과 소통하는 방법에 대해서도 다시 생각하게 되었다. 앞으로는 주변 사람들의 감정을 더 잘 이해하고 공감할 수 있는 사람이 되고 싶다는 생각이 들었다.
	5		

