

사업계획서

1. 사업명 : 노인의 가치 있는 삶을 위한 생애 설계 및 심리정서 지원 사업 : 고귀한 삶을 나누다

2. 사업목적

- 1) 노년기에 경향하게 되는 고독과 역할상실 등에 대한 심리/정서적 돌봄을 통해 긍정적인 삶의 태도를 갖도록 함
- 2) 자서전 제작, 생애가치설계를 통해 자신의 강점을 발견하고 무형/유형의 자산의 가치를 재설정하여 개인, 가족, 사회 안에서의 가치 있는 삶의 장을 마련하고자 함

3. 사업 필요성

1) 고령 사회를 넘어 초고령사회로 : 노인인구에 대한 돌봄 필요성 대두

- 현재, 우리나라는 총인구의 15.7%가 65세 이상 고령인구로 구성이 되어 있다. 이는 세계적으로 비교가 되지 않을 정도로 빠른 속도이다. 보건의료기술의 발달로 평균수명이 연장되고 출산율 감소로 인해 전체 인구에서 노인이 차지하는 비율이 급격하게 증가하고 있다. 2025년에는 20.3%에 이르러 초고령사회로 진입 할 것으로 전망된다.¹⁾
- 2)인구의 고령화는 전체 사회가 직면하게 되는 문제이다. 고령화 사회에서 노인은 고독과 역할상실, 빈곤, 질병 등으로 어려움을 겪게 되고, 사회는 사회적으로 보호하고 경제적으로 지원해야 할 급격한 노인인구 비율의 증가로 인해 의료비 증가, 연금고갈, 노동인력 감소, 사회복지서비스 대상 및 비용의 증가 등의 문제를 안게 된다.
- 3)우리나라 65세 이상 고령층 5명 중 1명은 독거노인인 것으로 나타났다. 또 고령층은 다른 연령대에 비해 자살률과 사회적 고립도도 높은 것으로 조사됐다. 혼자 사는 노인들은 경제적·신체적으로는 물론, 정서적으로도 열악한 환경에 놓여있을 가능성이 높아 가장 취약한 집단으로 꼽힌다.
- 고령화로 인한 사회문제는 노인 스스로가 극복하기에는 어려움이 있다. 이에 본 사업은 심리·정서적 영역에서의 돌봄을 통해 노인 자신이 겪게 되는 어려움을 경감 시키고자 한다. 또한 노년기에 직면하게 되는 어려움을 인정하고 발달과업을 이해할 수 있도록 돕고자 한다.
자신의 역할을 재정립하는 프로그램을 제공하여 긍정적인 삶의 태도를 가질 수 있도록 기회를 제공하고자 한다.

2) 가치 있는 노년의 삶을 추구하고자 하는 욕구 증가

- 최근 노인의 욕구는 의식주 중심의 생존 수준을 넘어 삶의 질을 높이기 위한 방향으로 변화하고 있다.
- 4)2017년, 대한노인회 노인자원봉사지원본부와 백세시대가 1,000명으로 실시한 설문조사에서 우리 사회가 노인에게 기대하는 역할이 있다고 71.8%가 응답하였으며 이웃을 돕는 것이 노인의 역할이라는 것에 74% 공감했다. 자원봉사활동이 노년 생활 전반에 긍정적인 영향을 미쳤다는 응답도 83.8%에 달했다.
이는 사회구성원으로서 기여하고자 하는 노인의 욕구를 반영한 사례라고 볼 수 있다.
- 본 사업은 생애가치설계를 통해 자신의 강점과 역할을 발견하고 구체적인 실행 방안을 계획하고 실천 해 볼 수 있는 기회를 가져보고자 한다. 또한 자신의 가지고 있는 무형/유형의 자산의 가치를 재설정하고 이를 통해 개인, 가족, 사회 안에서의 가치 있는 삶의 장을 마련하고자 한다.

1) 통계청, 2020

2) 고령화사회의 사회경제적 문제와 정책대응방안 : OECD 국가의 경험을 중심으로(김미숙, 원종욱, 서문희, 강병구 김교성 임유경, 2003)

3) '국민 삶의 질 2020' 보고서

4) 백세시대(<http://www.100ssd.co.kr>)

4. 사업내용 및 추진 방법

1) 사업 참여자 및 인원

참여자	인원	참여자 선정기준
65세 이상 노인	<p>총 80명</p> <ul style="list-style-type: none"> - 프로그램은 총 4회기로 구성 - 매월 10명 참여 <p>*코로나 확산 방지를 위해 소그룹으로 구성</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 전국 종합사회복지관 노인복지관/시니어클럽 추천자 - 기아대책 산하 21개 기관 추천자 - 추천서, 신청서 제출 후 선발

2) 사업내용 및 방법

세부 사업명	활동 내용(수행 방법)
자서전 제작	<p>1. 모집 및 신청</p> <p>1) 기간 : 2021년 9월 - 2022년 5월 (9개월)</p> <p>2) 방법 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 모집 : 노인복지 관련 시설 (단체) 추천 한국사회복지관협회, 한국사회복지협의회(복지넷) 협조공문 발송(게시판 게시) 기아대책 산하 시설 21개 기관 추천 기아대책 후원자 그룹 - 신청 : 유선 안내 및 신청(추천)서 제출 <p>3) 대상자 및 인원 : 총 80명</p> <ul style="list-style-type: none"> - 65세 이상 노인 - 조손가정 및 무연고 독거노인 우선 선발 - 기관당 10명의 인원으로 구성 <p>2. 활동 내용 :</p> <p>1) 자서전 제작</p> <p>(1) 기간 : 2021년 9월 - 2022년 5월(9개월)</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1개월당 4회기 진행 / 총 32회기 <p>(2) 주요 내용 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 자서전 제작 - 인생에서 의미 있었던 순간을 이야기 형식으로 사진을 삽입하여 제작 - 가족용으로 추가 제작하여 가족 및 지인에게 삶을 공유 <p>2) 영상자서전 제작 (가칭 씨네그라피)</p> <p>(1) 주요 내용</p> <ul style="list-style-type: none"> - 프로그램 진행 스케치 및 인터뷰 진행 <p>3) 출판행사 *코로나 방역지침에 따라 변경 가능</p> <p>(1) 일시 : 2022년 5월 중(1회) /예정</p> <p>(2) 장소 : 한국방송회관 대회의장 /*변경가능</p> <p>(3) 주요 내용 :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 제작된 자서전 중 대표작 출판 - 가족, 지인을 초청하여 기념행사 진행

미니 유언장 제작	1. 활동 내용 1) 남기고 싶은 무형/유형을 자산에 대한 당부를 담은 유언장 작성 - 버킷리스트 작성
생애 가치설계 및 전문 나눔 컨설팅	1. 활동 내용 1) 대상자의 무형/유형 자산에 대한 진단 2) 생애주기에 따른 발달과업과 성취를 위한 방안 및 실천계획 수립

3) 세부 내용

회기	내용	세부 내용
1회기 (이름을 남기다)	자화상 그리기	남기고픈 자화상 그리기/작품명 짓기
	인생곡선 그리기	과거-현재-미래 삶 안에서 자신의 역할
	집단나눔	
	소감나눔	소감 나눔 및 다음 회기 안내
	사진촬영	프로필 사진 촬영
2회기 (기억을 남기다)	내복에 산다	삶에서 복이 있었다고 생각하는 일 하나씩 나누기
	내 삶의 전환점	1회기 과제 - 사진을 통해 5가지 핵심 이야기 나눔
	관계 매듭작업	핵심 감성/관계를 형상화
	집단나눔	
	소감나눔	
3회기 (희망을 남기다)	복 빌린 나무꾼	내 삶의 나뭇단과 자신의 복주머니 나눔
	내 삶을 통한 당신의 삶	2회기 과제 - 사진을 통해 5가지 핵심 이야기 나눔
	액자만들기	짧은 글과 함께 압화 액자 만들기
	집단나눔	
	소감나눔	
4회기 (마음을 남기다)	버킷리스트 작성하기	
	미니유언장 안내	사례 영상 상영
	가족영상편지 상영	시네그라피 인터뷰 촬영
	소감나눔	
	기념촬영	

5. 사업 기대효과

1) 자조집단 형성을 통한 코로나블루 감소

- 공통적인 경험을 공유하고 삶에 대한 인정을 통해 참여자 간의 지지적인 상호작용을 이끌어 낼 수 있을 것으로 기대함
- 참여자의 적극적인 참여는 성취감과 만족감을 느낄 수 있게 해주며 심리 정서적 안정을 찾고 코로나로 인한 우울감이 감소 될 것으로 기대함

2) 자아존중감 및 문제해결 능력 향상

- 삶을 회고하고 어려움의 극복했던 경험을 떠올리며 스스로를 칭찬하고 인정하며 자아존중감을 높일 수 있을 것임
- 노년기의 발달과업을 이루려는 능동적인 삶의 태도를 가지고 스스로 문제를 해결 할 수 있는 능력을 향상 시킬 수 있음

3) 세대 간의 소통의 장 마련

- 노인 세대에 대한 이해를 통해 가족 간, 세대 간의 소통이 이루어지며 미래세대에게 다양한 경험과 철학 등 지혜를 나누는 기회가 될 것임