

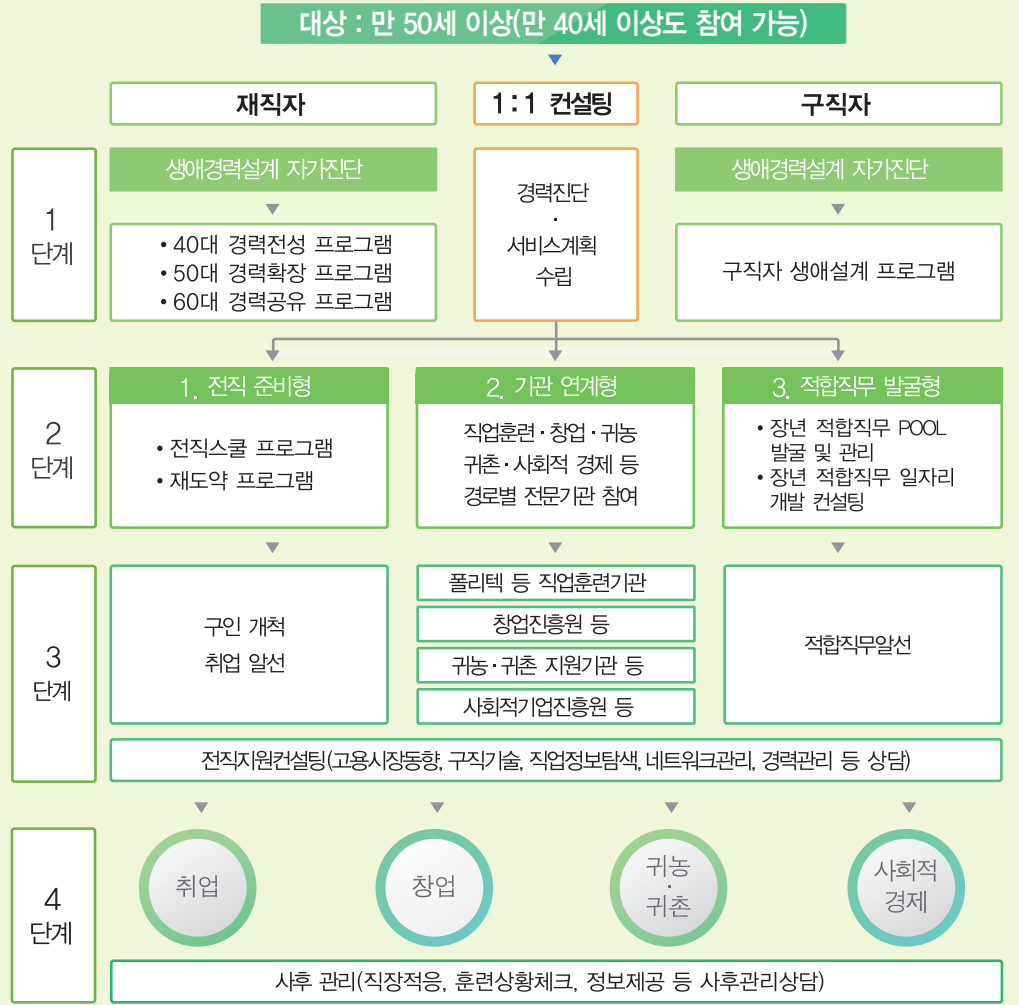
신중년 인생 3모작 패키지 서비스



인생 2·3모작을 체계적으로 준비해야 하는 중장년 수요 증가에 대응하여 생애경력설계 및 단계별·유형별 맞춤형 서비스를 통하여 인생 후반기 계획 수립 및 경력관리·능력개발을 지원 하는 대한민국 평생 현역준비 프로젝트입니다.

※ 취업, 창업, 귀농, 귀촌, 귀어, 사회적 경제 연계 등 지원

신중년 인생3모작 서비스 프로세스



중장년일자리희망센터 연락처

www.work.go.kr/lifeplan

지역	기관명	소재지	연락처
서울	노사발전재단 서울센터	서울특별시 마포구 마포대로 130, 7층(공덕동)	02-6021-1100
	노사발전재단 서울서부센터	서울특별시 구로구 디지털로 32번길 29, 3층	02-3488-1900
	노사발전재단 금융센터	서울특별시 마포구 마포대로 130, 6층	02-6021-1334
	전국경제인연합회	서울특별시 영등포구 여의대로21, 17층(여의도동)	02-6336-0614
	한국무역협회	서울특별시 강남구 영동대로 511, 3층 301호(삼성동)	02-6000-5396
	(사)한국경영혁신 중소기업협회	서울특별시 중구 삼일대로 363 장교빌딩 서울고용복지+센터 2층	02-2004-7083
인천	노사발전재단 인천센터	인천광역시 남동구 남동대로 215번길 30, 5층	032-260-3800
경기	노사발전재단 경기센터	경기도 수원 권선구 권광로 149, 3층	031-8014-8500
	고양상공회의소	경기도 고양시 일산동구 중앙로 1275번길 38-31 라페스타 A동, 4층	031-901-9197
	안산상공회의소	경기도 안산시 단원구 적금로120 A동 3층(고잔동)	031-410-3031
	파주상공회의소	경기도 파주시 중앙로328 MH타워 파주고용복지+센터 8층	031-8071-4245
	평택상공회의소	경기도 평택시 평택로 1194 장당프라자, 평택고용복지+센터 2층	031-646-1043
	경기북부상공회의소	경기도 의정부시 시민로49 신동아파라다움빌딩 2층	031-855-3232
충청	노사발전재단 충청센터	대전광역시 서구 둔산중로8, 한국교직원 공제회관 15층	042-489-3820
	대전충남경영자총협회	대전광역시 중구 계백로 1712, 기독교연합봉사회관 6층	042-253-7051~3
	충남북부상공회의소	충청남도 아산시 시민로 457번길 31, 3층	041-559-5764~7
	충북경영자총협회	청주시 흥덕구 대신로 132 산업단지비즈니스센터 5층	043-221-1397
영남	노사발전재단 부산센터	부산광역시 연제구 중앙대로 1081, 10,11층	051-860-1300
	노사발전재단 대구센터	대구광역시 중구 국제보상로 648, 7층	053-550-3000
	노사발전재단 울산센터	울산광역시 남구 삼산중로 144, 2층(울산근로자종합복지회관)	052-289-8975
	경남경영자총협회	경상남도 창원시 성산구 창원대로 754, 한국산업단지공단 경남지역본부 2층	055-266-8317
	경북동부경영자총협회	경상북도 포항시 남구 시청로 8, 경림빌딩 8층(대잠동)	054-727-2020
	경북경영자총협회	경상북도 구미시 백산로 118, 구미고용복지+센터 3층	054-461-5520
	부산경영자총협회	부산광역시 진구 중앙대로 900, 양정타임스퀘어빌딩 12층	051-647-0452~3,7
	울산양산경영자총협회	울산광역시 남구 대학로 60, 3층	052-277-9491
	(사)한국커리어	경상남도 거제시 서문로 5길 6 우형빌딩 거제고용복지+센터 3층	055-730-1967
호남	노사발전재단 광주센터	광주광역시 북구 금남로 136 교보빌딩 4층	062-531-5712
	노사발전재단 전북센터	전라북도 전주시 완산구 홍산로 261, 5층	063-222-1840
	광주경영자총협회	광주광역시 북구 금남로 121, 광주고용복지플러스센터 1층	062-609-8963
	목포상공회의소	전라남도 목포시 평화로5 목포고용복지+ 센터 내 2층	061-280-0571~4
강원	노사발전재단 강원센터	강원도 원주시 남원로 528, 2층	033-735-0967
	노사발전재단 제주센터	제주특별자치도 제주시 중영로 166, 2층	064-710-4501

노사발전재단
중장년 일자리 희망센터

서울특별시 마포구 마포대로 130 별정우체국연금관리단 빌딩 6층 중장년일자리본부
커리어상담팀 www.work.go.kr/lifeplan T. 02) 6021-1153, 1163, 1151 F. 02) 6021-1480



신중년 인생 3모작 프로젝트 생애경력설계 서비스 안내

생애경력설계서비스



만 40세 이상 재직자 및 구직자를 대상으로 자가진단을 통하여 자신의 경력 준비상황을 점검 하고 그에 맞는 생애경력을 설계하여 신중년 인생 후반부를 미리 준비할 수 있도록 지원하는 서비스입니다.

생애경력설계서비스 내용을 안내해드립니다.

재직자

40+ 경력전성프로그램
만 40세 이상 재직자 대상의 프로그램으로 생애경력관리의 필요성을 인식하고, 경력단계에서의 현재 위치 점검과 개인의 경력 유지 개별 방법 학습

50+ 경력확장프로그램
만 50세 이상 재직자 대상의 프로그램으로 삶의 6대 영역을 진단 하여 나의 강점영역, 직업역량 도출, 경력설계 방법을 학습하고 자기 개발 계획을 수립

60+ 경력공유프로그램
만 60세 이상 재직자 대상의 프로그램으로 일과 삶의 행복을 위해 잠재된 가능성과 생각을 발견해 새로운 방향의 실행방안 수립

구직자

**생애경력설계서비스
구직자 과정**
만 40세이상 구직자 대상의 프로그램으로 생애 중간 시점에 본인의 경력을 되돌아 보고 제2인생 준비

※ 기업 과정은 시간, 내용 협의에 운영 가능

생애경력설계서비스 어떻게 신청할수 있나요?

- 대 상 만 40세이상 중장년
- 신청방법 www.work.go.kr/lifeplan을 통해 신청, 각 지역 중장년일자리희망센터에 문의



- 교육비 무료(식사 및 수수료 제공)
- 교육장소 기업 내 교육장 또는 중장년일자리희망센터 강의실

생애경력설계 상담 Day를 제공합니다.

생애경력설계서비스는 교육프로그램과 함께 상담데이를 통해 평생현역을 위한 경력관리 컨설팅을 제공합니다.

생애경력설계 자가진단



스스로 자신의 생애경력설계 준비상황을 점검하고, 그에 맞는 경력준비 가이드라인을 제공받을 수 있습니다. 자가진단 결과에 따라 자신의 유형별 특성과 행동전략을 파악해 다양한 정보를 제공해 드립니다.

자가진단 어떻게 이용하나요?

- **이용방법** 워크넷 생애경력설계서비스 또는 모바일 참여가능
(<http://www.work.go.kr/lifeplan> → 생애경력설계서비스 → 생애경력설계 자가진단)
- **검사시간** 5~10분 이내
- **주요내용**
 - 경력개발지향유형 : 검사자가 희망하는 앞으로의 경력 경로를 의미합니다.
 - 경력행동유형 : 구직태도, 구직기술, 직무능력의 높고 낮은 정도를 진단합니다.

구직태도
취업 등 경력설계에 대한 의지와 긍정성, 적극성, 능동성에 대해 진단합니다.

구직기술
자기이해 정도와 경력 설계 목표 수립, 정보 수집의 정도에 대해 진단합니다.

직무능력
업무지식, 관계 및 조직 적응 능력과 개발에 대한 노력 정도를 진단합니다.

생애경력설계 자가진단 결과 예시입니다.

이름	고객	성별	여성	경력개발우수형	태도(높음), 기술(높음), 능력(높음)
연령대	40~44세	자가진단일	2018년 06월 14일	특성	구직동기, 직업 눈높이를 조정할 수 있는 유연성, 재취업에 대한 긍정적인 자세 등 구직 태도가 전반적으로 높고 직무수행 및 적응 능력도 전반적으로 잘 갖추고 있으며, 구직활동에 필요한 구직 기술도 적절한 정도로 취·창업 및 경력개발을 위한 준비가 비교적 잘 되어 있는 유형
				행동전략	자신의 경력설계 목표에 따라 주도적인 경력 개발을 잘 수행해 나갈 수 있는 역량을 갖추고 있음. 보다 체계적인 경력설계 지원을 원한다면 관련 프로그램 참여, 전문가의 심층 상담 및 컨설팅 등을 통해 보다 많은 도움을 받을 수 있음.

■ 태도 : 높음
■ 기술 : 높음
■ 능력 : 높음

생애경력설계 자가진단 결과에 따라 고객님께서 **경력전환 도전형** **경력전환 우수형**에 해당됩니다.

유형	명칭	내용	대상	바로가기
교육 및 프로그램	생애경력설계 서비스	중장년에게 생애경력설계 기회를 제공하여 경력계획수립과 경력 관리·능력개발 활동 지원	재직자, 구직자	[바로가기]
상담 및 컨설팅	중장년일자리 희망센터	1:1 맞춤 재취업·전직지원 컨설팅, 구인 구직 알선서비스(구인기업 발주, 인재 추천, 온라인 맞춤정보 제공 등), 재취업·전직프로그램 제공	구직자, 퇴직 (예정)자	[바로가기]

생애경력설계서비스 과정별 목표 및 특성

대상별 과정	과정목표	경력단계별 특성	핵심 Key Word
재직자과정	40대	조직 내 성과를 기반으로 한 주도적으로 경력관리 <ul style="list-style-type: none">• 자신의 업무에 어느 정도 성공을 유지하는 단계• 특성직무에 정확해 성과 향상 및 조직에 대한 친밀감, 소속감이 생기는 단계• 자신의 성취에 대한 재평가와 생산성을 그대로 유지하는 단계• 경력초기를 재평가하고 업그레이드해 수정하는 단계	• 성과 • 평판 • 네트워킹 (일 중심)
	50대	현직을 잘 유지하면서 서드에이지의 삶을 설계 <ul style="list-style-type: none">• 경력초기 생각을 재검토하고 현재의 경력경로와는 다른 직업으로 이동하는 변화 발생• 성인 중기에 적합한 선택을 하고 열심히 매진• 승진한계, 능력 진부화, 커리어 변경의 3가지 경력관리상의 문제에 직면	• 경력전환 • 퇴직준비 • 네트워킹 (삶 중심)
	60대	퇴직 이후 삶을 준비해 삶의 질 증진 <ul style="list-style-type: none">• 조직에서 퇴직준비 단계• 생산성과 동기가 감소되는 시기• 조직에서 생산성을 높일 수 있도록 자신의 가치를 지속적으로 유지하기 위해 노력하는 시기• 인생 후반기를 위한 구체적인 준비가 필요한 시기	• 자존감 회복 • 일과 삶의 균형 • 가치실현
구직자과정	제 2인생 계획수립 및 실행	• 조직에서 퇴직이후 단계 • 중장기적 관점에서의 생애경력설계가 필요한 시기 • 경험했던 직무 이외에 다양한 영역에 대한 정보부재 • 전반적인 경력점검 및 구체적인 계획을 통해 실행해야할 시기	• 경력회고 • 핵심역량 찾기 • 일의영역 확장

생애경력설계서비스 재직자 과정



40+ 경력전성프로그램

재직자

| 일반과정 1 | 기초 → | 일반과정 2 | 심화 → | 일반과정 3 | 선택

모듈1 3시간 경력관리 고용시장에서 고용유지 및 지속가능성을 높이는 경력 관리를 할 수 있다.	모듈3 3시간 평판 및 네트워크 관리 경력관리 성공요소로서 네트워킹과 평판관리의 필요성을 인식하고 관리방법을 학습한다.	건강 노화예방, 건강유지 재무 자산관리 여가 여가정보 제공 관계 소통과 갈등극복
모듈2 3시간 변화관리 변화하는 사회, 조직, 업계에 대해 유연하게 대처할 수 있다.	모듈4 3시간 성과관리 성과창출의 핵심요소를 확인하고, 역량개발 계획을 수립한다.	건강, 재무, 여가, 관계 등 관심 있는 생애설계 강의를 선택하여 참여한다.

50+ 경력확장프로그램

재직자

| 일반과정 1 | 기초 → | 일반과정 2 | 심화 → | 일반과정 3 | 선택

모듈1 3시간 나의생애 조망하기 생애주기 상 중장년의 의미와 과제확인을 통해 긍정적인 인식을 고취, 일과 성공에 대한 재정의의 통해 삶의 가치 변화를 확인한다.	모듈3 3시간 경력대안 개발하기 경력설계의 방법을 학습하고 성공의 핵심요소를 파악, 중장년 경력설계의 특징과 네트워킹에 대해 이해한다.	건강 노화예방, 건강유지 재무 자산관리 여가 여가정보 제공 관계 소통과 갈등극복
모듈2 3시간 직업역량 도출하기 외부 직업세계의 변화를 학습하고, 직업역량 감사를 통해 자신의 강점 약점을 만회하기 위한 개발방법 모색한다.	모듈4 3시간 평생경력계획 수립하기 현재와 미래를 위한 경쟁력을 설계하고 자기개발 계획을 수립한다.	건강, 재무, 여가, 관계 등 관심 있는 생애설계 강의를 선택하여 참여한다.

생애경력설계서비스 구직자 과정



60+ 경력공유프로그램

재직자

| 일반과정 1 | 기초 → | 일반과정 2 | 심화 → | 일반과정 3 | 선택

모듈1 3시간 숨고르기 삶의 변화를 적극적으로 수용하고, 능동적으로 100세 인생을 행복하게 만들어갈수 있다.	모듈3 3시간 균형잡기 삶, 꿈, 일, 학습, 여가 균형을 찾아 효율적 실행계획을 수립한다.	건강 노화예방, 건강유지 재무 자산관리 여가 여가정보 제공 관계 소통과 갈등극복
모듈2 3시간 발견하기 삶을 돌아보고 자신의 강점을 확인하고, 삶의 축이 될 가치를 발견한다.	모듈4 3시간 뛰어들기 행복한 100세 인생을 위한 정보 및 지원 체계를 구축한다.	건강, 재무, 여가, 관계 등 관심 있는 생애설계 강의를 선택하여 참여한다.

구직자 과정

구직자

모듈1 1.5-5시간 인생 들여다보기 인생 2막 준비현황과 필요성 인식합니다! 호모헌드레드 시대의 이해 100세시대 우리의 고민은? 베이비부머 세대를 말한다 인생 2막 준비 현황과 필요성	모듈2 1.5-6시간 인생 되돌아보기 나의 진로경력 회고하기 인생 회고(Life Review)의 의미 인생을 돌아보는 질문들 나의 인생 정리하기 베이비부머의 정체성 격려와 응원	모듈3 1.5-3시간 제 2인생 계획하기 생애계획 수립 생애설계의 이해 생애설계 실습 경력경로 설계 경력설계의 이해 경력설계 실습	모듈4 1.5-6시간 제 2인생 실행하기 구직 준비 구직준비의 이해 지원 분야 분석 실습 구직서류 준비 면접 준비 삶의 균형점 찾기 구직준비의 이해 지원 분야 분석 실습 구직서류 준비 면접 준비 일의 영역 확장하기 라이프 리밸런싱의 이해 라이프 리밸런싱 실습
---	--	--	---