coupang newsroom

[보도자료] 쿠팡, 임직원·가족 위한 정신건강 지원 프로그램 확대 “무료 심리상담부터 스트레스 예방법까지”

2025. 5. 18.

- **전국 1300여개 심리상담실에서 연 12회 무료 상담 올 들어 임직원 가족으로 확대**
- **이달 말까지 ‘일과 마음의 밸런스 찾기 워크숍’ 진행 스트레스 측정기도 도입**
- **“회사의 성장은 곧 직원의 건강에서 시작 사람을 위한 투자 계속할 것”**

2025. 05. 18. 서울 - 쿠팡이 임직원의 정신건강 관리를 도모하는 다양한 건강 지원책을 늘리고 있다. 임직원 대상 심리 상담 프로그램을 강화하는 한편, 올해부턴 임직원 가족들도 무료 상담을 받을 수 있도록 지원을 다각적으로 확대했다.

쿠팡은 사내 건강증진센터인 ‘쿠팡케어센터’를 중심으로 최근 들어 다양한 마음건강 프로그램을 강화하고 있다고 18일 밝혔다. 쿠팡케어센터는 상주 간호사와의 상담을 통해 심신 건강 상태를 확인하고, 1:1 맞춤 상담까지 제공하는 종합 건강관리 공간이다.

먼저 쿠팡은 쿠팡 및 자회사 임직원을 대상으로 이달 말까지 11차례에 걸쳐 ‘일마밸’(일과 마음의 밸런스 찾기) 워크숍을 지난달부터 진행하고 있다. 업무적응검사(EWAT)를 통해 직원 개인의 성향과 업무기질과 만족도, 스타일 등을 분석하고 개인과 조직의 업무 적응을 살펴보는 검사를 실시하는 중이다. 상담심리전문가를 통해 본인의 기질이나 성격·장단점을 파악하고 각종 스트레스 예방법과 업무 솔루션을 받는다. 워크숍에 참여한 씨피엘비(CPLB) 소속의 한 직원은 “구성원 각자의 기질을 솔직하게 오픈해 서로를 더 가깝게 이해할 수 있었고, 팀 차원에서 스트레스 예방 전략을 함께 수립할 수 있는 의미 있는 시간이었다”고 말했다.

특히 올해부터는 임직원 가족도 혜택을 누릴 수 있도록 심리 상담 횟수와 범위를 확대해 진행 중이다. 지난해 체계적인 정신건강 관리를 위한 심리상담 서비스인 EAP(Employee Assistance Program)를 도입한 이후 상담 대상을 늘린 것이다. 쿠팡과 자회사 임직원들이 원하는 지역과 시간에 따라 전국 1300여개 심리상담실을 이용해 연 12회 받을 수 있다. 모든 상담 내용은 철저히 비밀을 보장, 임직원과 가족들이 심리 전문가들과 대면·화상·전화·메신저 등으로 진행한다.

최근엔 스트레스 강도를 측정할 수 있는 스트레스 측정기를 도입하고 맞춤형 상담을 연계하는 프로그램도 시작했다. 새로운 정신건강 분석기를 통해 임직원들은 △스트레스 지수 △번아웃 지수 △무기력 지수 △스트레스 저항도 등 4가지 항목을 측정할 수 있으며, 스트레스 결과가 높게 나올 경우 개인 선택에 따라 심리상담 서비스를 받을 수 있다. 일터와 가정 등에서 받는 스트레스나 불안에 대한 대처나 예방법 등에 대해 언제든 임직원들은 쿠팡케어센터의 전문가와 상의할 수 있게 됐다.

라이언 브라운 쿠팡 환경보건안전부문 총괄 부사장은 “기업의 지속성장에 가장 중요한 가치는 바로 사람”이라며 “앞으로도 쿠팡은 고객의 편리한 일상을 책임지는 쿠팡 임직원들의 심신 건강과 안전을 위한 투자를 지속할 것”이라고 말했다.

취재 문의 media@coupang.com