

인천광역시 고령사회대응센터 정책연구 2025-5

ISBN 979-11-90449-17-5

인천형 노후준비를 위한 진로교육 프로그램 개발

책임연구원

한미경 인천광역시 고령사회대응센터 연구원

공동연구원

김은경 인하대학교 정치외교학과 초빙교수

목차

요약

제1장 서론

제1절 연구 배경 및 목적	3
제2절 연구 방법 및 절차	5

제2장 노후준비 정의 및 범위

제1절 노후준비지원 개념	9
제2절 노후준비지원 법과 정책	15

제3장 진로교육 정의 및 범위

제1절 진로교육 개념 및 내용	21
제2절 진로교육 법과 정책	29
제3절 노후준비 진로교육의 기본방향	39

제4장 진로교육 프로그램(안)

제1절 프로그램 개발 방향	43
제2절 프로그램(안)	47

제5장 결론 및 한계

제1절 연구결과	67
제2절 연구한계	70

참고문헌	73
------------	----

표 목차

〈표 2-1〉 선행연구 노후준비 정의 종합	10
〈표 3-1〉 노후준비를 위한 진로교육의 목적	22
〈표 3-2〉 노후준비 진로교육의 법적 근거	29
〈표 3-3〉 생애진로개발역량 대영역과 세부 하위영역	36
〈표 3-4〉 노후준비 진로교육의 정책방향	39

그림 목차

〈그림 1-1〉 연구 추진 절차	5
〈그림 3-1〉 생애주기별 진로교육 목표	35
〈그림 3-2〉 「평생학습 진흥방안」의 비전 및 추진과제	38
〈그림 4-1〉 기본교육의 단계별 운영체계	46
〈그림 4-2〉 심화교육의 단계별 운영체계	46

□ 연구 배경 및 목적

- 노후준비는 급속한 고령화와 기대수명 연장, 가족부양기능 약화, 노동시장 불안정 등 구조적 변화로 인해 개인 차원을 넘어 사회적 과제로 인식되고 있음. 공적연금 수급률 확대에도 불구하고 다수 고령자는 경제·건강·정서·사회관계 등 삶의 여러 영역에서 준비 격차를 경험하고 있으며, 이에 따라 노후준비는 재무 중심의 대비를 넘어 건강·관계·여가 등을 포괄하는 통합적 과제로 확장되고 있음. 그러나 정책 현장에서는 여전히 인식 제고 중심의 단편적 교육에 머물러, 비재무 영역을 포함한 체계적·실천적 지원은 충분하지 않은 실정임
- 인천광역시 노후준비 인식 조사 결과에서도 시민들의 건강·재무·일(경력) 영역 준비도가 전반적으로 낮게 나타났으며, 개인 특성에 맞춘 상담형·맞춤형 지원에 대한 요구가 높은 것으로 확인되었음. 이는 노후준비가 단순한 정보 제공이나 인식의 문제가 아니라, 실제 실행으로 이어질 수 있는 교육·상담 기반의 체계적 지원이 필요함을 보여주는 결과라 할 수 있음
- 한편 진로에 대한 인식은 단일 직업 경로를 넘어 생애 전반의 삶의 방향과 정체성을 설계하는 개념으로 확장되고 있으며, 성인 진로교육 또한 생애 단계별 삶의 설계를 지원하는 방향으로 변화하고 있음. 이에 본 연구는 노후준비와 성인 진로교육을 통합적으로 접근하여, 중·장년층의 삶 전반을 포괄하는 인천형 노후준비 진로교육 프로그램의 개발 방향을 제시하고자 함

□ 연구 방법

- 본 연구는 문헌검토를 중심으로 노후준비 및 성인 진로교육의 개념과 구성요소, 정책·제도적 기반을 분석하여 두 영역의 연계 필요성과 교육적 접근 방향을 도출하고, 이를 토대로 인천시 중·장년층을 대상으로 한 적용 가능성과 향후 정책·사업적 활용 방안을 검토하였음

□ 인천형 노후준비를 위한 진로교육 프로그램(안)

1. 프로그램 개발 방향

- 본 프로그램은 중·장년층이 자기이해를 바탕으로 일(경력)·건강·재무·여가·관계 영역을 통합적으로 성찰하고 준비함으로써, 생애전환기에 필요한 역량을 종합적으로 개발하는 것을 목표로 함. 이는 단순한 기술 습득이나 단기적 대비를 넘어, 삶의 의미와 정체성, 관계와 건강, 재무의 균형을 함께 고려하는 통합적 역량강화를 지향함
- 이러한 목표를 달성하기 위해 프로그램은 자기이해 및 정체성 확립, 통합교육을 통한 생애설계 역량 강화, 생애전환기 진로개발 역량 함양이라는 세 가지 핵심 방향으로 구성됨. 특히 자기이해 과정을 통해 삶과 경력을 재구조화함으로써, 이후 진로 설계와 실행 단계에서 지속적인 동기와 명확한 목표 설정이 가능하도록 지원함. 통합교육은 일(경력)·건강·재무·여가·관계 영역을 유기적으로 연계하여 노후준비를 다차원적으로 접근하는 데 초점을 둬. 이를 통해 개인이 안정적인 재정 기반을 마련하고 건강을 유지하는 동시에, 의미 있는 사회적 관계와 여가를 지속할 수 있도록 설계됨. 아울러 진로개발 교육은 퇴직·은퇴 이후의 삶을 보다 적극적으로 설계하고 실천할 수 있도록, 진로설계-관리-전환의 연속적 과정을 중심으로 구성됨. 재취업, 창업, 사회참여 등 다양한 경로를 고려하여 경력 재평가, 합리적 의사결정, 실행 역량 강화를 단계적으로 지원함으로써 생애전환기의 불확실성에 대응할 수 있도록 함
- 이러한 교육 내용은 ‘예비-준비-실행-사후관리’의 단계적 운영체계 안에서 제공되며, 교육 대상자의 건강·재무·관계 등 현재 상태를 진단해 취약 영역을 우선 보완하는 방식으로 운영됨. 교육 이후에도 상담·코칭과의 연계를 통해 학습 성과가 실제 삶의 변화로 이어질 수 있도록 지속적인 성장을 지원함

- 교육 과정은 자기이해 및 정체성 확립 단계를 기반으로 기본교육과 심화교육으로 구분되며, 기본교육에서는 생애 전반에 대한 통합적 이해와 개인별 진로설계를 지원하고, 심화교육에서는 재취업·창업·사회참여 등 진로 실행 중심의 역량 강화를 도모함. 이를 통해 노후준비를 특정 시기의 과제가 아닌 생애 전반에 걸친 연속적 과정으로 확장하고, 중·장년층이 주체적으로 삶을 설계하며 노후를 준비할 수 있도록 지원하는 인천형 노후 준비 진로교육 모델로 기능하고자 함

2. 프로그램(안)

- 프로그램의 세부적인 내용은 본문을 참고하기 바라며, 교육과정별 주요 구성은 다음과 같음
- 먼저 자기진단 프로그램은 생애전환기에 자신의 존재 의미·역할·가치관을 성찰하고 내면화함으로써, 과거 경험과 현재 상황을 통합적으로 이해하고 향후 삶의 방향과 진로를 설계하도록 구성됨. 자기이해 검사, 생애지도 작성, 멘토링 등을 활용한 집중형 교육으로 운영되며, 총 2일(6시간) 과정으로 진행됨. 교육은 예비-준비-실행-사후관리의 단계로 구성되어, 초기 단계에서는 자기이해와 가치·강점 탐색을 통해 생애전환기의 변화를 인식하고 삶 재구성의 필요성을 도출함
- 실행 단계에서는 정체성 확립과 진로설계를 중심으로 역할 전환을 탐색하고, 개인별 진로 목표와 실행계획을 수립하도록 지원함. 교육 종료 후에는 기본 멘토링을 통해 계획의 방향성과 실행 가능성을 점검하며, 희망자에 한해 심화 상담 및 전문가 멘토링을 연계함. 아울러 이후 생애 전반의 통합 이해를 위한 기본교육 등 후속 교육과정으로 자연스럽게 연계될 수 있도록 설계됨
- 기본교육은 단기교육과 장기교육으로 구분되며, 단기 과정은 노후를 앞둔 중·장년층이 생애전환기 시점에서 필요한 준비 요소를 균형 있게 점검할 수 있도록 설계됨. 건강·재무·여가·관계·일(경력) 핵심 영역을 중심으로 1일 4시간의 집중형 교육으로 구성됨. 각 과정은 예비-준비-실행-사후관리의 단계적 구조를 기반으로 하되, 1일 교육 안에서 노후준비에 관한 전반적 이해를 마련하고 건강·재무·여가·관계·일(경력) 핵심 영역을 압축적으로 경험할 수 있도록 설계하였음

- 장기교육 프로그램은 단기교육에서 다룬 건강·재무·여가·관계·일(경력) 5대 핵심 영역을 통합적으로 심화한 8주 과정(총 16시간)으로, '예비-준비-실행-사후관리'의 단계적 구조를 기반으로 설계됨. 초기에는 노후진로와 생애설계에 대한 인식을 제고하고, 이후 건강·재무 관리, 여가·관계 재구조화, 일(경력) 재설계를 중심으로 실행 역량을 강화하도록 구성됨. 교육 과정 전반에 실습, 평가, 상담을 포함하여 개인별 실천전략 수립을 지원하며, 교육 종료 후에는 개별 상담과 전문가 컨설팅, 사후 모니터링을 통해 노후준비가 실제 실행으로 이어질 수 있도록 연계함
- 진로실행교육으로서의 심화교육은 사회참여, 취업교육, 창업교육으로 구분하여 구성되며, 참여자의 희망 진로와 역량 수준에 따라 선택적으로 참여할 수 있도록 설계됨. 사회참여 교육은 참가자가 보유한 삶의 경험과 역량을 사회적 가치로 전환하고, 지역사회에서 수행할 수 있는 역할을 탐색·구체화하는 것을 목표로 8주, 20시간 과정으로 설계됨. 본 과정은 기술 습득 중심 교육이 아니라 사회참여의 의미 이해에서 출발하여 역할 탐색, 지역사회 이해, 참여 설계, 실습 기반 프로젝트 수행으로 이어지는 단계적 흐름을 통해 참여 동기와 실행 기반을 형성하는 데 중점을 둬. 아울러 교육 이후에도 사회참여가 지속될 수 있도록 네트워크 구축과 사후관리(정기 모임, 상담, 추가 참여 연계)를 강화하여, 참가자가 지역사회 내에서 안정적으로 역할을 확장해 나갈 수 있는 기반을 마련하고자 함
- 취업교육은 중장년층 및 은퇴(예정)자를 대상으로 한 진로 실행교육으로, 개인의 생애전환기 상황과 경력 상태를 진단한 뒤 맞춤형 취업 준비를 지원하는 16주(32시간) 과정으로 설계됨. 노후진로 이해와 경력·역량 분석을 바탕으로 진로설계-취업 준비-실행-적응까지 단계적으로 지원하며, 이론 교육뿐 아니라 실무교육, 현장체험, 개별 상담, 모의면접, 멘토링을 포함한 전주기(one-step) 진로지원 체계를 구성함. 특히 직무별 실습 중심 교육과 디지털·소통 역량 강화, 심리관리 및 스트레스 완화 교육을 병행하고, 교육 종료 후에도 맞춤형 취업상담, 정보 연계, 사후 모니터링을 통해 실제 취업과 적응이 지속될 수 있도록 지원함
- 창업교육은 중장년층이 보유한 경험·전문성·사회적 네트워크를 기반으로 창업에 대한 심리적 부담을 완화하고, 실제 창업 실행으로 이어질 수 있도록 지원하는 진로 실행교육으로 설계됨. 16주(32시간) 과정으로 운영되며, 노후준비의 적극적 경로로서 창업을

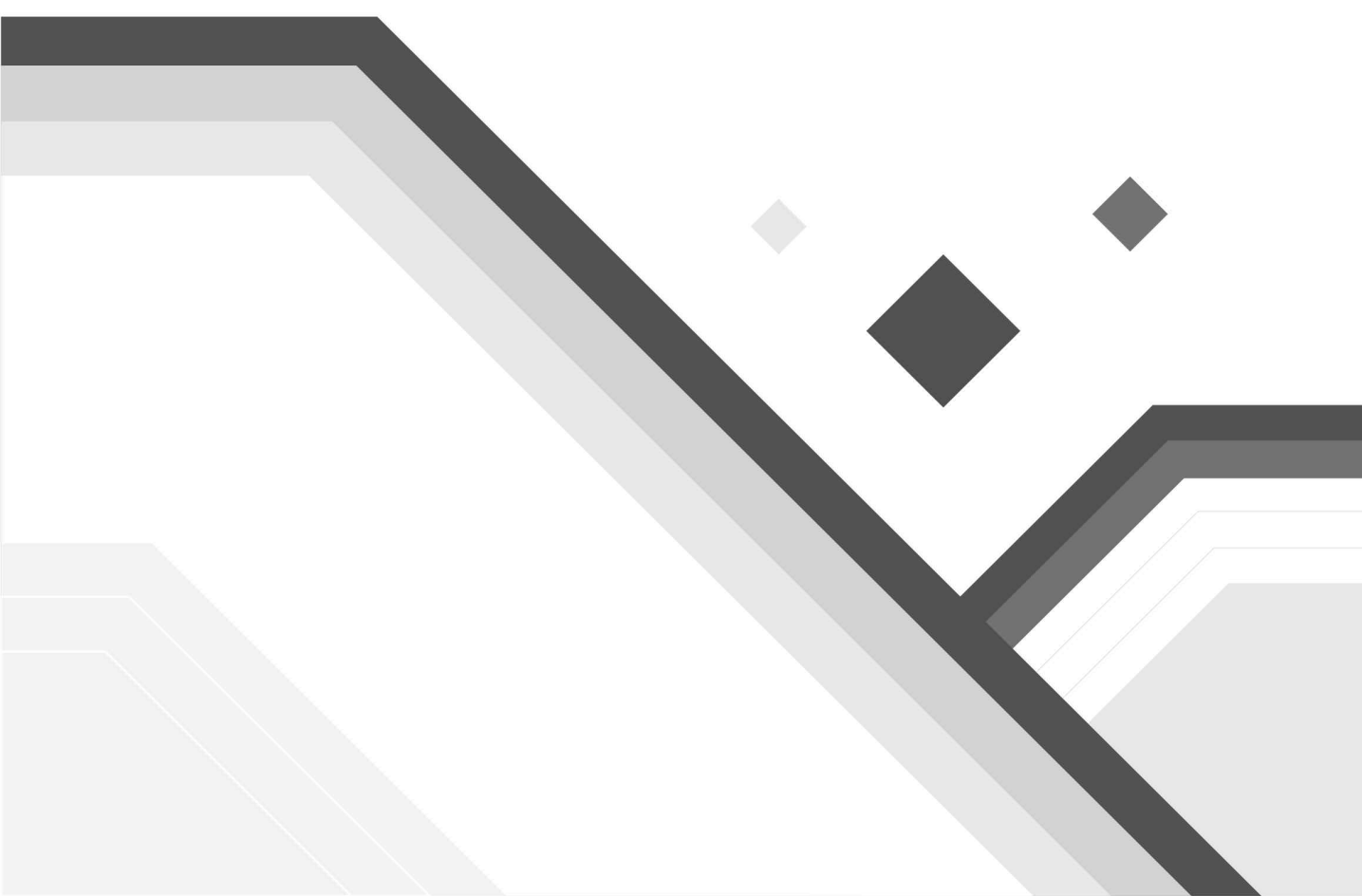
설정하여 경제적 자립과 사회적 참여를 동시에 도모함. 교육은 ‘예비-준비-실행-사후관리’의 흐름 속에서 경력·역량 진단, 창업 동기 및 목표 설정, 시장조사와 아이템 개발, 사업계획 및 비즈니스 모델 설계, 마케팅·법·세무·재무 등 창업 실무, 시제품 제작과 서비스 검증까지 단계적으로 구성됨. 아울러 심리관리 교육, 창업 성공사례 공유, 1:1 전문가 멘토링과 네트워크 구축을 병행하고, 교육 종료 이후에도 지속적인 교류와 후속 지원을 통해 실제 창업 실행과 안정적 정착을 지원하도록 설계됨

1

서론

제1절 연구 배경 및 목적

제2절 연구 방법 및 절차



제1장 서론

제1절 연구 배경 및 목적

1. 연구 배경

- 우리 사회에서 노후준비는 더이상 개인의 문제가 아니라 사회구조적 차원에서 함께 해결해야 할 중요한 사회적 과제로 인식되고 있음. 이는 급속한 고령화와 기대수명 연장, 가족부양기능의 약화, 노동시장의 불안정 등 구조적 요인들이 복합적으로 작용한 결과로 볼 수 있음. 이러한 구조적 변화 속에서 공적연금 수급률은 점차 확대되고 있으나, 여전히 상당수 고령자가 안정적 소득을 확보하지 못하고 있으며, 경제·건강·정서·사회관계 등 삶의 여러 영역에서 준비 격차가 나타나고 있음
- 이에 따라 노후를 '사전에' 대비해야 한다는 사회적 요구가 점차 강화되어 왔으며, 이러한 흐름 속에서 노후준비는 단순한 재정적 대비를 넘어, 건강·관계·여가 등 삶의 다양한 영역을 미리 준비함으로써 노년기의 삶의 질을 높이려는 통합적 과제로 인식되고 있음 (박창제, 2018; 임안나, 2024)
- 그러나 실제 정책 현장에서는 여전히 인식 제고 중심의 단편적 교육에 머물러 있어, 중·장년층이 체계적이고 실질적으로 노후를 준비할 수 있는 교육적 지원체계는 미비한 상황임. 국민연금공단이 운영하는 “노후준비서비스”는 재무·건강·여가·대인관계 등의 영역을 포괄하도록 설계되어 있으나, 실제 운영에서는 재무설계 중심의 상담과 교육이 주를 이루고 있으며, 건강관리나 관계망 유지, 여가활동 등 비재무 영역을 통합적으로 다루는 프로그램은 제한적으로 운영되고 있음(국민연금공단, 2023). 이는 노후준비가 여전히 경제적 대비 중심으로 인식되고 있음을 보여주며, 비재무적 영역을 포함한 종합적 지원체계의 구축이 필요함을 시사하는 것임
- 특히 인천광역시의 경우, 2024년 실시된 “인천시 노후준비 인식과 경험조사” 결과에서 시민들이 ‘건강’, ‘재무’, ‘일(경력)’ 영역의 준비도가 낮은 것으로 나타났으며, 개인 특성

에 맞춘 상담형 맞춤형 지원을 희망하는 응답이 다수를 차지하였음. 이는 단순한 인식 제고를 넘어, 노후준비의 실행력을 높이는 교육·상담 기반의 체계적 지원이 필요함을 시사함

- 한편, ‘진로(career)’에 대한 사회적·교육적 인식 또한 변화하고 있음. 불안정한 노동시장과 잦은 경력 전환이 일상화된 사회에서 진로는 단일 직업의 경로를 넘어, 생애 전반에 걸쳐 자아정체성과 삶의 방향을 설계하는 포괄적 개념으로 확장되고 있음(정진철 외, 2024). 이에 따라 성인 진로교육 역시 단순한 ‘재취업 지원’을 넘어, 고용상태와 무관하게 개인이 스스로 삶의 목표를 탐색하고 생애 각 단계에 필요한 역량을 개발하도록 돕는 방향으로 진화하고 있음
- 이러한 맥락에서 본 연구는 노후준비와 진로교육을 통합적으로 접근하고자 함. 노후준비가 노년기 위험에 대한 사전적 대응이라면, 진로교육은 생애 전반의 방향을 재설계하는 과정이라 할 수 있음. 그렇기에 두 영역의 연계는 중·장년층이 자신의 재무, 건강, 관계, 여가, 경력 등 삶의 여러 측면을 통합적으로 성찰하고, 준비하도록 함으로써 노후준비를 단순히 노년기 시점에서의 삶의 준비에 한정하지 않고, 생애 전반에 걸친 연속적 과정으로 그 개념을 확장한다는 점에서 의미가 있음
- 따라서 본 연구는 노후준비와 성인 진로교육을 연계하여 인천형 노후준비를 위한 진로교육 프로그램을 개발함. 나아가 이러한 연구는 중·장년층이 주체적으로 자신의 삶을 설계하고 노후를 준비할 수 있도록 지원함으로써, 개인의 삶의 질을 향상시키는 동시에 지역사회 차원의 체계적이고 지속 가능한 노후준비지원 기반을 마련하게 한다는 점에서도 의미가 있음

2. 연구 목적

- 본 연구는 급속한 고령화와 노동시장 구조 변화 속에서 중·장년층이 보다 체계적이고 주체적으로 노후를 준비할 수 있도록, 노후준비와 성인 진로교육을 연계한 ‘인천형 노후준비 진로교육 프로그램’을 개발하는 것을 목적으로 함
- 이를 통해 노후준비를 단순한 재정적 대비가 아닌, 생애 전반에 걸친 연속적 자기설계의 과정으로 확장하고자 함. 이것은 개인의 삶의 질 향상과 지역사회 차원의 지속가능한 노후준비지원체계 구축에 기여할 수 있다는 점에서 의미가 있음

제2절 연구 방법 및 절차

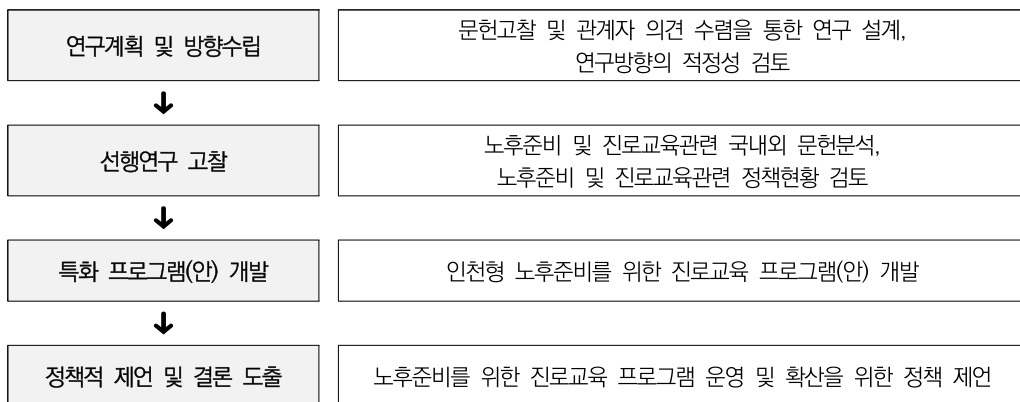
1. 연구 방법

- 본 연구는 문헌검토를 중심으로 노후준비 및 성인 진로교육의 개념과 구성요소, 정책·제도적 기반을 분석하여 두 영역의 연계 필요성과 교육적 접근 방향을 도출하고, 이를 토대로 인천시 중·장년층을 대상으로 한 적용 가능성과 향후 정책·사업적 활용 방안을 검토하였음

2. 연구 절차

- 본 연구의 추진 절차는 아래 <그림 1-1>과 같이 연구계획 및 방향수립, 선행연구 고찰, 국내외 사례 고찰, 특화 프로그램(안) 개발, 정책적 제언 및 결론 도출의 과정을 거쳐 진행되었음

<그림 1-1> 연구 추진 절차



2

노후준비 정의 및 범위

제1절 노후준비지원 개념

제2절 노후준비지원 법과 정책

제2장 노후준비 정의 및 범위

제1절 노후준비지원 개념

1. 노후준비 개념 및 영역

(1) 노후준비 개념

- 노후준비에 대한 정의는 법적, 사전적, 학문적 맥락에 따라 다소 상이하게 사용되고 있으나, 공통적으로는 노년기에 예상되는 다양한 변화를 미리 예측하고 이에 대응하기 위한 사전적 준비과정으로 이해되고 있음. 표준국어대사전에서는 노후준비를 ‘늙은 이후를 미리 대비하는 일’로 정의하고 있으며, 이는 노년기에 직면할 수 있는 위험 요인에 대비해 필요한 자원을 마련하고 삶의 안정성을 유지하려는 행위로 이해됨. 「노후준비지원법」은 이러한 개념을 제도적으로 구체화하여, 노후준비를 “노년기에 발생할 수 있는 빈곤, 질병, 무위, 고독 등에 대하여 사전에 대처하는 것”으로 규정하고 있음. 이는 국가적 차원에서 노년기의 다양한 위험요소를 예방하고, 국민이 건강하고 안정된 노후생활을 영위할 수 있도록 지원하는 것을 법적 목표로 명시한 정의라 할 수 있음
- 이러한 맥락에서 대다수의 연구들은 노후준비를 개인이 노년기에 경험하게 될 다양한 변화와 위험을 인식하고, 이에 능동적으로 대응하기 위한 인지적·행동적 과정으로 정의하고 있음(박창제, 2008; 송기영, 2018; 이영광, 2023). 이를 통해 노후준비가 단순히 은퇴 이후의 재정적 계획에 한정되는 것은 아니며, 신체적 건강 유지, 사회적 관계 형성, 정서적 안정, 삶의 의미 탐색 등 노년기의 삶의 질을 향상시키기 위한 다차원적 실천의 과정을 포괄하는 개념임을 알 수 있음. 즉 노후준비는 생애의 마지막 단계에 대비하는 단일 행위가 아니라, 중년기 이후 전 생애에 걸쳐 지속적으로 수행되는 삶의 관리 과정이라 할 수 있음
- 그렇기에 노후준비의 시점과 대상자에 관하여 노년기에 진입한 이후가 아니라 그 이전 단계 즉 중년기부터 시작되어야 하는 사전적 과정으로 인식됨. 국내 연구들 또한 대체로

40세 이상, 특히 50세 이상 64세 이하의 중장년층을 노후준비의 핵심 대상 집단으로 보고 있음(김미령, 2013;임소현·이영광, 2022). 이 시기는 은퇴를 앞두고 삶의 구조적 변화가 본격화되는 시기이자, 재무·건강·관계·여가 등 다양한 생활 영역을 재조정해야 하는 전환기라는 점에서 사전적 준비가 가장 필요한 시기라 할 수 있음. 특히 베이비붐 세대 이후의 세대는 노동시장 변화, 가족구조의 해체 등 복합적인 사회적 요인 속에서 스스로의 노후를 설계하고 관리해야 하는 주체로서 인식되고 있음

- 따라서 본 연구에서는 노후준비를 단순한 경제적 대비가 아닌, 생애 후반기 삶의 질 향상을 위한 자기관리와 삶의 재설계 과정으로 규정하며, 그 대상 연령을 50세 이상 64세 이하로 설정함. 이는 「노인복지법」에서 65세 이상을 노인으로 규정하고 있어, 본 연구에서는 노년기 진입 이전 단계에 해당하는 중장년층을 주요 대상으로 한정한 결과임. 또한 국내 연구들 또한 대체로 40세 이상, 특히 50세 이상 64세 이하의 중장년층을 노후준비의 핵심 대상 집단으로 제시하고 있다는 점을 고려하여, 본 연구에서는 은퇴 전후로 생애구조의 변화가 집중되는 중·장년기를 노후준비의 실질적 출발점으로 설정하였음

〈표 2-1〉 선행연구 노후준비 정의 종합

선행연구	노후준비 정의	특징
노후준비지원법	노년기에 발생할 수 있는 빈곤, 질병, 무위, 고독 등에 대하여 사전에 대처하는 것	법적 정의, 국가의 예방적 지원 강조
박창제(2008; 2018)	노후에 필요한 자원을 마련하여 성공적인 노후생활을 유지하기 위한 계획과 과정	재무적 대비 중심, 계획·실행 강조
김미령(2013)	노년기에 나타날 변화를 예측하고 문제를 최소화하기 위한 일련의 사전적 준비활동	예방적 복지 관점, 경제적 대비 중심
신진아·전태숙(2016)	노년기에 일어날 수 있는 삶의 다양한 문제에 대해 예측하고 준비하는 활동	노후 문제를 전반적으로 포괄, 사전적 인식과 대비 강조
박세희·강순희(2018)	노년기에 발생할 수 있는 다양한 문제들의 예방과 최소화를 위한 준비	예방 중심 접근
송기영(2018)	노년기에 발생할 문제를 예측하고 대비함으로써 신체적·심리적·사회적 기능을 유지하는 과정	성공적 노화, 전 생애적 관점

선행연구	노후준비 정의	특징
이계상(2018)	노후에 예상되는 다양한 문제를 노년기 이전에 미리 인식하고 대비하는 것	사전적 인식과 실천 강조, 노년기 이전 대비
유재남·박상희 (2023)	노년기의 경제적·정서적·신체적 문제를 예방하고 삶의 만족도를 높이기 위한 통합적 준비과정	통합적·다영역적 개념, 삶의 질 중심
이영광(2023)	행복한 노년기를 위한 인지적·행동적 활동과정으로서, 노후를 사전에 준비·대비하는 행위	인지적·행동적 측면, 사전적 실천
송민혜 외(2023)	노년기에 발생할 수 있는 위험요인(빈곤·질병·무위·고독 등)에 대한 사전적 대비로, 재무·건강·여가·관계·경력 영역을 포괄	'경력(일)' 영역 추가

(2) 노후준비 영역

- 노후준비 영역은 관련 정책과 연구에서 제시하는 구성 방식이 다소 상이하나, 공통적으로 삶의 전반을 포괄하는 다차원적 구조로 구성됨. 노후준비 영역과 관련하여 「노후준비 지원법」은 재무, 건강, 여가, 대인관계의 네 영역을 중심으로 진단·상담·교육·연계 및 사후관리까지 포함하는 서비스 체계를 제시하고 있음. 노후준비와 관련한 연구들 역시 대체로 재무(경제), 신체(건강), 정서·사회, 여가를 주요한 노후준비의 영역으로 제시하고 있으며(채은희, 2019; 강유진, 2005; 김남순, 2009; 김주성·최수일, 2010), 일부 연구는 일·경력을 독립된 영역으로 추가하여 중장년기의 생애전환을 지원할 필요가 있음을 강조하기도 함(송민혜·경정아, 2021; 임소현·이영광, 2022)
- 이와 관련하여 재무(경제) 영역은 가장 일찍부터 주목받아 온 영역으로, 은퇴 이후 소득 감소와 의료·돌봄 지출 증가를 감안해 생애주기 전반에서 자산형성과 소득보전을 계획·이행하는 것을 핵심으로 함. 다수 연구에서 재무적 준비가 삶의 만족과 심리적 안정에 유의하게 연관됨이 확인되었고, 충분치 않은 재무 대비는 노후 불안과 빈곤 위험을 증폭시킬 수 있음이 드러났음(박창제, 2008; 2018). 동시에 노후의 재무 대비는 다른 영역의 준비(건강관리, 사회참여 등)를 가능하게 하는 기반 자원으로 작동한다는 점에서도 그 의미가 있음(김동배 외, 2012)
- 건강(신체) 영역은 질병 위험을 낮추고 기능을 유지·증진하는 생활습관과 예방적 관리 전반을 포함함. 노년기의 건강 저하는 노동·사회활동의 위축과 비용 증가를 동반해 삶 전반에 연쇄적 영향을 주므로, 중·장년기부터의 체계적 건강행동과 만성질환 관리가

중요하다 할 수 있음(Row & Kahn, 1997; 정순돌·김성원, 2013). 정서·사회 영역은 가족·이웃·동료 등과의 지지망 유지, 상실 경험에 대한 적응, 지역사회 참여 등 관계적·정서적 자원을 포함함. 은퇴, 사별, 자녀 독립 등 생애전환기에 나타나는 역할 변화는 고립감과 우울을 초래할 수 있어, 중년기부터의 관계 자본 축적과 사회참여의 일상화가 중요함(최혜련, 2011; 조인화·김영진, 2016). 이에 다수의 연구에 따르면 사회적·정서적 준비 수준이 높을수록 삶의 만족도가 향상되고, 변화에 대한 심리적 스트레스가 완화되며, 이는 궁극적으로 성공적 노화의 핵심 요인으로 작용함이 드러남(진주영·하규수, 2016; 송기영, 2018)

- 여가(학습·자원봉사 포함) 영역은 은퇴 전 형성된 취미·문화·학습 경험을 노년기 삶으로 연계해 일상의 의미와 활력을 확보하는 과정을 뜻함. 여가역량은 관계망 형성, 정신건강 증진, 사회참여 확장과 맞물려 삶의 만족을 유의하게 끌어올릴 수 있다는 점에서 그 의미가 있음. 특히 여가는 단순한 소일이 아니라 생애전환기 삶을 재구성하고 자아정체성을 회복하는 중요한 장으로 기능한다는 점에서 그 의미가 있음(송민혜 외 2023; 강소량·한창목, 2022)
- 일·경력(고용) 영역은 국내 법체계에서 제시하는 기본 네 가지 영역에는 포함되어 있지 않지만, 정책과 연구에서는 중장년기의 핵심 영역으로 점차 확대되고 있음. “신중년 일자리 정책”을 비롯해 재취업·전직지원, 생애경력설계 상담 등 다양한 제도적 장치가 마련되고 있는 것도 이러한 흐름을 반영한 결과라 할 수 있음. 특히 중·장년기는 경제활동의 변화와 은퇴 전환이 교차하는 시기로, 경력의 감속과 전환, 그리고 새로운 생애단계에 맞춘 재설계가 요구되는 중요한 시점이라 할 수 있음
- 그렇기에 노후준비에 있어 일·경력 관리는 단순한 생계유지 수단을 넘어, 경제적 자립과 사회적 정체성 유지를 위한 핵심 기반으로 작동함. 이는 재무·건강·관계·여가 등 다른 영역과의 유기적 연계를 통해 통합적 노후준비 효과를 극대화하는 중요한 핵심요소로 기능한다는 점에서 그 의미가 있음. 특히 중장년기의 경력 전환과 재취업, 사회참여 활동은 개인의 소득 안정뿐 아니라 자아존중감 회복, 사회적 관계망 유지, 정신적 건강 증진에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타나고 있음(임소현·이영광, 2022). 따라서 일·경력 영역에 대한 지원은 단순한 고용정책의 차원을 넘어, 노후의 삶의 질을 향상시키는 통합적 복지 전략의 핵심 요소로서 접근할 필요가 있음

- 이처럼 영역 간 상호의존성은 인천형 노후준비지원 설계에서 핵심적으로 고려되어야 할 요소임. 재무 대비는 건강관리·여가·사회참여의 실행 여력을 높이고, 건강 유지는 경제활동의 지속성과 관계·여가 참여를 뒷받침함. 또한 사회적 지지망과 정서적 안정은 재무·건강 행위의 지속성을 높이며, 일·경력 관리(감속·전환·활동형 은퇴)는 소득과 정체감, 관계망을 동시에 강화함. 따라서 노후준비를 개별 영역 단위로 분절적으로 접근하기보다, 상호 연계된 통합적 관점에서 설계할 필요가 있음. 이는 재무·건강·관계·여가·경력의 각 영역이 상호 보완적으로 작동할 때 비로소 개인의 실질적 노후준비 역량이 강화된다는 점에서도 그 의의가 있음

2. 인천형 노후준비지원 개념 및 범위

- 인천형 노후준비지원은 「노후준비지원법」에서 제시하는 재무·건강·여가·관계의 4대 영역을 기본 구조로 하되, 인천의 중·장년층이 처한 노후준비의 실태와 지역사회 여건을 반영하여 일(경력) 영역을 추가한 개념으로 활용하고자 함. 2024년 실시된 “인천시 노후준비 인식과 경험조사” 결과에 따르면, 시민들이 가장 우선적으로 지원이 필요하다고 응답한 영역은 건강(-52.5점), 재무(-48.4점), 일(경력)(-47.5점) 순으로 나타났음. 특히 건강 영역은 노후준비의 중요도 대비 실제 준비도가 가장 낮은 영역으로, 시작 연령 또한 평균 52.8세로 늦은 편으로 드러남. 또한 시민들은 교육 중심의 지원 형태를 선호하면서도, 재무·건강행태·정신건강·일자리 영역에 대해서는 개인 특성에 기반한 상담형 맞춤형 지원을 희망하는 것으로 조사되었음
- 이러한 결과는 인천형 노후준비지원이 단순한 인식 제고 수준을 넘어, 건강관리 역량 강화와 재무·경력 설계 지원을 핵심으로 하는 실천적 교육체계로 추진될 필요가 있음을 의미하는 것이라 하겠음. 특히 건강은 노후 삶의 질을 결정짓는 중요한 조건이며, 재무와 경력은 그 실행을 가능하게 하는 기반 자원이라는 점에서, 세 영역의 유기적 연계와 균형적 준비가 인천형 노후준비지원의 핵심 방향이 되어야 함
- 따라서 인천형 노후준비지원은 「노후준비지원법」의 4대 기본영역(재무, 건강, 여가, 관계)에 일·경력 영역을 포함한 5대 통합 영역 체계를 기본 틀로 삼고자 함. 또한 인천형 노후준비지원의 주요 대상은 앞서 제시한 바와 같이 50세 이상 64세 이하의 중·장년층으로

설정함. 이는 「노인복지법」에서 65세 이상을 노인으로 규정하고 있는 점을 고려하여, 노년기 진입 이전 단계에서 사전적 준비가 필요한 인구집단을 핵심 대상으로 한정할 결과임

- 노후준비는 노년기에 발생할 수 있는 빈곤·질병·사회적 고립 등의 위험요인을 사전에 예방하고 완화하는 기능을 지니므로, 이미 노년기에 진입한 이후보다 중·장년기부터 체계적으로 준비하는 것이 효과적이라 할 수 있음. 이 시기는 은퇴 전후의 생애전환기이자 재무·건강·관계·경력 등 다양한 영역의 재조정이 집중적으로 이루어지는 시기이므로, 인천형 노후준비 진로교육의 실질적 효과가 가장 크게 발휘될 수 있는 집단이라는 점에서도 상당한 의미가 있을 것으로 판단됨

제2절 노후준비지원 법과 정책

1. 노후준비지원법

- 「노후준비지원법」 제정 이전에는 노후준비지원 정책이 국민연금공단 중심으로 운영되었으며, 가입자와 수급자를 대상으로 한 연금설계 중심의 상담과 진단에 한정되어 있었음. 그러나 급속한 고령화의 진전에 따라 노후준비가 전 국민적 차원의 종합적 과제로 부상하면서, 단순한 재무적 준비를 넘어 건강, 여가, 대인관계 등 비재무적 영역을 포괄하는 종합적 노후준비서비스 체계를 제도화할 필요성이 사회적 의제로 대두되었음(성혜영, 2018; 정경희, 2013)
- 이러한 사회적 요구를 반영하여 2015년에 「노후준비지원법」이 제정·시행되었음. 동법은 국민의 건강하고 안정된 노후생활을 보장하기 위해 노후준비지원에 관한 사항을 법적으로 규정함으로써, 노후준비지원의 법적 추진기반을 마련하였다는 점에서 중요한 의미를 지님. 동법 제2조에서는 ‘노후준비’를 노년기에 발생할 수 있는 빈곤, 질병, 무위, 고독 등에 사전에 대처하기 위한 활동으로 정의하고 있으며, 제3조에서는 국기와 지방자치단체의 책무를 구체적으로 명시하고 있음
- 또한, 제9조와 제10조에서는 중앙·광역·지역 단위의 노후준비지원센터 설치 및 운영 근거를 마련하여, 국가 차원의 체계적이고 지속적인 노후준비지원 인프라 구축을 위한 제도적 기반을 확립하였음. 이들 센터는 진단, 상담, 교육, 관계기관 연계, 사후관리 등 다양한 사업을 수행하며, 지역 특성에 부합하는 노후준비 프로그램을 개발·보급하는 핵심적 거점 역할을 수행하고 있음
- 한편, 제2조에서는 ‘노후준비서비스’를 “재무, 건강, 여가, 대인관계 등 분야별로 노후준비 진단, 상담, 교육, 관계기관 연계 및 사후관리 등을 제공하는 것”으로 정의함으로써, 노후준비의 주요 영역을 명확히 제시하고 있음. 이는 노년기 삶의 질을 결정짓는 요인이 단일한 경제적 요인에 국한되지 않음을 전제로, 삶의 질 향상을 위한 다차원적 준비의 필요성을 반영한 것으로 볼 수 있음(지은정, 2013)
- 예컨대 「노후준비지원법」은 노후를 단순한 ‘삶의 마무리 단계’가 아니라 ‘새로운 생애단계로의 전환기’로 인식하고, 국민 개개인의 생애주기 전반에 걸쳐 주체적으로 노후를

설계하고 준비할 수 있도록 지원하는 제도적 기반을 마련하였다는 점에서 상당한 의의가 있다 하겠음

2. 노후준비 지원 기본계획

- 노후준비 지원계획은 「노후준비지원법」 제5조에 근거하여 국민이 생애 전반에 걸쳐 재무, 건강, 여가, 대인관계 등 다양한 영역에서 노후를 체계적으로 준비할 수 있도록 지원하기 위해 국가가 5년마다 수립·시행하는 법정 중장기 계획임. 「제1차 노후준비지원 기본계획(2016~2020)」은 고령화 사회의 도래에 대응하여 국민이 노후 4품(빈곤·질병·무위·고독)을 예방하고 미리 준비할 수 있도록 지원체계를 마련하는 데 초점을 두었으며, 이를 통해 노후준비지원센터의 제도적 정착과 서비스 제공의 기틀을 마련하였음
- 이어서 수립된 「제2차 노후준비지원 기본계획(2021~2025)」은 ① 노후준비서비스 내실화 및 정책기반 강화, ② 노후준비 인프라 확충 및 법·제도 정비, ③ 노후준비 대상자의 폭넓은 참여를 위한 인식 제고를 주요 추진전략으로 설정함. 동 계획은 지자체 중심의 노후준비서비스 제공 모델 확산을 목표로, 광역·기초자치단체별로 운영 중인 50+재단, 종합사회복지관, 일자리지원센터, 평생교육원 등을 지역노후준비지원센터로 지정하여, 노후준비 홍보·진단·상담·교육 및 지역자원 연계 기능을 수행하도록 하였음
- 이와 함께 중앙-광역-지역센터 간 역할을 명확히 구분하여, 중앙센터는 지표·콘텐츠 개발 및 보급을, 광역센터는 상담인력 교육과 심화상담지원, 협의체 구축을, 지역센터는 지역주민 대상의 진단·기초상담 및 서비스 연계를 담당하도록 기능을 체계화하였음
- 한편, 노후준비지원센터는 공익적 목적의 포괄적 노후준비서비스를 제공하는 핵심 전달체제로, 제2차 기본계획을 기점으로 지자체 중심 구조로 개편되었음. 당초에는 국민연금공단이 지정·운영한 형태가 중심이었으나, 2021년 「노후준비지원법」 개정을 통해 광역 및 지역 단위 센터의 설치·운영 근거가 신설되었음. 이에 따라 중앙노후준비지원센터는 국민연금공단이 운영하고, 광역·지역노후준비지원센터는 지자체 및 민·공공 협력체를 통해 운영될 수 있도록 제도적 기반이 마련되었음. 이러한 전달체계의 다층화는 지역 중심의 맞춤형 노후준비서비스 확산을 위한 기반이 되었으며, 이후 수립되는 제3차 기본계획의 방향 설정에도 중요한 토대가 되었음

- 정부는 초고령사회 진입에 대비하고 국민의 생애주기별 맞춤형 노후준비를 지원하기 위하여 「제3차 노후준비지원 기본계획(2026~2030)」 수립에 착수하였음. 동 계획은 ‘행복한 노후생활 실현’을 비전으로 설정하고, ‘전 세대의 노후준비 참여 확대 및 노후준비서비스 품질 제고’를 정책목표로 제시함. 주요 추진전략으로는 ▲ 노후준비서비스의 보편화 및 접근성 강화 ▲ 생애주기·영역별 맞춤형 서비스 체계 고도화 ▲ 전 세대 인식 제고 및 참여 확대 ▲ 정책기반 고도화 및 성과관리 체계 정비를 제시하였음. 이를 통해 초고령사회에 대응하는 통합적 노후지원체계 구축을 목표로 하고 있음

3. 저출산·고령사회 기본법과 기본계획

- 저출산 및 인구의 고령화가 심화됨에 따라 이에 대응하기 위해 2005년 「저출산고령사회기본법」이 제정되었음. 동 법은 국가의 지속 가능한 발전을 위한 인구 구성의 균형과 질적 향상을 도모하고, 국민이 건강하고 안정된 노후생활을 할 수 있도록 하는 것을 기본이념으로 함. 특히 동 법에서는 고령사회정책에 포함되어야 할 주요 영역으로 고용과 소득보장, 건강증진과 의료제공, 생활환경과 안전보장, 여가문화 및 사회활동의 장려, 평생교육과 정보화, 노후설계, 취약계층노인 지원, 가족관계와 세대 간 이해증진, 경제산업 및 고령친화산업 육성 등 10개 정책영역을 제시하고 있으며, 이는 노년기의 삶을 다차원적으로 지원하기 위한 제도적 틀을 마련한 것이라 할 수 있음
- 이러한 고령사회정책의 10개 영역은 「노후준비지원법」에서 정의한 재무, 건강, 여가, 대인관계 등의 지원 영역과 밀접한 연관성을 지니며, 앞서 본 연구에서 확장적으로 정의한 ‘일·경력’ 영역과도 긴밀히 맞닿아 있음. 예를 들어, 고용과 소득보장은 일할 의욕과 능력이 있는 고령자가 지속적으로 경제활동에 참여할 수 있도록 여건을 조성하고 적합한 일자리를 창출하는 것을 목표로 하는데, 이는 노년기 재무적 안정뿐 아니라 중장년층의 경력관리 및 일·활동 준비와도 직결되는 영역이라 할 수 있음
- 또한 건강증진과 의료제공, 생활환경과 안전보장은 노후기의 신체적·정신적 건강 유지와 일상생활의 지속가능성을 보장하는 영역으로 「노후준비지원법」의 ‘건강’ 영역과 직접적으로 연계됨. 여가문화 및 사회활동의 장려는 평생학습, 자원봉사, 취미활동 등 생산적이고 사회적인 여가를 촉진하는 것으로 ‘여가·취미’ 영역에 대응하며, 가족관계의 유지와

세대 간 이해 증진은 사회적 고립을 예방하고 관계적 안정을 도모하는 측면에서 '관계' 영역과 연결된다고 할 수 있음. 이처럼 법이 제시하는 10개 고령사회정책 영역은 개인의 생애단계 전반에 걸친 '일·경력-재무-건강-관계-여가/취미'의 다차원적 준비 과정과 상호 보완적으로 작동함

- 이러한 연계성을 바탕으로 수립된 「제4차 저출산고령사회기본계획(2021~2025)」은 '건강하고 능동적인 고령사회 구축'을 비전으로 하여, 고령단계의 삶에 필요한 지원체계를 구체화하였음. 특히 노후생활보장, 의료서비스, 돌봄, 주거환경 조성 등 다양한 영역별 정책과제를 통해 노인의 삶의 질을 향상시키는 한편, 일·활동, 건강관리, 사회참여 등 전 생애적 노후준비 지원이 실질적으로 이루어질 수 있도록 방향을 제시하고 있음(보건복지부, 2021)
- 이를 통해 「저출산고령사회기본법」이 제시한 고령사회정책의 10개 영역은 「노후준비 지원법」의 핵심 지원영역인 재무, 건강, 여가, 대인관계에 더해 본 연구에서 제시하는 일·경력의 영역과 구조적으로 맞닿아 있다는 점을 알 수 있음. 이러한 연계성은 노후준비 지원정책이 개별 영역별 접근을 넘어, 생애주기 전반을 포괄하는 통합적 지원체계로 발전할 수 있는 제도적 기반을 마련한다는 점에서 중요한 의미를 지님

3

진로교육 정의 및 범위

제1절 진로교육 개념 및 내용

제2절 진로교육 법과 정책

제3절 시사점

제3장 진로교육 정의 및 범위

제1절 진로교육 개념 및 내용

1. 진로교육 개념

- 진로교육은 개인이 자신의 소질, 적성, 흥미, 가치관 등을 바탕으로 미래의 진로를 탐색하고 설계·준비하도록 돕는 교육임. 「진로교육법」에서는 “국가 및 지방자치단체 등이 학생에게 자신의 소질과 적성을 바탕으로 직업 세계를 이해하고 자신의 진로를 탐색·설계할 수 있도록 학교와 지역사회의 협력을 통하여 진로수업, 진로심리검사, 진로상담, 진로정보 제공, 진로체험, 취업지원 등을 제공하는 활동”(「진로교육법」제2조 1항)으로 정의함. 이처럼 진로교육은 학교 교육의 필수 요소로, 개인이 일하고자 하는 동기과 이유를 갖고 자신의 가능성을 발견하며, 사회적 책임과 행복한 삶을 준비하도록 돕는 것을 목표로 함. 이를 통해 개인은 진로를 주도적으로 개발하고, 변화하는 사회와 노동환경에 능동적으로 적응할 수 있는 역량을 형성함
- 이처럼 진로교육은 학교 교육의 필수 요소로서 개인의 자기이해와 사회적 적응을 돕지만, 그 기능이 학교 교육 단계에만 국한되어 있지는 않음. 진로교육은 단순히 직업 선택을 위한 과정에 그치지 않고 개인의 일과 삶 전반을 조화롭게 구성하며 사회적 역할을 수행할 수 있도록 하는 생애교육의 성격을 지님(문찬주·이재영, 2023). 따라서 진로교육의 핵심은 단순한 ‘직업교육’에 머무르지 않고, 자기이해를 바탕으로 직업세계에 대한 이해, 진로탐색, 설계, 준비에 이르는 일련의 과정을 포괄하는 것임. 이러한 과정은 유년기부터 성인기에 이르기까지 평생에 걸쳐 지속되는 발달적 교육활동으로, 개인이 자신 삶의 방향을 주체적으로 설계하고 발전시켜 나갈 수 있도록 하는 생애주기적 교육과정이라 할 수 있음
- 이러한 관점에서 진로교육은 학령기에 국한되지 않고, 성인기의 다양한 전환기에도 지속되는 평생적 진로개발 과정으로 확장됨. 특히 급속한 사회 변화와 고령화의 진전에

따라, 진로교육은 청소년의 진로탐색을 넘어 성인의 재취업, 경력전환, 은퇴 후 삶의 재설계까지 포괄하는 방향으로 발전해왔음(이재열·문찬주·주인중, 2022). 이에 「평생교육법」 역시 성인의 진로교육을 “자신에게 적합한 직업을 찾고 진로를 인식·탐색·준비·결정 및 관리할 수 있도록 지원하는 교육활동”으로 규정하며, 진로교육의 대상을 전 생애로 확대하고 있음

- 이와 같은 맥락에서 노후준비 진로교육은 인생 후반기를 앞둔 중·장년층이 은퇴 이후의 삶을 스스로 설계하도록 돕는 교육이라 할 수 있음. 이는 단순히 재취업이나 직업 전환만이 아니라, 건강관리, 재무설계, 여가활용, 사회적 관계 형성 등 노후의 삶 전반을 준비하는 포괄적 학습과정으로 이해할 수 있음. 따라서 노후준비 진로교육은 생애전환기라는 중요한 시기를 중심으로, 개인이 변화하는 사회적·경제적 환경에 능동적으로 대응하고 지속 가능한 삶의 질을 유지할 수 있도록 지원하는 교육이라 할 수 있음
- 따라서 노후준비 진로교육은 단순한 직업 준비를 넘어, 삶의 질 향상과 자기실현, 건강한 사회참여 등을 목적으로 하며, 자기이해 및 진로 재설계 역량 강화, 신체적·정신적 건강 유지 및 증진, 경제적 자립과 재무관리 능력 배양, 사회적 참여 및 역할 재정립, 그리고 평생학습과 자기계발 촉진 등을 도모함

〈표 3-1〉 노후준비를 위한 진로교육의 목적

목적	내용	비고
자기이해 및 진로 재설계 역량 강화	·은퇴 전후 자신의 가치관, 흥미, 작성, 경험 등을 재인식하고, 새로운 진로 방향을 설정하며, 삶의 후반기를 주도적으로 설계할 수 있는 능력 증진	일 (경력)
신체적·정신적 건강 유지·증진	·노후 건강관리와 정신건강 증진을 통해 활기차고 활발한 삶을 영위하도록 도움	건강
경제적 자립과 재무관리 능력 배양	·안정적 노후생활을 위해 재무설계, 연금 활용, 자산관리 역량을 강화하여 경제적 독립성을 지원	재무
사회적 참여 및 역할 재정립 지원	·은퇴 후 사회적 고립을 방지하고 자원봉사, 여가, 지역사회 활동 참여를 통해 새로운 사회적 역할을 발견하고 실천하도록 지원	여가· 관계
평생학습과 자기계발 촉진	·변화하는 사회에 능동적으로 대응하며, 지속 가능한 자기계발과 학습을 지원하고 능동적 노후 준비를 도움	

자료: 이영대, 2025; 이재열·문찬주·주인중, 2022 재구성

2. 진로교육의 주요 내용

1) 진로교육의 목표

- 노후준비를 위한 진로교육은 인생 후반기 삶의 만족과 행복을 위한 생애설계이기 때문에 단순한 직무교육이 아니라 삶의 방향과 역할을 재정립하는 것을 목표로 함. 따라서 진로교육의 목표는 은퇴 전후 성인들이 삶의 전환기를 적극적으로 준비하고 건강하고 만족스러운 노후생활을 영위하는데 필요한 핵심역량을 반영할 필요가 있음(이재은, 2023;문찬주·이재영, 2023)
- 그렇기에 노후준비 진로교육은 무엇보다도 퇴직·은퇴 및 생애 전환의 의미를 이해하고 능동적으로 대응할 수 있는 역량을 강화하는 것에 목표를 둬. 특히 은퇴 후 나타날 수 있는 신체적, 심리적, 사회적 변화를 이해하고 이에 체계적으로 대비할 수 있도록 지원함으로써, 개인이 노화와 발달 과정을 수용하며 자신만의 노년기 준비 전략을 수립하도록 돕는 것을 목표로 함
- 노후준비 진로교육의 세부 목표로는 ▲ 자기이해 및 진로 재설계 ▲ 건강·여가재무·능력 습득 ▲ 사회적 관계 및 네트워크 형성 ▲ 평생학습과 자기개발 의지 함양 ▲ 생애 실행계획 수립 및 지속적 자기관리 등임(김병연, 2023;성혜영·김아람, 2017;이병석, 2020;이재열·문찬주·주인중, 2022;이희수·신훈희·채우공, 2024;정진철·이승엽·강민자·김기민, 2024)
 - 자기이해 및 진로 재설계 : 자기진단 도구(커리어앵커, 직업 선호도 검사 등) 능력을 학습하여 안정적으로 노후를 준비함. 은퇴 이후 가능한 진로 방향을 탐색하고 맞춤형 진로 설계 능력을 배양함
 - 건강·여가·재무 능력 습득: 건강관리, 여가활동 설계, 재무관리(연금, 자산관리 등) 능력을 학습하여 안정적 노후를 준비함. 일상생활의 기술과 건강 증진 활동 계획을 수립함
 - 사회적 관계 및 네트워크 형성: 은퇴 후 사회적 고립 방지를 위한 대인관계 기술을 습득하고 사회참여 계획을 수립함. 자원봉사, 지역사회 활동과 연계하여 새로운 역할과 네트워크 형성을 지원함

- 평생학습과 자기개발 의지 함양: 변화하는 사회환경에 적응하기 위해 평생학습 참여 동기를 강화하고 자기주도 학습 역량을 개발함. 새로운 지식과 기술 습득을 위한 계획을 수립하고 실행함
 - 생애 실행계획 수립 및 지속적 자기관리: 은퇴 후 삶의 목표를 구체화한 실행계획을 수립하고 자기관리 전략을 개발함. 진로 목표 달성을 위한 단계별 실천 방안과 문제해결 능력을 강화함
- 한편, 노후준비를 위한 진로교육은 대상별로 중점 목표가 상이함. 현역에 있는 중장년층(50세 이상 64세 이하)은 노동시장에서의 경쟁력 강화와 현실적인 재취업 준비에 중점을 두는 반면, 은퇴자층은 경제적·심리적 안정과 건강한 노후생활을 실현하는 데 초점을 둠(권일진·이광민·황정일·강해정, 2020; 권혁·김지현, 2025; 이소정, 2016)
- 중장년층의 경우 여전히 경제활동 참여 의지가 강하기 때문에 현업 복귀나 창업 준비, 기술 습득에 실질적으로 도움 및 지원을 받기 위한 교육 목표를 세움. 따라서 이들을 대상으로 할 경우 국가공인자격 취득 지원, 취업 전략 수립과 직업능력 등 재취업 준비와 경제활동 유지 및 강화를 중점 목표로 둠
- 은퇴자층은 은퇴 후 삶의 질 향상과 정서적·사회적 안정을 목표로 함. 은퇴자는 경제활동 참여도 중요하지만 이보다 앞서 건강관리, 여가생활, 사회적 네트워크 유지, 재무·연금 관리, 자아 성찰 및 인생 2막 설계 등 전인적 삶의 질을 제고하는 것을 주목적으로 하며 사회공헌과 자기실현을 촉진시킴

2) 진로교육의 내용

- 진로교육의 내용은 단순히 직업 선택이나 기술 습득에 그치지 않고 생애주기 전반에서 개인이 경험하게 되는 다양한 전환과 과제를 이해하고 이에 능동적으로 대응할 수 있도록 돕는 것을 목표로 함. 특히, 중·장년층과 은퇴자를 대상으로 하는 진로교육은 일의 의미 재정립, 생애전환에 대한 심리적·사회적 적응, 신체적·정신적 건강관리, 그리고 삶의 재설계 능력 배양 등을 핵심 내용으로 포함하고 있음. 이는 개인이 퇴직과 은퇴 이후에도 자신에게 적합한 역할과 목표를 새롭게 찾아가며, 지속 가능한 삶의 방향을 구축할 수 있게 한다는 점에서 의미가 있음(서유정·이재열·이운진, 2020; 이병석, 2020; 이희수·신훈희·채우공, 2024)

(1) 은퇴 및 생애전환 이해

- 은퇴 및 생애전환의 이해는 노후준비와 중장년층 교육에서 핵심적인 내용으로, 은퇴를 단순한 직업의 종료가 아닌 새로운 삶의 설계와 전환기를 보는 인식을 심어주는 것에 목적이 있음. 은퇴가 단순한 일자리 상실이 아니라 새로운 인생단계로서의 전환임을 인식하고 은퇴 이후 변화할 신체적, 심리적, 사회적 역할과 환경을 이해함
- 생애전환 과정에서 나타나는 신체적 변화와 심리사회적 변화를 이해하고 노화과정과 건강 변화, 정신적 적응 매커니즘을 학습함. 또한 은퇴 준비의 중요성을 이해하고 재무 계획, 건강관리, 사회적 관계 유지 등 다각적인 준비활동이 필요함을 인식함
- 재취업, 창업, 자원봉사, 여가활동 등 은퇴 후 가능한 다양한 삶의 방식을 소개하고 자신에게 맞는 인생 2막 설계 방향을 탐색함

(2) 일(경력) 영역: 경력 및 진로 재설계

- 경력 및 진로 재설계의 내용은 개인이 경력 단계에서 다음 단계를 자연스럽게 넘어가거나, 새로운 경력을 개척할 때 필요한 전반적인 과정과 전략들이 포함됨. 경력 재설계는 자신만의 경력의 강점을 재발견하고 새롭게 확장하는데 핵심적인 역할을 함
- 진로인식과 직무지식 등 경력 재설계와 관련된 교육을 통해 개인의 직무 능력을 강화하고 진로에 대한 인식을 확대함
- 경력수준을 평가하고 능력을 진단함으로써 직무별, 역량별 현재 수준을 객관적으로 평가하고 핵심역량과 보완해야 할 부분에 대한 인식을 확립함
- 실천가능한 목표와 단계별 계획을 수립하고 자기 주도적 경력관리와 지속적 피드백 수용 체계를 마련함

(3) 건강 영역: 신체적·정신적 건강 유지 및 관리

- 신체적 및 정신적 건강을 유지하고 관리하는 것은 노후준비 진로교육에서 삶의 질을 높이고 활기찬 노년을 설계하는 데 핵심적인 내용임

- 신체적 건강을 유지하고 관리하기 위해 규칙적인 운동과 올바른 식습관 등 생활습관 형성, 만성질환(고혈압, 당뇨 등) 예방과 관리 방법 습득, 정기 건강검진의 중요성과 활용법 안내, 약물 복용, 응급처치 등 능력 강화해 신체적 건강을 유지하고 관리함
- 신체적 건강 못지않게 노후의 정신건강도 중요한 만큼 우울증, 불안 등의 정신건강 문제 예방 교육과 대처법, 명상, 심호흡, 긍정적 사고 등 스트레스 완화 기법 실습, 인지력 유지 및 치매 예방을 위한 뇌 건강 관리법 등을 통해 정신건강을 증진함

(4) 재무 영역: 재무관리 능력 습득

- 노후준비 및 생애설계 진로교육에서 경제적 자립을 확보하기 위한 핵심 요소로 개인이 자신의 재무상황을 이해하고 관리, 계획, 운영할 수 있는 역량을 기르는 것을 내용으로 함. 재무관리 교육은 단순한 금융지식 습득을 넘어 경제적 자기효능감(economic Self-efficacy)을 높이고 은퇴 후 안정된 삶을 설계하는데 초점을 둠
- 인생주기에 맞춘 재무 전략, 은퇴 후 재정관리 등에 대한 이해를 높여 노후 자금을 안정적 확보 방법을 습득함. 국민연금, 기초연금, 주택연금 등 연금 제도의 구성과 활용법도 필수교육 내용임
- 저축과 투자 원칙, 위험관리, 자동저축 시스템 도입과 금융상품(증권 보험 등) 등과 같은 금융생활 및 투자교육을 통해 재무적 자립도를 높임
- 재무 상담을 통해 개인별 재무상태 진단과 구체적인 재무계획 수립을 지원함

(5) 여가 영역: 여가활동 설계

- 여가활동 설계는 은퇴 이후 삶의 질을 높이고 신체적·정신적 활력을 유지하며, 사회적 관계를 확장하기 위한 중요한 생애설계 요소임. 나를 이해하는 단계에서 여가 목표 설정하고 실천계획 및 지속적 실행함으로서 사회참여의 확장 등을 통해 건강하고 의미 있는 삶을 핵심 자기관리 영역임
- 여가의 의미와 중요성을 인식해 단순한 '시간 채우기'가 아닌 자기실현과 행복 증진의 기회로 이해함. 여가활동이 노후의 신체 건강, 정신 안정, 사회적 연대감에 미치는 긍정적

효과를 탐색함. 나아가 개인에게 적합한 여가 유형(휴식형, 학습형, 활동형, 사회참여형 등)을 파악함

- 여가활동을 통해 사회적 관계망을 확장하고 심리적 소속감 및 연대감을 고취해 사회적 관계와 여가 연계의 중요성을 인식함
- 여가활동을 자신의 가치와 삶의 목표와 연결함으로써 삶의 의미를 재발견하고 여가를 통해 자기정체성을 확립하고 인생 2막의 심리적 만족도를 강화함

(6) 관계 영역: 사회적 관계 및 네트워크 형성

- 은퇴 이후 겪을 수 있는 사회적 고립을 예방하고 안정된 정서와 건강한 사회활동을 촉진하여 자기효능감 및 삶의 만족도를 높임
- 가족, 친구, 이웃, 직장 동료 등 다양한 인간관계의 심리적·사회적 역할을 이해함으로써 사회적 관계의 중요성을 인식함. 또한 사회적 고립과 고독이 건강과 행복에 미치는 부정적 영향을 학습함
- 기존의 사회적 관계를 유지하고 새로운 관계를 형성하는 방법을 습득해 사회적 네트워크 확장 및 유지 전략을 세움. 커뮤니케이션 기술(경청, 공감, 갈등 조정)을 향상시키고 지역사회 모임, 동호회, 자원봉사 등 사회참여 활동을 통해 네트워킹을 활성화하는 방안을 습득함
- 갈등관리 및 건강한 인간관계 유지를 통해 갈등상황에서의 문제해결 기술과 의사소통 방안을 학습함. 자기주장 훈련과 관계회복 기법을 포함함

3. 인천형 노후준비를 위한 진로교육 개념

- 진로교육은 자기이해와 경력재설계, 건강·재무관리, 사회참여 활성화 등 다양한 내용을 포괄하며, 중장년층의 자아실현과 적극적 사회참여를 촉진함. 특히 고령사회로 진입한 오늘날, 중·장년층의 삶의 안정과 활력을 회복시키기 위해서는 ‘일’ 중심의 경력개발뿐 아니라 삶 전체의 재구성을 지원하는 통합적 진로교육이 필요함

- 이에 본 연구에서는 앞서 살펴본 바와 같이 노후준비의 대상을 '50세 이상 64세 이하 성인'으로 설정하고, 노후준비의 영역을 재무, 건강, 여가, 관계, 일(경력)의 다섯 가지로 구분하였음. 이러한 관점에서 인천형 노후준비 진로교육은 생애전환기의 시점을 기반으로, 인천지역 중·장년층이 지역사회의 자원과 여건을 활용하여 노후의 삶을 주체적으로 설계하고 지속 가능한 삶을 준비할 수 있도록 지원하는 것을 목표로 함
- 따라서 본 연구에서 정의하는 인천형 노후준비 진로교육은 인천지역의 중·장년층이 노후의 삶을 주체적으로 설계하고, 재취업·창업 등 일(경력)을 비롯해 건강, 재무, 여가, 관계 등 삶의 다양한 측면을 준비하도록 돕는 진로개발 지원 교육으로, 개인이 지속 가능한 삶을 영위할 수 있도록 지원하는 생애전환기 중심의 교육을 의미함

제2절 진로교육 법과 정책

1. 진로교육관련 법

- 노후준비를 위한 진로교육의 법적 근거는 「노후준비지원법」을 중심으로 「진로교육법」, 「평생교육법」, 「고용정책기본법」, 「고용상 연령차별금지 및 고령자고용촉진법」이 유기적으로 연계되어 있음. 이 법령들은 노후 전환기에 필요한 진로교육, 생애설계, 직업설계 활동을 제도적으로 보장하며 국가 및 지자체의 진로교육 및 고용서비스의 정책근거로 활용되고 있음. 「진로교육법」이 전생애 진로교육의 정책기반이라면 「평생교육법」은 그중 성인 단계의 실행근거가 됨

〈표 3-2〉 노후준비 진로교육의 법적 근거

구분	관련법령	근거
노후준비 진로교육 근거	「노후준비지원법」	·제2조(정의) 노후준비서비스 정의에 '교육' 명시 ·제3조(국가 및 지방자치단체의 책무) 국가·지자체 교육지원 책무 규정 ·제11조(노후준비서비스 제공자), 시행령 제2조 노후준비교육·상담 인력 양성 명시
생애주기적 진로교육체계 구축	「진로교육법」	·제15조(국가진로교육센터), 제16조(지역진로교육센터) 성인진로교육의 조직적 근거(센터 설치)
생애진로	「평생교육법」	·제2조(정의) 평생의 진로개발역량 함양으로 의미 확대 ·제40조3(성인 진로교육의 실시) 성인의 생애주기별 진로개발 제도적 지원
생애진로·직업능력	「고용정책기본법」	·제1조(목적), 제19조 (직업능력개발에 관한 시책) 국민의 직업능력개발 및 생애설계 지원
고령자 직업전환	「고용상 연령차별금지 및 고령자고용촉진법」	·제6조(고령자에 대한 직업능력 개발훈련) 고령자 직업능력개발훈련 및 취업지원 근거

- 「노후준비지원법」 제2조에서는 노후준비서비스를 재무·건강·여가·대인관계 등 분야별 적절한 노후준비를 위한 진단, 상담, 교육, 사후 관리로 정의하고 있어 진로교육 및

생애설계 교육의 법적 근거를 제공함. 제3조에서는 국가와 지자체가 노후준비 관련 교육사(진로, 경력, 생애설계 교육)을 정책적으로 추진해야 함을 명시하고 있으며, “제 11조에서는 국가가 체계적 노후 진로교육과 상담전문가 양성체계를 마련해야 할 법적 근거를, 시행령 제12조에서는 이 교육을 평생교육기관 등에 위임할 수 있는 구체적 근거를 제공하고 있음

1) 생애주기적 진로교육체계 구축: 「진로교육법」

- 「진로교육법」은 주로 초·중등학교 학생의 진로에 관한 지원법이지만 성인 진로교육의 법적 근거를 강화하기 위해 관련 근거 조항도 명시적으로 포함되어 있으며 「평생교육법」과의 연계가 강화됨
- 동법 제15조에서는 국가진로교육센터 설치, 모든 연령별 대상 진로개발 지원 근거로써 진로교육의 법적 대상은 학생이 국한되지 않으며 성인(재직자, 구직자, 퇴직자 등)도 포함될 수 있음의 근거가 됨. 또한 국가진로교육센터는 중앙단위에서 성인의 진로상담, 진로전화, 재취업을 지원하는 프로그램의 담당기관임을 명시함. 제16조는 성인과 중장년층의 진로설계, 경력개발, 노후전환 교육 등을 지원하는 지역중심 플랫폼의 법적 근거이며 지방교육청 등이 지역진로교육센터 등을 운영해 이를 지원해야 함을 명시하고 있음. 이와 같이 「진로교육법」은 전 국민을 대상으로 하는 생애주기적 진로교육체계의 구축을 법적으로 뒷받침하고 있다 하겠음

2) 성인 진로교육 추진 및 운영: 「평생교육법」

- 노후준비를 위한 진로교육의 법적 근거는 2023년 「평생교육법」개정을 통해 명문화되었으며 이는 성인 및 노후준비를 위한 진로교육의 제도적 전환점이 됨. 법 개정은 고령화, 고용 불안정 등 사회 구조 변화에 대응하기 위한 최로 생애주기별 진로개발체계 구축의 일환임. 과거 평생교육은 문해교육 학력보완, 직업능력향상 등에 편중되어 있었으나 이번 개정을 통해 개인의 진로·직업 생애 전환을 지원하는 ‘진로중심 평생교육체계’로 전환됨. 따라서 이 법을 근거로 성인의 생애 전환과 노후 준비를 포괄하는 평생 진로개발교육체계가 구축되고 있음

- 「평생교육법」 제7장 성인진로교육 조문(법적 정의와 적용 대상은 신설된 2023년 신설된 제7장 성인 진로교육(제40조3)을 통해 명확하게 규정되었는데 법 개정은 기술혁신, 고령화 등으로 인해 제2의 인생을 찾거나 진로를 바꾸는 사람이 늘어나면서 성인 진로교육을 확대하기 위해 추진되었음
 - 이 조항은 성인 진로교육제도의 법적 정의와 실시 근거를 명문화한 최초의 법령으로 성인도 정규교육 외 단계에서 진로심리검사, 진로상담, 진로정보 제공, 진로체험, 취업지원 및 생애설계 교육을 받을 법적 권한이 부여되었으며 국가 및 지방자치단체는 성인 진로교육을 포함하는 평생학습 정책을 수립·시행할 수 있음을 명시하였음
 - 「진로교육법」(제15조, 제16조)과 연계되어 성인의 생애 주기별 진로개발을 제도적으로 지원하는 법적 근거임. 이를 통해 평생교육기관, 대학, 국가 및 지역 진로교육센터가 성인 및 노후준비를 위한 진로교육을 제공할 수 있는 법적 권한과 책임이 명시됨
- 「평생교육법」에서는 성인의 진로교육을 “성인이 자신에게 적합한 직업을 찾고, 진로를 인식·탐색준비결정 및 관리할 수 있도록 하는 교육활동”이라고 정의함(제2조). 이는 전통적인 진로교육법상의 개념인 진로탐색과 설계를 확장한 것으로 평생의 진로개발역량 함양을 중점으로 둬. 각종 진로교육, 심리검사, 취업지원 등이 이 해당 범주에 들어감. 이 정의에 따르면 성인의 진로교육은 단순히 구직 지원에 머무르지 않고 생애주기 전반에서의 자기진로 설계, 재취업, 진로전환 교육을 포괄함
- 법령상 성인의 범위는 의무교육을 마친 이후의 모든 성인 학습자를 포함하는데(제2조), 실제 적용대상은 퇴직(예정)자, 경력단절자, 재직자(경력개발 및 전환 희망자), 구직자 및 전직 희망자, 중장년층, 신중년층, 노년층 등을 포함하며 이들은 「진로교육법」(제15조, 제16조)에 따라 대학, 평생교육기관, 고용센터, 지역진로교육센터 등의 기관을 통해 진로교육을 받을 수 있음

3) 생애진로 및 직업능력 고양: 「고용정책기본법」

- 「고용정책 기본법」 제1조는 국가가 고용 관련 정책을 수립·시행함으로써 국민이 평생에 걸쳐 직업능력을 개발하고 안정적인 일자리를 확보할 수 있도록 지원하는 것을 기본

목적으로 하고 있음. 이는 근로자의 고용안정과 기업의 인력 확보를 동시에 촉진함으로써, 노동시장의 효율성을 높이고 인력수급의 균형을 도모하려는 취지를 담고 있음. 나아가 이러한 고용정책의 궁극적인 목표는 국민 삶의 질 향상과 지속 가능한 경제성장, 그리고 고용을 통한 사회통합 실현에 있다 하겠음

- 이러한 법의 목적은 단순한 일자리 창출을 넘어, 전 생애적 관점에서의 직업능력 개발과 진로지원 체계 구축이라는 정책적 방향과 맞닿아 있음. 특히 중장년층과 은퇴(예정) 세대의 지속적 경력개발과 노동시장 재진입을 지원하는 것은, 고용안정과 사회통합을 위한 핵심과제로 본 연구에서 다루는 노후준비 진로교육의 필요성과도 직접적으로 연계된다 하겠음

4) 고령자 직업전환 보장: 「고용상 연령차별금지 및 고령자고용촉진법」

- 「고용상 연령차별금지 및 고령자고용촉진법」 제6조는 50세 이상 준고령자와 55세 이상 고령자에 대해 직업능력개발훈련을 실시하도록 국가와 사업주의 책무를 규정하고 있으며, 그 목적을 고용촉진과 직업전환 지원에 두고 있음. 이는 고령층이 노동시장에서 배제되지 않고 지속적으로 자신의 역량을 개발하여 새로운 일자리나 역할로 전환할 수 있도록 하기 위한 법적 기반이라는 점에서 그 의의가 있음

2. 진로교육을 위한 정책

- 노후준비 진로교육을 위한 정책은 생애주기 전반에서 진로와 노후를 함께 설계할 수 있도록 지원하는 통합 생애설계 교육체계 구축에 초점을 두고 있으며, 이는 「노후준비 지원에 관한 기본계획」, 「진로교육 활성화 방안」, 「평생학습 진흥방안」 등을 통해 추진되고 있음. 이들 계획수립과 추진을 통해 생애 전 주기에 걸친 진로역량 강화와 생애설계 능력 함양을 목표로, 초·중·등 진로교육에서부터 중장년의 재취업 은퇴 설계까지 연계된 국가 차원의 체계 구축을 지향함
- 국가는 과거에 비해 길어진 노후에 대한 불안을 느끼지 않도록 개인의 노후준비에 대한 인식을 높이는 실천 행동으로 이어지도록 제도적 기반을 마련하고 노년에 경제적 안정,

사회적 관계 형성을 통해 건강한 노후를 설계하도록 지원함. 즉, '스스로 준비하는 노후'는 선택이 아닌 필수이며, 정부는 사회적 부담을 완화하고 국민 개개인들이 행복한 노후를 대비할 수 있도록 체계적인 지원의 필요성을 인식하고 노후준비지원 서비스를 제공하고 있음(황남희, 2025). 또한 은퇴 이후를 제2의 인생 재출발로 인식 평생하고 학습 영역으로 공식화함(이지연·김재희, 2020; 이재은, 2023; 이희수·신훈희·채우공, 2024)

- 보건복지부가 수립하는 「노후준비 지원에 관한 기본계획」은 2052년 12월 최종 발표를 목표로 제3차 기본계획(2026년~2030년)을 수립 중에 있으며, 이번 계획엔 초고령사회에 대응하기 위해 노후준비서비스 보편화 및 접근성 강화, 생애주기·영역별 맞춤형 서비스 체계 고도화, 세대 간 인식 제고 및 정책기반 강화를 5대 전략으로 제시하고 있음. 계획은 단순한 재무 준비 정책을 넘어 진로교육과 생애설계 교육을 포함하여 국민이 생애 전반에 걸쳐 스스로 진로를 설계하고 지속 가능한 삶을 영위하도록 지원하는 것을 근간으로 함
- 교육부의 「진로교육 활성화 방안」(2023~2027)은 「진로교육법」시행 이후 진로교육의 범위를 초·중등학교에서 대학·성인학습까지 확대하는 구조를 제도화하며, 전 생애에 걸친 서비스 체계 강화를 목표로 한 중기 정책으로 변화에 대응한 미래형 진로교육 체계 구축을 지향함. 이는 학령기 학생 중심에서 성인(전 생애)에 걸친 진로개발 역량 향상을 포함하도록 범위가 확대되었는데 이는 성인 진로교육의 정책적 중요성이 반영된 것임
- 교육부의 「평생학습 진흥방안」(2023~2027)은 국민이 평생 어디서나 쉽고 편리하게 학습할 수 있도록 국가와 지자체가 평생학습 환경을 조성하고 진흥하는 위한 종합적인 정책 방과 실행전략을 담은 중장기계획으로 다각적 접근을 통해 개인의 자기계발과 사회 통합 지역활성화를 촉진하는 포괄적이고 체계적인 국가정책임. 특히, 이번 제5차 계획에는 초고령사회 등 시대적 변화에 대비한 '평생학습 대전환'을 정책방향으로 30~50대를 생애 도약기로 지정하고 대상자의 학습 상담부터 학습콘텐츠를 획기적으로 지원하는 방안을 강조하고 있음

1) 노후준비 지원에 관한 기본계획(제3차 2026~2030)

- 앞서 살펴본 바와 같이, 제3차 노후준비지원 기본계획(2026~2030)은 초고령사회에 대응하여 전 세대의 생애주기별 맞춤형 노후준비를 지원하는 것을 목표로 하고 있음. 특히 단순한 재무 준비 중심의 정책에서 나아가, 진로·직업교육과 생애설계 교육을 포함한 통합적 노후준비 체계를 구축하는 데 중점을 두고 있음
- 이러한 맥락에서 노후준비 정책의 핵심 방향 중 하나로 “미래설계형 노후준비 진로교육”이 제시됨. 이는 초·중·고 단계의 진로 및 금융교육과 연계하여 생애 전반에 걸쳐 진로역량을 체계적으로 함양하도록 하는 제도로, 노후준비를 단기적 직업선택의 문제가 아닌 삶 전체를 설계하는 과정으로 확장한 접근임
- 이는 퇴직(예정)자 대상의 재취업지원 및 제2인생 진로설계 프로그램 운영과도 연관됨. 주요 교육주체는 경력관리, 대인관계, 자산·건강·여가 설계 등 5개 영역으로 구성되어 있으며 실제 중장년 대상 프로그램에서는 이러한 법적 교육 내용을 바탕으로 진로설계서 작성, 생애전환기 생활계획 수립, 사회공헌 일자리 탐색 등이 시행되고 있음(한국보건사회연구원, 2025)

2) 진로교육 활성화 방안(2023~2027)

- 교육부는 「제1차 진로 교육 종합계획」(2010년~2015년), 「제2차 진로 교육 5개년 기본계획」(2016년~2020년), 「제3차 진로 교육 5개년 기본계획」(2023-2027) 수립과 함께 2018년부터 활성화 방안을 추가 수립해 진로교육의 중요성을 강조하고 있음
- 최근 발표한 「진로교육 활성화 방안」(2023-2027)에서는 고령화, 저출산, 디지털 전환 등 급속한 직업환경 변화에 따라 학교 진로교육 중심의 한계를 극복하고 생애 전 단계로 확장할 필요성을 강조함. 이에 진로교육의 비전을 “전 국민의 맞춤형 진로설계 지원”에 두고 초등학생부터 성인까지 모든 국민의 성장을 지원하는 진로교육을 추진 중에 있음
- 한편, 지역별 진로교육 운영에 따라 국가-지역 간 진로교육에 대한 인식 및 운영 수준의 차이가 발생하고 있음. 이에 「진로교육 활성화 방안」은 학령기 위주의 진로교육을 강조해 온 현 상황을 진단하고, 국가-지역 간 진로교육 협의체 구성을 통해 학생 진로지도

수준을 넘어 생애단계별 진로설계 역량 강화, 평생학습·재취업 연계, AI 기반 맞춤형 서비스 고도화를 핵심 축으로 하는 국가 통합 진로교육체계 구축 전략을 제시함

- 여기에 더해 국가진로교육센터의 총괄 기능을 강화해 생애주기별 진로교육 목표를 수립하고 지역별 진로교육 모니터링 등의 역할을 추가했으며, 그간의 진로교육 성과, 효과 분석 및 지역 진로교육 모니터링 등을 통해 진로 교육 정책의 방향을 제시함. 이를 바탕으로 생애주기별 진로개발 가이드라인을 마련해 추진 중임

〈그림 3-1〉 생애주기별 진로교육 목표



자료: 교육부(2023). 「진로교육활성화 방안(2023~2027)」재구성.

- 성인의 진로 확립 및 전환을 위해 성인 자신의 스스로 진로개발 역량을 진단할 수 있는 성인 진로개발역량 검사도구를 개발해 보급 중에 있으며 정책연구를 추진해 성인 진로 교육의 목표를 설정하고 성인 진로교육 검사 도구를 개발해 성인 진로 개발 특성을 반영한 프로그램을 개발 중에 있음(박희춘 외, 2023)
 - 정부의 여러 가지 평생교육과 직업훈련 지원 사업들이 성인 학습자에게 요구되는 진로개발역량의 관점에서 매우 미흡한 실정임. 따라서 성인 직업능력개발 훈련기관과 평가기관들은 성인의 진로개발역량 지표와 척도(조사 결과)를 지원과 평가에서 함께 활용하는 경력개발지원시스템을 구축함

- 교육부, 고용노동부, 여성가족부 등 각 정부 부처에서 실행되고 있는 진로개발 관련 정책과 사업을 연계하여 성인학습자 개인의 진로개발을 지원하는데 생애진로 개발역량 구성 지표와 척도가 활용됨
- 장기적으로는 국가평생교육진흥원이 관리하는 평생학습계좌제, 학점은행제, 독학 학위제 등 성인학습자의 생애 전반에 걸친 학습이력과 진로개발 이력을 개인이 관리하는 시스템에서 생애진로개발역량 구성 지표와 척도가 핵심 자료로 활용됨

〈표 3-3〉 생애진로개발역량 대영역과 세부 하위영역

대영역	세부 하위영역
진로발달 자아-사회 이해	긍정적 자아개념 형성: 자신의 흥미, 적성, 능력, 여건(환경)의 이해
	대인관계 기술: 다양성을 포함한 사회의 문화, 환경을 이해하고 사회구성원과의 원만한 의사소통을 및 관계 유지
	개인 성장과 사회 변화를 진로발달과 통합
	일-삶 균형: 개인, 여가, 사회구성원, 학습자, 가족, 직장인으로서 역할 간 균형 유지
진로교육 교육·훈련·평생학습	정규 교육
	고용을 위한 훈련(자격증, 연수, 면허증, 기타)
	전직을 위한 재교육 및 학습
진로향해 진로인식·탐색·설계 ·고용(일 관여)	진로설계
	진로 의사결정
	진로정보 수집
	지식, 기술, 고용능력기술 연마
	고용, 동향, 사회적 변화, 경제 상황에 대응하는 진로계획 및 통합

자료: 박화춘·문찬주·방혜진·안중석(2023). 「생애진로개발역량 구성지표 연구」, 한국직업능력연구원.

○ 특히, “성인 대상 진로교육 프로그램을 지원 확대”를 신규과제로 포함하여 진로교육 프로그램 개발 및 진로개발역량 진단 결과를 토대로한 프로그램 및 취업 지원 기관 등의 정보 제공을 강조함. 예를 들어 지역사회, 지역 내 대학 및 기업 등과 연계하여 성인 대상 진로교육 프로그램을 개발하고 운영하는 것으로 2024년부터 DX-Academy

사업과 연계하여 추진하고 있음. 직업전환교육기관 지정·운영 시범사업은 전문대학이 중장년과 지역 산업체 재직자의 직종 전환 및 경력 재설계 교육을 지원하는 사업으로, 직업전환교육기관으로 지정된 전문대학은 광역자치단체와 협력하여 지역특화산업 및 디지털 분야 산업과 연계된 교육수요를 발굴하고 맞춤형 교육과정(비학위과정)을 제공함

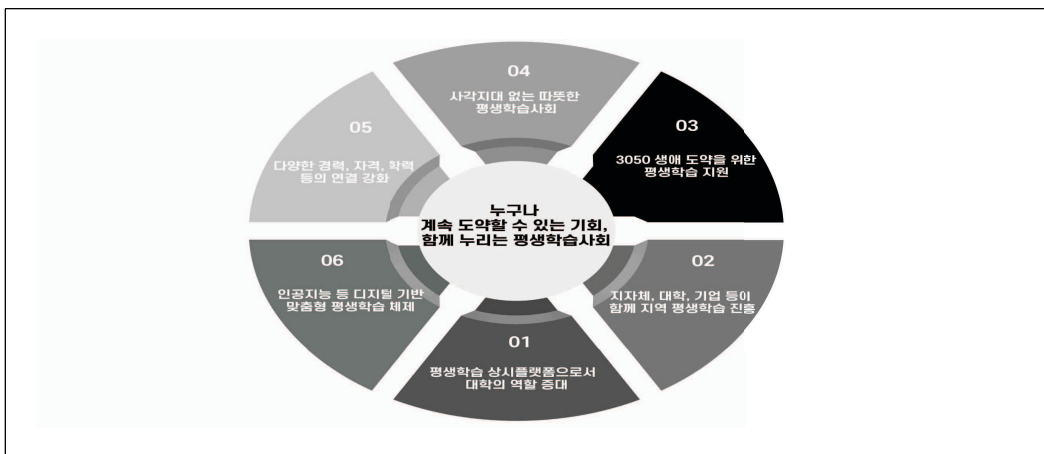
- 진로확립·전환을 위해 평생교육기관, 대학, 국가진로센터 등에서 평생학습 컨설팅을 위한 성인진로 상담센터를 운영하고 전문컨설턴트 양성을 추진 중에 있음

3) 평생학습 진흥방안(제5차 평생교육진흥기본계획 2023~2027)

- 미래의 불확실성이 커짐에 따라, 단지 생애 초기에 성장 경로를 잘 마친 것만으로는 안정적인 삶을 보장받기 어려운 시대가 되었음. 따라서 ‘교육을 마친다’는 일회적 개념에서 벗어나, 전 생애에 걸쳐 삶과 학습이 유기적으로 연결되는 새로운 교육 패러다임이 중요해지고 있는 시점임. 이러한 변화 속에서 평생학습은 자신의 가치 실현과 정신적 풍요를 누릴 수 있게 하는 삶의 질 향상 정책으로 재정립되고 있으며, 동시에 불확실한 미래에 대응하기 위한 필수적인 재교육·향상 교육으로 강조되고 있음
- 최근까지 평생학습 정책은 직업 등과는 무관했으나 시대변화에 맞게 성인진로 지원을 체계적으로 돕는 교육활동으로 부각되며, 「평생교육법」 개정으로 성인 진로교육이 평생교육 범위에 공식 포함되어 대학, 평생교육기관, 국가 및 지역 진로교육센터에서 제공할 수 있는 근거가 마련됨. 정부는 “누구나 누리는 맞춤형 평생학습 진흥”을 핵심 비전으로, 디지털 대전환과 초고령사회 등 급변하는 시대적 변화에 대응하기 위한 ‘평생학습 대전환’을 주요 정책 방향으로 제시하고 있음
- 주요 내용으로는 ▲과거 시혜적 복지 개념에서 벗어나, 모든 국민이 평생학습을 권리로 누릴 수 있도록 정책을 전환 ▲대학을 전 국민 재교육과 향상교육을 위한 상시 학습 플랫폼으로 재정립하여 지속 가능한 학습 환경 조성 지원 ▲지방자치단체가 대학, 기업 등과 협력하여 지역 평생학습을 활성화시키고, 지역 정주여건 개선과 국가 균형발전 추진 ▲인공지능 등 디지털 기술을 활용해 맞춤형 학습경로 및 학습 지원을 제공해 학습자 중심 평생교육 실현임

- 특히 30~50대를 ‘생애 도약기’로 규정하고, 이들을 대상으로 한 맞춤형 지원을 강화한 점이 핵심임(핵심과제 3: 3050 생애도약을 위한 평생학습 지원). 30~50대가 경력 전환과 자기 계발의 기회를 가질 수 있도록 학습 상담부터 콘텐츠 제공까지 통합적으로 지원하며, 평생학습 휴가제·휴직제 도입 방안도 함께 추진 중에 있음
- 초고령사회를 대비하여 고령층 특화형 평생학습 정책도 강화함(핵심과제 4: 사각지대 없이 모두가 누리는 평생학습). 특히 대학, 평생교육원 등에 고령층의 사회활동 참여를 위한 일자리, 자격증 등 관련 “액티브 시니어 트랙”을 신설해 연금공단 등에서 추진 중인 고령층 지원 프로그램과 연계하여 전담 과정을 개발·운영 중임. 은퇴설계교육(공무원 연금공단), 노인 사회참여 활동 프로그램(사립학교교직원연금공단) 등이 대표적 사례임. 또한 고령층의 지식과 기술을 기부·공유하고 고령층의 일자리를 확대하기 위해 고령층의 평생학습 강사 활동을 지원함(‘23년 연금공단 등 협업, ’24~’25 전담과정 개설 지원, ’26~’27 전담과정 활성화)
- 이러한 변화들은 급변하는 사회경제 환경, 특히 디지털 전환과 고령화에 대응하기 위한 종합적이고 체계적인 평생학습 정책의 새 틀을 제시하며, 국민 개개인이 지속적으로 성장하고 도약할 수 있는 평생학습 사회를 실현하는 데 초점을 맞추고 있음

〈그림 3-2〉 「평생학습 진흥방안」의 비전 및 추진과제



자료: 교육부(2022).「평생학습 진흥방안(2023~2027) 재구성

제3절 노후준비 진로교육의 기본방향

- 이제까지 살펴본 국가차원의 정책 기조를 종합해 볼 때, 노후준비 진로교육은 단순히 고용정책을 넘어 생애전환기 학습을 중심으로 한 평생학습 및 사회참여 확장의 국가적 과제로 자리 잡고 있으며, 현재 정부는 고령화 사회 대응 차원에서 진로교육을 “건강한 노후와 생산적 은퇴”를 위한 평생학습 영역으로 공식화하고 있음
- 전 국민의 생애 단계별 진로설계 역량을 강화하여 지속 가능한 노후준비를 실현하기 위해, 청소년부터 중장년·노년층에 이르기까지 각 생애단계별 특성에 맞춘 진로교육과 노후준비교육을 통합하는 방향으로 정책이 전환되고 있음. 이는 초고령사회 도래에 대응하여 모든 세대가 건강·재무·여가·관계·일 등 다양한 영역에서 균형 잡힌 노후를 준비할 수 있도록 지원하는 통합적 지원체계 구축을 목표로 함
- 따라서 주요 정책방향으로는 ▲생애주기 연계형 진로교육 체계 구축 ▲ 직업·경력·삶 전환교육 통합 강화 ▲학교-지역-직장 연계형 교육생태계 조성 등을 들 수 있으며, 이와 관련한 사항은 아래의 표로 정리하였음

〈표 3-4〉 노후준비 진로교육의 정책방향

정책방향	내용
생애주기 연계형 진로교육 체계 구축	· 초·중등학교에서 진로탐색·삶 설계 교육을 강화하여 생애 초기부터 노후인식을 형성하도록 함 · 청년층에는 경력개발·직업전환 역량중심 교육을, 중장년층에는 재취업 및 생애설계 교육을 제공하는 연속적 경로 설계 체계를 마련함
직업·경력·삶 전환교육 통합 강화	· 퇴직·은퇴자 대상 진로, 창업, 사회공헌 교육을 확대하여 제2인생 역량 강화 · 재취업지원 서비스와 진로상담, 중장년 경력전환 지원을 연계하여 실질적 삶 전환 지원
학교-지역-직장 연계형 교육생태계 조성	· 교육부, 지방자치단체, 시도교육청이 협력해 학교-지역(평생학습관-노후지원센터)-직장을 연계한 공동체 기반 진로교육 플랫폼 구축

- 위와 같은 정책방향은 노후준비 진로교육을 단순한 직업교육의 범주를 넘어, 삶 전반을 아우르는 통합적 설계과정으로 발전시키는 방향성을 제시함. 이는 진로교육을 개인의

생애과정 전반에 걸친 성장과 적응의 과정으로 확장하는 것으로, 건강·재무·여가·관계·사회공헌 등 다양한 삶의 영역을 포괄하고 세대 간 연속적 학습 체계로 이어지며, 공공의 책무와 사회적 가치 실현을 강조한다는 점에서 의미가 있음. 이러한 맥락에서 본 연구는 노후준비 진로교육의 기본방향을 통합성·연속성·공공성의 세 측면으로 설정함

- 먼저 통합성이란 노후준비 진로교육이 단순한 직업 역량 개발을 넘어, 건강·재무·여가·관계·사회공헌 등 삶의 주요 영역을 포괄적으로 다루는 교육체계로 확장되는 것을 의미함. 이는 생애 후반기의 삶을 다차원적으로 설계할 수 있도록 지원하고, 개인의 전인적 성장과 삶의 균형을 도모하는 것을 지향한다는 점에서 의미가 있음
- 다음으로 연속성이란 진로교육을 청소년기에서 중장년기, 노년기에 이르기까지 생애 전 주기에 걸쳐 지속적으로 이어지는 학습과정으로 보고, 생애 단계별 진로 전환과 적응을 지원함으로써, 개인이 변화하는 환경 속에서도 자신의 경로를 주체적으로 조정할 수 있도록 돕는 것임
- 마지막 공공성은 진로교육이 개인의 선택과 역량 강화에 머무르지 않고, 국가와 사회가 공동으로 책임지는 공적 교육영역으로서의 성격을 의미하는 것임. 특히 사회적 약자를 포함한 모든 세대가 진로와 노후를 준비할 수 있도록 기회의 평등과 접근성을 보장하며, 공공기관과 지역사회가 협력하는 체계를 통해 사회적 가치 실현을 추구함

4

진로교육 프로그램(안)

제1절 프로그램 개발 방향

제2절 프로그램(안)

제4장 진로교육 프로그램(안)

제1절 프로그램 개발 방향

1. 목표

- 노후준비 진로교육 프로그램은 자기이해를 바탕으로 일(경력), 건강, 재무, 여가, 관계의 생애전환기에 필요한 다양한 역량을 통합적으로 개발하는 것을 목표로 함. 이를 위해 ▲자기이해 및 자아정체성 확립 ▲통합교육(일(경력)·건강·재무·여가·관계)을 통한 생애설계 역량 강화 ▲전문교육을 통한 진로개발 및 역량 함양(진로설계·관리·전환)을 주요 과제로 설정함. 이러한 교육은 단순한 지식이나 기술 습득을 넘어 삶의 의미와 정체성 변화, 관계와 건강, 재무의 균형을 아우르는 통합적 역량 강화를 지향한다는 점에서 의의가 있음

2. 주요방향

1) 자기이해 및 정체성 확립

- 중장년이 자신의 삶과 경력을 재구조화하고, 향후 삶의 방향을 주도적으로 설정하기 위해 필수적인 과정임. 자기이해가 충분히 형성될 때 이후 진로 설계와 실행 단계에서 지속적인 동기와 명확한 목표 설정이 가능해짐
- 성격, 가치관, 경력 특성을 탐색하고 다양한 진단·검사 도구를 활용하여 자기이해를 심화하며, 이를 바탕으로 인생 후반부의 목표와 계획을 스스로 수립하도록 지원함

2) 통합교육을 통한 생애설계 역량 강화

- 퇴직·은퇴 이후의 삶을 안정적으로 준비할 수 있도록 일(경력), 건강, 재무, 여가, 관계 영역을 유기적으로 연계한 통합교육을 운영함

- 노후준비를 다차원적으로 접근하여 각 영역이 상호작용하도록 설계함으로써 전인적 삶의 질 향상을 도모함. 이를 통해 개인이 안정적인 재정 기반을 마련하고 건강을 유지하며, 의미 있는 여가 활동과 사회적 관계를 지속적으로 확장할 수 있도록 지원함

3) 생애전환기 진로개발 역량강화

- 노후준비를 위한 진로개발 역량교육은 퇴직 및 은퇴 이후의 삶을 적극적이고 의미 있게 설계하고 실천할 수 있도록 개인의 경력·역량을 재평가하고 새로운 목표와 기술을 습득할 수 있는 교육으로 구성함
- 진로설계·관리·전환은 상호보완적 과정으로, 인생 후반기의 경력계획과 실행을 체계적으로 지원해야 함. 이를 위해 진로탐색, 직업세계 이해, 합리적 의사결정, 사회적 관계형성 등 핵심 역량을 포함하는 연속적 교육체계를 마련함

3. 운영체계

- 노후준비 진로교육은 생애주기 및 은퇴 준비시기에 맞춰 체계적으로 설계되어 단계적으로 운영됨. 운영 단계는 ‘예비-준비-실행-사후관리’의 네 단계로 구성되며, 교육대상자의 현재 상태(건강, 재무, 관계 등)를 진단하여 부족한 영역을 우선적으로 보완하고, 이후 성과를 기반으로 한 피드백 체계를 포함함
- 교육 과정은 크게 기본교육과 심화교육으로 구분하되 그 전 단계로 ‘자기이해 및 정체성 확립’ 프로그램을 운영함. 은·퇴직 이후 경험되는 상실감, 무기력감, 정체성 혼란 등은 관계 단절이나 삶의 만족도 저하로 이어질 수 있으며, 이러한 변화는 정서적 어려움을 겪는 요인으로 작용할 가능성이 있음. 따라서 노후준비에 앞서 자기이해와 삶의 의미 찾기에 몰입해 심리적 돌봄과 함께 자기 정체성과 역할을 전환·확립하는 과정이 필요함. 또한 삶의 전환기에 자신의 위치와 역할, 미래 가능성을 재평가하면서 삶의 의미를 찾는 단계를 거치면 노후준비의 필요성도 인식하게 되고, 이후 교육(기본 및 심화)의 관심이 높아지면서 교육 효과도 제고함. 따라서 이 프로그램은 자기이해에 몰입, ‘나다움’의 정체성과 노후 삶의 의미와 역할을 찾는 과정으로 구성함

- 기본교육은 생애 전반에 대한 통합적 이해를 목표로 하며, 참가자의 현재 상황과 준비 수준(재무·건강·관계 등)을 진단하여 취약한 영역에 집중할 수 있도록 구성함. 반면 심화교육은 진로 실행을 중심으로, 참가자가 희망하는 향후 방향(예: 취업, 사회참여, 창업)에 따라 필요한 역량을 강화할 수 있도록 단계별 목표를 세분화하여 운영함. 각 교육의 운영 단계별 구성과 특징은 아래와 같음

1) 자기진단: 자기이해 및 정체성 확립

- 예비단계: 자신에 대해 시간을 갖고 성찰하면서 자기이해를 통해 '나다움'을 재정립하는 과정임
- 준비단계: 생애 전환의 이해를 통해 역할 상실과 전환을 받아들이고 생애 재설계의 필요성을 인지하는 단계임
- 실행단계: 자기 이해와 생애전환기 이해를 통해 자신의 존재 의미와 역할, 가치관을 명확히 인식해 정체성을 확립하고 나아가 노후 진로 설계로 나아가는 단계임
- 사후관리단계: 교육 이수 후 전문가 상담이나 멘토링을 통해 지속적인 자기탐색을 지원하고 개인이 적합한 사회적 역할을 모색할 수 있도록 돕는 과정이며, 이후 진로교육 단계로 자연스럽게 연계될 수 있도록 구성함

2) 기본교육: 생애 전반의 통합 이해

- 예비단계: 노후에 대한 긍정적이고 적극적인 준비 자세를 확립하고 인생의 목적과 계획을 세우는 '노후 인식 제고 및 생애설계' 단계로 노후 뿐 아니라 전 생애의 삶의 질을 높이는 체계적 과정임
- 준비단계: 자기 이해와 진단을 통해 은퇴 후 자신에게 맞는 맞춤형 진로설계를 하는 단계로 '개인별 진로설계 및 실행계획수립' 단계임
- 실행단계: 예비·준비단계에서 마련된 방향과 계획을 토대로, 개인의 특성과 여건에 적합한 교육 프로그램을 실제로 연계·적용하는 단계임

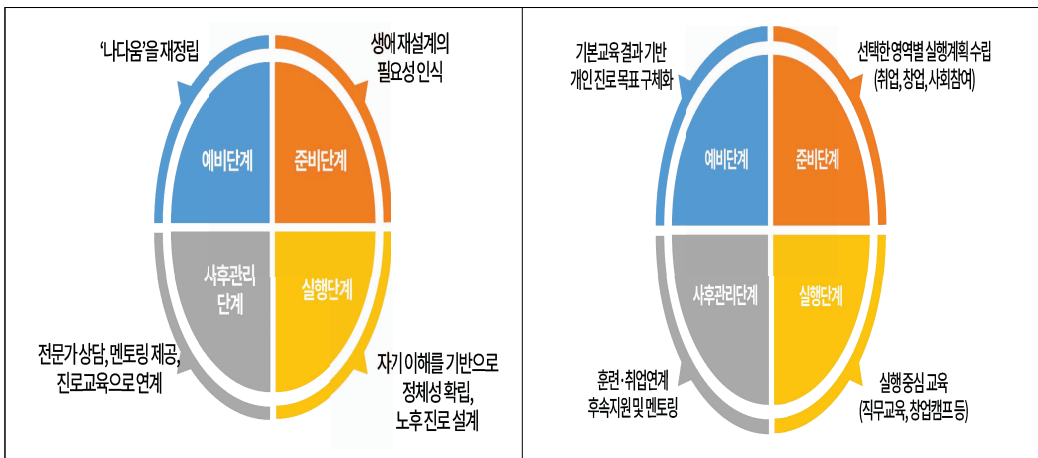
- 사후관리단계: 교육 이수 이후에도 대상자가 노후생활의 안정과 진로 실행을 지속할 수 있도록 지원하는 단계로, 상담·코칭을 제공하고 추가 학습 정보와 기회를 연계하여 지속적인 성장을 돕는 과정임

3) 심화교육: 진로실행 교육

- 예비단계: 기본교육 결과를 기반으로 개인 진로 목표를 구체화하는 단계로 기존 직업경력과 삶의 경험을 재평가하여 자신의 역량을 재정립하고 재취업·창업·사회참여 등 새로운 목표와 역할을 설정함
- 준비단계: 향후 삶의 방향과 연계하여 선택영역(사회참여, 취업교육, 창업교육)의 실행 계획을 수립하는 단계임. 실행력을 강화하는 목적으로 재취업 및 창업 전략 설정, 경력 활용방안 등 구체적이고 실질적인 계획을 수립해 이후의 실행단계를 준비함
- 실행단계: 실행 및 역량을 강화하는 단계로 직무교육, 창업캠프 등을 통해 필요한 역량을 강화함. 이때 네트워킹과 커뮤니티 참여를 통해 사회적 관계망을 확장함
- 사후관리단계: 실행 이후 변화 및 성과를 점검하는 단계로 교육 종료 후에도 지속적이고 통합적인 지원을 제공함으로써 재취업과 창업 성공률을 높임. 훈련기관 및 고용노동부 취업 연계 서비스를 활용한 후속 지원, 창업자 대상 맞춤형 멘토링 등을 진행함

〈그림 4-1〉 기본교육의 단계별 운영체계

〈그림 4-2〉 심화교육의 단계별 운영체계



제2절 프로그램(안)

1. 자기진단: 자기 이해 및 정체성 확립¹⁾

자기 진단	생애전환기 자아 찾기			
대상	<ul style="list-style-type: none"> 50세 이상~64세 이하 현역, 은퇴·직 예정자, 은·퇴직자 	유형	<ul style="list-style-type: none"> 단기교육(2일, 6시간) 	
목표	<ul style="list-style-type: none"> 생애전환기 자신의 존재 의미와 역할, 가치관 인식 자기이해를 통한 정체성 확립과 사회적 자아 인식 강화 새로운 삶의 방향성 확립을 통해 진로 탐색 			
내용	교시	단계	핵심주제	주요내용
	1교시 (2H)	예비	자기이해·탐색	<ul style="list-style-type: none"> 자기이해 검사(성격, 신념, 흥미 등) 생애지도(인생곡선) 작성 가치 재발견 및 강점 탐색
	2교시 (1H)	준비	생애전환 이해	<ul style="list-style-type: none"> 중장년 생애전환의 특징 역할 상실과 재설계 이해
	3교시 (2H)	실행	정체성 확립	<ul style="list-style-type: none"> 관계변화 탐색 및 역할 전환 이해 역할 전환 롤플레이팅(시뮬레이션, 역할극)
	4교시 (1H)		진로설계	<ul style="list-style-type: none"> 미래 삶 설계와 목표 설정(노후준비 필요성) 진로설계 및 실천계획 작성 진로 및 실천계획에 대한 기본 멘토링
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> 희망자에 한해 추가 프로그램 진행(심화 상담, 전문가 멘토링 등) 수료자 대상으로 기본교육 등 안내 			

○ 본 프로그램은 삶의 전환기에서 자신의 존재 의미와 역할, 가치관을 명확히 인식하고 내면화하는 과정으로, 과거 경험과 현재 상황 인식을 통해 미래 계획을 통합하며 자기 자신에 대한 확신과 삶의 방향, 나아가 진로를 설계할 수 있도록 구성함. 이 목표에 부합될 수 있도록 검사 및 작성, 시나리오 롤플레이팅, 멘토링 등을 진행하며 이를 위해 교육시간을 충분히 확보함(2일, 6시간)

1) 강소란 외(2019);손민정 외(2018) 연구를 참고하여 프로그램을 개발하였음

- 예비-준비-실행-사후관리로 구성에서 예비단계인 1교시에는 자기이해와 탐색을 진행함. 자신에 대해 시간을 갖고 깊이 성찰하기 위해 자기이해 검사와 생애지도를 작성해 보고 이 과정에서 자신의 가치를 재발견하고 강점을 확인함. 2교시는 준비단계로, 삶의 전환기에 놓인 중장년의 변화 양상을 이해하고 기존의 역할 변화로 인해 경험할 수 있는 감정과 상황을 점검하며, 향후 삶을 재구성할 필요성을 인식하도록 구성함
- 실행단계인 3교시는 정체성 확립, 4교시는 진로설계로 구성함. 정체성 확립을 위해 관계변화를 탐색하고 역할 전환을 이해하며 역할 전환 시뮬레이션을 통해 체화함. 마지막 4교시는 향후 삶의 방향을 설계하고 구체적 목표를 설정하도록 돕는 단계로, 노후준비의 필요성을 체계적으로 인식할 수 있도록 구성함. 참가자는 진로설계와 실행계획을 수립한 뒤 기본 멘토링을 통해 계획의 방향성과 실행 가능성을 점검하며, 이를 바탕으로 자신의 진로 방향을 보다 구체화함
- 또한 희망자에 한해 교육 종료 후 심화 상담과 전문가 멘토링을 추가로 제공하여 보다 깊이 있는 진로 탐색과 계획 수립이 가능하도록 지원하며, 필요한 경우 이후 기본교육(생애 전반의 통합 이해) 등 다른 교육과정으로 자연스럽게 연계될 수 있도록 함

2. 기본교육: 생애 전반의 통합 이해²⁾

1) 단기교육

- 본 교육과정은 노후를 앞둔 중·장년층이 생애전환기 시점에서 필요한 준비요소를 균형 있게 점검하고, 건강, 재무, 여가, 관계, 일(경력) 영역을 핵심 기반으로 구성된 단기교육(1일 4시간) 프로그램임
- 각 과정은 ‘예비-준비-실행-사후관리’의 단계적 구조를 기반으로 하되, 1일 교육 안에서 노후준비에 관한 전반적 이해를 마련하고 건강·재무·여가·관계·일(경력) 등 핵심 영역을 압축적으로 경험할 수 있도록 설계하였음. 예비-준비단계인 1교시에서는 공통적으로 노후준비의 필요성을 인식하고 자기이해를 바탕으로 생애설계의 방향을 설정하도록 구성함

2) 성혜영·김아람(2017)의 연구를 비롯하여 국민연금공단 중앙노후준비지원센터의 노후준비서비스, 서울특별시평생교육진흥원의 서울시민대학 직업역량과정 프로그램, 부산광역시장노년일자리지원센터의 노후준비 기본교육 프로그램 등을 참고하여 개발함

(1) 건강 영역

2-1	노후준비를 위한 생애설계		
대상	• 건강 중심의 노후준비 희망자	유형	• 단기교육(1일, 4시간/교시당 1시간)
목표	<ul style="list-style-type: none"> 노후의 삶을 성공적으로 대비하기 위한 노후준비의 필요성 인식 신체 및 정신건강을 우선으로 재무, 여가, 관계, 일(경력) 노후생활 준비 		
내용	1교시 (예비·준비)	노후준비 이해	<ul style="list-style-type: none"> 은·퇴직 후 인생설계의 필요성 인식
		진로설계	<ul style="list-style-type: none"> 자기이해 및 진로 탐색
	2교시	건강관리	<ul style="list-style-type: none"> 생애전환기 건강자원 이해 생활습관 재정비 삶의 패턴 변화에 따른 신체·정신건강관리 일/활동 지속을 위한 만성질환 관리
			<ul style="list-style-type: none"> 재무관리(보험, 연금 등) 및 생활 설계 인생전환기 경력, 역할 재설계
	3교시	재무·일(경력)관리	<ul style="list-style-type: none"> 여가·관계관리 여가활용법 및 관계형성법 습득
여가·관계관리		<ul style="list-style-type: none"> 여가활용법 및 관계형성법 습득 	
4교시	상담·평가	<ul style="list-style-type: none"> 건강상담(건강루틴 체크리스트 작성) 	
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> 상담결과를 토대로 건강진단, 스트레스·우울감이 검사 등 후속조치 수료자 대상 모니터링을 통해 변화 및 성과 점검 		

- ‘건강 영역’ 교육과정은 노후의 삶을 지속 가능하게 만드는 건강자원을 어떻게 이해하고 관리할 것인지에 중점을 두어 설계함. 생애전환기에 나타나는 신체·정신적 변화를 단순한 노화 현상이 아닌 ‘앞으로의 역할 수행을 가능하게 하는 자원’으로 재해석하도록 돕고, 은퇴 후 변화된 일상 구조에 맞추어 식습관·수면·활동성 등 생활습관을 재정비하는 실질적 전략을 제시함. 또한, 노후의 생활패턴 변화(여가 증가, 사회적 역할 변화, 시간 구조 변화 등)에 대응해 신체·정서 건강을 유지하는 방법을 모색하며, 만성질환을 일·활동 지속을 위한 관리 전략으로 이해하는 관점 전환도 포함함
- 3교시에서는 재무·일·여가·관계 영역을 간략히 훑어보며, 노후 삶의 전반이 건강·재무·일(경력)-여가·관계가 서로 연결된 구조 속에서 운영된다는 점을 확인함. 4교시에서는 건강루틴 체크리스트를 활용한 간단한 건강 상담과 교육내용에 대한 평가를 진행하며, 교육 이후 건강진단·스트레스·우울 간이검사 등 후속조치를 안내하여 사후관리의 기반을 마련함

(2) 재무 영역

2-2		노후준비를 위한 생애설계(재무 영역)	
대상	<ul style="list-style-type: none"> 재무 중심의 노후준비 희망자 	유형	<ul style="list-style-type: none"> 단기교육(1일, 4시간/교시당 1시간)
목표	<ul style="list-style-type: none"> 노후의 삶을 성공적으로 대비하기 위한 노후준비의 필요성 인식 재무관리를 우선으로 건강, 여가, 관계, 일(경력) 노후생활 준비 		
내용	1교시 (예비·준비)	노후준비 이해	<ul style="list-style-type: none"> 은·퇴직 후 인생설계의 필요성 인식
		진로설계	<ul style="list-style-type: none"> 자기이해 및 진로 탐색
	2교시	건강·일관리	<ul style="list-style-type: none"> 신체 및 정신건강 관리방안 인생전환기 경력, 역할 재설계
		여가·관계관리	<ul style="list-style-type: none"> 여가활용법 및 관계형성법 습득
	3교시	재무관리	<ul style="list-style-type: none"> 노후 재무설계의 의미와 방향 재정립 연금제도 및 공적연금 활용 전략 은퇴 후 자산관리 및 금융상품 이해 재무 안전망 구축(금융사기, 보이스피싱 대응 등)
4교시	상담·계획수립	<ul style="list-style-type: none"> 개인별 재무 상태 진단 재무계획 수립·실천전략(재무계획서 작성) 	
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> 수료자 대상 1:1 재무상담(컨설팅) 진행 수료자 대상 모니터링을 통해 변화 및 성과 점검 		

- ‘재무 영역’ 교육과정은 노후를 균형 있게 준비할 수 있도록 건강·일·여가·관계의 유기적 관리를 위한 실천적 방법을 다룸
- 3·4교시에서는 본 프로그램의 핵심 영역인 ‘재무’에 초점을 맞추어, 소득 감소가 예상되는 시기를 대비한 자금 흐름을 사전에 점검·설계함으로써 재무 안정성이 건강·여가·대인관계 등 삶 전반의 안정으로 이어질 수 있음을 이해하도록 구성함. 3교시 노후 재무설계는 삶의 주도권을 유지하기 위한 안전장치라는 인식을 심어주고 재무 설계의 의미와 방향을 재정립할 수 있도록 구성함. 국민연금, 퇴직연금, 개인연금(연금저축, IRP 등)을 활용하는 전략을 습득하고 예금·채권·주식펀드·ETE 등 금융상품 이해를 통해 자산관리와 투자법을 학습함. 4교시에는 저축액, 부동산, 연금, 대출 등 현재 재무상태를 객관적·종합적으로 진단하고 이를 바탕으로 노후의 필요한 자금을 예측·계산함. 실제 가계 재무제표(자산, 부채 수입, 지출 등)를 비롯해 재무계획서를 작성함으로써 재무지식뿐 아니라 자기진단, 목표 설정, 실행계획, 사후관리까지 포함되도록 설계함

(3) 여가 영역

2-3	노후준비를 위한 생애설계(여가 영역)		
대상	• 여가 중심의 노후준비 희망자	유형	• 단기교육(1일, 4시간/교시당 1시간)
목표	<ul style="list-style-type: none"> • 노후의 삶을 성공적으로 대비하기 위한 노후준비의 필요성 인식 • 여가관리를 우선으로 건강, 재무, 관계, 일(경력) 등 노후생활 준비 		
내용	1교시 (예비·준비)	노후준비 이해	• 은·퇴직 후 인생설계의 필요성 인식
		진로설계	• 지기이해 및 진로 탐색
	2교시	건강·관계관리	• 신체 및 정신건강 관리방안 • 고독예방 및 인간관계 증진 방안
		재무·일관리	• 재무관리(보험, 연금 등) 및 생활 설계 • 인생전환기 경력, 역할 재설계
	3교시	여가관리	<ul style="list-style-type: none"> • 여가의 의미 재정립 • 나의 여가패턴 진단 및 자원 확인 • 활동성 기반 여가 실천 전략 • 일상에 적용 가능한 디지털, 스마트 여가 활용 • 여가 설계 : 지속가능한 삶의 구조 만들기
4교시	실습·평가	• 개인별 여가프로그램 구성 및 발표	
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> • 희망자에 한해 여가활동 정보(기관, 프로그램 등) 제공 • 수료자 대상 모니터링을 통해 변화 및 성과 점검 		

- ‘여가 영역’ 교육과정은 여가를 위해 기본적으로 건강 및 관계, 재무, 일의 관리가 중요함을 강조하고 이를 위한 준비법을 다룸
- 3교시는 노후 여가가 건강·관계·자기실현과 밀접하게 연결된 핵심 영역임을 재정립하고, 현재 여가 패턴을 진단하며 취미·여가자원(동호회, 종교·지역 모임 등)을 확인하는 내용으로 구성함. 소비 중심 여가에서 벗어나 생산적·활동적 여가 전략을 모색하고, 디지털·스마트 여가 활용법을 익혀 지속 가능한 여가계획을 수립하도록 지원함
- 4교시에는 개인별 여가계획을 작성·발표하고 피드백을 통해 여가 구성이 나에게 맞는지 점검하고 활동을 조정함. 교육 이후에는 지역기관 프로그램 정보 제공, 정기적 모니터링 및 계획 재조정 등 사후관리를 통해 실제 여가 실천을 지속적으로 지원함

(4) 관계 영역

2-4	노후준비를 위한 생애설계(관계 영역)		
대상	• 관계 중심의 노후준비 희망자	유형	• 단기교육(1일, 4시간/교시당 1시간)
목표	<ul style="list-style-type: none"> • 노후의 삶을 성공적으로 대비하기 위한 노후준비의 필요성 인식 • 관계관리를 우선으로 건강, 재무, 여가, 일(경력) 등 노후생활 준비 		
내용	1교시 (예비·준비)	노후준비 이해	<ul style="list-style-type: none"> • 은·퇴직 후 인생설계의 필요성 인식
		진로설계	<ul style="list-style-type: none"> • 자기이해 및 진로 탐색
	2교시	건강·여가관리	<ul style="list-style-type: none"> • 신체 및 정신건강 관리방안 • 여가활용법
		재무·일관리	<ul style="list-style-type: none"> • 재무관리(보험, 연금 등) 및 생활 설계 • 인생전환기 경력, 역할 재설계
	3교시	관계관리	<ul style="list-style-type: none"> • 생애전환기 관계의 재정립 • 가족, 친구, 이웃 등 사회적 관계망 확장전략 • 지역사회 기반 연결망 구축 • 사회참여, 봉사활동 실천 전략
4교시	실습·평가	<ul style="list-style-type: none"> • 관계형성 계획 수립 및 평가(그룹활동) 	
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> • 희망자에 한해 사회활동 참여 방법(기관, 활동내용 등) 안내 • 수료자 대상 모니터링을 통해 변화 및 성과 점검 		

- ‘관계 영역’ 교육과정은 건강과 재무관리, 일과 여가 등의 관리가 관계 관리로 연결됨을 강조함과 동시에 노후준비에서 관계는 정서적 안정을 도모하고 삶의 질을 높이는 중요한 요소임을 인식할 수 있도록 구성함
- 3교시에는 생애전환기 관계의 재정립이 필요함을 강조하되 단순히 관계의 양적 확대가 아니라 정서적 의미와 지지 관계임이 전달되도록 설계함. 구체적으로 주된 지지망인 가족, 친구, 이웃 등과의 관계 형성과 지지체계 강화에서 나아가 사회적 참여로 확장되는 전략을 학습할 수 있게 구성함. 특히, 사회참여를 통해 사회적 네트워크를 확장하는 것이 관계 관리에 중요함을 전달하여 실제 참여로 이어지도록 실천전략을 제공함
- 4교시는 관계 형성을 위한 개인별 계획을 수립하고, 이를 그룹 활동을 통해 공유·점검하는 단계로 구성함. 지역사회 자원을 기반으로 사회참여와 관계 확장으로 이어지도록 구성하였으며, 교육 이후에는 사회참여 기관 및 활동 정보를 제공하고 지속적인 참여와 관계 유지가 가능하도록 연계 지원함

(5) 일(경력) 영역

2-5	노후준비를 위한 생애설계(일(경력) 영역)		
대상	• 일(경력) 중심의 노후준비 희망자	유형	• 단기교육(1일, 4시간/교시당 1시간)
목표	<ul style="list-style-type: none"> 노후의 삶을 성공적으로 대비하기 위한 노후준비의 필요성 인식 일(경력)관리를 우선으로 건강, 재무, 여가, 관계 등 노후생활 준비 		
내용	1교시 (예비·준비)	노후준비 이해	• 은·퇴직 후 인생설계의 필요성 인식
		진로설계	• 자기이해 및 진로 탐색
	2교시	건강·재무관리	• 신체 및 정신건강 관리 • 재무관리(보험, 연금 등) 및 생활 설계
		여가·관계관리	• 여가활용법 및 관계형성법 습득
	3교시	일(경력)관리	• 강점, 경험 기반 경력 재해석(SWOT 분석) • 인생전환기 경력, 역할 재설계 • 재취업, 창업 환경 이해 및 전략 • 사회공헌, 지역기반 역할 확장
4교시	실습·평가	• 경력 계획 수립 및 평가	
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> 수료자 대상 1:1 진로상담 및 정보 제공 수료자 대상 모니터링을 통해 변화 및 성과 점검 		

- ‘일(경력) 영역’ 교육과정의 2교시는 건강·재무·여가·관계는 각각 일(경력)관리와 연관성을 갖고 있으며 이들 영역이 통합적으로 관리될 때 균형 잡힌 노후의 삶이 유지될 수 있음을 강조해 구성함
- 일(경력)은 퇴직 이후에도 경제적 자립과 삶의 의미를 찾기 위한 건강, 재무 등과 함께 관리되어야 할 영역으로 3교시에는 자신의 강점을 분석하고 그간 경험을 기반으로 경력을 재해석하도록 설계함(SWOT 분석). 이 과정을 통해 이후의 역할을 재설계할 수 있도록 재취업 전략, 창업 이해, 사회참여 방법 등 구체적인 관리법을 학습함. 4교시에는 자신의 경력 점검을 통해 이후 일로 연결될 수 있도록 실천적 계획을 수립하고 이를 평가하는 프로그램으로 구성함. 교육 이후 수료자를 대상으로 1:1 개별 진로상담(사회참여, 취업, 창업)을 진행해 심화교육으로 연결되도록 지원하며 지속적인 모니터링을 통해 교육 이후 변화와 성과를 점검함

2) 장기교육

2-6		노후준비를 위한 생애설계			
대상	• 현역, 은퇴·직 예정자, 은·퇴직자		유형	• 장기교육(8주, 16시간/교시당 2시간)	
목표	• 삶의 전환기 준비의 필요성 인식 및 노후생활 설계				
내용	1주차	예비·준비	노후진로 이해	<ul style="list-style-type: none"> 노후 인생 설계의 필요성 이해 자기진단(생애설계 문답서 작성) 및 평가 	
	2주차	실행	건강관리	<ul style="list-style-type: none"> 생애전환기 건강자원 이해 생활습관 재정비 삶의 패턴 변화에 따른 신체·정신건강관리 일/활동 지속을 위한 만성질환 관리 	
	3주차		재무관리	<ul style="list-style-type: none"> 노후 재무설계의 의미와 방향 재정립 연금제도 및 공적연금 활용 전략 은퇴 후 자산관리 및 금융상품 이해 재무 안전망 구축(금융사기, 보이스피싱 대응 등) 	
	4주차		평가·상담(1)	<ul style="list-style-type: none"> 건강상담(건강루틴 체크리스트 작성) 개인별 재무 상태 진단 재무계획·실천전략(재무계획서 작성) 	
	5주차		여가관리	<ul style="list-style-type: none"> 여가의 의미 재정립 나의 여가패턴 진단 및 자원 확인 활동성 기반 여가 실천 전략 일상에 적용 가능한 디지털, 스마트 여가 활용 여가 설계 : 지속가능한 삶의 구조 만들기 	
	6주차		관계관리	<ul style="list-style-type: none"> 생애전환기 관계의 재정립 친구, 이웃 등 사회적 관계망 확장전략 지역사회 기반 연결망 구축 사회참여, 봉사활동 실천 전략 	
	7주차		일(경력)관리	<ul style="list-style-type: none"> 강점, 경험 기반 경력 재해석(SWOT 분석) 인생전환기 경력, 역할 재설계 재취업, 창업 환경 이해 및 전략 사회공헌, 지역기반 역할 확장 	
	8주차		평가·상담(2)	<ul style="list-style-type: none"> 진로 진단(커리어앵커, 직업 선호도 검사) 	
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> 수료자 대상 심화 상담, 전문가 컨설팅 등 추가 프로그램 진행 수료자 대상 모니터링을 통해 변화 및 성과 점검 				

- 본 과정은 단기교육에서 다룬 5대 핵심 영역(건강·재무·여가·관계·일(경력))을 통합적으로 심화한 장기교육(8주 과정, 총 16시간) 프로그램임. ‘예비-준비-실행-사후관리’의 단계적 구조를 기반으로 주차별 교육을 체계화하여 노후준비의 필요성을 인식하고 각 영역에 대한 이해를 심화할 수 있도록 하였음. 아울러 실습 및 평가·상담을 포함함으로써 교육 이후에도 참가자가 실제 실행단계로 이어갈 수 있는 실천 기반을 마련하고자 설계하였음
- 1주차는 예비·준비 단계로, 노후진로 이해를 중심으로 노후 인생설계의 필요성을 인식하도록 구성하였음. 참가자는 생애설계 문답서 작성 등 자기진단 활동을 통해 현재의 삶을 구조화해 보고, 이후 교육 과정 참여에 필요한 학습 동기와 방향성을 확립하도록 유도함
- 2·3주차는 건강관리와 재무관리로 구성되며, 단기교육에서 제시한 핵심 영역을 장기교육 과정에 심화하여 반영한 것임. 건강관리에서는 생애전환기 건강자원 이해, 생활습관 재정비, 만성질환 관리 등 실행 중심의 학습을 진행하며, 재무관리에서는 노후 재무설계의 방향 재정립, 연금제도 이해, 자산관리 전략 등을 포함함. 4주차는 건강·재무 영역을 통합적으로 점검하는 평가·상담 단계로, 건강루틴 체크리스트 작성, 재무 상태 진단, 재무계획서 작성 등을 통해 실천전략을 구체화하도록 구성하였음
- 5·6·7주차는 여가관리-관계관리-일(경력)관리로 구성되며, 각각 단기교육의 핵심 영역을 기반으로 장기교육에 맞게 내용과 실습을 심화하였음. 여가관리에서는 여가의 의미 재정립과 지속가능한 여가 설계, 관계관리에서는 생애전환기 관계 재구조화와 지역사회 기반 연결망 확장, 일(경력)관리에서는 강점·경험에 기반한 경력 재해석, 재취업·창업 환경 이해, 사회공헌·지역활동 전략 등을 다룸. 8주차는 최종 평가·상담 단계로, 커리어앵커, 직업선호도 검사 등 진로 진단을 실시하고, 상담을 통해 일·여가·관계 영역을 통합적으로 고려한 노후 경력관리 방향을 모색하도록 하였음
- 교육 종료 후에는 수료자를 대상으로 1:1 개별상담과 전문가 컨설팅을 제공하여 노후준비의 구체적 실천방법과 향후 계획을 수립할 수 있도록 추가 지원함. 또한 정기적인 모니터링을 통해 수료자의 변화와 교육성과를 파악하고, 이를 향후 프로그램 설계와 운영에 반영하도록 함

3. 심화교육: 진로 실행 교육

1) 사회참여³⁾

3-1	사회참여를 위한 진로교육			
대상	• 사회참여활동 희망자		유형	• 장기교육(8주, 20시간/교시당 2.5시간)
목표	<ul style="list-style-type: none"> • 은·퇴직 이후 사회와의 연결을 통해 사회적 고립을 해소 • 사회참여로 삶의 만족도와 신체·정신건강 도모 및 자기 효능감 제고 • 개인의 경험과 역량을 지역사회 가치로 전환하는 실행 역량 강화 			
내용	주차	단계	핵심 주제	주요 내용
	1주차	예비	오리엔테이션 (내 삶의 변화 재해석)	<ul style="list-style-type: none"> • 노후준비를 위한 진로 개념의 이해 • 생애전환기에 나타나는 개인의 경험, 가치 재해석 • 개인의 경력과 역량 분석을 통한 목표 수립
	2주차	준비	사회참여 의미와 나의 역할	<ul style="list-style-type: none"> • 사회참여의 의미와 중요성 • 시민참여와 시민성, 공공성 등 사회적 원리 이해 • 지역사회 내 개인의 사회적 역할 탐색
	3주차		지역사회 이해와 참여 기반 탐색	<ul style="list-style-type: none"> • 지역사회의 이해(지역사회 지원지도 탐색) • 지역사회 문제와 공동체성 • 지역사회 문제해결 모델
	4주차	실행	지속가능한 사회참여 설계	<ul style="list-style-type: none"> • 사회참여 분야(돌봄, 복지, 환경 등) 탐색 • 사회참여 구조의 이해 • 사회참여 방법 및 지속 가능성 전략
	5주차		사회적 관계역량 강화	<ul style="list-style-type: none"> • 자기관리 역량 : 감정조절, 스트레스 관리 등 • 관계역량 : 네트워크 방법, 공감·갈등해결 능력, 의사소통 기술 등 • 실천·조직 역량 : 회의진행, 조직역할 분담 등
	6주차		사회참여 모델과 역할 이해	<ul style="list-style-type: none"> • 사회참여 우수사례 공유 • 지속 가능한 참여모델 탐색 • 개인 역할 가능성 발견 • 향후 참여방향 구상
	7주차		실습	<ul style="list-style-type: none"> • 사회참여 프로젝트 작성(그룹활동) • 참여 목표·대상·방법을 정리하는 실천 설계 • 지역사회 과제에 기반 한 소규모 실행계획 작성
	8주차		발표 및 피드백 수료식	<ul style="list-style-type: none"> • 프로젝트 발표 • 피드백 및 마무리
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> • 수료자 간의 정기적 모임을 운영, 지속적인 네트워킹 유지 • 사회참여활동 후 개인별 상담 및 피드백 진행 • 수료자 대상 조사(교육평가) 결과를 토대로 향후 프로그램 개성 및 추가 지원방안 모색 			

3) 본 프로그램은 서울대학교 노화고령사회연구소의 인생대학, 굿네이버스미래재단 은퇴준비학교, 국민연금공단 중앙노후준비지원센터 노후준비서비스의 내용을 참고하여 개발하였음

- 사회참여 교육은 참가자가 보유한 경험과 역량을 사회적 가치로 전환하고, 지역사회에서 수행할 수 있는 역할을 탐색·구체화하는 과정을 핵심으로 하여 8주, 20시간 체계로 설계하였음. 이는 사회참여가 새로운 기술 습득 중심의 교육이라기보다, 참여 동기를 형성하고 개인의 경험과 역량을 지역사회와 연결할 수 있는 실행 기반을 마련하는 데 중점을 두어야 한다는 교육적 특성을 반영한 구성임
- 사회참여는 참가자가 이미 축적해 온 삶의 경험과 관계 역량을 토대로 이루어지는 활동이라는 점에서, 장기간의 기술 중심 교육보다는 참여의 의미에 대한 이해에서 출발하여 역할 탐색, 소규모 실행, 공동체와의 연결로 이어지는 흐름을 안정적으로 형성하는 것이 중요함. 이에 따라 본 교육은 8주간의 과정 속에서 사회참여의 방향을 모색하고, 실습 기반의 프로젝트 수행을 통해 각자의 역할을 점진적으로 구체화할 수 있도록 구성하였음
- 아울러 사회참여 활동은 교육 이후의 지속성과 네트워크 유지, 공동체와의 연계가 핵심 요소라는 점을 고려하여, 본 과정은 ‘집중적 학습 + 사후관리 강화(네트워크 구축·정기 모임)’의 구조를 채택하였음. 이를 통해 단기간 내 참여 동기를 높이는 동시에, 교육 종료 이후에도 사회참여가 실제 활동으로 이어질 수 있는 기반을 마련하고자 하였음
- 1주차는 예비단계로 오리엔테이션과 함께 노후 진로의 개념과 생애전환기의 의미를 이해하는 데 초점을 둬. 이와 더불어 참여자는 자신의 삶에서 축적된 경험과 가치, 경력을 재해석하며 사회참여의 방향을 설정할 기초를 마련함
- 2주차는 사회참여의 의미와 개인의 사회적 역할을 탐색하는 과정으로, 시민성·공공성 등 사회적 원리를 이해하고, 지역사회 안에서 자신이 수행할 수 있는 사회적 역할을 폭넓게 검토함
- 3주차는 지역사회에 대한 이해를 심화하는 단계임. 지역사회 자원과 구조, 공동체성의 의미를 살펴보고, 지역사회 문제를 파악하는 기초적인 분석틀(문제해결 모델)을 익힘으로써 참여의 기반을 구축하는 것을 목적으로 함
- 4주차는 사회참여를 실제로 어떻게 실행할 것인지 설계하는 단계로, 돌봄·복지·환경 등 다양한 참여 분야를 탐색하고, 활동의 구조·역할·책임성 등 지속 가능한 참여 설계 전략을 이해함
- 5주차는 사회참여의 지속성을 확보하기 위한 관계역량 강화 단계임. 감정조절·스트레스 관리 등 자기관리 역량을 비롯하여, 네트워크 구축, 공감, 갈등해결, 의사소통 등

관계역량을 다루고, 더 나아가 회의 진행과 역할 분담과 같은 실천·조직 역량을 학습함으로써 사회적 상호작용 속에서 역할을 수행할 수 있는 기반을 강화함

- 6주차는 사회참여 모델을 이해하는 단계로, 복지·환경·문화·교육 등 다양한 분야의 사회참여 우수사례와 지속 가능한 참여모델을 살펴보고, 참가자의 기존 경험과 역량이 적용될 수 있는 역할 가능성을 탐색함. 이를 통해 개인이 사회참여 활동에서 수행할 수 있는 방향과 역할을 보다 구체화하도록 지원함
- 7주차는 실습 단계로, 조별 활동을 통해 사회참여 프로젝트를 직접 기획하는 과정임. 지역사회 과제를 기반으로 참여 목표·대상·방법 등을 체계적으로 정리하고, 소규모라도 실행 가능한 실천계획을 수립하여 실제 참여 경험으로 이어질 수 있는 기반을 마련함
- 8주차는 프로젝트 발표와 피드백을 통해 실천 계획을 구체화하고, 프로그램 전체를 마무리함. 또한 사후관리 단계에서는 정기 모임을 통한 네트워킹 유지, 사회참여 활동 경험에 대한 상담 및 피드백, 추가 참여 기회 연계 등을 제공하여 교육 이후에도 사회참여 활동이 지속될 수 있도록 지원함. 이를 통해 수료자가 지역사회 내에서 역할을 안정적으로 확장해 나갈 수 있는 기반을 마련하고자 함

2) 취업교육4)

3-2	취업을 위한 진로교육						
대상	• (재)취업 희망자		유형	• 장기교육(16주, 32시간/교시당 2시간)			
목표	<ul style="list-style-type: none"> • 노후의 경제적 안정을 위해 취업 역량 강화 • 이론과 실무(현장실습)를 통한 실질적이고 실행가능한 실무 적응력 제고 						
내용	주차	단계	핵심 주제	주요 내용			
	1주차	예비	오리엔테이션	<ul style="list-style-type: none"> • 노후준비를 위한 진로 개념의 이해 • 개인의 경력과 역량 분석을 통한 목표 수립 			
	2주차		재무설계	<ul style="list-style-type: none"> • 재무상태 점검, 노후재정계획 수립 • 맞춤 재무진단 			
	3주차	준비	진로설계	<ul style="list-style-type: none"> • 직무역량 진단(검사) • 맞춤형 진로설계(진로설계서 작성) 			
	4주차		취업설계	<ul style="list-style-type: none"> • 중장년 취업시장 이해 • 구직 전략과 정보 활용법 			
	5주차	실행	취업전략1	<ul style="list-style-type: none"> • 이력서 및 자기소개서 작성 • 상담 및 평가 			
	6주차		취업전략2	<ul style="list-style-type: none"> • 면접전략 및 대인관계 기술, 자기표현법 훈련 • 모의면접(실습 및 평가) 			
	7주차		실무교육1	실무교육1	<ul style="list-style-type: none"> • 관심 직무별 역량 강화(그룹활동) 〈예〉 서비스업 • 고객응대 및 서비스 마인드 교육 • 기본업무(카운터, 상품진열, 제고관리 등) • 문제해결 기술(고객 소통법, 상황별 문제해결법 등) 		
	8주차				실무교육2	실무교육2	<ul style="list-style-type: none"> • 안1: 실무 연계 심화교육 • 안2: 인턴십 준비(희망자 한) • 직무이해 및 역할 숙지, 기본 직장 예절 및 소통법 • 문제해결 및 대처 능력, 실습 시뮬레이션
	9주차						실무교육3
	10주차		소통기술	<ul style="list-style-type: none"> • 직장 내 커뮤니케이션 준비 • 대인관계 스트레스 관리 			
	11주차		디지털 역량	<ul style="list-style-type: none"> • 스마트폰PC 활용법, SNS 관리방법 • 디지털 금융서비스 실습 			
	12주차		심리관리	<ul style="list-style-type: none"> • 취업과정의 스트레스 완화법 • 취업의지 고취, 자존감 회복 			
	13주차		상담	<ul style="list-style-type: none"> • 취업 연계 상담 및 지원 • 1:1맞춤 취업상담 			
	14주차		수료식	수료식	<ul style="list-style-type: none"> • 네트워킹 구축 • 취업지원 제도 안내 		
	15주차	수료식			<ul style="list-style-type: none"> • 네트워킹 구축 • 취업지원 제도 안내 		
16주차	수료식	수료식	수료식	수료식			
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> • 수료자 대상 1:1 취업 상담 및 연계 서비스 정보 제공 • 수료자 대상 자격증 응시 및 실무경험 제공을 위한 현장 실습 제공 • 취업 이후 모니터링을 통해 성과 점검 및 후속 교육 고려 						

- 본 프로그램은 중장년층과 은퇴(예정)자를 대상으로 한 진로 실행교육으로, 개인의 생애 전환기 상황과 경력 상태를 진단한 뒤 그 결과를 기반으로 한 맞춤형 취업 준비 과정으로 설계되었음. 이론 학습뿐 아니라 실무교육, 현장체험, 사후관리까지 포함한 전주기(one-step) 진로지원 체계로 구성하여, 진로설계-실행-적응을 단계적으로 지원함
- 총 16주(32시간, 교시당 2시간) 과정으로, 1~2주차는 예비 단계로 노후진로 개념 이해, 경력·역량 분석, 재취업 목표 설정 등을 통해 학습 기반을 마련함. 이와 함께 재무상태 점검과 노후재정계획 수립을 병행하여, 경제적 준비와 취업 준비가 연계될 수 있도록 구성함
- 3·4주차는 취업을 위한 준비단계로 진로 및 취업을 설계함. 3주차 진로설계에서는 직무 역량 진단검사를 통해 직무에서의 강·약점을 파악하고 직무 수행능력을 객관적으로 점검하고 진로설계서를 작성해 개인에 맞는 구직 전략 수립을 지원함. 4주차 취업설계에서는 중장년의 재취업 시장에 대한 이해와 함께 구체적인 구직 전략과 정보 활용법을 제공함
- 5주차~16주차는 실행단계로 취업전략, 실무교육, 소통 및 디지털 역량 강화, 심리관리 및 상담 등으로 구성하였음. 세부적으로 살펴보면, 5·6주차에는 취업을 위한 이력서 및 자기소개서 작성, 면접 전략 및 기술을 집중적으로 다뤄 실제 취업에 적용할 수 있도록 구성함. 특히, 이력서 및 자기소개서 작성을 개별적으로 상담함으로써 취업 첫 관문에 자신감을 부여하고 모의면접을 실시해 실제 면접까지도 준비할 수 있도록 함
- 7주차~11주차는 실무교육과정으로 7·8주차에는 관심 직무별 역량을 강화함. 각 역량을 강화하는 실습 중심으로 진행하며(서비스업, 사무행정, 영업 등에 필요한 기본업무, 문제 해결 기술, 마인드 교육 등), 그룹활동(역할극 등)으로 실전에 적용 가능하도록 함. 9·10주차는 교육생의 의사를 반영해 각각 그룹별로 실무 연계 심화교육과 인터십 준비교육을 실시함. 인터십 준비는 직무이해 및 역할 숙지, 기본 직장 예절 및 소통법, 시간 관리 및 업무처리법 등을 실제 업무 상황을 시뮬레이션하고 피드백을 통해 개선점을 찾는 과정으로 운영함. 실무교육 마지막인 11주차에는 현장견학 및 멘토링으로 구성, (서비스업의 경우) 실제 매장을 방문해 가상 시나리오를 통한 대면 응대, 역할극 등 피드백을

4) 한국고용정보원의 성실프로그램: 성공적인 실버 취업을 돕기 위한 프로그램, 중장년내일센터에서 시행하는 전직 지원 프로그램, 서울시50플러스재단의 서울런 4050사업, 한국고용노동연구원 퇴직준비교육 대상자를 위한 미래설계과정 등을 참고하여 개발함

통한 개선점을 도출함. 이때 현직자의 멘토링을 통한 실전 경험을 축적하고 네트워크도 형성할 수 있도록 함

- 12~14주차에는 취업에 필요한 기술과 역량, 그리고 심리관리로 구성했으며 12주차에는 직장 내의 원활한 커뮤니케이션 기법을 학습하고 대인관계에서 발생할 수 있는 다양한 갈등관계 대처법과 스트레스 관리법을 제공함. 13주차에는 스마트폰 PC 인터넷 활용, SNS 관리 등 디지털 역량을 강화하고 디지털 금융서비스를 실습함으로써 능숙하게 디지털을 활용할 수 있도록 교육함. 14주차에는 취업과정에서 오는 부담감과 스트레스를 완화하는 기법과 함께 취업의지를 고취하며 자존감을 회복하는 방법을 터득하는 내용으로 구성함
- 15주차는 취업과 연계된 상담 및 지원으로 1:1 맞춤형 취업상담을 진행해 교육과정에서 미흡했던 부분을 체크하고 개별적 취업고충을 해소하도록 진행함. 마지막 16주차에는 수료식과 함께 교육 이후 수료생들과의 지속적인 교류를 위해 네트워크를 구축하고 정부의 다양한 취업지원 제도를 안내함
- 교육 이후 희망자를 대상으로 전문적인 취업 상담(전문 컨설턴트의 개별 진로상담 등)을 진행하며 채용정보, 직무역량 진단검사 분석, 이력서 및 면접 코칭 등 본 교육에서 미흡한 부분을 지원함. 또한 수료자를 대상으로 국가기술자격시험, 취업 훈련비 등 교육비 지원프로그램을 안내하고 실무경험을 쌓기 위한 현장실습을 제공함. 취업 이후에는 모니터링을 통해 성과를 점검하고 후속 교육에 반영함

3) 창업교육⁵⁾

3-3	창업을 위한 진로교육			
대상	• 창업 희망자		유형	• 장기교육(16주, 32시간/교시당 2시간)
목표	<ul style="list-style-type: none"> • 경험을 토대로 전문성과 네트워크를 확장해 창업에 대한 두려운 해소 • 창업 기초이론 실습 및 멘토링 등 실질적인 창업에 필요한 역량 강화 			
내용	주차	단계	핵심 주제	주요 내용
	1주차	예비	오리엔테이션	<ul style="list-style-type: none"> • 노후준비를 위한 진로 개념의 이해 • 개인의 경력과 역량 분석을 통한 목표 수립
	2주차		진로설계	<ul style="list-style-type: none"> • 직무역량 진단(검사) • 창업동기와 목표 설정(창업설계서 작성)
	3주차	준비	창업설계	<ul style="list-style-type: none"> • 창업 개념 이해 및 성공조건 • 성공창업 사례 공유 및 분석
	4주차		시장조사	<ul style="list-style-type: none"> • 시장 및 경쟁 분석 • 창업 아이디어 도출 및 검증방법 • 시니어 특화 아이템 개발 전략
	5주차	실행	사업계획1	<ul style="list-style-type: none"> • 비즈니스 모델 캔버스(BMC) 작성법 • 사업계획서 작성 기초
	6주차		사업계획2	<ul style="list-style-type: none"> • 수익구조 및 비용 구조 설계
	7주차		직무·아이템 실무 준비	<ul style="list-style-type: none"> • 아이템별 필요 기술·서비스 요소 분석 • 창업 아이템 구체화를 위한 실습 및 피드백
	8주차		마케팅 전략	<ul style="list-style-type: none"> • 브랜드 구축과 홍보전략 • 고객 관계 관리(CRM)
	9주차		창업실무1	<ul style="list-style-type: none"> • 창업 관련 법률 이해 • 세무 신고 및 회계 기초 • 인사·노무 관리 기본
	10주차		창업실무2	<ul style="list-style-type: none"> • 재무관리 및 자금조달 전략 • 정부지원사업 및 창업 자금 지원 • 투자 유치와 자금계획 수립
	11주차		창업실전1	<ul style="list-style-type: none"> • 창업실무 프로세스
	12주차	창업실전2	<ul style="list-style-type: none"> • 창업 아이템 시제품 제작 및 검증 	
	13주차	심리관리	<ul style="list-style-type: none"> • 창업과정의 심리적 변화 이해 • 스트레스 완화법 및 마인드셋 확립 	
	14주차	사례공유	<ul style="list-style-type: none"> • 창업 성공사례 강연 	
	15주차	상담·멘토링	<ul style="list-style-type: none"> • 전문가 1:1 멘토링과 창업 컨설팅 	
	16주차	수료식	<ul style="list-style-type: none"> • 네트워크 구축 • 창업 지원 정책 및 후속 지원 안내 	
사후 관리	<ul style="list-style-type: none"> • 수료자 간 네트워킹 및 소통 모임 운영 • 창업 선배 및 전문가 멘토링과 네트워크 활성화 • 창업자 대상 맞춤형 멘토링과 경영·기술 지원 • 창업 이후 모니터링을 통해 성과 점검 및 후속 교육 고려 			

5) 한국고용노동연구원의 퇴직준비교육 대상자를 위한 미래설계과정, 서울시50플러스재단의 서울시50플러스창업학교, 소상공인시장진흥공단의 신사업창업사관학교 등을 참고해 개발함

- 본 프로그램은 중장년층이 보유한 경험·전문성·사회적 네트워크를 기반으로 창업에 대한 심리적 부담을 완화하고, 실제 창업 실행으로 연결될 수 있도록 지원하는 진로 실행교육임. 창업을 노후준비의 적극적 경로로 설정하여 경제적 자립과 사회적 참여를 동시에 도모하고자 하는 과정으로, 16주(32시간) 동안 창업의 기초 이론에서 실무, 실전 단계까지 단계적으로 학습하도록 설계하였음
- 1·2주차는 예비 단계로, 1주차에는 노후준비 관점에서 진로 개념을 이해하고 개인의 경력·역량을 점검함. 이를 바탕으로 창업이 인생 후반기의 진로 대안으로 적합한지 검토하고, 향후 목표를 설정하도록 구성함. 2주차에서는 직무역량검사를 실시하여 수강생의 강·약점과 업무능력을 객관적으로 파악하고, 이를 토대로 교육과정에 반영하여 맞춤형 학습이 이루어지도록 함. 또한 창업설계서 작성을 통해 창업 동기와 목표를 명확히 설정하도록 구성함
- 준비 단계인 3·4주차는 창업설계와 시장조사로 구성됨. 3주차에서는 창업의 기본 개념을 이해하고 성공사례 분석을 통해 창업 성공요인을 파악하도록 함. 4주차에서는 실제 실행에 앞서 시장조사와 아이템 개발을 진행하며, 시장·경쟁 분석 방법, 아이디어 도출 및 검증 절차, 제품·서비스 아이디어 발굴, 시니어 특화 아이템 개발 전략 등을 학습하도록 설계함
- 본 과정의 실행단계인 5주차부터는 사업계획, 창업실무, 실전 등 창업에 필요한 실무역량과 전략을 단계적으로 다룸. 5·6주차에서는 사업계획서 작성과 비즈니스 모델 설계에 집중하여, 비즈니스 모델 캔버스(BMC: Business Model Canvas) 작성법(고객 세그먼트, 가치 제안, 채널, 고객 관계, 수익원, 핵심자원, 핵심활동, 핵심파트너십, 비용 구조)을 기반으로 창업 아이디어를 구조화하도록 구성함. 7주차에는 관심 분야별 실무 이해와 창업 아이템의 구체화를 통해 사업계획 수립과 실전 단계 사이의 연결 기반을 마련함. 이어지는 8주차에서는 온·오프라인 마케팅 전략, SNS·유튜브 등 디지털 마케팅 활용법, 고객 관계 관리(CRM: Customer Relationship Management)와 서비스 개선 등 창업 성공을 위한 핵심 전략을 학습하도록 구성함
- 9·10주차는 창업 시 반드시 알아야 할 관련 법률(사업자 등록, 지식재산권 등)에서부터 세무 신고 및 회계 기초, 인사·노무 관리, 재무관리 및 자금조달 전략(정부 지원, 투자 유치) 등 창업실무와 자금조달에 관한 내용으로 구성함. 11·12주차는 창업실전으로

아이디어 발굴부터 공급망·재고 관리 등 사업 운영까지 프로세스와 창업 아이템 시제품을 제작 및 서비스 검증 실습을 진행함

- 13주차는 창업 과정에서 경험할 수 있는 심리적 변화를 이해하고 스트레스 관리와 안정적 마인드셋을 형성하는 내용으로 구성함. 14주차에서는 중장년 창업 성공자의 강연을 통해 실제 창업 사례와 성공 전략을 공유하고, 15주차에는 창업전문가의 1:1 멘토링과 컨설팅을 통해 개별 사업계획을 점검하며 실전 감각을 강화하도록 함. 마지막 16주차에는 수료식을 진행하며 수료자 간 네트워크를 형성·확장할 수 있는 기반을 마련하고 프로그램을 마무리함
- 교육 종료 후에도 수료자 간의 네트워크가 지속될 수 있도록 정기적 교류를 지원하며, 창업 전문가 멘토링을 운영해 창업 과정 전반에 대한 피드백과 후속지원을 제공함. 이를 통해 축적된 창업 사례와 경험은 향후 교육 프로그램 개선과 콘텐츠 고도화에 반영하도록 함

5

결론 및 한계

제1절 연구결과

제2절 연구한계



제5장 결론 및 한계

제1절 연구결과

- 본 연구는 급속한 고령화와 노동시장 구조 변화로 중·장년층의 생애환경이 크게 변화하는 상황에서, 지역 사회 차원에서 실질적인 노후준비체계를 마련하기 위해 어떠한 교육적 기반이 요구되는지를 규명하고자 하였음
- 인천광역시의 노후준비 실태조사 결과 시민들은 건강·재무·일(경력) 영역에서 준비도가 낮고, 단순한 정보 제공이나 인식 제고를 넘어 개인 특성을 반영한 맞춤형 교육과 상담을 필요로 한다는 점이 드러났음. 이는 노후준비를 단일 영역의 대비로 볼 것이 아니라, 중·장년기라는 생애전환기를 중심으로 삶의 여러 영역을 통합적으로 재구성해야 하는 과정으로 이해할 필요가 있음을 시사하는 것임
- 이에 본 연구는 먼저 노후준비의 개념을 기존의 재무 및 노년기 중심 접근에서 벗어나, 재무·건강·여가·관계·일(경력)이 상호 연계된 다차원적 구조로 재정립하였음. 특히 ‘일(경력)’ 영역을 독립된 축으로 포함한 인천형 노후준비 5대 영역 체계는 중·장년층의 생애전환기에서 직업·역할 변화가 노후의 경제적 안정뿐 아니라 관계·정서·여가활동 등 삶 전체에 깊게 영향을 미친다는 점을 반영한 결과임. 이는 노후준비를 노년기 직전의 제한적 대비로 이해하던 관점을 넘어, 중·장년기 이후 전 생애에 걸친 지속적·발달적 자기설계 과정으로 개념을 재정립한다는 점에서 의의가 있음
- 아울러 본 연구는 진로교육의 개념 또한 전통적인 ‘직업 선택과 재취업 준비’에서 벗어나, 성인의 생애단계 전반을 아우르는 생애설계 교육으로 재구조화하였음. 「진로교육법」 개정으로 성인 진로교육의 제도적 기반이 마련되면서, 진로교육은 경력 전환 지원을 넘어 자기이해, 건강·정신건강 관리, 재무역량 강화, 사회관계 유지, 여가·학습·사회참여 설계 등 삶의 질 전반을 아우르는 방향으로 확대되는 흐름을 보이고 있음. 이러한 흐름은 인천형 노후준비 진로교육이 단순한 취업·창업 교육을 넘어, 중·장년층이 자신

의 후반 생애를 스스로 설계할 수 있도록 돕는 통합적 학습체계가 되어야 함을 뒷받침하는 것임

- 본 연구에서 제시한 인천형 노후준비 진로교육 프로그램(안)은 이러한 개념적·정책적 토대를 바탕으로, 중·장년층이 자신의 준비 수준을 진단하고 생애 방향을 재정립하며 실행 가능한 계획을 마련하도록 지원하는 구조로 설계되었음. 특히 ‘사전진단-기초교육-심화모듈-개별상담-사후관리’로 이어지는 단계적 운영 구조, 5대 영역에 기반한 교육 콘텐츠 구성, 지역 자원(평생교육기관, 일자리 지원체계 등)과의 연계, 학습자 특성에 따른 맞춤형 지원 방식 등은 실제 현장에서 적용 가능한 실행력을 갖춘다는 점에서 의미가 있음. 이러한 프로그램 구조는 기존의 인식 중심 노후교육의 한계를 넘어 노후준비의 실행력을 강화하는 기반이 되며, 향후 지역 기관 간 협력을 통해 통합적 노후준비 지원체계 구축에 기여할 수 있다는 점에서 의의가 있음
- 즉 인천형 노후준비 진로교육은 단순한 프로그램 개발을 넘어, 초고령사회에 대응하기 위한 통합적·생애주기적 노후준비지원체계의 출발점으로 기능할 수 있음. 중·장년층의 생애전환기를 정교하게 지원하는 교육은 개인의 자기효능감과 생애만족도를 제고할 뿐만 아니라, 지역사회의 지속가능성을 강화하는 중요한 기반이 됨. 이에 본 연구는 이러한 체계 구축을 위해 필요한 방향성과 실천적 기반을 제시했다는 점에서 의의를 가지며, 향후 본 연구에서 도출된 인천형 모델이 지역의 여건과 특성을 반영하여 현장 중심의 정책으로 구체화되고 지속적으로 발전되기를 기대함
- 이와 같은 연구 결과를 토대로 본 연구의 함의는 첫째, 노후준비는 특정 영역의 개선이나 단편적 인식 제고만으로 해결될 수 없는 다영역·통합적 과제임이 본 연구를 통해 다시 확인되었다는 점임. 이는 노후준비를 단일 영역 중심의 대비로 이해하기보다, 중·장년기라는 생애전환기를 축으로 삶의 여러 영역을 통합적으로 재구성하는 과정으로 접근해야 함을 시사함. 이러한 관점은 「노후준비지원법」의 4대 영역에 더해 경력(일)을 독립된 축으로 포함한 인천형 노후준비 5대 통합영역 체계를 적용할 필요성을 뒷받침하는 것이라 할 수 있음
- 둘째, 진로교육은 전통적인 직업선택·채취업 지원을 넘어, 성인의 생애전환기에서 삶의 목표와 방향을 재정립하는 생애설계 교육으로 확장되어야 함이 본 연구를 통해 확인되었음. 본 연구에서 도출된 진로교육 내용은 경력 재설계뿐 아니라 정신·신체 건강관리,

재무역량 강화, 사회적 관계 유지, 평생학습과 자기계발 등 전인적 삶의 질을 구성하는 핵심 영역을 포괄하는 방식으로 재정의되었음. 이는 「진로교육법」 개정 이후 강화된 성인 진로교육의 제도적 기반과도 정합성을 갖는 것으로, 인천형 진로교육이 노후준비의 핵심 영역을 서로 연결하고 통합하는 역할을 수행해야 함을 시사하는 것이라 하겠음

- 마지막으로 본 연구에서 개발한 노후준비 진로교육 프로그램(안)은 기존의 강의 중심 교육방식과 달리, 개인의 준비 수준과 생애전환 특성을 반영한 ‘예비-준비-실행-사후관리’의 단계적 구조로 설계되었다는 점에서 의의가 있음. 이러한 단계적 운영 체계는 중·장년층이 자신의 가치, 경력, 건강, 재무 상태를 종합적으로 점검하고 이를 바탕으로 실행가능한 생애계획을 구체화할 수 있도록 지원하는 실천적 장치로 기능함. 이는 기존의 인식 중심 노후교육이 갖는 한계를 넘어, 실제 행동 변화를 유도하는 실행 중심 교육모델로 전환할 수 있음을 보여주는 결과임. 더불어 평생교육기관·일자리센터 등 지역 자원과 연계하여 운영될 경우, 향후 지역 차원의 통합 노후준비지원체계 구축을 뒷받침하는 기반으로 작용할 수 있다는 점에서 본 연구의 함의가 있음

제2절 연구한계

- 본 연구는 인천형 노후준비 진로교육 프로그램의 기본 구조를 마련하고 중·장년층의 생애전환기 특성을 반영한 교육·상담 체계를 제시했다는 점에서 의의가 있으나, 다음과 같은 한계가 분명히 존재하며 이는 향후 연구와 정책 개발에서 보완되어야 할 과제로 남아 있음
- 첫째, 본 연구는 특정 시점의 실태조사 자료를 기반으로 중·장년층의 노후준비 수준과 교육 요구를 분석하였다는 점에서, 생애전환기 특성의 시간적 흐름과 변화 과정을 충분히 반영하지 못한 한계가 있음. 중·장년층의 경력 변화, 가족구조의 재편, 건강 상태의 변동, 경제적 기반의 변화 등은 시간이 지남에 따라 달라지며, 이러한 변화는 교육 요구뿐 아니라 진로교육 프로그램이 제공해야 할 내용과 방식에도 직접적 영향을 미치는 요소라 할 수 있음
- 그러나 본 연구는 중·장년층의 노후준비 요구가 시간의 흐름 속에서 어떻게 변화하고 축적되는지, 그리고 교육 개입이 장기적으로 어떤 효과를 가져오는지를 충분히 반영하지 못하였음. 이는 본 연구가 노후준비를 지원하기 위한 진로교육 프로그램을 개발하는데 주요 목적이 있다는 점에서 프로그램이 실제로 개인의 생애전환기에 어떠한 변화를 유도하고 어떠한 방식으로 지속적 효과로 이어지는지를 검토하기에는 한계가 있었음을 의미함. 향후에는 교육 프로그램이 학습자의 삶 전반에 미치는 영향과 변화 양상을 보다 체계적으로 분석하여, 프로그램의 설계와 운영의 정밀성을 높일 수 있는 근거를 확보할 필요가 있음
- 둘째, 본 연구에서 개발한 노후준비 진로교육 프로그램은 개념적·구조적 설계에 중점을 두었기 때문에, 실제 운영 과정에서의 적용 가능성과 효과성을 충분히 검증하지 못하였음. 따라서 ‘예비-준비-실행-사후관리’로 구성된 단계별 체계가 학습자의 참여와 만족도, 나아가 행동 변화로 어떻게 연결되는지는 향후 시범 적용과 평가를 통해 확인될 필요가 있음. 또한 상담과 사후관리 기능을 안정적으로 운영하기 위해 요구되는 인력·예산·기관 간 협력 구조 역시 구체적으로 마련되어야 하며, 이는 후속 연구에서 중요한 과제로 다루어져야 할 것임. 교육 프로그램의 실질적 효과를 확보하기 위해서는 이러한 운영 기반과 성과를 체계적으로 검증하는 과정이 필수적이기 때문임

- 셋째, 본 연구는 노후준비 진로교육을 지역 자원과 연계하여 운영할 필요성을 강조하였으나, 실제 기관들이 어떻게 역할을 나누고 협력 구조를 형성할 것인지에 대해서는 충분히 구체화하지 못하였음. 노후준비는 교육뿐 아니라 일자리, 복지, 건강, 금융, 관계망 등 여러 영역이 함께 작동해야 효과가 나타나는 복합적 정책 분야임에도 본 연구에서는 인천 내 평생교육기관·일자리센터·복지기관 등이 어떤 방식으로 연계되고 참여해야 하는지에 대한 실증적 논의를 제시하는 데 한계가 있었음. 이에 향후에는 지역 차원의 연계 모델을 보다 명확히 하고, 기관 간 협력이 학습자에게 실질적인 지원으로 이어질 수 있도록 제도적·운영적 기반을 마련하는 연구가 필요함
- 이와 같은 한계에도 불구하고 본 연구는 인천형 노후준비 진로교육의 개념적 기반과 기본 구조를 제시했다는 점에서, 지역 차원의 통합적 노후준비지원체계를 구축하기 위한 중요한 출발점을 마련했다는 의의를 가짐. 향후에는 본 연구의 성과를 토대로 시범사업 운영과 효과성 평가, 기관 간 협력체계 구축 등을 단계적으로 추진하여, 인천형 노후준비지원체계가 실제 정책으로 구현될 수 있도록 지속적인 보완과 발전이 이루어질 필요가 있음

[참고문헌]

[국내자료]

- 강소란·권진희·김성은·장미나·강민지. (2019). 50+ 생애전환교육의 특성과 방향. 서울시50플러스재단.
- 강유진. (2005). 한국 성인세대의 노후준비에 관한 연구: 30·40·50대 기혼남녀를 대상으로. 한국지역사회생활과학회지, 16(4).
- 김미령. (2013). 준고령자와 고령자의 은퇴만족도 영향요인 비교분석. 한국노년학, 33(3), 617-636.
- 김병연. (2023). 노후에는 준비할 수 없는 노후준비. 지성과 감성.
- 김주성·최수일. (2010). 라이프스타일이 노후준비도 및 생활만족도에 미치는 영향. 한국가족복지학, 15(3), 97-119.
- 문찬주·이재영. (2022). 성인 진로교육 정책 수립을 위한 진로교육 수요 분석. 한국직업능력연구원.
- 박세희·강순화. (2018). 노후준비요인의 결합관계가 삶의 만족도에 미치는 영향: 퍼지셋 질적 비교분석(fs/QCA)을 중심으로: 퍼지셋 질적 비교분석(fs/QCA)을 중심으로. GRI 연구논총, 20(4), 173-196.
- 박창제. (2008). 중·고령자의 경제적 노후준비와 결정요인. 한국사회복지학, 60(3), 275-297.
- _____. (2018). 중고령자의 재무적 노후준비 경향과 영향요인 연구. 노인복지연구, 73(4), 217-248.
- 서유정·이재열·이윤진. (2020). 성인 진로교육 활성화를 위한 연구: 법령 개정을 중심으로. 한국직업능력개발원.
- 성혜영·김아람. (2017). 은퇴 예정자를 위한 노후준비 교육 프로그램 개발. 국민연금연구원.
- 성혜영. (2018). 노후준비서비스 발전방안. 한국노년학회 학술대회 논문집, 183-199.
- 손민정·조인수·최정은(2018). 생애진로분기점별 진로정체성 혼돈에 따른 진로전략 분석. 한국산학기술학회논문지, 19(6).
- 송기영. (2018). 노인의 노후준비가 성공적 노화에 미치는 영향과 삶의 만족도의 매개효과. 노인복지연구, 73(1), 469-503.
- 송민혜·이유리·강민지. (2023). 서울형 중장년 노후준비지원 실행방안 연구. 서울시50플러스재단.
- 송지선·경정아. (2021). 중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 형성지원 방안.

- 신진이·전태숙. (2016). 베이비붐 세대의 노후준비가 삶의 만족도에 미치는 영향 연구. 21세기 사회복지연구, 13(2), 193-218.
- 유재남·박상희. (2023). 베이비붐 세대 통합적 노후준비에 따른 삶의 만족도 변화 연구. 한국케어매니지먼트 연구, (46), 121-151.
- 이계상. (2018). 언론인의 노후준비와 사회적 지지가 삶의 만족도에 미치는 영향.
- 이병석. (2020). 노후준비교육 프로그램이 중장년층의 노후준비도에 미치는 효과. 경성대학교.
- 이소정. (2016). 노후준비지원 정책 현황과 과제. 보건복지포럼, 2016(9).
- 이영광. (2023). 국내 중장년 노후준비 양적 연구에 대한 체계적 문헌고찰. Andragogy Today, 26(3), 1-26.
- 이영대. (2025). 생애단계별 진로교육의 목표와 내용. 상담과 지도.
- 이재열·문찬주·주인중. (2022). 성인 진로교육 수요 분석 및 정책수립 방안 연구. 한국직업능력 연구원.
- 이재은. (2023). 성인 진로교육의 발전과제: 목표와 내용체계, 거버넌스 확립을 중심으로. 고려대학교 HRD정책연구소.
- 이지연·김재희. (2020). 평생교육 관점에서의 진로교육 발전 방안. 평생교육학연구, 26(4).
- 임소현·이영광. (2022). 서울시 중장년 노후준비 지원방안. 서울시50플러스재단.
- 임안나. (2024). 고령자의 노후준비에 관한 연구. The Journal of the Convergence on Culture Technology, 407-415.
- 정경희. (2013). 고령화 시대의 노년기 준비의 의의와 과제. 보건복지포럼, 204, 6-14.
- 정진철·이승엽·강민지·김기민. (2024). 성인 진로교육 목표 및 내용체계 개발. 농업교육과 인적자원개발, 56(1), 137-164.
- 조인희·김영진. (2016). 사회적 지지, 자기효능감 및 죽음불안이 중년기의 노화불안에 미치는 영향. 예술인문사회 융합 멀티미디어 논문지, 6(2), 179-188.
- 채은희. (2019). 선행연구의 주제어 분석을 통해 본 노후준비의 의미. 인문사회21, 10(5), 355-367.
- 황길주·정명희. (2021). 노후준비가 성공적 노화 문화에 미치는 영향. 문화산업연구, 21(3), 171-179.
- 황남희. (2025). 국민의 노후준비수준 변화와 과제. 한국보건사회연구원.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. The gerontologist, 37(4), 433-440.
- 교육부. (n.d.). <https://www.moe.go.kr/>(검색일: 2025.10.10).
- 국민연금공단 중앙노후준비지원센터. (n.d.). <https://csa.nps.or.kr/>(검색일: 2025.10.10).

- 굿네이버스미래재단. (n.d.). <http://www.gnmirae.or.kr/>(검색일: 2025.10.28).
- 부산광역시장노년일자리지원센터. (n.d.). <https://www.busan50plus.or.kr/>(검색일: 2025.10.28).
- 서울대학교 노화·노령사회연구소. (n.d.). <https://ioa.snu.ac.kr/>(검색일: 2025.10.28).
- 서울시50플러스재단. (n.d.). <https://www.50plus.or.kr/>(검색일: 2025.10.25).
- 서울특별시평생교육진흥원. (n.d.). <https://slei.seoul.kr/>(검색일: 2025.10.28).
- 소상공인시장진흥공단. (n.d.). <https://www.semas.or.kr/>(검색일: 2025.10.25).
- 중장년내일센터. (n.d.). <https://www.elifeplan.or.kr/>(검색일: 2025.10.25).
- 한국고용노동교육원. (n.d.). <https://www.keli.kr/>(검색일: 2025.10.25).
- 한국고용정보원. (n.d.). <https://www.keis.or.kr/>(검색일: 2025.10.25).
- 한국보건사회연구원. (n.d.). <https://www.kihasa.re.kr/>(검색일: 2025.10.10).

인천광역시 고령사회대응센터 정책연구 2025-5

인천형 노후준비를 위한 진로교육 프로그램 개발

발행일 || 2025년 12월

발행인 || 박정숙

발행처 || 인천광역시 고령사회대응센터

주소 || (22101) 인천광역시 미추홀구 석정로 229, 10층

전화 || (032)715-5491 팩스 || (032)715-5319

홈페이지 || <https://www.inlife.or.kr/>

인쇄 || 모든광고기획 (032)891-4911

ISBN 979-11-90449-17-5 : 비매품

본 보고서의 저작권은 인천광역시 고령사회대응센터에 있으며,
본 센터의 허락 없이 무단전제와 복제를 금합니다.