

[보도자료] 쿠팡, ‘세계 정신건강의 날’ 맞아 임직원 멘탈 웰빙 캠페인 전개

2026. 10. 8.



- CFS·CLS 물류 현장 포함 10월 한 달간 운영 미술 심리검사부터 매니저 소통 워크숍까지

2026. 10. 08. 서울 - 쿠팡이 오는 10월10일 ‘세계 정신건강의 날’을 맞아 한 달간 임직원 마음건강을 위한 ‘World Mental Health Day 2026’ 캠페인을 전개한다.

이번 캠페인은 임직원이 멘탈 웰빙(Mental Wellbeing) 서비스를 직접 경험하고 일상 속 마음건강 관리 방법을 체득하도록 기획됐다. 특히 ‘함께할 때 더 나아진다’는 의미의 ‘better, together’를 슬로건으로 임직원 간 연대와 소통을 강조했다. 쿠팡 오피스는 물론 쿠팡풀필먼트서비스(CFS) 주요 센터와 쿠팡로지스틱스서비스(CLS) 주요 캠프까지 다양한 근무 환경의 임직원이 참여할 수 있도록 운영된다.

프로그램은 주차별 특화 테마로 구성된다. 1주차에는 미술 심리 검사를 활용한 ‘그림으로 만나는 나의 마음’ 등 자기탐색 및 진단 프로그램이 진행된다. 2주차에는 DISC 행동유형검사 및 에니어그램 성격유형검사를 기반으로 자신과 동료 이해하고, 서로의 강점과 다양성을 바탕으로 정서적 지지를 다지는 ‘팀 단위 마음챙김 워크숍’을 선보인다.



이어 3주차에는 쿠팡 주요 오피스에서 동료 간 소속감 강화를 위한 이호선 교수의 명사 특강(‘우리를 더 가깝게 만드는 것’)이 열린다. 이와 함께 ‘심리상담 활용법과 좋은 심리상담사 찾기’ 세션과 매니저를 대상으로 ‘스트레스 관리 및 소통 기술’ 프로그램을 운영한다.

쿠팡케어센터는 캠페인 종료 후에도 심리상담(EAP) 서비스 등 전문 심리 지원 체계와 연계해 지속적인 임직원 케어를 이어갈 방침이다.

쿠팡케어센터 관계자는 “임직원의 신체적 건강뿐만 아니라 건강한 마음 상태를 유지하는 멘탈 웰빙 역시 쿠팡의 중요한 가치”라며 “이번 캠페인이 임직원 스스로 마음을 돌보고 일상 속 자기 관리로 이어지는 계기가 되길 바란다”고 전했다.

취재 문의 media@coupang.com