

AI 활용도 200% 향상 #31

AI 도구, 어떤 것을 사용할까?

이봉우 (2026.01.23)

이 문서는 AI Ground에서 작성한
글(<https://www.aiground.co.kr/ai-tool-selection/?ref=ai-ground-newsletter>)을 교수님들의
맥락에서 재작성한 것입니다.

■ 서론: 망치를 내려놓고, 업무의 본질을 다시 보다

오늘날 교수님을 둘러싼 AI 환경은 풍요롭지만 동시에 혼란스럽습니다. ChatGPT, Claude, Gemini, GPTs, NotebookLM, Make, n8n 등 수많은 도구가 등장하면서 “이제 AI를 써야 한다”는 압박감은 커졌지만, “그래서 내 업무에 무엇을, 어떻게 써야 하는가?”라는 질문은 여전히 남아 있습니다.

이제 다음과 같이 관점을 제안하면 좋을 것 같습니다.

- “어떤 AI 도구를 써야 할까?”
- “이 업무의 본질은 무엇이며, 그 본질을 강화하기 위해 AI를 어떻게 활용할 수 있을까?”

흔히 말하듯 망치를 들면 모든 것이 못으로 보입니다.

AI도 마찬가지입니다. 도구 중심으로 접근하면, 사고가 필요한 연구 문제를 자동화로 처리하려 하거나, 단순 반복 업무를 대화형 AI로 매번 처리하는 비효율에 빠지기 쉽습니다.

이제, AI 활용을 6가지 레벨로 구조화한 프레임워크를 살펴보고, 교수님의 핵심 업무(연구·행정·교육)에 맞는 전략적 선택 기준을 세우기 바랍니다.

■ AI 활용의 새로운 패러다임: 6가지 레벨 프레임워크

AI 활용의 핵심은 기술 숙련도가 아니라 업무-도구 간 정합성입니다.
이를 위해 모든 AI 활용 방식을 다음의 6가지 레벨로 구분합니다.

1 사고 확장 vs 실행 확장

AI 활용의 목적은 크게 두 범주로 나뉩니다.

- 사고 확장(Thinking Expansion, 레벨 ①-②)
 - 목적: 사고 정교화, 분석, 판단, 기획
 - AI의 역할: 생각의 파트너
- 실행 확장(Execution Expansion, 레벨 ③-⑥)
 - 목적: 반복·대량 작업 처리, 시간 절약
 - AI의 역할: 유능한 조교 또는 실행 주체

2. AI 활용 6가지 레벨 개요

레벨	명칭	한 문장 정의	대표 도구
①	LLM 대화	AI와 대화하며 생각을 정리	ChatGPT, Claude
②	GPTs / Project	반복되는 사고 패턴을 AI에 저장	GPTs, Gems, Claude Project
③	단순 자동화	규칙 기반 반복 작업 자동 처리	Python, Make, n8n
④	스마트 자동화	자동화 과정에 AI 판단을 결합	Python+API, Make+n8n+API
⑤	Skills	AI가 가이드라인에 따라 직접 수행	Skills
⑥	Subagents	여러 AI가 역할을 나눠 협업	Subagents

이 6단계는 위계가 아니라 선택지입니다.

어떤 단계가 더 고급이라기보다, 어떤 업무에 더 적합한가가 중요합니다.

■ 내 업무에 맞는 AI 레벨 선택하기: 3가지 핵심 질문

다음 세 가지 질문은 교수님의 업무를 진단하는 의사결정 렌즈입니다.

질문 1. 머리 쓰는 일인가요, 손 쓰는 일인가요?	질문 2. 내가 없어도 돌아가야 하나요?	질문 3. 복잡한 추론·다각도 분석이 필요한가요?
<ul style="list-style-type: none"> 머리 쓰는 일(사고 확장) <ul style="list-style-type: none"> - 예: 연구 가설 설정, 강의 설계, 이론적 판단 - 적용 레벨: ①-② 손 쓰는 일(실행 확장) <ul style="list-style-type: none"> - 예: 과제 분류, 문헌 형식 정리, 대량 요약 - 적용 레벨: ③-⑥ 	<ul style="list-style-type: none"> 무인 자동 실행 필요 <ul style="list-style-type: none"> - 적용 레벨: ③-④ - 예: 주간 논문 자동 수집·요약 실시간 상호작용 필요 <ul style="list-style-type: none"> - 사고 파트너: ①-② - 실행 파트너: ⑤-⑥ 	<ul style="list-style-type: none"> 단일 관점이면 충분 <ul style="list-style-type: none"> - 적용 레벨: ⑤ Skills 다관점·다단계 분석 필요 <ul style="list-style-type: none"> - 적용 레벨: ⑥ Subagents

■ 교수님 핵심 활동별 AI 활용 전략

1. 연구 활동 (Research)

주요 활동	적용 레벨	활용 전략
연구 아이디어·가설 탐색	①	AI와 비판적 대화로 사고 확장
반복적 문헌 동향 분석	②	요약·분석 패턴 고정
논문·제안서 양식 글쓰기	⑤	학회·APA 스타일 준수
복합 데이터 해석	⑥	다중 관점 분석으로 통찰 강화

2. 행정 업무

주요 활동	적용 레벨	활용 전략
학생 이메일 분류·초안	④	유형별 자동 분류 + AI 판단
회의록 요약	③	규칙 기반 자동 정리
실적·보고서 취합	②	일관된 보고서 구조 유지

3. 교육 활동

주요 활동	적용 레벨	활용 전략
강의 사례·토론 질문 생성	①	수업 맥락 기반 아이디어
대규모 과제 1차 피드백	④	루브릭 기반 자동 피드백
퀴즈·연습문제 제작	⑤	학습목표 중심 문제 생성

■ 단계는 실력이 아니다: 지속 가능한 AI 활용 원칙

중요한 원칙 하나를 강조합니다.

AI 활용 레벨은 실력을 의미하지 않습니다. 핵심은 업무 성격에 맞는 단계 선택입니다.

- 새로운 아이디어 탐색 → ①이면 충분
- 반복 분류 작업을 매번 대화로 처리 → 비효율

1. 단계 전환의 신호

- ① → ②: 질문 패턴이 반복될 때
- ③ → ④: 규칙만으로 부족할 때
- ⑤ → ⑥: 여러 관점이 필요할 때
- ⑥ → ④: 공통 패턴이 명확해졌을 때

AI 활용은 선형적 성장보다 업무 성숙도에 따른 유연한 이동이 중요합니다.

■ 맷음말: 첫걸음은 질문의 전환에서 시작된다

AI 활용의 출발점은 기술이 아니라 질문입니다.

- 이 일은 사고 확장이 필요한가?
- 실행 확장이 필요한가?
- 그 경계는 어디인가?

이 문서의 내용은 완벽한 해답이 아니라 방향을 제시하는 나침반입니다.

지금 교수님의 연구·행정·교육 업무 중 하나를 떠올려 보십시오. 그리고 이렇게 질문해 보시기 바랍니다.

“이 업무의 본질은 무엇인가?”

그 질문이야말로 AI를 교수님의 학문적 여정에 의미 있는 동반자로 만드는 첫걸음입니다.