

20
대학내일
새내기 특집호
No.807 2017.2.27~2017.3.5
ISSN 2465-7883

ISSUE

새내기를 위한 캠퍼스 서바이벌 가이드

험난한 캠퍼스에서 생존하고 싶다면
이 가이드를 필독하라!

첫 연애 전,
기억해두면 좋을 것들

공돌이를 위한 심리학
외로움이 이렇게 위험합니다

다를 수 있는 용기
작가 임경선이 새내기들에게
전하는 메시지

SONY

MUSIC
DESERVES
RESPECT

노이즈 캔슬링을 넘어 **노이즈 컨트롤로**

MDR-1000X



터치만으로 목소리까지 듣는 새로운 기술 | **SENSE ENGINE**

Hi-Res AUDIO DIGITAL NC SENSE ENGINE DSEE HX Digital Sound Enhancement Engine LDAC Bluetooth

HOT-T

HOT-TER THAN YOUR EX



HOT-T는 트렌드에 민감한 영제너레이션을 위해,
감성적인 만족감을 제공하는 슈즈 멀티샵입니다.

① 강남점	② 명동점	③ 명동1가점	④ 여의도IFC몰점	⑤ 홍대점
⑥ 부평중앙점	⑦ 인천구월점	⑧ 안양점	⑨ 일산웨스턴돔점	⑩ 광주충장로
⑪ 울산성남점	⑫ 대전은행점	⑬ 대구동성로	⑭ 부산서면점	⑮ 부산대학로

HOT-T에서 슈즈 트렌드를 확인하세요

www.hot-t.co.kr

ChosunMedia 조선일보



조선일보 대학생 구독특가 이벤트!

2017년 봄 학기를 조선일보와 함께 해보세요
대학생 여러분의 건승을 기원합니다

이벤트 내용(~3월 31일까지 신청자 한정)

- 한 학기(4개월) 구독료 파격할인
  대학 인근 거주/기숙사 학생 : ~~6만원~~ → 3만원
- 구독기간 : 신청시점부터 6월 말

신청 방법

- Online : members.chosun.com
  조선멤버스 사이트 접속 후 신청
- Tel : 1577-8585(독자서비스센터)
- 카카오톡 : 조선멤버스 친구추가

구독특가 이벤트 혜택(뒷면 참조)

Weekly BIZ4.0 ECONOMY Chosun

조선일보 프리미엄 경제 콘텐츠
1학기 무료 배송

News test 조선일보 뉴스상식시험

뉴스상식 검정시험
5천원 응시료 할인



20대부터 시작하는

탄력 리프팅

NEW 유세린 볼륨 리프팅

샘표

스트레스 킬러!

질러

한입 포크



하루에도 몇 번씩, 날 힘들게 하는 스트레스!
스트레스 받을 때는?
언제 어디서나 질러를 꺼내 씹어보세요!



질러 한입 포크

국내산 돈육을 오븐에 구워
더 진한 풍미를 느낄 수 있습니다.



질러 한입 포크 치즈

치즈가 함유되어 더욱 부드럽고
풍부한 맛을 즐길 수 있습니다.



질러 한입 포크 너츠

아몬드, 해바라기씨, 호두가 함유되어,
더욱 고소합니다.

New 질러 신제품 출시 기념

현재 emart 에서 **한입포크** 구매 시 경품 이벤트 진행 중!!

· 이벤트 진행 기간은 3월 9일 부터 5월 15일까지

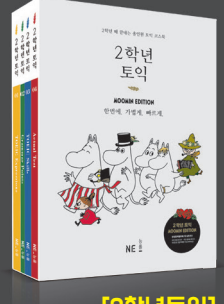
토익 입문 1위 토마토 토익

新토익을 깔았다!

[2학년 토익 / 33토익]



新토익을 위한 新세대교체



[2학년토익]
대학생 토익 올인원!



[33토익]
혼공 33토익하면 완공!

COUPON

토마토클래스 인강 무료수강권
토단비 실전 339-33토익

~~148,000원~~ → **0원**

MEMA1134SSJM4724

수강권 등록방법 : 토마토클래스 (www.tomatoclass.com) 회원가입 후 토마토클래스 > 내강의실 > 나의혜택 > 쿠폰수강권 > 수강권 탭에서 등록
수강방법 : 내 강의실 > 수강중인 강의실 **쿠폰 유효 기간** : 2017.2.27~3.31

토마토 클래스
www.tomatoclass.com

NE능률, 능률교육의 새로운 기업 브랜드입니다.
영어교과서 리딩튜터 능률VOCA 빠른독해 바른독해 수능만만 월등한 개념 수학 토마토TOEIC 토마토 클래스 NE 클래스
NE_Build & Grow NE_Times NE_Kids(굿잡,상상수프) NE_능률 주니어랩 NE 매쓰펀

건강한 배움의 즐거움 NE 능률
www.neungyule.com

EDITOR
김신지 summer@univ.me

PHOTOGRAPHER
배승빈

HAIR & MAKEUP
한주영 blacklip

KIM JEONG HYEON

:

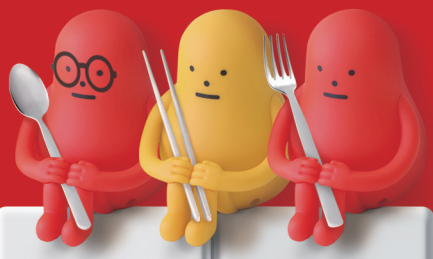
김정현
연세대 국제학부
UIC– HASS 15



365일 누구나! 배달음식 할인!

요기요 슈퍼레드위크

최대 50% 즉시할인!







다운로드하기 Google Play
App Store에서 다운로드 하기

구글플레이, 앱스토어에서 **요기요**를 다운 받으세요!

yogiyo

01

뉴욕에서 학교 생활을 했다. 가장 힘들었던 점은? 외로움과 공허함이 가장 힘들었어요. 수업 다녀와서 조용하게 불 꺼져 있는 아무도 없는 집으로 들어갈 때 기분이 정말 이상했거든요. 원래는 항상 가족들과 붙어 있었는데, 혼자 있는 시간이 길어지다 보니 생각도 더 많아지고요.



02

나를 표현하는 세 가지 키워드? '집순이'. 집에 있는 게 너무나도 편하고 좋아요. '리액션'. 평소 제 얘기를 하는 것보다 사람들 얘기를 듣는 걸 더 좋아하다 보니 리액션이 많아요. 마지막은 '반전'? 친구들이 처음엔 좀 말 걸기 어려워 보이는데, 같이 지내다 보면 정말 허당이라고…(저 절대 차갑지 않아요!).

03

기분 전환에 특효약인 것? 달달한 음식 먹고 푹 자기! 디저트를 먹으면 안 좋았던 기분이 좀 풀려요. 그래서 우울하면 무조건 디저트 먹으러 가자고 친구들한테 얘기해요.

ElaBAND
hydro dot
엘라밴드 하이드로 도트

스팟패치 부문
국민일보 | 2016 대한민국소비자만족도 1위
1위

붙인 티 내지말자
#지우개패치

가장 아름다운 스무 살,
티 없이 웃을 수 있도록

티 안 나게 가려주는 상처 패치
엘라밴드 하이드로 도트



#얼굴 상처 커버
#티 안 나는 커버·보정력
#자유로운 메이크업
#자유로운 세안·샤워

기획 세일

지우개 패치 최대 15% 세일

3월 2일 - 6일 전국 올리브영 OLIVE YOUNG

전국 올리브영, 약국 판매 중!

검색 창에 **지우개패치** 를 검색하세요.

04

연기에 대한 매력을 느낀 순간? 어렸을 때는 그냥 '한번 해보고 싶다'는 막연한 꿈이었어요. 본격적으로 관심을 가진 것은 연기를 배우면서 여러 사람, 여러 인격체가 되어볼 수 있는 동시에 다 자신에 대해서 더 잘 알게 되는 매력에 빠지면서부터인 것 같아요.

05

요즘 고민거리는? 고민이 너무 많은 게 고민.(웃음) 연기가 하고 싶어서 미국 학교에서 한국 학교로 편입을 한 건데, 꿈꾸는 걸 차근차근 이뤄내고 싶은 마음과 빨리 다 해내고 싶은 마음이 충돌해서 고민이 끊이질 않는 것 같아요.

06

올봄의 계획? 오랜 휴학 끝에 드디어 학교생활을 다시 시작하게 됐어요! 설렘 반, 걱정 반이지만 재밌고 행복한 학교생활을 할 수 있으면 좋겠어요.



BRITISH COUNCIL

나는 오늘도,

서울에서 영국 어학연수 한다



영국 어학연수와 같은 커리큘럼으로
휴학없이 서울에서 영국 어학연수 하세요!

주한영국문화원 어학원 을지로/강남 센터

☎ 02-3702-0600

www.britishcouncil.kr



“

:

저는 경험주의자라서 해보고 싶은 건 다 해보자!
하는 마음으로 살아요.

CJ CHEILJEDANG

밥보다 더 맛있는 밥-

햇반® 컵반

햇반이 만든 매일의 식사

가정식전문

1인 식당



CONTENTS

No.807 2017.02.27~2017.03.05



20
BEAUTY ITEM
이주의 모델 김정현씨의 인생템

22
OUT CAMPUS
금주의 추천 공모전 4

26
TASTE
사각사각, 연필깎이 예찬

28
GRAMMER
지향 vs 지양?

29
ESSAY: 비독립일기
오빠가 돌아왔다

30
20'S SCENE
#독자참여 #방학끝

42
UNIV20
첫 연애 전, 기억해두면 좋을 것들

46
COLUMN
외로움이 이렇게 위험합니다

48
INTERVIEW
진짜는 모두가 알아본다! 쿠션 팩트 감별법

50
THINK
다를 수 있는 용기

52
PUZZLE
기명균의 낱말퍼즐

66
20S VOICE
기쁨과 슬픔 사이의 페이크 비관주의자





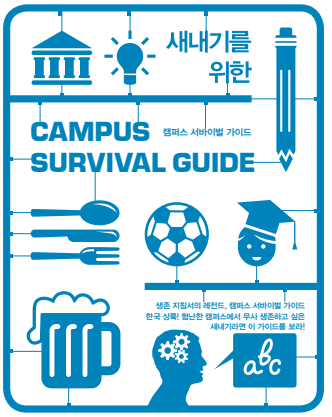








32
ISSUE
캠퍼스 서바이벌 가이드
01. 대학생 실용어 사전
02. 캠퍼스 자기방어의 기술
03. 선배, 할까요? 말까요?
04. 실패 사례로 배우는 과제 꿀팁
05. 술은 술집에서, 상담은 상담실에서



크리토피아+ Coin Wash



NEVER STOP 빨래
ONE STOP 코인워시

세탁에서 건조까지
의류에서 이불까지
코인워시에서 단 한 번에!



동영상 공모전 〈코인워시 모델을 찾아라〉 이벤트
1등 수상자 래퍼 **유준성**

CONTENTS TEAM

MAGAZINE

파트장 **김신지** summer@univ.me
수석에디터 **이정섭** munchi@univ.me
에디터 **기명균** kikiki@univ.me
조아라 ahrajo@univ.me
김슬 dew@univ.me
김준용 dragon@univ.me

교정교열 **차은선**
디자인 팀장 **김해정** kiko@univ.me
디자인 **남미가** miga@univ.me

DIGITAL MEDIA

파트장 **정문정** moon@univ.me
에디터 **조웅재** woongja1@univ.me
전아론 aron@univ.me
김효은 hihyo@univ.me
김혜원 hyewon@univ.me
백수빈 bin@univ.me
양주연 chuu@univ.me
박현지 lauraruler@univ.me
디자인 디렉터 **윤희선** yoon@univ.me
디자인 **이승은** lidy@univ.me
김지현 uujuinn@univ.me
전계은 gyeeun01@univ.me
백나영 naaayoung@univ.me

MEDIA COMMUNICATION

파트장 **홍승우** sseung@univ.me
책임에디터 **김초롱** rong@univ.me
에디터 **이민석** min@univ.me
김수현 soo@univ.me
주태환 joo@univ.me
박정욱 wook@univ.me
강민상 ninsan@univ.me
김상구 hosijora@univ.me

STAFF

발행 · 편집 **김영훈** batcong@univ.me 공동 대표 **유영기 김영훈** 이사 **김창배 이태영** 고문 **박재항**

MARKETING TEAM

마케팅전략 1팀
팀장 **박배길** 수석 **탁귀영 박지호 이수이**
매니저 **김규태** 사원 **봉은지 강지인 황주랑**

마케팅전략 2팀
팀장 **황정은** 수석 **이수지 김효선** 책임에디터 **임영화**
매니저 **정유진 이은지 박종남 김다은 이상복 김유진 배용근 탕예**
사원 **한문규**

마케팅 커뮤니케이션 본부
본부장 **이태영**

마케팅 커뮤니케이션 1팀
팀장 **조인천** 수석 **김지혜**
매니저 **신예지 김예림 박미소 손유리 송태광 조하니 이혜인**
에디터 **정혁준**

마케팅 커뮤니케이션 2팀
팀장 **김우준**
책임매니저 **신현정 홍보미 김영현 이재우 유호정** 책임에디터 **김민정**
매니저 **육혜진 한희진 백소연 이인재** 사원 **신호영**

마케팅 커뮤니케이션 3팀
팀장 **김부진** 수석 **안길상**
책임매니저 **조소라 이지연 나현아 문왕기 허이슬**
매니저 **권오태 김동하 양현정 정영수 홍보람** 사원 **한은지**

마케팅 커뮤니케이션 4팀
팀장 **김종원** 책임매니저 **유제문 유진혁 박준하 홍성우**
매니저 **신재영 김형민 이준호 서창호 정희성 정기현 안창민**
사원 **이성훈 허정남 박연우 최승현 이지현 이종혁 가민희**

마케팅 커뮤니케이션 5팀
팀장 **이성진**
수석 **정진현 김동주** 책임매니저 **양상범 명범준**
매니저 **박정은 송승화 홍선아 손혜지 권민희 박상헌 최은원**

CREATIVE CENTER

센터장 **조민형**
수석 **이윤경**
매니저 **전단비 신재인**

DIGITAL COMMUNICATION TEAM

디지털커뮤니케이션 1팀
팀장 **김범준** 부팀장 **김현승** 책임매니저 **남승혁**
매니저 **강희은 김찬우 김동규 고민지 김현주** 사원 **이아름**

디지털커뮤니케이션 2팀
팀장 **차정기**
매니저 **권가람 권예빈 김민주 서해지** 사원 **송병채**

디지털커뮤니케이션 3팀
팀장 **방수진** 책임매니저 **이교영 이진희**
매니저 **김애리 홍새봄 박소영 신예지** 사원 **이나윤**

DIGITAL CONTENTS TEAM

팀장 **이성진**
매니저 **정진복 서준원 양준호 이연제 최현정 권예슬**
사원 **이경민 한동주 백나영**

DIGITAL DESIGN TEAM

팀장 **이혜정**
매니저 **조현상 박지성 오은정 박소연** 사원 **김희재**

공공커뮤니케이션팀
팀장 **박강두** 수석 **진우경 강국현**
매니저 **이상엽 송정훈 이재혁 정혜인** 사원 **이재은**

20대연구소
소장 **박진수** 수석연구원 **김영기**
책임연구원 **호영성 문승이 송혜윤**
연구원 **임희수 이재흔 김금희 최규성 정은미**
매니저 **임다정** 에디터 **남민희**

SNS전략제안연구소
소장 **정은우**
사원 **김소연**

이비즈(E-BIZ)팀
팀장 **권판진** 수석 **임남훈**
책임매니저 **김부록 하윤희 고은영 강주빈 심재운 김진의 김상호**
매니저 **이은주 김가언 박혜진** 사원 **조이슬**

경영지원팀
팀장 **김운선**
수석 **김소연** 책임매니저 **윤수정** 매니저 **김주은**

인재경영팀
팀장 **민정규** 매니저 **김이슬 김예지**

인턴
김다정 김가영 김재연 김지수 이호정 송재은 송병채 강솔지 윤지성 이진주 박규리 박지원 김민주 박소희 양동희 정원경 윤정식 정한비 최효은 오현지 가민희 안희운 김나래 장예림 김보훈 송다예 정수현 신희승 이송희

인쇄 **프린피아** 대표번호 **02-735-3800** 팩스 **02-735-0005**
등록번호 **서울다 05909** 등록일 **1999년 7월 9일** 주소 **서울시 종로구 창경궁로 143, 인성빌딩**
(주)대학내일 홈페이지 **http://univ20.com/** 20대 연구소 홈페이지 **www.20slab.org**

Panasonic

PyeongChang 2018 Worldwide Partner

[제 9 회]

파나소닉 대학생 홍보대사 PR 챌린지



참가 대상

전국 4년제 대학교에 재(휴)학 중인 학생(학생 4-5인으로 팀 구성)

응모 기획안

① **마케팅 홍보 기획서:** 교내 학생들을 대상으로 파나소닉 상품을 홍보하기 위한 독창적인 마케팅 홍보(PR) 전략 기획서

② **마케팅 팀 PR 소개서:** 팀명, 팀장, 구성원(성명, 학과, 학년, 연락처, 경력사항 등)

응모 방법

응모 기간 내 기획서를 대용량 첨부로 이메일(pr_contest@kr.Panasonic.com)로 제출

▲ 파워포인트/PDF 20장 이상(애니메이션 효과 사용 불가, 기획서 형식), 10MB 이내

▲ 모든 문의사항은 이메일로 접수

진행 일정

① **기획서 제출:** ~ 3월 19일(일)

② **기획안 합격 팀 발표(30팀):** 3. 22(수)

③ **발대식(오리엔테이션):** 3월 25일(토)~26일(일)

④ **미션 수행:** 4월 (상품 리뷰) 中 (구체일정 별도)

⑤ **본선 진출팀 발표(20팀):** 4월 26일(수)

⑥ **본선 진출 간담회 및 출사대회:** 4월 29일(토)

⑦ **미션 수행:** 상품리뷰, 학내 홍보 이벤트, 인쇄 광고, 홍보 영상

⑧ **결선 PT 및 시상식:** 6월 30일(금)

▲ 상기 일정은 사정상 변경될 수 있습니다.

시상 및 혜택

① **시상 내역: 장학금 증정**

대상(1팀)	1,000만원
최우수상(1팀)	500만원
우수상(3팀)	300만원
장려상(5팀)	200만원
감투상(2팀이내)	100만원

▲ 학내 이벤트 실행비 지원

▲ 2D 광고/홍보 영상 부문은 부산국제광고제상 별도 시상 및 출품 자격 부여

② **수상팀 혜택**

- 파나소닉코리아 입사 지원시 서류전형 면제
- 2017년 여름/겨울 방학 인턴 기회 제공
- 본 행사 종료 시 수료증 지급 및 공식 홍보대사 자격 부여
  (파나소닉 행사 Staff 참여 등 다양한 홍보대사 활동)
- 각종 문화행사 프로그램 초청
- 2학기 파나소닉 CSR 홍보대사 이벤트에 참여 기회 부여
  (참여팀 별도 시상 및 우수팀 일본 본사 견학 기회 부여)

유의사항

① 기획안 합격팀 전원은 반드시 OT 참석해야 함

② 제출된 작품에 대한 저작권은 파나소닉코리아㈜에 귀속됨

▲ 자세한 사항은 파나소닉 홈페이지(http://www.panasonic.co.kr)를 참고하시기 바랍니다.

봄을 부르는

미소를 지닌

정현씨의 뷰티템

:



표지모델 **인생템**

EDITOR 김신지 summer@univ.me



로라메르시에 파운데이션 프라이머
로라메르시에

01

피부가 건조한 편인데 화장할 때 이 프라이머를 발라주면 촉촉함이 좀 더 오래 지속되더라고요. 피부결도 정돈시켜주고요. 아무래도 건조한 겨울엔 수분감을 지속시켜주는 게 더욱 중요하니까요!



인트랄 레드니스 릴리프 수딩 세럼
달팡

02

피부가 건조하고 예민해서 최대한 순한 기초제품을 바르려고 노력해요. 그중에서도 이 세럼은 민감한 제 피부를 진정시켜주는 데 한몫하고 있어요. 기분 탓인지는 모르겠지만 트러블도 좀 덜 나는 것 같고요.



루즈 아르마니 쉬어
조르지오 아르마니

03

립 제품을 너무 좋아해서 자주 구매하는 편이에요. 좀 덜 매트한 걸 찾는 편인데 이 립스틱은 데일리로 바르기 참 좋은 것 같아요! 립스틱과 립밤의 경계에 있고, 부드럽게 잘 발리고 자연스러운 글로시함과 발색이 마음에 들어요.



아닉구딸 쁘띠 쉐리
아닉구딸

04

향수라면 추천하고 싶은 게 정말 정말 많아요! 평소에 향수를 너무 좋아해서 시향해보고 마음에 들면 사서 쓰기도 하고 모으기도 하거든요. 그 중에서도 아닉구딸의 이 향수는 과일향이 은은하고 여성스러워서 좋아요.

배고플 땐 꺼내먹고
배부를 땐 보관하자

증정품 보관 어플! 내손안의 편의점

GS25 나만의 냉장고

ANDROID APP ON Google play

Available on the iPhone App Store

그래 바로 너!

:

이 공모전

벌써부터 재밌다.

완죤 와우내

개강 맞은 씽크빅에게 추천하는 **공모전 BEST 4**

01

제1회 서울 LG트윈스 대학생 마케팅 공모전 (~3.5)



야구의 계절이 돌아온다! 전국 LG 야구 팬들은 이 글을 주목해. LG스포츠에서 대학생 마케팅 공모전을 개최한대. 썸머크리스마스 이벤트 제안, 응원가 제작, 구단 상품 관련 아이디어 제안 등을 공모하고 있으니 그동안 야구 보며 쌓아왔던 아이디어를 뽐내보자! 대상에게는 300만원의 상품권과 상장이 수여된대. 망설이지 말고 도전해!

주최 LG스포츠
기간 2017년 3월 5일(일) 마감
태그 #서울의_LG #내_손_안에_LG

02

제2회 크레이저 커피 컵홀더 디자인 공모전 (~3.15)



기발한 상상력을 그려보자! 전국 금손들은 이 글을 주목해. 크레이저 커피 그룹에서 컵홀더 디자인 공모전을 개최한대. 특정 주제 없이 독창적이고 개성 있는 컵홀더 디자인을 제출만 하면 끝. 공모 작품의 수도 제한이 없으니 실력 뽐내기 딱 좋지. 대상에게는 150만원의 상금과 상장을 수여한다니 한 번 도전해봐!

주최 크레이저 커피 그룹
기간 2017년 3월 15일(수) 마감
태그 #아무그림대잔치 #니가_하면_시강그림대잔치

03

SHOW ME THE FANDOM (~3.20)



작가로 인정받을 기회가 왔다! 전국 글쟁이는 이 글을 주목해. 교보문고 톡소다에서 웹소설 공모전 '쇼 미더 팬덤'을 개최한대. 로맨스/BL, 판타지/무협, 추리/기타 부문 등 지원 분야도 다양하지. 게다가 1등에게는 2천만원의 상금과 정식 연재 고료가 지급되고, 교보문고에서 출판의 기회까지 준다니 예술혼을 불태워보자!

주최 교보문고 톡소다
기간 2017년 3월 20일(월) 마감
태그 #본격_작가로_성공할_기회

04

피자마루 주문번호 홍보 콘텐츠 공모전 (~3.31)



씹고 맛보고 즐겨보자! 전국 피자 덕후는 이 글을 주목해. 피자마루에서 피자마루 주문번호 홍보를 위한 콘텐츠 공모전을 개최한대. 분야는 아이디어, UCC, CM송, 캘리그래피 등 아무거나 상관없어. 대상에게는 장학금 200만원이 수여되고, 참가상으로는 피자와 콜라까지 준다니 안 할 이유가 없잖아?

주최 피자마루
기간 2017년 3월 31일(금) 마감
태그 #피자먹고_장학금받고 #1석2조_잼

EDITOR 캐리언니 outcampus01@naver.com

외교부
워킹홀리데이 인포센터

ALL 바른 정보

워킹홀리데이 인포센터



워킹홀리데이 인포센터
바른 정보 활용 노하우

1. 홈페이지에 접속하여 객관적인 정보를 수집한다
2. 전화 및 방문상담을 통해 도움을 받는다
3. SNS를 통해 실시간으로 정보를 공유 받는다

문의전화 1899-1995
이 메 일 workingholiday@mofa.go.kr
홈페이지 whic.mofa.go.kr
카 페 cafe.naver.com/woholfriends
페이스북 facebook.com/whic.kr

개강파티와 MT에서 망한 피부 살려줄 튜브 크림 4선

맵고 짠 음식을 먹고, 엄청난 양의 술을 마시게 되는 개강 파티.
밤새 잠 못 자고, 화장도 못 지우고, 술까지 마시는 MT. 개강 파티와 MT 때문에
망해버린 피부를 살려줄 긴급 아이템이 필요하다면?
우리 피부에 중요한 성분이 들어 있는 튜브 크림을 챙기자.



에디터가 추천하는 꿀템

튼튼한 피부 장벽이 필요하다면?

세라마이딘이 들어 있는 닥터자르트 세라마이딘

피부의 가장 바깥면은 바로 각질층. 나쁜 각질은 제거해야 마땅하지만, 좋은 각질은 우리의 피부를 지켜주는 장벽이 된다. 새벽까지 화장도 지우지 않고 술자리가 이어진다면 이 피부 장벽이 약해지는 것은 당연지사. 이때, 각질층 사이사이를 메우고 있는 세라마이딘 성분이 들어간 크림을 사용하면, 피부의 장벽이 더 튼튼해지고 사용한 기초 제품의 유수분이 쉽게 증발되는 것을 막아줄 거다.





뽀송뽀송한 새살을 원한다면?

마데카소사이드가 들어 있는 센텔리안 24 마데카 크림

우리에게 익숙한 이름, 새살이 솔솔 '마데카솔' 연고의 주성분이 바로 마데카소사이드다. 이 성분이 들어 있는 크림은 특히 트러블 진정 효과가 뛰어나다. 더불어, 옅은 흉터나 색소침착이 된 부위에 발라도 재생 효과를 보인다고 하니 그야말로 '전천후' 트러블 아이템! 술 마시고 난 후에는 염증의 일종인 여드름이나 뾰루지들이 더 악화되는 경우가 많기 때문에 이 크림이 필요하다.

주름, 미백, 뾰루지, 모공…
한 번에 해결하길 원한다면?

양파추출물이 들어 있는 디알프로그 A-크림

우리에게 너무나도 친숙한 양파. 하지만 양파추출물이 흉터 치료제에 쓰이는 대표적인 성분이란 건 몰랐을 거다. 심지어 화상 치료에 사용될 정도로 뛰어난 재생 효과를 보이기 때문에, 밤샘 술자리로 지친 피부를 회복시키는 데 탁월하다. 더불어 병이 낫는 풀이라는 이름의 병풀추출물에는 피부 치유와 더불어 주름 예방, 모공 축소 효과도 있다. 사용해봤을 때, 재생 크림 특유의 갑갑함이나 밀림 현상이 적고 발림성과 사용감은 가볍고 편안해서 좋았다. 항상 파우치에 넣어두고 트러블이 있거나 개선되었으면 하는 부분에 자주 발라주면 좋겠다.

죽어가는 피부가 다시 살아나길 바란다면?

수크랄파트가 들어 있는 시칼파트 SOS 리페어 크림

술자리가 며칠째 이어지면, 피부가 상해가는 것이 눈에 보인다. 수크랄파트는 원래 위십이지장 궤양 치료에 사용되는 성분으로, 재생 효과가 뛰어나다고 한다. 그래서 피부가 자극을 받았을 때 빠른 회복을 돕는다. 예컨대 필링이나 박피 시술 후에 이 크림을 사용하면 더 빨리 나아진다는 것. 피부과 시술이 아니더라도, 외부 상황에 여러모로 자극을 받게 되는 MT에서 많은 도움이 될 것이다.





EDITOR 전아론 aron@univ.me

트렌드 전문가 양성과정

유니파일러 9th

20대만의 소비·문화·소셜 트렌드를 예측·분석하는 능력을 갖춘 마이크로 트렌드 전문가를 양성하는 실습형 교육 프로그램 입니다.

STEP 1.

트렌드 연구 기초 이론 교육

체계적인 교육을 통해
트렌드의 개념부터 진단 방법까지
배우고 익혀 트렌드 연구의 기초를 닦음

3월 20일	트렌드의 정의와 이해
3월 27일	트렌드 예측 및 진단 방법
4월 3일	트렌드 진단 리서치 과정
4월 17일	트렌드 진단을 위한 설문 작성법
4월 24일	트렌드 리포트 작성법 소개

STEP 2.

트렌드 연구 심화 실습

개인 트렌드 리포트(TR)를 작성하는
실제 트렌드 진단 과정을 체험해보면서
자신만의 트렌드 감각을 키움

5월 8일	1차 개인 TR 발표/토론 & 미디어를 이용한 트렌드 탐색 실습
5월 15일	2차 개인 TR 발표/토론 & 트렌드 검증 TOOL 활용법 소개
5월 22일	3차 개인 TR 발표/토론 & 트렌드 검증 TOOL 활용 실습
5월 29일	4차 개인 TR 발표/토론 & 트렌드 간담회 진행 방법 소개
6월 5일	5차 개인 TR 발표/토론 & 트렌드 간담회 진행 실습
6월 19일	6차 개인 TR 발표/토론 & 20대 신조어 도출 실습
6월 26일	7차 개인 TR 발표/토론 & 트렌드 키워드 도출 방법 소개

STEP 3.

2018 20대 트렌드 키워드 도출

유니파일러 9기만의 20대 트렌드 키워드를
도출하여 트렌드 전문가로 거듭남

7월 3일	팀별 2018 20대 트렌드 키워드 도출 워크숍
7월 10일	팀별 2018 20대 트렌드 키워드 발표 및 수료식

* 교육 내용 및 일정은 상황에 따라 변동될 수 있음

모집개요

참가자격 20대 트렌드에 관심이 많은 국내 2년제 이상 대학 재/휴학생 (2017년 8월 졸업예정자 지원불가)
참가비 전액 무료
선발인원 00명
교육일정 매주 월요일 16:00 - 18:00 (총 14주차 과정)

선발기간 및 일정

모집기간 ~ 2017. 3. 12(일) 23:59까지
서류발표 2017. 3. 15(수)
면접일시 2017. 3. 17(금) *결강사유서 발급가능
최종발표 2017. 3. 17(금) 20:00 이후
(주)대학내일 홈페이지 corp.univ.me 확인

참가혜택

1 수료조건 충족 시 트렌드 전문가 양성과정 수료증 발급
2 우수활동자에 한해 대학내일 인턴 지원 시 가산점 부여
3 대학내일20대연구소 정기발간 <2018 20대 트렌드리포트> 집필진 참여
4 파이널 미션 우수 팀/개인 시상금 별도 지급
5 대학내일 문화행사 및 이벤트 초대

지원방법 및 문의

지원방법 (주)대학내일 홈페이지 corp.univ.me 접속 후 좌측 **채용 > 채용공고** 메뉴에서 **온라인 접수**

문의방법 (주)대학내일 홈페이지 corp.univ.me 접속 후 좌측 **채용 > 채용 1:1 문의** 게시판 활용

대학내일 20대연구소

대학내일

사각사각, 연필깎이 예 찬



낭만주의자들의 필수품

어떤 물건은 시대에 따라 쓸모가 변한다. 전구가 발명되면서 사람들은 더 이상 양초로 집을 밝히지 않는다. 전구가 더 밝고 안전하기 때문이다. 양초의 쓸모는 자연스레 달라졌다. 최근 본 촛불을 떠올려보자. 프러포즈, 생일케이크, 토요일의 광화문. 가슴 뭉클해지는 장면들. 양초는 실용의 영역을 벗어나 감정을 일으키는 낭만의 영역에 안착한 것이다.

INFO + DUX Adjustable Brass Sharpener . 3만원대

LP와 만년필도 그렇다. 불편하고 실용적이지 않지만 사람들은 기꺼이 비싼 값을 지불한다. 효율을 위한 도구가 아닌 낭만을 위한 장식품에 가깝다. 이번에 소개할 연필깎이도 마찬가지. 황동으로 만든 이 휴대용 외날 연필깎이는 실용적인 구석이라곤 찾아볼 수 없다. 대신 연필을 깎는 행위에 즐거움을 더한다.

연필 깎는 즐거움이란 대략 이런 것이다. 먼저 흰 종이를 책상에 펼친다. 영자 신문은 느낌을 더한다. 한 손으론 은은한 황동 빛의 연필깎이를, 다른 손으론 연필을 든다. 연필을 구멍에 넣는다. 힘을 주어 깊숙이. 끝에 닿을 때까지. 잡생각이 든다면 펜파인애플애플펜을 떠올리자. 시곗바늘 방향으로 돌리면 얼마 지나지 않아 연필밥이 모습을 드러낸다. 여기선 힘 조절이 중요하다. 힘이 강하면 심이 부러지고, 약하면 연필이 빠진다. 중간에 빠지면 감흥이 떨어지니 적절한 힘을 유지한다. 펜파인애플…. 연필밥이 끊어지지 않고 부드럽게 잘려 나올 것이다. 남녀가 뜨겁게 사랑을 나눌 때 바닥에 놓인 플란넬 스커트처럼. 사각, 사각. 연필 깎는 소리는 만족스러운 사랑, 아니 식사를 마치고 디저트를 준비하는 그의 사과 깎는 소리와 같다. 이보다 마음에 안정을 가져다주는 게 있을까.

보다시피 이 황동 연필깎이는 사용자의 감각을 풍요롭게 한다. 감정을 일으키거나 마음을 안정시킨다. 과학보단 문학, 공산품보단 예술품에 가깝다. 연필깎이 역시 낭만의 영역에 자리한 것이 분명하다. 써놓고 보니 연필깎이가 아주 대단한 물건인 것처럼 떠든 것 같아 조금 부끄러워진다. 뭐, 낭만이란 게 원래 그런 거 아니겠나.

EDITOR 김준용 dragon@univ.me

Canon
Delighting You Always



14년연속 1위*
캐논이 또.

그래서 기분좋게 씁니다. 지금이 캐논 구매찬스!



이벤트 기간 내 행사제품 구매 후 정품등록 하시면 100% 사은품을 드립니다.

■ 기간 : 2017년 2월 1일 ~ 3월 31일까지 ■ 기종 : EOS 760D / EOS 750D / EOS 700D / EOS M3 / EOS M10

■ 사은품 : 정품배터리 또는 에어비타공기정화기(소비자가 179,000원) / EOS M10 구매시 페이스커버 80% 할인쿠폰 추가 증정



공기정화기 정품배터리 M10 전용 사은품

*국내 렌즈교환식 카메라 (DSLR/미러리스), 시장조사기관 2003-2016년 기준

• 자세한 사항은 홈페이지 참조 (www.canon-ci.co.kr)

지향?
지양?

:

지향

어떤 목표로 뜻이 쏠리어 향함.
또는 그 방향이나 그쪽으로 쏠리는 의지.

지양

더 높은 단계로 오르기 위하여
어떠한 것을 하지 아니함.
'피함', '하지 않음'으로 순화.



진아는 17학번 새내기다. 꿈에 그리던 대학에 합격한 그녀는 하루하루가 즐겁기만 했다. 그러나 신입생 환영회 이후 대학 생활에 회의가 느껴지기 시작했다. 억지로 술을 권하는 선배 때문이었다. 이런저런 핑계를 대며 자리를 빠져나온 진아에게 선배가 보낸 메시지. "후배님의 행동은 우리 16학번 모두를 무시한 것과 다름없습니다. 술자리도 대학 생활의 일부입니다. 앞으로 술을 거절하는 행동은 지향해주세요. 이해했으면 토 달지 말고 '네' 라고만 답하세요." 진아는 "네" 하고 답장을 보냈고, 그 후로도 선배가 주는 술을 마시지 않았다.

문제) 선배의 협박에도 불구하고 진아가 술을 마시지 않은 이유는?

① 선배의 협박이 약해서
② 다이어트를 시작해서
③ 선배가 술을 거절하는 행동을 지향하라고 해서
④ 매일 1교시 수업이 있어서

정답 및 해설 ③

'지향'은 어떤 목표를 향해 나아가는 것을, '지양'은 어떠한 것을 하지 않음을 뜻하는 말입니다. 즉, '술을 거절하는 행동을 지향하라'는 말은 '앞으로도 의지를 굽히지 말고 술을 거절하라'는 말이 되겠지요. '지향'과 '지양'은 발음도, 겉모습도 비슷하기에 혼동하기 쉽습니다. 그러나 잘못 사용할 경우 반대의 뜻이 되어버리기 때문에 특히 유의하셔야겠습니다. 물론 선배가 '술을 거절하는 행동을 지양하라'고 하더라도 원치 않는 술은 마시지 않는 것이 맞습니다. 만약 이런 상황에 놓이게 된다면 자신의 의사를 정확히 밝히세요. 그럼에도 막무가내로 군다면 겁먹지 말고 신고하세요. 3월 31일까지는 신입생 상대 가혹 행위 집중 신고 기간이므로 경찰에서 신속히 해결해줄 것입니다.

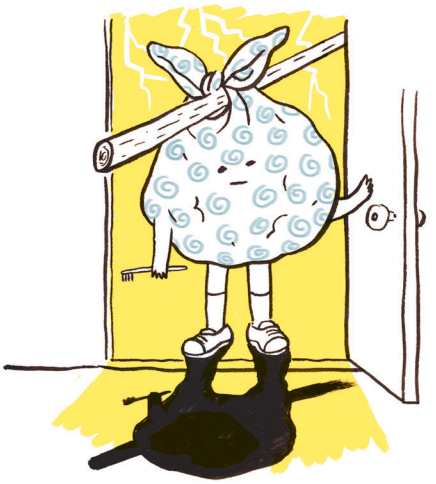
예문) 지향
우리 과는 강요 없는 술자리를 지향합니다.

예문) 지양
PPT를 만들 때 보노보노 배경은 지양하는 것이 좋다.

FREELANCER 이주윤

— 1화 —

오 빠 가 돌 아 왔 다



지난해 2월, 나의 형제는 이삿짐을 옮긴다며 새벽 3시에 온 가족을 지하주차장으로 불러냈다. 렌트한 스타렉스에서 지난 4년간 그의 자취 생활을 책임졌던 물건들이 쏟아져 나왔다. 비몽사몽으로 엘리베이터를 타고 서너 번 오르락내리락하니 이삿짐 옮기기가 끝났다. '이 시간에 유난스럽게!'라는 생각이 들었으나, 일단 졸리니 자기로 했다. 그때까지도 제대로 실감나지 않았다. 네 가족이 다시 한집에 살게 됐다는 게.

이튿날 아침, 여느 때처럼 엄마와 아빠는 출근 준비를 했고, 대학원생인 오빠도 학교에 갈 채비를 하고 있었다. 오빠가 좋아하는 장조림 끓는 냄새가 집 안을 가득 메웠다. 평화로웠다. 하지만 샤워를 하러 화장실에 들어간 순간, 나는 앞으로의 고난을 직감했다. 샤워기가 바닥에 나뒹굴고, 클렌징 폼은 저 멀리 가있었으며, 렌즈 케이스 뚜껑이 활짝 열려 있었다. 그래, 그래도 오늘은 형제가 집에 돌아온 기쁜 날(가족 공식 경사)이니 1절만 하자. 나는 정말 가볍게 왜 샤워기가 바닥에 있느냐고 물었다. 간결한 대답이 돌아왔다. "내일 다시 쓸 거야." 아무 의미 없는 물음이었단 걸 깨닫기까지 몇 초도 걸리지 않았다.

욕실 안에서는 각종 향들이 진하게 자기주장을 하고 있었다. 생협에서 오래 활동해온 엄마는 집의 치약, 샴푸, 린스, 보디 워시 등을 계면활성제와 인공 향이 없는 제품으로 바꿔놓았다. 처음에는 가족들의 반대에 부딪혔지만, 나는 반년 전부터 생협 제품의 장점에 수긍하고 사용을 시작한 참이었다. 그런데 이 달콤한 냄새는? 안 봐도 뻔했다. 자취방 근처 대형마트에서 여러 개를 묶어 파는 행사 제품들을 집어왔으리라. 오랜만에 맡는 인공 향에 머리가 어질했다. 그간의 자취 생활동안 오빠의 생활이 얼마나 엄마의 손아귀에서 벗어나 있었는지 실감이 났다. 나중에 알고 보니 이삿짐을 옮겼던 새벽 3시도 자취생 오빠의 생활 패턴에서는 초저녁에 속하는 시간이었다. 물론 이 부분은 내가 아니라 엄마가 1절을 할 영역이라 잠자코 있었지만.

나갈 준비를 마친 가족들은 장조림이 올라온 식탁에 둘러앉았다. 엄마는 1절로 샴푸가 아닌 집 밥의 중요성에 대해 이야기를 시작했다. 그간의 자취 생활 동안 네가 얼마나 집 밥을 먹지 않고 바깥 밥만을 먹었으며, 그것이 몸에 얼마나 좋지 않은 영향을 미치며, 건강이 나빠지면 또 얼마나 많은 것들이 일그러지며…. 엄마의 일방적인 말들이 쏟아지는 동안 나는 마음이 매우 편안하고 조금은 즐겁기까지 했다. 오빠도 드디어 엄마의 잔소리 궤도 안에 진입한 것이다. 나는 이제 외롭지 않다! 혼자가 아니다! 입 꼬리를 씰룩거리며 속으로 만세를 부르려는데 심상치 않은 기류가 느껴졌다. 엄마의 모닝 잔소리에 침묵하는 나와 달리 오빠가 반격을 시작한 것이다. 집에서 밥 잘 해 먹었고, 밥은 학교를 다니니 안 사 먹을 수 없고, 건강에는 전혀 이상이 없단다. 공기가 급속도로 차가워졌다. 나는 조용히 장조림만 집어먹다가 서둘러 일어섰다. 이런 사소한 사안에 대해서까지 평화 유지 노력을 했다가는 과로사할지도 모를 일이었다. 엄마는 한참 만에 오빠의 반격에 수긍했다. 그렇게 가족 공식 경사인 '형제 오신 기쁜 날'의 첫 식사가 끝나가고 있었다.

WRITER 김도연
ILLUSTRATOR 남미가



aaarrr_r
여행은 끝났지만 오래오래 우려먹는 여행사진.



brother_zini
방학 끝이라니….



c.suna_
#평대리 #제주도여행 #바다 죽여주는구만~

WEEKLY

INSTA

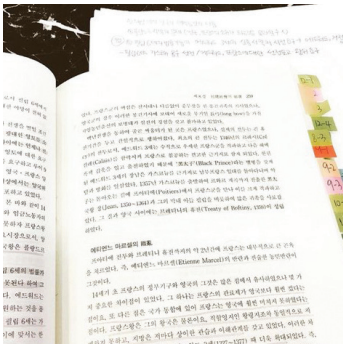
:



이번 주 주제 '#방학끝'의 메인 자리는 예쁜 꽃과 의미 있는 책을 남겨주신 yevely_37님께 드립니다. 그래서 저 꽃은 어디 가면 살 수 있나요? 저도 가서 제 자신에게 꽃선물 하게요…. 더불어 친구들과 함께 무려 적금 여행으로 태국을 가신 thddus012님도 함께 PICK! 두 분 모두 라이언 바디 필로우와 함께 '행복한' 개강 맞이하세요!



ddd_yeonni
드디어 꿈만 같던 19일을 보내고 귀국합니다.

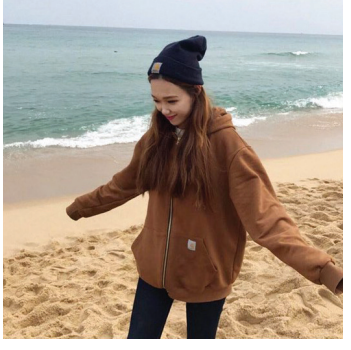


gee43256
#방학끝 은 #학교 #도서관

뭐했다고 벌써 2월의 끝인지 1도 모르겠지만 어쨌든 방학의 종말이 눈에 보인다.
아무리 현실부정 하셔도 소용없습니다. 고객님. 곧 개강이에요^^
방학의 끝에서 각자의 방식으로 아쉬움을 달래고 있을 독자들의 사진을 모아봤다.



good.j.he
#방학끝 #마지막 #여행 #개강 이라니



h.eez
개강 전 마지막 발악



d_ly_s
#거의 #새책 #아냐 ? #거의말고 #그냥 #새책



dantasigram
방학동안 계속 준비한 새내기 새로 배움터도 곧 끝!

WEEKLY FEED : #독자참여 #방학끝



PICK! ♥

thddus012
현실컴백~ 개강준비~ 우리 4학년들 빠숑빠숑

WEEKLY GIFT

여러분의 소중한 순간을
대학내일과 공유해주세요!
3명을 선정해 개강맞이
선물로 **라인프렌즈 브라운**
30cm 쿠션을 보내드립니다.



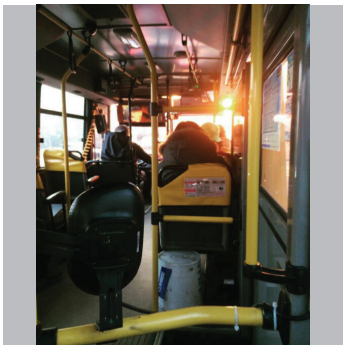
다음주 주제는 #개강준비 입니다.

개강을 위한 아이템, 개강을 맞이하는
심정이 담긴 사진, 개강룩 등 개강을 준비하는 사진이라면
무엇이든 좋습니다. 3월 2일까지 **#대학내일 #개강준비**
해시태그 달면 참여 완료!

INTERN 신희승 이송희 winter@univ.me



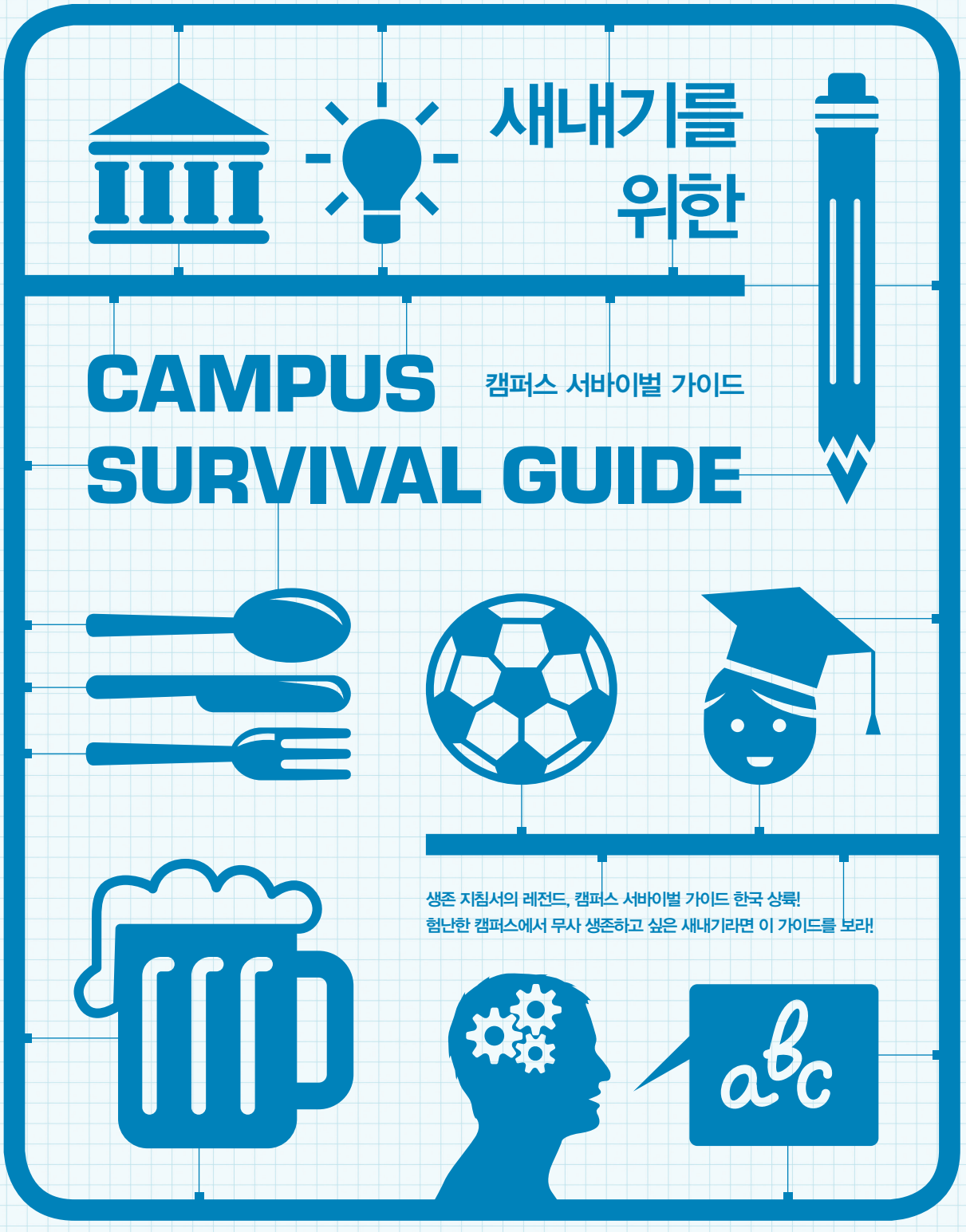
j2nna_k
새터 끝 #방학끝 #17 이 온다.



rabbit_seo
#근로끝나니개강 #그래도일안해서좋다



yee_three
#방학끝 을 #네덜란드 #헤이그 에서 외쳐본다



생존 지침서의 레전드, 캠퍼스 서바이벌 가이드 한국 상륙!
험난한 캠퍼스에서 무사 생존하고 싶은 새내기라면 이 가이드를 보라!

대학생 실용어 사전

새싹쓰! 나 화석쓰인데 대학생들이 사용하는 단어들의 '진짜' 의미는 따로 있다는 사실 알고 있어? 새싹쓰를 위해 준비했어. 샌애그들의 캠퍼스 생존을 위한 필독서, 대학생 실용어사전! 정독하고 가자.

INTERN 신희승 이송희 winter@univ.me

교수님

선생님:놉

취미는 잠재우기, 특기는 씨 뿌리기. 시간과 공간을 넘나들며 학생들을 조련하는 탓에 정신이 안드로메다로 떠나버린 대학생들이 다수.

예시 "오늘은 여기까지만 할까요?"(들숨) "그런데 과제가 하나 있어요~"(날숨)

F

꿈일:거야

방심한 채, 유흥을 즐기다가 학기 말에 받게 되는 똥. 주로 과제와 출결을 소홀히 했을 때 귀신같이 알아챈 교수님이 하사하시는 것.

유의어 B0[큰·똥]: '시험은 못 봤지만 이 친구는 다음 학기에 만나고 싶지 않다'는 교수님의 마음이 담긴 똥. 일명 재수강불가똥.

과팅

술:자리

각 과의 술 대장들이 술 싸움을 벌이는 것. 가끔 로맨스를 꿈꾸며 과팅에 나오는 사람들도 있지만, 이 술 정글에서 사랑을 꽃피우기는 쉽지 않다.

예시 이번에 과팅 대표는 네가 해줘(우리 과 대표 술 장군은 너다!).

휴강

오:예

대학교 최고의 명강의. 개인 사정, 학교 행사 등의 이유로 수업을 쉬는 것. 갑자기 접한 휴강 소식은 세상을 아름답게 바라볼 수 있는 여유를 준다.

반의어 보강[조타:마렸네]: 공휴일이나 휴강으로 취소된 수업을 보충하기 위해 강의를 진행하는 것. 휴강이라고 마냥 좋아하지 말자. 보강이 주말에 잡힐 수도 있다.

재수강

재:수감

C+ 이하의 성적을 받은 과목을 다시 듣는 행위. '두 번째 듣는 거니까 유리하겠지'라는 착각에서 비롯된다. 기억하자. 우리가 왜 이 수업을 또 듣는지.

예시 아 이번에 재수강할 거 엄청 많아(1학년 때, 저는 망나니였습니다. 그것도 개망나니!).

전공책

개:비싸

19900원. 교내 서점에 가서 2만원을 내면, 100원짜리 동전 하나와 종이 뭉텅이를 준다. 여기서, 종이 뭉텅이를 전공 책이라고 부른다.

유의어 교양책: 전공 책과 버금가는 가격으로 대학생들의 돈을 루팡해가는 주범 중 하나이다.

CC

벚꽃엔:딩

캠퍼스 커플의 줄임말로, 새내기들(혹은 복학생)이 가장 기대하는 것 중 하나. 특히 부농부농한 벚꽃은 CC 욕구를 한층 더 상승시키는 주범.

유의어 과 CC[아·개]: 같은 학과에서 사귀는 커플을 일컫는 말. 하지만 가을이 오면 몇 커플을 제외한 대부분이 어색한 사이로 전락, 소문의 '개'가 되는 대참사가 발생하는 경우가 부지기수.

수강신청

망:해따

학기마다 진행되는 선착순 클릭 전쟁. 수강신청 전의 긴장감은 엑소 콘서트 티켓팅과 맞먹으며, 100% 만족스러운 수강신청을 하는 것은 불가능에 가깝다.

예시 야! 너 이번에 수강신청 잘했냐?/ 잤어./ 저런…

개강

종강은:요

주로 3월과 9월에 새 학기가 시작될 때마다, 대학생들을 괴롭히는 단어. 이 중 몇몇은 개강을 이겨내지 못해 '개강병'에 걸리기도 함.

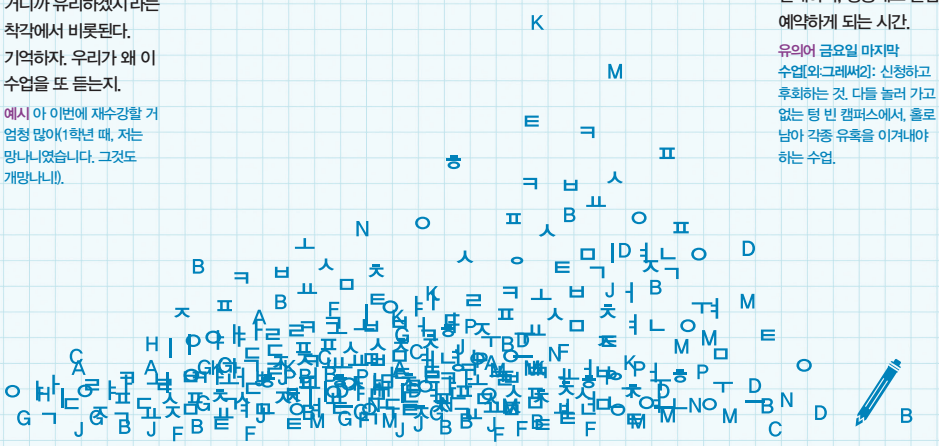
파생어 개강병[방학컴·인]: 갑작스러운 개강에 적응하지 못한 대학생들이 걸리는 병. "방학 언제 해…"라는 말을 반복하며 캠퍼스를 돌아다니는 것이 특징.

1교시

외:그레써

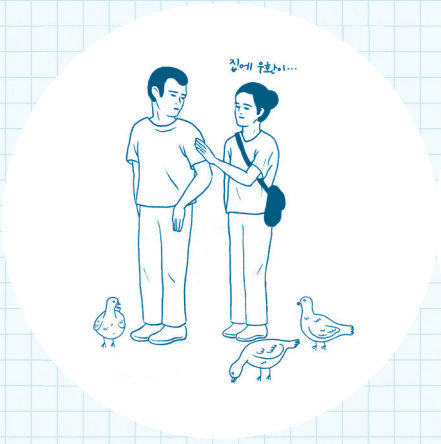
'고등학교 때 야자도 했으니까'라는 생각으로 넣게 되는 수업. 하지만 웬만큼 부지런하지 않고서는 대부분 실패하며, 성공해도 꿀잠 예약하게 되는 시간.

유의어 금요일 마지막 수업[와:그레써2]: 신청하고 후회하는 것. 다들 놀러 가고 없는 텅 빈 캠퍼스에서, 홀로 남아 각종 유혹을 이겨내야 하는 수업.



캠퍼스 **자기방어의** 기술

#01 도를 아십니까?



❶ 길을 묻는다며 말을 건 사람의 이상한 낌새를 눈치챈다.

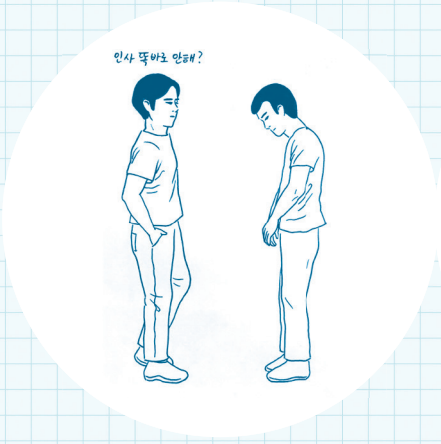


❷ 무릎을 구부려 도움닫기 자세를 취한다. 팔은 반동을 주기 위해 X자로 교차한다.

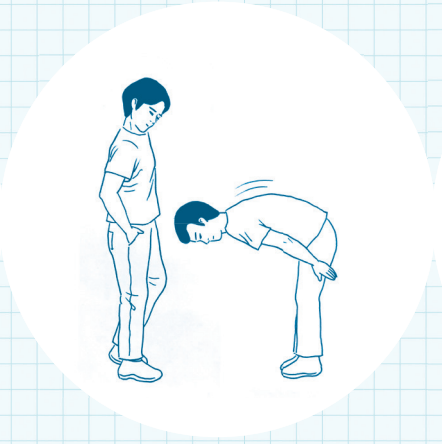


❸ 한쪽 무릎을 가슴까지 들어 올리며 양팔을 크게 벌려 V자로 만든다.

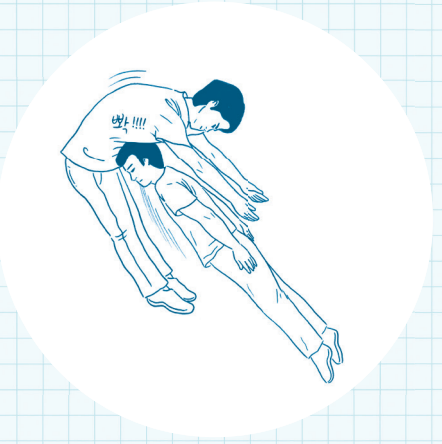
#02 꼰대 선배의 인사 개입



❶ 얼굴도 잘 모르는 선배가 혼낼 땐 눈을 깔아준다. 손도 공손히 모으며 방심을 유도한다.



❷ 훈계가 끝나면 90도로 허리를 굽혀 정중하게 인사

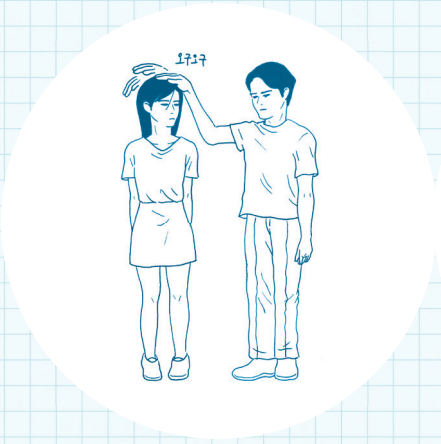


❸ 하는 척하면서 로켓 명치!

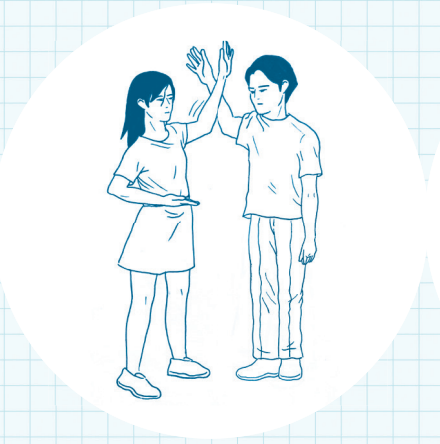
언제 어디서 위협이 가해질지 모르는 야생의 캠퍼스. 자기방어의 기술을 배워두는 것이 좋겠지? 상황별 구분 동작을 알아보자.

EDITOR 김준용 dragon@univ.me **ILLUSTRATOR** 남미가

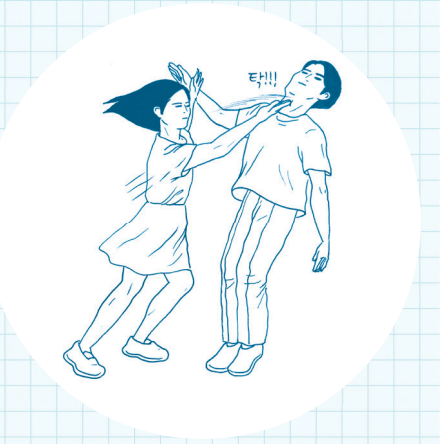
#03 오구오구 귀엽네 우리 후배



❶ 별로 안 친한 선배가 귀엽다며 머리를 쓰다듬는다면, 일단은 분노를 감추고 상대방을 응시한다.



❷ 왼손으로 머리를 쓰다듬는 선배의 팔을 쳐낸다. 오른손은 곧게 펴 날을 세운다.

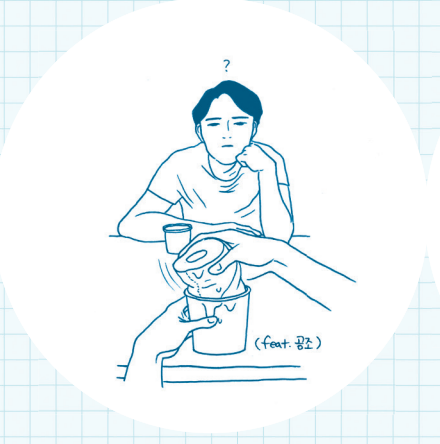


❸ 오른손을 최단거리로 움직여 목젖을 탁! 친다. 다시는 오구오구 소리 못 하게.

#04 술 강요하는 선배



❶ 가당치도 않은 이유로 자꾸 술을 먹이는 선배 몰래 두루마리 휴지를 준비한다.



❷ 술이 든 종이컵에 휴지를 넣는다. 휴지가 젖어 묵직해지면 제작 완료.



❸ 젖은 휴지가 든 종이컵으로 원하는 부위를 가격한다.

선배, 할까요? 말까요?

과 CC, 해도 될까요?



한양대 미디어커뮤니케이션학 16 황호영

YES

나는 연애는 자주 볼 수 있는 게 최고라고 생각해. 그런 면에서 과 CC보다 좋은 게 없지. 시간표를 맞추면 수업도 같이 들을 수 있고, 학교 행사에 함께 참여할 수 있잖아. 방학보다는 개강이 더 기다려지는 진귀한 경험도 할 수 있고. 그리고 학과 사람들이 다 알기 때문에 좋은 점도 있어. 술자리나 MT 같은 행사에서 더욱 조심하고 잘 챙겨주거든. 마지막으로는 사귀기 전에 서로를 더 잘 알 수 있다는 점! 과 생활을 하다 보면 얘가 진짜 어떤 사람인지 알 수 있고, 그렇기 때문에 신중하게 만남을 결정하게 돼. 그러니까 관계를 더 잘 꾸려나갈 수 있지. 연락 몇 번, 식사 몇 번에 결정 나는 소개팅보다 훨씬 낫지 않아? 물론 과 CC 하다 헤어지면 흑역사라는 이야기 많이 해. 하지만 이별한 후에도 서로를 존중해주고 말을 아끼면 남은 대학 생활 잘 할 수 있으니 걱정하지 마. 무엇보다 안 헤어지면 흑역사가 될 일이 없잖아.



전남대 경영학 13 손제희

NO

과 CC는 연애가 학교생활까지 영향을 줄 수 있는 아주 위험한 선택이야.(절레절레) 우선 인간관계가 다 겹치잖아. 남자친구와 싸우면 과내에서 가십거리가 되기 십상이고, 과 사람들 때문에 말이 와전돼서 싸우기도 해. 거기서 끝나면 다행이지. 헤어진 후엔 상대방이 어떤 상태인지, 친절하게 전해준단다. 다들 왜 내 얼굴 보자마자 전 남친 취업 소식부터 전하는데? 나는야, 만인의 놀림감. 야호! 사실 더 본질적인 문제는, 싸우고 나서 불편하지 않기 위해 화해를 하는 경우가 많다는 거야. 그러다 보니 근본적인 이유를 해결 못 하고 넘어가는 경우가 많았어. 또 헤어질 때 그와 관련된 인간관계나 행사도 포기해야 한다는 생각 때문에 결단을 내리기 어려웠지. 나는 오히려 같은 과가 아닌 학교 CC를 추천해. 친구들 보니까 적당한 거리는 유지되면서 캠퍼스 커플의 장점은 누릴 수 있더라고. 시험 기간 도서관 데이트, 꿀잼이잖아?

대외활동, 1학년 때부터 해야 할까요?



서경대 문화콘텐츠학 10 이태민

YES

사실 고등학생 땐 학과를 따지기보다 조금이라도 등급표 위에 있는 학교에 가려고 하잖아. 그렇게 대학에 들어오면 과 공부가 안 맞아서 고생하는 경우가 많아. 그런 상황이라면 대외활동을 정말 추천해. 아직 구체적 진로가 결정되지도 않았고, 혹시 하고 싶은 게 있다고 하더라도 변하지 않으리라는 보장이 없으니까. 이것저것 부딪치면서 관심 분야나 적성을 찾아가는 기회로 삼는 거지. 난 원래 국문과에 입학했는데 학과 통폐합으로 문화콘텐츠학부 학생이 됐어. 칠판에 조음기관 그려가며 외우던 사람이 현장 학문인 문화콘텐츠에 대해 뭘 알겠어. 그래서 관련 대외활동에 도전하게 됐는데, 여러 프로젝트를 거치면서 내가 잘하고 즐길 수 있는 게 뭔지 알게 됐어. 덕분에 진로도 확실하게 설정했고! 나는 새내기들이 대외활동을 단순히 취업을 위한 하나의 스펙이라고 보지 말고, 스스로를 위한 발판으로 활용했으면 좋겠어.



가천대 미디어커뮤니케이션학 12 임진희

NO

1학년은 동기들과 학과 생활에 익숙해져야 하는 시기라고 생각해. 4년 동안 학교를 다녀야 하는데 대외활동부터 해버리면 어중이떠중이가 될 수도 있거든. 솔직히 말하면 내가 그랬어. 학교 친구들과 덜 친하니까 팀플도 어렵고, 대외활동에서 새로 알게 된 친구들에게 힘들다고 이야기할 수도 없고. 일도 제대로 못하는 상황이 반복됐지. 사실 나는 1학년 2학기부터 매 학기 대외활동을 해왔어. 그런데 돌이켜보니 회의감도 많이 들더라. 그저 불안해서 '이거라도 해야지' 하는 마음가짐으로 대외활동을 하는 게 옳은 걸까? 만약 남들이 다 하니까 나도 해야겠다는 조급함에 대외활동을 고민 중이라면, 그러지 말라고 말해주고 싶어. 차라리 혼자서 여행을 가거나 다양한 사람들을 많이 만나보는 게 자아를 더 단단하게 만드는 길인 것 같아. 특히 혼자 여행은 정말 추천해. 내 안의 작은 두려움을 깨는 데 도움이 되더라고.

교복 입고 시험 칠 땐 맞냐 틀리냐만 고르면 됐는데…. 대학에 왔더니 선택해야 할 게 한두 가지가 아니네, 빼애앰!
하지만 걱정은 말아, 매앤~「대학내일」이 선배들에게 대신 물어봤어. 선배, 이거 할까요? 말까요?

EDITOR 김슬 dew@univ.me

군대, 빨리 가는 게 답일까요?



부경대 컴퓨터공학 13 김민석

YES

지금부터 눈물 없인 들을 수 없는 이야기를 시작할게. 난 군대가 너무 가기 싫었어. 막연히 대학원에 갈까, 방위산업체 갈까 생각했지. 하지만 시간이 지날수록 주위의 "군대 언제가냐" 폭격에 너무 스트레스 받더라고. 심지어 해외여행 가려고 해도 미필자는 절차가 번거로워! 여러모로 군대에 발목 잡힌다는 느낌이 들어서 결심했지. 사실 공부, 취업, 연애 등등 스트레스 받을 일이 얼마나 많아? 거기에 군대까지? 빨리 다녀오는 게 나아. 그리고 군대에서는 나이 어린 선임이 나이 많은 후임에게 시비 거는 경우가 정말 많아. 전혀 관련 없는 일에도 나이를 걸고넘어지는 일이 부지기수더라고. 괜히 이런 시비로 마음 상하기 싫다면 일찍 가는 게 좋지. 시기를 딱 정해주자면 1학년 2학기 마치고 겨울방학에 가는 게 베스트야. 일반적으로 그 시기에 많이들 가기 때문에 동기들과 같이 복학할 수 있고, 복학 시기가 깔끔하게 떨어지거든.



인하대 기계공학 10 주효근

NO

"실컷 놀다가 군대 갔다 와서 정신 차려야지!" 가끔 이렇게 말하는 친구들이 있는데, 난 후배들이 군대를 도피처가 아니라 2년간의 갭 이어(Gap year)라고 생각했으면 좋겠어. 자기를 뒤돌아보고 생각을 정리하는 시간. 그런데 솔직히 중고등학교 내내 공부만 하다가 대학교 1년 다니고 군대에 가면, 나 자신에 대해 아는 게 별로 없어. 하고 싶었던 것, 배우고 싶었던 것 이것저것 도전해본 후에 군대에 가라고 추천하는 이유야. 나는 22살에 군대에 갔어. 밴드 동아리를 좀 더 오래 하고 싶어서. 보통은 1학년이 끝나고 후배를 받기 전에 군대에 가잖아. 후배를 대해본 적도 없고, 가르쳐 본 경험이 없기 때문에 일병–상병–병장으로 이어지는 생활이 힘들 수 있어. 그런데 대부분의 동아리에서는 2학년이 공동체를 주도한단 말이지. 나는 신입생도 해보고, 후배들을 끌어가는 역할도 해봐서 좀 더 쉽게 군 생활에 녹아들 수 있었어.

학교 앞 자취, 하는 게 좋겠죠?



건국대 신문방송학 16 윤승현

YES

입학 전부터 대학 성적을 좌우하는 건 '출석'이라는 말을 귀에 딱지가 앉을 만큼 들었어. 하지만 불규칙적인 대학 생활에서 아침 9시에 일어나는 건 기적에 가까운 일 아니겠어? 그런데 학교가 코앞이라면? 늦잠을 자도 초스피드로 출석할 수 있어. 어느 날 1교시 수업이었는데 8시 53분에 일어난 거야. 혼비백산해서 강의실까지 달렸지. 강의실에 도착하고 시계를 보니 정확히 59분이었어. 그 뒤론 아슬아슬하게 일어나도 걱정이 안 되더라고. 5분 만에 학교에 갈 수 있으니까! 이외에도 학교 행사나 프로그램에 참여할 때 부담스럽지 않고, 통학에 필요한 체력 소모도 없어서 좋아. 학교 도서관도 더 자주 가게 되고. 다만, 웬만해선 정확한 집 위치를 알리지 않는 게 좋아. 의리 없다, 정 없다고 욕해도 어쩔 수 없어. 성공적인 자취를 위해선 내 중심을 지키는 게 필수니까.



인하대 언론정보학 16 윤예슬

NO

현실적인 이야기를 해볼게. 학교 앞 자취방들은 대부분 원룸이야. 그래서인지 방음이 잘 안 되는 경우가 많더라고. 우리 집만 해도 옆방 소리는 물론이고 계단 오르내리는 소리까지 다 들려. 그리고 밥! 아무래도 혼자 살다 보니 밥을 제때 안 먹게 돼. 먹더라도 인스턴트나 배달 음식으로 때우다 보니 몸이 점점 안 좋아지는 느낌이야. 마지막으로 가장 큰 단점은 학교 친구들이 너무 자주 드나든다는 점이겠지? 친구들과 어울리는 걸 좋아하는 사람이라면 장점이겠지만, 누군가 집에 오는 걸 불편해하는 사람들은 힘들 수 있어. 술에 너무 취해서, 시험공부 하느라 등등 온갖 다양한 이유로 친구들이 집에 오려고 하거든. 일일이 거절하기도 어렵고, 거절하고 나면 친구들에게 미안한 마음도 들고. 이래저래 곤란해. 본인이 예민하거나 몸이 허약하다? 거절을 잘 못하는 성격인데 혼자 있는 걸 좋아한다? 그렇다면 통학을 추천해!

실패 사례로 배우는 과제 꿀팁

진 짜 진 짜 최 종 . p p t x

01
보노보노는 치워라
잠깐! 혹시 지금 PPT 배경에 어떤 귀여운 생물체를 넣을지 고민하고 있지는 않은가? 배경은 단색으로 지정해야 한다는 사실을 명심하자. 깔끔한 배경은 눈이 편안할 뿐만 아니라 텍스트의 가독성까지 높인다. 그러니 그림을 삽입하려던 그 손을 멈추어라!

02
제목은 한 줄
설마 이런 것도? 라고 생각하겠지만 설마 그런 것도 놓치곤 한다. 제목은 되도록 한 줄에 깔끔한 폰트로 설정하자. 제목이 두 줄로 늘어난다면 크기를 조금 줄여보는 것을 추천한다. 작은 크기의 제목보다는 애매한 두 줄짜리 제목이 더 눈에 거슬리니까.



03
텍스트는 최소한으로
지나치게 빽빽한 텍스트는 발표가 망하는 지름길이다. 발표자가 숨 가쁘게 읽어야 하고, 발표를 듣는 사람들은 발표자의 호흡곤란에 더 숨이 찬다. 그러니 허공을 떠도는 저 단어들은 지워두고 핵심 키워드만 남겨두자.

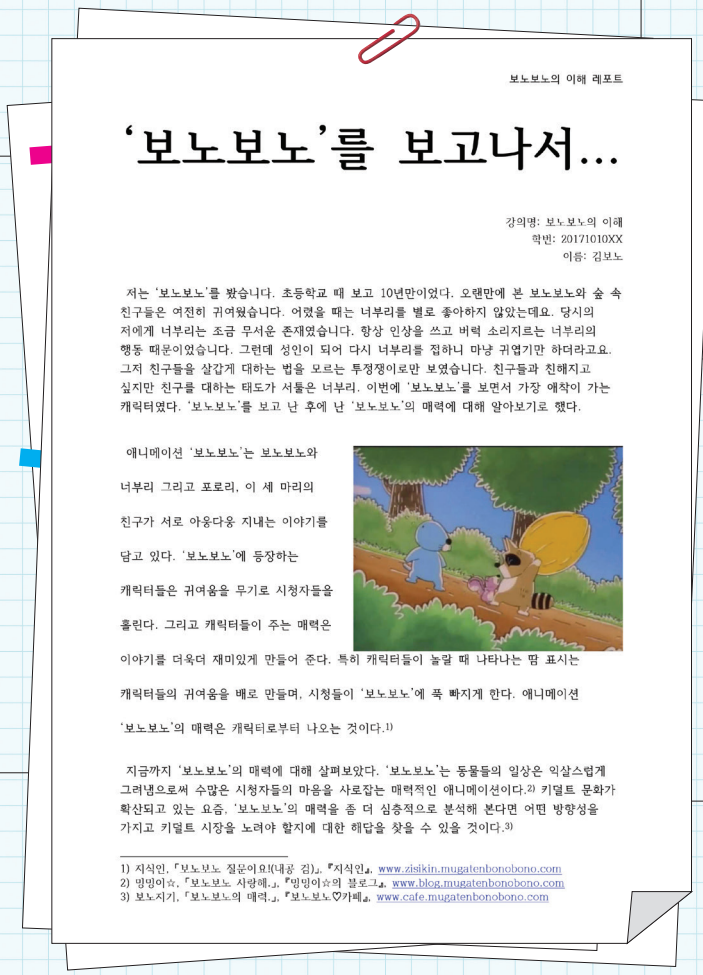
04
폰트를 저장하라, 제발.
보는 사람이 더 안타까운 상황. 고르고 골라 적용한 폰트가 박살난 접시 가운데에 글자가 적힌 양재와당체로 변했다. '분명 내 컴퓨터에선 괜찮았는데…' 억울한 심정을 토로해봤자 도와줄 수 있는 사람은 없다. 왜냐면 그 멋진 폰트가 강의실 컴퓨터에는 없으니까! USB에 폰트까지 저장하는 것을 잊지 말자.

05
애니메이션 좋아하는 건 알겠는데…
제목, 그림, 텍스트마다 애니메이션을 넣는 사람들이 있다. 그러지 말자. 부탁이다. 날아오고 나타나고 회전하는 사진과 텍스트는 차마 눈뜨고 볼 수 없을 정도다. 다 된 PPT에 애니메이션 끼얹지 말자. 와장창 깨지는 소리와 박수 소리는 괜찮을 줄 아나.

앞으로 대학생활에서 뗄레야 뗄 수 없는 PPT와 리포트.
이렇게만 따라하면 F는 따놓은 당상이니, 주의해서 읽고 절대 따라하지 말자!

INTERN 신희승 이송희 winter@univ.me

(제 목 없 음) . d o c x



보노보노의 이해 레포트

'보노보노'를 보고나서...

강의명: 보노보노의 이해
학번: 20171010XX
이름: 김보노

저는 '보노보노'를 봤습니다. 초등학교 때 보고 10년만이었다. 오랜만에 본 보노보노와 숲 속 친구들은 여전히 귀여웠습니다. 어렸을 때는 너부리를 별로 좋아하지 않았는데요. 당시의 저에게 너부리는 조금 무서운 존재였습니다. 항상 인상을 쓰고 버럭 소리지르는 너부리의 행동 때문이었습니다. 그런데 성인이 되어 다시 너부리를 접하니 마냥 귀엽기만 하더라고요. 그저 친구들을 살갑게 대하는 법을 모르는 투정쟁이로만 보였습니다. 친구들과 친해지고 싶지만 친구를 대하는 태도가 서툴은 너부리. 이번에 '보노보노'를 보면서 가장 애착이 가는 캐릭터였다. '보노보노'를 보고 난 후에 난 '보노보노'의 매력에 대해 알아보기로 했다.

애니메이션 '보노보노'는 보노보노와 너부리 그리고 포로리, 이 세 마리의 친구가 서로 아옹다옹 지내는 이야기를 담고 있다. '보노보노'에 등장하는 캐릭터들은 귀여움을 무기로 시청자들을 홀린다. 그리고 캐릭터들이 주는 매력은 이야기를 더욱더 재미있게 만들어 준다. 특히 캐릭터들이 놀랄 때 나타나는 땀 표시는 캐릭터들의 귀여움을 배로 만들며, 시청들이 '보노보노'에 푹 빠지게 한다. 애니메이션 '보노보노'의 매력은 캐릭터로부터 나오는 것이다.[1]

지금까지 '보노보노'의 매력에 대해 살펴보았다. '보노보노'는 동물들의 일상은 익살스럽게 그려냄으로써 수많은 시청자들의 마음을 사로잡는 매력적인 애니메이션이다.[2] 키덜트 문화가 확산되고 있는 요즘, '보노보노'의 매력을 좀 더 심층적으로 분석해 본다면 어떤 방향성을 가지고 키덜트 시장을 노려야 할지에 대한 해답을 찾을 수 있을 것이다.[3]

1) 지식인, 「보노보노 질문이요!(내공 김)」, 『지식인』, www.zisikin.mugatenbonobono.com
2) 띵띵이☆, 「보노보노 사랑해.」, 『띵띵이☆의 블로그』, www.blog.mugatenbonobono.com
3) 보노지기, 「보노보노의 매력.」, 『보노보노♡카페』, www.cafe.mugatenbonobono.com

01 제목을 쓰고 나서…

제목은 리포트의 정체성을 드러내는 것이 좋다. 제목에는 당신이 뭘 봤는지가 아니라 뭘 썼는지가 담겨야한다. 또, 제목의 폰트는 자연스러운 게 좋다. 크기 좀 적당히 키우자! 한두 장짜리 페이퍼에 40포인트가 넘는 제목은 좀 심하다.

02 이 글은 몇 명이서 쓴 건가?

문어체로 쓰는 것이 기본이다. 포트에서 -해요 같은 구어체를 발견한 교수님의 구겨진 얼굴을 보고 싶다면 말리진 않겠다. 문체는 하나로 통일하는 게 보기 좋다. "-습니다"와 "-이다"를 혼용하는 것은 지킬 박사와 하이드가 번갈아 가면서 이야기하는 듯한 기괴한 인상을 준다.

03 사진 한 장이 리포트를 뒤집어 놓으셨다!

리포트에 이미지를 넣을 때는 내용 진행에 꼭 필요한 이미지인지 확인해야 한다. 불필요한 이미지는 리포트를 어지럽힐 뿐이다. 이미지가 꼭 필요하다면 배치에 신경 쓰자. 아래에 캡션을 달고 문단 모양을 해치지 않는 게 좋다. 물론 한 장의 페이퍼에 이미지를 넣는 건 추천하지 않는다.

04 교수님이 묻자 지식in이 답했다

외부의 글을 참고하거나 인용해야 할 때가 있다. 이때 정보의 공신력이나 정확성을 확인해야 한다. 인터넷에 떠도는 정보는 위험하다. 글쓴이가 초등학생일 수도 있고, 소문을 사실처럼 적은 것일 수도 있다. 신뢰할 만한 정보가 필요할 때는 도서관을 찾자. 어쩌면 과제를 내주신 교수님의 글이 있을지도 모른다.

05 여기에 내 손가락도 들어가겠어!

유독 분량에 엄격하신 교수님이 있다. 이에 대항하여 학생들은 조금씩 꼼수를 부린다. 자간이나 행간을 미세하게 조정하거나 아예 분량이 늘어나는 폰트를 쓰기도 한다. 분량이 모자랄 때는 글을 더 쓰자. 혹시 행과 행 사이로 손가락이 자유롭게 드나드는가? 당신은 지금 큰 위기에 빠졌다.

술은 술집에서, **상담은 상담실에서**

01 겨우 이 정도 고민으로 상담 받으러 가도 될까요?

학생들이 와서 꼭 하는 질문이 있어요. "저랑 비슷한 문제로 상담 신청한 사람이 또 있나요?" 자기 문제가 상담 받을 만큼 심각한 게 아닐까봐, 자기 멘탈이 약한 걸까봐 신경 쓰이는 거죠. 멀찍이서 보면 친구 관계, 진로 고민 같은 게 별거 아닐 수도 있어요. 근데 그 사람에게는 이미 어마어마하게 힘든 일이니까 상담실에 온 거잖아요. "다들 그렇게 온다"고 말해주면 '나만 그런 게 아니구나' 싶어서 안심해요.

– 서울시립대

센터에 계신 분들은 상담 전문가예요. 교육과정을 이수했고, 자격증을 보유한 분들. 당연히 학생들이 어떤 마음으로 찾아왔는지 이해하고 있어요. 오기 전까지 얼마나 주저했을지도 알아요. 정 불안하고 걱정된다면 그걸 그대로 얘기하시는 게 좋아요. 많이 망설였다, 이런 얘기해도 되는지 사실 지금도 모르겠다, 조리 있게 말할 자신도 없다, 그래서 답답하다, 이렇게. 그러고 나면 자기한테 진짜 필요한 도움을 받을 수 있는 거죠.

– 한양대

모두가 대학 생활에 쉽게 적응하는 건 아니에요. 중·고등학교 때는 입시에 치여서 나 자신에 대해 고민할 기회가 거의 없었잖아요. 대학에 와서는 내가 선택하고 책임져야 하는 상황이 많아지니까, 고민하는 게 더 자연스러운 거예요. 결정은 해야 하는데 아무것도 결정되지 않은 상태의 불안한 나를 돌아보는 방법의 하나로 상담을 택한 거죠. 졸업한 뒤에는 시간이 더 없거든요. 그걸 아는 친구들은 졸업하기 전에 많이 활용하고, 후배들한테도 귀띔을 해주더라고요.

– 서울여대

02 상담 받는다고 하면 친구들이 이상하게 볼 것 같아요.

상담이라고 하면 자연스럽게 정신과 상담을 떠올리게 되고, 주변 사람들에게 낙인찍히지 않을까 걱정하는 것도 당연해요. 그런데 상담은 그냥 내가 어떤 사람인지 알아가는 과정이에요. 심리검사나 전문가의 관찰을 통해 좀 더 객관적으로 볼 수 있는 거죠. 주변 사람들이 몰라주면 속상하고, 스스로도 나를 잘 모르잖아요. 20대 초반은 특히 나에 대해 궁금해지는 시기거든요. 이때 자기 삶의 큰 그림을 미리 한번 그려본다고 생각하면 분명 의미 있는 시간이 될 거예요.

– 한양대

일단 학생들은 구체적으로 상담이 어떤 건지 잘 모르잖아요. 심리적 문제를 해결하기 위해 마음을 꺼내 보이고 전문가의 도움을 받았던 경험이 많지 않으니까요. 그래서 더 두렵고 낯설 것 같아요. 뭐든 잘 모를 땐 긴장도 더 되고 편안하게 접근하기 어려운 것처럼. 그래도 드라마, 영화, 미드에서 상담 과정을 잘 표현한 상담실 장면들이 꽤 나오면서 '아, 저렇게 도움을 받을 수 있겠구나' 하는 인식이 좀 생긴 것 같아요.

– 서울여대

상담 신청한 학생들의 첫 마디가 좀 달라졌어요. 예전엔 "진로 때문에 왔어요", "대인 관계 때문에 왔어요"라고 했는데 요즘은 "우울해서, 불안해서 왔어요"라는 학생들이 많아요. 무엇 때문에 우울한지, 뭘 해결해야 불안이 사라질지 모르는 거죠. 콕 짚어서 설명할 수 없을 만큼 불안할 이유가 많아져서 그래요. 더 견디기 어렵죠. 그럴 때 상담실을 찾는 거예요. 이상한 사람이라서가 아니라 누구나 겪는 문제들 때문에.

– 서울시립대

03 처음 보는 사람 앞에서 속 얘기를 어떻게 다 털어놔요.

친한 사람 앞에서 속 얘기 털어놓기가 쉽나요? 그것도 아니거든요. 오히려 가까운 사람한테 털어놨는데 시큰둥한 반응을 보이면 상처가 더 커져요. 중요한 건 친하냐 안 친하냐가 아니라 들어줄 준비가 되어 있느냐예요. 여러 교수님 중에서도 내 얘기를 좀 더 잘 들어주는 분한테 가서 상의하고 싶은 것처럼. 준비된 사람한테 고민을 얘기하고, 충분히 이해 받고 공감 받는 경험을 하는 게 매우 중요해요.

– 한양대

친구나 가족한테 고민을 얘기하기 힘든 이유가, 미안해서거든요. 자꾸 얘기하다 보면 그 사람들이 지치고 힘들어하는 게 느껴지니까. 그래서 얘기를 안 하게 되는데 고민은 여전히 마음속에 남아 있어요. 상담실에서는 괜찮거든요. 한 번이든 백 번이든 해소될 때까지 맘껏 얘기해도 돼요. 학생들이 쭈뼛거리면 이야기를 꺼낼 수 있을 때까지 그냥 기다려줘요. 사실 내 얘길 내 마음대로 할 수 있는 기회가 거의 없잖아요.

– 서울시립대

요즘 상담이라는 말이 너무 여러 맥락에서 사용돼요. 친한 친구나 선배들은 쉽게 얘기하잖아요. "네 고민 한번 털어놔봐, 내가 들어줄게." 그럼 기대를 품게 되죠. 위로도 해주고, 내 편이 되어줄 거라는. 근데 그 기대는 충족되지 못할 확률이 높아요. 다들 자기 문제로 머릿속이 복잡해서 마음의 여유가 별로 없거든요. 앞으로 계속 만나야 하는 관계라면 더 힘들겠죠. 용기 내서 고민을 털어놓고 도움을 받아야 할 때, 보다 전문적이고 믿을 수 있는 대상을 선택하는 것이 중요해요.

– 서울여대

술자리에서 친구나 선배 붙잡고 고민 상담 해봐야 해결은 잘 안 되고, 운 나쁘면 상처를 받기도 한다. 캠퍼스 내 상담센터는 고민을 들어줄 준비가 되어 있는 좋은 친구다. 센터 방문을 망설이고 있는 새내기들을 위해 상담사 선생님들을 만나고 왔다.

EDITOR 기명균 kikiki@univ.me

한양대 한양상담센터 이성원 책임연구원
서울시립대 학생상담센터 김상수 팀장
서울여대 학생상담센터 안현미 책임교수
한국예술종합학교 학생심리상담소 주지선 실장

04 얘기하다가 눈물이 날까봐 걱정돼요.

끙끙 앓고만 있다가 병이 더 커져서 입원해야 할 때가 있듯이, 마음도 마찬가지예요. 더군다나 겉으로 드러나지 않아서 본인밖에 몰라요. 다른 사람들이 "너 잘 지내고 있잖아"라고 말해도 본인은 알거든요. 그럴 때 선택하는 거예요. 계속 참아볼까, 누군가에게 도움을 받아야 할까. 인간은 스트레스 같은 부정적인 감정을 감당할 수 있는 양이 정해져 있어요. 지금은 괜찮더라도, 어느 정도 이상이 되면 찰랑거리던 감정이 넘쳐요. 그러면 컨트롤할 수 없어요. 뭘 해도 괜찮아지지 않는 거죠. 만약 눈물이 날까봐 걱정된다면 아직은 괜찮은 거예요. 그때가 상담 받기 좋은 타이밍이고요. 펑펑 울면서 마음을 비워내고 나면 훨씬 좋아져요. 비워지지 않으면 일상에서 그걸 흘리게 되니까. 괜한 사람한테 트집 잡고, 화내고, 학교도 가기 싫고, 성적도 안 나오고, 일상생활 기능에 문제가 생기기 전에 상담을 받으면서 감정을 한번 터뜨리는 게 좋아요.

– 한양대

눈치 보지 않고 감정을 터뜨릴 수 있도록 도와주는 게 상담자의 역할이에요. 상담실에서는 자유로워야 해요. 눈치 보여서 울지도 못한다면, 제대로 된 상담이 아닌 거죠. 울고 싶은데, 나도 모르게 눈물이 막 나는데. 그럼 저는 그냥 실컷 울라고 해요. 속에 있는 감정을 그대로 더 꺼내라고. 그러면 소리도 지르고, 욕도 하고, 웃기도 하고 그래요. 한 시간 동안 울기만 하다가 가는 경우도 있고요. 막지 않아요. 오히려 반기죠. 실컷 울고 나서 민망하다고 말하는데, 그것도 좋아요. 우는 것도, 민망한 것도 다 자연스러운 감정이잖아요.

– 서울시립대

05 상담 받으러 가기 전에 뭘 준비해야 할지 모르겠어요.

저희가 상담을 할 때 꼭 사이사이에 일주일의 간격을 두거든요. 그 일주일은 상담했던 내용을 혼자서 곱씹어보는 시간이에요. 상담에 참여한다는 건 감나무에서 감 떨어지는 걸 기다리는 게 아니에요. 주체는 본인이 되어야 해요. 스스로를 알아가려는 노력을 많이 할수록 상담에서 더 많은 걸 얻을 수 있을 거예요.

– 한양대

자기가 이야기를 많이 해야 되는지 모르고 오는 경우가 많아요. '힘들어요' 하면 기꺼힌 솔루션을 줄 줄 알았던 거죠. 근데 솔루션이 없거든. 상담은 스스로가 답을 찾기 위해 노력하는 시간이에요. 물론 노력은 혼자서도 많이 했겠죠. 그게 잘 안 되니까 상담실을 찾아왔을 테고. 히말라야 갈 때도 인터넷 검색하면 올라가는 방법은 대충 다 알잖아요? 그럼에도 셰르파가 필요한 순간들이 찾아와요. 상황이 바뀌고, 그 상황에 맞는 해결책이 필요하니까. 우린 셰르파라고 보시면 돼요. 저기까지 업어서 데려다주진 못하지만 옆에서 같이 걷겠다, 고민을 같이 의논할 수 있게 옆에 있겠다, 그런 거죠.

– 서울시립대

감기 기운이 있어서 동네 병원을 찾아가면 가장 먼저 '어디가 불편하세요?'라고 물어요. 그럼 언제부터 어디가 어떻게 불편하다고 열심히 설명하죠. 그것처럼 자기 마음을 구체적으로 얘기할 수 있으면 충분해요. 심리학 수업에서 들은 내용이 있거나 영화에서 상담 장면을 봤다면, 그것에 대해 물어보는 것도 좋아요. 같이 대화하고 그림을 그려나가는 데 도움이 되겠죠. 상담은 함께 힘을 합쳐야 하는 협업니까요.

– 서울여대

아직도 궁금한 게 남았어?

우리 학교에도 상담센터가 있어?
상담센터는 대부분 캠퍼스 내에 있다.

가자마자 상담부터 받는 거야?
상담센터를 방문하면 [상담 신청 → 접수 상담 및 심리검사 → 상담사 매칭 → 개인 상담]의 절차를 거친다.

상담 받는 데 얼마나 걸려?
개인 상담은 일주일에 한 번, 1시간여 동안 12~15회 진행된다.

상담 가려면 수업 빠져야 돼?
상담은 보통 상담자(대학생)의 공강 시간을 활용한다.

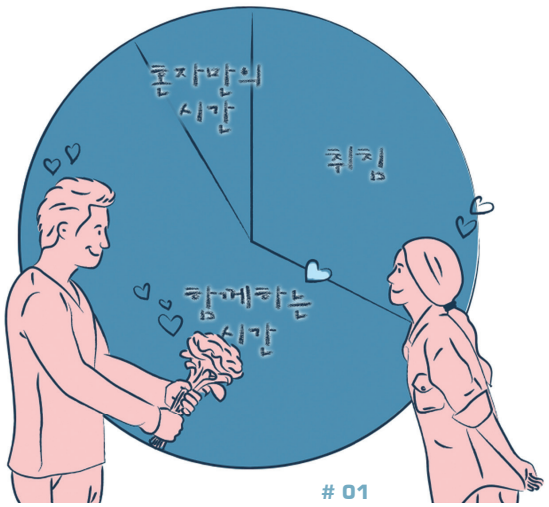
아직 고민이 다 안 풀렸는데 상담이 끝나면 어떡해?
고민의 경중에 따라 진행 과정에서 상담 횟수는 더 늘어나거나 줄어들 수 있다. 상담이 종결된 후에도 정기적으로 한 번씩 상담을 받는다.

졸업한 뒤에 상담 받아야 할 일이 또 생기면 어떡해?
상담을 받은 뒤 졸업하더라도, 담당 선생님과 소식을 공유할 수 있다.

상담 비용이 비싸지는 않아?
상담 비용은 무료다. 학교에서 제공하는 학생복지 차원의 서비스이기 때문에 이미 낸 등록금에 포함되어 있다고 생각하면 된다.

무료인데도 검사를 다 받을 수 있어?
MBTI와 같은 심리검사, 다양한 성격 및 정서검사, 대인 관계 검사도 대부분 무료이고, 일부 유료로 실시되는 학교에서도 최소한의 비용만 내면 검사를 받을 수 있다.

첫 연애 전,
기억해두면 좋을 것들



01

24시간 붙어 있지 말기

사람마다 연애 스타일이 다르긴 하지만, 대체적으로 처음 연애를 할 때에는 무슨 일을 하든 '함께'하고 싶어진다. 비단 첫 연애뿐만 아니라, 연애 초반의 많은 커플들이 그렇다. 함께하는 시간이 세상에서 가장 즐겁고 행복하니까, 굳이 다른 선택을 하고 싶지 않은 그 마음… 이해한다. 하지만 오래 붙어 있다고 사랑이 커지거나 깊어지는 건 아니다. 오히려 '그리워할 시간'을 적당히 만들어 주는 것이 관계를 더 깊어지게 만든다. 서로에 대해 생각하고, 커지는 마음을 꼭꼭 씹어 소화시킬 시간이 필요한 것이다.

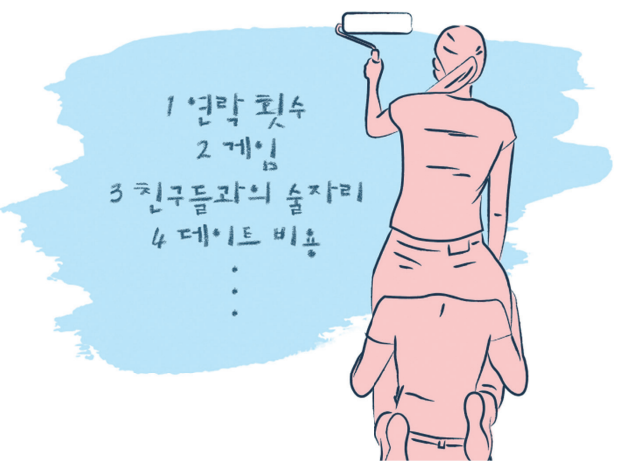
게다가 아무리 연인이라도, 누군가와 계속 붙어 있으면 자기 자신이 희미해지기 마련. 상대에게 의지하는 면이 많아질수록 자존감이 떨어져서 괜한 일에도 불안해질 수 있다. 의식적으로라도 자기만의 시간을 가지면서 스스로를 더 예뻐해주면, 더 건강한 관계를 이어갈 수 있을 것이다.

02

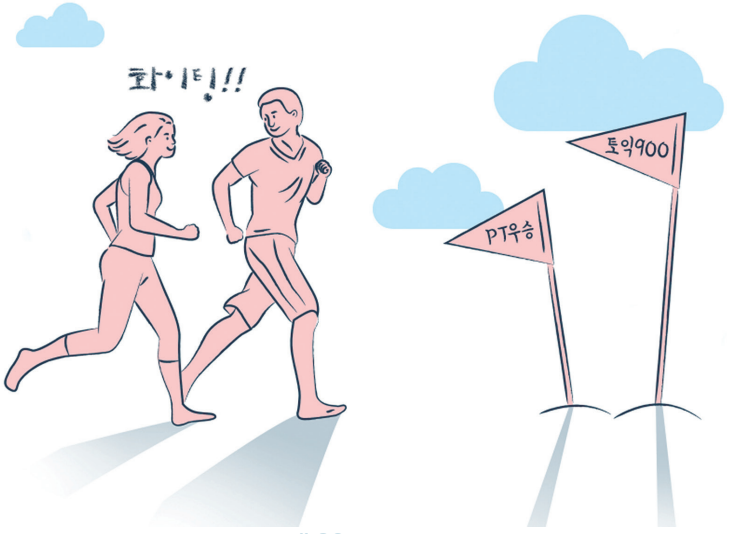
싸우기 전에 둘만의 규칙 정하기

연락은? 친구들과의 술자리는? 게임은? 데이트 비용은? 한쪽 주장이 아니라 '충분한 대화'로 미리 규칙을 만드는 게 좋다. 늘 당부하지만, 사랑은 마법이 아니다. 아무리 사랑하는 사람이라도 분명 마음에 들지 않는 부분과 부딪히는 부분이 생긴다. 싸우면서 감정적으로 서로 상처 주기 전에, 둘이 지켜야 할 룰을 만들어 두면 의외로 유용하다.

여기에 모범 답안은 없다. 다만 각자가 '싫어하는' 부분에 초점을 맞추는 게 좋다. 둘 다 집에 일찍 들어가는 스타일인데 '자정 전에 귀가하기'라는 규칙을 세운다면 그건 아무 의미 없다. 상대가 게임을 너무 오래 하는 게 싫다면, 그 부분에 대해 대화를 하면서 규칙을 만들자. 친한 이성 친구가 많은 게 싫다면, 그것에 대해서도 이야기를 나눠보자. 여기서 핵심은 빡센 규칙을 정하는 것이 아니다. 둘이 부딪힐 만한 부분에 대해서, 차분하게 (아직 싸운 상태가 아니니까) 이야기를 나누면서 서로 이해하는 그 '과정'이 중요하다. 그러니 규칙은 최대한 너그럽게!



어릴 때부터, 내게 연애 상담을 하는 사람이 많았다. 왜인지는 모르겠지만….
다들 알다시피 연애 상담은 대부분 '답.정.너'이거나, 열심히 고민해줘 봤자 결국 본인 하고 싶은 대로 한다. 쳇.
그러니까 연애 상담 신청하기 전에 미리미리 기억해두면 좋을 것들을 이야기해주는 게 낫다. 특히 갓 스물이 되어서 시작한 첫 연애라면 더더욱!



03

'각자의 목표' 응원하기

연애를 시작하면, 특히 첫 연애를 시작하면, 다필요 없고 둘만 있었으면 하는 마음이 든다(그리고 실제로 그렇게 한다…). 함께 있으면 더할 나위 없이 행복한 기분은, 사랑할 때만 느낄 수 있는 선물 같은 것. 하지만 거기에만 몰두하다가는 어느 순간, '여태까지 뭐한 거지…?' 하는 허무함이나 '아무것도 해둔 게 없다'는 막막함에 맞닥뜨릴 수 있다.

보통, 그런 감정은 둘에게 동시에 찾아오지 않고, 한 쪽이 먼저 깨닫게 된다. 그렇게 되면 서로의 마음에 온도 차가 생기면서 관계가 삐걱거릴 수 있다. 한 명은 조급해하고 나머지 한 명은 서운해하거나, 한 명은 답답해하는데 나머지 한 명은 그게 화가 난다거나. 그렇게 되기 전에, 서로의 목표를 공유하고 응원하자. 붙어 있는 순간 못지않게 함께 무언가를 이뤄가는 기분 또한 새로운 행복이라는 걸 알게 될 거다.

04

각자의 사생활 존중하기

내가 좋아한다고 애인도 그걸 좋아해야 하는 건 아니다. 내가 싫다고 애인이 그걸 하면 안 되는 것도 아니다. 사랑하는 것은 확실하지만, 우리는 엄연히 다른 사람이다. 20년을 모르고 지내던 사람인데 어떻게 내 입맛대로 바꿔?

연애는 둘 사이의 커다랗고 견고한 교집합을 만들어가는 일이지, 둘을 하나로 합쳐버리는 일이 아니라는 것을 늘 기억해야 한다. 애인이 하고 싶은 것, 좋아하는 것, 친한 친구… 그게 애인을 만든 하나하나의 요소라는 걸 잊지 말고 존중하도록 노력하는 게 더 좋은 방법이다. 물론 각자 존중받은 만큼 서로 배려해주려고 애쓰는 것도 잊지 말 것!



EDITOR 전아론 aron@univ.me **INTERN** 신희승 **ILLUSTRATOR** 전계은

당분이 너희를 이롭게 하리라

개강하니 늘어졌던 몸이 쉽게 피로해진다. 신학기에는 역시 당 충전이 필요하다.



당도 ★★★★
단짠 ★★★★

단짠단짠의 절묘한 앙상블

리세스 피넛버터컵 & 피세스

자유시간은 넘쳐나고 스니커즈는 이미 신고 있으니 부족한 당을 때울 새로운 뭔가가 필요하다. 달기만 한 평범한 초콜릿 대신 단짠 지수가 높은 리세스 피넛버터컵으로 미뢰의 공감각적 심상을 만끽해 보자. 밀크 초콜릿 종갓집 허쉬의 부드러운 초콜릿과 신안 천일염을 능가하는 피넛버터의 깊은 맛이 완벽한 조화를 이룬다. 리세스의 '피세스'는 한 알씩 집어 먹는 재미가 있어, 닭처럼 졸기 바쁜 강의 시간 새내기의 훌륭한 모이가 되어줄 거다.



당도 ★★
인기 ★★★★

바다 건너온 마성의 과자

CU 대만 누가 마약 크래커

단짠으로 유명한 크래커. '누가'는 꿀, 견과류로 만든 프랑스의 간식으로 '누가 바'의 그 누가다. 근데 이게 대만산이라는 건 그러려니 하자. 요즘 관광객들이 일본 삐약이 전병만큼 선물용으로 자주 사 온다고. 국내 정식 수입된 후로 품절 대란 사태가 일어날 만큼 인기가 치솟고 있다. 물론 그 부드러운 단짠 맛은 여전하다.



당도 ★★★
각성효과 ★★★★

나른한 몸을 깨우는 카페인 충전기

GS 스누피 더 진한 커피우유

정신이 바짝 드는 커피가 필요하다면 당장 손에 든 그 레X비를 내려놓아라. 조지아 커피를 조지아버리고 그 유명한 몬스터조차 포켓몬스터로 만드는 고카페인 음료가 여기 있다. 당분이 부족하다면, 일반 커피우유보다 훨씬 달콤한 이 우유로 목구멍에 포도당 링겔을 꽂아보자.

당 충전용 간식에도 급이 있다

자케(Jacquet) 미니 브라우니

코스트코에 있을 법한 고당도 스낵이 편의점을 습격해 젊은이들의 밥맛을 탈탈 털어가고 있다. 방금 오븐에서 꺼낸 듯 촉촉한 브라우니는 역사와 전통을 자랑하는 가평 쁘띠프랑스산 마들렌보다 부드럽다. 야! 식전에 과자 먹지 말라 하시던 어머님의 깊은 뜻을 이제야 이해하겠다.



당도 ★★★
촉촉 ★★★

역시 구관이 명관

삼립 카카오프렌즈 제리뽀

제과제빵 70년 외길 삼립의 베스트셀러 '제리뽀'. 인스턴트 젤리 업계의 거인이 대세 캐릭터 '카카오프렌즈'를 만났다. 새 디자인을 업은 추억의 브랜드라니, 칼 라거펠트와 김민재 아동복의 만남이랄까. 늘 아쉽던 용량도 늘었다. 계산대에 컵라면을 두고 있자면 자꾸 손이 가는 당분 보조 식품이다.

당도 ★★★
귀여움 ★★★★



EDITOR 조웅재 woongja1@univ.me

첫사랑이 다가온다, **여드름은 물러가라!**

남사친 여사친들의 웃음소리가 끊이지 않는 봄날의 캠퍼스. 첫사랑이 언제 어디에서 다가올지 모른다. 우리가 할 수 있는 첫 번째 준비는 여드름 없애기! 내 맘에 쏙 드는 얼굴과 눈빛으로 첫사랑을 맞이하기 위한, 여드름 관리법 4가지를 소개한다.

EDITOR 조아라 ahrajo@univ.me
ILLUSTRATOR 전하은



터뜨리기
닥터원더 압출패치



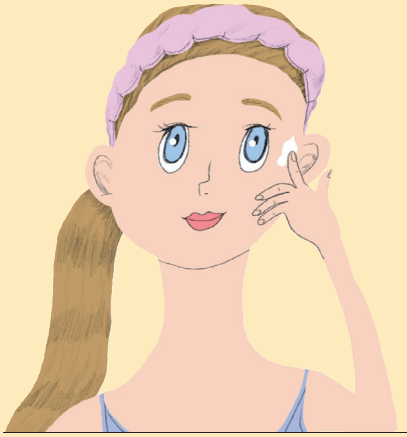
엄마 취미는 내 여드름 짜기였다. 당시 엄마는 민간요법에 꽂혀 있었고, 내 여드름을 터뜨린 뒤 텅 빈 구멍에 참기름을 채워 넣었다. 덕분에 흉터와 함께 한겨울에도 번들거리는 지성 피부가 남아버렸다. 만약 그때 압출패치가 있었더라면 상황은 꽤 달라졌을 것이다. 민간요법에 얼굴을 맡겼다가 기름 공장이 되고 싶은가? 마구 터뜨렸다가 오서방이 되고 싶은가? 아니다. 이젠 압출패치다. 자기 전 붙였다가 떼면 여드름 안녕, 귀차니즘도 안녕!



가리기
메이블린 뉴욕 핏미 컨실러



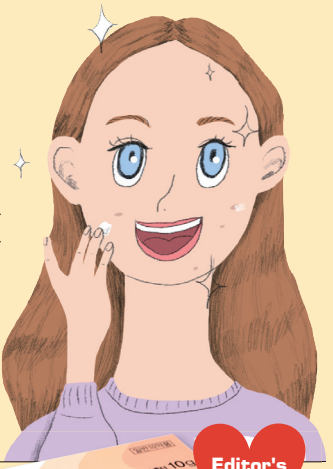
어젯밤 시켜 먹은 불족발의 흔적은 다음 날 아침 뾰루지로 나타나기 마련이다. 1교시가 있는 아침, 따사롭고도 불안한 늦잠을 즐기다가 시계를 보고 화들짝 놀란 다음엔, 거울을 보고 두 번 놀라게 될 것이니…! 세수해도 없어지지 않는 여드름 자국을 발견할 때는 컨실러가 최고. 메이블린 '핏미 컨실러'는 촉촉하고 발림성이 좋아서 지성 건성 묻지도 따지지 않아도 오케이!



진정시키기
바데카실



밤에 바르고 꿀잠 자면 각질과 보습을 관리해주는 연고 바데카실. 무엇보다도 좋은 점은 좁쌀 여드름, 뾰루지 등 민감해진 피부를 진정시켜준다는 사실! 오돌토돌 뒤집어진 피부가(피부 트러블이) 신경 쓰이는데, 내일이 개강 총회라고요? 동아리 오티? 미팅? 그렇다면 전날 밤 응급처치로 바데카실이 제격이다. 나이트크림처럼 바르고 딥슬립하면, 다음 날엔 매끈해졌다는 간증이 빗발치는 제품.



흉터 없애기
노스카나겔

터뜨리고 가리며 진정시킨 자리에 흉터가 남았다면? 여드름 흉터의 근본적인 해결법은 뭐니 뭐니 해도 '치료'. 노스카나겔은 약국에서 판매하는 의약품인 만큼 여드름이 휩쓸고 간 붉은 기와 흔적을 본질적으로 치료해준다. 일주일에서 삼주 정도 흉터 부위에 마사지하듯이 발라주면 효과를 볼 수 있다. 특히 색소침착된 부위를 회복시키는 효과가 탁월에 입소문을 타고 있다. 여드름을 포기해버린 내 남친에게도 발라주고 싶은 인생템!



외로움이 이렇게 위험합니다



외로운 사람은 더 아프고, 잘 낫지 않으며, 덜 행복하다. fMRI로 외로운 사람의 뇌를 살펴본 결과 몸의 고통을 담당하는 부위가 활성화되었다고 한다. 외로우면 심지어 몸까지 아프다는 이야기. 우리가 외로운 이유에 대해 심리학자들은 다음과 같이 말한다.

'힘들 때 믿고 의지할 수 있는 사람이 없다.'
'혼자라는 느낌을 자주 받는다.'
이들 문장에 얼마나 동의하시는지? 크게 동의한다면 당신은 외로움을 느끼고 있을 가능성이 높다. 살면서 이런 감정 안 느껴본 사람이 어디 있느냐며 반문할 수 있지만, 고질적으로 외로움을 느끼는 사람도 적지 않다. 미국에선 인구의 20%인 약 6000만명이 만성적인 외로움을 호소한다는 조사 결과가 있고, 한국에서 역시 '힘들 때 믿고 의지할 수 있는 사람이 단 한 명도 없다'는 사람이 5명 중 한 명꼴이라는 조사 결과가 있다[1]. 흔하다고 외로움을 내버려 두면 안된다. 삶의 질이 뚝뚝 떨어진다. 학기 초를 맞아 부쩍 외로움에 시달릴 독자를 위해 이번에 다룰 주제는 외로움이다.

외로움이 행복과 건강에 미치는 부정적인 영향은 상당하다. 수십 년간의 '행복 연구'에서 행복한 사람과 불행한 사람을 가장 잘 예측하는 요소는 '양질의 인간관계를 맺고 있는지'였다. 불행의 여러 요소 중 외로움이 가장 큰 영향을 끼친다는 이야기다. 심지어 외로운 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 사망률도 높다. 주요한 사망 원인이 되는 질병 대부분에 있어 외로운 사람은 병에 걸릴 확률은 높았고, 예후는 비교적 나빴다. 암 환자 같은 만성 질환 환자의 경우도 양질의 인간관계를 맺고 있는 사람들이 더 병을 잘 이겨내는 모습을 보인다. 외로운 사람들은 심지어 손가락이 베는 것 같은 간단한 상처도 잘 아물지 않는 모습을 보였다는 보고도 있다[2].

외로움으로 인한 상처가 정말 몸을 아프게 한다는 실험 결과도 있다. 사람들에게 '공놀이'를 시키는 실험을 했다. 셋이서 공을 주고받는데, 미리 짠 실험자 두 명이 실험 참가자에게 공을 잘 주지 않고 자기들끼리만 노는 상황이다. 단 몇 분만 소외당해도 자존감이 떨어지는 현상이 나타난다. 또한, fMRI 등을 통해 실험 참가자의 뇌를 살펴보면 신체적 고통을 담당하는 부위가 활성화되는 경향이 나타난다. 말로만 아픈 게 아니라 정말 아플 수 있다는 뜻이다.

외로움이 정말 몸을 아프게 한다면 반대로 혹시 타이레놀 같은 진통제를 먹었을 때 외로움이 줄어들까? 이런 질문을 던진 연구자들이 있다. 미국 켄터키 대학의 심리학자 Nathan Dewall은 사람들에게 3주 동안 타이레놀을 먹게 했다. 또 다른 사람들에게는 타이레놀

사회적 동물인 우리에게, 사람 만난 지 좀 됐으니 다시 만나라는 신호다. 양질의 관계가 부족하니 더 돈독한 인간관계를 쌓으라는 메시지다.

처럼 보이는 가짜 약을 줬다. 그러고는 사람들이 외로움이나 소외감 등을 얼마나 느끼는지 관찰했다. 그 결과 타이레놀을 먹은 사람들이 가짜 약을 먹은 사람들에 비해 외로움이 조금씩 줄어드는 현상이 나타났다[3]. 외로움의 고통이 정말로 신체적 고통과 견줄 만큼 '아픈' 무엇일 수 있다는 것을 보여주는 예다.

그런데 왜 이렇게 아플까? 학자들은 외로움이란 결국 '사회적 배고픔'이라고 보고 있다. 밥 먹고 시간이 흘러 몸이 다시 양분이 필요할 때 우리는 배고픔을 느낀다. 오랜 시간 굶으면 심한 배고픔을 느끼고 먹을 걸 찾아 헤매게 된다. 배고픈 게 괴롭지 않다면 우린 지금처럼 밥을 제때 챙겨 먹으러 다닐까. 배고픔이란 양분이 필요한 몸에 주어지는 신호다. 외로움도 마찬가지다. 사회적 동물인 우리에게, 사람 만난 지 좀 됐으니 다시 만나라는 신호다. 양질의 관계가 부족하니 더 돈독한 인간관계를 쌓으라는 메시지다. 외로움이 괴롭기에 우리는 혼자가 되지 않으려고 노력한다. 외로움을 느낀다는 것 자체는 전혀 이상한 일이 아니다. 오히려 사회적 동물로서 사람들과 더불어 살 준비가 됐다는 걸 의미한다.

외로움에서 벗어나려면 어떻게 해야 할까? 외로움은 눈에 잘 보이지 않는다는 사실을 기억하자. 흔히 외로운 사람이라고 하면 어두운 구석에 홀로 찌그러져 앉아있는 모습을 상상하는데, 실제와는 다르다. 외로움은 겉으로 잘 드러나지 않는다. 친구가 많은 소위 인기인도 외로움을 느낄 수 있다. 마음을 나누는 진정한 친구가 얼마 없다면 말이다[4]. 또한 사람마다 필요한 '적정 인간량(전문 용어는 아니다)'이 다르기도 하다.

만약 고질적인 외로움이 느껴진다면 마음을 털어놓을 수 있는 '양질의 관계'가 적은 것은 아닌지 생각해보도록 하자. 또 친구들과 대화할 때 누구와도 할 수 있는 피상적인 이야기만 하고 있다면 내 생각을 드러내는 깊이 있는 대화를 시도해보도록 하자.

양질의 관계를 만드는 데에는 상당한 시간 등 많은 자원이 소모된다. 이런 많은 시간을 주위 모두에게 쏟을 수는 없으므로, 어느 정도 선택과 집중이 필요하다. '모두의 연인'이 되느라 '절친'을 만드는 데 실패해 왔다면 생각해 볼 부분이다.

하지만 양질의 관계를 맺고 있다고 해도 이따금 관계 속에서 받는 상처의 고통은 여전히 크기 마련이다. 중요한 만큼 무거운 감정의 짐을 지게 된다고나 할까. 이럴 때는 일종의 구급처치로 다른 친한 친구들에게 마음을 털어놓으며 위로를 받는 것이나 또는 '마음을 담은 글쓰기'가 효과적일 수 있다[5].

연인과 헤어진 후 자기 심경을 자세히 '표현'하고, 그 속에서 나름 사건의 의미를 '정리'해 본 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해서 고통을 덜 받고 빨리 극복하더라는 연구 결과가 있다. 마음을 표현하는 글쓰기를 해 본 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 연인과 '재결합'할 확률도 높았다.

삶에 있어 중요한 만큼, 없으면 배고프고(외롭고), 잘못되면 상처받는 게 인간관계다. 혹시 나는 친구 따위 없어도 괜찮다는 분들은 내 안의 아픔을 외면하고 있었던 것은 아닌지 생각해보자. 모자란다면 더 찾아 나서고 조금 더 다가가면 된다. 외로움을 직면하는 것이 행복하고 건강한 삶으로 가는 좋은 출발선이다.

각주

[1] Dieneret al., (2010). Unhappiness in South Korea: Why It is High and What Might be Done About It. 한국심리학회 연차학술대회 논문집. [2] Cacioppo, J.T., & Patrick, W. (2008). Loneliness: Human nature and the need for social connection. New York: W.W.Norton. [3] DeWallet al., (2010). Acetaminophen reduces social pain: Behavioral and neural evidence. Psychological Science, 21, 931-937. [4] Cacioppo, J. T., &Hawkley, L. C. (2005). People thinking about people: The vicious cycle of being a social outcast in one's own mind. In K. D. Williams, J. P. Forgas, & W. von Hippel (Eds.), The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying. New York: Psychology Press. [5] Lepore, S. J., & Greenberg, M. A. (2002). Mending broken hearts: Effects of expressive writing on mood, cognitive processing, social adjustment and health following a relationship breakup. Psychology and Health, 17, 547-560

WRITER 박진영 imaum0217@naver.com
연세대 심리학 석사. '지능농의 사회심리학 블로그(jinpark.egloos.com)'을 운영하며, 책 『나를 사랑하지 않는 나에게』를 썼다.



아모레퍼시픽 메이크업 아티스트
안성희

진짜는 모두가 **알아보는 법!**

쿠션 팩트 감별법

유튜브에서 매일 뷰티 동영상을 찾아본다. 하지만 정작 내 얼굴에는 뭘 발라야 할지 감이 안 오고, 아침이 되면 눈 코 입 대충 그려 넣기도 바쁘다. 숨겨진 '화.알.못'이다. 나 같은 사람 많을 거다. 시간도 메이크업 기술도 시간도 없는 주제에, 잘하고 싶은 마음만 굴뚝같은 사람. 하도 징징대니까 주변에서 '쉽고, 편하고, 빠르다'면서 쿠션 팩트를 추천했다. 그런데 써봐도 영 모르겠고, 인터넷에 검색해서 나오는 수많은 정보는 믿을 수가 없어서… 메이크업 아티스트를 찾아갔다. 그것도 전 세계에서 쿠션 화장품 카테고리를 처음 만들었다는 아모레퍼시픽! 그곳의 전담 메이크업 아티스트다. 그녀의 조언을 듣다 당장 쿠션 팩트를 사러 가고 싶어졌다.

저는 일반 파운데이션만 써왔는데… 특별히 쿠션 팩트만의 장점이 있나요?
이미 아시겠지만, 굉장히 편리해요. 사실 일반 파운데이션도 좋은 제품들이 많죠. 그런데 메이크업이 서툰 사람들이 파운데이션으로 피부 표현하는 일이 쉽지는 않아요. 사용하는 도구들, 브러시들도 어렵고요. 밀리거나 뭉치지 않게 손으로 바르는 것도 한계가 있으니까요. 쿠션만의 장점은, 제품 안에 도구부터 시작해서 파운데이션까지 사용하기 편하게 들어 있다는 거예요. 그리고 오후 3시가 되면, 여자들이 못생겨진다고 하잖아요?(웃음) 예전에는 그럴 때, 파운데이션을 휴대해서 손을 닦고 바르고… 굉장히 귀찮았는데요. 이제 쿠션 팩트로 덧바르기에도 너무 편해졌죠.

그래서 제가 수정 메이크업을 못 해요ㅜㅜ. 그럼 제품을 고를 때 어떤 점을 중요하게 보세요?
역시 가장 우선시되는 건 '얼마나 지속되느냐'예요. 파운데이션이 피부에 착 달라붙어야 오래갈 수 있죠. 그런데 보통 구매 전에 손등에 테스트를 많이 하시더라고요. 사실 손등은, 피부가 안 좋은 사람이 거의 없어요.(웃음) 그래서 저는 항상 얼굴에 발라보고 돌아다녀요. 그래야 얼마나 밀착되는지, 지워지는지, 지속력이 있는지를 따져볼 수 있거든요.

돈만 있으면 되는 줄 알았는데, 쿠션 팩트 제품 사는 데도 노력이 필요하네요….

저도 제 얼굴에 맞는 걸 고르려고 시간을 많이 투자했어요. 사람은 각자 자기만의 피부 변화 스타일이 있고, 피부 고민이 있어요. 나이 들면서 주름이나 탄력처럼 신경 쓰이는 게 새로 생기기도 해요. 어디에 중요도를 두고 쿠션 팩트를 찾을지, 그걸 파악하면 제품 고르기도 쉬워지죠.

남들이 좋다고 하는 제품보다, 내 피부에 필요한 제품이 뭔지 파악하는 게 먼저란 얘기죠?

맞아요. 그런 경험 있지 않으세요? 페이스북에 "커버 엄청 잘된다"면서, 체험 동영상처럼 올라오는 것들이 있잖아요. 보면 엄청 두껍게 여러 번 바르는 게 대부분이더라고요. 그 정도 발라서 커버가 안 되는 제품은 거의 없어요.(웃음) 그렇게 본인이 어떤 피부 타입인지 고민 없이, 그 제품을 사게 되면 실패 확률이 높죠.

인터넷에서 보면 쿠션 팩트가 빨리 지워져서 고민이라는 글이 많더라고요. 왜일까요?

여러 요인이 있지만… 일단 파운데이션 자체가 얼마나 밀착되고 커버 되게 만들어졌는지, 기술력이 중요해요. 우리가 파우더를 살 때는 입자가 얼마나 고운지 따져보잖아요. 그래야 얼굴에 밀착되고 피지를 흡수하니까요. 파운데이션은 액체라 눈에 안 보이긴 하지만, 마찬가지예요. 쿠션 팩트 스펀지 안에 들어 있는 파운데이션 입자가 얼마나 고른지에 따라서 밀착력에 큰 영향을 줘요. 미세하고 고른 입자를 가진 파운데이션이 당연히 지속력도 더 좋겠죠.

오오, 제 손이 문제가 아니군요…. (일동 웃음)

왜냐하면, 쿠션 팩트라는 제품 자체가, 기술이 없어도 메이크업을 잘할 수 있도록 만들어진 제품이에요. 그렇기 때문에 그렇게 큰 기술을 요하지 않아요. 좋은 제품만 고른다면요.

제품마다 어떤 차이가 있는데요?

일단, 제품 안에 들어 있는 담지체인 스펀지부터 달라요. 쿠션 안에 제형을 머금고 있는 스펀지를 말하는 건데요. 퀄리티의 차이가 있죠. 스펀지를 들여다보시면 구멍이 뚫려 있어요. 그게 크면 클수록 양 조절이 잘 안 돼요. 입자가 고른 스펀지가 들어 있는 게 중요하죠.

그리고 어떤 스펀지는 꾹 누르면 그냥 푹 들어가는 게 있어요. 그게 아니라 탄성이 있는 스펀지, 눌렀을 때 모양이 크게 흐트러지지 않는 스펀지가 좋죠. 아모레퍼시픽 3D 스펀지 경우에는, 그 탄성이 훨씬 더 강화됐어요. 탄성이 없어서 스펀지가 푹 들어갔을 때 어떤 문제가 생기냐면요. 파운데이션 양 조절이 안 돼요. 탄성이 있어야 고르게 도포가 됩니다. 스펀지의 기술력과 파운데이션의 기술력. 이 두 가지의 시너지가 생겼을 때, 얼굴에 착 밀착되고 오래가는 쿠션 팩트가 될 수 있어요.

스펀지 자체가 메이크업을 만들어주는 도구네요.

맞아요. 그래서 쿠션 팩트만 잘 사용해도, 다른 도구 없이 커버력, 지속력, 밀착력 다 잡을 수 있는 거죠. TV나 동영상을 보면, 메이크업 전문가들이 자주 말해요. "피부 표현을 잘 하려면, 파운데이션을 얇게 여러 번 발라라." 그럴 수 있게 만들어진 것이 쿠션이에요.

하긴, 브러시 사용은 어려운데 퍼프는 쉽더라고요.

사용하기 더 편한 제품들은, 퍼프가 아치형으로 생겨 있어요. 혹시 쿠션 팩트 사용하다가 퍼프 정리를 위해 티슈로 꾹 눌러보신 적 있나요? 그럼 꽤 많은 양이 묻어 나와요. 왜냐하면 안에 머금은 만큼 내뱉는 퍼프거든요. 그러니까 적은 양으로도 여러 번 두드려서 피부 표현이 가능한 건데요. 어떤 분들은 무조건 스펀지에 파운데이션을 팍팍! 묻혀서 얼굴에도 팍팍! 두드려요. 그건 퍼프가 머금고 있는 걸 내보내지 못하게 계속 더 많은 양의 파운데이션을 흡수시키는 행동이에요. 어떤 좋은 파운데이션을 써도, 그렇게 많은 양을 바르면… 밀착이 전혀 안 돼요. 그게 악순환이 되는 거죠.

그럼 커버력을 고민하는 사람들은 어떻게 해야 할까요?

그런 분들은 보통 홍조나 여드름 고민이 있어요. 그리고 거기 꼭 따라오는 고민이 바로 모공이에요. 강력한 커버가 필요하다면, 두드리기 전에 전체적으로 한번 쓸어 바르세요. 그러면 모공과 홍조가 있는 사이사이에, 쿠션의 액체가 싹 스며들어요. 그 후에 커버가 필요한 부분에 한 번 더 두드려 바르면 더 좋죠. 하나 더. 커버력을 원하는 분들 중에는 지성 피부를 가진 분들이 많아서 매트하고 보송한 피부 표현을 원하시는데요. 그럴 때는 매트한 피부 표현을 위한 쿠션 팩트를 사용하셔도 좋을 것 같아요.

혹시 쿠션 팩트와 같이 쓰면 시너지가 나는 제품도 있나요?

다른 종류의 쿠션 제품들이요. 쿠션 팩트 위에 파우더리한 블러셔를 쓰면 뭉쳐서 고민이라는 분들이 있는데, 그럴 때는 블러셔를 먼저 바르고 쿠션 팩트를 위에 올리세요. 그럼 자연스러워지거든요. 하지만 꼭 그럴 필요가 없는 게, 요즘은 블러셔 제품도 쿠션 타입으로 나와요. 훨씬 자연스럽게 블렌딩되기 때문에, 쿠션은 쿠션 제품과 같이 쓰기를 추천해요. 심지어 눈썹도 쿠션 제품으로 나와 있거든요. 피지 흡착도 되고, 쿠션과 잘 어우러지고, 지속력도 좋고…. 그건 진짜 신세계였어요. 강력 추천합니다!



❶ 3D 쿠션이라니 신기하도다

❷ 너니? 내 눈썹 고민을 해결해줄 제품이?

EDITOR 전아론 aron@univ.me
PHOTOGRAPHER 배승빈

다를 수 있는 용기

남들과 다름을 두려워하지 말자. 모든 사람은 고유한 색채를 가지고 있고, 우리는 서로 다르기에

성장하면서 내가 사람들로부터 가장 많이 들었던 말은 "넌 그냥 달라"였다. 부모님의 직업으로 인해 불과 다섯 살 때부터 대학에 입학하기까지 무려 아홉 번을 이 나라 저 나라로 전학 다니며 살았기 때문이다. 필연적으로 반 아이들과는 '다른' 부분이 있을 수밖에 없었다.

어린 시절, 내가 남들과 다르다는 것은 고통스러운 일이었다. 초등학교 3학년 때 일본에서 귀국해 처음 한국의 초등학교로 전학 왔을 때는 한국어가 서투르다는 이유로 짝이었던 반장 남자아이가 담임선생님 몰래 나를 괴롭히고 따돌렸다. 다른 아이들은 반장이 무서워 나서거나 도와주지도 않았다. 전학생을 향한 텃세인가 싶어 처음엔 참아보려고 했지만 나의 '다름'이 그 아이에게 대체 어떤 직접적인 해를 미치는지 도저히 납득할 수가 없었다. 결국 나는 분을 참지 못하고 수업 도중 책상을 뒤집어 엎어버렸다. 그제야 담임선생님은 집단 따돌림이 있었다는 상황 판단을 하고 짝을 바꿔주었다.

그렇게 '다름'은 내가 겪어야만 했던 트라우마였다. 그 후 성장기를 외국에서 보낸 뒤 다시 한국의 대학에 왔을 때도 "넌 달라"라는 말을 참 많이 들었다. 내 의견을 무시하기 위해 그 말을 악용할 때면 나는 그 부당함에 한껏 저항했다. 왜냐하면 그들은 '다름'을 '틀림/나쁨'과 같은 뜻으로 못 박았기 때문이다. 가령 내가 겁도 없이 선배들에게 데모의 방법론에 대한 이견을 제시하면, 대답에 궁해진 그들은 "너는 외국에서 오래 살아서 우리나라가 처한 아픔을 이해할 수가 없어"처럼, 내 입을 쉽게 막을 수 있는 동문서답으로 소통을 차단했다.

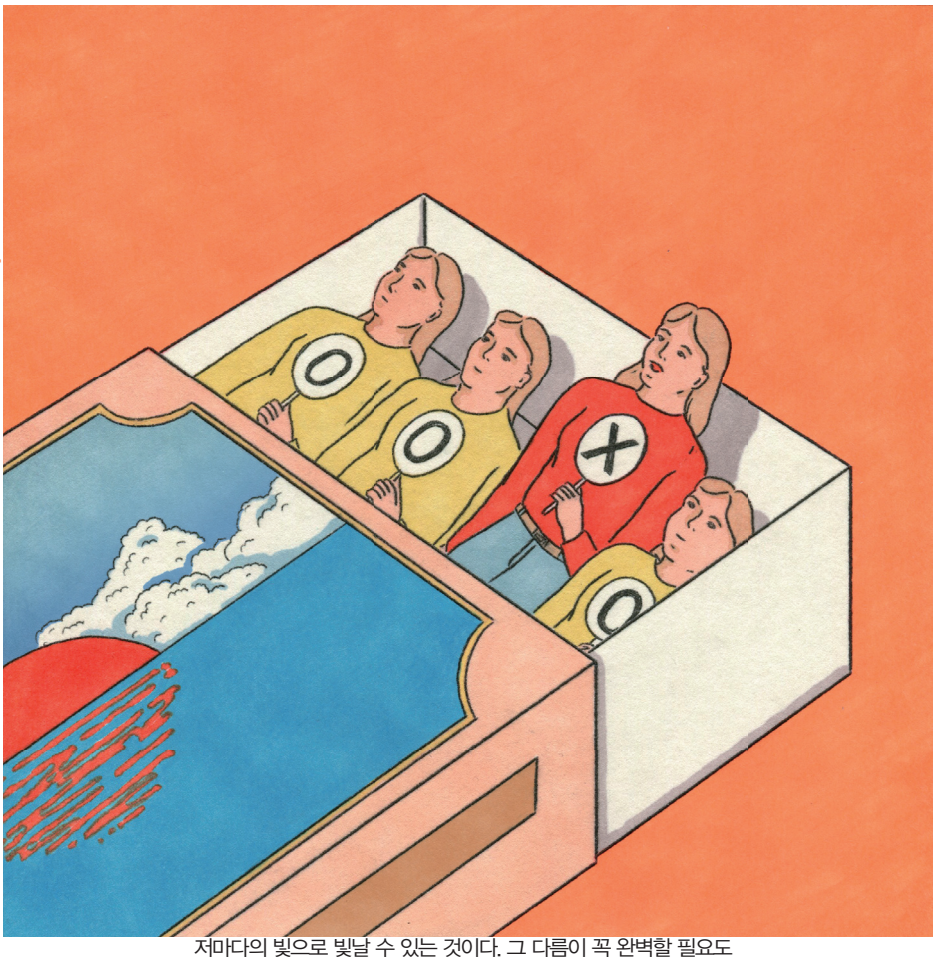
하지만 '(남들과) 다름'이라는 한때 나의 콤플렉스가 지금에 와서는 오히려 작가로서 자유롭게 글을 쓰는 데에 가장 큰 도움을 주는 특장점이 되었다. 사회에서도 '다름'은 그 사람만의 '개성'이라는 이름으로 훨씬 존중받게 되었다. 언뜻 보면, 사람들도 예전에 비해 남들과 다르다는 것을 크게 두려워하지 않게 된 듯하다. 그런데 정말 그럴까? 자세히 들여다보면 그것은 주로 피상적인 차이다. '당찬 자기표현'으로 불리는 것들은 대개 가변적인 일상 탈출이거나, 일시적으로 남들 사이에서 튀는 것을 즐기는 정도에 불과하다.

고등학교 시절까지는 상대적으로 엇비슷한 성향을 가진 주변 친구들과 오랜 시간을 함께 보내게 된다. 특별히 내가 남들과 다름을 의식할 일도 없다. 그러다가 대학이라는 보다 큰 사회에 들어오면, 세상에는 참으로 다양한 사람들이 공존하고 있음을 알게 된다. 저마다 다른 환경과 성장 배경을 가진 사람들이 한자리에서 만나 부대끼게 되는 것이다. 세상 사람들이 다 나처럼 생각하지 않는다는 것도 알게 되고, 처음에는 그 다름에 당혹해할 수도 있다. 그 과정에서 선배들이나 동기들로부터 새로운 것들을 흡수하며, 유연하게 변하거나 더 나은 방향으로 영향을 받는다면 좋은 일이다.

하지만 때로 남들과 다른 생각을 가지고 있기에 주변 사람들과 불화하게 될 수도 있다. 어떤 사람이 주장하는 바를 도저히 내 기준으로는 납득할 수가 없는 경우가 생긴다. 아무리 입장 바꿔서 생각해본들 '이건 좀 아니다'라는 생각이 들면, 주변에 쉽게 순응하지 못하는 내가 괴롭다. 특히 대학이라는 환경은 일견 개인주의적이고 자유로울 것 같지만, 은근히 획일성이나 집단주의를 '커뮤니티'나 '협동 정신'이라는 미명하에 강요하기도 한다.

내가 남들과 다를 때. 내가 가진 생각이 소수의견일 때. 본질적이고, 겉으로 쉽게 드러나지 않는 영역에서 남들과 다르다는 것은 쉽지 않은 문제다. 가령 학생들이 한가득 모인 강의실에서 교수(혹은 선배)가 당연하다는 듯이 이야기하는 어떤 논지를 받아들이지 못할 때, 나는 '찍힘'을 감수하고서라도, 내가 틀렸을 수도 있는 가능성을 안고서라도, 모두가 있는 앞에서 손을 번쩍 들고 정면으로 그 교수(혹은 선배)를 향해 반론을 제기할 수 있을까? 그것은 상상 이상으로 많은 용기를 필요로 할지도 모른다. 그런 피로가 쌓이다 보면, 저들 말대로 혹시 나야말로 틀린/잘못된 생각을 가진 게 아닐까, 라며 스스로를 의심하고 부정하는 일에 직면하게 된다. 마음 편하게 살아가

ILLUSTRATOR 이예원미술



저마다의 빛으로 빛날 수 있는 것이다.

려면 다수 의견에 맞추는 시늉이라도 하는 편이 훨씬 나아 보인다.

하지만 대학생이 된다는 것은—어른으로서의 첫 관문으로—독립된 자아를 형성하는 것이 가장 큰 목적이다. 그리고 어른이 갖춰야 할 대표적인 자질 중 하나는 '스스로에게 진실할 것'이다. 주변과 불화해도 자신의 마음만은 속이지 않도록. 자유라는 것은 그렇게 자신이 품은 생각과 겉으로 드러나는 행동이 모순되지 않은 상태를 말한다.

나는 남들과 다른가? 그 '다름'이 나라는 사람을 설명한다면, 있는 그대로의 나 자신을 인정하고 받아들여야 한다. 물론 말처럼 쉽지만은 않다. '다름'이란 '나다움'을 가지고 있다는 의미인데, '나다움'을 가진다는 것은 그만큼 자신의 소신과 가치관이 단단해야 하기 때문이다.

대학 새내기들에게 가장 하고 싶은 말은 이것이다. 남들과 다르기를 두려워하지 말 것! 남들과 같은 것이 안전할 수는 있다. 하지만 스스로를 속이면서 남들과 같아지려고 하는 것은 자신의 자존감 부족을, 불안정한 자아를, 타인들의 인정으로 채우려는 무모한 시도일 뿐이다. 많은 사람들이 그렇게 생각하니 그게 맞겠지, 라며 너무 쉽게 내면의 목소리를 죽이고 있지는 않은가? 혹시 앞에서 말 못 하는 대신, 온라인 상에서 익명으로 그 좌절된 자아를 폭력적으로 풀어내며 해소하고 있지는 않은가? 자연스럽지 못한 것은 굴절된 자아만을 키울 뿐이다.

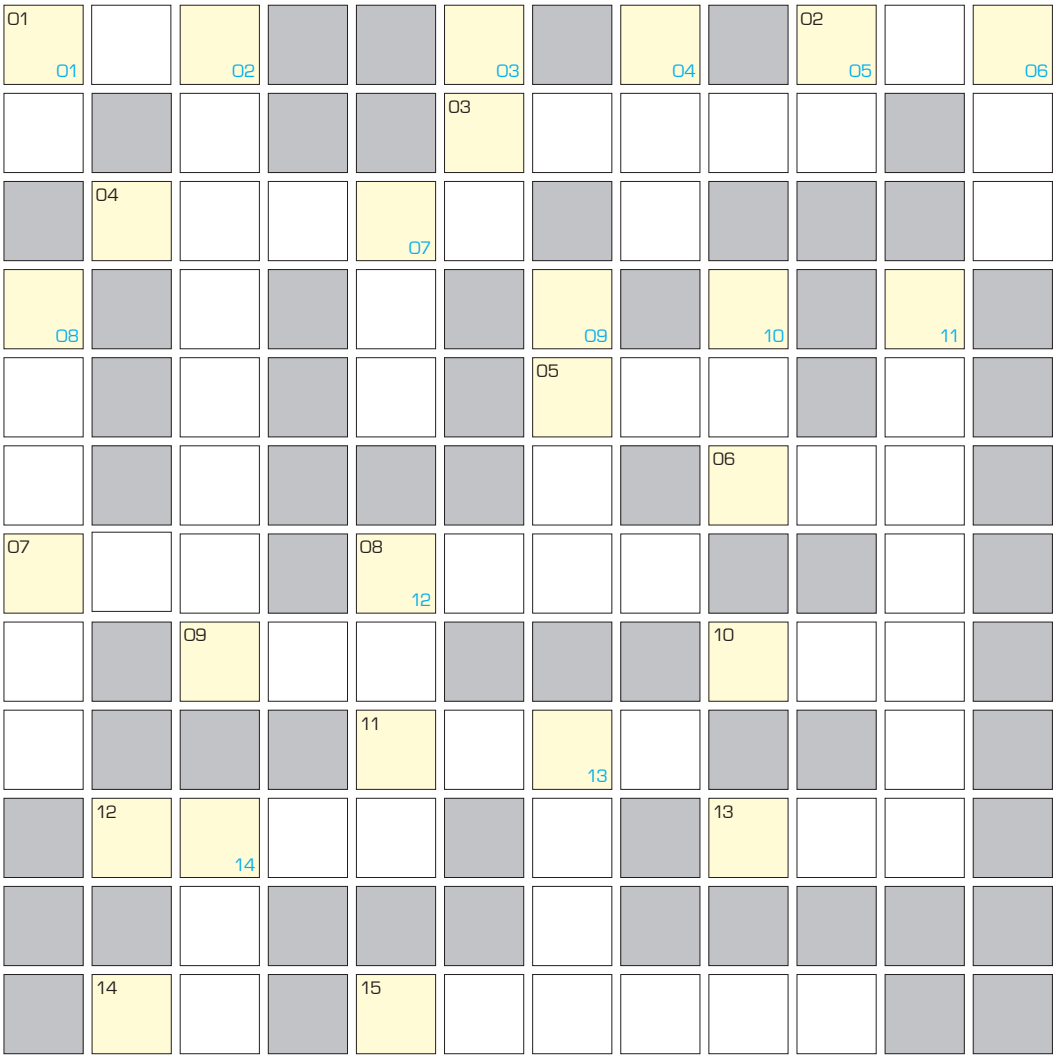
나의 고유한 색채를 스스로가 존중해줄 수 있다면 상대의 다름도 존중할 수 있는 힘과 아량을 가지게 된다. 우리 모두는 서로 다르기에 저마다의 빛으로 빛날 수 있는 것이다. 그 다름이 꼭 완벽할 필요도 없다. 나 자신의 전혀 잘나지 않은, 미흡한 부분들이야말로 스스로를 더 사려 깊게 설명해줄지도 모른다. 내가 사랑하는 것은, 그러한 불완전함 속에서도 열심히 살아낸 인생이 얻게 되는 자연스러운 깨달음이다. '너'와 '내'가 서로의 고유성과 개별성을 인정하고 지켜봐주는 것, 그것이 아름답고 성숙하고 자유로운 대학 생활을 가능하게 하지 않을까.

"넌 그냥 달라." 한때는 나를 외롭게 만든 상처의 말이었지만, 이제는 '다른' 내가 그 누구도 아닌 '있는 그대로의 나'임을 안다. 그간 많은 대학생들이 나에게 개인적인 상담 메일을 보내, 남들과 다른 자신을 두려워하는 마음을 피력해왔다. 모든 형태의 두려움을 극복하는 길은 사실 정면 돌파밖에는 없다. '다름'을 용기 있게 드러내 보이는 것, 생각보다 그것이 힘들지 않음을 경험하는 것, 반대에 부딪히더라도 그 갈등을 스스로 감당해보는 것, 우리는 이런 과정을 거치면서 비로소 어른이 되는 걸지도 모르겠다.

WRITER 임경선 slowgoodbye@naver.com
작가. 『자유로울 것』, 『태도에 관하여』 저자

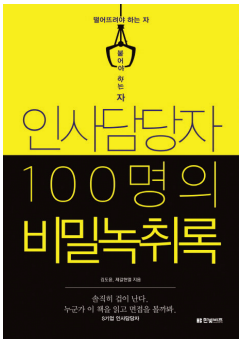
기명균의 낱말퍼즐

현재 당신의 지식 수준은 어느 정도인가요?



WEEKIY

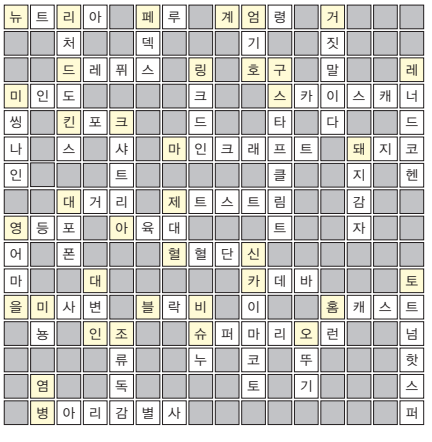
GIFT



퍼즐을 완성해 본인 계정
인스타그램에 올려주세요!

#대학내일
#인사담당자100명의비밀녹취록

세 분을 선정해 국내
기업들의 채용 기준을
파헤친 "인사담당자 100명의
비밀녹취록,(한빛비즈)을
보내드립니다.



정답 호908

가로열쇠

01 올해 연재 20주년을 맞은 일본의 인기 만화 제목이자, 해적왕 로저가 처형당하며 남긴 보물. 주인공인 밀짚모자 루피와 동료들은 이 보물을 찾기 위해 '위대한 항로'에 뛰어든다. 만화가 오다 에이치로는 장편 데뷔작인 이 작품으로 한순간에 '오다신'이 되었고, 2017년 2월 현재 국내엔 83권까지 출간됐다. #고무고무열매 #이글이글열매

02 판결이 확정되기 전, 수사 · 재판 중인 미결수를 수용하는 공간. 현재 최순실, 안종범, 정호성, 김기춘, 조윤선, 장시호 등이 국정농단의 주범 · 공범으로 지목되어 이곳에 수감되어 있다. 피의 사실이 확인되어 판결이 날 경우, 이들은 교도소로 이송된다.



03 매년 첫 보름달이 뜨는 날을 이르는 말로, 명절의 하나. 한자어로는 '상원(上元)'이다. 요즘에 와서는 설날이나 추석만큼 중요하게 여기지 않는 분위기지만, 오곡밥을 지어 먹고 밤 · 호두 · 땅콩 등 부럼을 깨먹는 풍속은 이어지고 있다. #올해는2월11일

04 017년 1월 31일 활동이 종료된 프로젝트 걸그룹. 서바이벌 프로그램 시청자들의 투표로 선발된 11명으로 구성됐다. 짧은 기간 동안 활발히 활동하며 'Dream girls', 'Whatta man', '너무너무너무' 등의 히트곡을 남겼다. #예스알러빗! #idealofidol #101

05 '노동이 있는 민주주의'를 슬로건으로 내걸고 19대 대선 출마를 공식 선언한 정의당 후보. 진보정당 의원으로는 드물게 국회의원에 세 번 당선됐다. 출마 선언 후 첫 노동정책 공약으로 출산휴가 확대, 육아휴직 급여 인상 등이 포함된 '슈퍼우먼 방지법'을 발표했다.

06 2001년 영화 〈번지점프를 하다〉로 데뷔한 남자 배우. 최근 KBS 드라마에서 타이틀 롤을 맡아 코믹 연기를 선보이며 동시간대 시청률 1위를 견인하는 등 전성기를 맞았다. 부드러운 외모와 목소리를 가졌지만 〈비열한 거리〉에서처럼 비열한 악역도 꽤 많이 선보였다.

07 과학기술이 발달하면서 OO에게 일자리를 빼앗긴 인간을 돕기 위해 거두는 세금. 프랑스 대선 후보 브누아 아몽이 공약으로 내세우고 빌 게이츠가 찬성 입장을 밝혔지만 유럽 의회는 반대 결의안을 채택하는 등 찬반 논란이 일고 있다.



08 "내가 왜 7개월 차 부부의 꽁냥꽁냥까지 TV로 봐야 하냐"라고 했지만 설레고 말았다….

09 사실 우리나라 국민들이 누가 구속됐다고 박수 치고 환호하고 그렇게 인정 없는 사람들은 아닌데, 법이 누구에게나 평등하다는 걸 증명하기 위해서라도 이 사람만큼은 꼭 구속되길 바랐고, 그래야만 했고, 2월 17일 드디어 그것이 이뤄졌다!

10 Grand Coalition. 원활한 정책 추진을 위해 의회 내 정당들이 연합 정부를 구성하는 것. 2005년 당시 노무현 대통령이 추진했으나 비판에 부딪혀 무산됐고, 최근엔 대선 후보 안희정이 이것을 주장하며 논란이 되었다.

11 7000여 개의 섬으로 이뤄진 대서양의 바다. 아름다운 자연환경 덕분에 전 세계 사람들이 선택하는 휴양지다. 최근 임기를 마친 오바마 전 대통령이 이곳에서 카이트 서핑 등 수상 스포츠를 즐기는 모습이 공개되기도 했다.



12 "폭죽처럼 터지는 색과 음, 꿈 그리고 사랑. 꿈을 꾸게 만드는 이 영화와 사랑에 빠지지 않을 도리가 없다. 압도적인 에너지의 오프닝부터 심장을 움켜쥐는 엔딩까지 단 한순간도 빼놓지 않고 황홀하게 꿈의 세계로 인도한다. 영화 자체에 대한 헌사이자 사랑과 꿈에 대한 선명한 시." by 이지혜 영화 저널리스트

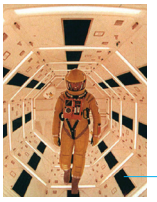
13 고종 32년 백성들에게 내려진, 상투를 자르고 머리를 짧게 깎으라는 명령.

14 지난해 미국의 한 로펌에서 고용한 인공지능 변호사. IBM의 슈퍼컴퓨터 왓슨을 기반으로 만들어진 이 변호사는 엄청난 분량의 문서를 읽고 정리해야 하는 파산 분야 업무를 맡아 훌륭히 해냈다.

15 관세음보살의 자비를 나타내는 주문. 사극에서 궁예가 읊는 장면 덕분에 많이 알려졌다. 정식 명칭은 '육자대명왕진언'으로, 불교에서는 이 주문을 외면 번뇌와 죄악이 사라지고, 온갖 지혜와 공덕을 갖추게 된다고 믿는다.



세로열쇠



01 방 한 칸에 생활에 필요한 최소한의 옵션들이 갖춰진 집을 가리키는 말. 옵션들은 조금씩 다르지만 보통 화장실, 싱크대, 에어컨 등이 기본적으로 설치되어 있으며, 가격이 상대적으로 저렴해 혼자 사는 대학생들이 주로 많이 거주한다. 그러나 이마저도 월세가 많이 올라 최근 〈SBS 뉴스〉에서는 비싼 월세를 겨우 감당하며 살아가는 대학생들을 가리켜 'OO 푸어'라 이름 붙였다.

02 올해로 탄생 100주년을 맞은 SF 작가 아서 C. 클라크의 대표작. 인류 진화에 대한 통찰과 우주를 향한 무한한 상상력을 담아내어 지금까지도 최고의 SF 소설로 손꼽히고 있다. 스탠리 큐브릭 감독은 이 소설을 토대로 SF영화 〈2001 OOOO OOOO〉를 만들기도 했다.

03 껍질만 있고 속에 알맹이가 없는 곡식. 〈무한도전〉에서 정준하가 하하를 이것이라 부르기도 했고, 2007년 6월 2일 자 〈무한도전〉 '비(rain) 특집'에서는 'OOO 뽑기 게임'을 진행했다.

04 그는 군만두를 싫어합니다. 그러나 살기 위해서는 먹어야 합니다. 그는 지금 어딘지도 모를 곳에 감금되어 있습니다. 할 수 있는 일이라곤 TV 보는 일뿐입니다. 어느 날 TV를 통해 아내가 죽었고, 살인범으로 자신이 지목되었음을 알게 됩니다. 그는 누구일까요? "웃어라, 온 세상이 너와 함께 웃을 것이다. 울어라, 너 혼자만 울게 될 것이다."

05 1)백예린의 '우주를 건너'를 작곡한 뮤지션 2)소리를 빽빽 지름, 발을 동동 OO 3)상승한 공기 중의 수증기가 응결되어 물방울을 이루고, 이 물방울과 얼음 입자들이 모여 만들어진 것

06 "연결이 되지 않아 빠– 소리 후 OOO으로 연결되며, 통화료가 부과됩니다."

07 1)제프 베조스가 1994년 시애틀에 설립한 미국 최대의 온라인 쇼핑몰. 인터넷 서점으로 시작했지만 지금은 세계 강자로 군림하고 있는 글로벌 전자상거래 기업이다. 2)세계에서 가장 넓고 가장 다양한 생물이 사는 거대한 열대우림 지역으로, 지구의 심장 혹은 허파라고 불린다. 브라질, 페루, 에콰도르, 콜롬비아 등 남아메리카 9개 나라에 걸쳐져 있으며, 그 면적이 남한 면적의 70배다.

08 독일 나치의 상징으로, 갈고리를 뜻하는 독일어 'OO'과 십자가를 뜻하는 'OOOO'의 합성어다. 불교와 절의 상징으로 쓰이는 '卍'과 헷갈려 하는 사람도 많다. 군국주의를 상징하는 욱일승천기를 지금까지도 자랑스레 사용하는 일본과 달리, 독일은 이 상징물의 사용을 법적으로 금지하고 있다.

09 한번 마음을 먹었다가도 그 결심이 채 사흘을 넘기지 못하고 느슨하게 풀어짐. 만들 O, 마음 O, 석 O, 날 O. #벌써기억도안나는새해목표 #다이어리는1월만빽빽 #헬스장도1월에만바글바글

10 김일성의 손자이자 김정일의 장남이자 김정은의 이복형. 김정일의 첫째 아들이라는 점 때문에 북한의 차기 후계자로 지목된 바 있으나 이복동생들이 태어나고, 어머니 성혜림이 김정일과 멀어지고, 방탕하게 노는 것을 좋아하는 성격 탓에 권력에서 멀어졌다는 관측이 있다. 지난 2월 13일 오전 말레이시아 콸라룸푸르 국제공항에서 살해됐다.

11 1월 말 도널드 트럼프 미국 대통령이 테러를 막겠다는 이유로 리비아, 소말리아, 수단, 시리아, 예멘, 이라크, 이란 7개국 국민의 미국 입국을 가로막는 'OOO OOOO'에 서명했다. 불법 이민자뿐 아니라 합법적인 난민, 해당 국가 출신 영주권자들의 입국조차 거부해 다른 나라들은 물론 미국 국민들에게도 거센 비난을 받았다. #13769

12 (장점) 현금 · 수표를 많이 안 갖고 다녀도 된다. 많이 쓸수록 신용도가 올라가므로 좀 더 좋은 조건으로 대출을 받을 수 있다. 소득공제 혜택을 많이 받을 수 있다. (단점) 지름신을 자주 영접하게 된다. 분실한 뒤 제3자가 습득해 사용할 경우 만족스러운 보상을 받기 위한 절차가 복잡하다. 본인의 지불 능력을 고려하지 않고 사용할 경우 신용불량자가 될 위험이 있다.

13 납작한 직육면체 모양의 초콜릿 케이크. 진한 단맛과 부드러운 식감을 위해서는 초콜릿과 버터, 밀가루 등의 비율이 중요하다.

14 탄력성이 높아 충격을 받아도 원상태로 돌아가려는 성질이 강한 천연 고무. 매트리스, 메모리 폼 베개, 콘돔, 수술장갑 등에 많이 사용된다.

혼밥러의 잠든 미각을 깨워줄 **신박한 맛 편의점 디저트 4선**

수업이나 친구에 얽매이지 않고 편의점에서 자유롭게 배를 채우는 것. 이 땅의 혼밥러들에게 주어진 작은 행복이다. 하지만 맨날 도시락 코너로만 직진하진 않았는지? 혼밥러들의 미각을 깨워줄 편의점 디저트 4가지를 소개한다.



GS리테일 말차 아몬드 초코볼

녹차맛 초코볼

녹차맛 고수들이 좋아할 진짜 녹차맛 초코볼이다. 녹차 특유의 쌉싸래함이 장난 아니다. 안에 든 통아몬드도 건실하다. 아삭아삭 먹다가 금방 한 통을 다 비웠다. 고급스런 맛이지만 10개에 2000원으로 조금 비싸다.

#비쥬얼은녹색메추리알 #엄청녹차 #부자를위한초코볼



서울우유 요미고 요구르트 오리지널

소다맛 요구르트

소다맛 요구르트가 나왔다기에 마셔봤다. 과하게 달지 않으면서도 상쾌한 향. 우리가 흔히 생각하는 그 '소다맛'이다. 기름진 도시락 혹은 컵라면 먹은 후에 어울리겠다. '엽떡'을 먹고 마셨더니 괜찮다. 쥬시쿨의 대항마랄까. 매운 속을 달래는 용도로 유용하겠다. 요구르트 속 유산균은 밥 먹은 후에 들어가야 위에서 죽지 않고 장까지 쑥쑥 내려간다고 한다. 어리다고 대충 먹지 말고 미리미리 몸 생각하시길.

#소다맛요구르트 #매운음식궁합100% #소중한나의내장



롯데 잘 익은 수박바 젤리

수박바맛 젤리

수박 맛이 아니라 수박바 맛이다. 처음 씹으면 인공적인 단 향이 올라오지만 점점 익숙해진다. 수박바의 '녹색 꼬다리 부분' 맛도 분명히 섞여 있다. 블로거들 후기엔 '우웩'이란 의견이 많았으나 내 입맛엔 그렇게 이상하지 않다. 하지만 그냥 수박바를 먹고 싶어졌다.

#호불호갈릴맛 #식감과맛의부조화 #수박바는맛있다



빙그레 고추냉이맛 꽃게랑

와사비맛 꽃게랑

빨강에서 녹색으로 패키지 색상만 바뀌었는데 비쥬얼 압박감이 대단하다. 먹어보니 헉, 코를 톡 쏜다. 와사비 가루를 탈탈 털어 넣었나 보다. 와사비 넣은 과자는 이미 일본에 많다. 와사비와 과자가 그만큼 어울린다는 뜻이다. 은근히 중독성이 있어 자꾸 손이 간다.

#진짜맵다 #맥주안주로딱 #맥주는호가든

EDITOR 이정섭 munchi@univ.me
PHOTOGRAPHER 김준용

대학내일 X 위메프

새 학기 | 5만원대로 낯선 여자 되는 법

새 학기, 그의 관심을 갈취하고 싶다면 낯선 여자가 되자. 익숙한 캠퍼스, 머리카락 한 올 변하지 않은 교수님, 지난 학기 강의실에서 보이던 얼굴들. 익숙하고 지루한 풍경 속 낯선 사람의 등장은 설렘으로 다가온다. 돈이 어디 있냐고? 위메프에선 5만원대로 머리끝부터 발끝까지 바꿀 수 있다. 더 저렴하게 구매할 수 있는 위메프 내 할인쿠폰도 놓치지 말자!





"원래 이렇게 키가 컸나?"

더레이디 여성 구두 17,900원
위메프에서 1682318를 검색하세요!

뒤에 "힐을 신어서 그런가?"라고 물을지도 모른다. 신경 쓸 필요 없다. 당신의 변화는 이미 그의 관심을 갈취하는 중이다. 조금 더 적극적인 관심남이라면 옆에 서서 키를 재보려 할 것이다. 자연스레 머리에 손을 얹는다. 어휴, 그 빤한 속내.



"치마 입은 거 처음 보는 거 같아"

엔비룩 던체스커트 13,900원
위메프에서 1698634를 검색하세요!

"너 오늘 예쁘다"와 똑같은 말이다. 치마 입고 간 날 관심남이 이런 말을 던졌다면, 100퍼센트 관심에서 호감으로 발전하는 중. 대화를 시작하기 위한 그의 노력이 보이지 않는가? 평소 무뚝뚝한 관심남이 용기 내서 건넨 칭찬인 것이다.

"뒤에서 볼 때 딴사람인 줄 알았어"

미장센 퍼펙트 컬러 염색약 묶음 개당 5,450원
위메프에서 1432656를 검색하세요!

익숙한 캠퍼스와 강의실에 낯선 뒷모습은 언제나 시선을 끈다. 그는 당신이 누군지 유심히 관찰하고 있었던 것이다. 평소 친하지 않던 그가 갑자기 말을 건다면, 둘의 관계는 다시 시작된다. 앞모습을 보고 실망한 기색이 역력하다면? 미안하지만 그건 염색약 탓이 아니다.





"향수 뭐 써? 냄새 좋다"

랑방 에끌라 드 아르페쥬 30ml 19,900원
위메프에서 1669532를 검색하세요!

여자 향수 이름을 알아서 뭐하겠는가? 그저 향기가 좋다는 말을 하고 싶었을 뿐이다. 그는 이미 머리끝부터 발끝까지 낯설어진 당신에게 매료됐다. 당신의 변화를 즐기며 새로운 감정으로 관계를 재정립하려 할 것이다.

EDITOR 김준용 dragon@univ.me

지금 바로 위메프에서 **캠퍼스라이프** 를 검색하세요! (PC에서만 검색이 가능합니다.) QR코드 바로 접속!

달달한 내 마음을 티 안 나게 전하는 법



밥도 못 챙겨 먹고 3시간짜리 수업 듣는 너를 위해

강의실

OT 때부터 불안불안했다. 선배들이 수강신청 어떻게 해야 하는지 설명해줄 때 잘 좀 듣지, 뭐가 그리 신이 나는지 옆에 앉은 애들이랑 장난만 치더라. 초딩처럼 헤벌쭉 웃는 모습이 해맑아 보이긴 했지만…. 결국 시간표를 잘 못 짠 너는 매주 화요일마다 점심 먹을 시간도 없이 오전 수업 끝나자마자 허겁지겁 다음 수업 강의실로 뛰어 들어온다. 바쁜 와중에도 꼬박꼬박 비어 있는 내 옆자리에 앉는 건 좋은데, 볼 때마다 너무 안쓰럽다. 뛰어오느라 숨은 차고, 제대로 쉬지도 못한 데다, 점심도 못 먹었잖아. 게다가 이건 3시간짜리 수업이라 버티기 쉽지 않을 텐데. 아니나 다를까 넌 꼬르륵거리는 배만 부여잡고 교수님 말씀은 뒷전이다. 이럴 줄 알고 챙겨온 게 있지. 강의실 앞 정수기에서 받아온 뜨거운 물과 함께 '네스카페 허니골드'를 건넨다. 구세주라도 만난 듯 감동한 표정을 짓는 너. 그러게, 나 아니었으면 어쩔 뻔했어.



과음한 다음 날 꿀물 먹고 싶다고 징징대는 너를 위해

과방

얼마 안 잔 것 같은데 벌써 아침이다. 관자놀이는 지끈거리고 속도 살짝 메스껍다. 억지로 일어나 학교 갈 준비를 한다. 숙취 때문에 몸은 힘들지만 어젯밤 술자리를 떠올리면 기분이 나쁘지만은 않다. 사람들은 너에게 이상형을 물었고 너의 대답은 넌지시 나를 가리키는 것 같았다. 꽤 멀리 떨어져 앉아 있었는데 그 뒤로도 자꾸만 눈이 마주쳤다. 괜히 설렌다. 과방에 모인 사람들은 하나같이 컨디션이 엉망이다. 특히 니가 제일. 아직도 머리가 아프다며 따뜻한 꿀물 한 잔이 그립다고 징징거린다. 선배들이 주는 술을 요령 없이 넙죽넙죽 받아먹었으니 간이 버텨내겠어? 캐비닛에 챙겨둔 '네스카페 허니골드'가 떠올랐다. 아카시아 꿀 분말이 들어 있으니 급한 대로 이거라도 마시면 좀 낫지 않을까 싶어 꺼내줬다. 술 좀 적당히 마셔!

'적당히'는 늘 어렵지만 연애에서는 특히 그렇다.
너무 티 나게 들이대는 것도 상대를 도망가게 하지만, 그렇다고 마음을 꽁꽁 감추고만 있으면 실패할 확률조차 제로다.
특히 표현에 익숙하지 않은 새내기라면 아래의 팁을 참고하자. 힌트는 네스카페 허니골드.

EDITOR 기명균 kikiki@univ.me



밤샘 벼락치기할 때 자꾸 꾸벅꾸벅 조는 너를 위해

도서관

벼락치기는 대학생이 되어도 변함없다. 강의 시간에 분명 들은 내용이고 노트에 직접 필기까지 했는데 시험을 앞두고 다시 보면 새로운 내용. 하는 수 없이 도서관에서 밤을 샌다. 벼락치기를 해야 하는 건 너도 마찬가지. 공부 핑계로 도서관에서 같이 있을 수 있으니 시험 기간이 꼭 그렇게 고통스러운 것만은 아니다. 학식에서 저녁 먹고 나서 몇 시간 바짝 스퍼트를 올려 집중한 것까진 좋았는데, 밤에 배가 고파 치킨을 시켜 먹었던 게 화근이었다. 12시가 넘어가니 졸음이 솔솔 밀려온다. 세수하고 오려고 일어나 옆을 보니, 역시나 너도 꾸벅꾸벅 졸고 있다. 안쓰럽기도 하고, 귀엽기도 하고, 공부할 게 많다던데 걱정되기도 하고. 잠 깨는 데에는 믹스커피만 한 게 없다. '네스카페 허니골드'는 설탕 함량을 30% 줄였다고 하니 치킨 먹으면서 칼로리를 걱정하던 너에게도 큰 부담이 없을 테고. 근데, 혹시 지금 내 꿈 꾸는 건 아니겠지?



소심해서 데이트 신청도 못 하고 속 끓이는 너를 위해

벤치

주위에서 하나둘 커플이 늘어난다. 축하의 말을 건넬 때마다 널 떠올렸다. 아마 너도 그렇겠지. 요즘 들어 연락도 부쩍 많이 주고받게 됐고, 서로를 특별하게 여긴다는 걸 너나 나나 눈치챈 지 오래니까. 우리도 아마 곧 커플이 되어 주변 사람들의 축하를 받을 것이다. 하지만 그 시기를 앞당기고 싶다. 문제는 단둘이 보내는 시간이 너무 부족하다는 점. 가끔 타이밍이 맞을 때 학생식당에서 몇 번 밥 먹은 게 다다. 분위기 좋은 데서 맛있는 것도 먹고, 술 한잔하면서 고민도 나누고, 기다렸던 영화가 개봉하면 팝콘 먹으면서 같이 보고 싶은데. 말 한 마디도 함부로 하지 않는 신중함은 너의 매력이지만 이젠 그 매력을 좀 더 가까이서 느끼고 싶다고! 결국 목마른 사람이 우물을 파기로 한다. 부담스럽지 않게, 학교 벤치에서 '네스카페 허니골드' 한 잔으로 달달하게 시작하는 거야.



대학내일 사칭이 의심되면 꼭 확인하세요!

대학내일과 대학내일 기자, 리포터, 직원을 사칭해 대학생 여러분에게 접근하는 사례가 발생하고 있습니다.
아래와 같은 방법으로 접근할 때 미심쩍은 생각이 들면, 대표전화(02-735-3800)나 메일(univ@univ.me)로 연락하여 꼭 확인하시기 바랍니다.

- ㄴ, 학생리포터나 기자, 에디터라며 인터뷰를 요청해 취재와 관계없는 행위를 하는 경우
- ㄴ, 전화나 메일, 메신저 등으로 대학내일이라며 접근해서 지속적인 연락을 취하는 경우
- ㄴ, 명함이 없다고 하거나 본인의 이름과 직함, 소속팀 등을 명확히 밝히지 않는 경우
- ㄴ, 종교 활동이나 불법 상행위 같은 대학내일과 관계없는 행위를 하는 경우
- ㄴ, 기타 대학내일로 보기에 미심쩍은 활동이나 언행을 하는 경우

최근 몇 달간, 제보를 통해 사칭하는 분들의 이름과 전화번호를 확보했습니다. 친숙한 〈대학내일〉의 이름을 빌려 대학생들에게 피해를 입히는 일이 다시는 없길 바랍니다.

20 대학내일 × WEEKLY OUTCAMPUS

01

씽굿

외식문화 선진화 캠페인
콘텐츠 공모전

02

극단 돼지

연극
〈오백에 삼십〉

03

하이트진로

하이트진로 서포터즈
'하이프렌즈' 2기
(인천 · 경기 지역)



여러분께 독자 선물을 드립니다

대학내일 매거진을 읽고 좋았던 점과 아쉬웠던 점,
그리고 앞으로 만나고 싶은 기사를 메일로 보내주세요.
소중한 의견을 보내주신 분들 중 매주 5명을 뽑아 1인당 'H.O.P.E 츄어블비타M',
'H.O.P.E 츄어블비타D', 'H.O.P.E 아이시안' 총 3가지 제품을 드립니다.

메일 보낼 곳 readers@univ.me(이름, 주소, 연락처 필수 기재)
당첨자 발표 한문규(8023) No.806 아웃캠퍼스 지면 독자 의견 선정을 축하합니다.

아웃캠퍼스는 대학내일에서 운영하는 대외활동 정보 채널입니다.

내 몸을 생각한 CJ제일제당의 달콤한 디저트! 'H.O.P.E 츄어블비타M'과 'H.O.P.E 츄어블비타D'로 달콤한 기분 전환은 물론 건강도 챙겨보세요.
또 각종 전자기기와 스마트폰의 사용으로 눈이 피로한 당신을 위해 준비했어요. 'H.O.P.E 아이시안'으로 눈을 맑고 생생하게 만들어봐요.

#대학생만을 #위한 #금주의 #꿀정보

EDITOR 박소희 sohee@univ.me



씽굿

외식문화 선진화 캠페인 콘텐츠 공모전

www.fiscontest.com

농림축산문화부에서 외식문화 선진화를 위한 캠페인 콘텐츠 공모전을 개최한다. 이번 공모전은 종업원과 고객 간의 존중을 위한 종업원 호칭 아이디어 부문과 외식문화 공간에서 지켜야 할 에티켓 콘텐츠 부문으로 나누어져 있어. 종업원 호칭 아이디어 부문 최우수상에게는 상장과 100만원을, 에티켓 콘텐츠 부문 대상에게는 상장과 300만원의 상금을 수여한다고 해. 외식문화에 관심 있는 친구들은 홈페이지를 참고해봐.

제출 기한
2017년 3월 15일(수)
문의 사항
공모전 운영사무국 02-334-9044
카카오톡 ID atcontest
시상 내용
종업원 호칭 아이디어 부문:
최우수상 상장 및 100만원(1팀)
우수상 상장 및 50만원(1팀)
장려상 상장 및 30만원(2팀)
에티켓 콘텐츠 부문:
대상 상장 및 300만원(1팀)
최우수상 상장 및 100만원(3팀)
우수상 상장 및 50만원(6팀)
입선 상장 및 기프티콘(25팀)

하이트진로



하이트진로 서포터즈 '하이프렌즈' 2기 (인천 · 경기 지역)

cafe.naver.com/hihitejinro

하이트진로에서 인천 · 경기 지역 서포터즈 '하이프렌즈' 2기를 모집한다. SNS 운영과 온라인 이벤트 기획을 하는 온라인 활동, 축제 및 홍보 활동에 참여하는 오프라인 활동을 진행한다. 우수자는 공채 지원 시 서류전형 1회 면제 기회가 주어진다니 관심 있는 친구들은 홈페이지를 참고해.

마감 기한 2017년 3월 9일(목)
활동 기간 2017년 3월 ~ 12월
문의 사항 email : 113086@hitejinro.com / 010-2782-1374

극단 돼지



연극 〈오백에 삼십〉

www.facebook.com/500E30

연극 〈오백에 삼십〉이 연극의 메카 대학로에서 오픈런 중이야. 모두가 공감할 수 있는 생계 이야기를 담고 있는 이 연극은 보증금 500만원에 월세 30만원인 '돼지빌라'에서 살아가는 청춘들의 모습을 보여주며, 돈도 없고 빽도 없지만 열심히 살아가는 청춘의 자화상을 그리고 있어. 장르는 생계형 코믹 서스펜스. 자세한 내용은 홈페이지를 참고해.

일정 2015년 11월 21일(토) ~ 오픈런
장르 코믹 서스펜스
장소 미마지 아트센터 풀빛극장

HR

더 많은 정보를 원한다면: 아웃캠퍼스 cafe.naver.com/outcampus

기업명	직무	홈페이지	지원 마감	기타
한국국민방송	마케팅 기획, 방송작가, 촬영편집, 아나운서, 쇼호스트, 웹프로그래머, 모바일프로그래머	–	~ 2.28	정규직전환형 인턴
에코마케팅	총무, 사무 담당	echomarketing.co.kr	~ 채용시	월 190만원(고정급)

공모전

주최	공모전명	분야	지원 마감	상금
기상청	제34회 기상기후 사진 공모전	사진	~ 2.28	대상 300만원(1점) / 금상 200만원(1점) / 은상 100만원(1점) / 동상 50만원 (2점) / 입선 10만원(25점)
LG스포츠	제1회 서울 LG트윈스 대학생 마케팅 공모전	마케팅	~ 3.5	대상(1팀) 상장 및 LG전자 상품권 300만원 / 우수상(4팀-분야별) 상장 및 LG전자 상품권 100만원
3M	2017 3M Invent a New Future challenge	Engineering, Science, Sales	~ 3.10	1차 합격자 최종 2인에게 본사 경연 및 투어 기회 제공, 입사 지원 시 서류 전형 합격, 2차 경연 우승 시 3M 글로벌 리더와 멘토링 기회 부여
부산지방기상청	제6회 생기발랄 UCC 공모전	UCC	~ 3.12	대상(1), 최우수상(1), 우수상(2), 장려상(3)
파나소닉	파나소닉 대학생 홍보대사 PR챌린지	마케팅	~ 3.19	대상 1,000만원(1팀) / 최우수상 500만원(1팀) / 우수상 300만원(3팀) / 장려상 200만원(5팀) / 감투상 100만원(2팀 이내)
교보문고 톡소다	SHOW ME THE FANDOM	소설	~3.20	1등(3명) 2,000만원, 2등(3명) 2,000만원, 3등(2명) 1,000만원
푸르덴셜사회공헌재단	푸르덴셜 착한 프로젝트 공모전	마케팅	~ 3.27	공모전 수상 상금 200만원 / 기획안 실행 사업비 최대 1,000만원 / 프로젝트 완료 후 우수활동팀 상금 100만원

대외활동

주최	공모전명	분야	지원 마감	상금
고용노동부, ㈜경일직업능력개발원	킥스 15기	5개월	~ 2.28	수강료 지원
보건복지부 질병관리본부	제7기 결핵 ZERO 대학생 SNS 홍보단	9개월	~ 2.28	위촉장 수여, 활동비 지급
캠퍼스라이프	캠퍼스라이프 대학생 서포터즈	9개월	~ 3.2	수료증 발급
SK하이닉스	영하이라이터 9기	6개월	~ 3.3	기자 실무 교육, 활동비 지급
GS25	Young Marketer 21기	6개월	~ 3.5	우수 활동자 gs리테일 입사 지원 시 혜택 부여
부산어린이어깨동무	부산어린이어깨동무 자원활동가	9개월	~ 3.22	봉사 활동 시간 인정, 활동수료증 발급

강연 / 이벤트

주최	행사명	홈페이지	일정	기타
비전컨설팅	자립의 조건	–	~ 3.2	플래닝과 나만의 스토리 개발
한국무역협회	제35기 무역마스터 과정 교육생 모집	master.tradecampus.com	~ 3.3	무역 및 마케팅 전문지식, 비즈니스 외국어, 인성 및 취업특강 등
국토교통부, 건설기술교육원	플랜트/녹색건축/BIM 전문인력 양성 과정	ha.kicte.or.kr	~ 3.9	국비지원 무료 교육

모든 날이 좋았다

날이 좋아서 날이 좋지 않아서 날이 적당해서 지식향연을 만나고 인문학과 함께한 모든 날이 좋았다.

EDITOR 김민정 dodohanlife@univ.me

지식향연

청년 영웅단 3기
박창현
경북대 영어영문학

'인문학'이 뭔데?

스무 살, 인문대에 입학했지만 인문학을 어렵고 내 삶과 관련 없는 학문이라 생각했어요. 새내기 생활이 익숙해질 무렵 한 선배가 후배들에게 꼭 추천하고 싶은 해외여행 기회가 있다며 우리를 불러 모았죠. 지식향연 청년 영웅단 1기 활동을 수료한 선배였는데, 그랜드 투어를 통해 '살아있는 인문학을 보고, 듣고, 느낄 수 있었다' 던 그 여행담이 제겐 굉장히 신선하고 흥미진진하게 다가왔어요. 때마침 지식향연 대학 강연이 우리 학교에서도 개최된다는 소식을 듣고 이때다 싶어 참석했는데, 아마 그때부터 '아, 인문학이 어쩌면 내 삶과 굉장히 밀접한 걸 수도 있겠다'는 생각이 들었던 것 같아요. 내친김에 온라인 미션에 도전했고 인문학 캠프까지 갔지만 청년 영웅단 최종 선발 과정에서 아쉽게 탈락했어요. 그렇게 그랜드 투어의 꿈은 무산됐지만 인문학에 대한 제 애정은 날로 커졌어요. 짧은 시간이었지만 얻은 게 정말 많았거든요.

젊은이는 왜 '도전'해야 하나요?

한 해 뒤, 다시 봄이 왔고 지식향연도 다시 캠퍼스를 찾아왔어요. 두 번째 도전이 시작됐죠. 온라인 미션을 통과해 다시 찾은 인문학 캠프. 강연과 영상을 보고 역할극을 하는 내내 인생과 진로, 인간관계에 대한 진지한 물음과 답이 오갔어요.

인문학 캠프는 청년 영웅단 선발을 위한 최종 관문이에요. 이 과정을 통해 캠프에 온 100명 중 25명만 청년 영웅단으로 선발돼 그랜드 투어를 떠날 수 있거든요. 그런데도 막상 경쟁에 큰 의미를 두지 않았던 것 같아요. 그때그때 주어지는 주제에 대해 생각하고 질문하는 것만으로도 시간이 모자랄 지경이었거든요. 청년 영웅단 후보들이 모인 자리인 만큼 '도전'에 관한 이야기가 주를 이뤘어요. 그때 제가 연세대학교 김영철 교수님께 했던 질문이 기억나요. "젊은이는 왜 젊다는 이유로 꼭 도전해야 하나요? 도전엔 위험이 따르잖아요. 특별한 도전 없이, 매일 주어진 하루를 열심히 사는 건 의미 없는 일인가요?"

교수님께서 어떤 대답을 해주실까 굉장히 기대했는데 돌아온 건 또 다른 질문이었어요. 반복되는 질의응답 속에서 어느새 질문에 대한 답을 스스로 정리하는 제 자신을 발견했죠. 이렇듯 인문학 캠프에선 인간과 삶에 대한 무수한 질문이 오가지만 누구도 정해진 답을 이야기해주는 일이 없어요. 자신만의 정답을 찾아가는 법, 바로 그걸 배울 수 있다는 게 지식향연 인문학 캠프의 참된 묘미죠.

세상에 숨은 '의미'를 찾아서

결국 청년 영웅단 3기의 주인공이 된 저는 그랜드 투어를 떠나게 됐어요! 영국의 대문호 셰익스피어 서거 400주년을 맞아 떠나게 된 2016 그랜드 투어는 셰익스피어의 4대 비극이 탄생할 수 있었던 역사적 사실이나 배경을 보고, 듣고, 배우는 시간이었어요. 영국과 이탈리아의 주요 도시를 방문하며 그 옛날 셰익스피어가 살았던 인문학적 역사적 시간 속에서 현재까지도 변하지 않고 지속돼온 자유, 정의, 용기, 사랑과 같은 불변의 가치에 대해 사유할 수 있었죠. 실제 셰익스피어의 극이 올랐다는 글로브 극장에서 맥베스 연극을 관람하며 텍스트로 읽었던 작품을 실제 극으로 관람했어요. 배우들의 전 대사를 오롯이 해석할 순 없었지만 극이 주는 분위기와 메시지만은 강렬하게 다가왔던 것 같아요.

가장 기억에 남는 건 영국 이브샴 수도원에서 시몽드 몽포르의 무덤을 방문한 일이에요. 무덤 주위로 빨간 장미와 하얀 장미가 심어져 있었는데 송동훈 선생님께서 그것들이 그들 가문의 상징이라고 설명해 주셨죠. 고작 무덤가에 심은 꽃 하나에도 이런 의미를 부여한다는 사실 자체가 제게는 신선한 충격이었어요. 당시 수첩에 이





지식향연이란?

인간과 문화에 대한 지식과 지혜를 나누고 향유하는 신세계 그룹의 인문학 중흥 프로젝트. 매년 전국에서 열리는 대학 강연을 통해 수준 높은 연사 강연 및 공연을 선보인다. 지식향연 대학 강연에 1회 이상 참가한 대학생에게는 청년 영웅단 지원 자격이 부여되며 선발 시 8월 그랜드 투어, 신세계 그룹 서류전형 및 1차 면접 면제, 가을학기 장학금 등의 특전이 주어진다.
www.ssghero.com





2016 GRAND TOUR IN ENGLAND AND ITALY



런 얘기를 끄적였던 게 기억나요.

"의미란 어느 곳에든 있기 마련이다. 꼭 서거 400주년을 맞지 않았더라도 셰익스피어와 그의 작품이 의미 있는 것이듯. 사는 동안 세상 어느 곳에나 있는 그 의미를 찾고 내 나름의 방식대로 부여하는 것이야말로 정말로 의미 있는 일이 아닐까"

견문을 높이는 것, 내가 겪는 시대적 상황을 보다 긍정적으로 승화할 수 있는 시선을 가진다는 것이 굉장히 중요하단 생각이 들었어요. 영국의 경우, 그런 식의 시선과 의미가 모여 문화를 탄생시켰고, 그것이 현재까지도 경제적 가치를 창출하고 있다는 것을 몸소 느낄 수 있었으니까요.

셰익스피어의 고향인 스프랫포드어폰에이번은 눈부시게 아름다운 자연 경관이 매력적인 곳이었어요. 셰익스피어의 생가 주변은 명성만큼 관광객들이 많이 보이는 관광지였는데 그곳에서 다양한 일을 하는 노인들을 심심찮게 볼 수 있었죠. 문화가 경제적 가치를 창출하고 그로 인해 노인도 보다 활발한 경제 활동을 할 수 있다는 걸 다시 한번 절감했고요.

그에 반해 우리나라의 경우, 비판적 사고에 너무 익숙한 것은 아닌가, 장기적인 경기 침체나 취업난, 높은 자살률에 대해 비판하고 대안을 세우는 것도 중요하지만 우리가 갖고 있는 장점을 찾아 부각하고 발전시키려는 노력을 더 활발히 하는 것이 보다 현실의 문제를 풀어나가는 장기적 대안이 아닌가 하는 생각이 들었어요.

이후 이탈리아에 도착했을 땐 따사로운 날씨가 우리를 반기는 기분이었어요. 베네치아와 베로나를 중심으로 여행했는데 청년 영웅단 친구들과 함께 보낸 자유시간, 구름 한 점 없이 맑은 이탈리아의 하늘과 곤돌라, 소소한 일들로 투닥거린 모든 시간이 좋았어요. 베로나에서 찾은 줄리엣의 무덤과 집. 사실 줄리엣은 셰익스피어의 작품 속에 등장하는 허구의 인물임에도 작품을 토대로 상상력을 발휘해 만들어놓은 그 공간을 보며 다시 한번 감탄했어요. 어떤 친구들은 줄리엣의 창가에 서서 "오, 로미오! 당신은 왜 로미오인가요?"라며 셰익스피어의 작품 속 명대사를 읊기도 했고요. 인문학적 상상력이 어마어마한 부가가치로 이어진다는 걸 확인할 수 있었어요.

여행의 말미에 찾은 베로나에 위치한 아레나 극장. 콜로세움을 연상케 하는 광장에 들어가 수 천명이 함께 〈아이다〉라는 오페라를 봤어요. 이탈리아어로 된 그들의 노래를 명확한 의미로 해석할 순 없었지만 '음악'이라는 예술은 국적도 성별도 인종도 다른 우리를 공감하게 하다는 사실에 전율을 느꼈어요. 밤하늘의 별이 반짝이고 있었고, 이따금씩 불어오는 바람이 너무 좋았고, 우리가 여기 모여 이 문화를 함께 보고, 듣고, 느끼고 있다는 사실이 너무도 감동적이라 그 여운이 아직도 생생하게 남아있어요. 매일이 행복한 나날의 연속이었죠.

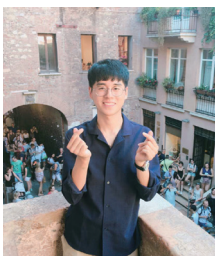
나만의 '우주'를 만드는 일

지식향연을 통해 정말 많은 부분이 변화했어요. 가장 큰 건 지금 내가 살고 있는 현재와 찰나의 순간을 마음껏 즐길 수 있는 여유가 생겼죠. 인문학을 알기 전까지 저는 우리나라 경제가 힘들고 취업도 힘들다고 하니 어떻게든 토익 공부 열심히 하고 학점 잘 따고 대외활동 열심히 해서 스펙 쌓을 생각만 하고 있었으니까요. 그런데 인문학이 제 일상에 들어온 뒤로 소위 '뭣이 중헌지' 알게 됐어요. 제가 무엇을 좋아하고, 무엇을 싫어하는지 제 자신에 대해 알게 됐고 제가 진정으로 추구하는 삶의 가치를 찾을 수 있는 전환점이 된 것 같아요.

지식향연은 제 삶에 있어 하나의 작은 별과 같아요. 지식향연을 기억하겠다는 의미에서, 그랜드 투어 여정이 끝난 뒤 텅 빈 제 방 천장에 작은 야광별 하나를 붙였어요. 지식향연을 통해 얻은 깨달음과 의미들이 제게 있어 무엇과도 견줄 수 없는 큰 가치지만 이번 기회를 계기로 더 많은 별들을 만들어가겠다는 다짐을 했거든요. 그런 가치 있는 경험들이 조용히 저마다의 빛을 내다보면 언젠가 제 삶을 이루는 거대한 우주가 될 거라 믿어요.







개강을 마주하는 자세

봄철 필수 뷰티템, 한율 순수 선크림

학기가 오기 전 장만해야 할 필수 뷰티템은 뭐다? 누가 뭐래도 자외선 차단제다. 쨍하니 내리쬐는 햇볕에, 대륙발 황사로 공기 중 유해 물질이 많은 봄철은 피부 방어력에 각별히 신경 써야 하는 시기이기 때문. 그렇다고 아무거나 바를 수도 없는 법. 무엇을 사야 할지 고민이라면, 순함으로 꽉 채운 한율 순수 선크림이 정답이다.

진짜는 누구나 알아보는 법

한율 순수 선크림이 '진짜'라는 증거 3가지



1. 순해요



소주도 순하게 나오는 세상에 선크림이 순해야 하는 건 당연지사. 미세먼지 등 유해 물질로 연약해진 피부에는 자극이 적은 무기 자외선차단제를 사용해야 한다. 이게 바로 한율 순수 선크림을 사용해야 하는 이유다. 게다가 이 제품은 4가지 피부 관련 테스트(민감성패널테스트, 알러지테스트, 안자극대체테스트, 피부과테스트)를 모두 통과하기까지 했다. 과연 순함의 끝판왕이라 해도 과언이 아니니, 온 가족과 함께 쓰는 것을 추천한다.



2. 편안해요



촉촉하다고 해서 번들댈 거라 생각하면 (경기도) 오산. 사실 무기 자외선 차단제는 자극이 적다는 장점이 있지만 특유의 번들거림과 하얗게 뜨는 백탁 현상을 가진다. 하지만 한율 순수 선크림은 이러한 번들거림과 백탁 현상마저도 적어, 데일리로 사용하기에 더할 나위 없이 좋다. 게다가 피부에 빠르게 스며들어 뽀송하기까지 하니, 피부 톤이 예뻐 보이는 것은 덤이다.

3. 이로워요



한율의 순수 선크림은 느릅나무 성분을 주원료로 사용했다. 웨잇! '왓츠 느릅나무 성분?'이라며 조금 생소하게 여길 수 있는 이들에게 친히 설명하자면 이 성분은 피부에 수분을 공급하고 피부를 진정시키는 효과를 가지고 있다. 즉, 한율 순수 선크림을 바르면 연약한 피부를 효과적으로 케어할 수 있다는 얘기다.

EDITOR 김예림 yearim@univ.me | Illustrator Eunky.H

DAILY-C 레몬 1000C+

나른하고 피로한 새 학기엔 레몬 비타민 한 병이면 개이득!

EDITOR 김민정 dodohanlife@univ.me **ILLUSTRATOR** 윤혜진

BACKGROUND



가볍게 하루 한 병으로 상큼한 비타민C를
충전할 수 있는 레몬 비타민 함유 음료

FRESH LEMONS

비타민C가 풍부해 감기를 예방하고
피로회복을 도우며 환절기 피부 트러블에
효과적인 인생 과일

SWEET HONEY

스트레스 해소에 탁월하며 불면증에 특효약!
각종 비타민과 미네랄, 엽산을 함유한 만능 꿀,
아카시아 벌꿀♥

RECOMMEND

상큼치 못한 아우라로 캠퍼스를 누비는
복학생과 투명한 유리 병처럼 깨끗하고 맑은
아기 피부로 회귀하고픈 여대생

POWER UP

하루 한 병이면 내 몸에 개이득!

01 — 나른한 몸의 기운을 활력 있게 바꿔줄 상큼한 '레몬 과즙'

02 — 새 학기의 피로 타파를 위한 필수템, '비타민C 1,000mg'

03 — 노랑 노랑한 리얼 비타민을 눈으로 확인할 수 있는 투명한 유리병



CONTAIN

DAILY-C 레몬 1000C+

1병(140ml)





= 레몬 32개

= 비타민C 1000mg

DAILY VITAMIN GUIDE

한국인 1일 영양섭취 기준 하루 '비타민' 권장량 100mg
20세 이상 성인의 경우 최대 2,000mg까지 섭취 가능

Editor's Pick!

다시, 새 학기다! 새 마음 새 뜻으로 찾은 캠퍼스에서 올봄엔 상큼 발랄하게 살아보자며 결의에 찬 마음과 달리 몸은 노곤하기만 하다. 제아무리 돌도 씹어먹는 청춘이라지만 환절기 앞엔 장사 없기 때문! 아무리 좋은 비비크림을 발라도 푸석푸석 화장이 뜨는 기분이 들 때, 수업 잘 듣고도 집에 가는 길이면 스멀스멀 감기 기운이 몰려오는 기분이 들 때! 이럴 때 필요한 게 바로 비타민C다. 비타민C는 우리 몸의 면역력 강화와 피로 해소에 도움을 주는 중요한 성분이지만 몸에서 스스로 만들 수 없기 때문에 식품을 통해 섭취해야 한다.

하지만 하루에 필요한 비타민 권장량을 오롯이 식품으로 섭취하는 건 무리데스다. 과일 중 비타민C가 가장 풍부하게 함유된 레몬으로 하루 평균 권장량을 섭취한다 해도 매일 시다 못해 쓰기까지 한 레몬을 4~5개씩 먹어야 하니 말이다. 그런 의미에서 DAILY-C 레몬 1000C+는 새 학기 시작으로 '급' 피곤한 대학생에게 권장하고픈 개강 필수템. 하루 한 병이면 상큼하고 진한 레몬과즙 속에 든 1,000mg의 비타민을 아카시아 벌꿀과 함께 달콤한 맛으로 섭취할 수 있으니 말이다. 이제 환절기 피로는 노랑 노랑 상큼한 꿀 레몬 비타민 한 병으로 손쉽게 날리자!

기쁨과 슬픔

페이크 비관주의자

사 이 의

무슨 일을 시작할 때 최악의 상황부터 생각하는 사람들이 있다. 처할 수 있는 가장 최악의 바닥을 상상한다. 그리고 그때 느낄 힘든 감정과 결과들을 시뮬레이션 하는 것이다. 그러면 실제로 그 상황이 닥쳤을 때도 조금 더 초연하게 대처할 수 있다고 믿는다. 시도하기도 전에 실패를 먼저 가정하다니, 매우 극단적 비관주의자처럼 비치기도 한다. 하지만 실은 삶에 대한 애착이 너무 강한 나머지 마음에 작은 흡집이 나는 것조차 두려운, 누구보다 낙관을 희망하는 '페이크 비관주의자'이다. 나는 이런 류의 사람이다.

다니던 직장을 그만두고 교대를 목표로 수능을 준비했다. 준비하면서 가장 힘들었던 것은 뒤늦게 배운 미적분도, 아무리 풀어도 오르지 않는 국어 점수도 아니었다. 그것은 실패 후 찾아올 두려움을 마주하는 일이었다. 이미 사회에서 자리를 잡은 또래 친구들을 보며, 나만 뒤로 가는 것 같은 느낌을 지울 수가 없었다. 겁쟁이 기질이 강해 누구에게도 시험을 준비한다고 말하지 못했다. 실패하면 쪽팔리니까. 돌아갈 자리도 미리 마련해두었다.

연애에서도 마찬가지였다. 이별을 처음 겪은 뒤로는 누구를 만나더라도 항상 헤어짐을 생각하곤 했다. 영원불멸할 것 같았던 사랑이 사소한 말다툼 몇 번에 끝나버리면서 깨달았다. 이별은 예상치 못한 순간에 찾아온다는 것을. 사람에게서 받은 상처의 깊이를 확인하고 나면 그다음의 연애가 두려워진다. 그 뒤론 누구를 만나더라도 일정한 거리를 유지하며 마음의 방어막을 미리 쳐놓거나 이별의 상황을 상상하기도 한다. 혹시 모를 헤어짐을 대비하기 위한 일종의 안전장치이기도 한 셈이다. 비관주의가 항상 나쁜 결과만 가져다주는 것은 아니다. 심리학에서는 이들을 '방어적 비관주의자'라고 부른다. 기대치를 낮춤으로써 나중의 만족감을 최대한도로 느끼려고 하는 것. 걱정 많고 늘 불안한 사람이 두려움을 컨트롤해서 살아가기 위해 쓰는 전략이다. 실패의 타격을 약화시키고, 최악의 결과에 대비할 준비 시간을 주기도 한다. 어쩌면 대책 없는 낙관주의보다도 더 유용한 삶의 태도일지도 모른다.

상처는 기대에서부터 시작한다. 기대하지 않으면 상처받을 일도 줄어든다는 것을, 자라면서 배우게 된다. 세상을 긍정하는 이러한 기대들을 하나씩 접어가면서, 사람들은 '해도 어차피 안 될 거야'라는 말들을 되뇐다. 어릴 적 나는 오아시스와 마릴린 맨슨의 음악에 심취한 아이였다. 그들처럼 작곡을 하며, 기타를 치는 뮤지션이 되고 싶었다. 그래서 기타를 배웠지만 연습을 하면서 깨달았다. '정말로 노력해서 될 수 있는 성질의 것이 아니구나.' 어중간한 재능이라도 있었으면 발악이라도 해봤겠지만, 불행인지 다행인지 나에겐 조금의 가능성도 없었기에 쉽게 꿈을 단념할 수 있었다.

이쯤 되면 비관주의 찬양론으로 마무리를 해야겠지만 그렇지는 않다. 분명 비관주의가 주는 장점들이 있겠지만, 그럼에도 불구하고 중요한 것은 우리 마음 한구석 어딘가에는 꼭 긍정의 마음이 살아 있어야 한다는 것이다. 세상은 긍정주의자들에 의해 변화한다. 시도해도 어차피 안 될 것 같은 일들에 도전하고, 깨지고 부서지는 과정 속에서 세상은 조금씩 나아져 간다. 시니컬한 태도는 실패를 대비하고 상처에 대한 충격을 약화시켜주긴 하지만 세상을 바꾸고 앞으로 나아갈 동력을 갖진 못한다.

체 게바라가 했던 말, "우리 모두 리얼리스트가 되자. 그러나 가슴 속엔 불가능한 꿈을 지녀라"는 말처럼 우리에게 진정으로 필요한 것은 대책 없는 긍정이나 방어적인 시니컬함이 아닌, 낙관과 비관의 사이에서 적당한 균형을 유지하는 것이다. 삶은 100%의 낙관도 100%의 비관도 존재하지 않는, 그리 간단치 않은 것이기에.

WRITER 정세진 56sj0115@hanmail.net
긍정과 시니컬 사이에서 오늘도 앞으로 나아갑니다.



https://www.samsonitemall.co.kr/gregory

GREGORY



2016 한국경제주관 올해의 브랜드 대상

외국어학원 1위 영단기

토익부터 회화까지
모 — 든 영어
영단기에서 기술로 끝냅시다!



2008년 이후 그웬 수강생 수 집계/2012년 12월 캠퍼스 잡앤조이 기준/정재현의 적중특강 누적 조회수, 스펙업 55만 회원선정 2012 BEST토익강사 1위

이 광고를 본 당신에게만 드리는 특별 혜택!



0원 스타트 Pack 받는 방법!

TBAI-8OCY-GNMP-S8T9

❶ 영단기 홈페이지 로그인을 한다
❷ 로그인 후 회원정보에서 쿠폰등록을 클릭한다.
❸ 해당 PIN번호 16자리를 입력하면 끝!

eng.dangi.co.kr
1600-1517

유의사항 1) 0원 스타트 Pack 쿠폰등록은 3/17일까지 가능합니다.
2) 0원 스타트 Pack은 PIN번호 입력 후 30일간 수강 가능합니다.
3) 신토익 트렌트 리포트는 PDF파일로 제공됩니다.