

2026학년도 1학기 독서클럽(29기) 테마도서 서평

작성자	이선우	도서명	스스로 답을 찾는 힘
학번	2353054	저자명	호리에 노부히로

서평 내용 (개별항목 및 항목별 분량은 자유롭게 조정가능, **1,000자 이상** 작성)

■ **도서 선정 이유** (이 책을 선택한 계기나 흥미를 끈 이유) *100자 내외

스스로 던지는 질문에 결론 없이 끝나는 경우가 많아 이를 개선하고 싶다. 예를 들면 내가 더 나은 사람이 되려면? -> 좋은 사람이란? -> 누구에게나 좋은 사람일 수는 없는데.. 식의 생각의 흐름을 자신의 주관에 담긴 생각으로 바꿔보고 싶다. 또한 책 소개에 회사와 일이 마음에 들지 않아서 출근하기 싫을 때, 직장 상사 때문에 폭발할 것 같을 때 등 나에게 공감이 되는 상황이 많아서 읽기 적절하다고 생각한다. 마지막으로 다른 장르보단 우리 인생과 상황에 직면하는 주제이기 때문에 비슷한 환경과 연령대의 학생들의 생각을 들어보고 싶다.

■ **주요 내용 요약** *300~400자

책은 인생이 잘 풀리는 5가지 자문자답 질문, 가짜 욕망과 진짜 욕망의 중요성, 가짜 욕망과 진짜 욕망을 실천 응용해 보기, 인생을 주체적으로 살아가는 것의 중요성을 말한다. 그중 일상에서 사용할 수 있는 5가지 질문을 모든 파트에서 강조한다. 문제를 '나의 일'로 받아들이고, 문제 해결의 목적을 명확히 알고, 실현 가능성을 높이고, 해결의 좋은 의미를 부여하여, 행동을 개시할 수 있도록 구성된 질문을 통해서 자신의 진짜 욕망에 대해 고민할 수 있다고 말한다. 진짜 욕망을 성취하는 방법을 전달하며 기존에 스스로 답을 찾기 어려워하는 독자들이 주체성의 중요성 또한 깨닫게 해준다.

■ **느낀점 및 인상 깊은 부분** *400~500자

순간적으로 화가 나는 순간에 자문자답한 작가의 실제 사례가 인상깊었다. 작가의 경험을 읽어보며 스스로 주변 사람들과 말다툼한 경험들이 스쳐지나갔다. 우리가 소중한 사람들에게 화를 내는 이유에 대해 자문자답해봤는데, 결국은 상대와 자신의 안정을 바라기 때문이라고 생각했다. 책에선 이렇게 자문자답을 통해 상대와 나 자신을 이해하고, 자신의 마음을 솔직하게 들여다보는 방법을 제시해줘서 도움이 됐다. 또한 책에서는 문제를 해결하기 위해 주체적인 사고를 할 방법을 제시하고 있는 것처럼 보이지만, 실은 독자들에게 '나'라는 사람은 어떤 것을 원하고 있는가'라는 질문을 스스로 끊임없이 던지게 한다. 결국 주체적으로 사는 것은 자신에 대해 이해하고 있을 때 성립하는 말이기 때문이다. 작가는 많은 사람들과의 상담에서 그들의 마음속 깊이 있는 어린 시절이나, 진짜 원하는 것에 관해 물어본다. 이 과정을 통해 사람들은 자신의 진짜 욕망을 찾게 된다. 작가가 강조하는 '진짜 욕망'을 찾으면서 '나'라는 사람을 이해하는 과정 또한 책이 내포하는 교훈이라고 느꼈다.

■ **도서 추천 여부 및 이유** *100자 내외

추천한다. 책을 읽으며 문제 해결을 위해 가져야 할 사고와 구체적인 질문 방법을 알게 되었고, 진짜 원하는 걸 인지한 채 살아가는 것의 중요함을 느꼈다. 나아가 책을 읽다 보면 자연스럽게 자기 성찰을 하게 된다. 주 내용인 좋은 5단계 질문법이나 가짜 욕망과 진짜 욕망을 구별해내는 파트에서는 내가 사회적으로 보여주고 싶은 모습과 페르소나에 대해 고민하게 되고, 진짜 욕망을 찾을 땐 지금까지의 인생을 돌아보며 타인을 의식해서 버려진 가치들을 다시 내 가치관의 일부로 되돌려 놓기도 한다. 이렇게, 생각의 폭이 책 한 권 덕분에 확 넓어질 수 있다. 내가 겪었던 것처럼 인생이 그저 흘러간다고, 무료하다고 느끼거나, 일에 동기 부여가 필요한 사람들에게 추천하고 싶다.

[서평 첨삭 방법] ※무조건 해당 양식으로 작성하여 '사고와 표현 과정'에 제출

서평 작성 ▶ 스마트자기관리시스템 '사고와 표현 과정' 상담 프로그램 신청 ▶ 첨삭내용 토대로 내용 수정

[서평 제출 방법] ※자유 형식, 파일 첨부 가능

학술정보관 홈페이지 ▶ 상상독서 홈페이지 ▶ 글쓰기(파란색 아이콘) ▶ 도서 검색 ▶ **1. 해당 양식으로 작성한 첨삭 전 서평 / 2. '사고와 표현 과정'에서 피드백 받은 첨삭 내용 / 3. 첨삭 내용 반영한 최종 서평 총 3가지** 입력 후 발행