

일하는 마음도 돌본다: 쿠팡케어센터, ‘일마밸’로 직원 마음건강 지원 강화

2025. 5. 7.



“이분은 겉으로는 다소 산만해 보이지만, 어려운 일에 도전하는 것 자체를 기뻐하는 분이예요. 안됐던 일을 해낸다는 자부심으로 투지를 불태우며 신나게 일하는 스타일이니 일단 믿고 맡겨주세요” 상담심리 전문가의 족집게 같은 솔루션에 같은 직원들은 크게 환호하며 박수쳤습니다.



지난 4월 15일, 보더리스필름 임직원들이 서울 상암동 사무실에서 ‘일마밸’ 워크숍에 참여하는 모습

쿠팡케어센터가 임직원 심신 건강 관리에서 한발 더 나아가, 일하는 마음을 돌보는 프로그램을 기획했습니다. 일명 '일마벨(일과 마음의 밸런스 찾기)' 워크숍입니다. 지난 4월 15일부터 시작해 5월 28일까지 총 11회차로 각 사업장에서 진행합니다. 이번 팀 단위 워크숍은 쿠팡뿐만 아니라 쿠팡풀필먼트서비스, CPLB, 떠나요, 보더리스필름 등 전사 구성원이 대상이었으며, 참여 직원들의 만족도가 높았습니다. 쿠팡 뉴스룸이 그 현장에 함께 했습니다.



지난 4월 24일 서울 잠실사옥, CPLB HR팀 직원들이 '일마벨' 워크숍에 참여하는 모습

EWAT(Enneagram Work Adaptation Test) 업무적응검사를 아시나요? 사람을 9가지 성격으로 분류하는 성격 유형 이론 에니어그램을 통해 개인과 조직의 업무 적응을 살펴보는 검사입니다. EWAT 검사로 ▲업무기질, ▲선호업무, ▲업무스타일, ▲업무갈등의 유형, ▲업무만족도, ▲업무적응유형, ▲업무소진 정도 등 다방면에서 팀을 이해할 수 있습니다.



지난 4월 24일 서울 잠실사옥, 쿠팡 Ads팀 직원들이 '일마벨' 워크숍에 참여하는 모습

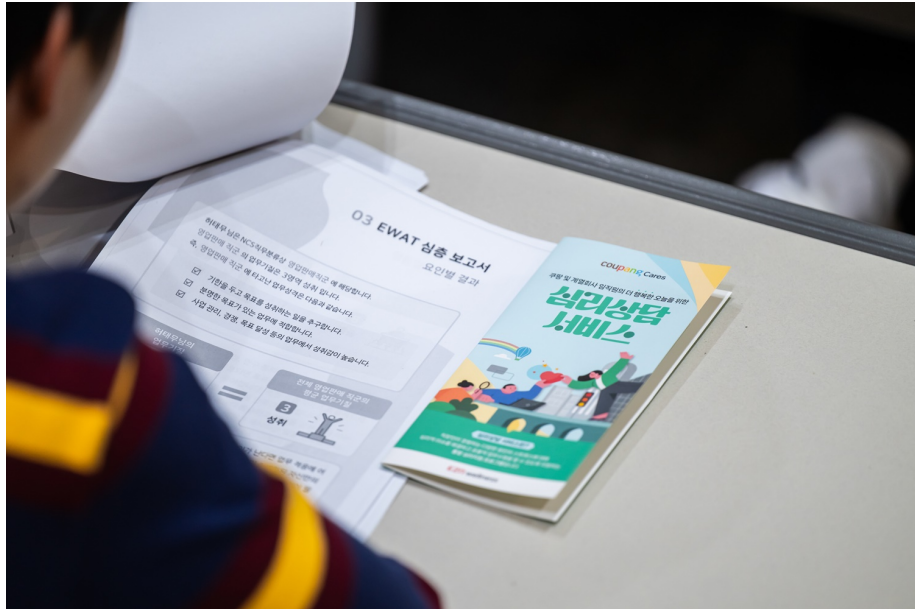
참여자들은 사전에 총 72문항의 업무적응검사를 했고요. 일마벨 워크숍에서 상담심리 전문가와 함께 자신의 기질과 성격에 따른 장단점을 인지하고 동료 갈등 유형사례를 분석하는 시간을 가졌습니다.



“엄청난 에너지로 지치지 않고 열심히 하는 매니저님이 늘 놀라웠는데, 타고난 업무기질과 업무스타일, 선호하는 업무가 그렇다는 검사 결과에 팀 사람들 모두가 그분을 진심으로 이해하게 되었다. 이번 워크숍 프로그램에 팀 모두가 참여하길 정말 잘했다.” 보더 리스필름 아리아 님

“내 업무적 장점이 다른 동료에게도 큰 도움이 되고, 조직에 좋은 영향을 줄 수 있다는 솔루션에 기뻐다. 앞으로 우리 팀이 더 즐겁게 일하고 성장할 수 있을 것이라 생각한다.” 쿠팡 토마스 님

“구성원 각자의 기질을 솔직하게 오픈해 서로를 더 가깝게 이해할 수 있었고, 팀 차원에서 스트레스 예방 전략을 함께 수립할 수 있는 의미 있는 시간이었다.” CPLB 크리스틴 님



‘워라벨’은 물론 ‘일마벨’까지 챙기고 싶은 임직원이라면 누구나 쿠팡케어의 문을 두드릴 수 있습니다. 쿠팡케어센터의 고객은 쿠팡의 모든 임직원입니다.

취재 문의 media@coupang.com