

2024. 4. 29.(월) 조간용

이 보도자료는 2024년 4월 28일 오전 11:15부터 보도할 수 있습니다.



## 보도자료

담당 부서: 서울시평생교육진흥원

시민대학본부장	김종선	02-719-6089
---------	-----	-------------

시민대학지원팀장	박지환	02-442-6820
----------	-----	-------------

담당자	이수현	02-442-6825
-----	-----	-------------

사진 없음  사진 있음  쪽수 : 6쪽

관련 누리집  
(메뉴)

<https://sll.seoul.go.kr>  
서울시평생학습포털 - 서울시민대학  
- 인생디자인학교 소개

### 4050을 위한 '인생디자인학교' 상반기 참여하세요...입학설명회, 특강도 열려

- 서울시, 4050 세대의 인생 2막 설계를 돕는 생애전환기 맞춤형 학교 모델 운영
- 삶의 비전을 세우고 활력을 복돋는 중장년 대상 인생디자인학교 상반기 입학생 지원
- '활력·변형·생산' 주제별 명사 특강과 함께 입학설명회 진행...4월 29일부터 모집

- 서울시평생교육진흥원(원장 직무대행 구종원)이 서울시의 중장년 집종지원 프로젝트 '서울런4050'의 일환으로 서울시민의 생애전환기 동기부여부터 역량 강화, 도전과 실행까지 지원하는 '인생디자인학교'에 참여할 중장년 시민을 29일부터 모집한다.
- 서울시민대학에서 생애주기별 과정으로 운영하는 '인생디자인학교'는 삶의 전환기를 맞이한 4050 세대를 대상으로 인생 2막을 계획하는 과정에서 새로운 시도와 프로젝트 도전을 경험할 수 있도록 체계적인 맞춤형 교육과정을 지원하는 프로그램이다.
- 최근 기대수명 증가, 조기퇴직 등으로 중장년 지원정책에 대한 요구가 증가함에 따라 서울시평생교육진흥원은 지난해 중장년 세대를 위

한 인생디자인학교 시범운영을 거쳐 교육 모델을 개발하고, 올해 본격적인 운영에 나선다.

- 인생디자인학교의 교육과정은 대표적으로 생애전환기 기초역량을 기르는 ‘라이프스킬 살롱’, 변화의 실행력을 강화하는 ‘프로젝트 실험실’로 구성된 것이 특징이다.
  - 생애전환기에 필요한 기초역량은 일, 미래 기술, 관계, 건강, 취향 5개 영역으로 구분하며, 각 영역별 역량을 기르는 다양한 살롱 프로그램이 마련됐다. 갤럽에서 개발한 강점 진단(스트렝스 파인더) 테스트를 통해 자신의 타고난 재능과 장점을 찾을 수 있는 ‘일’ 특화 프로그램, ‘관계’ 특화 프로그램으로 사진 카드를 활용해 개인적인 성장과 자기 계발을 위한 셀프 코칭 워크숍 프로그램도 눈여겨볼 만하다.
  
- 2024년 인생디자인학교에 입학한 시민들은 생애전환기 기초역량 5개 영역별 현재 역량 수준을 진단하고, 자신의 5년, 10년, 20년 후 인생 방향과 비전을 세우는 ‘서울시민 비전하우스’를 그려볼 예정이다. 이후 프로젝트 실험실을 통해 실행해 봄으로써 주체적인 삶을 기획하고 실행할 수 있는 동기를 얻을 것으로 기대된다.
  
- 또한 정규 교육과정인 ‘라이프스킬 살롱’과 ‘프로젝트 실험실’은 물론, 학교 구성원으로서 소속감과 연대감을 느낄 수 있는 다양한 교류 활동에 참여할 수 있다. 라이프스킬 살롱 프로그램 특별과정으로 한국산림복지진흥원과 연계한 1박 2일 숲 캠프부터 치유의 숲길, 파크골프 등 특별한 방과 후 활동도 선택해서 참여할 수 있다.

- 5월 18일(토)에 진행되는 ‘입학식’에서는 상반기 라이프스킬 살롱 세부 교육과정 소개 및 수강신청 안내, 프로젝트 실험실 사례 소개, 온라인 학생기록부 안내 및 노션 사용법 등 상세한 안내와 입학생들 간의 교류 활동이 있을 예정이다.
- 2024년 인생디자인학교는 상·하반기 각각 150명 내외 규모로, 상반기는 4월부터 7월까지, 하반기는 8월부터 11월까지 운영될 예정이다. 모든 과정은 무료로 진행된다. 일터와 가정에서 가장 바쁜 시기를 보내는 중장년 시기의 특성을 고려해 평일 주·야간 및 주말 다양한 시간대에 운영될 수 있도록 교육과정이 개설된다.
- 특히, 서울시평생교육진흥원은 예비학습자를 위한 입문 과정 ‘명사 특강’을 5월 10일부터 13일까지 3일간 운영한다. 생애전환기에 필요한 3가지 무형자산인 생산, 활력, 변형 자산을 주제로 전문가 특강과 함께 인생디자인학교 소개, 입학 절차 등을 구체적으로 안내받을 수 있다. 명사 특강 수강 신청은 29일부터 서울시평생학습포털을 통해 선착순 모집하며 중장년 시민 누구나 신청할 수 있다.
- 5월 13일(월)에는 서울시청 시민청에서 ‘활력자산’을 주제로 권영찬 행복상담연구소 소장이 “내가 내 삶의 주인공”이 되기 위해 원하는 것에 대한 탐색과 함께 건강한 삶을 지속할 수 있는 노하우를 전할 예정이다.
- 5월 11일(토)에는 서울시민대학 동남권 캠퍼스에서 ‘변형 자산’을 주제로 서유리 성우가 인생 전환기를 맞아, 전환은 하고 싶은데 망설이는 사람들을 위해 용기를 줄 수 있는 이야기를 전할 예정이다.

- 5월 10일(금)에는 온라인 화상회의 플랫폼 줌(ZOOM)으로도 참여할 수 있다. ‘생산 자산’을 주제로 신철호 상상우리 대표이사가 새로운 출발을 위한 인생 디자인 사례를 통해 실행 동기를 불어넣을 예정이다.
- 상반기 인생디자인학교 입학 지원은 40~64세 서울시민 누구나 가능하며, 지원 방법은 서울시평생학습포털 공지사항 확인 후 4월 29일부터 5월 13일 16시까지 구글 폼 링크를 통해 지원서를 제출하면 된다. 자세한 정보는 서울시평생교육진흥원 누리집이나 서울시민대학 동남권 캠퍼스(☎02-442-6825)로 문의해 확인할 수 있다.
  - 서울시평생학습포털 : [sll.seoul.go.kr](http://sll.seoul.go.kr)
  - 서울시평생교육진흥원 : [slei.seoul.kr](http://slei.seoul.kr)
- 김종선 서울시평생교육진흥원 시민대학본부장은 “인생디자인학교가 스스로 자신의 인생을 디자인하며 설명서를 만드는 좋은 기회가 될 것”이라며, “많은 중장년 세대가 변화하는 미래에 대응하는 실천 동기를 얻고 새로운 가능성을 탐색함으로써 서울 천만 시민의 비전이 인생디자인학교로 모이고 확장해 나가길 기대한다”고 전했다.

- 붙임 1. 2024년 인생디자인학교 소개 웹포스터 1부  
 2. 2024년 인생디자인학교 상반기 명사 특강 포스터 1부. 끝.



### 2024년 상반기 참여자 모집

- 모집대상**  
서울시를 생활권으로 하는 중장년 세대(40세~64세)
- 모집기간**  
2024.4.29.(월)~5.13.(월) 16시 까지
- 신청방법**  
온라인에서 입학지원서 작성 ※ 합격자 개별 안내 문자 발송
- 운영일정**

● <b>입학신청</b> ~5.13.(월)	● <b>라이프스킬 살롱</b> 5.24.(금) - 6.19.(수)
● <b>합격자발표</b> 5.14.(화)	● <b>프로젝트 실험실</b> 6.15.(토) - 7.27.(토)
● <b>입학식</b> 5.18.(토)	● <b>성과공유회</b> 8.10.(토)
● <b>수강신청</b> ! 5.21.(화)	 <b>입학지원서 접수</b> 서울시평생학습포털(sil.seoul.go.kr)

### 인생디자인학교 프로세스



### 인생디자인학교란?

#### 새로운 연결과 기회의 장

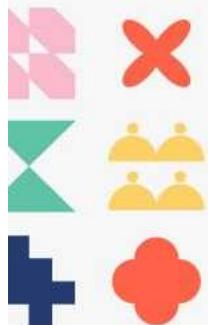


**서울시민 비전하우스**  
비전보드를 통해 삶의 방향성을 정하고 목적지와 경로를 설계하는 과정

### 명사특강

- 신철호** 상삼우리 대표  
새로운 출발을 위한 인생디자인 사례  
「성공하는 중장년의 6가지 공통점」  
5.10.(금) 19:00~21:00, 온라인 ZOOM
- 서유리** 성우  
인생 전환점에서 망설이는 그녀에게  
「용기와 마음의 여유를 찾는 법」  
5.11.(토) 10:00~12:00, 서울시민대학 동남권 캠퍼스
- 권영찬** 행복상담연구소 소장  
내가 원하는 건 뭐지?  
「인생 2막, 당신이 주인공입니다!」  
5.13.(월) 10:00~12:00, 서울시 시민청 바스락룸

4050  인생디자인학교



# 2024 상반기 명사특강



인생의 전환점, 새로운 나를 발견하는 4050을 위한 학교가 시작됩니다!



**활력자산**

**권영찬** 행복상담연구소 소장  
내가 원하는 건 뭐지?  
「인생 2막, 당신이 주인공입니다.」  
5.13.(월) 10:00~12:00, 서울시 시민청 바스락룸



**생산자산**

**신철호** 상상우리 대표  
새로운 출발을 위한 인생디자인 사례  
「성공하는 중장년의 6가지 공통점」  
5.10.(금) 19:00~21:00, 온라인 ZOOM

생애 전환에 필요한  
3가지 무형자산

**변형자산**

**서유리** 성우  
인생 전환점에서 망설이는 그대에게  
「용기와 마음의 여유를 갖는 법」  
5.11.(토) 10:00~12:00, 서울시민대학 통영관 캠퍼스



수강료 무료  
신청방법 서울시평생학습포털(sll.seoul.go.kr)  
신청기간 2024. 4. 29.(월) ~ 선착순 마감  
문의 02-442-6825

**X 인생디자인학교 참여자 모집**

입학지원서 제출 : ~5. 13.(월) 16시 까지

