

---

# 2023년 1-3세대 통합 프로젝트

## 어르신자서전쓰기

### 『노인의 품격』 사업 참여 안내

---

#### 1. 필요성 및 목적

##### 1) 사업필요성

오늘날 우리나라는 의료의 발달과 충분한 영양공급으로 평균 수명이 연장되었고 고령화가 급격하게 진행되고 있다. 이에 따라 어르신들의 성공적인 노화를 위하여 개인 및 사회가 책임져야 할 부담과 심리·사회적 문제가 증가하고 있다.

이와 맞물려 급격한 산업화와 도시화로 인하여 핵가족화 현상이 가속화되면서 세대 간 교류 단절을 초래하게 되었고 이로 인해 세대 간 소통 부족으로 서로에 대한 부정적인 편견과 차별 등 부정적인 문제점이 야기되고 있다.

이 사업을 통하여 어르신들은 자신의 과거를 돌아보며 노년기의 발달과 업인 자아통합의 기회를 얻고, 청소년들은 교육과 활동을 통해 생각하고 정리하는 글쓰기 능력이 향상되고, 어르신들의 인생을 간접 경험하며 자신의 정체성과 삶의 목표를 고민해보는 계기가 된다. 따라서 지역 내 청소년들이 어르신들과의 소통을 통하여 올바른 자아정체성과 공동체 의식을 함양하고 확립하고자 본 프로그램을 진행할 필요성이 있다.

##### 2) 사업목적

1-3세대 간 상호작용의 기회를 제공하여 세대 간 단절을 극복하고, 어르신에게는 자아통합의 기회를 제공하고, 청소년에게는 글쓰기 능력 향상 및 자아존중감을 높일 수 있는 기회를 제공하여, 세대 통합을 목적으로 한다.

## 2. 프로그램 개요

- 1) 모집기간 : ~ 2023년 06월 07일 (수) 18:00까지 도착분에 한함
- 2) 활동기간 : 2023년 06월 10일 ~ 12월 02일 / 매주 토요일 10:00~12:00 진행  
(활동 일정은 참여자와 기관 사정에 따라 탄력적으로 운영될 예정)
- 3) 모집대상 : 사업에 관심 있는 자원봉사자
  - 어르신과의 세대 소통에 관심이 있는 봉사자 누구나
  - 어르신의 인생 이야기를 경청하고 기록할 수 있는 봉사자 누구나
  - 어르신과 이야기하는 것이 즐거운 봉사자 누구나
- 4) 모집인원 : 총 10명
- 5) 활동장소 : 등촌7종합사회복지관 강당 및 외부
- 6) 주요내용 : OT, 세대공감교육, 집필 및 인터뷰 방법 교육, 나들이, 출판기념식 준비 및 진행 등
- 7) 활동역할 : 매회기 프로그램 참여 시, 자원봉사활동 인정 (최소 20시간이상)  
사업 진행 및 기획회의 참여, 활동 우수자 시상
- 8) 신청방법 : 1365, VMS 신청과 구글 링크를 통한 신청, 이후 담당자 유선 연락  
구글 링크 : <https://forms.gle/NoJaE3SzSJZN2ziq9>  
T.02-2658-6521~3/dc7welfare@hanmail.net/F.02-2658-6525
- 9) 선정발표 : 2023년 06월 08일(목) 17:00 예정
- 10) 문 의 : 복지4팀 손지범 사회복지사 / T.02-2658-6521~3

### 3. 세부사업 내용

#### 1) 추진일정

일 정	추진단위(항목)	세부추진내용
~2023.06.07.	○홍보 및 참여자 모집	○자원봉사자 모집 ○자서전 집필 어르신 모집
2023.06.10. ~2023.08.26.	○인터뷰활동(9회기)	○주제별 인터뷰를 통한 회상활동
2023.09.02. ~2023.10.07.	○집필활동(5회기)	○자서전 편집 및 자료수집
2023.10.28.	○문화체험프로그램	○세대소통을 위한 나들이 실시
2023.12.02.	○출판기념식	○자서전 출판 기념식 실시
2023.06./2023.12.	○사전·사후 척도검사	○자아정체성 확립 척도 검사 실시

\* 상기 일정은 참여자와 기관의 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.

#### 2) 기대효과

- 세대 간 소통의 기회를 확대하여 세대 통합에 기여
- 자서전 출판을 통하여 공동체 의식 함양 및 성취감 고취
- 어르신과 청소년이 소통할 수 있는 기회 제공
- 어르신 자아통합 기회 제공
- 자서전 집필 활동을 통하여 참여자 자아정체성 확립

### 3) 사업 진행 주요 사진



2022년 오리엔테이션



2022년 참여자



2022년 인터뷰 교육 및 자서전 집필



2022년 노인의품격 출판기념식

## 4) 사업 참여 소감

### - 노인의 품격 참여 대학생 김○○

이번 활동을 통해 한 사람의 일대기에 대해 들으며 그 힘든 순간을 오롯이 혼자 묵묵히 걸어 오셨을 어르신을 생각하니 대단하시고 존경스러웠습니다. 어르신에 비하면 자그마한 일에도 쉽게 회피했던 제가 부끄러웠으며 성찰을 할 수 있는 계기가 되었습니다. 이 『노인의 품격』 프로그램은 인터뷰만 하거나 집필만 하는 다른 활동과는 달리 친목활동부터 시작하여 인터뷰, 집필 활동을 처음부터 끝까지 함께 하게 되어 다양한 경험을 할 수 있었습니다.

○○○ 어르신! 항상 저희 만날 때마다 고맙다고 말씀해 주시고 손녀처럼 대해주셔서 감사드립니다. 그리고 제가 아플 때 전화로 걱정도 해주셔서 감동이었습니다. 할머니의 인생을 저희가 책으로 만들 수 있어서 영광이었습니다. 마지막으로 이런 프로그램을 할 수 있게 만들어주신 노인의 품격 담당자님, 강사님과 어르신들, 자원봉사자분들께 감사드립니다. 이번 활동을 통해 한 사람의 일대기에 대해 들으며 그 힘든 순간을 오롯이 혼자 묵묵히 걸어 오셨을 어르신을 생각하니 대단하시고 존경스러웠습니다. 어르신에 비하면 자그마한 일에도 쉽게 회피했던 제가 부끄러웠으며 성찰을 할 수 있는 계기가 되었습니다. 이 『노인의 품격』 프로그램에 참여하며 친목활동부터 시작하여 인터뷰, 집필활동을 처음부터 끝까지 함께 하게 되어 다양한 경험을 할 수 있었습니다. 이런 프로그램을 할 수 있게 만들어주신 노인의 품격 담당자님, 강사님과 어르신들, 자원봉사자분들께 감사드립니다.

### - 노인의 품격 참여 대학생 김○○

그동안 『노인의 품격』 활동을 통해 많은 걸 배우고 얻어 간 것 같습니다. 길고도 짧았던 시간 동안 어르신과 그리고 또 다른 봉사자분들과 함께하며 쉽게 경험할 수 없는 하루하루를 보냈습니다. 평소에 접하기 어려웠던 어르신의 이야기, 즉 한 사람의 생애를 들으며 이에 대해 같이 이야기를 나누고 기록하는 것이 저에게 매우 새로웠습니다. 1·3세대가 직접 얼굴을 마주하며 이러한 소중한 이야기를 듣고 집필하는 활동이 처음이었습니다. 자서전 출판을 향한 과정 속에 경험이 없어 작은 어려움도 발생했었지만, 이 활동을 통해 노인 세대와 어르신이 살아간 사회에 대해서 알고 이해하게 되었습니다.

『노인의 품격』 활동을 통해 한 사람의 생애는 매우 귀중한 것이고 특별하다는 사실을 깨닫게 되었습니다. 그리고 한 사람의 생애는 누군가가 쉽게 생각하고 판단할 수 없는 것이라는 사실도 다시 한번 깨닫게 되었습니다. 이러한 귀중한 이야기를, 그리고 특별한 이야기를 들려주신 어르신께 진심으로 감사드립니다. 그리고 특별한 경험을 할 수 있게 기회를 제공해 주신 강사님과 복지관 선생님께 감사를 전합니다.

### - 노인의 품격 참여 대학생 이○○

같은 세대끼리도 터놓고 얼굴을 보고 소통하는 것이 낯설어진 요즘 같은 시대, 어르신부터 청소년까지 여러 세대와 함께 진행한 이 자서전 쓰기 프로그램은 매우 뜻깊은 활동이었습니다. 어르신과 대화하고, 친해지고, 나들이도 다니며 소통하는 과정에서 세대 간의 벽이 조금이나마 허물어진 것 같아 기쁩니다.

무엇보다 뜻깊은 것은 어르신의 생생한 경험을 제가 직접 듣고 함께 회상해 볼 수 있었던 것입니다. 느껴보지 못한 세상, 경험, 그 시대의 향수를 어르신의 심도 있는 이야기를 통해 간접적으로 체험해 볼 수 있는 소중한 시간이었습니다.

직접 얼굴을 마주하고 활동하는 것이 정말 오랜만이라 낯설게 느껴지기도 했습니다. 여전히 마스크를 써야 했기 때문에 아쉬움도 있었지만, 모두가 힘들었던 코로나라는 역경을 거쳐 우리가 일상을 회복하고 있음을 피부로 느낄 수 있었습니다. 때로는 유쾌하게, 때로는 진솔하고 담담하게 인생 이야기를 들려주신 ○○○ 어르신께 이 자리를 빌려 가장 먼저 감사의 말씀을 전하고 싶습니다. 그리고 함께 열심히 활동한 청소년 친구들, 언제나 옆에서 저희를 물심양면으로 도와주신 ○○○ 사회복지사 선생님과 ○○○ 강사님께 모두 감사드립니다.

### - 노인의 품격 참여 대학생 이○○

제 인생에서 처음으로 어르신과 함께했던 활동이 『노인의 품격』이에요. ○○○ 선생님을 만나러 가는 날은 기대되고 설레었습니다. 또한 다른 팀 분들의 모습을 한 번씩 쓰 바라보는 것도 『노인의 품격』의 묘미였어요.

'과연 내가 ○○○ 선생님과 이야기를 잘 나눌 수 있을까?', '인터뷰를 잘 진행할 수 있을까?' 많이 걱정했었어요. 그러던 중 ○○○ 선생님과 눈이 마주치면 활짝 웃어주시던 게 생각납니다. 초반에 함께 어색해하며 있던 모습이 지금으로써는 너무 귀엽게 느껴져요. ○○○ 선생님과 인터뷰를 진행하면서 '나도 내 자서전을 쓸 수 있는 날이 올까?', '나의 유년 시절은 어땠지?', '현재 나는 인생의 어느 지점에 와있을까?' 등 자연스럽게 스스로 되물을 수 있었습니다. 지금 이 시기에 첫 『노인의 품격』을 시작하는 저에게 조언을 해줄 수 있다면 전해주고 싶은 이야기가 있습니다. '○○○'이라는 친구가 어떤 사람인지를 먼저 많이 말씀드려보라고요!

돌아서보니, 저는 ○○○ 선생님의 이야기를 듣게 되어 많이 알게 되었지만 '선생님께 나에 대한 시시콜콜한 이야기를 많이 말씀드릴걸.' 하는 생각이 듭니다. ○○○ 선생님! 건강 얼른 회복 하셔요~! 함께 인터뷰를 할 수 있었고, ○○○ 선생님의 삶을 함께 바라볼 수 있어서 보람되었던 시간이었어요. 같이 함께 인터뷰어로 활동했던 우리 팀원들도 정말 고생 많았어요. 특히 ○○○ 친구가 끝까지 꼼꼼히 확인해 줘서 많은 시너지가 날 수 있었어요. 정말 긴 대장정 프로그램을 진행해 주시고 항상 따뜻하게 맞이해 주신 ○○○ 사회복지사님 정말 감사합니다.

○○○ 사회복지사님, ○○○ 선생님을 만나고 ○○○ 친구와 함께 활동할 수 있어서 뜻깊은 시간이었습니다.

### - 노인의 품격 참여 청소년 김○○

놀이터에 모여 계시는 할머니들, 호떡 할머니 등과 같이 저에게는 감사하고 소중한 인연이 된 어르신분들이 늘 계셨습니다. 저는 그분들의 이야기를 듣고 함께 교류하는 것이 좋았습니다. 그래서인지 어르신들을 대할 때 또래보다 더 친근하고 편안한 마음이 들기도 합니다. 처음에 활동에 지원하게 된 이유도 이런 것이었던 것 같습니다.

더워질 무렵 시작해 이제는 눈이 올 것 같은 날씨가 되었습니다. 초반에는 나름의 기대와 열정을 가지고 활동을 시작했습니다. 이제 막바지가 된 지금은 미처 참여하지 못했던 몇 번의 시간들과 거의 매주 뵈었는데 그럴 수 없다는 점에서 조금의 아쉬움이 남기도 합니다. 그렇지만 이 활동을 통해 어쩌면 만나지 못했을 새로운 분들을 만나게 되어 소중한 시간이 되었습니다. 그리고 어르신의 이야기를 듣고, 자서전을 쓰는 과정에 참여해 보고, 두 번의 소풍도 해본 이러한 것들이 잊지 못할 즐거운 경험이 되었습니다. 다른 곳에선 들을 수 없었을 어르신만의 이야기, 취미, 생각, 감정을 들으며 저를 비추어 보기도 했습니다. 인터뷰를 진행하기 전에 저의 길다고 하기 부끄러운 삶에 대해 돌아보고, 어르신분들의 삶을 돌아보며 서로 나누어 보고, 또 서로의 얼굴도 살피며 그려보기도 하고, 어르신이 경험하신 사건과 사회적인 사건들을 비교해 보는 그러한 시간들

은 특히 더욱 나의 삶이라는 주제를 생각하고 나와 다른 분들의 삶에 대해 엿들어볼 수 있는 것 이었습니다.

그리고 보니『노인의 품격』이라는 제목이 와닿습니다. 품격이라는 단어에서 느껴지는 우아하기도 한 느낌과 그 의미를 떠올려 보면서 이 제목이 참 좋다고 느꼈습니다. 활동하신 많은 분들이 그랬겠지만 어르신의 이야기를 들으면서, 단지 이야기뿐 아니라 여러 부분에서 많은 것들을 생각하고 느끼고 배울 수 있었습니다. 길을 가다 우연히 지나치게 된 사람들이나 매일 같은 곳에서 마주치는 사람들까지 모두 자신들만의 이야기를 가지고 있을 겁니다. 그 이야기를 듣고 공감할 때 그 사람을 이해할 수 있는 것이라고 저는 생각합니다. 그래서 저는 어르신의 이야기를 들을 수 있어서 참 좋았습니다. 그래서, 사실 이 활동을 '봉사활동'이라고 표현하는 것이 적합한 것인지 모르겠습니다. 오히려 저에게 감사한 시간이 되었습니다. 손주로서는 저의 할머니, 할아버지의 이야기도 기록하고 싶은 마음이 들게 된 계기이기도 하였습니다. 기록하는 과정, 만들어진 자서전 모두 귀중한 추억이 되어 또 저의 이야기가 될 겁니다. 이 활동이 그랬던 것처럼 말입니다.

많은 사람들이 어르신들의 이야기를 듣고 공감할 수 있는 마음을 가졌으면 합니다. 그렇다면 그분들을 더 잘 이해할 수 있지 않을까요. 이해한다는 것은 받아들일 준비를 하는 것입니다. 서로가 서로를 이해할 수 있다면 가령 '왜 그럴까'와 같은 질문들에 대해 답을 내릴 수 있기도 합니다. 잘 알고 너그러운 마음을 가질 수 있습니다. 저도 더 그런 사람이 되려고 노력해야겠습니다.

### - 노인의 품격 참여 청소년 박○○

처음 복지관에 방문했을 때와 지금 복지관에 갈 때의 제가 많이 달라진 것 같습니다. 처음 봉사한지 얼마 되지 않았을 때에는 모든 것이 새롭고 할머니와도 어색했습니다. 할머니의 인생에 대한 이야기를 여쭙는 것이 혹시 실례가 되지는 않을까 하는 괜한 걱정을 할 때도 있었고요. 하지만 최근의 저는 저의 세 번째 할머니를 만나러 복지관에 가는 것이 꽤나 즐거웠습니다. 할머니의 일생을 통해 학교에서는 배울 수 없는 따뜻한 무언가를 느낄 수 있었거든요.

제가 들은 할머니의 이야기가 이 책을 통해 널리 알려져 할머니의 행복이 조금이라도 더 늘어났으면 좋겠습니다. 할머니의 이야기를 책으로 쓸 수 있는 영광을 제게 주신 ○○○ 할머니. 저의 세 번째 할머니가 되어 주셔서 정말 감사합니다. 할머니와 함께 한 시간은 언제까지나 좋은 기억으로 남아있을 것 같아요.

복지관에서 보낸 일주일에 두 시간이라는 짧다면 짧고 길다면 긴 시간을 통해 배운 봉사정신으로 길을 가다 마주친 울고 계신 할머니나 앉아서 쉬고 계신 할머니를 보면 다가가 말동무도 되어 드리고 도움도 드릴 수 있는 사람이 되었습니다. 제가 이런 따듯한 사람이 되는데 큰 도움을 주신『노인의 품격』 담당 선생님과 모든 관계자분들, 다른 학생 자원봉사자분들에게도 감사를 전합니다.

올해 제가 가장 잘한 일인『노인의 품격』 자원봉사 활동은 앞으로도 누군가의 인생을 더 따듯하게 감싸 안을 수 있을 것이고, 이 일에 함께했던, 함께한, 함께할 모든 분들에게 감히 응원의 말을 전합니다.