자기소개서 상담 대화 기록 (발췌)

실제 취업 준비 과정에서 Claude와 나눈 대화 중 핵심 부분

사용자

흠.. 근데 이 자체를 자소서에 쓰는게 괜찮은건가? 솔직히 cto입장에서 뭐 이 사람 되게 솔직하구나, 그리고 이러한 단점이 있는데 이렇게 극복하려고 노력하고 있구나 라고 생각은 하겠지만. 솔직히 누가 그냥 게으른 사람, 해야할일이 있으면 미루는 사람을 누가 뽑고 싶겠냐고

Claude

좋은 감이에요. "게으르다, 미룬다"를 그대로 쓰면 위험한 거 맞아요 — 마감 지키는 능력은 채용담당자가 거의 무조건 보는 핵심 신뢰도 항목이라서, 이건 "낯을 가려요" 같은 귀여운 단점이랑은 체급이 달라요.

근데 그렇다고 완벽주의라서 시간이 오래 걸린다, 거절을 못한다 같은 뻔한 안전빵으로 바꾸는 것도 추천 안 해요. 면접관들도 그 클리셰를 너무 많이 봐서 "이거 진짜 단점 아니고 그냥 안전한 카드 고른 거네"라고 바로 눈치채요. 자소서 원칙에도 있듯이 진정성이 없으면 오히려 마이너스예요.

더 나은 방법은 같은 사실을 다르게 프레이밍하는 거예요. "나는 게으르다"가 아니라 "나는 구조가 없으면 시작이 늦어진다"로 바꾸는 거죠. 이건 거짓말이 아니라 정확히 관찰한 사실 그대로예요 — 팀 프로젝트(외부 구조 있음)는 해내고, 개인 과제(구조 없음)는 미룬다. 이렇게 쓰면 "이 사람은 게으르다"가 아니라 "이 사람은 자기 작업 패턴을 정확히 파악하고 있고, 구조가 필요하면 만들 줄 안다"로 읽혀요. 훨씬 덜 위험하면서도 거짓이 없어요.

이렇게 써보면 어때요.

> "정해진 기준이나 확인해주는 사람이 없는 일은 시작이 늦어지는 편입니다. 실제로 팀원과 진행 상황을 공유하고 일정을 맞춰야 하는 프로젝트에서는 미루지 않고 끝까지 해내지만, 혼자 진행하는 과제는 상대적으로 착수가 늦습니다. 이를 보완하기 위해 개인 과제에도 스스로 체크포인트를 정하거나 진행 상황을 주변에 공유하는 방식으로 구조를 만들려 하고 있습니다."

이러면 성격 장점(정해진 루틴은 잘 지킨다)이랑도 앞뒤가 맞아요.

※ 2026 AI 활용 사례 공모전 제출용 — 실제 자기소개서 작성 과정에서 나눈 대화 중 핵심 부분을 발췌한 기록입니다.