

연구사업 결과보고서

1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램 운영 매뉴얼 개발

-고립·고독 문제 예방을 위한 가족센터 역할을 중심으로-

2023. 12.

연 구 기 관 : 한국건강가정진흥원

연 구 책 임 자 : 조 성 은 연구위원

한국건강가정진흥원

본 보고서는 여성가족부 2023년 '1인 가구 사회적관계망 형성지원 사업' 36개 시범 운영기관의 프로그램과 센터종사자 및 이용자의 의견을 조사한 연구 결과물로 나온 매뉴얼입니다.

연구요약

I. 연구 개요

□ 연구 필요성 및 목적

- 가족정책은 「건강가정기본법」에 의해 개인의 기본적인 욕구를 충족시키고 사회통합을 위하여 기능할 수 있도록 유지 발전하는 것을 기본 이념으로 가정기능 강화와 관련된 여러 시책을 시행하는 정책이며, 여기에는 1인 가구의 단독 생활단위의 생활 유지를 포함함
- 그러나 혼인 연령의 증가와 비혼, 만혼 등으로 인해 1인 가구 생활 형태가 증가하고 있으며, 1인 가구 생활 기간도 점점 길어지는 경향이 있음
- 1인 생활 단위 증가는 1인 가구의 식생활, 주거 불안정, 경제적 불안감, 범죄로부터의 안전, 사회적 소외에 대한 불안감, 질병 등 다양한 어려움을 증가시키고 있으며(부산시건강가정지원센터, 2022), 이에 가족정책에서는 1인 가구는 가정 내에서 모든 것을 혼자 관리하고 어려움이 발생했을 때 혼자 해결하는 데 따른 정책 지원 방안을 검토하고 있음.
- 이에 본 연구에서는, 1인 가구의 사회적 고립과 고독 문제 예방과 대응을 위한 가족센터의 지원 범위를 명확히 하고, 이를 통해 향후 가족센터의 사회적관계망 형성 지원 서비스가 1인 가구의 가족정책 수요와 목표와 부합할 수 있는 프로그램 운영 표준안을 제시하고 자 함
- 매뉴얼에 포함될 세부적인 내용은 아래와 같음
 - 첫째, 고립고독 예방 사회적관계망 지원을 위한 가족서비스의 범위
 - 둘째, 사회적관계망 형성 프로그램 운영 방향
 - 셋째, 사회적관계망 형성 프로그램의 목표와 성과
 - 넷째, 사회적관계망 형성 프로그램의 적용

□ 연구 내용 및 방법

- 연구 내용
 - 선행연구 고찰
 - 가족센터 기본 사업과 사회적관계망 프로그램 운영 자료 조사
 - 사회적관계망 프로그램에 대한 종사자와 이용자 수요 조사
 - 사회적관계망 프로그램 매뉴얼 제안

- 연구 방법
 - 문헌조사, 가족센터 프로그램 조사
 - 전문가 자문 및 종사자 FGI
 - 이용자 설문조사

II. 관련 연구 고찰

□ 고립과 고독

- 1인 가구 프로그램 매뉴얼 개발을 위해, 고립, 고독, 외로움, 사회적 고립에 대한 학자들의 정의와 관련 요인을 살펴보고 아래와 같은 내용을 도출함
 - 고립이란 “개인이 일상에서 공감과 도움을 주고받을 수 있는 가족·친구 또는 이웃과의 교류와 접촉이 결여된 상태라고 느끼거나 부족한 상태”
 - 이 정의에 의하면, 가족센터의 고립 예방 지원 대상은 비자발적인 이유로 집에 머물러 있거나 가족·지인·친구·이웃과 교류할 기회가 있어야 하는 사람들임
 - 따라서, 가족센터에서 하는 사회적관계망 프로그램은 고립 문제의 예방에 초점을 맞추며, 지역 활동에 참여할 기회 제공이 우선되어야 함
 - 사회적 고립 예방을 위해 제공해야 할 프로그램의 내용은 사람들 간 교류와 접촉 기회의 장 마련 또는 교류와 접촉 부족 느낌에 대한 정서적지지 프로그램, 소통 역량, 갈등 해결 기술 관련 역량 지원 등이 적합함
 - 이때, 고립과 관련된 다양한 요인 중 아동기 어려움, 가정불화, 가정 폭력, 발달과업과 같은 가족위기 문제는 가족센터에서 제공 중인 서비스를 활용하여 지원될 수 있도록 개인의 어려움에 대한 공개 또는 센터종사자의 관찰이 필요함

□ 사회적관계망

- 본 연구에서는 사회적관계망의 개념과 유형, 기능을 살펴보고 아래와 같은 내용을 도출함
 - 지리적으로 근접한 사람들과의 교류 기회 제공 : 1인 가구는 기존 관계망과 물리적·거리상으로 떨어진 경우가 많아 새로운 사회적지지 체계 개발을 위한 교류의 장 제공
 - 지속 참여가 가능하도록 프로그램 구성 : 나이, 취미, 관심사 등 동질성 높은 구성원들의 모임 등을 통해 프로그램을 통한 상호 간 친밀성 지원
 - 상호 사회적지지가 교류 지원 : 상호 간 공감, 시간, 정보 등을 주고받을 수 있는 채널 개설이나 활동 지원으로, 이때 프로그램 참여자 중 고립과 연관된 요인을 파악하여 고립 위험 대상자를 발굴하여야 함

Ⅲ. 가족센터 프로그램 고찰

- 가족센터는 가족정책 서비스 전달체계로 「건강가정기본법」에 의해 개인의 기본적인 욕구를 충족시키고 사회통합을 위하여 기능할 수 있도록 유지 발전시키기 위해, 가정기능 강화와 관련된 여러 서비스를 제공하고 있음
- 이에 기존 가족센터의 기능과 서비스 분석, 2023년 36개소 1인 가구 사업 운영기관의 사업계획 분석을 통해 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램과 연계할 내용, 장점, 어려움 등을 점검함

Ⅳ. 매뉴얼 수요 조사

1. 종사자 수요 조사

- 조사 방법 : FGI
- 조사 기간 : 2023년 8월 21일 ~ 9월 20일
- 조사 대상 : 1인 가구 시범운영 기관 종사자 16명
- 조사 내용
 - 1인 가구 이용자 대상 프로그램의 특성
 - 1인 가구 이용자 요구 프로그램
 - 1인 가구 이용자들의 만족도가 높은 프로그램
 - 1인 가구 프로그램 운영의 어려움과 해결 방법
 - 1인 가구 사회적관계망 프로그램 기대 성과
 - 사회적관계망 형성 프로그램의 범위와 유형
 - 가족센터의 사회적관계망 형성 지원의 범위(형성 단계 기준)
 - 사회적관계망 형성 지원을 위한 가족센터 운영 적합 프로그램
 - 사회적관계망 형성을 위한 파생 또는 연계 프로그램
 - 사회적관계망 형성 지원을 위한 가족센터의 장단점

2. 이용자 수요 조사

- 조사 방법 : 설문조사
- 조사 기간 : 2023년 8월 20일 ~ 9월 20일
- 조사 대상 : 1인 가구 시범운영기관 서비스 이용자
- 표본 규모 : 475명
- 조사 내용
 - 친구나 이웃, 가족과 연락하는 빈도, 집주변 지인 유무
 - 외로움과 고립감 문항
 - 이웃 관련 문항(이웃을 알고 싶어지는 경우, 교류를 잘 안 하는 이유)
 - 개인의 소통 능력과 대인관계 적극성
 - 프로그램 관련 문항(프로그램 수요, 참여 이유, 사회적관계망 프로그램 수요와 성과)
 - 응답자의 연령, 성별, 거주지

3. 소결 : 사회적관계망 프로그램에 대한 합의

- 1인 가구 수요 맞춤 서비스 기획 필요
 - 1인 가구의 수요에 매우 다양하므로, 1인 가구 수요 중 가족서비스로 지원할 수 있는 범위에 대한 기준이 필요함
 - 1인 가구 서비스 대상자에 대한 기준 필요
 - 사회적관계망 형성 서비스 내용에 대한 기준 필요
 - 가족서비스는 보편적인 서비스로 기존 역량 강화, 공동체성 지원 등의 목적에 맞는 프로그램 기획이 필요함
 - 1인 가구 서비스 대상자의 요청이 있다고 할지라도 프로그램 참여 대신 직접적인 현물지원, 현금지원 등은 불가하나 요구하는 경우가 있을 때 명확히 안된다고 설명할 기준 필요
 - 차상위 또는 중위소득 이내 등의 소득 기준이 명시되지 않으면 1인 가구가 센터에 요구하는 힐링 프로그램비 지원, 운동비지원, 자격증 취득 무료 지원 등은 불가하며 자부담을 고려할 필요가 있음
 - 가족서비스내에서 생활 유지 역량관리 등으로 지원 적합한 프로그램 내용
 - 건강한 식생활 유지 관련 내용

- 집 안팎의 정리와 관리를 위한 내용
- 지역 내 사람과 자원을 활용한 여가 지원 등으로 파악됨
- 가족센터에서 연계 또는 정보제공, 센터 프로그램 내에서의 간접 지원을 검토할 내용
 - 자격증 취득 지원
 - 경제적 불안정에 대한 재원
 - 생활 불안에 대한 안전관리 지원 등
- 1인 가구 인구학적 특성 맞춤 프로그램 기획 필요
 - 1인 가구의 연령, 성별, 생애주기, 공통 관심사를 고려할 때 사회적관계망 형성 시 동질성을 확보하기 쉽고, 체험형 프로그램 선호
 - (청년) 경제적 자산이 적고 활동성이 높은 연령대
 - 가족서비스를 통해 지역 내 문화와 취미활동을 함께 할 수 있도록 기획
 - 활동량이 많으므로 함께 할 수 있는 단체 운동, 등에 대한 수요 높음
 - 첫 독립생활기로 요리, 실내장식 등 경험이 적고 역량이 부족한 분야에 대해 바로 생활에 활용할 수 있는 프로그램으로 기획
 - 자기 탐색, 원가족과의 관계 파악 집단 상담 적합
 - (중장년) 1인 가구 진입 경로가 가장 다양하고는 일상 힐링, 문화 수요 높은 연령대
 - 중장년층의 경우 원예 활동(텃밭 가꾸기), 악기 배우기, 바둑 등의 활동이 지속해서 잘 운영되는 프로그램.
 - 부모 부양에 대한 부담감 호소로, ‘나’를 쉬게 하고 힐링하는 프로그램에 적합
 - (노년) 변해가는 사회와 노년기 생활 적응에 관심이 높은 연령대
 - 늘 누군가와 지내다 혼자 지내는 데 따른 안전에 대한 두려움이 있고, 주변에 누군가가 ‘동료’, ‘친구’로 있길 원하므로 소모임 구성이 적합한 연령대
 - 일상의 생일 파티, 안부 나눔 등의 신체적 활동량이 적어도 할 수 있는 프로그램 운영 적합
- 사회적관계망 지원 프로그램 운영
 - (가족센터의 강점)
 - 커뮤니티 활동을 위한 공간 지원, 상담실 활용

- 가족센터가 지자체와 연계한 대상자 모집, 홍보, 지자체 공간이나 자원 연계 용이
- 심리적인 힐링 프로그램 운영 강점이 있음
- (가족센터의 애로사항)
 - 가족센터에서 1인 가구 대상 서비스 제공에 대한 인지도 없음
 - 1인 가구 서비스 홍보 때 참여 대상자들이 '1인 가구'임을 밝히길 주저하여 신청이 저조하고, 신청 후에도 미참여가 자주 있음
 - 프로그램 참여 가능 시간이 근무 시간에 맞춰 7시 시작, 7시 30분, 8시 등 다양한 시간대로 운영함에 따른 담당자의 어려움
 - 담당 인력들의 역량과 대상자에 대한 신뢰 관계 형성 정도에 서비스 질이 달라짐
 - 1인 가구 관련 다양한 요구에 부응하는 서비스 정보 파악 어려움
 - 고립 위험 대상자일수록 개인 정보 노출을 꺼리고 프로그램 참여를 거부함
 - 관계망은 상호 주고받아야 하나, 일방적인 관계를 원하는 경우 센터가 개입하거나 센터종사자와의 관계만 맺으려 함
- (가족센터의 사전 준비 증가)
 - 관계망 모임 지속을 위해 모임 리더 양성 등 필요
 - 소모임용 예절 교육
 - 스마트폰, 카톡방 예절과 매너
 - 스마트폰 운영, 카톡 밴드 사용 등에 대한 사전 교육(특히 노년층 대상)
- 사회적관계망 지원 프로그램 성과 관리
 - (가족센터 사회적관계망 지향 목표에 맞는 성과 지표)
 - 관계망 서비스가 동아리 모임, 문화 활동 등으로 홍보되어 나타나는 중복 서비스 문제 등을 해결하기 위해 명확한 성과 목표 설정 필요
 - (가족센터 사회적관계망 성과 중심 홍보)
 - 사회적관계망 홍보 시 성과 중심의 홍보로 기획하여 신청자의 기대와 가족센터의 목표와 일치시켜야 함
 - 그렇지 않을 때 센터의 목표와 달리 프로그램 신청자들의 프로그램 참여 성과가 달라질 수 있음
- 사회적관계망 지원 프로그램의 해결 과제
 - (외롭거나 고립되어 있지 않다고 말하거나 생각하는 1인 가구 대상자 모집)

- 고립과 고독 예방 등에 대한 거부감이 있음
- 프로그램 참여자 중 일부만이 외로움이나 고립 문제 호소
- 따라서, 고립과 고독을 뺀 지역사회 참여 활동 참여 기회의 마련 측면으로 1인 가구에 홍보하는 것이 적합
- (프로그램 참여자의 사전 사후 변화 측정)
 - 센터는 고립을 객관적으로 사회활동에 참여하고 교류 횟수 등으로 지표 관리
 - 신규 1인 가구 회원 대상자 모집으로 사회적고립 문제 예방 서비스 지원 대상자 확대를 지표로 관리 가능
 - 질적으로 사회적관계망이 사회적지지체계가 되는지 확인 필요
 - 프로그램 전후 가족지지체계, 사회적지지체계, 고립감, 외로움 등에 대한 척도 적용 검토 필요
- (프로그램 참여자 검사를 통한 고립 위험군 발굴과 조치)
 - 센터는 고립을 객관적으로 사회활동에 참여하고 교류 횟수 등으로 지표 관리
 - 실제, 이용자들의 친구 이웃과 연락 안 함정도, 외로움, 고립감, 이웃을 알고 싶은 정도, 이웃과 교류를 원치 않는 수준, 사교적, 가족들과 연락 안 하는 정도의 상관관계를 확인한 결과 통계적으로 의미 있는 수준에서 관계가 있으므로, 센터는 이런 항목들과 상관관계가 나타남.
 - 가족, 친구, 이웃 등과의 비공식적 연락이 적을수록 고립감이 높아지고, 사교성이 낮았으며, 이웃과 교류를 원치 않았음.

V. 사회적관계망 형성 프로그램 운영 매뉴얼

1. 매뉴얼 개요

□ 기본 원칙

- 본 연구에서는 가족센터에서 운영할 사회적관계망 프로그램의 대상과 서비스 범위 산정을 위해 보편성, 자발성, 통합성, 지속성, 전문성 등 5개의 원칙을 수립함
 - (보편성) 프로그램 신청자는 누구나 참여할 수 있도록 기획함
 - (자발성) 프로그램은 이용자의 자발적 신청에 따라서 참여함
 - (통합성) 프로그램은 전 생애주기의 발달과업, 관계성을 고려하여 기획함

- (지속성) 참여자가 계속해서 프로그램 운영 시기와 내용이 예측될 수 있도록 기획함
- (전문성) 프로그램은 가족센터의 가족서비스의 전문성을 적용하여 기획함

□ 프로그램의 대상

○(보편적 1인 가구)

- 1인 가구는 하나의 생활 형태로 비주기적, 상황에 따라 변화할 수 있으므로, 가족센터 장기 이용 시 가구 형태가 변경될 수 있으므로, 회원가입 이외에 서비스 자격 조건을 별도로 두지 않음
- 1인 가구는 주소지 등록과 상관없이 실질적 1인 생활 가구로 사회적관계망 서비스 신청이 가능함
- 다인 가구 내에서도 실질적 1인 생활 가구 자가 사회적관계망 서비스 신청이 가능함
- 독립을 준비하는 예비 1인 가구도 포함함

○(고립 위험 1인 가구)

- 보편적 1인 가구 서비스 참여자 중 고립위험군은 사례관리로 연계
- 가족센터 사례관리 대상자 중 1인 가구 자조모임 서비스로 연계된 사후관리 대상자

○(타 가족센터나 기관에서 연계한 1인 가구)

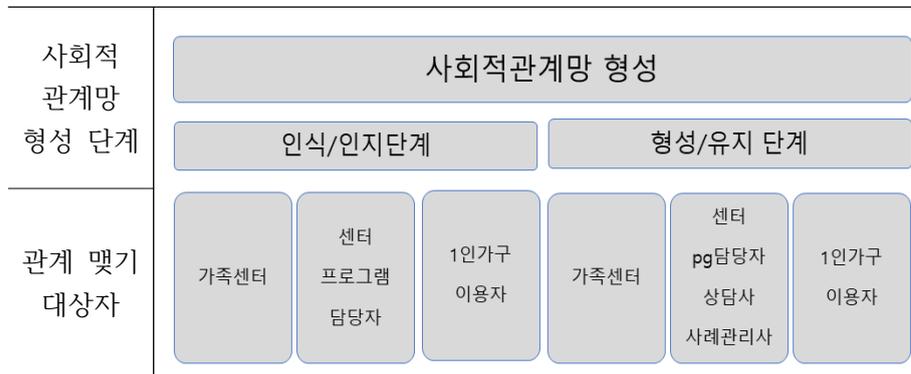
- 학업, 근무지 등에 따른 이동이 많은 1인 가구이므로 지역 이동에 따른 센터 간 1인 가구 대상자 연계에 동의한 경우, 새로 이전하는 지역에서 가족센터를 통해 지역 정보가 담긴 웰컴 세트 제공.

□ 서비스 범위

- 사회적관계는 상대방을 인식/인지하는 데서 시작해서 관계가 맺어지고 유지하는 단계로 나눌 수 있음
- 1인 가구가 관계망을 맺을 때 인식하는 대상은 가장 먼저 가족센터와의 관계, 다음 가족센터의 담당자와의 관계, 마지막으로 프로그램에 참여한 다른 1인 가구를 인식하고 있었음.
- 다음, 형성/유지 단계에서도 가족센터 서비스 참여와 이용을 계속해 가는 데서 시작해서 상담사, 사례관리사 등과의 관계가 만들어지며, 다른 1인 가구 이용자와의 관계가 형성 유지되었음.
- 사람마다 인식/인지 단계에서 형성/유지 단계까지 가는 기간과 방법은

다를 수 있음

[그림 5-1] 사회적관계망 형성 단계와 관계 맺기 대상자



- 사회적관계망 인식 및 인지 단계
 - (홍보) 가족센터가 1인 가구 서비스 제공기관임을 알리기 위한 행사 프로그램
 - (조사) 가족센터에서 1인 가구의 수요를 파악하기 위한 간담회 등의 행사
 - (회원가입) 회원가입을 위한 다양한 행사 프로그램
 - (공간 개방) 가족센터 커뮤니티 공간, 교육장 등을 개방하고, 물품 공유나 재활용 같은 1인 가구 활동을 위해 필요한 공간 제공
 - (대규모, 단발성 프로그램) 이용자 수요, 취미 맞춤 프로그램
- 사회적관계망 형성 및 유지 단계
 - (상담) 발달과업의 실패 등의 개인상담, 원가족 관계 문제 등의 가족 상담
 - (교육) 예비부부 교육, 부모 교육, 중년기 준비 교육, 노년기 준비 교육 등
 - (공동체 활동) 센터 가족봉사단, 공동육아나눔터 지원, 가족사랑의 날 참여 등
 - (돌봄 서비스) 병원 동행 서비스 신청 등
 - (사례관리) 고립 문제, 가족 위기 수준이 높은 1인 가구의 경우 사례관리 연계
 - (동아리, 자조모임 등 소규모 지속성 프로그램) 동일 관심사나 취미(악기, 그림, 요리, 여행 등)로 모이는 동아리, 자조모임/ 개인의 유사 문제나 활동을 중심으로 모이는 소모임(사례관리 후속 모임 등) / 동아리 리더 활동 참여 및 기존 동아리 구성원 외 신규 회원 관리 등을 자체적으로 진행/ 가족센터는 가족센터가 빠져도 상호 자유롭게 생일 파티, 여행, 일상, 고민 상담 등을 공유하는 데 필요한 소극적 개입

(카톡이나 밴드의 경우 문자 예절 등의 모니터링, 회원 모집 등의 지원)

□ 사회적관계망 형성 프로그램 목표

○(이용자의 프로그램 참여 목적) 참여하는 사람마다 참여 목적 수준이 다르고, 같은 사람이라 할지라도 참여 목적이 달라질 수 있음

- 지역사회 활동 참여
- 의식주 등 일상생활 관리 문제나 어려움 해소
- 혼자 있지 않기 위한 대안
- 주거지 근처 지인 사귀기 등

○(가족센터 프로그램 기획 목적)

- 가족서비스 대상자로 1인 가구 발굴
- 가족센터 전문 영역에서의 1인 가구 일상생활 유지 기능 향상 지원
- 지역 주민 대상 사회적관계망 형성의 장 제공
- 1인 가구 등에 사회적지지체계 확대 지원

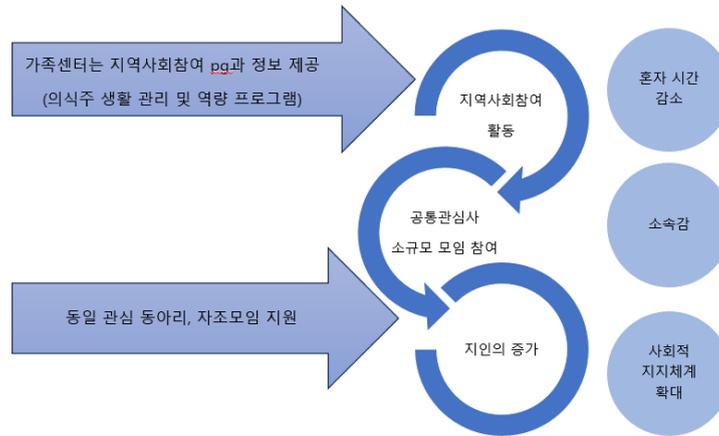
□ 성과

○ 1인 가구 사회적 관계망 형성 사업 목적인 1인 가구 일상생활 유지 기능 향상과 사회참여 증진을 통해 1인 가구의 고독·고립 방지와 안전하고 건강한 생활도모를 위해 가족센터가 제공하는 프로그램에 참여는 아래 그림과 같은 성과가 기대됨

○ 고독/고립 방지 성과와 지표

- 1인 가구의 일상생활 유지 기능 향상 정도
- 고독/고립감의 감소
- 사회적지지 증가
- 1인 가구의 사회참여 증가량 (1인당 평균 참여 횟수, 사전 사후 비교)
- 사회적관계망 형성지원 서비스 참여 회원 수
- 1인 가구 사회적관계망 형성지원 장기 이용 회원 수
- 고독·고립 위기 대상으로 발굴된 1인 가구 수
- 사회적지지체계의 확대(인원수)

[그림 5-2] 사회적관계망 서비스와 1인 가구 이용자 기대 성과



○가족센터 성과

- 1인 가구 신규 회원 수
- 1인 가구 기존 회원의 프로그램 참여 평균 횟수
- 1인 가구의 프로그램 참여자 수
- 소규모 모임 개수와 참여 인원

○1인 가구 이용자 기대 성과

- 지역사회 참여 활동 증가
- 혼자 있는 시간의 감소 및 누군가와 좋아하는 활동을 하는 시간 증가
- 이야기를 나누거나 고민을 나눌 근거리 지인 증가
- 센터나 동아리에 느끼는 소속감

2. 관계 인식 및 인지 프로그램

- (프로그램 홍보) : 1인 가구 낙인 없이 쉽게 참여할 수 있도록 그 자체를 하나의 프로그램을 만들거나 공모전 등 시행
 - 동대문구 가족센터 : 1인 가구를 ‘동일이’라는 애칭과 캐릭터 사용
 - 익산시 가족센터 : 1인 가구 사회적관계망 형성 지원 사업 애칭 나 ‘홀로’ 그림

- 대전광역시가족센터 : '1로 만났사이' 가족센터 1인 가구 사업 등
- 청주시 가족센터 : 하나다움 '1인 가구의 다양한 어려움을 해소하기 위해 맞춤형 서비스를 지원하며 사회적 단절을 예방하고 건강한 삶을 영위하기 위한 1인 가구 지원 사업'
- 광양시가족센터 : 'S.O.L.O 서로'라는 사업 별칭 사용
- 문경시가족센터 : '혼자살롱' 이라는 별칭을 사용
- (1인 가구 대상 대규모 행사모임) 1인 가구에 필요한 정책 서비스를 묻고 답하며, 관련 기관들과의 연계를 가족센터가 주관하여 대규모 간담회, 강연 등의 행사
- (1인 가구 수요 맞춤 프로그램)
 - 식생활 : 소셜 다이닝, 요리 교실 등
 - 일상생활 역량 지원 : 건강관리, 재무관리, 안전교육 등 독립생활 준비 관련 프로그램, 1인 생활 기술, 가계부 작성, 디지털 리터러시 교육, 호신술, 심폐 소생술.

3. 사회적관계망 형성 및 유지 프로그램

- 동아리 및 소모임 활동
 - 스트레스 완화 및 사회적 관계 형성을 위한 정기 모임 프로그램
 - 주제별 모임을 선택하여 마음이 맞는 친구 찾는 자발적 모임을 유도하고 모임 활성화 위해 관련 전문가와 함께 주제에 대해 지원하는 프로그램
 - 모임 활성화를 위해 관련 전문가와 함께 친구 찾기 프로그램으로 생필품, 식료품, 디자인 소품 가전기기 등 구매 후 사용하지 않는 물품을 상호 교환하는 벼룩시장 및 친환경 리필스테이션 운영
 - 혼자서는 먹기 어려운 재료 함께 나누기(수박 나눠 먹기, 화채 만들기 등)
 - 1인 가구 김장 활동 후 고령 1인 가구와 나눔 등 다양한 자조모임과 동아리 지원 가능
- 상호 품앗이로 언제나 연락할 수 있는 모임
 - 정리 수납 등 일손이 필요할 때
 - 병원 동행 등 남의 손이 필요할 때
 - 식사나 생일 등을 같이 하러 모일 때 등 나의 일상에 산책, 고민 나누기 등을 할 때 서로 연락할 수 있는 관계의 모임
- 카톡방, 텃밭, 냉장고 등을 지속해서 공유하는 모임

- 카톡방을 통해 하루에 한 번 이상 대화를 나누며 모임을 지속
- 텃밭을 활용해 텃밭의 심을 작물 계획부터, 추수, 만들어 먹기 등으로 모임을 지속
- 가족센터 냉장고 등을 통해 음식 재료나 음식을 지속해서 공유

4. 사회적관계망 파생 프로그램과 센터 활동

- 1인 가구의 관계 형성 및 유지를 위해, 가족센터는 지속해서 파생 프로그램을 통해서 모임의 유지와 확대를 지원
- 1인 가구 지원 종합 정보제공 :
 - 1인 가구 대상 프로그램 및 커뮤니티 안내
 - 타 복지시설 1인 가구 지원 서비스 안내
 - 신체, 정신, 건강을 위한 상담실 안내
 - 주거 및 안전 관련 지원 정책 서비스 안내
 - 소득, 돌봄 관련 지자체 등의 서비스 안내
- 1인 가구 소식지 제작
 - 1인 가구를 위해 소식지를 만드는 것이 하나의 동아리 모임이나 프로그램으로 운영도 가능
 - 동네 맛집, 생활 정보 등을 공유
 - 요리 프로그램이 끝난 후, 각자의 일상생활 적용 소식을 공유하며, 1인 가구 프로그램 사후관리를 통해 프로그램 효과를 높임
- 1인 가구 전용 메타버스 운영
- 1인 가구 리더 양성 교육 : 모임 리더가 정해지면 자발적 모임 운영에 유용/센터 담당자는 모임 리더를 통해 정보 전달 및 모임 활동 파악
- 스마트폰 교육: 카카오톡이나 핸드폰을 활용한 프로그램의 사전 교육으로 주로 지자체 프로그램을 연동시켜 함께 운영
- 자격증 교육: 사회적관계망 내에서 강사로 활동할 수 있고 봉사활동도 가능하며, 취업 연계도 기대할 수 있도록 운영
- 물품 공유 및 재활용 공간 연계와 관리: 1인 가구 이용자들의 소모임 지원을 위해 지자체 공유 공간에 대한 정보 및 센터 공간을 이용해 지원
 - 필요하지만 자주 쓰지 않는 물품 등을 받아 지역 내에서 돌려쓸 수 있도록 지원
 - 광양시센터 ; 캠핑용품 대여

- 동대문구센터 : 안 쓰는 플라스틱 용기 등 재활용 지원
- 인천중구가족센터 : 센터 한 공간에 공유 냉장고 설치 및 관리
- 동아리 및 소모임 활동

5. 사회적관계망 프로그램 적용 유의 사항

□ 1인 가구 대상자의 공통적 특성 고려

○ 1인 가구는 가족서비스에 대한 인지도가 낮음

- 지역 내 관계기관에서 수행하는 취약계층(요보호 계층)을 대상으로 한 1인 가구 지원 사업과는 다른 다양한 욕구를 가진 1인 가구원들의 의견을 반영하는데 시간과 노력이 많이 필요함.
- 지역 내 1인 가구원들의 가족센터 및 보편적 가족서비스에 대한 인지도가 낮아 초기 시범사업 수행 시 어려움이 있음.
- 반면 1번 참여한 1인 가구원들은 가족센터의 1인 가구 지원 사업에 대한 지속적인 관심과 참여 의사를 적극 표현함.

○ 1인 가구는 가족서비스 대상자가 아니라고 인식함

- 반면에 1인 가구의 경우 본인이 가족센터의 이용 대상이 된다고 생각하지 않는 경우가 많아 대상자 발굴에 어려움이 있으며, 다인 가구 역시 1인 가구가 가족센터의 서비스 대상자라고 생각하지 않는 경우가 많아 이에 대한 인식개선과 전 국민 대상 홍보가 필요한 상황임.

○ 1인 가구는 안전에 대해 민감도가 높음

- 1인 가구의 경우 본인이 긴급한 위험에 처했을 때 도와줄 사람이 없다고 느끼기 때문에 안전에 대해 특히 신경을 씀
- 프로그램 운영 때에도 처음 만나는 사람에 대한 경계수준이 높음
- ‘가족센터’라는 장소에서 만난 사람과는 믿고 지속해서 관계할 수 있다는 기본적인 신뢰가 형성될 수 있다는 강점이 있음

□ 1인 가구 이용자의 인구학적 특성 고려

- 사회적관계망 형성 프로그램 기획에서 1인 가구 인구학적 특성 고려가 필요하며, 1인 가구의 연령, 성별, 생애주기, 공통 관심사를 고려할 때 사회적관계망 형성 시 동질성을 확보하기 쉽고, 체험형 프로그램을 선호함

- (청년) 경제적 자산이 적고 활동성이 높은 연령대
 - 가족서비스를 통해 지역 내 문화와 취미활동을 함께 할 수 있도록 기획
 - 활동량이 많으므로 함께 할 수 있는 단체 운동, 등에 대한 수요 높음
 - 첫 독립생활기로 요리, 실내장식 등 경험이 적고 역량이 부족한 분야에 대해 바로 생활에 활용할 수 있는 프로그램으로 기획
 - 자기 탐색, 원가족과의 관계 파악 집단 상담 적합
- (중장년) 1인 가구 진입 경로가 가장 다양하고는 일상 힐링, 문화 수요 높은 연령대
 - 중장년층의 경우 원예 활동(텃밭 가꾸기), 악기 배우기, 바둑 등의 활동이 지속해서 잘 운영되는 프로그램.
 - 부모 부양에 대한 부담감 호소로, ‘나’를 쉬게 하고 힐링하는 프로그램에 적합
- (노년) 변해가는 사회와 노년기 생활 적응에 관심이 높은 연령대
 - 늘 누군가와 지내다 혼자 지내는 데 따른 안전에 대한 두려움이 있고, 주변에 누군가가 ‘동료’, ‘친구’로 있길 원하므로 소모임 구성이 적합한 연령대
 - 일상의 생일 파티, 안부 나눔 등의 신체적 활동량이 적어도 할 수 있는 프로그램 운영 적합
 - 찾아가는 서비스, 노인복지관을 이용하는 대상자의 연계

□ 가족센터와 프로그램 동시 홍보

- 지자체를 통한 사업 홍보가 효과적
- 가족센터 자체 홍보가 필요
 - 가족센터라는 이름으로 참여자들은 믿을만한 곳 및 안정감을 느끼고 참여할 수 있음.
 - 하지만 전국적으로 여전히 ‘다문화’ 센터의 이미지가 강하게 남아있기에 ‘가족센터’의 명칭과 역할에 대한 홍보가 지속해서 필요함

□ 프로그램 운영 시간

- 1인 가구 이용자들의 경제활동 시간 이외, 저녁 시간, 주말을 이용함
- 다양한 근무 형태의 사람들이 참여할 수 있도록 저녁 7시 시작, 7시 30분, 8시 등 다양한 시간대 운영

□ 프로그램의 회기

- 이용자의 필요와 선호도에 따른 사회적 연결 서비스 제공을 위해 단회기성 프로그램을 계속 참여하도록 안내
- 이용자의 적극성과 요구도에 맞는 일회기성, 단회기(3~4회기)성, 다회기(8회기 이상)성, 자조모임성 프로그램을 다양하게 구성하여 지역 특성에 맞게 운영

□ 프로그램의 통합과 연계

- 가족 생애주기별 프로그램 진행 경험 및 저소득부터 일반, 다문화에 이르기까지 다양한 유형의 가족이 이용할 수 있어 타 복지기관에 비하여 세대 통합, 다양한 가족과의 통합 운영
- 1인 가구 서비스 이용자를 생애주기별(청년, 중장년, 노년) 프로그램에 연계
- 특히 고립 위험군 대상자는 사례관리 서비스를 연계

부록 : 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램 운영 사례

1. 1인 가구 등록제 (대구 북구가족센터)
2. 정기 프로그램 운영 '행복한밥상' (서울 동대문구가족센터)
3. 마음콘서트 (전남 광양시가족센터)
4. 월가족 관계 증진 프로그램'월(1)가족 행복'(경기 안성시가족센터)
5. 자립준비청년 자립역량강화 프로그램 (서울 용산구가족센터)
6. 후기청소년 : 우리들의 힙라이프 (경남 양산시가족센터)
7. 세대별 매체 집단상담 (경남 양산시가족센터)
8. 자원공유'동일이네 리필스테이션' (서울 동대문구가족센터)
9. 노인모임 카톡방 운영과 생일축하 모임 (인천 중구가족센터)
10. 1인 가구 공유냉장고 (인천 중구가족센터)
11. 중장년 1인 가구 도시농부 (서울 용산구가족센터)
12. 중장년 남성 1인 가구 프로그램 (부산시건강가정지원센터)
13. 1인 가구사업 브랜드화 '동일이' (서울 동대문구가족센터)
14. 종합정보지(모여봐요 부산시 1인 가구) (부산시건강가정지원센터)
15. 알쓸신잡 In 광양 (전남 광양시가족센터)
16. 1인 가구 월가족 집단상담 '월(1)가족 회복' (경기도 안성시가족센터)
17. 1인 가구 의견수렴 '1인 가구 간담회' (서울 동대문구가족센터)

목 차

제1장 연구 개요	1
I. 연구 필요성 및 목적	3
1. 연구 필요성	3
2. 연구 목적	11
II. 연구 내용 및 방법	12
1. 연구 내용	12
2. 연구 방법	13
제2장 관련 연구 고찰	15
I. 고립과 고독	17
1. 고립과 고독의 개념	17
2. 고립 연관 요인과 대처	21
3. 사회적 고립과 정책	24
II. 사회적관계망	29
1. 사회적관계망의 개념	31
2. 사회적관계망의 유형	33
3. 사회적관계망의 특성	35
4. 사회적관계망의 기능	38
제3장 가족센터 프로그램 고찰	41
I. 가족센터 사업	43
1. 운영 현황	43
2. 기본 사업	48
3. 별도 사업	56
II. 1인 가구 사회적관계망 형성지원 사업	58
1. 사업 개요	58
2. 시범 운영기관 프로그램 운영 현황	62
3. 소결	67

제4장 매뉴얼 수요 조사73

- I. 종사자 수요 조사 75
 - 1. 조사 개요 75
 - 2. 조사 결과 78
- II. 이용자 수요 조사 96
 - 1. 조사 개요 96
 - 2. 조사 결과 99
- III. 소결 : 사회적관계망 프로그램에 대한 합의 119

제5장 사회적관계망 형성 프로그램 운영 매뉴얼125

- I. 매뉴얼 개요 127
 - 1. 기본 원칙 127
 - 2. 프로그램의 대상과 서비스 범위 130
- II. 사회적관계망 형성 프로그램 134
 - 1. 목표와 성과 134
 - 2. 관계 인식 및 인지 프로그램 137
 - 3. 관계 형성 및 유지 프로그램 146
 - 4. 사회적관계망 프로그램을 위한 파생 활동 148
- III. 프로그램의 적용과 제언 150
 - 1. 대상자별 특성 고려 150
 - 2. 운영 전략 158
 - 3. 매뉴얼 활용을 위한 제언 160

참고문헌 163

- 부 록 : 종사자용 면접질문지 169
 - 이용자용 질문지 173
 - 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램 운영 사례 ... 177

표 차례

[표 2-1] 서울시 1인 가구의 사회적·정신적 건강문제 유형과 정책 수요	23
[표 3-1] 2023년도 가족센터, 건강가정지원센터, 다문화가족지원센터 운영개소	44
[표 3-2] 가족센터, 건강가정지원센터, 다문화가족지원센터 사업 목적	45
[표 3-3] 가족센터(건강가정지원센터) 공통사업영역과 내용	54
[표 3-4] 1인 가구 사회적관계망 형성 지원 사업 2022, 2023년 비교	59
[표 3-5] 가족센터의 사회적관계망 프로그램 운영 SWOT 분석	67
[표 4-1] 종사자 수요 조사 응답자	76
[표 4-2] 조사대상자의 일반적 특성	97
[표 4-3] 주변에 알고 지내는 사람 유무	99
[표 4-4] 사회나 사람들로부터 나혼자 떨어져 있다는 생각이 들 때	99
[표 4-5] 혼자 살아 외롭다는 생각이 들 때	101
[표 4-6] 가족들과 연락하는 빈도	101
[표 4-7] 친구나 이웃과 연락하는 빈도	103
[표 4-8] 아는 이웃이 있었으면 하는 경우	105
[표 4-9] 이웃들과 교류를 잘 하지 않는 이유	106
[표 4-10] 응답자들의 소통과 대인관계 선호도	109
[표 4-11] 1인 가구 기대 프로그램	110
[표 4-12] 가족센터 프로그램 참여 이유	113
[표 4-13] 가족센터에 기대하는 서비스	116
[표 4-14] 가족센터 프로그램 참여 성과	117
[표 4-15] 외로움과 고립, 사회적관계망 상관관계	123
[표 5-1] 2023 1인 가구 사업 지침내 생애주기별 프로그램 예시	138
[표 5-2] 소셜다이닝 프로그램	152
[표 5-3] 캠핑과 캠핑용품 공유 프로그램	154
[표 5-4] 김장담그기 프로그램	155
[표 5-5] 전통 놀이 체험 프로그램	157

그림 차례

[그림 1-1] 가구원수별 가구현황	4
[그림 1-2] 1인 가구 추이	5
[그림 1-3] 성별 평균초혼연령, 2002-2022	6
[그림 1-4] 1인 가구의 어려움(2020)	7
[그림 1-5] 코로나19 확산 전후 사회적 고립 인구 변화	9
[그림 1-6] 팬데믹 전후 주요 선진국의 사회적 고립	9
[그림 2-1] 선택과 인식 차원에 따른 외로움과 유사 개념의 구분	20
[그림 2-2] 1인 가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형화	23
[그림 2-3] 1인 가구의 외로움과 사회적 고립 및 정신건강의 관계	24
[그림 2-4] 고립·은둔 청년 지원 목표 및 단계	26
[그림 2-5] 관계 영역의 인과지도	29
[그림 3-1] 통합적 가족서비스 제공 추진	58
[그림 4-1] 혼자 살아 외롭다는 생각이 드는 빈도	100
[그림 4-2] 가족들과 연락하는 빈도	102
[그림 4-3] 친구나 이웃과 연락하는 빈도	103
[그림 4-4] 아는 이웃이 있었으면 하는 경우	105
[그림 4-5] 이웃들과 교류를 잘 하지 않는 이유	107
[그림 4-6] 1인 가구 기대 프로그램	111
[그림 4-7] 가족센터 프로그램 참여 이유	113
[그림 4-8] 가족센터에서 제공받길 원하는 서비스	116
[그림 4-9] 가족센터 프로그램 참여 성과	118
[그림 5-1] 사회적관계망 형성 단계와 관계맺기 대상자	132
[그림 5-2] 사회적관계망 서비스와 이용자 기대성과	135
[그림 5-3] 가족센터의 사회적관계망 서비스 진행 과정	139
[그림 5-4] 1인 가구 사회적관계망 형성지원사업 별칭 홍보지 사례	141

제1장 연구 개요

I. 연구 필요성 및 목적

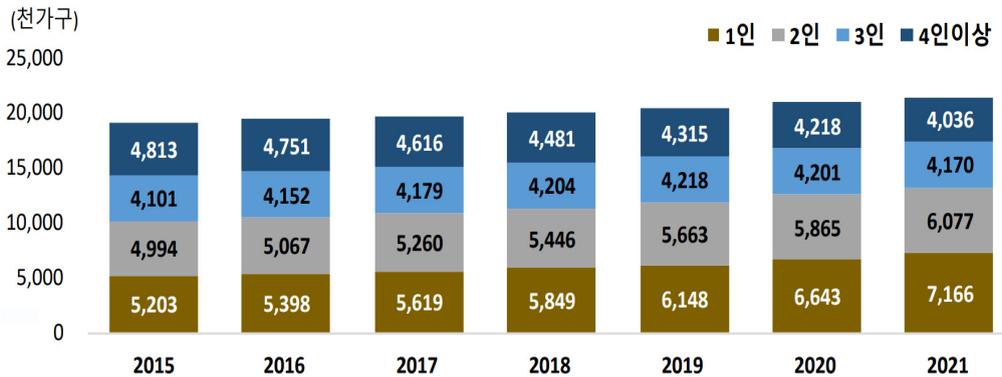
1. 연구 필요성

- 가족정책은 「건강가정기본법」에 의해 개인의 기본적인 욕구를 충족시키고 사회통합을 위하여 기능할 수 있도록 유지·발전하는 것을 기본 이념으로 가정기능 강화와 관련된 여러 시책을 시행하는 정책이며, 여기에는 1인 가구의 단독 생활 단위의 생활 유지를 포함함
 - 「건강가정기본법」 제2조(기본이념) 가정은 개인의 기본적인 욕구를 충족시키고 사회통합을 위하여 기능할 수 있도록 유지·발전되어야 한다.
 - 「건강가정기본법」 제3조(정의) "건강가정사업"이라 함은 건강가정을 저해하는 문제(이하 "가정문제"라 한다)의 발생을 예방하고 해결하기 위한 여러 가지 조치와 가족의 부양·양육·보호·교육 등의 가정기능을 강화하기 위한 사업을 말한다.
 - 「건강가정기본법」 제3조(정의) 2의2 "1인 가구"라 함은 1명이 단독으로 생계를 유지하고 있는 생활 단위를 말한다.
- 이러한 이념과 목적에 따라 가족정책은 사회변화에 따른 가족 형태, 가족구조, 가족 규모, 가족생활 양식, 가족 문화의 변화로 인한 가족 기능의 취약성에 대한 다양한 사업을 시행하고 있음
 - 맞벌이 가족의 증가, 아이를 양육하는 가족들의 가정 내 돌봄 지지체계 약화에 따라 일·가정 균형을 위한 가족친화사업 시행 및 아이돌봄서비스 지원
 - 한부모 가족의 증가에 따라 성인 혼자 아이를 양육하는 환경에 대해 한부모가족역량지원, 한시적 양육비긴급지원, 비양육자와의 면접교섭서비스, 양육비이행 지원 등의 사업 시행

4 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램 운영 매뉴얼 개발

- 다문화가족의 증가에 따라, 한국어와 한국생활, 한국문화가 낮은 결혼이민자 대상 한국생활 적응 지원으로 결혼이민자 자녀의 성장지원 및 다문화가족의 안정적 가정생활 유지 지원 중심의 다문화가족지원 사업 시행
- 특히 맞벌이 및 한부모 가족의 증가, 그 외 가족 돌봄 지원 체계 축소나 돌봄 역량 부족으로 인한 양육자들의 돌봄의 어려움은 부모 교육, 부모 상담, 아이돌봄 서비스 외 공동육아공간 구성, 가족품앗이 등의 돌봄 사업 시행.
- 그러나 지속적인 평균 가구원 수의 하락, 만혼과 비혼 증가, 수명 연장 등에 의해 최근 1인 가구가 늘어나면서 1인 가구들의 일상생활 영위 관련 가족정책 수요 발생
 - '21년 1인 가구는 전체 가구의 33.4%인 716만 6천 가구에서 '22년 34.5%로 까지 계속 증가(통계청, 인구주택총조사, 2022년)

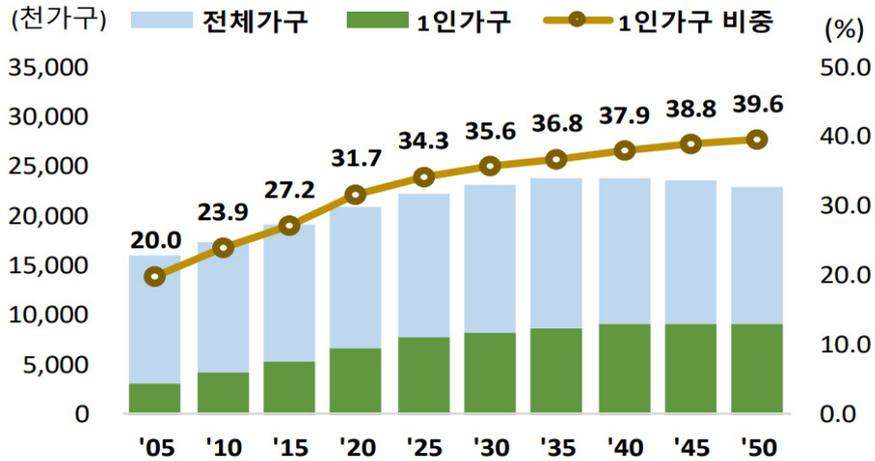
[그림 1-1] 가구원수별 가구현황



자료: 통계청, 「인구주택총조사」

- 이런 추세로, 전체 가구 중 1인 가구가 차지하는 비중은 2005년에는 20.0%였으나, 2030년 35.6%, 2050년 39.6%에 이를 것으로 전망(통계청, 2022 통계로 보는 1인 가구)

[그림 1-2] 1인 가구 추이

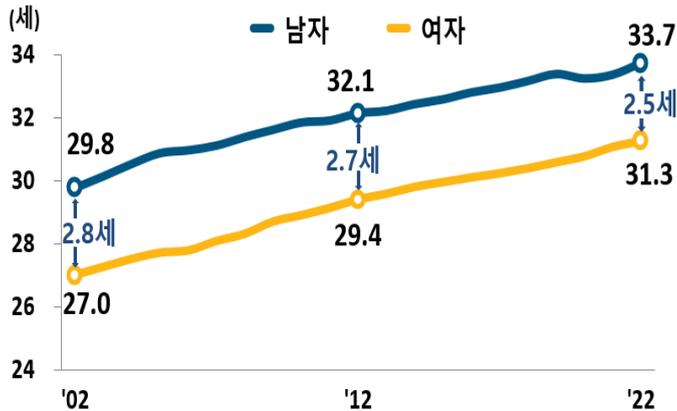


자료: 통계청, 「인구주택총조사」, 「장래가구추계」: 2020-2050

- 이러한 1인 가구의 증가는 혼인 연령의 증가와 비혼, 만혼 등으로 인해 증가하는 생활 형태로 보이며, 1인 가구 생활 기간도 점점 길어지는 경향이 있음
 - 우리나라의 평균 가구원 수 2.2명(통계청, 인구총조사, 2022년)으로 2047년이면 2.03명까지 떨어질 것으로 예상(통계청, 장래가구특별추계 2017~2047년)
 - 혼인 관련 인식도 만혼과 비혼 인식이 계속 증가하는 추세(통계청 2022년 혼인 이혼 통계)로, 우리나라 남녀 평균 초혼 연령은 2022년 남성 33.7세, 여성 31.3세로 나타나. 10년 전보다 남성은 1.5세, 여성은 1.9세 증가하였고, 실제 2022년 혼인건수는 19만 2천 건으로 매해 감소하고 있음
 - 이렇게 증가하는 1인 가구가 혼자 생활하는 가장 큰 이유는 '직장 또는 학교 관계' 때문으로(여성가족부, 2020; 부산시건강가정지원센터, 2022). 1인 가구자의 경우 근무지에 따라 이전하고, 거주지가 변경됨으로 가족과 떨어지거나 가족 거주지와 멀어지게 되는 경우가 많음.
 - 따라서 1인 가구에 대한 가족정책 수요는 가족 규모의 지속 감소로 축소되는 가족지지체

계가 분거나 원거리에 생활하는 1인 생활자에게 더 가중될 것이라는 점에서 가족지지체계의 대안과 일상생활 영위의 어려움에 주목하게 됨

[그림 1-3] 성별 평균초혼연령, 2002-2022



자료: 통계청, 2022년 혼인·이혼 통계

- 2020년 여성가족부 「가족실태조사」에 의하면, 1인 가구가 갖는 어려움은 정서적인 어려움, 개인 역량과 관련된 어려움, 지지체계의 부족, 불안, 사회적으로 부정적 인식 등으로 나타남
 - 가족실태조사에서 나타난 1인 가구 일상생활의 가장 큰 어려움은 균형잡힌 식사의 어려움이었음
 - 다음은 아프거나 위급할 때 혼자서 대처하기 어렵다(30.9%), 가사 등을 하기 어렵다(25.0%), 경제적으로 불안하다(19.5%), 다른 사람으로부터 고립되어 있어 외롭다(18.3%) 순이었음.
 - 이는 2022년 부산시건강가정지원센터 1인 가구 프로그램 요구도 조사에서도 유사한 결과로 식사 해결하기(31.0%), 응급상황에 대응 및 대처(27.3%), 집 구하기와 이사 등의 주거 활동(15.5%)이 혼자 하기 어려운 1순위 문항으로 나타남

[그림 1-4] 1인 가구의 어려움(2020)



자료: 여성가족부, 2020년「가족실태조사」

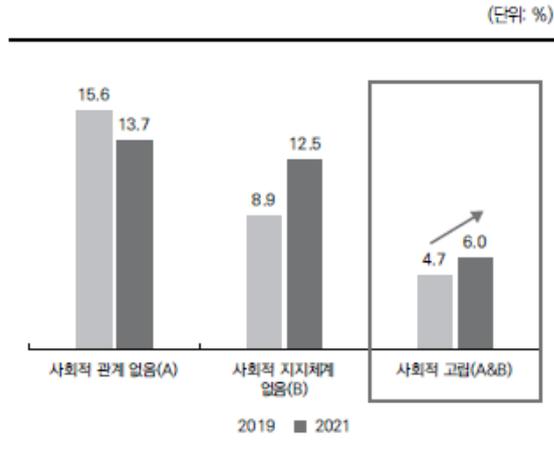
주: 1) 1인 가구의 어려움은 우선순위 없이, 각 항목별 5점 척도 설문에 응답한 결과임

2) 1인 가구의 어려움 '그렇다(대체로 그렇다 + 매우 그렇다)'의 비중임

- 이 어려움의 내용을 살펴 볼 때, 1인 가구는 가족과 함께 할 때와 달리 스스로 돌보고, 스스로 생활을 책임지고 관리할 수 있는 역량 부족으로 인한 어려움과 불안함, 아프거나 위급할 때 대처의 어려움과 지지체계 부재로 인한 불안함, 그리고 고립과 외로움의 문제가 가족기능적인 어려움으로 확인됨(조성은, 2022)
- 이렇듯, 1인 생활단위 증가는 1인 가구의 식생활, 주거불안정, 경제적 불안감, 범죄로부터의 안전, 사회적 소외에 대한 불안감, 질병 등 다양한 어려움을 증가시키고 있으며(부산시건강가정지원센터, 2022), 이에 가족정책에서는 1인 가구는 가정 내에서 모두 혼자 관리하고 어려움이 발생했을 때 혼자 해결하는 데 따른 대안적 지지체계 마련과 역량 강화 지원 방안을 검토하고 있음.
 - 핵가족화, 소인수 가족의 증가는 가족지지체계의 규모를 축소 시키고, 1인 가구의 경우는 가족의 부재나 원거리로 인해 동거 생활 보다 가족의 지지를 받기 어려우며, 특히 정서적 지지를 받을 기회가 감소함
 - 재난이나 사고 발생시 자체적인 대처 능력을 약화시킴
 - 특히, 1인 가구 생활을 시작하게 된 사유가 가족과의 불화 또는 배우자와의 이혼, 사별인 경우의 1인 가구는 더욱 정서적 지지체계가 취약하게 됨

- 부산시 건강가정지원센터 2022 조사에 의하면, 혼자 생활하는 가장 큰 이유는 직장 또는 학교 관계(46%), 개인적 편의와 자유(31.3%) 였으나 가족과의 불화 또는 배우자 이혼(14.0%), 가족의 죽음(6.0%)이 약 20%가량 포함되어 있었음.
- 특히, Covid-19 지속과 함께, 2021년 제정된 「고독사 예방 및 관리를 위한 법률」에서 확인되듯이, 혼자 사는 1인 가구의 증가는 혼자 생활하는 삶의 불안정성과 어려움외에 사회적으로 고립의 문제를 보편화시키고 있음
 - 사회적 고립은 개인 생애주기 어디서나 나타날 수 있어, 고립의 문제는 청년기, 중년기, 노년기에 걸쳐 모두 확인되고 있음.
 - 또한 누구에게나 일어날 수 있는 것으로 특히 특정한 개인이나 집단의 사람들은 더 취약할 수 있다(유민상 외, 2021)고 보고 있어, 특히 혼자 생활하는 1인 가구가 사회적 고립 상태에 있을 경우는 개인적 위험과 어려움은 정책적 대응이 필요함
 - 특히 조성은(2022)의 연구에 의하면 1인 가구는 혼자 거주하고 생활할 때 물리적 고립과 정서적 문제는 개인적 위기이며, 사회적으로 고립, 고독사, 자살 등의 사회적 위험과 관련된다고 보고함. 또한 비대면 환경, AI의 발달은 사람들과의 대면 기회를 감소시킬 것으로 예측되어, 고립이 용이한 환경은 계속 증가할 수 있음
 - 사회적 고립감과 외로움은 개인의 신체적·정신적 건강에 부정적 영향을 미치며, 사회적 접근 기회도 제한시켜((국민통합위원회, 2023) 악순환을 일으킬 수 있으므로, 정책적으로 예방과 대응이 시급함
- 더욱이 Covid-19 로 인한 자가 격리 경험과 장기화, 거리 두기의 일상화는 사회에서의 고립을 넘어 가정에서의 가족과의 접촉 단절까지 경험하게 하며, 사람과의 접촉을 최소화한 비대면 일상을 그 시기를 지난 누구나 경험하게 되었으며, 이는 실제로 통계청 조사에서도 사회적 고립 인구가 증가한 것으로 확인됨

[그림 1-5] 코로나19 확산 전후 사회적 고립 인구 변화



주: 13세 이상 인구임. 가중치를 적용함.
 자료: 통계청, (2019). 2021년 사회조사 원자료 저자 분석.

자료 : 김성아(2022), 고립의 사회적 비용과 사회정책에의 함의, 보건복지포럼 305호의 통계청(2019) 2021년 사회조사 원자료 저자 분석 자료

- 경쟁적 사회 구조와 시장경쟁에 집중된 우리 사회는 자살률, 노인 빈곤율이 OECD 최고 수준으로 나타나고 있으며, 이는 사회적지지체계 OECD 최하 수준이라는 지표에 비추어 볼 때 사회적으로 고립되는 개인을 증가시키고 있음(박성원외, 2022)

[그림 1-6] 팬데믹 전후 주요 선진국의 사회적 고립



주: 곤란한 일이 있을 때 도움을 받을 수 있는 친구나 친지 등 지지체계가 없다고 응답한 경우를 고립으로 정의함.

자료 : 박성원외(2022), 대한민국 미래전망 연구, 국회미래연구원 연구보고서 22-01호(OECD(2022c), Social support(indicator) 자료 활용)

- 따라서 1인 가구의 증가로 인한 생활 영위 관련 어려움에도 전 생애적으로 누구에게나 발생 가능한 사회적 고립 문제에 대응은 가족정책에서도 함께 지원 방안을 모색하기 시작함
 - 2023년 여성가족부는 2022년 16개소 시범 운영하던 1인 가구 대상 사회적관계망 형성지원 시범사업을 전국 36개소 가족센터로 확대 시행중(여성가족부, 제4차 건강가정기본계획 2023년 시행계획)
 - 2023년 1인 가구 사회적관계망 사업의 목표는 1인 가구의 일상생활 유지와 사회참여 증진을 통해 1인 가구의 고독·고립 방지와 안전하고 건강한 생활 도모를 목적으로 함
- 이에 본 연구에서는, 1인 가구의 사회적 고립과 고독 문제 예방과 대응을 위한 가족센터의 지원 범위를 명확히하고, 이를 통해 향후 가족센터의 사회적관계망 형성 지원 서비스가 1인 가구의 가족정책 수요와 목표와 부합할 수 있는 프로그램 운영 표준안을 제시하고 자 함

2. 연구 목적

- 본 연구에서는 사회적 고립과 고독 문제의 예방과 해결을 위해 가족센터에서 활용할 사회적관계망 형성 프로그램 매뉴얼을 개발하고자 함.
- 매뉴얼에 포함될 세부적인 내용은 아래와 같음
 - 첫째, 고립·고독 예방 사회적관계망 지원을 위한 가족서비스의 범위
 - 둘째, 사회적관계망 형성 프로그램 운영 방향
 - 셋째, 사회적관계망 형성 프로그램의 목표와 성과
 - 넷째, 사회적관계망 형성 프로그램의 적용
- 이를 통해, 여성가족부의 1인 가구 사회적관계망 형성 지원 시범 사업 운영 지침을 가족센터에서 실행할 프로그램 매뉴얼로 구체화함으로써, 가족정책을 통한 사회적관계망 지원 서비스의 표준화와 확대에 기여하고자 함
- 나아가 가족센터의 사회적관계망 프로그램 표준화와 고립·고독문제 예방을 위한 가족정책 측면에서의 사회적관계망 서비스 성과 제고에 기여하고자 함.

II. 연구 내용 및 방법

1. 연구 내용

- 매뉴얼 개발을 위한 세부적인 연구 내용은 아래와 같음
- 선행연구 고찰
 - 고립·고독과 사회적관계망에 대한 조작적 정의 도출
 - 가족센터 지원 고립·고독과 사회적관계망 지원 범위 선정
- 가족센터 기본사업과 사회적관계망 프로그램 운영 자료 조사
 - 가족센터 운영 프로그램 분석
 - 1인 가구 사회적관계망 시범 운영기관 프로그램 분석
 - 사회적관계망 프로그램 운영 역량과 기대 성과에 맞춘 프로그램 사례 분류
- 사회적관계망 프로그램에 대한 종사자와 이용자 수요 조사
 - 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램에 대한 종사자 의견 조사
 - 프로그램 운영 매뉴얼에 대한 종사자 수요 조사
 - 사회적관계망에 대한 1인 가구 이용자 수요 조사
 - 가족센터 프로그램에 대한 이용자 수요 조사
- 사회적관계망 프로그램 매뉴얼 제안
 - 사회적관계망 프로그램 운영 방향
 - 프로그램 운영 목표와 성과
 - 프로그램의 적용과 활용
 - 프로그램의 운영 전략 및 제언

2. 연구 방법

- 본 연구의 목적과 연구 내용 수행을 위한 연구 방법은 아래와 같음
- 문헌 조사
 - 고립·고독에 대한 선행연구 고찰
 - 사회적관계망 관련 선행연구 고찰
- 가족센터 프로그램 조사
 - 2023년 가족센터 사업 지침 분석
 - 1인 가구 사회적관계망 형성지원사업 시범 운영기관 사업 계획 분석
- 전문가 자문 및 종사자 FGI
 - 전문가를 통한 프로그램 운영 및 기획 방향 자문
 - 사회적관계망 형성지원 사업 운영기관 담당자 대상 프로그램에 대한 의견 조사
 - 종사자 대상 매뉴얼 수요 조사
- 설문조사
 - 1인 가구 이용자 대상 가족센터 프로그램 수요조사
 - 1인 가구 이용자 대상 사회적관계망에 대한 수요조사

제2장 관련 연구 고찰

I. 고립과 고독

1. 고립과 고독의 개념

□ 고립

- 사전적 개념
 - 고립이란 다른 사람과 어울리어 사귀지 아니하거나 다른 사람의 도움을 받지 못하여 외따로 떨어짐(국립국어원 표준국어대사전)
- Vincenzi & Grabosky의 고립 개념(서영석등, 2020에서 재인용)
 - 고립은 '사회적 교류와 접촉이 결여된 상태'로 '홀로 있음'과 달리 고립은 '외톨이', '인기 없는' 등의 부정적인 단어로 정의되므로 고립은 당사자가 원치 않지만 '혼자 있는' 상태에 놓인 것을 의미
 - 고립이란 공감과 도움을 주고받을 수 있는 타인이나 집단과의 사회적 교류와 접촉이 결여 되어 정상적인 사회활동을 할 수 없는 상태가 지속되는 상태
- Cornwell& Waire과 Perlman & Pep의 고립 개념(서영석등, 2020에서 재인용)
 - 객관적 고립 : 사회활동 및 참여의 부재, 소규모 사회 네트워크의 단절의 의미
 - 주관적 고립 : 사회적지지 부족함에 대한 개인의 지각된 고립(perceived isolation). 이때 주관적 고립은 외로움과 동일한 의미로 설명하고 사용됨

□ 고독

- 사전적 개념
 - 고독(孤獨) 한자의 의미로 풀면 외로울 고, 홀로 독의 의미로 혼자있어 외로움으로 해석됨

- 고독(solitude)은 사람들과의 접촉이 없는 것과 같은 차단(seclusion)되어 있거나 고립(isolation)되어 있는 상태(한국 위키백과)
- 고독이란 세상에 홀로 떨어져 있는 듯이 매우 외롭고 쓸쓸함(국립국어원 표준국어대사전)

□ 사회적 고립

● 위키백과의 정의

- 사회적 고립(Social isolation)은 인간을 포함한 사회적 동물이 그 사회의 관계, 예컨대 사람이면 인간관계에 참여하지 않는 것을 고립으로 봄
- 집단에 속해 있지 않으며 고립되고 소외되어 있다고 느끼게 되며, 주변에 맴돌거나 집단으로 함께 어울리기를 피하고 혼자 하는 활동에 몰입하게 됨
- 개인과 사회의 접촉이 거의 혹은 완전히 없는 상태로 사회적 고립은 일시적일 수도 있지만 고립이 장기화 될 수 있음
- 사회적 고립은 집안에 오래 머물러 있거나 가족·지인·친구와 의사소통이 없고, 사람 만날 기회가 생겨도 자발적으로 회피하는 상태임

● 연구자들의 정의

- 이상인 외(2020)의 연구에서는 다른 사람과의 접촉이 없거나 위급할 때 도움을 받을 사람이 없는 상태로 정의함
- 유민상외(2021)의 연구에서는 사회적 고립을 사회를 살아가며 다른 사람과의 관계망이 단절되어 생활에 필요한 지원을 받을 수 없는 상태로 외적인 단절과 내적인 단절로 나눔
- 김춘남 외(2018)의 연구에서는 사회적 고립을 비자발적 고립상태에서 심리적어려움(외로움 경험)을 느끼는 상태로 규정함
- 박성원외(2022)의 연구에서는 곤란한 일이 있을 때 도움을 받을 수 있는 친구나 친지 등 지지체계가 없다고 응답한 경우를 고립으로 정의함.
- 김성이(2022)의 연구에서는 사회적 관계가 없고, 사적 지지체계가 없는 것으로 정의하

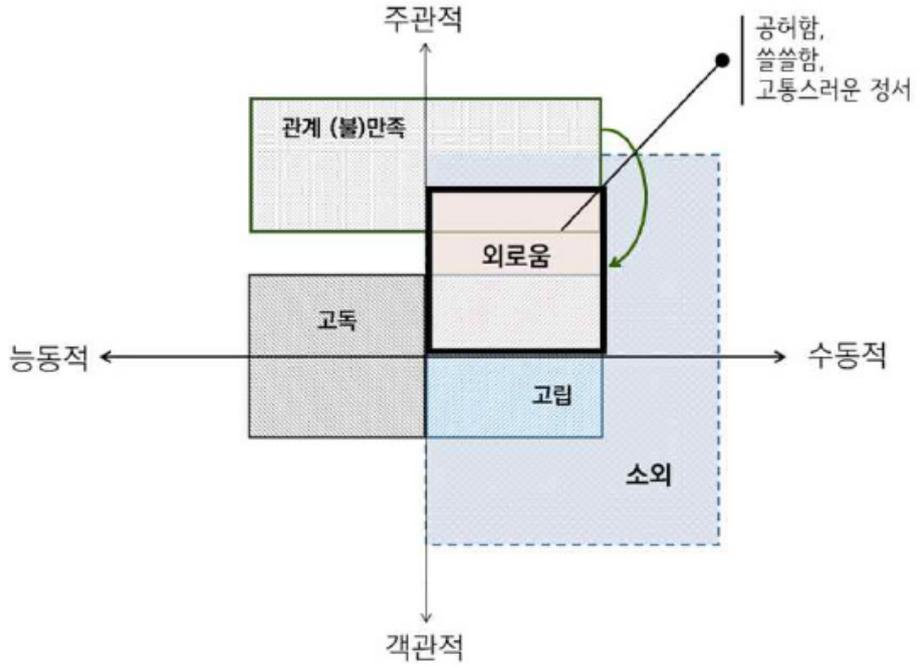
였으며, 사회적 관계가 없음은 '동거하는 가족이나 업무상 접촉 이외에 가족, 친지, 타인과 유의미한 사적 교류가 없는 경우'로, 사적 지지체계가 없음은 '생활에서나 경제적·심리적으로 곤란한 상황에 처했을 때 도움을 요청할 수 있는 사적 지지체계가 없는 경우'로 봄

- 이상철(2017)의 연구에서는 사회적 고립을 '사회적 연결망 내에 소속되어 있는 구성원들과 관계 단절 및 사회활동 참여에 있어서의 고립 또는 결핍 현상'으로 봄.
- 송지선·경정아(2021)의 연구에서는 사회적 고립을 다른 사람과의 사회적 연결점이 없거나 어려움에 처한 상황에서 도움을 구할 대상이 없음을 의미하는 것으로 설명

□ 고립, 고독, 외로움의 관계

- 고립, 고독, 외로움은 매우 연관되어 있는 개념으로 서영석 등(2020)의 연구 결과에서는 [그림2-1]과 같이 구별하고 있음
- 고독은 상황에 따라 긍정적 효과와 부정적 효과가 모두 가능
 - 단기적 고독은 방해받지 않고 일하거나 생각하거나 쉴 수 있는 시간을 주기도 하며, 사생활(privacy)을 위해서는 긍정적
 - 그러나 장기적 고독은 대인관계를 형성하는 능력 부족으로 인한 외로움이나 소외(reclusion)를 일으킬 수 있으며, 우울증을 유발하기도 함
 - 고독은 자발적으로 선택한 결과(능동적)라는 점에서 외로움과 구분됨
- 고립과 외로움은 부정적
 - '외로움'은 자발적 선택은 아니지만(수동적) 사회적 관계에서 원하고 바라는 것과 실제 관계에서 달성한 정도가 일치하지 않는다고 지각할 때(주관적) 느끼는 고통스러운 감정
 - '고립'은 자발적으로 선택하지 않은 수동적 상태이지만, 주관적 느낌의 외로움에 비해서는 객관적인 상태임

[그림 2-1] 선택과 인식 차원에 따른 외로움과 유사 개념의 구분



자료 : 서영석등(2020). 한국인의 외로움: 개념적 정의와 측정에 관한 고찰,

2. 고립 연관 요인과 대처

- 고립의 원인은 유형화하기 어려울 정도로 다양하며, 고립 관련 욕구는 복합적이고 중첩적이기에 복합적 접근이 필요함
- 따라서 고립 예방을 지원하고자 하는 가족서비스 개발을 위해 고립 관련 연관 요인과 고립 생활자의 특성을 살펴봄

□ 생애주기별 고립 연관 요인

- 김성아 외(2021)의 연구에서는 고립 연관 요인을 생애주기별로 제시하고 있으나 사회적 고립의 경험은 청년층에서 시작되어 생애과정에서 누적적으로 증가할 수 있다고 보고 대응 전략을 사회적 관계망 형성을 제시함
 - 개인적 요인 : 아동기 ADHD, 심리·정서적 요인등
 - 경제적 요인 : 빈곤, 생계유지 어려움 등
 - 발달과업의 실패 : 대학입시, 취업, 창업
 - 학교 부적응 : 이사, 학교폭력 피해, 학업 스트레스 등
 - 군대 부적응 : 폭력 피해 등
 - 소속감 상실 : 공식적인 소속 상실
 - 가족문제 : 가정불화, 가정 폭력 등
 - 가족돌봄 부담이나 지지체계의 부재등

□ 기술적 환경 연관 요인

- 이 외에도 현대인의 고립을 가중시키는 중요한 기술적인 환경으로 스마트폰 등의 미디어를 들 수 있음(김찬호, 2022)
 - 스마트폰을 종일 손에 쥐고 수시로 메시지를 교환하므로 대면 관계 감소

- 정보의 양이 늘어남에 따라 감정의 통로 축소
- 카톡 메시지나 인스타그램 등에 회신이나 '좋아요', '하트' 등에 시간 사용
- 기계를 통해 메시지를 주고받으면서 감정과 표정의 둔화

□ 고립 생활의 특징

- 노가빈 외(2021)은 은둔·고립 장기화에 따른 정서·행동 변화를 연구하고 은둔생활 입성기(초반), 은둔생활의 만성화(중반), 은둔생활의 저항(후반) 세 가지 단계로 구분하고, 각 단계는 정서적, 행동적 변화에 따라 구분할 수 있다고 보고함
 - 은둔생활 입성기(초반) : 외부 환경으로부터 소진된 경험을 한 이후 사회적 활동이나 관계를 자발적으로 철회함으로써, 칩거 초반에는 외부의 스트레스가 차단되어 익숙한 생활환경에서 인락함과 편안함을 느끼는 시기로 만족감이 높은 시기. 이 시기에 사회적 단절과 고립을 심화하는 생활패턴이 형성 될 수 있음. 은둔생활 동안 사회적인 활동이나 새로운 관계를 맺은 시도가 없으며, 평소 알고 지내던 지인이나 친구로부터의 연락을 자발적으로 차단하는 등 지속적 연락을 취하는 관계가 없음.
 - 은둔생활 만성화(중반) : 은둔생활이 장기화되어감에 따라 은둔 생활패턴이 고착화되고, 은둔생활 탈피에 대한 욕구가 나타나지만, 행도에 대한 통제력이 약해 은둔 생활패턴으로 회귀하는 경향을 보임. 이때는 개인적 통제감 상실과 부정적 정서가 심화되어 부정적 자아상이 만들어진다고 보고함
 - 은둔생활의 저항(후반) : 은둔생활의 초반기, 중반기에는 과도한 컴퓨터 게임과 수면으로 좌절감, 절망감, 우울감, 두려움 등을 차단할 수 있었으나, 은둔 생활이 장기화되며 연쇄적으로 부정적 정서를 보이며, 정서적 괴로움으로 공황발작 등 은둔생활의 위기감이 증폭됨. 은둔 생활 철회를 위해 자발적 도움이나 구조요청을 하기도 함
- 김성아 외(2021) 연구에서는 1인 가구 대상 사회적·정신적 건강문제를 유형화하여 유형별 생활 특성과 정책 지원 방안을 찾고자 함.
 - 동 연구에서는 외로움군, 고립군, 고립우울군, 외로움우울군 4개 유형으로 구별함
 - 그 결과 정신적 건강문제가 없는 외로움군과 고립군의 경우는 사회적 건강문제를

갖고 있으며, 사회적 관계망 지원이 대응 전략이 될 수 있다고 제시함

[그림 2-2] 1인 가구의 사회적·정신적 건강문제의 유형화



자료 : 김성아·박민진·김정아(2021). 서울시 1인 가구 외로움·사회적 고립 실태와 대응전략. 서울연구원. p.47

[표 2-1] 서울시 1인 가구의 사회적·정신적 건강문제 유형과 정책 수요

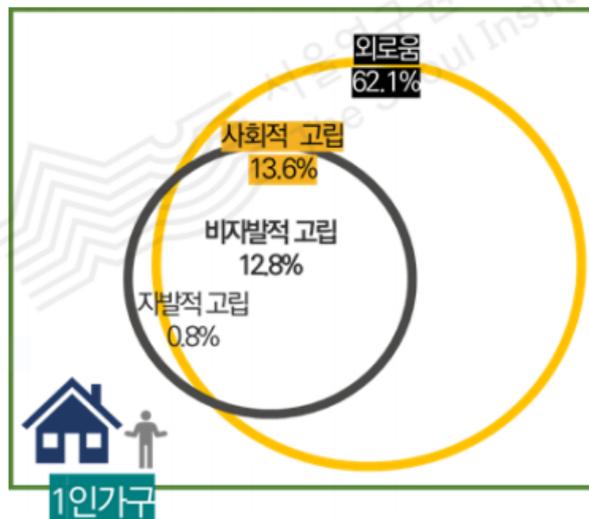
유형	외로움군	고립군	외로움우울군	고립우울군
문제 유형	사회적 건강문제	사회적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제	사회적 건강문제 & 정신적 건강문제
추정 비율	45%	10%	5%	3%
직업	비경제활동, 실업자	블루칼라	관리전문직, 실업자	관리전문직, 화이트칼라
소득 수준	저소득층>>고소득층	저소득층>고소득층	저소득층>>중소득층	중·고소득층
특성 요약	경제적 취약 관계망 적극적수요	건강관리 욕구높음 관계망 소극적수요	경제적, 신체, 정신건강 취약 공유주택 수요	소득수준 높음, 적극적 여가, 마음검진·상담 수요, 고립·고독 방지 수요, 생활안전 욕구
	함께이길 원하지만 맞을 기회가 없는 유형, 외로움에도 적극적 대처 노력, 사회적관계망 정책 수요 높음	중장년 비율 높고, 외로움에 소극적 대처, 여가생활도 소극적, 노후를 대비하여 중장년들이 스스로 관리하려는 수요 높음	노년층 비율 높음, 공유주택 거주 의향 높음, 경제적 어려움 큼, 주관적 신체·정신건강 수준 낮음	소득수준 상대적으로 높고, 관리전문직, 화이트칼라 다수, 주관적 건강 양호, 여성비율 높아 안전 욕구 있음
대응 전략	사회적관계망 형성	사회적관계망 형성 여가 문화프로그램	상담 지원, 공유주택	상담지원, 고립방지

자료 : 김성아·박민진·김정아(2021). 서울시 1인 가구 외로움·사회적 고립 실태와 대응전략. 서울연구원. p.73중 사회적관계망 관련만 발췌

3. 사회적 고립과 정책

- 사회적 고립은 더 이상 개인 단위의 사적 문제가 아닌 새로운 사회적 위험으로 인식되고 있으며, 사회적 관계를 통한 사회적지지체계 마련으로 사회적 고립 문제에 대응하고 있음
- 사회적 고립에 대해 사회적지지체계와 같은 사회적 관계로 대응하는 이유는 사회적 고립이 사회적 관계가 부재한 결과로 보기 때문임(김성아외, 2021),
- 김성아외(2021)의 연구에서 비자발적 고립은 심리·정서적으로 외로움을 느끼면서 객관적으로 사회적 관계가 부재한 경우이며, 자발적 고립은 사회적 관계의 부재로 고립되었으나, 외로움을 느끼지 않는 경우로 보고 있음

[그림 2-3] 1인 가구의 외로움과 사회적 고립 및 정신건강의 관계

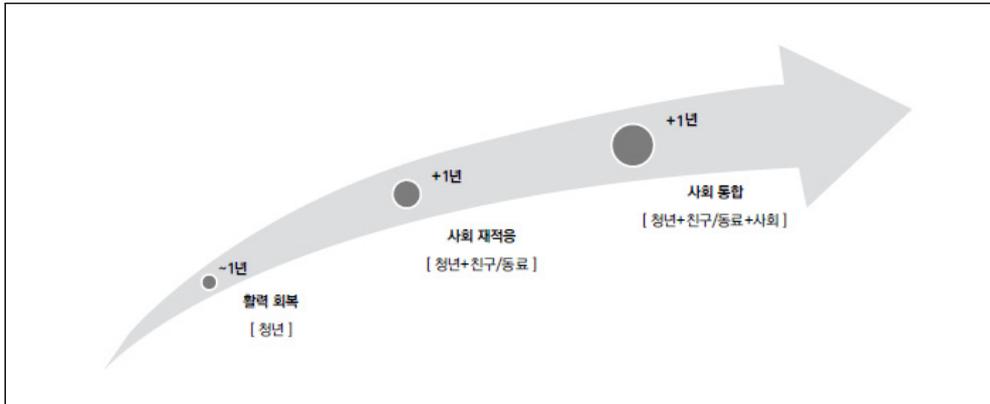


자료 : 서울시 1인 가구 실태조사(2021)

□ 청소년정책의 사회적고립

- 청소년정책의 사회적 고립은, 은둔형 외톨이, 혹은 히키코모리라 불리는 청소년들의 자존감이 낮고, 쓰레기 방을 벗어나고 싶어하며, 방에서 생을 마감할 거라는 고독사를 두려워하는 고립·은둔 청소년 문제에서 출발
 - ‘고립·은둔 청년’은 「청년기본법」에서 정한 19세~34세 청년중 고립되거나 은둔된 상태에 있는 자
 - 청소년정책에서 본 사회적 고립은 ‘정서적 교감을 포함한 도움이 필요한 곤란한 상황에서 도움을 받을 수 있는 지지체계가 부재한 상태’로 ‘타이과의 유의미한 교류가 없이 사회활동을 하지 못하는 상태’로 정의함(김성아, 2022)
 - 이 정의를 고려하면 청소년정책에서의 사회적 고립은 타인과의 사회적 관계와 어려운 일이 있을 때 도움을 요청할 지지 체계라는 사회적 관계 자본의 핵심 요소가 부족하거나 결핍된 상태로 볼 수 있음. 그 중에서도 은둔하는 사람들은 집이나 방과 같은 물리적 공간에서 타인과의 관계뿐만 아니라 외출을 제한하면서 살아가는 사람들임 (김성아, 2022)
- 청소년 사회적 고립은 지금만의 문제가 아니라 중장년, 노인으로 나아가며 전 생애에 영향을 미친다는 면에서 심리·정서적 활력 회복, 사회 재적응, 사회재진입과 사회통합이라는 단계적 목표를 두 사후적인 접근임
 - 심리·정서적 활력 회복은 고립·은둔 상태를 유지하면서 회복하지 못할 것이라는, 혹은 낮아진 자존감 등 자기 인지의 오류를 개선함으로써 자기 이해를 증진하고 심리·상담 지원을 통해 활력 회복을 목표로 함
 - 사회 재적응 단계는 고립·은둔 청년은 지원인력 외 친구나 동료 등과 사회적 관계를 재형성하면서 사회 활동을 다시 시작할 수 있도록 갈등을 관리하는 기술을 연습하는 것을 목표로 함
 - 마지막 최종 목표는 사회 재진입과 사회통합으로 지역 내 청년 및 주민과 어울려 시민으로 살아갈 수 있도록 하는 단계로, 나아가 고립·은둔 상태에 있는 청년을 이해하며 직·간접적으로 도움을 주는 역할을 수행하도록 함

[그림 2-4] 고립·은둔 청년 지원 목표 및 단계



자료 : 푸른고래 리커버리센터(2022.9.2.) 및 김혜원, 김지연(2022), 파이(PIE) 은둔 및 고립청년 지원프로그램 매뉴얼, p. 11 그림을 참고하여 김성아 외.(2022)에서 작성한 그림 재인용.

- 청소년정책의 고립·은둔 청년 지원 사업은 당사자가 고립·은둔 상태를 벗어나 지역사회 주민과 어울리면서 사회에 재통합되고 건강한 시민으로 살아가도록 지원하는데 의미가 있음
 - 삶의 활력을 위해서는 자기 이해 증진, 자존감 회복 등의 심리·상담 지원을 이 필요함이 확인되므로, 사회적관계망 형성에서 심리 상담 서비스 제공을 검토할 필요가 있음
 - 또한 친구나 동료 등과 사회적관계를 형성하면서 사회활동을 다시 시작할 때는 갈등을 관리하는 기술이 필요하므로, 원활한 사회적관계망 형성에서 소통과 관계 갈등 해결 역량일 높이는 게 유용함
 - 나아가 사회적 관계망 형성에서는 동일 관심사나 문제를 가진 사람을 이해하고 상호 도움을 주고 받는 역할을 할 수 있도록 한다면 사회적 관계망 형성에 도움이 됨을 확인함
- 청소년정책에서는 이미 고립·은둔 청년을 대상으로 지원이 이루어지고 있으므로, 향후 가족센터의 사회적관계망 형성 사업으로의 대상자 연계, 또는 지속적인 지원 검토가 필요하며, 고립·은둔 청년을 둔 원가족 지원을 상호 협력하는 것도 좋은 지원 대안이 될 수 있을 것으로 보임

□ 가족정책의 사회적고립

- 청소년정책이 사회적고립 문제를 가진 청소년 대상 사후 취약대상 지원이라면 가족정책은 1인 가구를 중심으로 한 사회적 고립 문제 예방과 보편적 지원 방안을 모색하고 있음
 - 사회적 고립은 사회적지지체계가 약하거나 없는 것으로 가족정책에서는 원가족과의 심리적·물리적 거리에 의한 관계 유지와 회복, 1인 가구가 거주하는 지역내 이웃관계망 유지와 형성을 지원하여 해결하고 자 함(조성은, 2022)
 - 특히, 1인 가구이기 때문에 사회적 관계망 형성시 스스로의 돌봄과 안전, 일상생활 역량강화를 강조하고 있음
 - 특히, 생애주기별 접근을 통해 청년, 중장년, 노년 대상 발달주기와 연령별 과업에 따른 맞춤 지원을 모색함
- 그러나, 아직 사회적관계망 지원의 목표에 맞춘 세부 대응 전략 수립 단계임
- 사회적 고립은 개인이 일상생활 유지를 위해 필요한 사회적지로부터의 배제라는 점에서 1인 가구의 가족지지 축소나 약화에 따른 문제 방지 측면에서 출발함.
- 특히 가족정책에서는 가장 근접한 사회적지지인 가족지지에서 독립적으로 생활하는 1인 가구의 일상생활 유지와 문제 예방에 관심을 두고 사회적 고립에 대한 지원 방안을 모색하고 있음
- 이때, 사회적지지 차원에서 사회적 고립에 접근한 염유식·성기호(2016) 연구에 의하면, 의미 있는 타인과의 사회적 관계 맺음은 소속감을 느끼게 해줌과 동시에 소외감을 낮추어 신체적·정신적 건강 및 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치므로 (송지선 외, 2021에서 재인용) 사회적 고립 문제의 예방과 지원에 사회적 관계 맺음에 대한 접근이 적절해 보임.
- 본 연구는 ‘1명이 단독으로 생계를 유지하고 있는 생활단위인 1인 가구의 고독고

립 방지와 안전하고 건강한 생활 도모'에 맞는 프로그램 매뉴얼 개발을 위해, 가족정책에서 사회적 관계망을 통해 지원할 수 있는 고립에 대한 정의와 프로그램에 대한 함의는 다음과 같음

- 고립이란 “개인이 일상에서 공감과 도움을 주고받을 수 있는 가족·친구 또는 이웃과의 교류와 접촉이 결여된 상태라고 느끼거나 부족한 상태”로 이 정의에 의하면, 가족센터의 고립 예방 지원 대상은 비자발적인 이유로 집에 머물러 있거나 가족·지인·친구·이웃과 교류할 기회를 원하는 사람들임.
- 따라서, 가족센터에서 하는 고립 문제 방지 사회적관계망은 고립 문제의 예방에 초점을 맞추며, 지역활동에 참여할 수 있는 기회 제공이 우선되어야 함
- 사회적 고립 예방을 위해 제공해야 할 프로그램의 내용은 사람들 간 교류와 접촉 기회의 장 마련 또는 교류와 접촉 부족 느낌에 대한 정서적지지 프로그램이 유용함. 이때 심리 상담 프로그램으로 자기 이해, 자존감 회복을 돕는 프로그램이 도움이 됨
- 사회적 고립 문제 대응을 위해 제공해야 할 서비스는 일상에서의 공감과 도움을 주고 받을 수 있는 가족·친구 또는 이웃 등의 사회적지지체계의 회복과 생성으로, 이를 위해서는 소통 역량, 갈등 상황에서의 해결 기술 관련 역량 지원등이 적합함
- 이때, 고립과 관련된 다양한 요인 중 아동기 어려움, 가정불화, 가정 폭력, 발달 과업과 같은 가족위기 문제는 가족센터에서 제공 중인 서비스를 활용하여 지원될 수 있도록 개인의 어려움에 대한 공개 또는 센터종사자의 관찰을 통해, 사회적 고립 문제를 조기에 발견하는 것도 기대해 볼 수 있음
- 이러한 사회적 고립에 대한 가족정책에서의 예방적·보편적 지원은 단기간의 비자발적 사회적 고립에 대한 지원임과 동시에, 장기적·자발적 사회적 고립 문제로의 진행을 막는 방안이자, 고립 은둔자에 대한 선제적 발굴과 조기 지원 방안이 되도록 운영되어야 함

- 사회협약을 통한 구조적 차별 해소
 - 인구 및 가구 구조 변화를 고려한 사회서비스 혁신
 - 지역단위 사회서비스 체계 구축
 - 취약 계층 고용 및 사회안전망 구축
- 동 연구 결과에 의하면, 비혈연 기반의 사회적 연대와 인구와 가구 구조의 변화를 고려한 사회서비스 혁신을 실현하지 못하면 경쟁하면서 많은 사람이 고립되는 회피 미래를 맞이하게 됨
- 산업화/도시화에 따라, 가족이나 친족집단, 친구, 이웃 등의 비공식집단의 영향은 약화되고 공식적 지원체계가 발전(Greene, 19083; Logan and Spitze, 1994, 박경숙, 2000 재인용)
- 따라서, 본 연구에서는 가족 축소, 가족핵화 등에 의해 증가하고 있는 1인 가구 생활은 가족지원 체계의 약화로 인한 공식적 지원체계 강화를 위한 가족서비스 개발이라는 측면에서 사회적관계망을 살펴봄.

1. 사회적관계망의 개념

● 위키백과의 정의

- 사회적 관계망은 한 개인이 지속적으로 관계를 맺고 있는 사람들이나 집단을 의미하며, 각 개인이 사회 정체성을 유지하고, 다양한 자원과 서비스를 주고 받을 수 있는 사회적 관계의 범위를 말함
- 사회적지지만 어떤 사람을 둘러싸고 있는 중요한 타인 또는 외부환경에게서 얻는 여러 가지 형태의 원조임. 이러한 의미에서 원조 원을 사회적지지원이라고 하며 자신을 둘러싼 사회적지지원의 관계를 사회적지망 또는 사회적 관계망이라 말함
- 사회적지지는 어떤 사람을 둘러싸고 있는 중요한 타인에게서 얻는 여러 가지 형태의 원조로서 이를 사회적 자원으로 볼 수 있으며 이러한 여러 형태에는 무허이 정서적인 감정 지지나 정보 자원의 제공 또는 물질적 원조의 자산 제공 등 유형, 무형의 사회적지지를 폭넓게 포함함. 현대에 들어서 많은 연구결과 애완동물과의 일상생활에서의 경험 역시 높은 사회적지지의 자원으로 언급되고 있으며 심리적 가족 구성원으로 보고되고 있음. (Taylor, S.E., 2011)

● Ell(1984)의 정의

- 사회적 관계망은 개인의 모든 사회적 대인접촉을 포함하는 것으로 가족, 친구, 친척, 이웃 등 공식적·비공식적 지원들을 포함하는 다양한 관계로 구성되며 평생 동안 상호 간 역할에 따른 의무와 관계의 동적인 변화에 기초를 둔 집단으로 정의(양옥경, 1997. 재인용)

● Cobb(1976)의 정의

- 사회적지지의 개념을 사회적지지 중 자신이 관심과 사랑을 받고 있다고 믿게 하는 정보를 정서적 지지라 하였고, 자신이 존중받거나 가치가 있는 존재라고 믿을 수 있게 하는 정보를 존중적 지지라고 정의(임창균외, 2014 재인용)

● House와 Khan(1985)의 정의(박영란외, 2013 재인용)

- 사회적지지의 개념 속에는 사회적 관계(social relationships), 사회적 관계망(social

- networks), 사회적지지(social support) 가 포함된다고 봄
- 사회적 관계는 사회통합(social integration) 혹은 사회적 고립(social isolation)과 비슷한 의미로 관계의 존재 유무, 관계의 수, 관계의 유형으로 측정할 수 있으며, 사회적 관계망의 선행요인으로 봄
 - 사회적 관계망은 관계망의 크기, 밀도, 복잡성, 호혜성, 지속성, 강도, 빈도, 분산성, 동질성 등의 속성으로 측정되며, 이는 사회적지지의 선행요인임
 - 사회적지지는 유형(정서적, 정보적), 원천, 양 또는 질 등으로 측정
 - 사회통합과 사회적 관계망은 사회적 구조로 측정할 수 있으며, 사회적지지는 인식된 심리적 정서의 개념으로 측정.
- 결국 사회적 관계망은 가족을 포함한 개인을 지지할 자원으로 이해되며, 따라서 사회적지지의 개념 안에 있다고 보여짐.
 - 사회적관계망은 개인이 관계를 맺고 있는 집단으로 이루어지며 이 집단에는 가족과 친척, 친구, 이웃 등이 포함되며, 공식적인 사회관계망과 비공식적인 관계망이 있을 수 있음
 - 관계망이 중요한 이유는 물질적·도구적·정서적 지지의 원천이기 때문이며 개인의 삶의 질에 영향을 미치기 때문이며, 따라서 사회적관계망은 사람들과의 교류라 볼 수 있고, 사회적지지의 원천이고 개인들의 사회화 과정을 촉진하는 것으로 보여짐

2. 사회적관계망의 유형

- Wenger(1996)는 사회적관계망의 요소를 근거리, 가족의 유용성, 가족 및 친구 이웃과의 접촉 빈도, 지역사회적 통합수준으로 보고, 어느 요소를 더 많이 활용하느냐에 따라 유형을 구분(임창균외, 2014 재인용)
 - 협의의 가족에 기반을 둔 유형 : 주로 가까운 가족원에게 의존하는 유형
 - 광의의 가족에 기반을 둔 유형 : 가족과 이웃 및 친구에게 통합적으로 의존하는 유형
 - 친구 및 이웃에 기반을 둔 유형 : 주로 이웃에 토대를 둔 소규모의 이웃에게 의존하는 유형
 - 지역사회에 초점을 둔 유형 : 주로 큰 규모의 친구에 초점을 둔 유형
 - 개인으로 제한된 관계망 유형 : 가까이 사는 가족이 없으며, 단지 이웃과 최소한의 유대만을 갖는 유형
- Litwin과 Landau(2000)은 사회관계망의 유형을 아래와 같이 분류(임창균외, 2014 재인용)
 - 친족 유형
 - 가족집중유형
 - 친구초점 유형
 - 다양한 유대 유형
- 사회적관계망은 사회적 관계가 유지되는 조건과 그 관계가 지원하는 기능에 따라 비공식 집단과 공식 집단으로 분류
 - 비공식 집단은 가족이나, 친족집단, 친구 이웃 등으로 규모가 작고 폐쇄적인 집단이며, 공식 집단은 성원 사이의 관계는 목적지향적이고 성원으로서의 가입탈퇴가 상대적으로 개방적인 집단임(박경숙, 2000)
 - 산업발달에 따라 비공식집단의 지원기능은 약화되고, 공식적 지원기능이 발전되나, 개인주의 가치가 지배적인 여러나라에서 가족기능이 여전히 중요하게 유지됨(Cantor,

1979)

- Litwak(1985)에 의하면, 비공식 집단과 공식적 집단이 서로 보완적인 기능을 수행하는 것은, 두 집단에서 제공하는 지원 내용이 차별적일 때로(박경숙, 2000 재인용). 즉 가족이나 비공식적 관계는 비확실적이고, 비전문적인 서비스 제공에 유용한 반면, 공식적 집단은 보다 업무 특수적인 서비스를 전문적으로 제공하는데 효과적임.
- 비공식적인 친족 관계는 정서적, 규범적 연대의 성격이 강한 반면, 이웃이나 친구와의 연대는 교환의 호환성에 대한 신뢰에 기초하고, 비공식적 집단인 친족 관계에서는 성원의 안녕과 활동에 대한 관심과 책임이 강조되지만, 친구나 이웃 관계에서는 가치나 태도의 동질성이 중요함(Adams, 1967, 박경숙, 2000 재인용)

3. 사회적관계망의 특성

- 사회적관계망은 상호관계가 비상호관계보다 오래 지속되며 관계의 세기가 강함
 - 사람이 서로 친한 정도를 다르게 보고하는 경우는 비대칭 관계에 해당하며, 한 사람이 관계 자체를 보고하지 않은 경우는 비상호관계에 해당
 - 상호 관계가 형성되기 위한 가장 기본적인 전제 조건은 두 개인 사이에 접근(access)과 대화의 기회, 공유된 지식이 많아야 함(Carley & Krackhardt, 1996, 이재신 2008 재인용)
 - 즉, 서로 물리적으로 가까이에 있으며 대화의 기회가 높을 때, 또한 서로 공통적으로 알고 있는 정보가 많은 경우 상호관계가 형성됨.
 - 기존 상호관계에 관한 연구는 주로 면대면 상황으로 물리적 접근 가능성을 중요한 요인으로 취급하여 왔으나, 이메일, 이동전화, 메신저 같은 다양한 매체에 의해 개인은 상대방과 소통하기 위해 반드시 물리적으로 같은 공간에 있어야 할 필요가 없게 되었음 (이재신, 이민영, 2007).
- 사회적관계망은 개인 간 상호작용과 커뮤니케이션에 의해 인지적으로 생성되는 관계임
 - 사회적 관계망은 개인의 상호작용과 정보교환에 의해 끊임없이 변화되고 수정됨
 - 사람들은 '지식'과 '접촉 기회'라는 관점에서 사회망안의 특정인과 얼마나 유사하게 스스로를 맞출 것인가를 계속적으로 평가하고 결정하고 있음
 - 이때 충분한 접촉기회와 많은 공유 지식이 상호관계 형성에서 중요하며(Krackhardt & Carley, 1993, 이재신 2008 재인용), 접촉기회는 두 사람이 상호작용할 수 있는 물리적인 시간이 충분히 존재하는가를 의미함
 - 공유된 지식은 두 사람이 공통적으로 알고 있는 사항이 많이 존재하는 가를 의미하며 공유하는 지식이 많을수록 상대방이 자신과 유사하다고 인식하고 이것이 상호관계를 발전시킴
- 결국, 사회적관계망 형성에서 상대방을 인지하고 인식하는데 있어 가장 중요한

요인은 접촉 기회이며, 사회적관계를 형성 유지 하는 데 중요한 요인은 공유된 지식임.

- 서로 공유된 지식이 없어도 접촉 기회가 증가하면 공유된 지식이 늘어나며 상호관계로 발전할 수 있음
- 단지, 공유된 지식을 가지고 있다는 사실만으로는 상호관계로 발전할 수 없음
- 접촉 기회란 관계의 인지성을 높이고, 개인은 인지적 현저성이 높은 관계를 더욱 쉽게 기억함. 이때 인지적 현저성을 증가시키는데 중요한 역할을 하는 것은 두 사람 사이의 공유된 지식의 정도임.

- 사회적관계망은 유사성 인식, 상대방에 대한 인지, 관계의 형성, 관계의 유지 단계를 거치게 되나, 이 단계를 거치는 시간과 어느 단계까지 가는가는 다양한 선택과 결정이 이루어짐

- 사회적관계망의 첫 단계인 인식은 '상호작용하는 개인들이 가치관, 생각, 교육, 사회적 지위 등의 측면에서 유사하다고 인식하는 정도로 정의됨(Rogers & Bhowmik, 1970, 황주원외 2013 재인용).
- 유사하다고 인식한 사람을 관계 대상으로 인지하는 단계. 이때 공유된 내용이나 공통성이 많으면 관계가 형성이 이루어짐
- 관계가 심화되고 지속되기 위해 상호 연락처를 주고 받거나 연락이 오고 갈 때, 관계가 유지됨

- 사회적관계망의 인식 또는 인지 관계에서는 유사성이 주용하며, 관계 유지를 위해서는 호의성과 관계 만족감이 중요함(황주원외, 2013)

- 유사성 인식 요인은 직관적 유사성(생활방식, 취향, 음식 등), 태도 유사성(가치관, 사고방식, 행동등의 공통점), 배경유사성(경제적 상황, 지리적 유사, 사회적 위치, 가족 관계 등)이 있음
- 관계유지행동에 중요한 요인은 호의성(대화의 흥미로움, 대화에 긍정적 피드백), 공개성(감정이나 생각에 대해 솔직하고, 자신을 개방하고 조언하는 것등), 충돌회피(예미하고 민감한 주제를 피함, 충돌할 내용은 굳이 꺼내지 않음), 일상적 상호작용(일상 최근에

일을 공유, 산책이나 장보기 등 소소한 일을 공유하는 것이 편안함, 공동활동(게임이나 취미를 함께함, 새로운 일을 함께 함, 동호회 활동을 함께 함)을 들 수 있음

- 사회적관계망은 인식, 인지, 형성, 유지 단계가 빠르게 한번의 접촉 기회에서 일어날 수도 있으며, 인식 단계에서 인지는 빠르게 이루어지나, 형성단계로 넘어가기에는 오래 걸릴 수도 있어 일반화하기 어려움.
 - 사회적관계망 형성을 프로그램화 할 때는 인식 인지를 돕는 접촉 기회의 제공과 상호 대화할 수 있도록 촉진하는 프로그램 제공이 필요.
 - 사회적 관계가 형성되고 유지되기 위해서는 장기적이고 지속적인 접촉 기회의 제공과 유사한 공통 관심사나 공유된 지식을 갖도록 소모임화하는게 유용할 것으로 보임
 - 이때, 관계의 지속을 위해 소통기술과 갈등해결 기술 등에 대한 역량 교육과 상호 부조가 될 수 있는 기회의 제공이 관계 만족감을 갖게 하며, 이때며 사회적지지체계로 발전할 수 있을 것으로 보임.

4. 사회적관계망의 기능

- 사회적관계망의 기능은 구조적인 측면과 기능적 측면으로 구분하여 기능을 살펴 볼 수 있음
 - 구조적 측면은 사회적 관계망의 양적인 측면으로 한 개인의 사회적 관계망 내에 존재하는 관계들의 유형, 관계망의 크기 및 개인과 관계있는 사람들, 예를 들면 가족, 친척, 친구, 이웃, 지인 등과의 접촉 빈도와 같은 요소들이 중심이 되므로, 한 개인의 사회적 관계의 크기로 지지체계의 규모를 파악할 수 있음
 - 기능적 측면은 관계망 내의 사람들과 주고받는 사회적지지 및 관계의 질에 대한 평가로 사회적 관계망의 구조와 기능이 전혀 다른 별개의 차원은 아니지만 관계의 우선성, 친밀성, 책임감에 따라 지원을 요청하는 우선 순위가 위계적으로 정해지고, 이는 근접성, 관계지속기간, 라이프스타일, 동기, 노동 분업, 기술적 지식 수준에 따라 지원집단의 성격과 특성이 결정됨.(장수지, 2008)
- 사회적관계망의 기능(Cassel, 1976)
 - 사회적 자본 호혜성과 사회관계 신뢰의 특징으로 묘사되는 자원
 - 사회적 영향 생각과 행동이 다른 사람의 행동에 의해 변화되는 과정
 - 사회적 약화 타인이 부정적 감정 또는 비판을 표출하거나 개인의 목적 성취를 방해하는 과정
 - 동료에 관계망의 구성원들과 여가생활이나 다른 활동을 함께 함
 - 사회적지지 사회관계와 개인 간 거래에서 주고받은 도움이나 원조
- 사회적 관계망의 산출물은 긍정적인 지지라고 볼 수 있음
 - 가족지지 육체적, 감정적 편안함, 지역사회의 돌봄의 한 부분, 어려움에 처했을 때 가족, 친구, 이웃 등 사회적 관계망에 있는 구성원들이 심리적, 물질적 도움을 제공하는 것
 - 사회적지지는 정서적지지(공감, 사랑, 신뢰, 보살핌 등), 물질적지지 도움이나 서비스

(돈, 시간, 물품등), 정보적지지(충고, 권유 및 정보 등), 평가적지지(자기 평가에 도움이 되는 정보 등)가 있음(House, 1981, 박영란외 2013에서 재인용)

- 이러한 사회적 관계망의 기능 때문에 현재의 관계망에서 사회적지지를 기대하기 어려울 때 새로운 관계망을 개발함으로써 사회적지지의 제공을 도모하며, 사회적 지지 강화 프로그램으로 멘토 프로그램이나 자조 모임 등이 많이 활용됨
- 따라서, 사회적 관계망은 관계 내 구성원들이 서로 알고 교류함으로써, 상호 사회적지지를 주고 받고자 하는데 의미가 있으므로 사회적관계망 프로그램 운영에 주는 함의는 다음과 같음
 - 지리적으로 근접한 사람들과의 교류 기회 제공 : 1인 가구는 기존 관계망과 물리적·거리적으로 떨어진 경우가 많아 새로운 사회적지지 체계 개발을 위한 교류의 장 제공
 - 지속 참여가 가능하도록 프로그램 구성 : 연령, 취미, 관심사 등 동질성 높은 구성원들의 모임 등을 통해 프로그램을 통한 상호간 친밀성 지원
 - 상호 사회적지지가 교류 지원 : 서로간의 공감, 시간, 정보 등을 주고 받을 수 있는 채널 개설이나 활동 지원으로, 이때 프로그램 참여자 중 아래와 같이 고립과 연관된 요인을 파악하여 고립위험 대상자를 발굴할 수 있음
 - 개인적 요인 : 아동기 ADHD, 심리정서적 요인 등
 - 경제적 요인 : 빈곤, 생계유지 어려움 등
 - 발달과업의 실패 : 대학입시, 취업, 창업
 - 학교, 군대, 근무처등 부적응 : 이사, 폭력 피해, 스트레스 등
 - 소속감 상실 : 공식적인 소속 상실
 - 가족문제 : 가정불화, 가정 폭력 등
 - 가족돌봄 부담이나 지지체계의 부재 등
 - 프로그램 참여자들의 권력과 영향력 조정을 위한 개입 : 구성원 상호간의 의견이 존중되고 긍정적 참여 피드백이 나올 수 있도록, 프로그램 사전 사후에 영향력을 행사하는 정도에 개입하고 대처

제3장 가족센터 프로그램 고찰

I. 가족센터 사업

1. 운영 현황

- 가족센터는 가족정책 서비스 전달체계로 「건강가정기본법」에 의해 개인의 기본적인 욕구를 충족시키고 사회통합을 위하여 기능할 수 있도록 유지 발전시키기 위해, 가정기능 강화와 관련된 여러 서비스를 제공하고 있음
 - 「건강가정기본법」 제2조(기본이념) 가정은 개인의 기본적인 욕구를 충족시키고 사회통합을 위하여 기능할 수 있도록 유지·발전되어야 한다.
- 이에 기존 가족센터의 기능과 서비스 분석을 통해 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램의 세부 내용을 점검하고 자 함
- 또한, 1인 가구 사회적관계망이라는 사업명이 나타나듯이, 1인 가구를 위한 프로그램은 지역사회 모임과 활동으로서, 가족센터가 제공할 수 있는 공간과 공유 자원을 적극적으로 활용할 필요가 있기에, 2023년 가족센터의 운영형태와 공간도 함께 살펴볼 필요가 있음,

1) 운영 형태와 사업 목적

□ 운영 형태

- 여성가족부 지원 가족센터는 예산과 유형에 따라 운영 형태 다양
 - 여성가족부는 가족 유형별로 이원화 되어 있던 건강가정지원센터와 다문화가족지원센터의 가족지원서비스를 통합하기 위해 2014년부터 시범사업 운영을 거쳐 매년 통합운영하는 가족센터를 확대 운영중
 - 통합운영중인 가족센터는 211개소이며, 통합이 되지 않은 센터는 건강가정지원센터

13개소, 다문화가족지원센터로 20개소 2013년 운영중

- 2014년 ~ 2015년도 통합서비스 시범사업(22개소)전
- 16년(78개소) → '17년(101개소) → '18년(152개소) → '19년(183개소) → '20년(196개소) → '21년(203개소) → '22년(207개소) → '23년(211개소)로 통합 운영
- 2023년 건강가정지원센터 13개소, 다문화가족지원센터 20개소 운영중

[표 3-1] 2023년도 가족센터, 건강가정지원센터, 다문화가족지원센터 운영개소

구분	2023년도		
	가족센터	건강가정지원센터	다문화가족지원센터
개소수	211개소	13개소	20개소

자료: 여성가족부 2023년 가족사업 안내에서 내용 재작성

- 따라서, 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램 운영 매뉴얼은 여성가족부 가족서비스 전달체계인 가족센터 211개소를 비롯하여, 건강가정지원센터 13개소, 다문화가족지원센터 20개소에서 모두 적용가능하게 개발되어야 함
 - 가족센터에서는 건강가정지원센터의 다양한 가족 유형 중 하나로 1인 가구를 지원하고 있음
 - 다문화가족지원센터에서는 다문화가족 맞춤 서비스를 제공중으로 관련서비스와 공간을 활용한 1인 가구 대상 프로그램 수행 가능함
 - 다문화가족지원센터를 통해 통번역 등의 서비스가 제공되고 있으며, 다문화가족지원센터만 단독으로 운영중인 지역에서는 1인 가구 서비스의 유일한 가족서비스 제공기관이 될 수 있음.
 - 이혼이나 사별로 인한 1인 결혼이민자, 성인이 되어 1인 가구 생활 가구인 중도입국자녀 등의 1인 가구 사회적관계망 서비스 수요 발생 가능

□ 사업 방향과 목적

- 가족센터의 사업 목적은 건강가정지원센터와 다문화가족지원센터의 사업목적과

같이 하나, 다만 가족유형에 상관없이 다양한 가족에 대한 보편적이고 포괄적 서비스를 제공하는 것을 추가하고 있음

- 건강가정지원센터는 지역주민의 특성을 고려한 맞춤형 가족지원서비스를 제공함으로써 가족의 안정성 강화 및 가족관계 증진에 기여함을 목적으로 함
- 다문화가족지원센터는 다문화가족의 안정적인 정착과 가족생활 지원을 목적으로 함
- 따라서, 1인 가구 사회적관계망 프로그램은 ‘1인 가구의 일상생활 유지 기능 향상과 사회 참여 증진을 통해 1인 가구의 고독·고립 방지와 안전하고 건강한 생활 도모’를 목적으로 하는 예방적,보편적 프로그램으로 개발되어야 함

● 가족센터의 사업 목적은 [표 3-2]와 같음

[표 3-2] 가족센터, 건강가정지원센터, 다문화가족지원센터 사업 목적

구분	2023년도		
	가족센터	건강가정지원센터	다문화가족지원센터
사업 목적	<ul style="list-style-type: none"> ○ 가족의 유형에 상관없이 다양한 가족에 대한 보편적이고 포괄적 서비스 제공 - 지역여건 및 정책 수요자 특성에 맞는 맞춤형 서비스 제공 - 모든 가족에 대한 가족의 안정성 강화 및 가족관계 증진 ○ 다문화가족의 안정적인 정착과 가족생활 지원 - 한국사회 조기 적응 지원을 위한 맞춤형 서비스 제공 - 다문화가족의 사회참여 지원 - 다문화가족 자녀의 건강한 성장 지원 및 글로벌 인재 육성 - 사회·경제적 자립지원 도모 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 지역주민의 특성을 고려한 맞춤형 가족 지원서비스를 제공함으로써 가족의 안정성 강화 및 가족 관계 증진에 기여함 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 다문화가족의 안정적인 정착과 가족생활 지원 - 한국사회 조기 적응 지원을 위한 맞춤형 서비스 제공 - 다문화가족의 사회 참여 지원 - 다문화가족 자녀의 건강한 성장지원 및 글로벌 인재 육성 - 사회·경제적 자립지원 도모

자료: 여성가족부 2023년 가족사업 안내 내용 재작성

● 가족센터에서 운영할 1인 가구 사회적관계망 형성 지원 프로그램도 가족센터의

사업 방향과 일치하여야 하므로, 매뉴얼의 개발 방향에서 고려해야 할 내용은 아래와 같음

- 지역사회 가족지원서비스 1인 가구 대상자 확대 및 1인 가구의 가족문제 대응력 강화를 위해 1인 가구 대상 생활 안정성 강화 및 가족관계 증진을 위한 프로그램
- 1인 가구의 가족 특성과 생애주기별 맞춤형 프로그램
- 1인 가구의 일·가정 생활의 고충해소 및 자녀로서, 또는 동거하지 않는 부모로서의 역할 강화 및 역할 갈등해소 프로그램
- 다문화가족 1인 가구 특성 맞춤형 프로그램
- 1인 가구의 지역사회 참여 여가 프로그램 제공 등을 통한 이용자 참여 확대 및 가족친화지역문화 조성 프로그램
- 1인 가구의 다양한 가족지원, 이용자 참여 확대를 통한 가족기능 지원 강화 및 지역사회 가용자원과 연계한 토털서비스가 가능하도록 지역사회 다양한 유관기관과 연계 및 협력 지원 강화
- 가족센터의 유사사업이 1인 가구 사회적관계망 프로그램에 통합 운영 가능하도록 개발(나눔봉사단 및 가족봉사단, 가족사랑의 날 등)
- 다문화가족 및 한부모가족외 1인 가구에 대한 긍정적 인식 제고 및 교류 활성화를 통해 가족포용성 향상 도모
- 1인 가구의 적극적인 참여와 활동가로의 유도를 통해 시민의식 고취 및 1인 가구 편견해소를 위한 가족친화문화 프로그램
- 1인 가구의 가족기능강화를 위한 별도 집단상담 프로그램 활성화

2) 공간의 구성

- 가족센터는 전화상담실, 면접상담실, 교육실, 자료실 등 필요한 공간을 충분히 확보하여야 함
 - 상담실 : 전화상담, 면접 상담, 집단상담을 위한 2개 이상의 상담실 공간 확보
 - 교육장

- 언어발달교실((언어발달교육을 필수로 실을 운영하는 경우에만 해당함) : 전용공간 16㎡ 이상의 규모로 언어발달교실 운영에 적합한 설비를 갖추어야 함
- 공동육아나눔터('19년부터 신규 설치시 공간규모 66㎡ 이상) 등 확보
- 특히 생활SOC 복합화사업으로 건립된 공간을 사용하는 가족센터는 전용공간으로 기본형은 509㎡, 확장형은 759㎡ 이상 확보
 - 전용공간에는 상담실, 교육실, 다문화자녀언어교실, 공동육아나눔터, 다목적 가족소통·교류공간*(확장형에 한함), 사무공간을 반드시 포함시키도록 지침에 안내
- 여성가족부의 2023 가족사업 안내에 보면, 이미 생활SOC 복합 공간에는 다목적 가족 소통 및 교류 공간을 확보하고 있음이 확인되며, 상담실, 교육실, 공동육아나눔터 등이 가족센터 확보 공간으로 1인 가구가 활용 가능한 공간임
 - 청년 1인 가구의 나눔·소통 품앗이 지원을 통한 새로운 공동체 형성
 - 중장년·고령 1인 가구의 서로돌봄·생활나눔 등 사회적 관계망 형성
- 따라서, 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램은 교류 공간 활용과 지역내 소통 원화를 지원하는 프로그램으로 기획될 필요가 있음
 - 1인 가구의 연령별 특성을 고려한 청년·중장년·고령 1인 가구의 사회적관계망 형성 프로그램을 통한 맞춤형 프로그램 필요
 - 청년에게는 나눔·소통 품앗이 지원을 통한 새로운 공동체 형성 프로그램
 - 중장년·고령 1인 가구의 서로돌봄·생활나눔 등을 통한 사회적관계망 형성 프로그램
 - 그러나, 가족센터가 가족유형에 상관없이 다양한 가족에 대한 보편적이고 포괄적 서비스를 제공하는 것을 기반으로 하고 있으므로, 1인 가구의 세대통합 프로그램과 1인 가구와 다가구의 통합 프로그램이 공통으로 기획되어야 함

2. 기본 사업

- 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램은 여성가족부 지정 가족센터를 통해 제공되는 프로그램으로, 가족센터에서 제공되는 사업 중 1인 가구가 이용할 수 있는 사업과 프로그램이 있는지를 우선 검토할 필요가 있음
- 이때 추출되는 프로그램은 1인 가구와 다인가구 통합을 위한 서비스로 활용하기에 적절하며, 1인 가구가 지역사회내에서 1인 가구이외 2인가구 이상의 지역 이웃들과 교류할 수 있는 기회로 활용 가능함

1) 가족센터 기본사업

- 가족센터는 가족관계 영역, 가족돌봄 영역, 가족생활 영역, 가족과 함께하는 지역 공동체 영역등 4개 영역의 사업을 모두 수행해야 하며, 기본사업외의 건가 또는 다가사업, 지역특성화 사업을 운영중임

□ 가족관계 영역 사업

- 부모역할 및 가족관계 개선, 가족의사소통, 가족구성원의 역량강화를 위한 맞춤형 서비스 지원, 가족형태·생애주기·문제유형별 가족 갈등과 문제 해결, 성평등·인권 의식 고취를 위한 교육·상담·문화프로그램 등 운영
 - 임신·출산(부모)지원 : 임신, 출산 관련 교육·정보제공·문화프로그램 등을 제공
 - 영유아기 부모지원 : 영유아 자녀 관련 부모역할 지원
 - 학부모지원 : 초·중·고등학생 자녀 이해하기 및 소통 등 부모역할 지원
 - 예비부부·부모지원 : 자기에 대한 이해, 결혼의 의미, 행복한 부부관계, 부모됨의 의미 등 역할 지원

- 예비부부·부모대상 건전한 혼례문화 확산을 위한 교육 운영
- 아버지 역할 지원 : 일·가정 양립의 중요성 및 가정내 아버지 역할 지원, 자녀와의 상호작용 방법 등에 대한 지원, 육아 및 가정생활에 적극적인 아빠들의 자조모임 운영, 아버지-자녀가 함께하는 돌봄 프로그램 등
- 부부역할지원 : 부부의 생애주기에 따른 양성평등한 부부역할지원
 - 부부갈등예방·해결지원 : 양성평등하고 민주적인 가족관계지원, 가족발달주기에 따른 생애설계와 역할 훈련, 배우자 이해, 부부갈등해결 등을 위한 생애주기별 부부교육, 부부상담 등의 서비스 제공
 - 노년기 부부지원 : 노년기의 발달 및 가족관계의 특성 이해하기, 부부 및 부모역할 재조정하기, 가정자원관리(가계재무, 시간관리 등) 관련 서비스 제공
- 이혼전·후가족지원 : 18세 미만의 자녀의 관점에서 이혼신청 가족 및 이혼전·후 가족 대상 가족기능 강화를 위한 상담·교육·문화 서비스 등 제공
- 다문화가족 관계향상지원 : 다문화가족 부부간의 성평등, 가족간 성평등 인식고취 등 성평등 교육, 다문화이해교육 및 인권감수성 교육 등
- 이중언어가족환경 조성사업 : 영유아 자녀를 둔 다문화가족 대상으로 이중언어 환경 조성을 위한 이중언어 부모코칭, 부모·자녀 상호작용 프로그램, 이중언어 활용 프로그램을 지원 하는 사업
- 다문화가족자녀성장지원 : 학령기 다문화가족 자녀 및 부모 대상 부모·자녀관계 향상 프로그램 및 정체성·사회성 리더십 개발을 위한 맞춤형 프로그램 지원, 기존 서비스 기관과 연계 등
- 가족상담 : 생애주기에 따라 발생하는 가족 내 다양한 갈등을 해결하기 위하여 부모 - 자녀간, 부부간 가족관계 개선, 비혼청소년 임신갈등상담 등 다문화가족 및 비다문화가족 대상 가족상담 제공
- (손자녀 돌봄) 조부모 역할 지원 : 자녀의 맞벌이, 자녀가족의 해체 등의 이유로

손자녀를 돌보는 조부모에게 심리·정서 상담 및 교육 등 제공

- (노부모 부양가족) 장애·질병 노부모 부양가족에 대한 심리·정서 상담, 부양가족들 간 소통 커뮤니티 운영, 노부모 케어 교육* 등 제공
 - 노인마음 이해하기, 노인과의 의사소통, 노인돌봄(보건, 영양, 건강운동 등) 등 교육

□ 가족돌봄 영역 사업

- 가족돌봄 영역 사업은 가족구성원의 일시적 장기적 부재, 상황적 위기 등으로 가족기능이 약화된 가족에 대한 돌봄서비스 지원, 가족 유형 특성에 따른 맞춤형 가족기능 강화 서비스 제공
- 가족희망드림 지원 : 가족기능이 취약한 1인 가구·한부모·조손가족 및 긴급위기가족 등에게 가족기능 및 역량강화를 도모할 수 있는 서비스 제공
- 면접교섭서비스 : 이혼 후 자녀를 양육하지 않는 부 또는 모가 자녀와 만날 수 있도록 면접교섭 서비스 제공

□ 가족생활 영역 사업

- 가족생활 영역 사업은 가족특성에 따른 고충상담, 생활정보제공, 초기정착지원 등 맞춤형 가족생활 프로그램 운영
- 맞벌이가정 일·가정양립지원 : 직장 내 고충 및 가정 생활정보 등 맞벌이 가정의 일·가정 양립의 지원 프로그램 운영
- 다문화가족 초기정착지원 : 결혼이민자 한국어 교육 등 입국 초기 결혼이민자 및 그 가족을 대상으로 내·외부 자원 연계 등을 통한 다문화가족 초기정착 지원 서비스
- 결혼이민자 취업지원 : 결혼이민자 취업기초 소양교육, 취업훈련 전문기관 연계,

자격증·면허증 반 운영 등 결혼이민자에 대한 취업지원 서비스

- 1인 가구 지원 사업 : 1인 가구를 대상으로 고독·고립 예방과 문제 해결을 위한 심리정서 상담 지원, 돌봄 지원, 사회적 관계망 지원 및 사례관리
- 다문화가족자녀 사회포용안전망 : 취학 전 다문화가족 자녀들에게 기본학습을 지원하고, 학령기 다문화가족 자녀들을 대상으로 상담 및 진로탐색 지원

□ 가족과 함께 하는 지역공동체 영역 사업

- 가족과 함께하는 지역공동체 영역에서는 양성평등한 가족문화, 지역사회 공동체 문화, 가족친화 사회 환경 조성, 다문화인식개선 등 가족과 지역사회연계 프로그램 운영
- 인식개선 및 공동체 의식 : 다문화, 한부모, 조손, 북한이탈 가족 등 다양한 가족의 특성 이해 및 편견해소 지원
 - (서비스방법) 가족단위 동아리 조성, 이웃 간 품앗이 조성, 캠페인, 자치활동 공간조성(공동육아나눔터 등), 지역사회협의체, 유관기관 네트워크 적극 활용 및 참여 추진
 - 기관이나 기업 등과의 가족지원 사업 협력, 지역 내 유관시설등과의 가족지원을 위한 가족서비스협의체 구성 등
- 가족친화문화 프로그램 : 가족캠프, 가족축제, 가족체험활동 등 가족구성원 전체가 참여하는 프로그램 운영
- 가족봉사단(다문화가족나눔봉사단) : 가족단위 자원봉사활동, 다문화가족 자조모임
- 공동육아나눔터 운영 : 육아 공간 및 돌봄프로그램 제공, 이웃 간 자녀돌봄 품앗이 활동 조성 지원 등
- 다문화가족 교류·소통공간 : 다문화가족 자녀돌봄 및 성장 지원, 결혼이민여성 자조활동, 지역사회통합 등 다문화가족의 사회 참여·소통을 위한 공간 지원

- 가족사랑의 날 : 정시퇴근 문화 확산 등 캠페인, 매주 수요일 가족이 함께 참여하는 프로그램, 지역사회연계 가족친화 프로그램 운영 등
- 결혼이민자 정착단계별 지원 패키지 : 한국생활 초기적응이 이루어진 결혼이민자를 대상으로 결혼이민자가 스스로 본인의 정착과정을 설계하고 관련서비스 탐색, 실행계획 수립 등을 수행할 수 있도록 지원
- 찾아가는 결혼이민자 다이음사업 : 결혼이민자들이 지역사회 다문화 활동가로 참여하여 유치원, 어린이집, 아동복지센터, 학교, 시설, 모임 등 다양한 지역공동체를 ‘찾아가는 다문화 친화 활동’ 지원
- 다(多)함께 프로그램 : 결혼이민자와 배우자, 배우자의 부모 등 다문화가족 구성원 간 상호이해를 강화하고 다문화가족의 긍정적 정체성 형성과 문화공존을 유도

2) 건강가정지원센터 기본사업

□ 가족돌봄나눔 사업

- 건강가정지원센터는 가족돌봄나눔 사업 영역 3개중 2개를 공통으로 수행중
 - 모두가족봉사단(‘가족 함께 돌보기’를 위한 지역 봉사단)
 - 가족봉사단의 활동을 ‘돌봄’을 주제로 전환하여 운영 하도록 되어 있음
 - 센터 내 또는 지역사회 돌봄 프로그램과 결합하여 운영
 - 2인 이상의 가족이 돌봄봉사활동에 참여(돌봄 목표시간 설정)
 - 자녀돌봄에서 출발하여 노인, 장애인, 환자 등 돌봄이 필요한 다양한 대상으로 확대
 - 봉사활동을 위한 교육, 자조모임도 활동내용에 포함
 - 모두가족품앗이(‘자녀 함께 키우기’를 위한 지역 품앗이)
 - 기존 구성원 간의 재능나눔, 돌봄나눔 활동을 넘어 지역사회와 타 공동체로 돌봄 품앗이 확대
 - 전업주부와 맞벌이 주부가 함께 운영하는 품앗이, 남성이 참여하는 품앗이 등 다양한 그룹 운영

- 품앗이 활동을 위한 전체가족 예비교육, 전체가족회의 등은 가족품앗이 활동에 포함
- 아버지-자녀가 함께하는 돌봄 프로그램
 - 아버지의 양육 참여 확대를 위해 유아나 초등학생을 위한 돌봄프로그램 운영
 - 아이 돌봄, 품앗이, 상담 등 기타 다양한 프로그램과 연계한 운영

□ 가족교육 영역

- 생애주기별 가족교육
 - 가족 내에서 발생하는 문제를 예방하고 가족 구성원의 역량을 강화시키기 위한 부모, 부부, 조부모, 자녀 등 가족을 대상으로 한 생애주기별 다양한 교육
 - 예비/신혼기·중년기·노년기 부부교육 등
 - 예비부모교육, 영유아기·아동기·청소년기 자녀를 둔 부모교육 등
- 남성대상 교육
 - 일·가정 양립과 가족생활의 남성참여 활성화를 위한 교육
 - 남성대상 자기돌봄 교육
 - 찾아가는 아버지교육을 통한 아빠 대상 육아교육

□ 가족상담 영역

- 생애주기에 따라 발생하는 가족 내 다양한 갈등과 문제의 해결을 위한 상담사업
- 개인을 대상으로 하는 개별적 접근과 가족구성원이 함께 참여하는 가족단위의 통합적 접근을 포함
- 가족단위의 면접 상담 유도

□ 가족문화 영역

- 가족사랑의 날 실시
 - 매주 수요일(요일 변경 가능) 가족이 함께 할 수 있는 프로그램 실시

● 가족관계 개선을 위한 가족캠프, 가족축제, 가족 체험 활동 등 실시

[표 3-3] 가족센터(건강가정지원센터) 공통사업영역과 내용

영역	구분	시·군·구센터 공통사업	설 명
가족돌봄 나눔 * 3가지 사업중 2가지 선택		모두가족 봉사단	· 기존의 가족봉사단의 활동 내용을 '돌봄'을 주제로 전환하여 운영
		모두가족 품앗이	· 전업주부와 맞벌이 주부가 함께 운영하는 품앗이, 남성이 참여하는 품앗이 등 다양한 그룹 운영
		아버지-자녀가 함께하는 돌봄 프로그램	· 아با와 자녀가 함께하는 돌봄프로그램 운영
가족교육		생애주기별 가족교육	· 가족 내에서 발생하는 문제를 예방하고 가족 구성원의 역량을 강화시키기 위한 부모, 부부, 조부모, 자녀 등 가족을 대상으로 한 생애주기별 다양한 교육 · 예비/신혼기·중년기·노년기 부부교육 등 · 예비부모교육, 영유아기·아동기·청소년기 자녀를 둔 부모교육 등
		남성대상 교육	· 아버지교육, 찾아가는 아버지 교육, 남성대상 자기돌봄 교육 등
가족상담		가족(집단)상담	· 생애주기에 따라 발생하는 가족 내 다양한 갈등과 문제의 해결을 위한 상담사업 · 개인을 대상으로 하는 개별적 접근과 가족구성원이 함께 참여하는 가족단위의 통합적 접근을 포함 · 가족단위의 면접 상담 유도 · 연간 상담실적이 100명 이하인 센터는 가족집단상담을 연간 2건 이상 반드시 포함
가족문화		가족사랑의 날	· 수요일, 가족이 모두 함께하는 프로그램
		가족친화문화 프로그램	· 가족캠프, 가족축제, 가족체험활동 등
지역사회 연계		지역사회 협의체 참여, 협약 및 연계사업	· 지역사회 협의체, 유관 기관 네트워크 활용 및 참여

자료: 여성가족부 2023년 가족사업 안내(p.81)

● 다문화가족지원센터 사업.

– 다문화가족 방문교육서비스

- 지리적 여건 등으로 센터 이용이 어려운 결혼이민자 및 다문화가족 자녀 등을 대상으로 방문교육지도사가 한국어 및 부모교육, 자녀생활서비스를 제공

– 다문화가족 자녀 언어발달지원사업

- 다문화가족 자녀의 성장단계별 언어발달 정도를 진단·평가하고 언어향상을 위해 교육 프로그램을 제공하는 서비스
- 언어발달교실 : 다문화가족 자녀의 언어발달평가 및 언어교육, 부모상담 및 교육 등 언어발달지원서비스를 제공하기 위한 공간
- 언어발달지도사 : 다문화가족 자녀에 대한 언어발달 정도를 평가하고 언어교육을 실시하는 전문인력

– 결혼이민자 통번역서비스

- 결혼이민자 및 그 가족의 초기 생활적응에 필요한 의사소통을 지원하기 위해 제공하는 통역 및 번역서비스
- 통번역지원사 : 의사소통이 어려운 결혼이민자 및 그 가족에게 통번역 서비스를 제공하는 인력으로 결혼이민자 중에서 선발

– 다문화가족 사례관리사업

- 다문화가족의 복잡하고 다양한 문제해결 및 심리·정서 안정 등을 위한 양질의 사례관리서비스 제공
- 사례관리사 : 결혼이민자 등의 한국어능력, 가족관계, 경제적여건 등을 고려한 대상자별 특성에 따른 맞춤형 사례관리를 위한 전문인력

– 다문화가족 이중언어 가족환경조성사업

- 다문화가족 자녀가 가정 내에서 영유아기부터 자연스럽게 이중언어로 소통할 수 있도록 부모코칭 등 가족환경 조성
- 이중언어코치 : 다문화가족 이중언어환경조성사업 수행을 위해 이중언어 및 아동발달에 대한 지식과 부모코칭 기술을 겸비한 전문인력

3. 별도 사업

- 가족센터에서 운영하는 별도 사업이란 여성가족부가 지원하는 별도 예산을 지원 받아 제공되는 서비스로 돌봄 서비스 연계, 사례관리, 가족유형별 맞춤 서비스를 위한 사업들이 해당됨
- 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램을 운영함에 있어 관련된 사업이나 연계가 필요한 사업이 있는지를 확인하고자 별도 사업을 살펴봄.

1) 자녀대상 돌봄 서비스 제공 사업

- 아이돌봄 사업: 취업 부모들의 양육부담을 경감하고 가정에서의 개별 양육을 희망하는 수요에 탄력적으로 부응하기 위해 가정으로 아이돌보미를 파견하여 가정 내 개별 돌봄 서비스를 제공
- 공동육아나눔터 사업: 육아 공간 및 돌봄프로그램 제공, 이웃 간 자녀돌봄 품앗이 활동 조성 지원
- 이중언어가족환경 조성사업: 영유아 자녀를 둔 다문화가족 대상으로 이중언어 환경 조성을 위한 이중언어 부모코칭, 부모·자녀 상호작용 프로그램, 이중언어 활용 프로그램을 지원
- 방문교육지원사업: 센터를 방문하기 어려운 다문화가족을 대상으로 한국어교육, 부모교육, 자녀생활서비스를 제공
- 다문화가족 자녀언어발달 지원 사업: 언어발달 교육이 필요한 자녀와 부모 대상 교육 및 상담서비스를 제공
- 다문화가족자녀 사회포용안전망 : 취학 전 다문화가족 자녀들에게 기본학습을 지원하고, 학령기 다문화가족 자녀들을 대상으로 상담 및 진로탐색 지원

2) 가족사례관리 서비스 제공 사업

- 가족희망드림 지원 사업 : 가족기능이 취약한 한부모·조손가족 등과 경제·사회적 위기사건을 직면한 긴급위기가족에 대한 가족기능 및 역량강화 지원
- 권역별 미혼모·부자 거점기관 운영지원 사업: 미혼모·부가 자녀를 스스로 양육하고자 할 경우 초기위기에 대처할 수 있도록 상담, 출산비 등 병원비, 교육문화프로그램 및 자조모임 등 서비스를 제공함으로써 양육 및 자립 지원
- 다문화가족 사례관리 사업: 다문화가족의 복합적·만성적 문제해결을 위하여, 다문화가족지원센터 내·외부 자원 연계 등을 통한 맞춤형 종합 서비스를 제공
- 가족상담 전문인력 운영: 가족센터에서 가족상담(임신출산갈등상담* 등) 을 실시
 - (가족상담) 생애주기에 따라 발생하는 가족 내 다양한 갈등을 해결하기 위하여 부모-자녀간, 부부간 가족관계 개선 등 가족상담
 - 임신·출산에 따른 갈등상담, 입소시설·전문지원기관 등 연계, 출산·자녀양육 정보 제공 등
 - 가족상담전화(1644-6621)를 통해 연계된 내담자 등을 대상으로 심층상담(전화상담 또는 대면상담) 우선 실시 및 관련기관 연계 등 실시

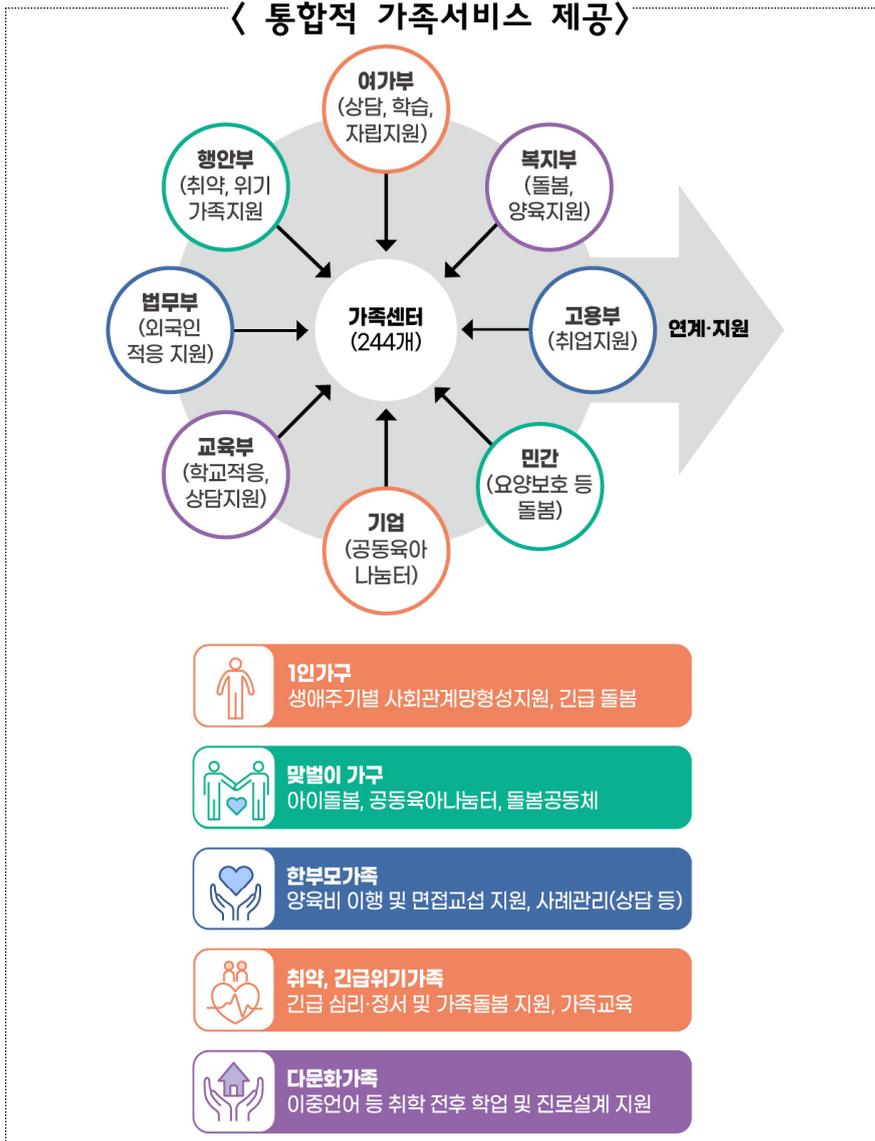
3) 다문화가족 특성 맞춤 서비스 제공 사업

- 통번역지원사업: 입국 초기 결혼이민자의 초기 정착단계에서 경험하는 의사소통 문제해결을 위하여 통번역서비스를 지원하는 사업
- 결혼이민자 역량강화지원 사업 : 결혼이민자, 중도입국자녀가 한국어를 학습하여 한국의 일상생활과 사회생활에 적응할 수 있도록 지원하기 위하여 다문화가족지원센터를 통하여 한국어교육 실시

II. 1인 가구 사회적관계망 형성지원 사업

1. 사업 개요

[그림 3-1] 통합적 가족서비스 제공 추진



자료 : 여성가족부 2023년 주요업무 추진계획(2021~2025)(2023. 1. 9)

- 통합적 가족서비스의 하나로 2022년, 2023년 여성가족부, 1인 가구 사회적관계망 형성 지원 사업 시범운영을 통한 가족센터 중심의 지역 가족서비스 강화 추진(여성가족부 2023년 주요업무 추진계획(2021~2025)(2023. 1. 9))
 - 2022년 16개소 시범운영기관을 36개소로 확대하여 전국 가족센터 서비스 확대 추진
 - 2022년 대비 교육, 상담, 사회적관계망 지원이라는 지침이, 1인 가구의 일상생활 유지와 사회 참여 증진이라는 서비스 제공 목적을 명확히 함
 - 향후, 사회적관계망 지원 적합 프로그램에 대한 시범운영 사업의 안정적 확대와 사업 성과 관리 방안 필요

[표 3-4] 1인 가구 사회적관계망 형성 지원 사업 2022, 2023년 비교

1인 가구 사회적관계망 형성 지원사업	변경전 (2022년도)	변경후 (2023년도)
근거	「건강가정기본법」 제3조(정의*) 및 제15조(건강가정기본계획의 수립**) * "1인 가구", 1명이 단독으로 생계를 유지하고 있는 생활단위 ** 1인 가구의 복지 증진을 위한 대책	
시범운영기관 개수	전국 12개 가족센터	전국 36개 가족센터
목적	1인 가구의 생애주기별(청년, 중장년, 노년 등) 교육·상담, 사회적관계망 형성 등 지원을 통한 고독·고립 등 방지와 안전하고 건강한 생활 도모	1인 가구 일상생활 유지 기능 향상과 사회 참여 증진을 통해 1인 가구의 고독·고립 방지와 안전하고 건강한 생활 도모
추진 방향	1인 가구의 생애주기별 지원 1인 가구의 특성을 반영한 돌봄, 안전, 사회적 관계 등 지원	1인 가구의 생애주기별(청년, 중장년, 노년 등)·성별·지역·특성·별·경제적 여건 등을 고려한 맞춤형 지원
세부 내용	일상생활 역량강화 자기개발을 통한 성장 관계 유지 및 개선 안전 사회적 관계망 지원	심리정서 상담 지원, 돌봄 지원, 사회적 관계망 지원, 사례관리

자료 : 여성가족부 2022년, 2023년 가족사업안내 재구성

- 가족센터는 기존 가족 유형별 취약기능 지원 서비스에 맞춘 프로그램은 제공해 오며 따라, 가족관계, 돌봄역량, 그 외 가족생활교육, 가족과 함께하는 지역공동체 등의 사업 영역별 서비스를 제공 중
- 따라서, 고립이나 고독 방지를 목표로 프로그램이 운영되기 보다는, 현재 가족 가족관계 향상, 돌봄역량 제고, 다문화가족 생활의 한국생활 적응 관련 프로그램이 주요 기획 목표가 되고 있음
- 또한 지역에서도 가족센터는 가족대상 프로그램 제공, 또는 부모역할 지원 프로그램 제공 기관으로 인식되고 있어, 새롭게 지역내에 공동체 관계망 형성을 위한 프로그램이 제공된다는 인식 전환을 위한 특화된 사회적관계망 형성 프로그램이 필요함.

1) 사업 목표

- 급속히 증가하는 1인 가구 일상생활 유지 기능 향상과 사회 참여 증진을 통해 1인 가구의 고독·고립 방지와 안전하고 건강한 생활 도모를 목적으로 함
 - “1인 가구”, 1명이 단독으로 생계를 유지하고 있는 생활단위
 - 1인 가구의 복지 증진을 위한 대책
- 생애주기별(청년, 중장년, 노년 등)·성별·지역특성별·경제적 여건 등을 고려한 맞춤형 지원

2) 지원 내용

- 1인 가구를 대상으로 고독·고립 예방과 문제 해결을 위한 심리정서 상담 지원, 돌봄 지원, 사회적 관계망 지원 및 사례관리

- (심리정서 지원) 1인 가구의 고독·고립 문제, 관계 갈등 등의 문제해결을 위한 전문적인 심리·정서 상담
- (돌봄 지원) 1인 가구의 스스로 돌봄역량 강화 및 정서적 지원
 - (일상 돌봄) 일상생활관리, 건강관리, 재무관리 등 스스로 돌봄 역량강화를 위한 교육·문화 프로그램 운영
 - (감정 돌봄) 스트레스 관리, 감정코칭 등 고독·고립감 해소를 위한 교육·문화 프로그램 운영
 - (긴급 돌봄) 질병, 위기상황 등으로 도움이 필요한 1인 가구의 건강한 삶 회복 지원을 위한 병원동행 및 단기 가사·간병 지원 서비스
- (사회적관계망 지원) 자조모임, 동아리 활동 등 사회적관계망 형성 지원
- (사례관리) 취약 1인 가구 발굴 및 지역 자원 연계 지원

2. 시범 운영기관 프로그램 운영 현황

1) 시범 운영 기관 개요

- 급속히 증가하는 1인 가구 일상생활 유지 기능 향상과 사회 참여 증진을 통해 1인가급속히 증가하는 1인

2) 프로그램 운영 현황

□ 사업 홍보를 위한 프로그램

- 1인 가구 관련 정책 및 운영 프로그램 안내, 지역사회 복지서비스 정보제공, 유관기관 서비스 연계를 위한 프로그램이나 활동 해당
 - 일인가구 프로그램을 동일(동대문구 1인) 프로그램이라 명명하여 사용하는 등 1인 가구 프로그램임에 1인 가구 라는 직접적인 표현 자제
 - 회원 모집과 등록을 위한 이벤트를 통해 1인 가구는에게 정보제공 동의를 받고 지속적으로 관련된 정보 제공 또는 프로그램 수요 조사
 - 회원등록제를 통해 1인 가구는 지속 관리하여 운영

□ 1인 가구 욕구 맞춤 프로그램

- 식생활
 - 집밥, 밑반찬, 김장 만들기
 - 균형잡힌 식생활을 위한 1인 가구 맞춤 요리교실
 - 소셜 다이닝
- 일상 생활 역량 지원
 - 건강관리, 재무관리, 안전교육 등 독립 생활 준비 관련 프로그램
 - 1인생활 노하우, 가계부 작성, 디지털 리터러시 교육, 호신술, 심폐 소생술, 친환경

청소·세탁, 간단 집수리 수선법 등 해당

- 생활역량 강화를 위한 관계, 경제, 일상 자립 프로그램
- 스스로의 보호, 치안, 안전 역량 강화 지원
- 먹거리, 스마트 미디어, 정리 수납, 금융 등 일상 생활에 필요한 교육

● **물품 공유 지원**

- 생필품, 식료품, 디자인 소품 가전기기 등 구매 후 사용하지 않는 물품을 상호 교환하는
플리마켓 및 친환경 리필스테이션 운영
- 텃밭 가꾸기

□ **가족센터 기본사업 적용 프로그램**

● **교육 프로그램**

- 부동산 교육, 재무교육, 경제교육
- 생애주기별 정리정돈 및 분리수거 등 생활교육
- 식생활 교육
- 생애주기별 발달과업 관련 교육
- 안전 교육
- 자격증 교육 : 비누, 염색, 캔들, 파티플라워 자격증 취득 교육

● **상담 프로그램**

- 개인상담, 집단 상담
- 심리 정서적 어려움을 호소하는 1인 가구 대상 초기면담 및 자가 검사, 전문 심리검사를
실시하여 마음 건강 상태를 점검하는 프로그램
- 감정돌봄 프로그램, 감정코칭교육, 원가족 관계 상담, 반려동물 프로그램
- 성격유형 검사, 포토 테라피, 음악테라피 등
- 우울감 해소법, 스트레스 관리, 마음 다스리기, 감정코칭 등 고독·고립감 해소 및
감정조절 능력 강화 프로그램 운영

- 긴장 완화를 위한 원예·미술 치료, 연극 심리치료, 감정코칭 프로그램 해당
- 당사자 및 원가족체계 강화를 위한 집단 상담 프로그램

● 문화 프로그램

- 원가족관의 관계 회복이나 증진을 위한 원가족의 의미, 가족 조각 기법, 원가족과의 갈등 해결을 위한 프로그램과 병행한 가족미션 및 여가문화 체험활동 지원
- 건강, 예술, 환경 보호 프로그램 진행
- 악기 연주 교육
- 새해 목표 공유와 달력 만들며 식사하기
- 서점 투어, 숲체험, 강체험 등 등 지역 특화 지역 돌아보기, 여행 등
- 영화관람, 스포츠 관람, 미술, 원예, 영화 등 장르별 취미 교실
- 골프, 운동, 바둑 등

□ 1인 가구 연령대와 성별 맞춤 프로그램

● 청년층 대상 프로그램

- 사회 초년생 및 진입예정자 독립생활 준비교육
- 비대면 운동 챌린지

● 중년층 대상 프로그램

- 중장년 1인 가구 자유 텃밭 가꾸기와 수확 작물로 요리하고 식사하는 정기모임
- 갱년기 관리 교육

● 노년층 대상 프로그램

- 키오스크 활용법, 카톡 문자 보내기 등 정보화 교육 지원
- 고령자 상호간 돌봄 자원 봉사
- 치매 예방 동예 교육
- 성인병 관련 교육

- 웰다잉 교육

● 남성 대상 프로그램

- 밥, 반찬 만들기 활동등 조리와 보관이 편리한 요리 프로그램
- 생활용품(삼푸, 비누 등) 만들기 프로그램

□ 1인 가구 대상별 맞춤 프로그램

● 이혼 1인 가구 대상 프로그램

● 보호종료아동대상 프로그램

- 아동양육시설, 공동생활가정, 가정 위탁 등에서의 보호가 종료되고 홀로서기를 앞둔 1인 가구 자립 준비 청년의 독립역량 강화 및 자존감 회복, 자기효능감 증진 프로그램
- 심리검사를 활용한 기질 파악하기, 나의 강점 찾기, 의사소통 및 대인관계 유형 알기, 주거 계약 관련 부동산 교육, 법률 교육, 기초 집수리, 청소·세탁법 살림 특강 프로그램 등 제공
- 자립생활관 등 유관기관과 연계한 준비청년 자립역량 강화 프로그램

- 고용 위기 및 불안정을 경험한 1인 가구 대상 프로그램 : 자기 이해 증진, 강점 찾기, 자기돌봄, 컬러테라피, 미술치료 등 긍정적 자기인식과 자기효능감 회복을 지원하여 활발한 사회 참여를 유도하는 프로그램

□ 1인 가구 사회적관계망 지원

- 지역 내 모임 형성을 희망하는 1인 가구를 대상으로 소그룹을 매칭 및 월 1회 이상 모이는 정기모임 활동을 지원하여 사회적지지체계를 형성하고자 하는 프로그램으로 주로 동아리 모임이 해당됨
- 스트레스 완화 및 사회적 관계 형성을 위한 정기 모임 프로그램

- 주제별 모임을 선택하여 마음이 맞는 친구 찾는 자발적 모임을 유도하고 모임 활성화를 위해 관련 전문가와 함께 주제에 대해 지원하는 프로그램
- 모임 활성화를 위해 관련 전문가와 함친구 찾기 프로그램으로 스낵필름, 식료품, 디자인 소품 가전기기 등 구매 후 사용하지 않는 물품을 상호 교환하는 폴리마켓 및 친환경 리필스테이션 운영
- 혼자서는 먹기 어려운 재료 함께 나누기(수박 나눠 먹기, 화채 만들기 등)
- 1인 가구 김장활동 후 고령 1인 가구와 나눔
- 자조모임, 동아리 운영

3. 소결

□ 가족센터 운영 현황에 대한 SWOT 분석 결과

[표 3-5] 가족센터의 사회적관계망 프로그램 운영 SWOT 분석

내부역량		강점 (S)		약점 (W)	
		외부환경			
		㉠ 가족서비스전문기관 인지도 ㉡ 상담인프라와 인력 보유		㉢ 1인 가구에게 인지도 약함 ㉣ 사회적관계망 pg경험부족	
기회 (O)	㉤ SOC 가족센터 건립 완료 ㉥ 사회적 고립의 예방 중요 인식	역량확대	SO	WO	기회포착
		㉦ 가족센터 자원과 가족 프로그램 활용 ㉧ 사회적고립 예방 심리상담 프로그램 운영	㉨ 1인 가구 노출 우려 최소화 홍보 전략 ㉩ 고립예방에 맞춘 사회참여 활동 프로그램 확대		
위협 (T)	㉪ 저출생·고령화 현상 심화 ㉫ 1인 가구 증가	선택집중	ST	WT	약점보완
		㉬ 돌봄 프로그램과 서비스 운영 ㉭ 소통 및 갈등해결 역량 강화 프로그램 운영	㉮ 1인 가구 원가족관계 지원 ㉯ 가족관계 관련 문제 상담 프로그램 운영		

1) 가족서비스 전문기관으로서 기존 가족센터 프로그램 및 공간 활용

- 가족센터의 기본사업을 적극 활용한 프로그램으로 가족센터 고유의 목적 및 사업방향에 부합하여 센터에서 운영하기 용이함
- 원가족 관계, 사회적 관계 역량 지원 자원 및 노하우 확보
- 품앗이, 자조모임 등 지역내 공동체 프로그램 활용 가능

- 타 기관에 비해 가족센터는 다회기로 운영되는 프로그램이 많아 사회적 관계망 형성을 위한 지속 참여 프로그램으로 생활역량 및 자기 돌봄 프로그램 등 연계

2) 사회적 고립 예방 심리상담 프로그램 적극 활용

- 가족센터는 기본적으로 가족관계에 대한 상담 노하우를 보유하고 있어, 관계 형성, 관계 회복을 위한 자기 성찰, 자기 이해, 자존감 회복을 위한 집단, 면접, 상담과 상담 기법을 활용한 프로그램 운영 적합
- 특히, 면접 상담실, 집단 상담실을 보유하고 있을 뿐만 아니라 지역별로 놀이치료실, 미술치료실을 운영중으로 자존감을 높이는 다양한 심리 프로그램 인프라 활용이 가능하다는 것이 장점임. 특히, SOC 복합 가족센터에 입주한 가족센터에서 사회적관계망 형성 프로그램 운영에 공간 활용이 사회적관계망 프로그램에 매우 유용함
- 이때, 소통과 가족 관계 및 사회적 관계, 일 관계에서의 갈등관리 및 대인관계 어려움을 지원하는 프로그램이 사회적관계망 형성이 유용함

3) 1인 가구 외부 노출 우려 최소화 전략에 맞춘 프로그램 기획

- 다양한 가족 대상 보편서비스를 제공하는 곳으로 다문화가족, 맞벌이 가족, 한부모 가족 등 커뮤니티 이용시설과 서비스를 갖고 있어, 1인 가구가 서비스를 받으러 오기에 적합
- 다만 1인 가구 대상 서비스 홍보와 운영에서 1인 가구만을 위한 서비스와 통합 서비스를 검토하고, 1인 가구 서비스 홍보시 1인 가구 낙인이나 차별, 노출의 문제가 없는지 사전 검토 필수

- 기존 가족센터 가족친화문화 프로그램인 가족캠프, 가족축제, 가족체험 활동등에 1인 가구의 행사 지원 인력 활용, 자원 봉사 참여, 재능 나눔등의 기회로 삼는 것도 1인가의 낙인 효과를 줄이고, 어린 자녀가 있는 가구들과 어울릴 수 있는 기회가 될 수 있음.

4) 고립 예방을 위한 지역 사회 참여 기회 제공 프로그램 제공

- 가족센터는 가족 단위 활동, 가족 봉사단 등 사회참여 활동을 운영중으로 기존 봉사단을 환경지킴이 봉사단, 음악 봉사단 등 1인 가구의 공통 관심사와 접목하여 운영도 가능
- 또한 공동육아나눔터의 공간에 모여 함께 하는 프로그램과 가족이 함께 하는 문화를 만들기 위한 가족과 함께 하는 날 프로그램 등을 아이들이 없는 시간 1인 가구 동아리 모임(독서토론, 만들기 등) 장소로 개방
- 이외에도 다양한 가족들간의 소통과 교류를 위한 지역 참여 활동들이 있으므로, 기존 프로그램에 1인 가구 참여 안내이외에 1인 가구만의 수요나 관심에 맞춘 프로그램을 정기, 상설 운영해 볼 수 있음
- 이때 1인 가구의 공통 요구는 시범사업 프로그램 결과 소셜 다이닝, 주택 정리나 수선, 일상생활 관리(의, 식, 주) 등이 있었으므로 이를 활용한 자조모임 성격의 동아리 운영을 제안함.

5) 1인 가구 자기 돌봄프로그램과 서비스 운영

- 1인 가구 맞춤 프로그램은 1인 가구의 성별, 생애주기별 연령별 맞춤 일상생활 역량 강화와 자기 돌봄 중심으로 제안하며, 이러한 프로그램을 통해 사회적관계망이 맺어지는 기회를 제공할 수 있음

- 1인 가구 대상 공통 수요 프로그램은 학업이나 직장에 의한 자발적 1인이 이주한 지역에서의 적응과 새로운 관계 맺음 기회의 제공이 적합함(조성은, 2021)
- 1인 가구가 가장 취약한 가족기능은 정서적지지 기능과 돌봄 기능으로 스스로 돌봄 역량을 키울 수 있는 프로그램, 예를 들어 장보기, 식사준비, 세탁과 의류 정리 및 보관 등의 일상 생활 유지를 위해 필요한 지식이나 노하우를 나누거나 함께하는 프로그램을 기획할 수 있음
- 또한, 상호 전화주고 받기, 응급상황 SOS 친구 맺기, 음식이나 재료 나누기 등의 돌봄 공백을 지지하기 위한 상호 부조나 지원이 자조모임이나 멘토-멘티 형태의 기획할 수 있음

6) 소통 및 대인관계, 갈등관리 교육이나 상담 프로그램을 확대 운영

- 1인 가구는 혼자 생활하는 사람이고, 코로나로 인한 사회적 격리 기간과 비대면 기술의 생활 적용이 늘어남에 따라, 사람들의 대인관계 사회화 학습 기회가 줄어들고 있음
- 따라서 가족센터는 기존 원가족과의 갈등 해결, 부부 갈등 해결을 위해 운영하던 소통교육이나 갈등관리 교육을 1인 가구 이외에도 향후 모든 가족센터 이용자에게 확대할 필요가 있음. 특히 이러한 소통과 대인관계 교육, 갈등관리 프로그램은 1인 가구만을 한정하지 않고 운영가능하다는 장점이 있음
- 그러나 연령이나 성별, 또는 동일 관심이나 고민을 갖는 사람들끼리의 소모임에서 소통과 갈등관리 교육의 실습을 통해 정서적 지지모임 등으로 관계망을 유지, 확대시키는 것도 시도할 수 있음

7) 1인 가구의 원가족 관계 지원과 가족관계 문제 상담 프로그램

- 사회적 고립은 각 생애주기상의 부정적 경험과 관련되며(유민상, 신동훈 2021), 이중 청년층의 경우는 아동학대, 가정폭력 목격, 가족간 불화와 폭력, 가정 밖 보호 경험, 학교 부적응등과 관련성이 높아, 아동기 부정적 경험을 가진 청년들은 원가족과의 관계 갈등에 대한 심리적 어려움을 갖고 있는지를 파악해볼 필요가 있음.
- 이때 1인 가구의 심리적 어려움 해소 이후, 원가족 관계에 대한 확장 지원 또는 가족센터간 연계 협력 지원도 제안함
- 성년기의 경우 결혼과 이혼으로 인한 어려움이 있다면, 떨어져 사는 전 배우자나 자녀와의 관계 유지나 회복 지원이 적합함
- 노년기의 경우는 성인 자녀나 가족원의 사망, 당사자의 노화나 죽음에 대한 어려움으로 인해 가족들과의 소통이나 관계에 어려움이 없는지를 사정해 보고, 노년기 1인 가구 이용자가 원하는 가족과의 소통과 관계 유지 방향을 지원한다면 가족센터의 전문성을 잘 활용한 지원 프로그램이 될 수 있음

8) 기타 시범사업 운영에서 나타난 고려사항

- 가족센터 보유 공간 활용 프로그램으로 1인 가구 대상 공유공간 제공 및 자원 연계가 많이 나타남
 - SOC 공간 내 공연장, 동아리실, 상담실, 부역 중심으로 커뮤니티 모임이 활성화되고 있었음
 - 가족센터와 공용사무실, 공용부역, 지자체 관리 공간, 텃밭을 활용한 프로그램
- 노인복지관, 아동보호전문기관 등과 연계한 센터 소개와 방문 프로그램이 이루어지고 있었음

- 노인복지관과 연계할 경우, 고립과 고독을 방지하기 위한 가족관계 회복, 사회적관계망 확대를 위한 상담 서비스를 주로 제공
- 아동보호전문기관과 연계하는 경우는 보호시설 종료를 앞둔 예비 1인 가구 대상 사전 생활역량지원교육으로 사회적관계망의 시작이 가족센터와 가족센터종사자를 통해 독립 이후의 생활을 지지받을 수 있음을 알게 하고, 사전 준비를 시키는 목적으로 이루어지고 있었음

또한 아동보호시설 종료를 앞둔 자립준비청년들의 경우는 사회적관계망과 사회적 지지체계가 상대적으로 취약한 상태로, 사회적관계망에 대한 지원을 우선해야 할 대상으로 파악됨.

제4장 매뉴얼 수요 조사

I. 종사자 수요 조사

1. 조사 개요

- 2023년 1인 가구 사회적관계망 형성지원사업 운영기관 사업 수행 인력의 매뉴얼 개발에 대한 수요를 파악하기 위하여, 16명의 종사자 대상 수요 조사 실시
- 조사방법은 가족센터를 방문하여 사회적관계망 프로그램 파악과 매뉴얼에 대한 면접 조사.

1) 조사 방법

- 조사 기간 : 2023년 8월 21일 ~ 9월 20일
- 조사 대상 : 1인 가구 시범운영기관 종사자 16명
- 표집 방법 : 2022년 사업 수행기관과 2023년 신규 사업 수행기관을 배분하고, 사업 관리자와 사업 담당자를 구분하였으며, 각 시도별 분포를 고려하여 면접 대상자를 선정함

2) 조사 내용

- 조사 내용 :
 - 1인 가구 이용자 대상 프로그램의 특성
 - 1인 가구 이용자 요구 프로그램
 - 1인 가구 이용자들의 만족도가 높은 프로그램

- 1인 가구 프로그램 운영의 어려움과 해결 방법
 - 1인 가구 사회적관계망 프로그램 기대 성과
- 사회적관계망 형성 프로그램의 범위와 유형
- 가족센터의 사회적관계망 형성 지원의 범위(형성 단계 기준)
 - 사회적관계망 형성 지원을 위한 가족센터 운영 적합 프로그램
 - 사회적관계망 형성을 위한 파생 또는 연계 프로그램
 - 사회적관계망 형성 지원을 위한 가족센터의 장단점

3) FGI 조사 대상자의 특성

[표 4-1] 종사자 수요 조사 응답자

구분	시도	프로그램 기획 경력	가족센터 종사자 직위	성별	1인 가구 사회적관계망 사업 운영 년도
1	서울특별시	1년*	담당자	여	2023년
2	서울특별시	0.5년	담당자	남	2022년, 2023년
3	서울특별시	6년	팀장	여	2023년
4	부산광역시	16년	팀장	여	2022년, 2023년
5	대구광역시	11년	팀장	남	2022년, 2023년
6	인천광역시	7년	팀장	여	2022년, 2023년
7	광주광역시	1년	담당자	여	2022년, 2023년
8	대전광역시	5년	팀장	여	2023년
9	경기도	1년	담당자	여	2023년
10	충청북도	12년	팀장	여	2022년, 2023년
11	충청남도	0.5년	담당자	여	2023년
12	전라북도	8년	팀장	여	2023년
13	전라남도	4년	담당자	여	2022년, 2023년
14	경상북도	2년	담당자	여	2022년, 2023년
15	경상남도	5년	담당자	여	2022년, 2023년
16	제주도	3년	팀장	여	2023년

* 가족센터 경력 1년, (기타 사회복지시설 경력 17년)

- 면접 대상자는 2022년부터 수행한 기관의 종사자 9명, 2023년 신규 사업 수행기관의 종사자 7명으로 이루어졌으며, 2023년 사업 수행기관의 경우 사업 지정이 늦어져 프로그램 기획에 대한 답변이 어려운 경우의 센터는 제외하였음
 - 전국 17개 시도 중 강원도와 세종특별자치시는 1인 가구 사회적관계망 사업 운영 기관이 지정된 센터가 없어서 제외되었음
 - 제주도와 대전광역시, 울산광역시는 각 1개소가 1인 가구 사업기관으로 지정되어, 이중 제주도와 대전광역시가 신규 지정받은 센터로 수요 조사에 응답하였음
 - 서울특별시는 2017년 1인 가구 지원사업 시범운영을 시작하여, 전 25개구에 확산되어 있어, 2023년 지정된 3개 센터 모두 수요 조사를 실시함
- 센터에서의 직위는 관리자급 8명, 사업담당자 8명으로 조사함
 - 면접조사에 의한 종사자 16명의 프로그램 기획 경력은 평균 5.19년이었음
 - 이들은 2년 미만 경력자 5명, 2~5년 미만 경력자 3명, 5년~10년 미만 경력자 5명, 10년 이상 경력자 3명으로 나타났음

2. 조사 결과

1) 1인 가구 이용자 대상 프로그램

□ 1인 가구 수요 맞춤 프로그램 필요

- 종사자들이 응답한 1인 가구 프로그램 수요는 경제적인 수요가 가장 높았으나, 가족지원 사회적관계망 프로그램 기획시 고려해야 할 수요는 요리와 여가, 안전으로 파악됨
- (일상 건강과 생활 유지를 위한 요리) 1인 가구 사업 시범운영기관의 경우, 프로그램에 관한 요구도 조사를 실시한 경우가 많았으나, 질문 문항에 따라 선호도 순위나 내용이 다양하게 나타났음. 그러나 대체적으로 요리에 대한 수요와 선호가 가장 많이 확인됨. 이는 요리는 매일의 일상의 질과 건강과 관련된 요인이기 때문임.
 - “1인 가구의 가장 필요한 프로그램은 2022년 조사결과 ‘힐링지원비(58.6%)’와 ‘자격증 취득 관련지원(40.7%)’로 높았으며, 2023년은 요리, 운동 등 정리수납 및 건강관리가 높게 나타났음”
 - “인천시 1인 가구 실태 조사 분석결과, 병원동행 63.8% > 정서적 서비스 45.5% > 요리 관련 프로그램 44.1%의 순으로 이용 의향이 가장 높았기에 이러한 점을 반영하여 프로그램을 기획하고자 함”
 - “20대는 의식주에 대한 욕구가 높음, 특히 식사에 대한 고민이 크며 프로그램화 되길 원함. “전 연령 공통적으로는(본 센터의 경우 중장년까지 참여했었음) 요리교육에 관심도를 많이 보임”
 - “청년, 중장년 1인 가구는 반찬만들기 프로그램은 지속적인 요청사항으로 2022년부터 진행되고 있는 ‘소셜다이닝’과 같은 요리프로그램에 큰 관심을 나타냄”
 - 22년도와 23년도 진행했던 프로그램을 살펴보면, 1순위로 만족도가 높은 프로그램은

요리 프로그램입니다. 작년 22년도에 남성 노년 1인 가구 대상으로 요리프로그램을 진행하였는데, 많은 이용자들이 자신도 요리프로그램에 참여하고 싶다는 말을 많이 들었습니다.

- 중장년을 대상으로 관계형성프로그램(건강한 밥상 만들기)을 진행하며 식사 해결에 어려움을 겪는 취약위기가구, 사회적관계 단절 위험가구, 고립·고독 가구 등 대상을 다양하게 모집함. 이는 1인 가구의 식생활 개선 능력 향상 뿐만 아니라 매주 직접 만든 요리를 함께 식사하는 시간을 마련함. 집에서 홀로 밥을 먹는 1인 가구들의 소통, 교류 시간을 가질 수 있어 만족도가 높았음. 프로그램 이후, 참여자들이 연락처도 교환하고 만남을 가지는 등 소통의 시간을 보내는 1인 가구들도 생겨남.
- (사람들과 함께해서 좋은 문화체험 활동) 1인 가구 사업 시범운영기관의 경우, 문화체험은 누군가와 함께 해서 더 즐거운 활동에 대한 관심으로 보여 사회적관계의 기회를 제공하는데 활용하고 있으며, 프로그램 내에서 편지, 카카오톡등을 통해 또다른 사회적관계망이 확장되도록 하는 기회를 만들. 또한 1인 가구 경제적 어려움을 가족서비스에서는 직접 지원은 어려우나, 경제적 어려움으로 제한된 문화체험이나 여가 활동 요구가 가족서비스 사회적관계망 프로그램 내에서 해소, 도는 사회적관계망 형성을 위한 체험활동이 되도록 기획해 볼 수 있음.
 - 일반적인문화체험 프로그램에 1인 가구의 기존 관계를 더욱 돈독하게 하고 지속하기 위해 문화 체험 후 프로그램 참여하여 만든 완성품을 지인에게 편지와 함께 전달하는 미션 프로그램, 지인과 함께 참여하는 대인관계 증진 프로그램에 대한 만족도가 높았음
 - 청·중장년 1인 가구가 노년 1인 가구의 키오스크 사용법을 도와 함께 문화체험을 함으로써 세대교류의 소통을 위한 프로그램운영중. 청년, 중장년 1인 가구 5명과 노년 1인 가구 5명이 1:1로 키오스크 교육과 연습 후 식당과 영화관으로 이동해 현장 실습, 문화 생활을 함께함. 그 과정에서 세대가 다른 1인 가구들이 만나 일상 고민을 나누고 대화하는 시간을 가지면서 참여자들이 높은 만족도를 보임.
 - 지역민과 노년1 인가구가 함께 대형 종이꽃을 만들어 경로당 환경개선에 참여함으로써

주민과의 소통 기회를 높임이를 통해 경로당 방문을 잘 하지 않던 노년 1인 가구 경로당에 방문하게 되면서 지역 주민과 소통할 기회를 얻었으며, 서로 안부를 묻고 다음 만남을 약속하는 등 오랜만에 행해진 사회적 상호작용에 큰 만족감을 나타냄

- (안전과 도움에 대한 요구) 1인 가구 프로그램이 안전과 연관된 경우
 - 저희 센터에서 진행하는 프로그램 중 신청률이 가장 높은 프로그램은 이사지원 및 안전장치 설치 서비스와 홈캠 지원 서비스 입니다. 신청률이 높은 만큼 만족도도 높은 서비스입니다.
 - 홈케어서비스(정리정돈) 프로그램과 건강밥상(반찬만들기) 프로그램
 - 간단한 정보화 교육(휴대폰 사진촬영 및 전송)을 함께 병행하여 원가족과의 소통의 기회도 증진함해당 프로그램은 관내 약 300여개 경로당 중 8개소만 진행하였으나 참여자 및 지역민의 만족도가 매우 높아 대한노인회에서 동일 프로그램을 자체적으로 확산하여 운영함
 - 평소 혼자서 오지 못하는 축제장에 방문하여 다양한 체험을 즐기면서 또래 친구를 만들 수 있었다는 점에서 만족도가 매우 높았음
 - 노년 1인 가구는 새로운 관계망 형성의 기회가 적었기 때문에 이를 통해 새로운 경험을 제공할 수 있었음. 당 센터는 지속적인 관계망 형성을 위해 하반기 재모임을 계획하고 있음

□ 프로그램 수요에 대한 연령별 특성 반영 필요

- (청년) 혼자서 할 수 없거나 비용이 부담이 되어 하지 못했던 활동을 요구하는 것으로 나타남
 - “ 20대는 의식주에 대한 욕구가 높음, 특히 식사에 대한 고민이 크며 프로그램화 되길 원함. 30대는 20대의 첫 독립 시기를 거쳐 자신 만의 노하우를 갖춘 분들이 많음. 자신의 일상생활과 삶의 만족도를 높이기 위한 자기 탐색 및 실내장식 등 실질적으로 삶에 활용할 수 있는 프로그램에 대한 요구가 있음:
 - “청년은 혼자서 할 수 없거나 비용이 부담이 되어 하지 못했던 활동을 주로 요구함”
 - “청년층의 경우 일상생활과 관련된 프로그램, 사회적관계망 형성, 친환경 활동, 재무교

육 등에 관심이 있으며...”

- (중장년) 문화 생활을 할 수 있는 프로그램을 요구하는 것으로 나타남
 - 청년에 비해 문화생활을 할 여유가 감소하여 문화 활동을 할 수 있는 프로그램
 - 중장년층의 경우 여가문화 활동, 요리활동, 원예활동(텃밭가꾸기), 악기배우기 등의 활동에 욕구가 있는 편임.
 - 40~50대는 청년에 대한 지원제도가 많으나 1살 차이로 이에 소외되는 것에 어려움을 이야기함. 또한 부모 부양에 대한 부담감을 호소함. '나'를 위한 프로그램과 '부모'와 함께 할 수 있는 프로그램에 대한 요구가 있음
- (노년) 변해가는 사회에 적응하기 위한 프로그램을 요구하는 것으로 나타남
 - 청년에 비해 문화생활을 할 여유가 감소하여 문화 활동을 할 수 있는 프로그램
 - 60대는 혼자 독립하여 지내는 것에 홀가분한 마음과 건강과 안전에 대한 두려움을 함께 보고함. 병원동행 서비스와 같이 긴급시 이용할 수 있는 서비스와 '동료'와 함께 할 수 있는 여행 프로그램에 대한 욕구가 있었음

□ 취약/위기 1인 가구 지원 프로그램 기획 필요

- 취약/위기 1인 가구의 경우 주거환경이나, 안전의 문제, 법률문제, 불규칙적인 식생활, 건강하지 않은 식습관 등을 가지고 있는 경우가 많음
 - 고립위험이 있는 1인 가구와 중장년 남성들은 원하는게 없다고 하면서 참여하길 꺼려합니다
 - 심리적 어려움이 있는 1인 가구는 심리정서지원서비스
 - 외로움을 경험하고 있는 1인 가구는 관심과 관계형성을 원함
- 사례관리가 필요한 취약한 1인 가구 및 복지 사각지대 1인 가구 발굴의 어려움이 있으며, 이를 해결하기 위해 지역 내 1인 가구지원협의체를 구성하고 대상자 연계 및 사례관리를 위한 자원연계 등을 시도하고 있음

2) 1인 가구 대상 사회적관계망 프로그램의 특성

□ 프로그램 운영 방법

- 사회적관계망 형성을 위해서는 소규모 인원 진행 프로그램을 선호함. 이는 소규모였을 때 새로운 사람들과의 만남에 대한 만족도가 높기 때문임
 - 가장 만족도가 높은 프로그램은 ‘소셜다이닝’으로 만족도가 높은 이유는 소규모 인원(5명 이내)으로 1인 가구 생활에 대한 고충과 어려움에 대한 공감대를 형성할 수 있고, 1인 가구 생활을 하는 새로운 사람들과의 만남에 대한 기회를 가지며 고독감과 고립감을 해소 할 수 있는 계기를 가질 수 있음을 만족함. 또한 ‘소셜다이닝’을 통해 식사를 같이하며 대화를 할 수 있는 것에 큰 만족을 표현함. 본 가족센터의 1인 가구 프로그램 중 참여자들의 참여 전 프로그램에 대한 기대치 대비 참여 후 기대치가 가장 높은 프로그램임.
- 프로그램 후 만족도는 체험형 프로그램이 높게 나타남
 - 프로그램 후 만족도 조사 실시 결과 원데이클래스 체험형 프로그램 ‘1인 발전소’ 만족도 3회기 평균 4.99점, 베이킹 및 요리 프로그램 ‘1인 생활지침서’ 만족도 10회기 평균 4.94점으로 높은 만족도를 얻었음.
 - 단순 교육 형태의 강의식 보다는 직접 참여하고 체험하는 것을 선호함
 - 체험 및 실습 프로그램(74.4%), 자기개발 프로그램(55.8%), 건강관리 프로그램(51.2%), 관계망 형성 프로그램(41.9%), 이하 심리·정서지원(20%)순으로 집계
 - 휴가드닝을 통한 동네친구만들기로 대면과 비대면 병행, 현재 진행중
 - 1인 가구의 생활 또는 구성원이 원하는 책을 선정하여 주 1회 함께 모여 낭독 후 소감 공유
 - 제주에서만 할 수 있는 체험위주의 프로그램을 원함.
 - 2022~2023년 설문조사 결과 여가 및 문화(공예, 체험활동 등 단회기 프로그램)에

가장 많은 관심을 보임.

- 작년 22년도에 남성 노년 1인 가구 대상으로 요리프로그램을 진행하였는데, 많은 이용자들이 자신도 요리프로그램에 참여하고 싶다는 말을 많이 들었습니다.
- 그래서 올해 23년도에는 청년 및 중장년 1인 가구 대상으로 요리프로그램을 진행하였습니다. 또한, 일반적인 교육보다 활동적이거나 체험할 수 있는 프로그램이 만족도가 더 높습니다.
- 공예 프로그램, 요리 프로그램, 문화체험 프로그램(전시회 관람 및 연극 관람 등)

● 프로그램 운영 시간

- 프로그램 참여 시간에 대한 어려움이 있음. 프로그램 진행 시간은 보통 1인 가구의 퇴근 시간인 7시-9시로 진행하고 있음. 퇴근하고 바로 오셔도 시간이 빠듯함. 그래서 현재는 퇴근 유형에 따라서 7시 ~ 9시, 7시 30분 ~ 9시 30분, 8시 ~ 10시 등 다양한 시간대에 프로그램을 제공하고자 하고 있음.

3) 프로그램에 참여하는 1인 가구의 특성

- (신청후 미참여가 많음) 1인 가구는 정책 대상이라는 인지가 낮고, 특히 프로그램 신청 후 참여하지 않는 경우가 많은 것으로 나타남
 - 1인 가구의 특성은 참여율이 적고 조금이라도 번거로운 프로그램은 기피하는 성향으로 파악됩니다. 하지만 청년1인 가구들은 대체적으로 운동 및 건강한 여가 활동에 관심이 많았습니다.
 - 개인 삶의 방식이 모두 다르기에 개개인의 스케줄을 맞추거나 공통 관심사를 이끌어 낼만한 아이템 선정이 어려움. 특히, 예상치 못한 개인 스케줄 발생 시 프로그램 당일 취소자가 많으며 연락을 미리 취하는 경우가 적음.
 - 프로그램 신청 후 당일 혹은 전일 취소, No-Show가 빈번하게 발생하여, 운영에 어려움을 겪고 있으며, 수혜성 프로그램만 참여하고 물품만 받아가고자 하는 사람들이 발생함. 이에 내부규정을 통해 상습적인 미참여자 혹은 수혜성 서비스만 받고자 하는 회원의

경우 별도로 관리하고 있으나, 사업운영 매뉴얼상 규제 장치가 없어 어려움이 지속되고 있음.

- 1인 가구 프로그램의 상반기 현황 중 프로그램 당일 취소자가 많아 프로그램 운영에 어려움이 있음. 이에 당일 취소 이용자를 줄이기 위한 고민과 노력이 필요함(다음프로그램 참여 일시적 제한, 참가비 보증금 제도 등)
- 당일 취소자(직장업무 및 건강 등의 사유)로 인해 프로그램 이용을 원하는 참여자의 기회가 사라지므로 이에 대한 패널티등 적용 근거가 필요함

● (선호하는 프로그램에만 참여) 프로그램에 대한 호불호가 명확함

- 1인 가구의 특성상 자신의 호불호가 확실한 편이라 모집이 안되는 프로그램과 아닌 것이 확실한 편입니다. 미리 프로그램에 대한 안내를 자세히 할 필요가 있어보입니다

● (프로그램별 홍보나 운영방법에서 연령 특성 고려 필요) 1인 가구의 신체적 특성을 고려한 프로그램 기획이 필요함

- 본 센터 경우 1인 가구 프로그램 대상층 중 고령층 1인 가구의 참여 확대의 어려움이 있음. 서비스에 대한 정보 획득의 어려움, 이동성, 접근성 등이 모두 떨어지다 보니 전 생애주기를 포함하는 통합적 1인 가구지원 사업 추진의 어려움이 있음. 고령층 1인 가구를 위한 찾아가는 서비스 확대 및 관련 유관기관(LH, 행정복지센터 등)과의 협업을 통한 사업 추진을 준비하고 있음

● (여성참여가 높음) 1인 가구 프로그램은 여성 참여 비율이 높음

- 전체적으로 여성 참여자 비율이 높음. 이에 남성 참여자 유입을 위한 고민과 노력이 필요함(예, 운동, 취미, 활동 등). .

● (개인 정보 공개에 민감함) 1인 가구임을 공개하기 꺼리고 관계맺기에 조심스러운 경향

- 고립된 1인 가구를 발굴하여 서비스를 제공하는 것에 동의하지만 그렇지 않은 1인 가구를 함께 포용하는 콘텐츠를 꾸준히 개발하면서 1인 가구에 접근하는 것이 필요함
- 관내의 경우 청, 중장년 1인 가구들이 본인의 가구형태를 외부에 노출되는 것을 싫어하는

- 경향이 높음. 실제로 중장년 프로그램의 경우 '동네가 너무 좁다'라는 이유로 이혼, 사별등의 사유로 소문의 대상이 될까봐 프로그램 신청 후 취소하는 경우도 발생함
- 특히 취약 1인 가구 일수록 기관의 담당자들도 접근하기 어렵고 '1인 가구'라는 것을 노출하기를 거부하여 센터의 프로그램 참여 독려가 사실상 어려움을 전달받음
- 관계망 형성의 경우 다회기 프로그램이 조금 더 도움이 되는 것은 사실이나 다양한 사유로 불참자가 발생하여 형성된 관계망의 발전에 어려움이 있음
- 청년층의 경우 담당자가 개입하지 않으면 서먹한 분위기가 조성되어 사회적 관계망 1계에 머무르는 경우가 많음

- (보편적 서비스 대상으로의 접근 중요) 1인 가구가 취약 지원 대상이 아님에 대한 인식
 - 실제로 1인 가구들은 현재의 삶에 만족감을 느끼고 있는 비율이 높는데, 1인 가구를 취약 사례관리 대상 혹은 상담 대상으로 접근하는데 대한 불편함을 느낀다고 함
 - 1인 가구가 취약, 사례의 대상으로 여기는 분위기의 변화가 필요함

4) 사회적관계망 프로그램 기획 유의사항

- (홍보가 가장 중요함) 가족센터 1인 가구 프로그램은 이용자 모집을 위한 노력이 가장 먼저 선행되어야 함
 - 프로그램 운영에 있어 가장 어려운 점은 이용자 모집이라고 생각합니다. 센터에서 관리하는 1인 가구 데이터가 마련되어 있는 것도 아니고, 대부분 이용자들이 자신이 혜택을 받을 수 있는지에 대한 여부도 모르고 있어 홍보지를 통해 연락오신 이용자 대부분이 자신도 이용할 수 있는지 여부를 물어보시는 경우가 있습니다.
 - 이를 해결하기 위해 저희 센터에서는 올해 23년도는 외부 연계사업을 활성화하여 동구청 및 행정복지센터의 도움으로 프로그램 이용자를 모집하였습니다.
 - 1인 가구 진입경로, 사회적 활동 정도, 1인 가구 생활 이유, 자발·비자발, 1인 가구 지속여부, 경제적 상황 등 1인 가구 생활 유형이 세분화되면서 1인 가구 대상 영역이

더욱 확대되고 있음. 이를 위해 성별, 연령, 1인 가구 진입경로 등 여러 요소를 반영하여 프로그램을 계획, 운영하고 있지만 1인 가구 프로그램 대상이 세분화 될수록 프로그램 참여자를 모집하기 위해서는 상당한 시간이 소요됨

- 중장년층의 경우 1인 가구 진입경로가 다양하고 그로 인해 성향에도 많은 차이를 보임. 특히 중장년 남성 1인 가구는 고립된 생활이 긴 탓인지 개인성향이 매우 강하고 타인과의 관계에서 본인의 의견을 강요하고 상대방의 말이 집중하는 않는 등 집단과 어울리지 못하는 모습을 보였으며, 이로 인해 중장년 1인 가구 프로그램의 여성 참여자가 다수 프로그램을 취소하여 프로그램 운영에 차질이 발생함
- (가족센터 프로그램은 사회적관계망 형성 기회 제공과 유지 지원이 필요) 가족센터의 프로그램을 통한 사회적지지체계를 확대 강화하는데 있어서, 1인 가구가 이용할 수 있는 선택 가능한 기회의 확대와 자발적인 사회적관계망 유지를 위한 개입이 적합함
 - 본 센터에서 실시한 전년도 1인 가구 대상 욕구도 조사 시 '1인 가구 관계망 형성에 가장 어려움을 느끼는 점'으로 '새로운 사람들을 만날 수 있는 기회 및 정보 부족'이 1순위로 나타났음. 가족센터에서는 대상자들이 주로 요구하는 1인 가구 간 관계망 형성 기회를 제공하는 것에 주력하여야 한다고 생각됨.
 - 현재 1인 가구 프로그램은 사회적관계망 형성 단계를 고려해서 프로그램을 기획하고 있지 않음. 프로그램 성향에 따라 각 단계가 복합적으로 나타나면서 운영되기 때문에 어느 한 단계를 주력해서 하기 보다 프로그램을 운영하면서 해당하는 단계에 따라 수정 보완하며 프로그램을 운영해야한다고 생각 함.
 - 사람들과 만날 수 있는 접근기회 제공단계를 통해 지역사회 내 다양한 사람들과의 교류의 장으로 1인 가구 당사자들을 이끌어내는 역할이 첫 번째로 필요하다고 생각함. 그리고 관계유지 및 발전이 될 수 있도록 센터가 개입할 수 있음. 프로그램 참여를 넘어서 지역사회에 넓게 참여할 수 있는 기회제공, 의미있는 나눔활동 등으로 이어갈 수 있도록 하여 주변의 이웃 관계를 넓혀갈 수 있도록 할 필요가 있음.
 - 가족센터 1인 가구사업에서는 향후 프로그램 참여를 넘어 관련 재능나눔 활동으로 이어갈 수 있도록 기획하고 개입하고자 하며 이는 사회적관계망 형성단계 5번의 단계로

도 (개입이 없더라도) 자연스럽게 넘어갈 수 있는 과정이 될 것임.

- 장기적으로는 전반적인 단계를 모두 포용할 수 있어야 한다고 생각하나, 초기에 시작하는 단계에서는 1단계와 2단계에 주력하여 지원해야 함. 1인 가구는 사회적 연결을 원하지 않아 센터 이용을 안하는 경우, 사회적 연결을 원하지만 비자발적으로 센터에 방문하는 경우, 깊이있는 관계가 부담스러워 프로그램을 이용하는 정도(혹은 종사자와의 친밀감만 요구)의 욕구만 가진 경우, 센터의 지속적 이용과 적당히 친밀한 개인 간 관계를 원하는 경우, 다른 이용자와 깊이있는 관계와 모임을 원하는 경우 등 이용자가 사회적 연결을 바라는 수준이 다양한 것으로 나타남. 이러한 대상자의 요구도에 맞는 일회기성, 단회기(3~4회기)성, 다회기(8회기이상)성, 자조모임성 프로그램들을 구성하여 운영할 필요가 있음.
 - 1, 2, 3단계 합쳐서 운영하여 프로그램을 기획 및 유지할 수 있는 기회를 제공한다면 4, 5단계는 1인 가구 스스로가 발전해 나갈 수 있다고 생각합니다.
 - 모든 단계가 중요하지만 선택해야 한다면 1단계와 4단계
 - 사회적관계망을 형성할 수 있는 계기와 관련 프로그램 마련이 필요하다고 생각함. 2~3단계로 형성이 된 후에 4단계에서 참여자의 관계를 유지할 수 있는 공간, 프로그램 지원 등이 지속적으로 이루어지는 것이 필요함
 - 1단계에서 1인 가구의 공통 관심사 조사 및 사업홍보를 통해 관련 프로그램들이 이루어질 수 있도록 함.
- (관계망 유지에는 소규모 집단 상담이 적합) 가족센터 사회적관계망 지속을 위해 소규모 집단상담 운영이 적합
- 22년도에 중장년 여성 1인 가구 대상으로 집단상담 프로그램을 진행하였는데, 초반에는 자신을 드러내는 것에 어려움을 느꼈지만, 회기가 지날수록 점점 더 서로 가까워지고 후에 연락처를 주고받고 따로 연락도 하셨다고 합니다. 또한, 집단상담 프로그램 마지막 회기 때, 이제 끝난다는 것에 아쉬움을 느껴 2달 후에 센터에서는 장소만 제공하여 이용자들이 직접 음식을 하나씩 가져와서 추수상담을 진행하였습니다. 23년도에는 새롭게 자조모임 프로그램을 기획하였는데, 가까운 동네, 비슷한 연령대의 이용자들이 2인1조 또는 3인1조로 모임을 형성하여 월 2회 자조모임을 진행하고 있습니다. 자조모

임 같은 경우는 집단상담 프로그램과 다르게 강사, 담당자의 개입이 전혀 없이 오로지 이용자들끼리만 활동하는 프로그램이지만, 서로 전혀 모르는 사이에서 급할 때 연락하면 올 수 있는 정도로 가까운 사이로 발전하는 모습을 보아서 단계별로 적합한 프로그램이라고 생각합니다.

- 중장년여성그룹 특성상 외로움, 심리적어려움 등을 경험하고 있어 장기기 집단상담프로그램을 구성하여 서로를 알고 소통할 수 있는 계기를 마련함.
 - 상반기 프로그램 진행 시, 중장년 여성 1인 가구가 겪는 심리 정서적 어려움, 사회적 어려움(노후 준비 등 미래에 대한 두려움)에 대한 해소 욕구가 파악됨에 따라 건강한 노후를 위한 미래 설계와 소규모의 사회의 집단 참여 기회를 제공하기 위해 중장년 1인 가구를 대상으로 집단상담 프로그램을 진행함.
 - 구성원들의 관심사, 고민 등 다양하게 주제로 이야기를 나누었으며 특히, 성취 경험을 나누는 시간을 통해 본인이 열심히 살아온 삶에 대해 구성원들로부터 박수 받고 이로 인해 큰 위로가 되었다는 소감으로 삶의 행복과 기쁨이 향상되었다고 볼 수 있음. 프로그램 종결 후에도 참여자 간 깊은 관계를 맺어 계속해서 인연을 이어가고 추후 프로그램도 함께 참여하겠다고 하였으며 이는 1인 가구의 사회 참여 교류를 활발하게 진행하여 관계를 형성하는 소통의 장이 마련되는 계기가 됨.
- (자원 공유와 연계 필요) 가족센터 공간, 공유 자원의 활용이 효과적임
 - 중장년 1인 가구를 대상으로 용산가족공원 텃밭을 이용하여 작물을 키우는 ‘도시농부’ 프로그램을 진행하고 있음. 해당 프로그램은 자조모임으로써 프로그램 미진행 시에도 참여자간 일정을 조율하여 물주기, 땅갈이 등을 개별적으로 모여서 텃밭을 관리함. 또한 한 달에 한 번 정기모임을 통해 음식을 함께 만들고 같이 나눠 먹음으로써 관계망 형성에 긍정적인 도움을 주고 있고 심화되어 가는 과정이라고 생각하여 사회적관계망 형성 4단계에 적합하다고 생각됨.
 - 가족센터의 봉사단활동, 품앗이 활동이 사회적관계망 유지에 적합
 - 4단계에서는 가족센터의 공동육아나눔터사업 ‘품앗이’운영과 다양한 가족의 자조모임 운영 경험을 바탕으로 1인 가구의 그룹형성 및 관계를 유지할 수 있도록 함. 상호 어려움이 있을 경우 품앗이 활동까지 자조적으로 할 수 있도록 관계가 심화되는 단계로

구성하며 가족센터가 지원할 수 있도록 함.

- 관계망 형성은 단회기 대규모, 관계망 유지는 소규모 다회기로 구성
 - 현재 1인 가구 프로그램의 홍보 및 확산이 필요한 단계라고 생각하여 1~2단계 프로그램의 운영 비율이 높음. 하지만 다회기 프로그램(청년농부, 복리당 등)을 고정적으로 운영 하여 3단계 접근에 노력하고 있음
 - 단회기 프로그램은 1~2단계에 해당. 해당 참여자들이 자발적으로 이후 단계로 진입하지 않음. 3단계로 확산되기 위해서는 1~2단계 참여자가 자연스럽게 3단계로 진입할 수 있도록 프로그램 개발이 필요함
 - 다회기 프로그램의 경우(예. 복리당, 소셜다이닝은 22년부터 지속되었으며 참여자 50%가 23년에 재신청함) 1단계부터 시작하여 3단계까지 형성됨. 약 1년 이상의 기간이 소됨. 하지만 여전히 4단계 진입이 어려움
 - 가족센터는 4-5단계 진입을 위한 다양한 방법을 강구해야 함
- 사회적관계망 형성 기회와 유지를 위한 프로그램은 1인 가구의 관심사를 활용하여야 참여율과 만족도가 높고 개별적 실습이나 활동을 공유하면 지속적인 소통 주제로도 적합함
 - 요리나 음식을 이용한 프로그램이 가장 선호도와 만족도가 높음
 - 예시 : 효소와 발효 음식, 장 담그기, 콤포차, 발효주
 - 요리나 음식은 1인 가구의 건강한 식생활 관리를 통해 신체적 안전 지원 가능
 - 내 손으로 건강한 음식을 만드는 것에 대한 만족이 높았으며, 프로그램에 참여 하면서 서로 관계를 형성하는 것에 긍정적 피드백이 확인됨
 - 집 정리 정돈에 대한 선호도와 만족도가 높음
 - 1:1 정리정돈 컨설팅 프로그램으로 정리정돈 전문가가 직접 가정방문하여 코칭
 - 정리 전, 후 변화되는 점을 통한 만족이 높았고, 특히 자취를 시작한 청년의 신청률이 높았음.
 - 공유 공간과 자원에 대한 선호도와 만족도가 높음
 - 공유 냉장고, 공유 세탁기, 공유 텃밭 등의 활용

- 1인 가구 식재료 구입 부담완화, 나눔을 통한 잉여먹거리 낭비 해소, 이웃 간 소통 활성화 프로그램, 온라인을 통한 식재료 현황 및 레시피 공유
- 타기관과의 프로그램 중복 문제와 단순한 무료 서비스 수혜자로 끝나지 않도록 사회적관계망 형성 성과에 집중하는 기획 필요
 - 1인 가구 사업의 경우 가족기능 보완, 고립 및 고독 문제 해결을 위한 다양한 프로그램을 하는 내용들이 주가 되는데 지역사회 내 문화센터처럼 교육, 문화프로그램 등을 하는 사업으로 현재 진행되고 있어서 프로그램 중복의 문제도 생기고 1인 가구 당사자별 특성이 배제된 채 무료 프로그램을 지원받는 단순한 수혜자로만 비추어질 우려가 있음. 이는 무책임한 참여로도 이어짐. 이에 다양한 프로그램으로 1인 가구 당사자들이 참여하도록 하는 구조는 만들어 두되, 그 이후에 1인 가구 당사자들이 참여 이후 지역사회 내 사회공헌 활동을 이어갈 수 있도록 한다던지 공통된 주제로 1인 가구 당사자들끼리의 교류가 이어질 수 있도록 초반 개입이 필요하다고 새각함.
 - 1인 가구 사업의 경우 20대 청년에서 노인층까지 대상층이 워낙 넓게 나타나므로 연령별 1인 가구 사업을 통해 비슷한 고민, 비슷한 환경에서의 교육과 피드백이 이루어질 수 있도록 해야 1인 가구 당사자들 또한 얻고자 하는 것을 효과적으로 얻어갈 수 있을 것이라 생각함.
- 중년 남성 대상자 모집이 가장 어려우므로 남성 1인 가구만을 위한 프로그램 기획 및 적극적인 홍보 필요
 - 남성 1인 가구 참여율이 여성 1인 가구 참여율보다 상대적으로 저조함.
 - 청년 및 여성의 경우 프로그램의 욕구를 반영하여 운영할 때 대상자 모집이 이루어지나 중년 남성 대상자의 센터 프로그램을 위한 발굴에 제한이 됨
 - 남성이 관심있는 주제로 프로그램 내용 구성 : 예) 남성-관람 및 관광, 요리프로그램, 여성-운동, 관람, 취미·자기개발
 - 남성이 많은 지역이나 장소에서의 모집기간 확대(2개월 이상)와 홍보 강화
 - 사회적관계망 프로그램 참여를 위해 초기에는 성별을 구분한 프로그램 진행

5) 사회적관계망 프로그램에 대한 센터들의 운영 노하우

- (성별과 연령에 맞춘 프로그램 규모와 방법 조정) 찾아가는 프로그램 운영을 위해 지역내 공간활용을 통해 프로그램 운영 및 참여자 특성과 편의 고려 필요
 - 대상의 성별, 연령에 따른 프로그램 내용 구성과 커뮤니티 운영 횟수를 결정함
 - 프로그램 계획 시 성별, 연령을 고려하여 프로그램 내용을 구성하고 커뮤니티 횟수를 정함으로써 참여자들이 자연스럽게 교류할 수 있도록 함
 - 특히 중장년 남성, 사별 등 자신의 상황에 대한 노출을 꺼려하는 대상은 프로그램 회기 비중을 높여 관계 교류에 대한 거부감을 감소할 수 있도록 도왔고, 커뮤니티 구성이 비교적 수월한 청년층과 중장년 여성의 경우는 다른 대상에 비해 커뮤니티 비중을 늘려 자유로운 관계 형성을 이뤄나갈 수 있도록 함
 - 프로그램 신청에 따른 접수 상담을 진행함
 - 프로그램 신청 단계에서 참여자들은 프로그램에 관심이 있어 신청은 하지만 무조건 참여하겠다는 의지를 보이는 것은 아님. 특정 성별에 대한 거부감, 지인의 존재 여부, 나에 대한 노출 정도(사별, 이혼) 등으로 언제든지 신청을 취소할 가능성이 컸음. 프로그램 참여를 포기하지 않도록 걱정되거나 노출되지 않았으면 하는 부분은 접수 상담을 통해 확인하여 신청자가 우려하는 바를 해소할 수 있도록 돕고 관련 내용을 강사와 공유하여 프로그램에서 우려되는 바가 발생하지 않도록 미연에 방지함
- (지속적인 개별 프로그램 안내와 정보 제공)
 - 프로그램 시작 전·후로 본 사업의 취지를 알리고 프로그램 이후 커뮤니티 활동에 대해 지속적으로 안내한 결과, 프로그램 마지막 회차에는 커뮤니티에 대한 대화로 자연스럽게 이어짐
- (프로그램 담당자의 간접적 개입)
 - 커뮤니티 구성을 위한 담당자의 역할 필요(중재자)
 - 당자는 프로그램을 진행하면서 참여자와 적극적인 대화를 통해 개인의 성향, 현재 생활 패턴, 관심 분야 등을 파악하여 커뮤니티 결성 시 간접적으로 개입함

6) 프로그램 기대성과

- 1인 가구들의 사회적 지원 인지도 제고
 - 2022년~2023년 1인 가구 사회적관계망 형성 지원 사업 수행을 통해 지역 내 1인 가구에 대한 공적 가족 서비스를 제공하면서 1인 가구원들의 큰 호응과 만족을 이끌어냄, 특히 각 종 사업 참여를 통해 국가로부터 지원받고 있다, 보호받고 있다라는 인식의 변화에 영향을 주었음.
- 1인 가구들의 심리적/사회적 고립 예방
 - 2년부터 본격적으로 시작된 1인 가구 사회적관계망 형성지원사업은 참여자들 간 소통을 위해 많은 시간이 필요하였음. 하지만 그 기간만큼 참여자들이 자연스럽게 서로를 인식하고 소통하였으며, 고립감과 고독감의 감소에 도움이 되었다고 함. 혼자하기 힘든 체험이나 활동들을 해볼 수 있고, 사람들과 대화하는 계기가 됨
 - 1인 가구의 관심사를 고려한 심리 정서 및 자기돌봄 신규사업들을 개발 운영하여 지역 내 신규 이용자를 발굴하고, 1인 가구지원사업을 확장 운영하여 사회적 고립 위험을 완화할 수 있었음.
 - 일상생활 유지 및 사회참여 기회를 높이고, 정서적 지지체계를 만드는데 기여함
 - 1인 가구사업의 목적인 고립과 고독문제 해결을 위한 첫 걸음을 떼고 있다고 생각함. 만족도를 살펴보면 프로그램 참여를 통해 혼자 있는 시간이 줄어들었고, 지역사회 활동 참여 기회를 높여가고 있다는 의견들이 있음. 특히 센터에서의 프로그램은 주변 사람들과의 안심하고 참여할 수 있는 기회이기 때문에 참여를 한다는 이유를 제시하기도 했음. 주변 사람들과 편하게 만날 기회가 부족하고 새로운 사람을 스스로 사귀는 것에 대한 어려움이 있기 때문에 스스로 교류를 하는 것을 주저하는데 센터의 사회적관계망프로그램을 통해 이를 해소해 가고 있는 것임.
- 1인 가구 사회적지지체계 발굴과 확대
 - 프로그램의 성과는 1인 가구 수가 급증하면서 구청 및 유관기관에서 관심이 많아져 자원 연계가 활발히 되었다는 점이라고 생각합니다. 22년에 처음 사업을 시작할 때에는

그만큼 많은 관심을 받지 못했지만, 23년도에는 관심이 많아져 현재 연계사업으로 3개의 사업을 지원받았습니다. 하지만, 센터의 홍보만으로 프로그램 이용자 모집이 어려워 연계를 받을 당시에 이용자 모집은 구청이나 행정복지센터에서 해주셔야 진행할 수 있다고 말씀을 드려 200명이 넘는 프로그램 이용자를 확보할 수 있었습니다. 이처럼 성과를 내기 위해 프로그램에 보완되어야 할 것은 프로그램 이용자 모집에 관련하여 많은 도움이 필요하다는 점이라고 생각합니다.

- 프로그램을 진행함으로써 1인 가구들의 독립적 생활을 긍정적으로 유지할 수 있게 돕고 1인 가구들 간의 네트워크 형성됨의 성과가 있는 것을 확인하고 있음.
- 외부와의 단절될 삶을 살던 중장년 남성분이 1인 가구 프로그램이 새로운 관계를 만들 수 있는 희망과 계기가 되었다고 밝힘
- 지속적인 관계로 발전할 수 있는 토대 마련(프로그램 이후 커뮤니티 활동 지원)
- 삶의 만족도 향상(사전·사후검사 진행)

7) 기타 고려 사항

● 안정적 인력과 예산 투입

- 사회적관계망 형성 프로그램으로 대표적인 동아리 활동 지원이 있습니다. 자조적인 성격의 동아리 활동은 사실 청년층에서 주를 이루고 있습니다. 중장년층은 하고 싶지만 구성원이 모이지 않거나, 본인의 비용을 먼저 충당하고, 구성원을 대표하여 영수증 및 계획서 제출과 같은 방식을 부담스러워하고 계십니다. 컴퓨터 활용 능력이 그만큼 떨어지기 때문입니다. 다양한 연령대의 사회적관계망 형성을 위해서는 청년층은 자조적인 성격의 동아리 활동, 중장년 및 노년층은 프로그램 형식의 동아리 활동 또는 구성원을 만들어서 연결해드리는 활동을 추천해봅니다. 그러기 위해서는 1인 가구 담당 인원의 충원은 불가피하다고 생각합니다. 가족센터 및 건강가정지원센터의 담당자가 계약직 형태이거나 인원의 부족은 프로그램의 질을 향상시키는데 문제가 있습니다. 1년을 기반으로 하는 사업의 특성상 계약직 형태가 많다고 하지만 프로그램을 담당하는 선생님들의 고용의 불안은 질 좋은 프로그램 기획 및 진행의 저해 요인

중 하나라고 생각합니다.

- 사회적관계망 프로그램은 참여를 원하는 누구에게나 개방 필요
 - 1인 가구 고립층 외에도 폭넓게 모든 1인 가구에게 사회적관계망 형성 프로그램은 필요하고 제공되어야 한다고 생각합니다. 다양한 사람들과의 교류가 어떠한 시너지를 낼 수 있는지는 우리는 단정 지을 수 없습니다. 또한 물질적으로 힘든 1인 가구, 정서적으로 힘든 1인 가구... 현대사회에서는 그 어떤 1인 가구도 물질 및 정서적으로 건강하다고 그 부류를 나눌 수가 없기에 모든 1인 가구가 스스로 참여 의지를 밝힌다면 누구에게나 공평하게 기회를 주어야한다고 생각합니다.
 - 프로그램을 통해 관계가 형성되는 1인 가구들 대부분이 마지막 회기에 아쉬워하는 모습을 보이며 1~2회 정도는 더 만나는 것으로 보이나 장기적으로 관계 형성을 진행하기에는 어려움이 있어 보임. 이에 이러한 프로그램들이 단순하게 기획되고 진행되는 것이 아니라 실제 그들의 일상생활에 도움이 되고 소통 교류를 할 수 있는 프로그램이라는 것을 여가부나 한가원에서도 함께 인식하여 예산을 안정적으로 확보할 수 이었으면 좋겠습니다
- 지속가능한 회원 및 사업관리 시스템 마련
 - 지속가능한 사회적 관계망 형성을 돕기 위해 이용자의 욕구 조사와 체계적인 회원관리 시스템이 필요하다고 생각됨. 현재 가족센터의 모든 시스템과 홈페이지는 다인가구를 중심으로 구성되어 있어 1인 가구가 접근하기에 장벽이 높은 편임. 이에 홈페이지에 1인 가구 별도 탭구성(ex. 공동육아나눔터), 회원가입 시 주호소 문제나 욕구를 작성, 1인 가구 여부 확인(ex. 다문화가족여부확인)이 진행될 필요가 있음. 무엇보다 1인 가구가 다양한 가족의 한 유형이라는 전국민적인 인식개선과 가족센터에서 1인 가구지원사업이 진행되고 있다는 것이 대대적으로 홍보되어야 할 필요가 있음.
- 1인 가구 사회적관계망은 지역 특성 반영 필요
 - 기대하는 역할: 1인 가구사업에 대한 홍보가 미흡하고, 지역별 1인 가구의 특성이 다르므로 획일화된 매뉴얼에 따른 사업 진행이 불가할 것으로 보여 지역 특수성을 감안한 사업을 할 수 있도록 해야함

- 여가부는 서울시 및 각 지자체와의 사업을 함께 진행함에 있어서 일관된 체계로 사업이 이루어질 수 있도록 중심을 잡아주셔야 할 필요가 있습니다.
- 서비스 대상자인 1인 가구에 대한 정의가 필요함
 - 1인 가구에 대한 허용정도가 명확하지 않은점도 그렇습니다. 등본상 1인 가구, 실질형태의 1인 가구, 분거형태의 1인 가구, 독립예정인 1인 가구... 너무 다양하여 사실 1인 가구는 전 국민이 대상이라고 볼 수 있습니다. 그래도 공통된 허용범위가 정해지면 좋을 것 같습니다. 예를 들어 프로그램을 참여할 수 있는 조건이 등본상 1인 가구 60%, 그 외의 다양한 예비1인 가구의 프로그램 참여율 40% 와 같이 일정 비율로 나누거나 우선순위를 정하여 이끌어나가는 공통의 지침서가 있었으면 좋겠습니다. 정확한 지침이 있어야 '누구는 되고, 누구는 안된다'는 컨플레인을 사전에 예방할 수 있을 것이라고 생각합니다.
 - 중장년 뿐만아니라 1인 가구만으로 모집이 어려운 경우 예비 1인 가구도 함께 구성하여 프로그램을 기획하고 있음.

II. 이용자 수요 조사

1. 조사 개요

- 1인 가구 사회적관계망 형성지원사업 프로그램 에 대한 이용자 수요를 파악하기 위하여 조사 실시
- 조사방법은 사전에 설문지를 구성하여 가족센터 1인 가구 프로그램 참여자 대상으로 조사

1) 조사 방법

- 조사 기간 : 2023년 8월 21일 ~ 9월 20일
- 조사 대상 : 1인 가구 시범운영기관 서비스 이용자 475명
- 표집 방법 : 전국 16개 시도 35개 가족센터의 1인 가구 서비스 이용자에게 센터로 설문지 배포후 475개 취합

2) 조사 내용

- 설문 문항 :
 - 친구나 이웃, 가족과 연락하는 빈도, 집주변 지인 유무
 - 외로움과 고립감 문항
 - 이웃 관련 문항(이웃을 알고 싶어지는 경우, 교류를 잘 안하는 이유)
 - 개인의 소통능력과 대인관계 적극성

- 프로그램 관련 문항(프로그램 수요, 참여 이유, 사회적관계망 프로그램 수요와 성과)
- 응답자의 연령, 성별, 거주지

3) 조사대상자의 특성

[표 4-2] 조사대상자의 일반적 특성

	구분	빈도(명)	구성비(%)	
연령대	20대	146	30.7	
	30대	154	32.4	
	40대	65	13.7	
	50대	50	10.5	
	60대 이상	54	11.4	
	결측	6	1.3	
응답자 거주지도	경기도	66	13.9	
	경상남도	44	9.3	
	경상북도	46	9.7	
	광주	13	2.7	
	대구	33	6.9	
	대전	13	2.7	
	부산	34	7.2	
	서울	53	11.2	
	세종	1	0.2	
	울산	8	1.7	
	인천	24	5.1	
	전라남도	25	5.3	
	전라북도	47	9.9	
	제주도	10	2.1	
	충청남도	31	6.5	
	충청북도	27	5.7	
	전체	475	100.0	
	연령층	청년층	300	63.2
		중년층	115	24.2
		노년층	54	11.4
결측		6	1.3	
성별	남자	104	21.9	
	여자	349	73.5	
	결측	22	4.6	

- 응답자의 연령은 최소 19세부터 최고 79세까지 응답한 것으로 나타났으며, 최빈값은 29세와 30세로 주로 젊은 층의 응답자가 많았음
 - 20대(30.7%), 30대(32.4%), 40대(13.7%), 50대(10.5%), 60대이상(11.4%)로 40대 미만이 63.1%로 가장 많은 연령대가 응답함
 - 29세와 30세가 각각 31명이 응답하여 가장 많은 응답을 한 연령임
 - 40대 이후는 가장 많이 응답한 연령은 40세 10명, 45세 10명, 50세 11명 이었으며 50대 이후는 주로 5명 미만 응답, 60대 이후는 3명 미만 응답자가 많았음
- 응답자의 거주지는 2024년 시범운영기관이 해당하는 지역 광역시도가 모두 포함되었음

2. 조사결과

1) 고립과 외로움

□ 고립

● 집 주변에 알고 지내는 사람

- 집 주변에 알고 지내는 사람이 있는 경우는 74.5%, 없는 경우는 19.4%로 대략 프로그램 참여자의 1/5가량이 가족센터 프로그램 참여를 통해 주변 사람을 알 수 있는 기회를 처음 만드는 것으로 나타남

[표 4-3] 주변에 알고 지내는 사람 유무

구분		빈도(명)	구성비(%)
집 주변에 알고 지내는 사람	있다	354	74.5
	없다	92	19.4
	결측	29	6.1

● 사회나 사람들로 부터 나혼자 떨어져 있다는 생각이 들 때

- 사회나 사람들로 부터 나혼자 떨어져 있다는 생각이 드는 경우가 없다, 또는 가끔 그렇다고 답한 사람이 85.9%로 대다수를 차지함. 그러나 가족센터 프로그램 이용자중 13.5%는 고립에 대한 생각을 자주 또는 매일한다고 응답

[표 4-4] 사회나 사람들로 부터 나혼자 떨어져 있다는 생각이 들 때

구분		빈도(명)	구성비(%)
사회나 사람들로 부터 나혼자 떨어져 있다는 생각이 들 때	없다	205	43.2
	가끔 그렇다	203	42.7
	자주 그렇다	49	10.3
	매일 그렇다	15	3.2
	결측	3	0.6

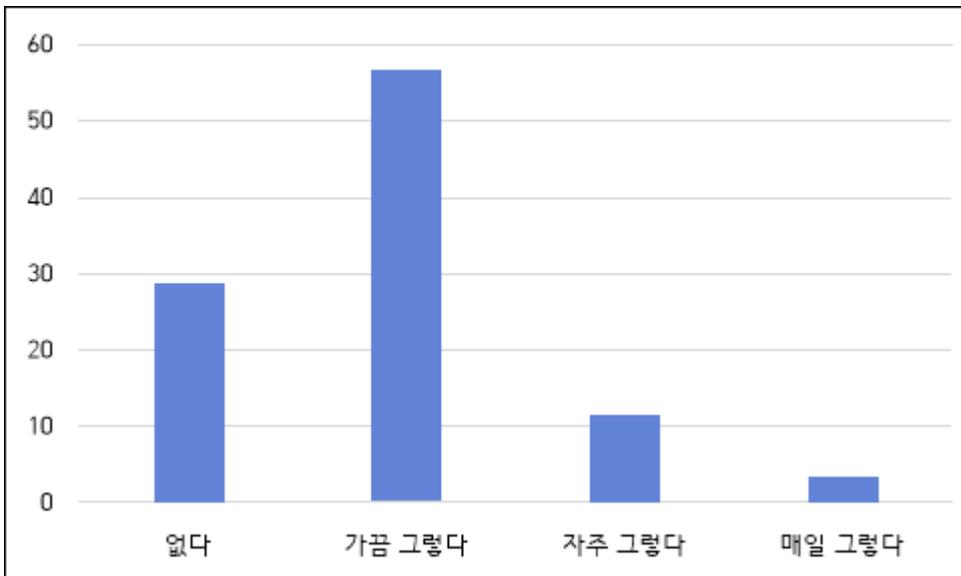
- 13.5% 가량을 고립 문제에 대한 관찰군이라 볼 때, 가족센터 사회적관계망 프로그램을 통해 고립 대상자가 발굴될 수 있다고 보여짐

□ 외로움

● 혼자 살아 외롭다는 생각이 들 때

- 14.6% 가량의 응답자가 자주 또는 매일 '혼자 살아 외롭다는 생각이 든다'고 응답하였으며, 이는 사회로부터 고립되어 있다는 생각을 자주 또는 매일 한다는 응답자 비율 13.5%보다 다소 높게 나타남
- 향후 고립과 고독에 대한 문제를 호소했던 응답자들의 변화가 프로그램 이후에 개선되는 지를 성과지표로 활용해볼 수 있음

[그림 4-1] 혼자 살아 외롭다는 생각이 드는 빈도



[표 4-5] 혼자 살아 외롭다는 생각이 들 때

구분		빈도(명)	구성비(%)
혼자 살아 외롭다는 생각이 들 때	아니다	136	28.6
	가끔 그렇다	268	56.4
	자주 그렇다	54	11.4
	매일 그렇다	15	3.2
	결측	2	0.4

2) 사회적관계

□ 가족지지체계

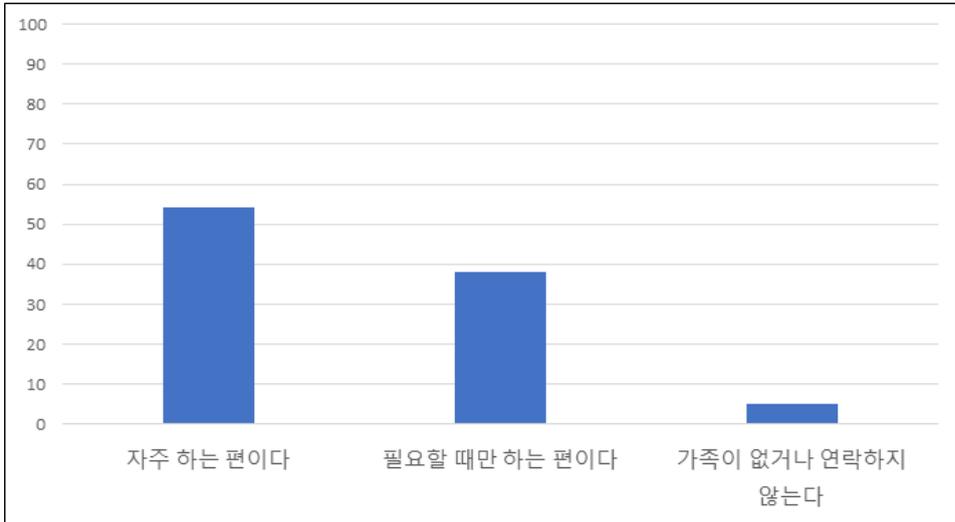
● 가족들과 연락하는 빈도

- 대부분의 응답자들은 가족들과 연락을 자주하거나(54.3%), 필요할 때 연락하고 있었으나(37.9%), 5.1%의 응답자는 가족이 없거나 연락하지 않는다고 응답하여 가족지지 체계가 없거나 부정적 지지 체계일 것으로 사료됨
- 사회적관계망 형성 프로그램에서 자신들의 심리적인 문제에 대한 집단 상담 프로그램이 기획되어 자연스럽게 개인의 문제가 해결되거나 문제를 인식시킬 필요가 있어 보이며, 가족센터 입장에서도 상담 프로그램을 통해 가족지지체계가 부재한 사람들을 파악할 필요가 있어 보임.

[표 4-6] 가족들과 연락하는 빈도

구분		빈도(명)	구성비(%)
가족들과 연락하는 빈도	자주 하는 편이다	258	54.3
	필요할 때만 하는 편이다	180	37.9
	가족이 없거나 연락하지 않는다	24	5.1
	결측	13	2.7

[그림 4-2] 가족들과 연락하는 빈도



- 또한 사회적관계망의 참여자체가 이들에게는 가족지지체계의 대안이자 보완의 기능을 할 수 있도록 사회적관계망 프로그램 기획시 사례관리나 집단 소규모 상담 프로그램으로 관계를 계속 유지하고 참여를 유도할 필요가 있음

□ 비공식적 사회적지지 체계

● 친구나 이웃과 연락하는 빈도

- 친구나 이웃은 개인이 갖고 있는 비공식적 사회적관계망으로, 가족센터 프로그램 참여자들의 74.5%가 이들과 1주일에 1회 이상 연락, 16.8%가 1달에 1~2회 가량 연락하고 있다고 응답하여, 약 91.3%의 응답자가 비공식적으로 자주 소통하거나 만나는 사람이 있는 것으로 파악됨
- 다만 1년에 1~2회 연락한다고 응답한 3.5%의 응답자에겐 가족센터를 통한 프로그램에서의 만남이 비공식적 사회적관계망을 만드는 아주 중요한 기회가 될 수 있음.
- 특히, 가족센터에서 연락하는 가족이 없고, 외롭다는 생각이 들며, 고립되어 있다는 생각을 자주 하는 사람들 중 친구나 이웃과의 연락도 거의 없는 사람들은 고립 위험군으로 분류하여 지원하고 가족위기수준을 파악하여 가족지원이나 사례관리 연계가 될

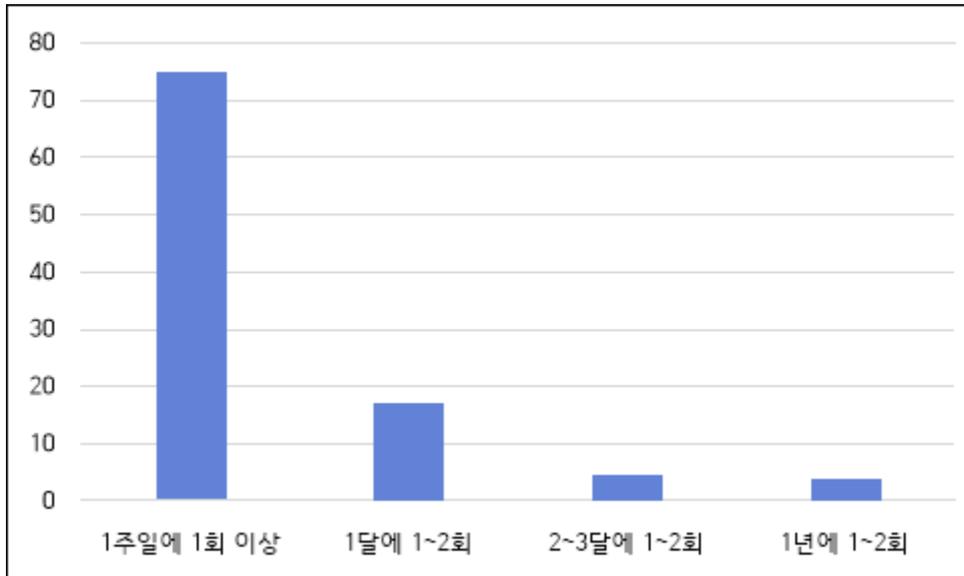
수 있도록 프로그램 운영 필요.

- 프로그램을 통해 1인 가구 사례관리 대상자 발굴을 위해 프로그램 사전 사후, 또는 연속 프로그램 운영 중 사용할 기준이나 척도 활용이 도움이 될 것으로 보임

[표 4-7] 친구나 이웃과 연락하는 빈도

구분		빈도(명)	구성비(%)
친구나 이웃과 연락하는 빈도	1주일에 1회 이상	354	74.5
	1달에 1~2회	80	16.8
	2~3달에 1~2회	20	4.2
	1년에 1~2회	17	3.6
	결측	4	0.8

[그림 4-3] 친구나 이웃과 연락하는 빈도



□ 사회적관계망에 대한 수요

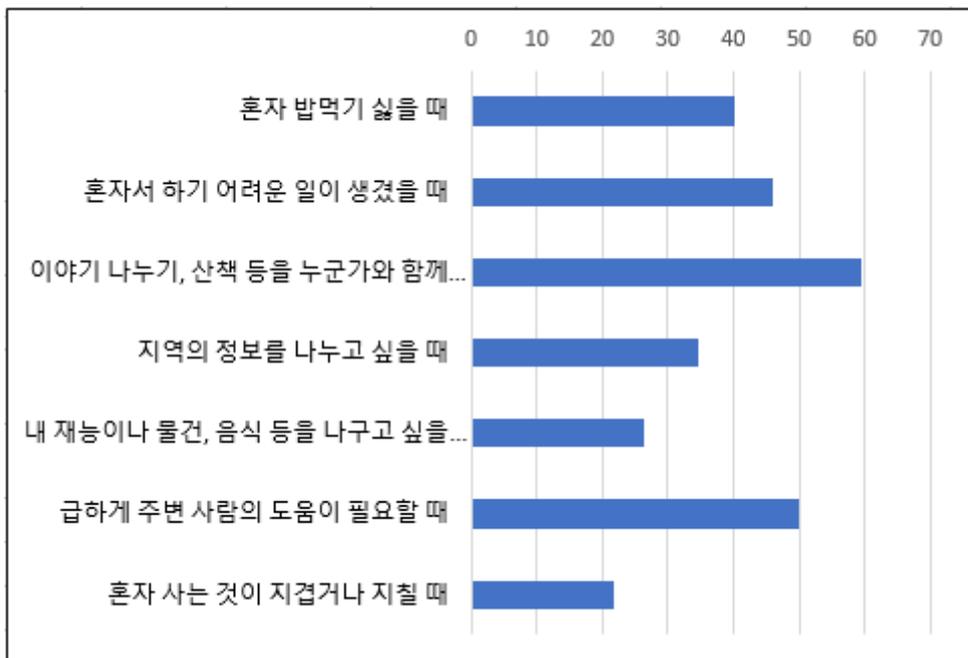
- 아는 이웃이 있었으면 하는 경우
 - 1인 가구는 사회적관계망 프로그램에 대한 정보가 적고 인식이 낮아 자발적 신청이 쉽지 않으므로, 실제 주변에 아는 이웃을 필요로 하는 때가 어떤 경우인지를 조사하였음

- 7개의 항목 중 가장 많이 응답한 항목은 단순한 이야기 나누기나 산책 등을 누군가와 함께 하고 싶을 때라는 응답으로 59.6%가 응답하였으며, 급하게 주변 사람의 도움이 필요할 때(50.1%), 혼자서 하기 어려운 일이 생겼을 때(45.9%), 혼자 밥 먹기 싫을 때(40.2%) 순으로 나타남.
- 이는 사람들이 1인 가구 생활이 위급할 때 누군가의 도움을 얻지 못해 어려워 한다는 다른 선행 연구 결과와도 유사하나, 가족센터 사회적관계망 프로그램에 참여하는 응답자는 혼자 생활의 어려움 보다, 누군가와 이야기 나누고 어울리고 싶어 하는 수요를 가장 많이 응답하고 있음. 이는 실제 어려움 보다는 가장 일상적으로 근거리 이웃 지인을 원하는 가장 큰 이유를 물었기 때문인 것으로 보임.
- 따라서, 가족센터의 프로그램은 1인 가구 생활 어려움 지원보다는 내 거주지와 가까운 지역 주민 또는 이웃을 사귀 기회를 제공하는 가족센터 프로그램으로 홍보하고 인지되는 것이 더 적합할 것으로 보임. 이는 종사자의 응답에서 1인 가구가 정책 지원 대상이라는 것에 불편함을 갖는다는 면에서도 적절한 대안이 될 수 있음
- 이후 가족센터를 알게 된 1인 가구에게 센터가 보유하고 있는 상담이나 가정생활역량 교육 등을 안내하는 것이, 1인 가구의 어려움 문제에 도움을 주거나 위기 1인 가구 발굴에 도움이 될 것임.
- 아는 이웃이 있었으면 하는 경우의 기타 응답으로는 다음과 같이 설문지에 제시된 조사 항목보다 구체적인 상황이 응답 됨.
 - 갑자기 무서운 일이 생겼을 때 위기를 알리기 위해서
 - 무서울 때, 사회적 범죄
 - 배달음식이 2인분 이상일 때
 - 아프거나 응급약이 필요한데 약국에 가기 힘들 때
 - 아플 때
 - 집에 벌레가 나왔을 때
- 응답자의 2명은 아는 이웃이 있었으면 하는 때가 없으며, 아직은 외로움을 못 느끼고, 혼자 처리하는 것을 잘 계획하고 있다고 응답함

[표 4-8] 아는 이웃이 있었으면 하는 경우

구분		빈도(명)	구성비(%)
혼자 밥먹기 싫을 때	해당 없음	284	59.8
	해당	191	40.2
혼자서 하기 어려운 일이 생겼을 때	해당 없음	257	54.1
	해당	218	45.9
이야기 나누기, 산책 등을 누군가와 함께 하고 싶을 때	해당 없음	192	40.4
	해당	283	59.6
지역의 정보를 나누고 싶을 때	해당 없음	311	65.5
	해당	164	34.5
내 재능이나 물건, 음식 등을 나누고 싶을 때	해당 없음	335	70.5
	해당	125	26.3
	결측	15	3.2
급하게 주변 사람의 도움이 필요할 때	해당 없음	237	49.9
	해당	238	50.1
혼자 사는 것이 지겹거나 지칠 때	해당 없음	372	78.3
	해당	103	21.7

[그림 4-4] 아는 이웃이 있었으면 하는 경우



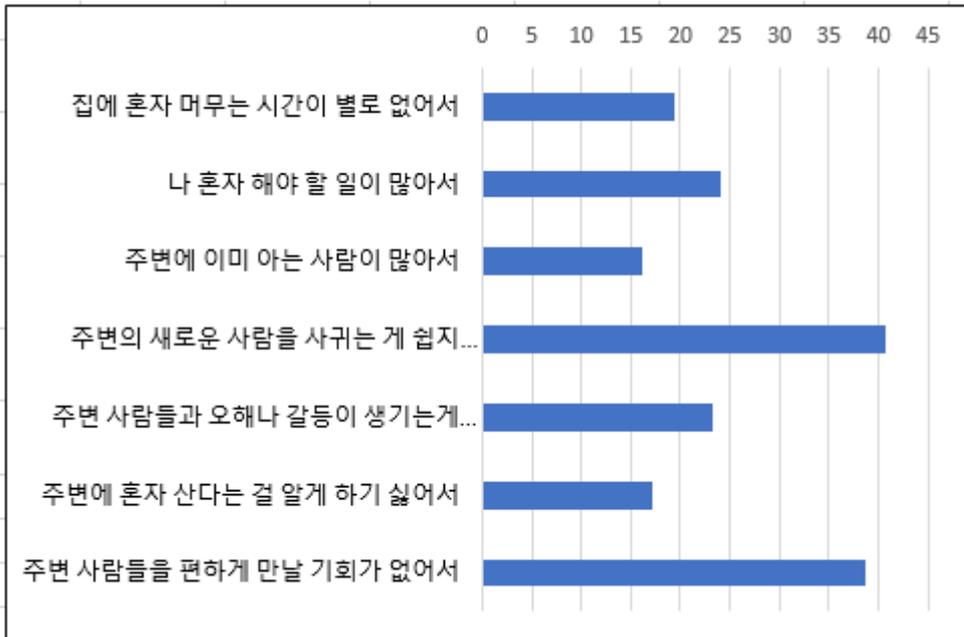
□ 새로운 사회적관계망 제약 요인

- 이웃들과 교류를 잘 하지 않는 이유
 - 이웃들과 교류를 잘 하지 않는 이유에 대해 7개의 문항에 대해 응답을 받은 결과 가장 많은 해당 문항으로 응답한 것은 주변의 새로운 사람을 사귀는 게 쉽지 않아서 (40.6%), 주변 사람들을 편하게 만날 기회가 없어서(38.7%), 다음은 나 혼자 해야 할 일이 많아서(24.0%) 순으로 나타남
 - 반대로 가장 적게 나온 문항은 주변에 이미 아는 사람이 많아서(16.2%), 주변에 혼자 산다는 걸 알게 하기 싫어서(17.1%)순이었음.
 - 결국 1인 가구는 근처에 아는 이웃이 없어도 혼자 산다는 걸 알게 하기 싫어서 이웃들과 교류가 쉽지 않지만 새로운 사람을 사귀거나 편하게 만날 기회도 없는 것으로 나타나, 가족센터가 지역 내에서 1인 가구가 안심하고 사람들을 편하게 만나고 알 수 있는 프로그램을 제공하는 기관으로 인식되는 것이 우선 필요함

[표 4-9] 이웃들과 교류를 잘 하지 않는 이유

구분		빈도(명)	구성비(%)
집에 혼자 머무는 시간이 별로 없어서	아니다	383	80.6
	그렇다	92	19.4
나 혼자 해야 할 일이 많아서	아니다	361	76.0
	그렇다	114	24.0
주변에 이미 아는 사람이 많아서	아니다	383	80.6
	그렇다	77	16.2
주변의 새로운 사람을 사귀는 게 쉽지 않아서	아니다	282	59.4
	그렇다	193	40.6
주변 사람들과 오해나 갈등이 생기는데 싫어서	아니다	365	76.8
	그렇다	110	23.2
주변에 혼자 산다는 걸 알게 하기 싫어서	아니다	394	82.9
	그렇다	81	17.1
주변 사람들을 편하게 만날 기회가 없어서	아니다	291	61.3
	그렇다	184	38.7

[그림 4-5] 이웃들과 교류를 잘 하지 않는 이유



- 이웃과 교류를 잘 하지 않는 기타 응답은 19명이 응답하였으며 이중 10명이 혼자가 좋고, 주변과 교류할 필요가 없다고 응답함

- 혼자있는 걸 좋아함
- 혼자 있는 것이 즐거워서
- 혼자 있는 시간이 좋다고 느껴지는 때가 많음
- 혼자 있는게 편함
- 혼자 지내는 게 좋아서
- 혼자라고 만만하게 보는 사람들이 있어서 혼자가 편함
- 혼자가 편해서
- 혼자 충분해서
- 주변 이웃과 왜 교류를 해야 하나요?
- 필요함을 못 느낌

- 그 외 기타 응답을 한 9명은 아래와 같이 잘 모르는 사람에 대한 두려움, 귀찮음, 부담감, 피곤함 등의 사유를 기입함.

- 가벼운 관계보다 깊은 관계를 좋아하는 편
- 결혼 후 이웃과 왕래한 경험이 없음
- 귀찮음
- 뒷담화 왜 혼자인지 등의 질문에 대한 부담감 때문에
- 마주칠 때마다 아는 척하기 피곤해서
- 믿을만한 사람들인지 몰라서
- 어떤 사람인지 모르니 두려움이 있어서 선뜻 다가가지 못함
- 주변에 친구가 안 살아요
- 취업 때문에 이사 와서 주위 친구나 가족과 멀리 살고 있어서

3) 소통과 대인관계

□ 응답자들의 소통과 대인관계 선호도

● 응답자의 사교적인 수준

- 응답자의 타인과의 적극적인 소통이나, 대화 리드, 대인관계에 대한 선호 등과 관련된 8개 문항을 조사하여 일치하는 경우 1, 그렇지 않은 경우를 0으로 응답한 결과 응답자의 소통과 대인관계에서의 사교적인 수준은 0점부터 모든 항목에 응답한 8점 까지 분포함
- 이때 전체적인 평균은 3.35점이었으며, 여성의 평균은 3.46점, 남성의 평균은 2.98점으로 여성이 더 높게 나타남
- 청년층(40세 미만), 중년층(40세~60세 미만), 노년층(60세 이상)으로 나누었을 때, 청년층의 평균은 3.41점, 중년층의 점수는 3.0점, 노년층의 점수는 3.28점으로 나타남

[표 4-10] 응답자들의 소통과 대인관계 선호도

구분		빈도(명)	구성비(%)
나는 타인에게 말을 먼저 거는 편이다	아니다	361	76.0
	그렇다	114	24.0
나는 사람들과 이야기 나누기를 좋아하는 편이다.	아니다	255	53.7
	그렇다	220	46.3
나는 사람들이 먼저 말을 걸어주면 잘 응대하는 편이다	아니다	132	27.8
	그렇다	343	72.2
나는 대화의 흐름에 따라 자연스럽게 대화를 잘 이어가는 편이다	아니다	220	46.3
	그렇다	255	53.7
나는 모임이나 사람들과 어울리는 활동을 좋아하는 편이다	아니다	268	56.4
	그렇다	207	43.6
내가 좋아하는 일을 누군가에게 가르치는 일을 즐겨워 하는 편이다	아니다	312	65.7
	그렇다	163	34.3
나는 처음 보는 사람들과 잘 어울리는 편이다	아니다	318	66.9
	그렇다	157	33.1
나는 모임을 만들고 이끄는 걸 좋아하는 편이다	아니다	414	87.2
	그렇다	61	12.8

4) 가족센터에 기대하는 프로그램 요구

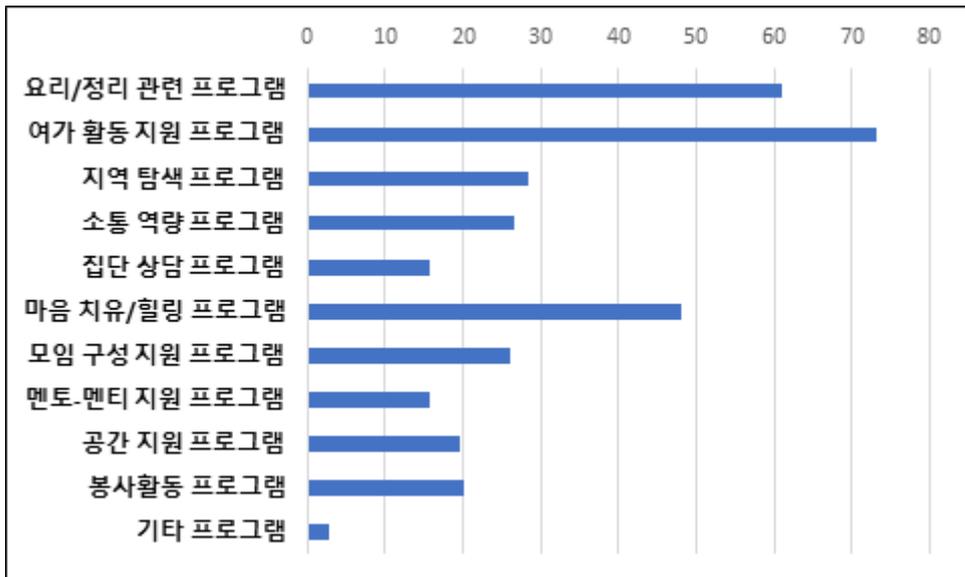
□ 응답자가 필요하다고 응답한 프로그램

[표 4-11] 1인 가구 기대 프로그램

구분		빈도(명)	구성비(%)
요리/정리 관련 프로그램	필요하지 않다	185	38.9
	필요하다	290	61.1
여가활동 지원 프로그램	필요하지 않다	128	26.9
	필요하다	347	73.1
지역 탐색 프로그램	필요하지 않다	340	71.6
	필요하다	135	28.4
소통 역량 프로그램	필요하지 않다	349	73.5
	필요하다	126	26.5
집단 상담 프로그램	필요하지 않다	401	84.4
	필요하다	74	15.6
마음 치유/힐링 프로그램	필요하지 않다	247	52.0
	필요하다	228	48.0
모임 구성 지원 프로그램	필요하지 않다	351	73.9
	필요하다	124	26.1
멘토/멘티 지원 프로그램	필요하지 않다	401	84.4
	필요하다	74	15.6
공간 지원 프로그램	필요하지 않다	382	80.4
	필요하다	93	19.6
봉사활동 프로그램	필요하지 않다	380	80.0
	필요하다	95	20.0

- 가장 요구도가 높은 프로그램은 여가 활동 지원 프로그램(73.1%)이었으며, 마음 치유/힐링 프로그램(52%), 요리/정리 관련 프로그램(38.9%) 순으로 나타났음
- 상대적으로 요구가 낮은 프로그램은 멘토/멘티 지원 프로그램(15.6%)과 집단 상담 프로그램(15.6%)이었으나, 종사자들의 면접에 의하면 소규모 상담 프로그램에 대한 선호도가 높게 확인되었음. 이는 상담보다는 마음 치유/힐링 프로그램에 대한 이용자들이 선호하기 때문으로 보이며, 종사자에게는 마음 치유/힐링 또한 상담 프로그램에 포함한 응답 결과라 사료 됨.

[그림 4-6] 1인 가구 기대 프로그램



- 따라서 요구도가 높은 요리/정리 관련 프로그램, 여가 활동 지원 프로그램, 마음 치유/힐링 프로그램은 가족센터에서 1인 가구에 사회관계망 프로그램을 처음 소개하며 참가자를 모집할 때 사용하기에 적합한 프로그램임
- 반면, 상대적으로 요구도는 낮았으나 소통 역량 프로그램, 집단 상담 프로그램, 모임 지원 프로그램, 지역 탐색 프로그램 등은 사회관계망을 형성하고 유지하는데 적합한 프로그램 형태임.

5) 가족센터 프로그램에 참여하는 이유

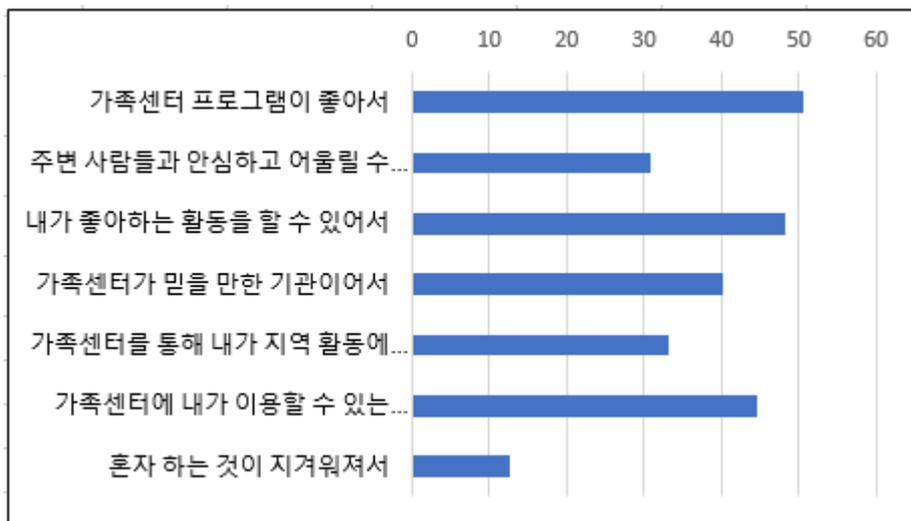
- 가족센터 이용 사유를 프로그램 관련, 가족센터 관련, 개인 관련 사유로 구분해서 8문항에 대한 해당 유무를 응답한 결과 프로그램 관련이 1순위, 가족센터 관련이 2순위, 개인 관련 사유 순으로 나타남
- 프로그램 관련성이 1순위
 - 1인 가구의 가족센터 프로그램 참여는 가족센터 제공 프로그램이 좋아서(50.7%), 내가 좋아하는 활동을 할 수 있어서(48.2%), 가족센터에 내가 이용할 수 있는 서비스가 있어서(44.6%) 순이었음.
 - 사회적관계망 형성 기회를 만들고, 처음 1인 가구 이용자들이 가족센터 프로그램에 참여하고자 하게 할 때, 1인 가구의 수요에 맞출 필요가 있음
 - 그러나 1인 가구의 생애주기별, 연령별, 성별, 지역별 수요가 다양하므로 지역 특성별로 수요자의 수요를 파악할 필요가 있음
- 가족센터 관련성이 2순위
 - 가족센터 관련해서 가장 높은 응답이 된 문항은 가족센터가 믿을 만한 기관이어서 (40.2%), 가족센터를 통해 내가 지역 활동에 참여할 수 있어서(33.1%)로 나타남.
 - 1인 가구가 이주가 많고 낯선 환경에 놓였을 때, 전국 시군구에 설치되어 있는 가족센터를 통해 지역과 사람은 바뀌었지만, 익숙한 서비스를 받을 수 있음을 알게 한다면 새로운 지역 적응과 새로운 사회적 관계망 형성이 도움이 될 것으로 보임
- 1인 가구 개인적인 사유로 참여가 3순위
 - 가족센터 프로그램에 참여하는 이유는 가장 낮았지만, 이 응답을 한 사람들이 가족센터 프로그램에 참여하고 있음에 주목해야 함
 - 가족센터를 통해 내가 지역 활동에 참여할 수 있어서(33.1%), 혼자 하는 것이 지겨워서 (12.6%)로 비자발적으로 사회적 활동에 참여하지 못했던 사람들이 가족센터에서 사회 참여활동 기회를 가질 수 있음
 - 특히 혼자 하는 것이 '지겹다' 라는 응답을 하고 스스로 사회적 활동을 적극적으로

가져보려는 대상자들은, 가족센터에서 특히 관심을 둘 대상임

[표 4-12] 가족센터 프로그램 참여 이유

구분		빈도(명)	구성비(%)
가족센터 프로그램이 좋아서	아니다	234	49.3
	그렇다	241	50.7
주변 사람들과 안심하고 어울릴 수 있어서	아니다	329	69.3
	그렇다	146	30.7
내가 좋아하는 활동을 할 수 있어서	아니다	246	51.8
	그렇다	229	48.2
가족센터가 믿을 만한 기관이어서	아니다	284	59.8
	그렇다	191	40.2
가족센터를 통해 내가 지역 활동에 참여할 수 있어서	아니다	318	66.9
	그렇다	157	33.1
가족센터에 내가 이용할 수 있는 서비스가 있어서	아니다	263	55.4
	그렇다	212	44.6
혼자 하는 것이 지겨워서	아니다	415	87.4
	그렇다	60	12.6

[그림 4-7] 가족센터 프로그램 참여 이유



● 가족센터 프로그램 참여 사유에 기타 직접 작성한 응답자의 답변은 아래와 같음

- 권유에 의한 참여 응답

- 권유
- 담당자를 통한 권유, 프로그램이 좋아서
- 상담선생님의 권유로
- 센터에서 권유해서
- 지인이 있어서
- 센터 프로그램이 재밌고 담당자 선생님이 계속 격려해줘서

- 가족센터 프로그램 담당자와 관련된 응답에서 사회적관계망 형성은 프로그램내 참여자 간 뿐만 아니라, 1인 가구와 1인 가구 서비스 제공 담당자와의 관계망, 1인 가구 담당자와의 신뢰 형성이 중요한 요인일 수 있음이 파악됨

- 담당자들이 좋아서
- 담당자가 미쳤다(센터를 믿고 오는 이유임)
- 담당자가 일을 잘함
- 담당자를 통한 권유, 프로그램이 좋아서
- 센터 프로그램이 재밌고 담당자 선생님이 계속 격려해줘서

- 그 외, 가족센터가 가깝고 무료 이용 가능, 다양한 프로그램과 정보를 언급함

- 근접성 높음
- 다양한 활동이 준비되어 있어서
- 무료 지원이어서
- 우리 동네에 대한 정보의 폭이 넓어지는 것 같아서
- 현재 상황에 도움을 받을 수 있다고 생각되므로
- 흥미로운 프로그램이 있어서

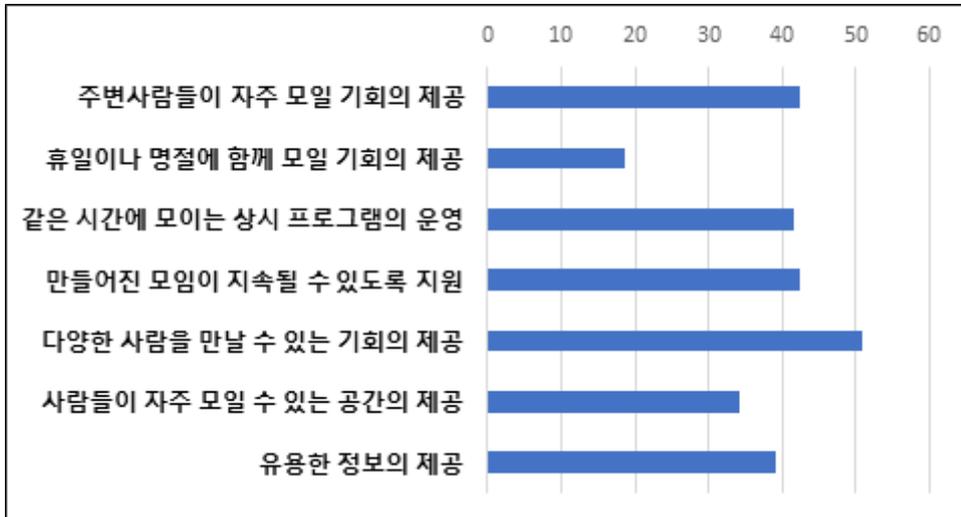
6) 가족센터에 기대하는 서비스

- 모일 수 있는 기회의 제공이 50% 이상 희망이었으나, 그 외 사회적관계망과 관련한 항목에 대해서는 모두 긍정 응답이 50% 미만이었음
 - (사회적 관계 기회의 제공) 다양한 사람을 만날 수 있는 기회의 제공(50.9%)가 가장 많은 응답이 나온 항목이며 그 다음 주변사람들이 자주 모일 기회의 제공(42.3%) 순이었음
 - (프로그램 운영 관련) 만들어진 모임이 지속될 수 있도록 지원(42.3%), 같은 시간에 모이는 상시 프로그램으로 운영(41.7%)순이었음
 - (정보와 공간의 제공) 마지막으로 이용자들이 기대하는 서비스는 유용한 정보의 제공(30.2%), 사람들이 자주 모일 수 있는 공간의 제공(34.1%)였음.
 - 특히 휴일이나 명절에 함께 모일 기회의 제공에 대한 부정 응답은 81.5%로 가장 높았으며, 이는 가족센터 이용자들은 1인 가구이지만 휴일이나 명절에 함께 할 가족, 친지, 친구들이 있어 나온 결과로 추측됨.
- 따라서 가족센터는 사회적관계망 형성 기회의 장을 열고 지역활동에 참여하는데 있어 믿을 만한 곳으로 사람들에게 기회의 장을 제공하는 곳으로 인식되는데 당분간 주력할 필요가 있음.
- 다만 기존 취약계층 지원 서비스와 달리 예방과 보편적인 서비스 수요자가 대부분인 1인 가구이지만, 프로그램 참여자중에서 고립 위험, 또는 1인 가구로서의 가족위기 대상자 등 기존 취약 지표로 발견되지 않던 서비스 대상자를 발굴 선별할 필요는 있음

[표 4-13] 가족센터에 기대하는 서비스

구분		빈도(명)	구성비(%)
주변 사람들이 자주 모일 기회의 제공	아니다	274	57.7
	그렇다	201	42.3
휴일이나 명절에 함께 모일 기회의 제공	아니다	387	81.5
	그렇다	88	18.5
같은 시간에 모이는 상시 프로그램의 운영	아니다	277	58.3
	그렇다	198	41.7
만들어진 모임이 지속될 수 있도록 지원	아니다	274	57.7
	그렇다	201	42.3
다양한 사람을 만날 수 있는 기회의 제공	아니다	233	49.1
	그렇다	242	50.9
사람들이 자주 모일 수 있는 공간의 제공	아니다	313	65.9
	그렇다	162	34.1
유용한 정보의 제공	아니다	289	60.8
	그렇다	186	39.2

[그림 4-8] 가족센터에서 제공받길 원하는 서비스



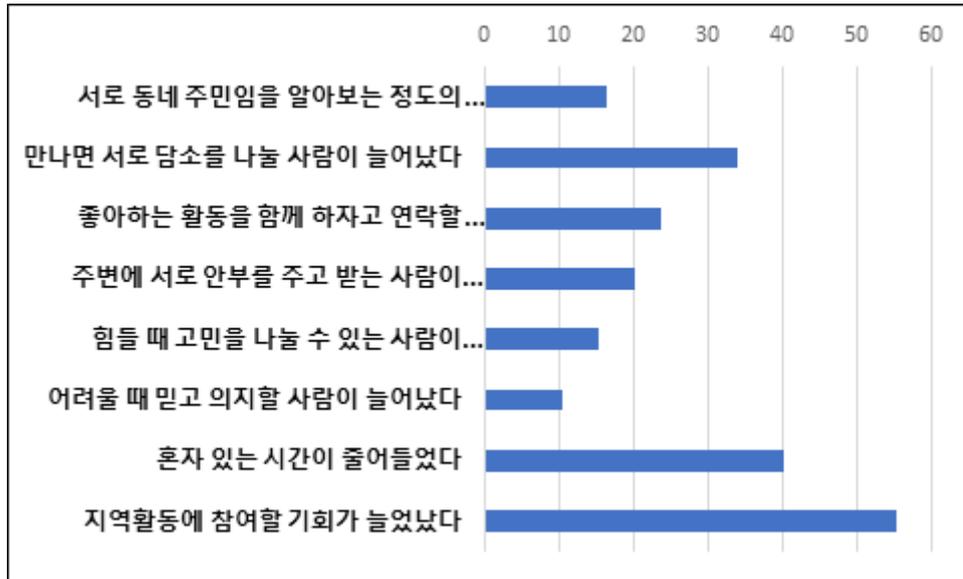
7) 프로그램 참여 성과

- 가족센터 프로그램에 참여한 후, 응답자가 응답한 가장 많이 응답한 변화는 지역활동 참여 기회의 확대(55.4%) 였으며, 혼자 있는 시간이 줄어들었다(사회적 관계망의 확대에 대해서도 만났을 때 이야기를 나눌 사람이 늘어났다(33.9%)가 가장 높은 해당 문항이었음
- 이용자에게 가족센터는 지역활동에 참여 방법 중 하나로 인식됨
 - 사회적관계망 형성 프로그램은 가족센터에 참여하지 않던 1인 가구들이 가족센터를 통해 지역활동에 참여하는 데 기여한 것으로 보임
 - 그리고 만나서 서로 인사할 사람이 늘어났다는 응답은 응답자들의 약 34%만이 응답하고 있어 센터가 주고자 하는 목표와 이용자가 인식하는 바는 다를 수 있음이 확인됨
 - 그러나 혼자 있는 시간이 줄어들었다는 응답이 약 40.2%로 가족센터 사회적관계망의 프로그램의 참여가 사회와 소통하고 교류하는 것은 성과가 있음도 확인됨

[표 4-14] 가족센터 프로그램 참여 성과

구분		빈도(명)	구성비(%)
서로 동네 주민임을 알아보는 정도의 사람이 늘어났다	아니다	397	83.6
	그렇다	78	16.4
만나면 서로 담소를 나눌 사람이 늘어났다	아니다	314	66.1
	그렇다	161	33.9
좋아하는 활동을 함께 하자고 연락할 사람이 늘어났다	아니다	348	73.3
	그렇다	112	23.6
주변에 서로 안부를 주고 받는 사람이 늘어났다	아니다	379	79.8
	그렇다	96	20.2
힘들 때 고민을 나눌 수 있는 사람이 늘어났다	아니다	402	84.6
	그렇다	73	15.4
어려울 때 믿고 의지할 사람이 늘어났다	아니다	410	86.3
	그렇다	50	10.5
혼자 있는 시간이 줄어들었다	아니다	269	56.6
	그렇다	191	40.2
지역활동에 참여할 기회가 늘어났다	아니다	212	44.6
	그렇다	263	55.4

[그림 4-9] 가족센터 프로그램 참여 성과



Ⅲ. 소결 : 사회적관계망 프로그램에 대한 함의

□ 사회적관계망 지원 서비스 기획

- (1인 가구 수요 맞춤) 사회적관계망 형성에서는 1인 가구 서비스 수요에 맞춘 프로그램 기획
 - 1인 가구의 수요에 매우 다양하므로, 1인 가구 수요중 가족서비스로 지원 가능한 범위에 대한 기준이 필요함
 - 1인 가구 서비스 대상자에 대한 기준 필요
 - 사회적관계망 형성 서비스 내용에 대한 기준 필요
 - 가족서비스는 보편적인 서비스로 기존 역량강화, 공동체성 지원등의 목적에 맞는 프로그램 기획이 필요함
 - 1인 가구 서비스 대상자의 요청이 있을지라도 프로그램 참여 대신 직접적인 현물 지원, 현금지원 등은 불가하나 명확히 안 된다고 설명할 기준 필요
 - 차상위 또는 중위소득 이내 등의 소득 기준이 명시되지 않은 경우 1인 가구가 센터에 요구하는 힐링 프로그램비 지원, 운동비지원, 자격증 취득 무료 지원등은 불가하며 자부담을 고려할 필요가 있음
 - 가족서비스내에서 생활유지 역량관리 등으로 지원 적합한 프로그램 내용
 - 건강한 식생활 유지 관련 내용
 - 집안밖의 정리와 관리를 위한 내용
 - 지역내 사람과 자원을 활용한 여가 지원 등으로 파악됨
 - 가족센터에서 연계 또는 정보제공, 센터 프로그램 내에서의 간접 지원을 검토할 내용
 - 자격증 취득 지원
 - 경제적 불안정에 대한 재원
 - 생활 불안에 대한 안전관리 지원 등

- (1인 가구 인구학적 특성 맞춤) 사회적관계망 형성에서는 1인 가구 인구학적 특성에 맞춘 프로그램 기획
 - 1인 가구의 연령, 성별, 생애주기, 공통 관심사를 고려할 경우 사회적관계망 형성시 동질성을 확보하기 쉽고, 체험형 프로그램 선호
 - (청년) 경제적 자산이 적고 활동성이 높은 연령대
 - 가족서비스를 통해 지역내 문화와 취미활동을 함께 할 수 있도록 기획
 - 활동량이 높으므로 함께 할 수 있는 단체 운동, 등에 대한 수요 높음
 - 첫 독립생활기로 요리, 실내장식 등 경험이 적고 역량이 부족한 분야에 대해 바로 생활에 활용할 수 있는 프로그램으로 기획
 - 자기 탐색, 원가족과의 관계 파악 집단 상담 적합
 - (중장년) 1인 가구 진입 경로가 가장 다양하고는 일상 힐링, 문화 수요 높은 연령대
 - 중장년층의 경우 원예 활동(텃밭 가꾸기), 악기 배우기, 바둑 등의 활동이 지속적으로 잘 운영되는 프로그램 임.
 - 부모 부양에 대한 부담감 호소로, '나'를 쉬게 하고 힐링하는 프로그램에 적합
 - (노년) 변해가는 사회와 노년기 생활 적응에 관심이 높은 연령대
 - 늘 누군가와 지내다 혼자 지내는 데 따른 안전에 대한 두려움이 있고, 주변에 누군가가 '동료', '친구'로 있길 원하므로 소모임 구성이 적합한 연령대
 - 일상의 생일 파티, 안부 나눔 등의 신체적 활동량이 적어도 할 수 있는 프로그램 운영 적합

□ 사회적관계망 지원 프로그램 운영

- (가족센터의 강점)
 - 커뮤니티 활동을 위한 공간 지원, 상담실 활용
 - 가족센터가 지자체와 연계한 대상자 모집, 홍보, 지자체 공간이나 자원 연계 용이
 - 심리적인 힐링 프로그램 운영 강점이 있음
- (가족센터의 애로사항)

- 가족센터에서 1인 가구 대상 서비스 제공에 대한 인지도 없음
 - 1인 가구 서비스 홍보시 참여 대상자들이 '1인 가구' 임을 밝히길 주저하여 신청이 저조하고, 신청 후에도 미참여가 자주 있음
 - 프로그램 참여 가능 시간이 근무 시간에 맞춰 7시 시작, 7시 30분, 8시 등 다양한 시간대로 운영함에 따른 담당자의 어려움
 - 담당 인력들의 역량과 대상자에 대한 라포형성 정도에 서비스 질이 달라짐
 - 1인 가구 관련 다양한 요구에 부응하는 서비스 정보 파악 어려움
 - 고립 위험 대상자일수록 개인 정보 노출을 꺼리고 프로그램 참여를 거부함
 - 관계망은 상호주고 받아야 하나, 일방적인 관계를 원하는 경우 센터가 개입하거나 센터종사자와의 관계만 가지려 함
- (가족센터의 사전 준비 증가)
 - 관계망 모임 지속 을 위해 모임 리더 양성 등 필요
 - 소모임용 예절 교육
 - 스마트폰, 카톡방 예절과 매너
 - 스마트폰 운영, 카톡 밴드 사용 등에 대한 사전 교육(특히 노년층 대상)

□ 사회적관계망 지원 프로그램 성과 관리

- (가족센터 사회적관계망 지향 목표에 맞는 성과 지표)
 - 관계망서비스가 동아리 모임, 문화활동 등으로 홍보되어 나타나는 중복 서비스 문제를 해결하기 위해 명확한 성과 목표 설정 필요
- (가족센터 사회적관계망 성과 중심 홍보)
 - 사회적관계망 홍보시 성과 중심의 홍보로 기획하여 신청자의 기대와 가족센터의 목표와 일치시켜야함
 - 그렇지않을 경우 센터의 목표와 달리 프로그램 신청자들의 프로그램 참여 성과가 달라질 수 있음

□ 사회적관계망 지원 프로그램의 해결 과제

- (외롭거나 고립되어 있지 않다고 말하거나 생각하는 1인 가구 대상자 모집)
 - 고립과 고독 예방 등에 대한 거부감이 있음
 - 프로그램 참여자중 일부만이 외로움이나 고립 문제 호소
 - 따라서, 고립과 고독을 뺀 지역사회 참여 활동 참여 기회의 마련 측면으로 1인 가구에 홍보하는 것이 적합
- (프로그램 참여자의 사전 사후 변화 측정)
 - 센터는 고립을 객관적으로 사회활동에 참여하고 교류 횟수등으로 지표 관리
 - 신규 1인 가구 회원 대상자 모집으로 사회적고립 문제 예방 서비스 지원 대상자 확대를 지표로 관리 가능
 - 질적으로 사회적관계망이 사회적지지체계가 되는지 확인 필요
 - 프로그램 전후 가족지지체계, 사회적지지체계, 고립감, 외로움 등에 대한 척도 적용 검토 필요
- (프로그램 참여자 검사를 통한 고립 위험군 발굴과 조치)
 - 센터는 고립을 객관적으로 사회활동에 참여하고 교류 횟수등으로 지표 관리
 - 실제, 이용자들의 친구 이웃과 연락안함 정도, 외로움, 고립감, 이웃을 알고 싶은 정도, 이웃과 교류를 원치 않는 수준, 사교적, 가족들과 연락안하는 정도의 상관관계를 확인한 결과 통계적으로 의미있는 수준에서 관계가 있으므로, 센터는 이런 항목들과 상관관계가 나타남.
 - 가족, 친구, 이웃등과의 비공식적 연락이 적을수록 고립감이 높아지고, 사교성이 낮았으며, 이웃과 교류를 원치 않았음.

[표 4-15] 외로움과 고립, 사회적관계망 상관관계

	친구,이웃과 연락안함 정도	외로움 정도	고립 정도	이웃을 알고싶은 수준	이웃과 교류를 원치 않는 수준	사교적	가족들과 연락안함 정도
친구,이웃과 연락안함 정도	1	.080	.234**	-.008	.237**	-.179**	.159**
외로움 정도		1	.577**	.229**	.169**	-.023	.145**
고립 정도			1	.152**	.218**	-.155**	.289**
이웃을 알고싶은 수준				1	.454**	.284**	.170**
이웃과 교류를 원치 않는 수준					1	.038	.238**
사교적						1	-.087
가족들과 연락안함 정도							1

***p<.001, **p<.01, *p<.05

**제5장 사회적관계망
형성 프로그램 운영
매뉴얼**

I. 매뉴얼 개요

1. 기본 원칙

- 본 연구에서는 가족센터에서 운영할 사회적관계망 프로그램의 대상과 서비스 범위 산정을 위해 보편성, 자발성, 통합성, 지속성, 전문성 등 5개의 원칙을 수립함
- (보편성) 프로그램 신청자는 누구나 참여할 수 있도록 기획 함
 - 서비스 이용자의 소득, 연령 등에서 제한을 두지 않음
 - 일부 프로그램 재료비, 상담비 일부에 대한 자부담을 포함할 수 있음
- (자발성) 프로그램은 이용자의 자발적 신청에 의해서 참여하므로, 사회적관계망 형성 기회를 제공함
 - 프로그램은 가족센터 회원 가입 후 신청할 수 있음
 - 신청자 정보는 서비스 성과 관리나 분석을 위해 활용할 수 있음에 동의하여야 함
 - 프로그램 신청 후, 프로그램 미 참여시, 가족센터에서 정한 프로그램 신청 제한이 있을 수 있음에 동의하여야 함
 - 프로그램 안내 및 관련 정보 제공을 위한 개인정보 사용에 동의하여야 함
 - 프로그램 참여 사전, 사후 이용자의 프로그램에 대한 요구, 가족지지체계 등에 관한 조사, 프로그램 선호도와 만족도 조사를 요청받을 수 있음을 안내함
 - 동아리, 소규모 집단 모임을 지원받을 경우는 운영일지를 제출하도록 안내함
- (통합성) 프로그램은 전 생애주기의 발달과업, 관계성을 고려하여 기획하되, 1인 가구 전체 가족서비스 수요를 고려함
 - 가족센터는 전 생애주기 1인 가구 대상자 수요를 기반으로 하여 기획함
 - 청년층 : 취업과 학업에 의한 발달과업 지원 프로그램, 이주 지역 적응 프로그램, 원

가족 및 기존 사회적지지체계와의 원활한 관계 유지 및 원가족과의 갈등 문제 점검 프로그램

- 중년층 : 가족형성 및 확대 발달과업 지원 프로그램, 양육과 돌봄 부담 문제 점검, 갭년기 관리 및 적응 지원 프로그램
 - 노년층 : 일상생활 기술 적응 프로그램, 성인자녀 및 가족들과의 비대면 관계 유지 프로그램, 노화 및 치매 예방 지원 프로그램
 - 남성 : 의식주 생활관리 역량 강화 프로그램, 스스로 돌봄 역량 강화 프로그램
 - 여성 : 안전한 주거 및 안전한 일상 돌봄 지원
- 청년층부터 중·장년층까지 다양한 대상자를 포함한 프로그램을 이미 진행중이므로 세대가 다른 1인 가구 간의 교류도 가능하도록 기획
 - 1인 가구는 생애주기 변경에 따라 가족센터 프로그램을 선택 이용할 수 있음
 - 1인 가구가 1인 가구 이외 사람들과의 교류도 가능하도록 프로그램 기획함
- (지속성) 참여자가 계속해서 프로그램 운영 시기와 내용이 예측될 수 있도록 기획함으로써, 사회적관계망 형성과 유지를 지원함
 - 사회적관계망 프로그램이 운영되는 시간대와 요일은 정기적으로 운영함
 - 사회적관계망 프로그램은 회원에게 사전에 지속적으로 안내함
 - 사회적관계망 프로그램의 자발적 모임과 운영 방법은 모임 회원끼리 사전에 정하여 공유함
 - 1인 가구 대상자 가족 간의 어려움 등을 센터 내 관련 사업 연계로 연속 서비스 제공
 - (전문성) 프로그램은 가족센터의 가족서비스의 전문성을 적용하여 기획함
 - 1인 가구는 상담 서비스를 통한 마음 힐링과 고립위험도를 점검함
 - 지지체계가 적은 1인 가구는 상담 서비스를 통해 문제에 직면하도록 기획함
 - 상담 프로그램을 통해 상호 공감하고 지지하는 구성원이 모이도록 기획함
 - 가족서비스 전문성을 갖고 고립과 고독 위험 대상자를 모니터링하고 사례관리로 연계함
 - 가족 서비스 전문기관으로 이혼 1인 가구 대상 가족 관계를 위한 프로그램 진행 등 차별화된 프로그램 운영 권장 예) 예비 1인 가구, 이혼 1인 가구 등

- 가족센터의 다양한 사업운영으로 타 프로그램에서 대상자가 발굴되거나 사업 간의 서비스 연계
- 가족센터의 특성을 살려 원가족과 함께하는 프로그램 실시 가능.

2. 프로그램의 대상과 서비스 범위

- 본 연구에서는 가족센터에서 운영할 사회적관계망 프로그램의 대상과 서비스 범위 산정을 위해 보편성, 자발성, 통합성, 지속성, 전문성 등 5개의 원칙에 맞춰 대상자와 서비스 지원 범위를 제시함

1) 대상

- (보편적 1인 가구)
 - 1인 가구는 하나의 생활 형태로 비주기적, 상황에 따라 변화 가능하므로, 가족센터 장기 이용시 가구 형태가 변경될 수 있으므로, 회원가입 이외에 서비스 자격 조건을 별도로 두지 않음
 - 1인 가구는 주소지 등록과 상관없이 실질적 1인 생활가구로 사회적관계망 서비스 신청이 가능함
 - 다인가구내에서도 실질적 1인 생활가구자가 사회적관계망 서비스 신청이 가능함
 - 독립 생활을 준비하는 예비 1인 가구도 포함함
- (고립위험 1인 가구)
 - 고립상태의 1인 가구가 직접 대상은 아니나, 자발적 프로그램 신청후 프로그램에서 고립위험군이 발굴되면 상담이나 사례관리로 연계 할 수 있음
 - 가족센터 사례관리 대상자 중 사례관리 사후모임으로 1인 가구 자조모임 서비스로 연계되어 사회적관계망 형성 프로그램의 대상으로 모임 구성 지원
- (타 가족센터나 기관에서 연계한 1인 가구)
 - 학업, 근무지 등에 따른 이동이 많은 1인 가구 이므로 지역 이동에 따른 센터간 1인 가구 대상자 연계 동의를 받아, 새로 이전하는 지역 가족센터로 연계.

2) 사회적관계망 서비스 범위

□ 사회지지체계 기능적인 측면에서 본 서비스 범위

- (정서지지 기능 서비스) 지역사회 참여를 통한 협력과 공동체 감정 및 활동 참여 촉진
 - 소규모 모임, 공동체, 동아리 지원 프로그램
 - 집단 상담 프로그램
 - 힐링 및 여가생활 지원 프로그램
 - 멘토-멘티 프로그램
 - '나'를 알기 위한 심리 테스트 및 상담프로그램
- (정보지지 기능 서비스) 지역 자원과 제공 서비스 정보 공유
 - 가족센터 기관 및 서비스 안내
 - 센터 또는 지자체 공유 공간 및 공유 자원 등 1인 가구 이용 시설이나 자원 안내(텃밭, 부엌, 동아리실, 공연장등)
 - 1인 가구 대상 프로그램 안내
 - 1인 가구 서비스 제공 기관과의 연계
 - 다문화 1인 가구 대상 정보 통역 안내(1577-1366, 3자 통화 통번역서비스 소개)
- (도구적지지 기능 서비스) 서비스 이용자의 자원봉사 및 사회참여 기회 제공
 - 음식, 재료, 물품 나눔과 리사이클링 지원
 - 요리 정리, 수납 등의 1인 가구 생활관리 역량 강화 프로그램
 - 농구, 축구 등 여럿이 함께 하는 활동 지원 프로그램
 - 이야기 나누기, 바둑 등 상대가 있어야 할 수 있는 프로그램 지원
 - 1인 가구 이사, 수리 등 상호 품앗이 지원
- (평가적지지 기능 서비스) 세대간 소통과 이해 촉진
 - 1인 가구 원가족 회복 지원

- 1인 가구내 다양한 세대의 통합 프로그램
- 세대간 상호 자원 나눔과 배움
- 소통과 대인관계 역량 교육

□ 사회적관계망 형성 단계에 맞춘 서비스 범위

- 사회적관계망 형성은 인식, 인지, 형성, 유지 단계를 거칠 수 있으나, 이 단계는 단계별로 진행되지 않을 수 있으며, 가족센터의 프로그램 기획시 역할과 기능을 중심으로 두 가지 단계로 프로그램을 구성함

- 관계 인식/인지 단계 프로그램 :

- 1인 가구 수요 맞춤 참여하고 싶은 프로그램으로 기획 : 1인 가구의 지역사회 참여 활동을 늘려 타인과의 접촉기회 제공에 중점을 둔 프로그램으로 1인 가구의 어려움 해소 또는 수요 맞춤 프로그램으로 기획
- 1인 가구 상호간 공통 요인 확인 프로그램으로 기획 : 신청하는 프로그램의 성격, 유형에 따라 유사한 공통관심사를 가진 사람들이 모일 수 있도록 기획 : 지역활동 참여 기회 제공과 서비스 이용자간 상호 대상자 파악이 목적

- 관계 형성/유지 단계 프로그램 :

- 상호 연락처를 주고 받거나 상호 연락이 지속적으로 필요한 프로그램으로 기획 : 소셜다이닝, 동아리 모임, 지속적 자원 공유로 정기적이거나 지속적인 모임으로 1인 가구의 공통 요인을 중심으로 사회적관계 형성과 지속을 지원하는 프로그램으로 기획
- 정기적이고 지속적인 프로그램으로 기획 : 관계 형성과 유지가 목적

[그림 5-1] 사회적관계망 형성 단계와 관계 맺기 대상

사회적 관계망 형성 단계	사회적관계망 형성					
	인식/인지단계			형성/유지 단계		
관계맺기 대상자	가족센터	센터 프로그램 담당자	1인가구 이용자	가족센터	센터 pg담당자 상담사 사례관리사	1인가구 이용자

- 이때, 1인 가구가 관계망을 맺을 때 인식하는 대상에는 가족센터, 가족센터의 담당자도 포함되므로, 가족센터가 우선 신뢰할 만한 기관으로 만족할 서비스 제공이 전제되어야, 다른 1인 가구와의 관계가 맺어지며, 이후, 가족센터 내 상담사나 사례관리사와의 연계가 원활히 이루어질 수 있음

II. 사회적관계망 형성 프로그램

1. 목표와 성과

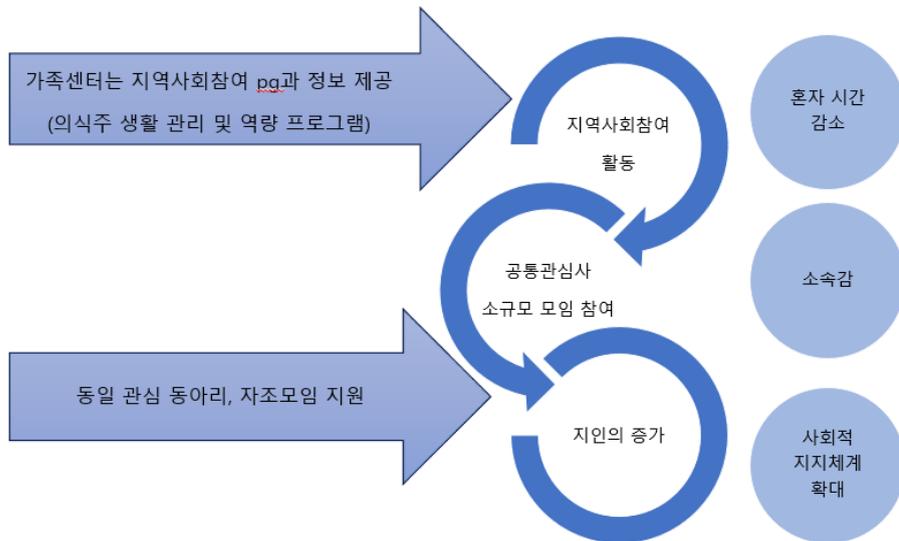
1) 목표

- 1인 가구 사회적 관계망 형성 사업의 목적 : 1인 가구 일상생활 유지 기능 향상과 사회 참여 증진을 통해 1인 가구의 고독·고립 방지와 안전하고 건강한 생활 도모
 - (이용자의 프로그램 참여 목적) 참여하는 사람마다 참여 목적 수준이 다르고, 같은 사람이라 할지라도 참여 목적이 달라질 수 있음
 - 지역사회 활동 참여
 - 의식주 등 일상 생활관리 문제나 어려움 해소
 - 혼자 있지 않기 위한 대안
 - 주거지 근처 지인 사귀기 등
 - (가족센터 프로그램 기획 목적)
 - 가족서비스 대상자로 1인 가구 발굴
 - 가족센터 전문 영역에서의 1인 가구 일상생활 유지 기능 향상 지원
 - 지역 주민 대상 사회 참여 기회 확대로 사회적관계망 형성의 장 제공
 - 1인 가구 등에게 사회적지지체계 확대 기회 제공
- 사회적관계망 형성은 동일 프로그램 참여자들 중에서도 각자의 참여 목적이 다르고, 센터 측면에서도 사회적관계망 형성 프로그램 마다 목표가 설계될 수 있음

2) 성과

- 1인 가구 사회적 관계망 형성 사업 목적인 1인 가구 일상생활 유지 기능 향상과 사회 참여 증진을 통해 1인 가구의 고독·고립 방지와 안전하고 건강한 생활 도모를 위해 가족센터가 제공하는 프로그램에 참여는 아래 그림과 같은 성과가 기대됨

[그림 5-2] 사회적관계망 서비스와 1인 가구 이용자 기대성과



- 고독/고립 방지 성과와 지표
 - 1인 가구의 일상생활 유지 기능 향상 정도
 - 고독/고립감의 감소
 - 사회적지지 증가
 - 1인 가구의 사회 참여 증가량 (1인당 평균 참여 회수, 사전 사후 비교)
 - 사회적관계망 형성지원 서비스 참여 회원수
 - 1인 가구 사회적관계망 형성지원 장기 이용 회원수

- 고독, 고립 위기 대상으로 발굴된 1인 가구 수
- 사회적지지체계의 확대(인원수)
- 가족센터 성과 관리 지표
 - 1인 가구 신규 회원수
 - 1인 가구 기존 회원의 프로그램 참여 평균 회수
 - 1인 가구의 프로그램 참여자수
 - 소규모 모임 개수와 참여 인원
- 1인 가구 이용자가 느끼는 성과
 - 지역사회 참여 활동 증가
 - 혼자 있는 시간의 감소 및 누군가와 좋아하는 활동을 하는 시간 증가
 - 이야기를 나누거나 고민을 나눌 근거리 지인 증가
 - 센터나 동아리에 느끼는 소속감
- (가족센터 프로그램 기획 목적)
 - 가족서비스 대상으로 1인 가구 발굴
 - 가족센터 전문 영역에서의 1인 가구 일상생활 유지 기능 향상 지원
 - 지역 주민 대상 사회적관계망 형성의 장 제공
 - 1인 가구 등에게 사회적지지체계 확대 지원
- 사회적관계망 형성은 동일 프로그램 참가들 중에서도 각자의 참여 목적이 다르고, 센터 측면에서도 사회적관계망 형성 프로그램 마다 목표가 설계될 수 있음

2. 관계 인식 및 인지 프로그램

1) 세부 프로그램 유형과 전략

□ 1인 가구에게 가족센터를 인식 시키기 위한 프로그램

- (홍보) 가족센터가 1인 가구 서비스 제공기관임을 알리기 위한 행사 프로그램
- (조사) 가족센터에서 1인 가구의 수요를 파악하기 위한 간담회 등의 행사
- (회원가입) 회원가입을 위한 다양한 행사 프로그램
- (공간 개방) 가족센터 커뮤니티 공간, 교육장 등을 개방하고, 물품 공유나 리사이클링 같은 1인 가구 활동을 위해 필요한 공간 제공

□ 1인 가구에게 센터 프로그램 담당자를 인식 시키기 위한 전략

- 사회적 관계망 형성 단계에서, 1인 가구는 다른 1인 가구보다 가장 먼저 센터와 센터 프로그램 담당자와의 관계를 형성하게 됨
- (프로그램 설명, 정보제공 등의 소통) 회원가입 권유, 정보제공, 안부 문자, 참여 확인 전화, 프로그램 참여를 도와주기 위한 담당자의 배려 등이 중요한 요소가 됨
- (프로그램 운영 중 개입) 1인 가구의 자발성이 떨어질수록 센터 프로그램 담당자의 적극적인 권유와 프로그램 운영 중의 개입이 중요함
- (1인 가구와 기존 센터이용자 지인의 연계) 1인 가구의 프로그램 참여 주저함이 있을 경우, 센터 담당자가 지인 동행, 또는 센터 담당자를 믿고 참여하게 할 수 있음

□ 1인 가구 상호간 인식/인지 시키기 위한 프로그램

- 전략 1 : 관심사, 지역, 성별, 생애주기 등의 공통 요인을 갖고 프로그램 기획
- 전략 2 : 체험이나 활동 중심 프로그램으로 기획
- 전략 3 : 상호 존중, 별명 사용 등 프로그램에서는 개인정보 노출 최소화 기획
- 프로그램 예시
 - (공통 수요 프로그램) 요리, 정리정돈/수납, 간단 수리 등 1인 가구 일상 생활과 연관된 프로그램
 - (체험형 프로그램 적합) 1인 가구의 연령, 성별, 생애주기, 공통 관심사를 고려할 경우 사회적관계망 형성시 동질성을 확보하기 쉽고, 체험형 프로그램 선호. 전 연령대 바둑, 음악, 원예 등은 전 생애주기 대상자의 관심 분야

[표 5-1] 2023 1인 가구 사업지침내 생애주기별 프로그램 예시

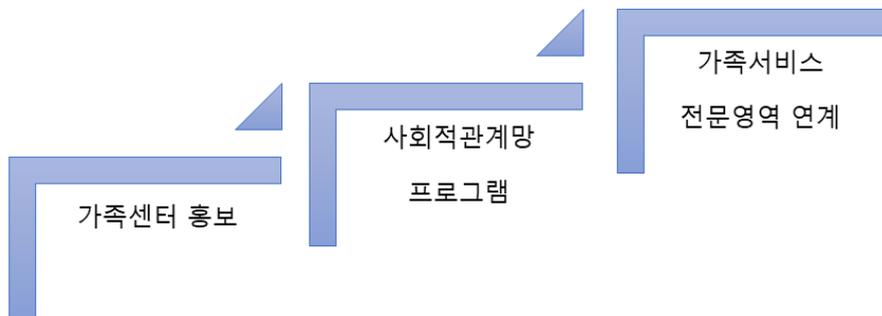
청년	<ul style="list-style-type: none"> · 사회진입 예정자 독립생활 준비교육(정서·경제·생활유지 등) · 가사, 가정관리 등 일상생활의 돌봄기술 교육 · 독립생활 전 원가족 등과의 문제 해결을 위한 집단 프로그램
중장년	<ul style="list-style-type: none"> · 홀로서기를 위한 심리상담 및 교육 · 자기돌봄, 일상생활 유지관리 및 생애후반기 진입 준비 교육 · 떨어져 사는 자녀나 가족과의 문제 해결을 위한 집단 프로그램
노년	<ul style="list-style-type: none"> · 가사, 가정관리 등 일상생활의 돌봄기술 교육 · 독립한 성인자녀 등과의 긍정적 상호관계 유지를 위한 교육 · 인생되돌아보기 등 건강한 노년 준비 교육과 상담 · SNS, 문자, 이메일 활용 관계 유지 교육 등

자료 : 여성가족부(2023). 가족사업안내

- (청년기 대상 프로그램) 경제적 자산이 적고 활동성이 높은 연령대
 - 가족서비스를 통해 지역내 문화와 취미활동을 함께 할 수 있도록 기획
 - 활동량이 높으므로 함께 할 수 있는 단체 운동, 음악, 원예 등에 대한 수요 높음
 - 첫 독립생활기로 요리, 실내장식 등 경험이 적고 역량이 부족한 분야에 대해 바로 생활에 활용할 수 있는 프로그램으로 기획

- 자기 탐색, 원가족과의 관계 파악 집단 상담 적합
- (중장년기 대상 프로그램) 1인 가구 진입 경로가 가장 다양하고는 일상 힐링, 문화 수요 높은 연령대
 - 중장년층의 경우 원예활동(텃밭가꾸기), 악기배우기, 바둑 등의 활동이 지속적으로 잘 운영되는 프로그램.
 - 부모 부양에 대한 부담감 호소로, ‘나’를 쉬게 하고 힐링하는 프로그램에 적합
- (노년기 대상 프로그램) 변해가는 사회와 노년기 생활 적응에 관심이 높은 연령대
 - 늘 누군가와 지내다 혼자 지내는 데 따른 안전에 대한 두려움이 있고, 주변에 누군가가 ‘동료’, ‘친구’로 있길 원하므로 소모임 구성이 적합한 연령대
 - 일상의 생일 파티, 안부 나눔 등의 신체적 활동량이 적어도 할 수 있는 프로그램 운영 적합
- 가족센터의 사회적관계망 서비스는 서비스 홍보, 프로그램 기획 운영, 1인 가구 참여자 대상 가족센터 전문 서비스로의 연계 등이 모두 이루어지고 있음
- 이때, 가족센터 홍보를 위한 이벤트성 행사와 사회적관계망 프로그램 참여자 모집을 위한 단발성 프로그램들은 모두 사회적관계망 관계인식 및 인지를 위해 이루어지고 있는 프로그램이었음

[그림 5-3] 가족센터의 사회적관계망 서비스 진행 과정



2) 1인 가구 대상 홍보 프로그램 예시

- 1인 가구 들의 노출 꺼림과 정책 지원 대상 낙인이 잘못 만들어지지 않도록 홍보
 - 동대문구 가족센터 : 1인 가구를 ‘동일이’라는 애칭과 캐릭터 사용
 - 익산시 가족센터 : 1인 가구 사회적관계망 형성 지원 사업 애칭 나 ‘홀로’그램
 - 대전광역시가족센터 : ‘1로 만난사이’ 가족센터 1인 가구 사업 등
 - 청주시 가족센터 : 하나다움 ‘1인 가구의 다양한 어려움을 해소하기 위해 맞춤형 서비스를 지원하며 사회적 단절을 예방하고 건강한 삶을 영위하기 위한 1인 가구 지원 사업’
 - 광양시가족센터 : ‘S.O.L.O 서로’라는 사업 별칭 사용
 - 문경시가족센터 : ‘혼자살롱’ 이라는 별칭을 사용

- 1인 가구들끼리 모여 캐릭터를 그리고 사업명을 만드는 것, 사업명이나 캐릭터를 공모 하는 등, 다양한 방식의 프로그램이나 행사 기획

[그림 5-4] 1인 가구 사회적관계망 형성지원사업 별칭 홍보지 사례

나 '홀로' 그램

(1인가구 사회적관계망 형성 지원사업)




익산시가족센터
 IKSAN FAMILY CENTER

1인가구 사회적관계망 형성 지원사업

"S.O.L.O-서로"

✓ 광양시 거주하는 20세(03년생)이상인 1인 가족은 등록 후 무료로 이용할 수 있는 가족복지서비스
 ✓ 1인가구만? 걱정, 걱정 등으로 인해 가족과 떨어져 혼자 살고 있는 1인 가족

1인가구 등록제
 1인가구 대상제외 및 육구제외를 통한 1인가구 맞춤형 서비스 제공

1인 발전소
 1인가구 자기개발을 위한 교육 및 체험 신청

메타버스 1인가구 센터 개소
 메타버스(가상세계)를 활용한 1인가구-지역사회 교류 프로그램 운영

자.취.행
 자취를 위한 각종 1인가구를 위한 각종 취득 활동 지원

1인 생활지침서
 1인가구를 위한 경제, 법률, 주거에 대한 정보제공 및 연계

광양노동
 광양노동소속 동·주민(지역) 중·고·요리·스포츠 등 다양한 동아리도 활동바탕

ONE 가족 일링
 일가족과의 관계증진을 위한 초·중·고

금쪽같은 상담소
 1인가구를 위한 1인 상담소, 1인 상담소, 1인 상담소를 통한 상담 지원

말씀나눔 in 광양
 이웃과 나누는 신·생활·건강

① 1인가구사업 'S.O.L.O-서로' 이용방법
 증명서류 준비 → 1인가구 등록 신청서 및 증명서류 제출 → 선물 및 서비스 받기
 제출서류 준비 → 구별됨을 통해 신청서 작성 및 서류 제출 → 등록선물(선착순 100명) 받고 서비스 이용하기
 * 구별번호 : <https://forms.gle/VhaZgX52DhLawSN39>
 (오른쪽 상단 QR코드 스캔)

① 1인가구사업 'S.O.L.O-서로' 제출 서류
 주민등록등본 1부 제출(광양시 거주 1인가구 확인용)

① 1인가구사업 'S.O.L.O-서로' 문의 061-797-6896


광양시가족센터
 GWANGYANG-SI FAMILY CENTER


 청주시가족센터

1인 가구 사회적관계망형성지원사업

'하나다움'

● 1인가구사업 '하나다움'이란?
 1인 가구의 다양한 어려움을 해소하기 위해 맞춤형 서비스를 지원하여 사회적 단절을 예방하고 건강한 삶을 영위하기 위한 1인 가구 지원 사업

1 대상 | 청주시에 거주하는 1인 가구

2 1인 가구 맞춤형 서비스 지원
 심리·관계형성 경제·주거·법률 등 어려움을 겪고 있는 1인 가구를 위한 맞춤형 지원 서비스
 1인 가구 맞춤형 지원 서비스 신청 및 진행절차


3 1인 가구 진행 프로그램

심리정서지원 일상생활지원 관계양성지원 역할강화지원	1인 가구를 위한 심리 상담 서비스 제공 자신의 건강관리를 위한 프로그램 참여 1인 가구를 위한 주거 공간 관리 및 상담 교육 등 지원 1인 가구의 특성에 맞는 모임활동 형성하여 활동 제공 1인 가구를 위한 문화 체험 제공 1인 가구(청년·중장년·노년층) 위한 자기개발 역량 강화
---	---


희망의 신청 접수 → **평가 및 상담** → **프로그램 참여**
 희망의 신청 접수 → 평가 및 상담 → 프로그램 참여

문의처 | 1인 가구를 위한 희망의 운영을 통해 프로그램 및 교육 정보 제공
 문의처 : 043-229-1111 | 1인 가구 홈페이지 : www.gangju.go.kr


 청주시가족센터

동일이의 즐거운 1인생활



동대문구가족센터가 함께 합니다!



동일이란?
 동대문구 상용권(거주 또는 근로) 1인가구를 의미하는 별칭입니다.


동대문구가족센터
 DONGDAEMUNGU FAMILY CENTER


동대문구1인가구지원센터
 Dongdaemun 1-person Family Support Center

3) 1인 가구 대규모 모임

- (간담회) 1인 가구에게 필요한 정책 서비스를 묻고 답하며, 관련 기관들과의 연계를 가족센터가 주관하여 대규모 행사로 지원
 - 지자체 공무원
 - 경찰서나 병원 관계자
 - 복지서비스 지원 기관 등
- (강연) 1인 가구 대규모 상담 강연을 통해 가족센터의 기능과 전문성을 알림
 - 마음 치유 프로그램을 통해 가족센터의 상담 기능 홍보
 - '나'를 들여다보는 시간을 갖고 가족센터 프로그램 참여 독려

4) 1인 가구 대상 프로그램

□ 1인 가구 수요 맞춤형 프로그램

- 식생활
 - 소셜 다이닝 : 1인 가구의 건강한 식사 및 힐링을 위한 요리와 베이킹등
집밥, 밑반찬, 김장 만들기, 장보기, 음식 재료 손질
 - 균형 잡힌 식생활을 위한 1인 가구 맞춤 요리교실로 운영됨
 - 요리학원의 부역등이나 전문 강사 활용
- 일상 생활 역량 지원
 - 건강관리, 재무관리, 안전교육 등 독립 생활 준비 관련 프로그램
 - 1인 생활 기술, 가계부 작성, 디지털 리터러시 교육, 호신술, 심폐 소생술, 친환경 청소·세탁, 간단 집수리 수선법 등 해당
 - 생활역량 강화를 위한 관계, 경제, 일상 자립 프로그램
(예시: 혼자서도 잘해요 : 부동산 계약시 주의사항 교육, 퍼스널 컬러 찾기 등)

- 스스로의 보호, 치안, 안전 역량 강화 지원
- 먹거리, 스마트 미디어, 정리 수납, 금융 등 일상 생활에 필요한 교육
- **물품 공유 지원**
 - 생필품, 식료품, 디자인 소품 가전기기 등 구매 후 사용하지 않는 물품 상호 교환
 - 플리마켓 및 친환경 리필스테이션 운영
 - 텃밭 가꾸기
- **힐링 및 여가 지원**
 - 키오스크 데이 : 노인 1인 가구의 키오스크 사용을 돕고, 함께 문화생활 즐기기 등
 - 지역 탐방 : 함께 지역 탐방을 다니며 체험할 수 있도록 정보 제공 및 지원
 - 동일 관심사를 갖는 사람들이 모일 수 있는 프로그램 운영 : 영화, 책읽기, 원예, 향수 만들기, 종이꽃 만들기, 뜨개질, 비누나 양초 만들기, 염색 등
 - 예시) 인생 영화 : 1인 가구들이 모여 영화 관람후 영상영화심리치료와 연계

□ 가족센터 기본사업 적용 프로그램

- **교육 프로그램**
 - 예비부부 교육
 - 중년기 준비 교육
 - 노년기 준비교육
 - 의사소통 교육
 - 대인관계 교육
- **상담 프로그램**
 - 개인상담, 집단 상담
 - 심리 정서적 어려움을 호소하는 1인 가구 대상 초기면담 및 자가 검사, 전문 심리검사를 실시하여 마음 건강 상태를 점검하는 프로그램

- 감정돌봄 프로그램, 감정코칭교육, 원가족 관계 상담, 반려동물 프로그램
- 성격 유형 검사, 포토 테라피, 음악 테라피 등
- 우울감 해소법, 스트레스 관리, 마음 다스리기, 감정코칭 등 고독·고립감 해소 및 감정조절 능력 강화 프로그램 운영
- 긴장 완화를 위한 원예·미술 치료, 연극 심리치료, 감정코칭 프로그램 해당
- 당사자 및 원가족 체계 강화를 위한 집단상담 프로그램

● 문화(여가)프로그램

- 원가족과의 관계 회복이나 증진을 위한 원가족의 의미, 가족 조각 기법, 원가족과의 갈등 해결을 위한 프로그램과 병행한 가족미션 및 여가문화 체험활동 지원
- 건강, 예술, 환경 보호 프로그램 진행
- 악기 연주 교육
- 새해 목표 공유와 달력 만들며 식사하기
- 서점 투어, 숲체험, 강체험 등 등 지역 특화 지역 돌아보기, 여행 등
- 영화관람, 스포츠 관람, 미술, 원예, 영화 등 장르별 취미 교실
- 골프, 운동, 바둑 등

□ 1인 가구 연령대와 성별 맞춤 프로그램

● 청년층 대상 프로그램

- 사회 초년생 및 진입 예정자 독립 생활 준비 교육
- 비대면 운동 챌린지

● 중년층 대상 프로그램

- 중장년 1인 가구 자유 텃밭 가꾸기와 수확 작물로 요리하고 식사하는 정기모임
- 갱년기 관리 교육

- 노년층 대상 프로그램

- 키오스크 활용법, 카톡 문자 보내기 등 정보화 교육 지원
- 고령자 상호간 돌봄 자원 봉사
- 치매 예방 등에 교육
- 성인병 관련 교육
- 웰다잉 교육

- 남성 대상 프로그램

- 밥, 반찬 만들기 활동등 조리와 보관이 편리한 요리 프로그램
- 생활용품(삼푸, 비누 등) 만들기 프로그램

□ 1인 가구 대상별 맞춤 프로그램

- 이혼 1인 가구 대상 프로그램

- 자립준비청년대상 프로그램

- 아동양육시설, 공동생활가정, 가정 위탁 등에서의 보호가 종료되고 홀로서기를 앞둔 1인 가구 자립 준비 청년의 독립역량 강화 및 자존감 회복, 자기효능감 증진 프로그램
- 심리검사를 활용한 기질 파악하기, 나의 강점 찾기, 의사소통 및 대인관계 유형 알기, 주거 계약 관련 부동산 교육, 법률 교육, 기초 집수리, 청소·세탁법 살림 특강 프로그램 등 제공
- 자립생활관 등 유관기관과 연계한 준비청년 자립역량 강화 프로그램

- 고용 위기 및 불안정을 경험한 1인 가구 대상 프로그램 : 자기 이해 증진, 강점 찾기, 자기돌봄, 컬러테라피, 미술치료 등 긍정적 자기 인식과 자기효능감 회복을 지원하여 활발한 사회 참여를 유도하는 프로그램

3. 관계 형성 및 유지 프로그램

- **1인 가구가 가족센터를 신뢰하고 지속적으로 센터 가족서비스에 참여**
 - (상담) 발달과업의 실패 등의 개인상담, 원가족관계 문제 등의 가족상담
 - (교육) 예비 부부 교육, 부모 교육, 중년기 준비 교육, 노년기 준비교육 등
 - (공동체활동) 센터 가족봉사단, 공동육아나눔터 지원, 가족사랑의 날 참여 등
 - (돌봄 서비스) 병원동행서비스 신청 등 연계
 - (사례관리) 고립 문제, 가족위기 수준이 높은 1인 가구의 경우 사례관리 연계

- **1인 가구와 센터 전문서비스 담당자들과의 관계 확대**
 - 개인상담 등을 통해 상담사와 라포 형성 및 상담 서비스 참여
 - 사례관리사와의 문제해결 계획 수립 및 지역 연계 서비스에 참여
 - 1인 가구 서비스외 참여한 프로그램의 교육 담당자, 돌봄 서비스 담당자 등 관련 담당자와의 관계 형성

- **1인 가구 상호간 형성/유지를 위한 프로그램**
 - 전략 1 : 소규모 지속적인 모임이 가능하도록 지원하는 프로그램
 - 전략 2 : 개인의 상황이나 일상을 개방할 수 있는 상담 프로그램
 - 전략 3 : 공통관심사 중심 동아리 모임
 - 동일 관심사나 취미(악기, 그림, 요리, 여행 등)로 모이는 동아리, 자조모임 등
 - 개인의 유사 문제나 활동을 중심으로 모이는 소모임 (사례관리 후속 모임 등)
 - 동아리 리더 활동 참여 및 기존 동아리 구성원의 신규 회원 관리 등을 자체적으로 진행
 - 가족센터는 가족센터가 빠져도 상호 자유롭게 생일파티, 여행, 일상, 고민상담 등을 공유하는 데 필요한 소극적 개입(카톡이나 밴드의 경우 문자예절 등의 모니터링, 회원

모집 등의 지원)

1) 동아리 및 소모임 활동

- 스트레스 완화 및 사회적 관계 형성을 위한 정기 모임 프로그램
- 주제별 모임을 선택하여 마음이 맞는 친구 찾는 자발적 모임을 유도하고 모임 활성화를 위해 관련 전문가와 함께 주제에 대해 지원하는 프로그램
- 모임 활성화를 위해 관련 전문가와 함친구 찾기 프로그램으로 생필품, 식료품, 디자인 소품 가전기기 등 구매 후 사용하지 않는 물품을 상호 교환하는 플리마켓 및 친환경 리필스테이션 운영
- 혼자서는 먹기 어려운 재료 함께 나누기(수박 나눠 먹기, 화채 만들기 등)
- 1인 가구 김장활동 후 고령 1인 가구와 나눔 등 다양한 자조모임과 동아리 지원 가능

2) 상호 품앗이 모임

- 정리 수납등 일손이 필요할 때
- 병원 동행 등 남의 손이 필요할 때
- 식사나 생일 등을 같이 하러 모일 때 등 나의 일상에 산책, 고민나누기 등을 할 때 서로 연락가능한 관계의 모임

3) 카톡방, 텃밭, 냉장고 등을 지속적으로 공유하는 모임

- 카톡방을 통해 하루에 한번이상 대화를 나누며 모임을 지속
- 텃밭을 활용해 텃밭의 심을 작물 계획부터, 추수, 만들어먹기 등으로 모임을 지속
- 가족센터 냉장고등을 통해 음식 재료나 음식을 지속적으로 공유

4. 사회적관계망 프로그램을 위한 파생 활동

- 1인 가구의 관계 형성 및 유지를 위해, 가족센터는 지속적으로 파생 프로그램을 통해 모임의 유지와 확대를 지원
- 사회적관계망 파생 프로그램 중 일부는 지자체의 협조를 얻어 센터가 제작 또는 운영하는 사업을 지자체의 홍보, 대상자 발굴등에 협조를 얻는 경우가 포함됨

1) 정보 제공

- 1인 가구 지원 종합 정보 제공 등을 안내
 - 서울시의 경우는 1인 가구 포털을 자체적으로 운영중이므로, 그 포털내에 가족센터 프로그램과 활동이 안내되도록 연계
 - 부산시의 경우 지자체 홈페이지에 가족센터가 제작한 1인 가구 종합 정보지 제공 중으로, 가족센터는 해당 사이트에 센터 정보를 추가하거나, 포털 정보를 대상자에게 안내함
- 부산시 1인 가구 지원 종합 정보지 내용
 - 1인 가구 대상 프로그램 및 커뮤니티 안내
 - 타 복지시설 1인 가구 지원 서비스 안내
 - 신체, 정신, 건강을 위한 상담실 안내
 - 주거 및 안전 관련 지원 정책 서비스 안내
 - 소득, 돌봄관련 지자체 등의 서비스 안내

2) 1인 가구 소식지 제작

- 1인 가구를 위해 소식지를 만드는 것이 하나의 동아리 모임이나 프로그램으로 운영

- 동네 맛집, 생활 정보 등을 공유
- 요리 프로그램이 끝난 후, 각자의 일상 생활 적용 소식을 공유하며, 1인 가구 프로그램 사후 관리를 통해 프로그램 효과를 높임

3) 리더 양성 교육

- 1인 가구 소모임 운영 리더 지정 또는 양성
 - 모임 리더가 정해지면 자발적 모임 운영에 유용
 - 센터 담당자는 모임 리더를 통해 정보 전달 및 모임 활동 파악

4) 스마트폰 등 눈 교육

- 카카오톡이나 핸드폰을 활용한 프로그램의 사전 교육으로 주로 지자체 프로그램을 연동시켜 함께 운영
- 노인 대상 스마트폰을 활용한 소통과 관계 맺기 프로그램으로 적합

5) 물품 공유 및 리사이클링 공간 연계와 관리

- 1인 가구 이용자들의 소모임 지원을 위해 지자체 공유 공간에 대한 정보 및 센터 공간을 이용해 지원
 - 필요하지만 자주 쓰지 않는 물품 등을 받아 지역 내에서 돌려쓸 수 있도록 지원
 - 광양시센터 : 캠핑 용품 대여
 - 동대문구센터 : 안쓰는 플라스틱 용기 등 재활용 지원
 - 인천중구가족센터 : 센터 한 공간에 공유 냉장고 설치 및 관리

Ⅲ. 프로그램의 적용과 제언

1. 대상자별 특성 고려

1) 1인 가구의 공통 특성 고려

- 1인 가구는 가족서비스에 대한 인지도가 낮음
 - 지역 내 유관기관에서 수행하는 취약계층(요보호계층)을 대상으로 한 1인 가구 지원사업과는 다른 다양한 욕구를 가진 1인 가구원들의 의견을 반영하는데 시간과 노력이 많이 필요함.
 - 지역 내 1인 가구원들의 가족센터 및 보편적 가족서비스에 대한 인지도가 낮아 초기 시범사업 수행 시 어려움이 있음.
 - 반면 1번 참여한 1인 가구원들은 가족센터의 1인 가구 지원 사업에 대한 지속적인 관심과 참여 의사를 적극 표현함.
- 1인 가구는 가족서비스 대상자가 아니라고 인식함
 - 반면에 1인 가구의 경우 본인이 가족센터의 이용 대상이 된다고 생각하지 않는 경우가 많아 대상자 발굴에 어려움이 있으며, 다인 가구 역시 1인 가구가 가족센터의 서비스 대상자라고 생각하지 않는 경우가 많아 이에 대한 인식개선과 전국민 대상 홍보가 필요한 상황임.
- 1인 가구는 안전에 대해 민감도가 높음
 - 1인 가구의 경우 본인이 긴급한 위험에 처했을 때 도와줄 사람이 없다고 느끼기 때문에 안전에 대해 특히 신경을 씀
 - 프로그램 운영시 처음 만난 사람에 대한 경계수준이 높음
 - ‘가족센터’라는 장소에서 만난 사람을 믿고 계속 관계할 수 있다는 기본적인 신뢰가 형성 될 수 있다는 강점이 있음

2) 1인 가구의 인구학적 특성 고려

- 사회적관계망 형성 프로그램 기획에서 1인 가구 인구학적 특성 고려가 필요하며, 1인 가구의 연령, 성별, 생애주기, 공통 관심사를 고려할 경우 사회적관계망 형성시 동질성을 확보하기 쉽고, 체험형 프로그램을 선호함
 - (청년) 경제적 자산이 적고 활동성이 높은 연령대
 - 가족서비스를 통해 지역 내 문화와 취미활동을 함께 할 수 있도록 기획
 - 활동량이 높으므로 함께 할 수 있는 단체 운동, 등에 대한 수요 높음
 - 첫 독립생활기로 요리, 실내장식 등 경험이 적고 역량이 부족한 분야에 대해 바로 생활에 활용할 수 있는 프로그램으로 기획
 - 자기 탐색, 원가족과의 관계 파악 집단상담 적합
 - (중장년) 1인 가구 진입 경로가 가장 다양하고는 일상 힐링, 문화 수요 높은 연령대
 - 중장년층의 경우 원예 활동(텃밭 가꾸기), 악기 배우기, 바둑 등의 활동이 지속적으로 잘 운영되는 프로그램.
 - 부모 부양에 대한 부담감 호소로, ‘나’를 쉬게 하고 힐링하는 프로그램에 적합
 - (노년) 변해가는 사회와 노년기 생활 적응에 관심이 높은 연령대
 - 늘 누군가와 지내다 혼자 지내는 데 따른 안전에 대한 두려움이 있고, 주변에 누군가가 ‘동료’, ‘친구’로 있길 원하므로 소모임 구성이 적합한 연령대
 - 일상의 생일 파티, 안부 나눔 등의 신체적 활동량이 적어도 할 수 있는 프로그램 운영 적합
 - 찾아가는 서비스, 노인복지관을 이용하는 대상자의 연계

□ 소셜 다이닝

- 1인 가구의 경우 혼자 준비하는 음식 준비와 혼자 식사에 따른 불편함 등을 많이 호소하고 있어, 특히 소셜 다이닝은 1인 가구 선호 프로그램.
 - 첫 회기에서 조를 나눌 때 연령, 성별, 또는 가까운 동네 등으로 조를 구성함
 - 각 조별로 이야기를 나눌 수 있는 주제들을 던져주는 것이 필요

- 이때, 월 1회 또는 월 2회 등의 회기 수는 모임 참여자들의 특성과 수요에 따라 정하되, 프로그램 장기화를 위해서는 참여하는 각자의 재료비 일부 부담이나 준비, 그리고 수요 반영 필요.
- 소셜 다이닝은 1인 가구의 생활이 증가하면서, 불규칙해진 식사와 불균형한 식사로 인한 가족구성원들의 건강 악화 예방을 목표로 함
- 기존 결식 아동들에게, 또는 식사를 준비하기 어려운 사람들에게 음식을 지원하는 목표와는 달리, 지역 사회에서 사람들이 서로 만나 식사 할 수 있는 기회 제공에 목표를 둬.

[표 5-2] 소셜 다이닝 프로그램

소셜 다이닝 프로그램	
목표	- 지역내 이웃과 함께 할 수 있는 지역활동 참여 기회의 제공 - 개인의 식생활 유지의 중요성과 식생활 관리 역량 증진
회기	단회기를 음식 주제를 다양화해서 매주 마지막주 수요일 운영
대상	남성 대상 : 남성의 식생활 관리 역량 증진으로 양성평등한 가사분담 1인 가구 대상 : 혼자 식자재를 준비하고 관리할 수 있는 역량 증진 노인 대상 : 사람들과 대화하며 함께 식사할 수 있는 여가 시간 제공

단계	세부목표	활동내용	시간	사전 준비
도입	인사 나누기	모듬별 자기 소개하기(별칭 정하기 등) 프로그램 취지 소개(필요시 모듬 구성) 각자 오늘의 식사 회수와 식사 내용 나누기	10분	발표자 선물
전개	음식 만들기	재료 손질하기 음식 만들기 식사하기 정리하기	80분	요리 실습 재료 & 강사
마무리	소감 나누기	소감나누기 다음회기 음식 주제 추천하기 감사인사 나누기	10분	
주의		재료 손질이 서툴 때 서로 배려하는 소통법 모듬별 이야기 나누게 유도		

- 소셜 다이닝 프로그램 운영을 위해서는 주방 시설 확보가 필요하지만, 없을 경우 야외에서의 바비큐 준비, 또는 김밥이나 비빔밥 등 사전 각자 재료 준비를 하나씩 완성해서 들어와서 함께 만들어 먹는 방법, 샌드위치 등 불 없이 하는 음식 재료와 준비 과정 선택 등 응용 가능
- 이를 위해서는 모둠별 마무리 시간에 각자 만들어 올 수 있는 재료를 뽑게 하고, 뽑은 재료에 대해서 준비과정을 프로그램 이후 서로 다양한 방식으로 공유하고 알려주는 방법 안내.

□ 자원 공유 및 리사이클링

- 1인 가구의 경우 주거 공간이 규모가 크지 않을 경우, 큰 가전이나 자주 사용하지 않는 물품 구입을 주저하게 되고, 이로 인해 오히려 생활의 편의성을 누리기가 어려워 함
- 취업이나 학업을 이유로 이동이 잦아 이동이 쉽도록 주택을 관리하는 경향이 있고 쉐어 하우스도 이용도 증가 추세
- 따라서 가족센터에서는 정리 공간의 부족과 어려움으로 정리 수납 교육 등으로 시작해서 정리나 이사짐을 함께 품앗이 하는 모임 등으로 유도
- 가족 구조가 줄어들면서 특히나 여럿이 힘을 합쳐 물건을 옮기거나 함께 하는 일이 어려워지기 때문에 더욱 외부에서의 자원 공유에 대한 수요가 증가하고, 특히 잉여 자원에 대한 나눔에 적극적
- 환경적인 측면에서도 리사이클링이 촉진되며, 이를 계기로 지역 주민들과 소통하고 만날 수도 있기에 정리와 리사이클링 수요를 프로그램에 반영.

[표 5-3] 캠핑과 캠핑용품 공유 프로그램

함께해요, 캠핑, 함께써요 물품	
목표	- 혼자 보다 여럿이 하기 좋은 활동을 할 수 있는 기회의 제공 - 개개인이 쓰지 않는 캠핑 용품과 캠핑 지식 공유 - 1인 가구의 야외 여가 체험 활동
회기	단회기를 캠핑 장소, 캠핑 음식을 다양화해서 캠핑은 년 4회 운영 캠핑 용품을 기증받고 자원을 빌려갈 수 있는 공간 연중 운영
대상	1인 가구 연령대별 모집 : 청년층, 중년층, 노년층의 캠핑 활동 기획 가족별 모집 : 가족단위 여가 활동 프로그램으로 기획 아빠와 자녀 단위 모집 : 남성 육아 역량 강화 프로그램으로 기획

단계	세부목표	활동내용	시간	사전 준비
도입	인사 나누기	모둠별 자기 소개하기(별칭 정하기 등) 프로그램 취지 소개(필요시 모둠 구성) 안전수칙 알려주기	10분	프로그램 안내지
전개	식사준비	재료 손질하기 음식 만들기 식사하기 정리하기	80분	요리 실습 재료와 강사
	산책하기	보물찾기, 오징어 게임, 윷놀이 등 함께 할 수 있는 놀이장을 찾아 다니며 모둠별 주변 둘러 보기	80분	게임 동선, 게임 도구 물품
마무리	소감 나누기	소감나누기 캠핑용품 기부 및 공유 안내 감사인사 나누기	10분	보관 공간과 신청지
주의		외부활동일 경우 상해보험 가입 내부 활동일 경우 안전 주의		

- 물품 공유 신청 가입 회원의 수요와 가족센터의 물품 보유 공간 규모에 따라 공유 물품의 량과 내용 결정 필요
- 특히 음식물을 나눔할 때는 각별한 냉장고 관리 및 상호 소통이 원활하도록 지원

- 캠핑은 야외에서도 가능하나, 옥상정원이나 학교 운동장등을 활용할 수도 있으며, 지역 주민들이 지역의 풍경을 누리고 느낄 수 있도록 구성

□ 전통 음식 만들며 관계맺기

- 음식은 사람들이 모여 함께 하고, 많은 일상에서 관심있어 하는 소재
- 특히 우리나라에서 김장, 장 담그기는 연중 행사로 과거 가족내에서도 큰 행사로 여겨지던 활동들로 대규모 일회성 행사로 적합

[표 5-4] 김장 담그기 프로그램

김장 담그기 프로그램	
목표	- 지역내 이웃과 함께 할 수 있는 지역활동 참여 기회의 제공 - 우리의 음식 김장 만드는 체험을 통한 한국 문화 알려주기
회기	단회기
대상	남성 대상 : 남성의 식생활 관리 역량 증진으로 양성평등한 가사분담 1인 가구 대상 : 혼자 준비하기 어려운 김장을 함께 하며 이웃과 교류 노인 대상 : 김장을 통해 이웃을 만나 이야기 하고 교류하는 시간 제공

단계	세부목표	활동내용	시간	사전 준비
도입	인사 나누기	모둠별 자기 소개하기(별칭 정하기 등) 프로그램 취지 소개(필요시 모둠 구성)	10분	김치통 절인 배추 주방섭외
전개	김장하기	재료 손질하기 배추 속 만들기 배추 버무리기 돼지고기 삶기 함께 먹고 정리하기	100분	속재료와 도마, 칼등 강사
마무리	소감 나누기	소감나누기 (필요한 가구에게 김장 전달) 감사인사 나누기	10분	
주의		재료 손질이 서둘 때 서로 배려하는 소통법 모둠별 이야기 나누게 유도		

- 다문화가족과 함께 하거나, 다문화 1인 가구, 외국인 근로자에게 한국 음식 문화를 소개하는 소통과 이야기를 유도함
- 배추김치 등 김장 이외에, 파김치, 깍두기, 동치미, 백김치 등 시리즈물로 1인 가구 월1회 정기 프로그램으로 운영하여 소셜 다이닝과 연계도 가능
- 1인 가구 식생활 지원을 통해 지역 활동에 참여하는 기회도 만들고, 전통문화를 계승하고 확산하는 효과도 기대
- 김치를 만들거나 온라인 구매도 어색해하는 노인 1인 가구 가정에 전달할 수 있다면 지역 봉사 활동과 나눔으로도 확장할 수 있는 프로그램
- 김장이외 떡국 끓이기, 만두 만들기, 송편 빚기, 경단 만들기 등으로 적용 가능하나 수시로 참여자들의 수요와 관심 파악 필요

□ 전통 놀이를 통한 관계맺기

- 가족센터에서 가족 단위 놀이 프로그램으로 가장 많이 기획되는 프로그램을 활용하여 1인 가구의 여러 사람들이 어울릴 수 있는 활동 체험 기회 제공
- 여가 활동 매개로 전통 놀이를 활용
 - 윷놀이 : 윷을 만들고, 윷의 규칙을 정하는 것부터 시작해서 윷놀이 규칙을 정하게 하고, 윷놀이라는 남녀노소 함께 할 수 있는 프로그램을 통해 여러 세대의 참여 가능한 프로그램으로 활용
 - 전통 놀이나 바둑 등을 활용해서 계속 리그전 경기를 진행하며 프로그램을 정기적으로 끌고 가 자주 프로그램에 참여할 수 있도록 동기 부여
 - 어렸을 적 놀아본 놀이들을 이야기 나누게 하고 간단하게 딱지치기, 제기 차기 등 간단히 할 수 있는 놀이 도구를 예비로 함께 준비함
 - 추후 성향이 파악되면, 다양한 운동이나 여가 활동 등으로 모임 구성 유도

[표 5-5] 전통 놀이 체험 프로그램

전통 놀이 체험 프로그램	
목표	- 혼자 보다 여럿이 하기 좋은 활동을 할 수 있는 기회의 제공 - 전통 놀이 체험 기회 제공세대간, 가족간 공통 체험 여가 활동
회기	놀이별 단회기 구성, 또는 한회기에 다양한 놀이 구성 기획 가능
대상	1인 가구 모집 : 함께 하는 지역 참여 활동 기회 가족별 모집 : 가족단위 여가 활동 프로그램으로 기획 아빠와 자녀 단위 모집 : 남성 육아 역량 강화 프로그램으로 기획

단계	세부목표	활동내용	시간	사전 준비
도입	인사 나누기	모둠별 자기 소개하기(별칭 정하기 등) 프로그램 취지 소개(필요시 모둠 구성)	10분	놀이 재료
전개	놀이규칙 정하기	놀이 규칙 설명하기 강사가 질문하고 어린이가 맞추기 놀이 도구 만들기	10분	선물
	체험하기	규칙에 따라 함께 놀기 (윷놀이, 공기놀이, 실뜨게 놀이, 딱지 치기, 연날리기, 제기차기 등)	80분	놀이도구
마무리	소감 나누기	소감나누기 함께 할 수 있는 놀이 소개해보기 감사인사 나누기	10분	
주의		가족이 함께 인증 사진 올리기등을 통해 계속 활용하도록 하는 후속 조치 필요 놀이시 지나친 승부경쟁이 되지 않도록 주의		

2. 운영 전략

1) 지자체를 통한 사업 홍보가 효과적

- 서울시 1인 가구 참여자들의 경우 가족센터에 대한 신뢰에 따른 1인 가구 당사자들이 안심하고 참여하고 있다는 답변이 있었으나 동시에 1인 가구 사업에 대해 처음 인지한 참여자의 경우 가족센터라는 개념 자체를 낯설어 함.
- 가족센터의 부족한 인지도 극복을 위해 지자체를 통한 홍보 권장.
- 가족센터의 전국단위 1인 가구 사회적관계망 형성지원 사업 수행에 대한 중앙정부 및 지자체적인 대국민 홍보 권장.

2) 가족센터 자체 홍보

- 가족센터라는 명칭 하에 참여자들은 믿을만한 곳 및 안정감을 느끼고 참여할 수 있음.
- 하지만 전국적으로 여전히 ‘다문화’ 센터의 이미지가 강하게 남아있기에 ‘가족센터’의 명칭과 역할에 대한 홍보가 지속적으로 필요함

3) 운영 시간대

- 1인 가구 이용자들의 경제활동 시간 이외, 저녁 시간, 주말을 이용함
- 다양한 근무 형태의 사람들이 참여할 수 있도록 저녁 7시 시작, 7시 30분, 8시 등 다양한 시간대 운영

4) 프로그램의 회기

- 이용자의 필요와 선호도에 따른 사회적 연결 서비스 제공을 위해 단회기성 프로그램을 계속 참여하도록 안내
- 이용자의 적극성과 요구도에 맞는 일회기성, 단회기(3~4회기)성, 다회기(8회기 이상)성, 자조모임성 프로그램을 다양하게 구성하여 지역 특성에 맞게 운영

5) 자조모임의 운영

- 가족센터는 자조모임의 형성과 유지를 위한 개입을 중심으로 하며, 전체적으로 회원 모집, 운영 방법 등이 자율적임
- 센터는 원활 소통과 갈등 해결을 위한 사전 조치나 사후 중재 역량 필요

6) 프로그램의 통합과 연계

- 가족생애주기별 프로그램 진행 경험 및 저소득부터 일반, 다문화에 이르기까지 다양한 유형의 가족이 이용할 수 있어 타 복지기관에 비하여 세대 통합, 다양한 가족과의 통합 운영
- 1인 가구 서비스 이용자를 생애주기별(청년, 중장년, 노년) 프로그램에 연계
- 특히 고립 위험군 대상자는 사례관리서비스를 연계

3. 매뉴얼 활용을 위한 제언

1) 1인 가구의 고립을 넘어 개인 고립 문제 방지 지원으로 대상 확대

- 사회적관계망 사업은 가족센터의 신규 서비스로 향후 1인 가구 뿐만 아니라 다인가구내 개인에게도 적용할 수 있도록 확대를 제안함
 - 실제 새로운 사회적 위험으로 개인의 고립과 고독에 대한 정책적 지원 방안을 검토할 만큼 고립 문제가 보편적 문제로 등장
 - 고립과 고독은 사후 지원 보다 사전 예방과 방지를 통한 위험 요소 제거가 정책적으로 사회적 비용 절감 효과가 클 것으로 예상됨

2) 사회적관계망 프로그램 성과 지표 개발과 분석

- 실제 적용 이후 단계별 적용을 위한 매뉴얼 고도화와 심화 단계 프로그램에 대한 매뉴얼 고도화를 위해 성과 측정이 필요하며, 관련 성과 지표로는 아래와 같은 내용에 대한 검토를 제안함
 - 가족센터 프로그램 운영 계량 성과
 - 지역참여 활동 기회 제공 회수
 - 신규 사회적관계망 프로그램 참여자수
 - 연 10회 이상 월 1회 이상 정기적 참여자 수
 - 프로그램 참여 이용자 기대 성과
 - 지역사회 적응도 또는 소속감
 - 1인 가구 생활 만족도
 - 1인 가구의 일상생활 유지 기능 향상 정도
 - 이용자의 일주일내 외출 증가 정도
 - 이용자의 사회적관계망 확대 정도

- 가족센터 프로그램 운영 비계량 성과

- 고독/고립감의 감소
 - 사회적지지 증가
 - 1인 가구의 사회 참여 증가량 (1인당 평균 참여 회수, 사전 사후 비교)
 - 사회적관계망 형성지원 서비스 참여 회원수
 - 1인 가구 사회적관계망 형성지원 장기 이용 회원수
 - 고독, 고립 위기 대상으로 발굴된 1인 가구 수
 - 사회적지지체계의 확대(인원수)
- 가족센터 사회적관계망 형성 프로그램은 고립 고독 문제가 있는 사람보다는 문제 예방과 방지 차원에서 사회참여 활동 기회가 적거나 주저하는 사람들에게 프로그램에서는 장기적 관계와 사후관리가 필요한 대상자를 구별해 내서 사후관리로 연계하되, 사후관리에 따른 매뉴얼은 별도로 개발 필요함을 설명함

참고문헌

- 국민통합위원회(2023). 사회적 고립에서 일상으로 최종 보고서.
- 권지성·정선욱·정해식·김성아(2022). 청장년세대가 경험하는 행복의 맥락과 국가의 역할에 대한 질적 연구 : 취업준비생 20대 청년과 일-가정양립 30대 장년의 경험. 사회복지정책과 실천. 8(2). pp. 113-159.
- 김성아(2022). 고립의 사회적 비용과 사회정책에서의 함의. 보건복지포럼 305호.
- 김성아(2022). 국제비교로 보는 한국인의 행복. 보건복지ISSUE&FOCUS, 제419호.
- 김성아(2022). 사회적고립의 심리적 비용:주요국과의 비교, 사회보장연구 38(3) 115-152.
- 김성아(2023). 고립·은둔 청년 현황과 지원 방안. 보건복지포럼 319호.
- 김성아·노현주·김기태·김문길·안수란·신영규·임덕영·정세정·함선유(2022). 고립·은둔 청년 지원사업 모형 개발 연구. 보건복지부. 한국보건사회연구원.
- 김성아·노현주·김문길·곽윤경·임덕영·신영규·송치호(2021). 취약계층 청년 범위 및 지원에 관한 연구: 사회적 고립(은둔) 청년을 중심으로). 한국보건사회연구원.
- 김성아·박민진·김정아(2021). 서울시 1인 가구 외로움·사회적 고립 실태와 대응전략. 서울연구원.
- 김찬호(2023). 한국인의 사회적 고립과 외로움. 기독교사상. 2023년 9월호.
- 김춘남·박승민·박승희·김서인(2018). 사회적 고립의 유형분석 및 지원방안. 경기복지재단.
- 노가빈·이소민·김재희(2021). 청년 은둔형 외톨이의 경험과 발생원인에 대한 분석. 한국사회복지학. 73(2). 57-81.

- 박경숙(2000). 한국 노인의 사회적 관계: 가족과 지역사회와의 연계정도. 한국사회학 제34집. pp.621-647.
- 박성원·김태경·박상훈·박현석·여영준·유희수·이상직·정혜윤·차정미·김유빈·조만석 (2022). 대한민국 미래전망 연구, 국회미래연구원 연구보고서 22-01호.
- 박영란·박경순(2013). 한국노인의 사회적 관계망과 복지: 연구의 동향과 향후 과제. 노인복지연구. 60호.
- 부산광역시 건강가정지원센터(2022). 1인 가구 사회적관계망 형성지원사업 프로그램 요구도 조사.
- 서영석·안수정·김현진·고세인(2020). 한국인의 외로움(loneliness): 개념적 정의와 측정에 관한 고찰, 한국심리학회지:일반 39(2).
- 서울시(2021) 1인 가구 실태 조사.
- 송지선·경정아(2021). 중장년 남성 1인 가구의 사회적 관계망 형성 지원 방안. 서울 50 플러스 재단 이슈페이퍼.
- 송혜림·윤소영·고선강·김은주(2019). 건강가정지원센터 1인 가구 대상 프로그램 모형 개발. 한국가족자원경영학회지. 제23권 2호. pp.1-15.
- 양옥경(1997). 노인 정신건강과 삶의 질. 사회과학연구논총. 1
- 여성가족부(2021). 2020년 가족실태조사 분석 연구.
- 여성가족부(2023). 2023가족사업안내 (I), (II).
- 오영은·이정화(2012). 사회적관계망 크기와 지역사회공동체의식이 단독가구 농촌노인의 고독감에 미치는 영향. 한국지역사회복지학. Vol.43
- 유민상·신동훈·이민정(2021). 청년의 사회적 고립 실태 및 지원 방안 연구. 한국청소년정책연구원.

- 이상인·오미애·김문길·전진아(2021). 2020 고립청년 발굴 및 지원을 위한 미취업 청년 고립실태 분석 연구-서울특별시 청년수당 참여자를 중심으로, 서울시청년활동지원 센터.
- 이재신·이민영(2007). 대인관계 특성이 대인 커뮤니케이션 채널 이용에 미치는 영향에 관한 연구. 한국언론학보. 51권 1호. 427~455.
- 이재신·이민영(2008). 상호관계의 특성과 유지에 관한 연구 : 대인매체 이용을 중심으로. 한국언론학보. 52권 1호 413~516
- 임안나·박영숙(2017). 삶의 만족도 영향요인에 관한 연구: 사회적지지를 중심으로. 한국콘텐츠학회논문지 Vol.17. No.3.
- 임창균·양동우(2014). 노인의 사회적관계망 유형과 주관적 삶의 만족도와의 관계. 벤처창업연구 제9권 제4호 (통권 34호). pp. 120-133.
- 장수지(2008). 노년기 사회적 관계망의 구조적, 기능적 측면과 주관적 삶의 질의 관계. 사회과학연구 제26집 1호. pp.75-100.
- 정영금·정지영·김현·손동기(2022). 가족위기 지원체계구축 전략 연구. 한국건강가정진흥원.
- 조성은(2022), 1인 가구 사회적관계망 형성 지원 방안 연구, 한국건강가정진흥원.
- 통계청(2022). 2022년 혼인·이혼 통계.
- 통계청(2021). 2020 인구주택총조사, 장래가구추계;2020~2050.
- 통계청(2022). 2022통계로 보는 1인 가구.
- 통계청(2023). 2022사망원인통계.
- 한국건강가정진흥원(2023). 2022 가족지원사업 연간결과보고서.
- 한국건강가정진흥원(2023). 2022 다문화가족지원센터 별도지원사업 연간결과보고서.

황경란·노경혜·이나련·박혜선·임예슬(2018). 경기도 1인 가구 삶의 질 연구. 경기복지재단.

황주원·김은미(2013). 블로그를 통한 관계유지행동 :관계의 유형과 유사성 인식을 중심으로. 한국언론학보 제57권 5호. 368~395.

Taylor, S. E.(2011). “Social support: A Review”. In M.S. Friedman(ED.). The Handbook of Health Psychology, New York, NY: Oxford University Press. pp.189-214.

위키디피아 코리아 ko.wikipedia.org

국립국어원 표준국어대사전 2023 stdict.korean.go.kr

부록.

1. 종사자용 질문지
2. 이용자용 질문지
3. 시범운영기관 프로그램 사례

[종사자용 면접질문지]

1인 가구 사회적관계망 프로그램 운영 매뉴얼 개발

ID

안녕하세요.

한국건강가정진흥원에서는 사회적 고립과 외로움 문제 예방과 해결을 위해, '가족센터의 1인 가구 사회적관계망 프로그램 운영 매뉴얼'을 개발하고자 합니다.

본 조사는 가족센터의 사회적관계망 프로그램 운영 매뉴얼에 대한 종사자의견 수렴을 통해 보다 현장 적용도 높은 매뉴얼을 만드는 데 활용하고자 합니다. 현장에서 활용하기 좋은 프로그램 매뉴얼이 개발되도록, 많은 의견 부탁드립니다.

연구책임자 : 한국건강가정진흥원 가족정책연구센터 조성은 연구위원
☎ 02-3479-7631, 이메일 : sechor@kihf.or.kr

본 조사에 응답해 주신 모든 자료는 통계적 목적으로만 사용되며, 응답자의 신상정보와 응답하신 내용은 『통계법』 제33조(비밀의 보호)와 제34조(통계종사자 등의 의무)에 따라 일체 비밀이 보장됨을 알려드립니다.

★ 종사자 응답자 정보 ★

□ 소속	시	구(군) 가족센터
□ 성명		
□ 주민등록번호		
□ 연락처		
□ 이메일		
□ 경력	가족센터 프로그램 기획 경력 ()년	
□ 계좌번호		

[1] 가족센터는 1인 가구의 혼자 생활로 인해 취약해진 가족기능 보완과 고립/고독 문제 예방을 위해 사회적관계망 형성 프로그램을 운영하고 있습니다.

1-1. 1인 가구 서비스 이용자가 주로 요구하는 프로그램은 무엇입니까?

1-2. 1인 가구 프로그램 참여 후 이용자의 만족도가 높은 프로그램은 무엇입니까?

1-3. 1인 가구 프로그램 운영의 어려운 점과 이를 해결하기 위한 방법은 무엇입니까?

1-4. 1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램의 성과는 무엇이며, 성과를 내기 위해 프로그램에 보완되어야 할 것은 무엇입니까? 이를 위해 여가부나 한가월에게 기대하는 역할은 무엇입니까?

[2] 사회적관계망은 아래와 같은 5단계로 구성됩니다. 각 단계는 여러 단계가 동시에 복합적으로 이루어질 수도 있고 각 단계에 따라, 사람에 따라 소요되는 기간도 상이합니다. 가족센터의 프로그램 기획에 어떻게 반영되고 있는지 답하여주십시오.

사회적관계망 형성 단계 (제시용)	
1. 인지 및 인식 단계	프로그램에서 지역에 사는 사람들을 만나 서로를 소개하는 단계의 프로그램
2. 접근기회 제공 단계	프로그램을 통해 인사나누고 말을 걸 수 있는 사람이 2~3명으로 늘어나는 단계
3. 관계형성 및 교류단계	프로그램에서 서로를 오픈하고 동일한 관심사 등을 알게 되는 단계
4. 관계유지 및 발전 단계	프로그램 종료 이후에도 만나며 서로의 관계가 심화되어 가는 단계
5. 지속적인 상호작용, 협력 단계	프로그램을 통해 만들어진 또 다른 모임이 자체적으로 활성화되어 가는 단계

2-1. 사회적관계망 형성 단계를 고려할 때 가족센터가 주력 또는 지원해야 하는 단계의 프로그램은 무엇이라고 생각하십니까?

(예를들어, 각 단계별로 모두 운영, 1, 2단계 합쳐서 운영, 1단계와 5단계만 운영등)

2-2. 귀 센터에서 운영중인 사회적관계망 형성 단계별 적합 프로그램과 성공 전략이 있다면 간략히 소개해 주십시오.

2-3. 사회적관계망 형성 프로그램의 안정적 운영과 성장을 위해 파생되거나 함께 운영이 필요한 프로그램은 무엇입니까?

2-4. 사회적관계망 형성 프로그램을 운영하는데 있어 가족센터가 갖는 장점과 어려움은 무엇입니까?

[3] 가족센터 사회적관계망 형성 프로그램 매뉴얼 개발과 관련해서 기타 의견을 자유롭게 주시기 바랍니다.

응답해 주셔서 감사합니다.

[이용자용 질문지]

1인 가구 지역사회 관계망 지원 프로그램 수요조사

안녕하십니까? 본 조사는 여성가족부가 가족센터를 통해 제공 중인 1인 가구 대상 프로그램 수요를 파악하기 위한 조사입니다. 귀하께서 응답하신 내용은 통계법 제33조(비밀의 보호)에 의거하여 엄격히 보호되며, 프로그램 매뉴얼 개발 자료로 사용될 예정입니다.

2023년 8월

연구책임자: 조성은연구위원(한국건강가정진흥원 sechor@kihf.or.kr, 02-3479-7631)

본 조사는 1인 가구 사회적관계망 지원 사업 운영 가족센터 이용자를 대상으로 실시합니다.

1. 귀하의 생활과 일치하는 칸에 V표 하여 주십시오.
 - 1) 친구나 이웃과 연락하는 빈도는 어느 정도이십니까?

<input type="checkbox"/> ① 1주일에 1회 이상	<input type="checkbox"/> ② 1달에 1~2회
<input type="checkbox"/> ③ 2~3달에 1~2회	<input type="checkbox"/> ④ 1년에 1~2회
 - 2) 혼자 살아 외롭다는 생각이 들 때가 있으십니까?

<input type="checkbox"/> ① 아니다.	<input type="checkbox"/> ② 가끔 그렇다
<input type="checkbox"/> ③ 자주 그렇다	<input type="checkbox"/> ④ 매일 그렇다
 - 3) 사회나 사람들로부터 나혼자 떨어져 있다는 생각이 들 때가 있으십니까?

<input type="checkbox"/> ① 아니다.	<input type="checkbox"/> ② 가끔 그렇다
<input type="checkbox"/> ③ 자주 그렇다	<input type="checkbox"/> ④ 매일 그렇다
 - 4) 집 주변에 알고 지내는 사람이?

<input type="checkbox"/> ① 있다.	<input type="checkbox"/> ② 없다.
--------------------------------	--------------------------------

5) 집 주변에 아는 이웃이 있었으면 하는 때의 해당 칸에 모두 V표를 하여 주십시오

- () ① 혼자 밥 먹기 싫을 때
- () ② 혼자서 하기는 어려운 일이 생겼을 때
- () ③ 이야기 나누기, 산책 등을 누군가와 함께하고 싶을 때
- () ④ 지역의 정보(맛집, 사건 사고 소식등)를 나누고 싶을 때
- () ⑤ 내 재능이나 물건, 음식 등을 나누고 싶을 때
- () ⑥ 급하게 주변 사람의 도움이 필요할 때
- () ⑦ 혼자 사는 것이 지겹거나 지칠 때
- () ⑧ 기타(기입:_____)

6) 주변 이웃들과 교류를 잘 안하는 이유의 해당 칸에 모두 V표를 하여 주십시오

- () ① 집에 혼자 머무는 시간이 별로 없어서
- () ② 나 혼자 해야 할 일이 많아서
- () ③ 주변에 이미 아는 사람이 많아서
- () ④ 주변의 새로운 사람을 사귀는 게 쉽지 않아서
- () ⑤ 주변 사람들과 오해나 갈등이 생기는 게 싫어서
- () ⑥ 주변에 혼자 산다는 걸 알게 하기 싫어서
- () ⑦ 주변 사람들을 편하게 만날 기회가 없어서
- () ⑧ 기타(기입:_____)

7) 응답자의 행동과 일치하는 해당 칸에 모두 V표를 하여 주십시오

- () ① 나는 타인에게 말을 먼저 거는 편이다.
- () ② 나는 사람들과 이야기 나누기를 좋아하는 편이다.
- () ③ 나는 사람들이 먼저 말을 걸어주면 잘 응대하는 편이다.
- () ④ 나는 대화의 흐름에 따라 자연스럽게 대화를 잘 이어가는 편이다.
- () ⑤ 나는 모임이나 사람들과 어울리는 활동을 좋아하는 편이다.
- () ⑥ 내가 좋아하는 일을 누군가에게 가르치는 일을 즐겨워 하는 편이다.
- () ⑦ 나는 처음 보는 사람들과 잘 어울리는 편이다.
- () ⑧ 나는 모임을 만들고 이끄는걸 좋아하는 편이다.

2. 다음은 가족센터 이용과 관련된 질문입니다.

1) 가족센터 프로그램 중 귀하가 필요로 하는 해당 칸에 모두 V표 하여 주십시오.

- () ① 요리/정리관련 프로그램 () ② 여가 활동 지원 프로그램
 () ③ 지역 탐색 프로그램 () ④ 소통 역량 프로그램
 () ⑤ 집단 상담 프로그램 () ⑥ 마음 치유/힐링 프로그램
 () ⑦ 모임구성 지원 프로그램 () ⑧ 멘토-멘티 지원 프로그램
 () ⑨ 공간 지원 프로그램 () ⑩ 봉사활동 프로그램
 () ⑪ 기타 (기입-----)

2) 가족센터 프로그램에 참여하는 이유의 해당 칸에 모두 V표 하여 주십시오.

- () ① 가족센터 프로그램이 좋아서
 () ② 주변 사람들과 안심하고 어울릴 수 있어서
 () ③ 내가 좋아하는 활동을 할 수 있어서
 () ④ 가족센터가 믿을 만한 기관이어서
 () ⑤ 가족센터를 통해 내가 지역 활동에 참여할 수 있어서
 () ⑥ 가족센터에 내가 이용할 수 있는 서비스가 있어서
 () ⑦ 혼자 하는 것이 지겨워서
 () ⑧ 기타 (기입-----)

3) 귀하가 가족센터에서 제공되길 기대하는 해당 칸에 모두 V표를 하여 주십시오

- () ① 주변 사람들이 자주 모일 기회의 제공
 () ② 휴일이나 명절에 함께 모일 기회의 제공
 () ③ 같은 시간에 모이는 상시 프로그램의 운영
 () ④ 만들어진 모임이 지속될 수 있도록 지원
 () ⑤ 다양한 사람을 만날 수 있는 기회의 제공
 () ⑥ 사람들이 자주 모일 수 있는 공간의 제공
 () ⑦ 유용한 정보의 제공
 () ⑧ 기타 (기입-----)

4) 프로그램 참여 후 귀하의 생각과 일치하는 해당 칸에 모두 V표 하여 주십시오.

- () ① 서로 동네 주민임을 알아보는 정도의 사람이 늘어났다.
- () ② 만나면 서로 담소를 나눌 사람이 늘어났다.
- () ③ 좋아하는 활동을 함께 하자고 연락 할 사람이 늘어났다.
- () ④ 주변에 서로 안부를 주고 받는 사람이 늘어났다.
- () ⑤ 힘들 때 고민을 나눌 수 있는 사람이 늘어났다.
- () ⑥ 어려울 때 믿고 의지할 사람이 늘어났다.
- () ⑦ 혼자 있는 시간이 줄어들었다.
- () ⑧ 지역활동에 참여할 기회가 늘어났다.

3. 귀하의 정보를 해당칸에 기입하여 주십시오.

1) 귀하의 연령은? 만()세

2) 귀하의 성별은? ()① 남자, ()②여자

3) 귀하가 거주하시는 곳은 어디입니까? ()도/시

4) 귀하의 가족이 거주하시는 지역은 어디입니까? ()도/시

5) 가족들과 연락은?

- () ① 자주 하는 편이다.
- () ② 필요할 때만 하는편이다
- () ③ 없거나 연락하지 않는다

응답해 주셔서 감사합니다.

1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램 운영 사례

-2023년 시범운영기관 수행 프로그램 소개-

1. 1인 가구 등록제 [대구 북구가족센터]
2. 정기 프로그램 운영 ‘행복한밥상’ [서울 동대문구가족센터]
3. 마음콘서트 [전남 광양시가족센터]
4. 원가족 관계 증진 프로그램 ‘원(1)가족 행복’ [경기 안성시가족센터]
5. 자립준비청년 자립역량강화 프로그램 [서울 용산구가족센터]
6. 후기청소년 : 우리들의 힙라이프 [경남 양산시가족센터]
7. 세대별 매체 집단상담 [경남 양산시가족센터]
8. 자원공유 ‘동일이네 리필스테이션’ [서울 동대문구가족센터]
9. 노인모임 카톡방운영과 생일축하 모임 [인천 중구가족센터]
10. 1인 가구 공유냉장고 [인천 중구가족센터]
11. 중장년 1인 가구 도시농부 [서울 용산구가족센터]
12. 중장년 남성 1인 가구 프로그램(화요일.사오십대.해방일지)
[부산시건강가정지원센터]
13. 1인 가구사업 브랜드화 ‘동대문구일인가구이’ [서울 동대문구가족센터]
14. 종합정보지(모여봐요 부산시 1인 가구) [부산시건강가정지원센터]
15. 알쓸신잡 In 광양 [전남 광양시가족센터]
16. 1인 가구 원가족 집단상담 ‘원(1)가족 회복’ [경기도 안성시가족센터]
17. 1인 가구 의견수렴 ‘구청장과 함께하는 1인 가구 간담회’
[서울 동대문구가족센터]

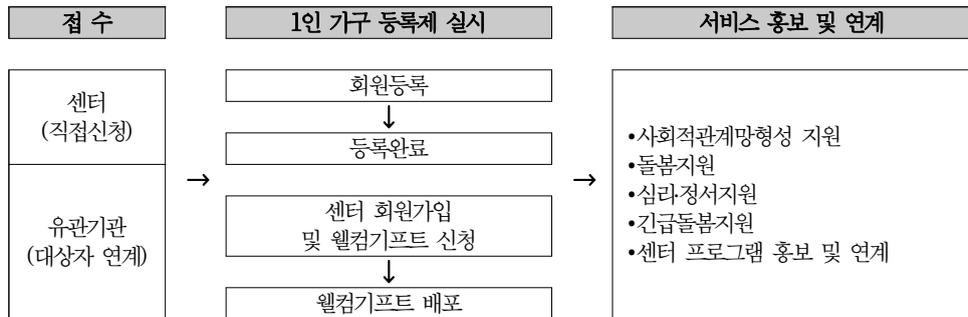
[관계 인식/인지 단계 프로그램]
1. 1인 가구 등록제 [대구 북구 가족센터]

프 로 그 램 목 표	1. 지역 내 1인 가구 회원 확보 2. 가족센터 1인 가구 사회적관계망 형성지원 사업 홍보 3. 지역 내 1인 가구원의 센터 소속감 향상 4. 지역 내 1인 가구원의 생활행태 파악 및 맞춤형 서비스 제공
------------------------	---

대 상	운영 방법	사전 준비사항
지역 내 1인 가구(청년층, 중·장년층, 노년층)	온라인 홍보, 오프라인 홍보	1인 가구원의 생활행태 및 프로그램 요구도 조사지 개인정보 수집 및 관리 동의서 이벤트 선물

<프로그램 내용>

1) 수행체계



2) 대상 : 사회적관계망 형성 욕구가 있는 지역 내 1인 가구(청년·중장년·노년)

3) 등록 및 방법

- 온라인 및 오프라인 등록

- 1인 가구 등록 시 욕구조사지를 통한 생활행태 및 프로그램 요구도 조사
- (내용) ① 1인 가구원의 의·식·주 및 경제, 주거, 가족관계, 사회적관계망 등 전반적인 생활행태에 대한 주관적 평가 + ② 주관적 평가에 대한 1인 가구원이 느끼는 어려움 정도 평가 + ③ 1인 가구 프로그램에 대한 요구도 조사
- (활용) ①이 취약하고 ②가 높고, ③이 높은 1인 가구 등록자를 중심으로 1인 가구 프로그램을 집중 홍보하고 적극 참여 권유 및 안내

4) 1인 가구 등록제 활용

- 1인 가구 등록제 등록자(대상자) 별 맞춤형 프로그램 안내

- (예시) 등록자 별 ①, ②에서 조사된 영역 별 주관적 평가, 어려움 정도 평가를 분석하여 타켓형 프로그램 홍보 및 안내 등

- 가족센터 1인 가구 사회적관계망 형성지원 사업 카카오톡채널을 통한 사업 홍보
 - 1인 가구 등록자를 카카오톡채널에 가입시켜 매 월 1인 가구 맞춤형 지원 정보, 생활팁 등 유용한 정보 안내
 - 매 월 1인 가구원들의 인터뷰 내용을 담은 소식지 제공하여 생활의 고충, 가족센터 1인 가구 프로그램 참여 후기 등을 공유하여 공감대 형성
- 1인 가구 등록제 등록자 대상 ‘웰컴 기프트’ 제공
 - 최초 1회 신규 1인 가구 등록제 등록자 대상 ‘웰컴 기프트’를 제공, 쉽게 버리지 않고 가정 내 비치하여 사용할 수 있는 ‘굿즈’(수건, 손세정제, 발매트 등)를 제공하여 1인 가구지원사업 지속 홍보

<프로그램의 성과 또는 의미>

- ‘1인 가구 등록제’를 통한 지역 내 1인 가구원들의 생활행태 및 어려움 등에 대한 주관적 평가 조사 결과 분석을 통한 개인별 맞춤형 프로그램을 제공하고, 축적된 데이터를 종합적으로 분석하여 지역 내 1인 가구원들의 공통된 요구도를 파악할 수 있었음
- ‘1인 가구 등록제’를 통한 가족센터와의 첫 만남이 지속될 수 있는 사후 프로그램들을 적극 안내 & 홍보하여 지속적인 프로그램 참여를 유도할 수 있음 (*1인 가구 등록제 등록 인원 중 최소 프로그램 1회 참여 비율은 약 64%임)

프로그램 사후활동	1. 1인 가구 등록제 등록자(대상자) 별 맞춤형 프로그램 안내 <ul style="list-style-type: none"> · (예시) 등록자 별 ①, ②에서 조사된 영역 별 주관적 평가, 어려움 정도 평가를 분석하여 타겟형 프로그램 홍보 및 안내(카카오톡채널 활용) · 1인 가구 등록자를 카카오톡채널에 가입시켜 매 월 1인 가구 맞춤형 지원 정보, 생활팁 등 유용한 정보 안내 · 매 월 1인 가구원들의 인터뷰 내용을 담은 소식지 제공하여 생활의 고충, 가족센터 1인 가구 프로그램 참여 후기 등을 공유하여 공감대 형성 2. 1인 가구 등록제 등록자 대상 ‘웰컴 기프트’ 제공 <ul style="list-style-type: none"> · 최초 1회 신규 1인 가구 등록제 등록자 대상 ‘웰컴 기프트’를 제공, 쉽게 버리지 않고 가정 내 비치하여 사용할 수 있는 ‘굿즈’(수건, 손세정제, 발매트 등)를 제공하여 1인 가구지원사업 지속 홍보
유의사항	이용자가 단순 ‘1인 가구 등록제’ 등록에 그치지 않도록 전담인력과 의 라포 형성 및 관계망을 형성 통해 1인 가구 프로그램에 최소 1회 이상 참여할 수 있도록 노력 필요

Tip ‘1인 가구 등록제’ 에 대한 의미를 적극 홍보&안내가 필요함, 반복적이고 지속적인 등록 대상 별 맞춤 프로그램 안내 및 관련 정보 제공이 필수!

[관계 인식/인지 단계 프로그램]

2. 정기 프로그램 운영 '행복한밥상' [서울 동대문구가족센터]

프 로 그 램 목 표	1. 쉽게 따라 할 수 있는 간단요리 교육을 통해 1인 가구의 건강한 식생활 및 식습관 형성 기여 2. 지역 내 전통시장을 활용한 그룹별 활동과 소셜다이닝 활동을 통해 1인 가구의 고립감을 해소하고 사회적 관계 형성 지원
------------------------	--

대 상	운영 방법	사전 준비사항
동대문구 생활권 1인	오프라인 운영	공유주방 장소 섭외 출석부, 이름표, 현수막, 마이크, 건강 레시피북, 전통시장 지도, 개인정보 수집 및 관리 동의서 등

<프로그램 내용>

- 전통시장 장보기 및 지역명소 탐방
: 전통시장에서 신선한 재료 고르는 꿀팁
: 우리동네 명소 방문하기
- 맛있고 간단한 1인요리 레시피 배우기
: 안전·위생 교육(칼·불 사용법, 생선/고기 손질법 등)
: 요리재료 손질 및 그룹별 소분, 조리 순서별 요리실습
: 내몸이 건강해 지는 약선요리만들기
- 1인 가구 소셜다이닝
: 그룹이 만든 음식 함께 맛보며 식사하기
: 1인 가구의 건강관리 꿀팁 및 취미생활 공유, 일상이야기 나누기

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 혼자 식사하는것에 익숙한 1인 가구들이 직접 만든 음식을 함께 맛보고, 식사하도록 하는 '소셜다이닝' 활동을 진행하여 자연스럽게 1인 가구 간 소통 시간을 확보하고, 사회적관계망 형성을 위한 기반을 마련함
- 불규칙한 식습관과 식생활 관련 어려움을 겪는 1인 가구를 대상으로 건강한 식생활과 식재료에 대한 먹거리 정보를 제공하여 기초 중심의 요리교육 제공
- 조리도구 사용법, 재료를 고르고 손질하는 방법 등 요리활동에 대한 기타 노하우를 배울 수 있는 교육을 제공하여 1인 가구의 일상생활 능력을 향상 시킴

<p>프로그램 사후활동</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 요리활동 후 완성된 요리를 조별로 맛보고 함께 식사하도록 하여 1인 가구 간 ‘소셜다이닝’ 자리 마련 2. 한달동안 매주 정기적으로 프로그램을 운영하고, 매회기 동일한 참가자들을 그룹을 매칭하여 라포를 형성하도록 도움
<p>유의사항</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 안전사고 위험에 대한 지속적인 안내와 칼이나 불 사용시 테이블 별 안전요원을 별도로 배치하고 구급함 등 안전물품 별도 구비 - 전통시장 혹은 지역명소 탐방 시 사전에 경로를 미리 안내하고, 별도의 지도 제작, 비상 연락처 공유 필요

Tip. 참가자 정보를 사전 조사하여 ‘연령대나 주요 관심사가 유사한 참여자’ 를 매칭하고, 소셜다이닝 활동을 통해 자연스럽게 ‘소통자리를 마련하는 것’ 이 핵심 성공전략!

[관계 인식/인지 단계 프로그램]

3. 마음콘서트 [전남 광양시가족센터]

프로그램 목 표	1. 1인 가구 회원 발굴 및 서비스 홍보 2. 예술치료를 통한 일상에서의 씬
---------------------	--

대 상	운영 방법	사전 준비사항
20세 이상 1인 가구	공연장 콘서트 형태	1인 가구 상담 요구도 조사지 이벤트 선물 포스트 잇

<프로그램 내용>

- 센터 '가족공연장'에서 미술치료 전문 강사 심리상담콘서트를 진행.
- 심리적 위로와 회복을 위해, 숨쉬고, 알아차리고, 명상하는 주체적 활동을 통해 자신의 삶을 공감하며 자기돌봄과 예술치유를 경험하는 심리상담콘서트 기획.
- 가족상담사업과 협업하여 프로그램의 질과 1인 가구의 상담의 접근성을 높임
- 포스트잇을 활용하여 오늘의 나의 감정알아차리기, 아로마오일 테라피 등 사전 프로그램을 준비하여 프로그램의 기대감을 높이고, 참여자들이 자유롭게 센터를 라운딩 할 수 있는 시간이 확보되어 1인 가구 프로그램 홍보를 동시에 진행.
- 프로그램 진행 시 오픈채팅방을 통해 자신의 다짐을 올리는 등 자유롭게 소통하는 장을 만들.
- 미술치료를 통해 자신의 삶을 돌아보고 명상을 통해 일상 속 씬을 제공함.

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 광양 전체 시민 대상으로 1인 가구 프로그램을 홍보할 수 있었으며 신규 1인 가구 발굴의 기회가 되었음.

프로그램 사후활동	1. 프로그램 참여 시 1인 가구 등록제 등록을 필수화하여 정보 수집 후 지속적인 프로그램 홍보 문자 발송 2. 프로그램 후 만족도 조사를 통해 추후 프로그램에 반영
유의사항	-요구도 조사를 필수 진행 후 프로그램 신청 안내 -요구도 조사 시 가족 유형 문항을 넣어 신규 1인 가구 발굴 및 1인 가구 대상자들의 상담 요구도 파악 -신규로 파악된 1인 가구 대상자들에게는 1인 가구 등록제 신청 유도과 1인 가구 프로그램 홍보 진행.

Tip. 사전 상담 요구도 조사를 실시하여 1인 가구 및 광양시민의 상담에 대한 인식 및 요구도 파악.(참여자 선착순 이벤트 선물 증정). 등록회원에게 대상별 맞춤 프로그램 안내 및 유용한 지역/서비스 '수신 동의' 를 반드시 받아야 하며 및 '정기적' 발송이 중요

[관계 인식/인지 단계 프로그램]
4. 원가족 관계 증진 프로그램 ‘원(1)가족 행복’
[경기도 안성시가족센터]

프로그램 목 표	1. 1인 가구 회원 확보 및 가족센터 서비스 홍보 2. 1인 가구 원가족 관계 증진
---------------------	--

대 상	운영 방법	사전 준비사항
안성시 거주 1인 가구	대면	개인정보 수집 및 관리 동의서, 사전·사후 검사지 프로그램 일지

<프로그램 내용>

- 1인 가구의 자기돌봄능력 강화와 원가족 관계 증진을 위한 프로그램 진행.
- 자주 볼 수 없는 원가족과 1인 가구를 위한 프로그램을 진행
- 참여자들에게 프로그램 일지를 나눠주고 프로그램 진행 후 일지를 작성하게 함.

회기	내용
4월	가족 의사소통 교육 1 (MBTI, DISC 검사 등)
5월	가족 협동 활동 1 (베이킹 체험)
6월	가족 협동 활동 2 (가족 규칙 만들기)
7월	가족 의사소통 교육 2 (가족 티셔츠 만들기)
8월	가족 협동 활동 3 (가족 나들이 - 안성 1)
9월	가족 협동 활동 4 (가족 나들이 - 안성 2)
10월	가족 협동 활동 5 (가족 사진 촬영)
11월	가족 협동 활동 6 (우리집 미리 크리스마스 트리 만들기)

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 매일 하루를 정해 원가족과 함께 하는 날을 지정하여 프로그램을 진행하여 가족 친화적 분위기를 형성하고 원가족과의 관계 증진을 도모함

프로그램 사후활동	1. 프로그램 종료 후 사후 검사를 통해 관계 회복을 위한 추가적인 상담 또는 프로그램을 필요로 하는 가족들을 대상으로 가족 집단상담 또는 프로그램을 권유.
유의사항	- 프로그램은 한 달에 한 번이기 때문에 참여자들이 소홀하여 프로그램에서 탈락하지 않도록 유의해야 함. - 원가족과 갈등회복을 원하는 대상자 집단 프로그램으로 추천

Tip. 1인 가구 참가자에게 원가족과 함께 참여함으로써, 프로그램 신청을 독려하고 센터에 대한 신뢰감을 갖게 하여, 집단 상담 1인 가구 참여자들을 후속으로 관계형성 소모임 구성으로 연결하기 용이함

[관계 인식/인지 단계 프로그램]**5. 자립준비청년 자립역량강화 프로그램 [서울 용산구가족센터]**

프로그램 목 표	1. 청년 1인 가구의 삶에 미치는 다양한 변화에 대하여 주도적으로 대응할 수 있도록 자립역량을 강화하고 건강한 자립을 도모. 2. 자립준비청년이 일상기술교육과 진로, 취업교육을 통해 자립역량을 강화.
---------------------	---

대 상	운영 방법	사전 준비사항
자립준비청년	유관기관과 연계하여 프로그램 진행	연계기관 협약서 요구도 조사 개인정보 수집 및 관리 동의서

<프로그램 내용>

자립준비청년이 일상기술교육과 진로, 취업교육을 통해 자립 역량을 강화함.

1) 진로, 취업 프로그램

- 진로체험 프로그램, 퍼스널컬러 진단을 통한 내 색깔 찾기, 자기소개서 쓰는법 특강

2) 일상생활 기술 향상 교육

- 인권교육, 요리교육, 정리수납교육, 재무교육, 성교육

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 자립준비를 위한 다양한 자립역량강화 프로그램 진행하여 자립준비청년들의 실제생활에 도움이 됨.

ex1) 자기소개서 쓰는법 특강을 통해 참여자들은 '자기소개서 작성에 대해 도움을 받았다', '내 미래를 위해 배우는 것 같아서 좋았다', '취업 준비에 도움이 되었다', '면접준비에 도움이 되었다' 의견을 주었음. 이를 통해 자립준비청년들의 진로활동에 도움이 됨.

ex2) 또한 제과제빵 및 조향사 직업체험 프로그램을 통해 이론교육과 실습(파티셰·조향사)을 체험함으로써 자립준비청년들에게 다양한 진로 체험활동을 제공함.

ex3) 퍼스널 컬러를 통해 참여자들은 자신에게 맞는 색을 찾을 수 있었고, 코디법(면접의상 등) 및 화장법을 알게되어 '면접을 잘 볼 수 있을 것 같다'와 같은 반응을 보임. 이를 통해 자립준비청년들이 자신감이 상승하고 면접·취업 및 대외적인 모임 활동에 대해 도움이 됨.

- 자립준비청년들이 현재 시설 퇴소 후에도 가족센터에 대해 잘 알고, 1인 가구 프로그램을 스스로 참여하여 지속적으로 이용할 수 있음.

<p>프로그램 사후활동</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 퇴소한 자립준비청년들을 대상으로 사례관리 개입을 논의. - 자립역량강화 프로그램 외 가족센터 프로그램 홍보 및 권유.
<p>유의사항</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 자립준비청년은 자신이 생활관 이용자라는 사실을 밝히기 싫어하여 개인정보에 대해 민감한 태도를 보임. 프로그램 증빙사진을 찍을 때 얼굴이 안보이도록 뒷모습을 찍거나 얼굴이 나온 사진을 촬영할 경우 모자이크 처리한다는 내용을 사전에 설명할 필요가 있음(단, 각 생활관마다 차이는 있음). - 자립준비청년을 모집하거나 홍보할 때 생활관과 협약을 하거나 프로그램 진행을 위한 기반 마련이 사전에 필요함. - 스마트메세지 등 자립준비청년들에게 개인 홍보가 어려움.

Tip. 생활관과 연간 프로그램을 계획하여 진행할 경우, 참여자들과 라포가 형성되면 가족센터 프로그램 참여율에 긍정적인 영향을 줄 것 같음.

18세~24세(생활관 이용 연령대)의 요구도를 파악하여 프로그램에 적용. ex) 퍼스널 컬러 프로그램 참여율 및 만족도가 높았음.

[관계 형성/유지 단계 프로그램]

6. 후기청소년 : 우리들의 히라이프 [경남 양산시가족센터]

프로그램 목 표	1. 대상자의 사회적 관계망 확대 2. 1인 가구의 생활을 다양하게 경험
---------------------	---

대 상	운영 방법	사전 준비사항
예비 및 현재 후기 청소년 (자립준비청 년 등)	온오프라인 홍보 관내 아동보육과 및 보육원 등 유관기관 연계	1인 가구 요구도 조사 센터 커뮤니티 신청서 등록선물 개인정보 수집 및 이용 동의서

<프로그램 내용>

- 자기이해 프로그램 : 성격 심리검사, 타로 및 스트레스 집단 상담
- 일상생활 기술 습득 프로그램 : 경제 교육, 성교육, 요리 교육(하루 1개 밑반찬),
취미개발
- 관계 확장 프로그램 : 악기(칼림바) 자조모임

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 대상자의 자아정체감 확립에 도움을 주었음(프로그램 사전/사후 증가)
- 취약 가정(자립준비청년)에서 건강한 1인 가구로서 성장을 인식하게 됨
- 1인 가구 생활을 준비 또는 시작하는 후기 청소년에게 생활 유지에 필요한 기술과 정보를 제공하여 안정적인 삶을 형성하도록 지원함
- 학업 및 사회 진입에 대한 고민을 함께 나누며 참여자 및 가족센터를 지지체계로 활용하며 소속감을 가지게 됨

프로그램 사후활동	다양한 관계형성 및 확장을 위한 타 프로그램 정보 제공 및 참여 독려 필요 욕구에 따른 프로그램 및 상담 연계 매년 정기적인 장회기 프로그램 기획을 통한 소속감 제공
유의사항	- 대상자의 개별 특성을 최대한 반영하기 위한 실무자와 대상자의 프로 그램 중간 평가 실시 및 점검하기(욕구 및 일정 변화가 많음) - 심리적으로 불안정한 대상자에 대한 세심한 관찰 및 정서적 지원 필요 - 대상자의 생활 및 지지체계에 대한 정보 수집을 통해 위기상황(가출, 우울, 자살충동 등)을 신속하게 대처하기

Tip. 관내 시청 아동보육과, 여성청소년지원과, 보육원 및 청소년상담복지센터 등을 적극 활용하여 해당 사업을 홍보하고 대상자를 발굴하는 것이 필요함

[관계 형성/유지 단계 프로그램]
7. 세대별 매체 집단상담 [경남 양산시가족센터]

프로그램	1. 세대별 관계를 형성한다
목표	2. 자기 이해를 통한 심리적 안정감을 높인다

대상	운영 방법	사전 준비사항
세대별 1인 가구(2030/4050/60대 이상)	온오프라인 홍보 지역 유관기관 종사자 대상 홍보	1인 가구 요구도 조사 센터 커뮤니티 신청서 개인정보 수집 및 이용 동의서 활용 매체 관련 집단지도자 섭외

<프로그램 내용>

- 2030 대상 매체 집단 상담(4회기 이상)
 - : 독서 치료를 통한 자신의 자아상 표현하기
 - : 타로 상담을 통한 삶의 방향성 설정하기
 - : 소셜 다이닝을 통한 관계 확장하기
- 4050 대상 매체 집단 상담(4회기 이상)
 - : 이야기 치료를 통한 삶을 재조명하기
 - : 미술 치료를 통한 자신의 삶 점검하기
 - : 소셜 다이닝을 통한 관계 확장하기
- 60대 이상 대상 매체 집단상담(4회기 이상)
 - : 미술 치료를 통한 과거를 회상하고 긍정적인 자아상 만들기
 - : 음악 치료를 통한 현재 삶을 수용하고 자신을 사랑하기

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 2030 청년층의 경우, 1인 가구의 삶을 적응하는 단계에서 삶에 대한 주체적인 태도를 가질 수 있게 되었음
- 서로를 알아가는 과정을 통해 일상을 함께 돌보게 되면서 하나의 돌봄체계를 형성하게 됨(프로그램 불참 시, 전화 및 방문 등)
- 가족센터를 통해 지역 내 고립감이 낮아지면서 지역 사회의 구성원으로서의 소속감이 높아지게 됨
- 믿을 수 있는 기관(가족센터)을 통해 알게 된 타인에 대한 신뢰감이 생김으로서 사적인 관계 확장이 안정적으로 시작될 수 있었음(프로그램 종료 후 참여자간 정기 모임 형성, 동아리 신청 등)

<p>프로그램 사후활동</p>	<p>세대별 네트워크 촉진을 위해 프로그램 후반부에 소셜다이닝 활동을 진행, 편안한 분위기에서 폭넓은 주제로 관심사 및 공통사를 찾아가면서 안전한 공간에서 관계 확장을 경험할 수 있도록 촉진함 확장된 관계를 활용하여 참여할 수 있는 프로그램(동아리, 자조모임 등)을 실시하여 관계를 유지할 수 있도록 함</p>
<p>유의사항</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 집단사안[□]에 대한 심리적 부담감이 높을 수 있으므로 매체를 활용하여 체험 활동을 병행 할 수 있도록 하며, 소그룹(6~8명)을 통한 안정적인 운영이 도움이 많이 되었음 - 세대별 특성에 따라 활용 매체를 잘 선정하는 것이 목적 달성에 효과적임 - 60대 이상 대상으로 프로그램을 진행할 경우, 대상자의 생활권 내로 찾아가는 프로그램 진행을 통해 대상자 모집과 발굴이 용이하며 참여율 또한 높일 수 있음. 이에 주변 유관기관과의 연계를 통한 협력 사업을 추천함 - 4050 중년층은 굳어진 삶의 태도와 자신의 삶에 대한 신념으로 다소 이야기가 길어져 집단원과의 갈등 발생하거나 자기 표현의 많은 비중을 차지할 수 있음. 이에 집단 지도자와의 사전 준비 및 역량이 필요하며 참여자 간 동일한 시간 배분이 이루어져야 함 - 대상자 발굴 및 선정함에 있어 심리적 어려움이 큰 대상자는 집단상담 참여자로 부적합할 수 있음. 이에 개인상담 또는 정신건강복지센터 연계로 개입을 유도하는 것이 필요함

Tip. 1인 가구 요구도 조사에서 심리지원에 대한 욕구가 있거나 프로그램에서 적극적인 태도를 보이는 대상자를 중심으로 개별 연락 또는 홍보하는 것이 대상자 모집에 효과가 있음. 집단상담 초기에 집단지도자 및 참여자 간 라포형성, 편안한 분위기 조성이 지속적인 프로그램 참여를 결정함

[관계 형성/유지 단계 프로그램]

8. 자원공유 '동일이네 리필스테이션' [서울 동대문구가족센터]

프로그램 목 표	1. 자원 나눔, 상시교류를 위한 공간을 마련하여 센터 방문 및 프로그램 홍보·연계 증진 2. 다회용기 사용 독려를 통한 친환경 활동 실천 기회 및 자원 선순환 경험 제공
---------------------	--

대 상	운영 방법	사전 준비사항
동대문구 생활권 1인 가구	센터 로비에 리필스테이션 설치 및 상시운영	리필스테이션 설치, 사용안내 현수막, 후원 제안서 작성, 홍보지, 이용자명단, 개인정보 수집 및 관리 동의서 등

<프로그램 내용>

- 다회용기 지참시 생필품 3종 중 택1 리필 : 구매하고 사용하지 않는 물품(물품가액 5,000원 이상)과 다회용기를 지참하여 센터를 방문하면, 1인 가구에 꼭 필요한 생필품으로 교환가능한 리필 스테이션 운영
- 친환경 활동 및 상시교류를 위한 공간 제공 : 로비공간을 활용하여 리필스테이션을 설치하고, 1인 가구들이 직접 방문할 수 있도록 하여, 센터에 대한 긍정적인 이미지를 제고하고 참여자들이 오가며 담당자 및 다른 참여자들과 사회적 관계망을 형성할 수 있도록 유도함
- 복지 사각지대 1인 가구 발굴: 센터로 직접 찾아오는 센터 공간이용을 기반으로 프로그램을 진행하여 고립 및 단절 위험이 높은 1인 가구, 복지 사각지대 1인 가구를 발굴하여 센터 내 타 프로그램 연계 매개체 역할을 수행함

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 1인 가구간 자원나눔을 기반으로 한 교류 증진 및 친환경 생활문화 형성과 생활양식 정착을 통한 1인 가구의 건강성 증진하고, 센터의 긍정적인 이미지를 제고함
- 일상생활에서 꼭 필요한 3종 생필품으로 리필스테이션을 운영하여 1인 가구의 일회용품사용을 줄이고, 환경오염 예방을 위한 자원 선순환 경험을 제공함
- 일상용품이나, 식료품 구매가 어려운 복지 사각지대 1인 가구를 발굴하여, 타 프로그램 및 자원 연계를 위한 매개 프로그램으로의 역할 수행

프로그램 사후활동	1. 첫 방문시 홈페이지 회원가입을 독려하고, 카카오톡 채널 추가 시 리필 스테이션에서 활용할 수 있는 다회용기 교환권을 제공하여 지속적인 이용 독려 2. 반기별 1회 1인 가구 나눔 플리마켓인 빵(0)원마켓을 운영하여 구매하고 사용하지 않는 물건을 서로 물물교환 할 수 있도록하는 교류의 장 마련
유의사항	- 다회용기 지참시 이용할 수 있는 리필스테이션 물품 용량을 사전에 지정하여 사용 물품의 과소비 예방

[관계 형성/유지 단계 프로그램]

9. 노인모임 카톡방운영과 생일축하 모임 [인천 중구가족센터]

프로그램 목 표	1. 사회공동체 활성화로 사회적 고립감 극복 및 심리 안정감 확보 2. 65세이상 자기 돌봄 역량 강화로 삶의 질 향상
---------------------	---

대 상	운영 방법	사전 준비사항
안성시 거주 1인 가구	대면	개인정보 수집 및 관리 동의서, 사전·사후 검사지

<프로그램 내용>

- 3명이상이, 하루 3번, 3가지의 주제로 SNS(카카오톡)을 활용한 소통 커뮤니티 조성
- 매일 커뮤니티 방안에 한줄 일기 쓰기
- 월별 주제에 관련된 미션 수행하기 : 주3회 이상 1일 2회 글 올림
- 분기별 함께행福 생일챙겨주기 프로그램 실시
- 연 2회 나들이 프로그램 실시
- 오프라인 모이기 3:3커뮤니티, 영화관람, 컬러링북, 청춘사진, 치매예방퍼즐 등

<프로그램 내용>

- 동아리 형식의 모임으로 운영, 소속감을 고취 시켜 일상 생활 유지 기능 향상
- 고령화 사회 소통 단절을 예방하고 고립·고독사 방지 및 사회적 '인기척' 역할 수행
- 사회 참여를 증진하여 활발하고 건강한 생활 추구
- 특방 운영 방식을 학습하여 원가족 세대간의 소통 원활

프로그램 사후활동	<ul style="list-style-type: none"> - 매일 커뮤니티 방안에 한줄 일기 쓰기 - 월별 주제에 관련된 미션 수행하기 - 기존 그룹, 신규 그룹 형성으로 신규 65세 1인 가구들을 기존 회원들이 이끌어 줄 수 있는 리더 양성
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> - 어르신들의 심리방향의 파악에 주의를 기울이며 또래의 리더그룹을 선정해서 자발적인 참여를 유도 - 특방 운영은 매일 지속 운영되어 담당자 소진이 큰 프로그램으로 실무자 개입이 매우 중요. 실무자는 활발히 활동하는 그룹원들을 중심으로 자발적인 활동 유도 및 흥미 유발 프로그램과 정보등 공유와 참여 독려 - 특방에 매너 특 교육 필요 - 월별실적은 3:3또바기 활동일지로 확인 - 분기별 결과보고서 작성시 매월 대상자 활동 추이 분석

Tip. 스마트폰 이용을 위한 사전교육과 또래 리더그룹 선정이 핵심 요소

[관계 형성/유지 단계 프로그램]

10. 1인 가구 공유냉장고 [인천 중구가족센터]

프 로 그 램 목 표	1. 1인 가구 식재료 구입 부담 완화 2. 음식 나눔을 통한 잉여먹거리 낭비 해소 3. 음식을 매개로 이웃간 소통과 공동체 활성화
--	---

대 상	운영 방법	사전 준비사항
1인 가구 누구나	오프라인 (사무실 내 냉장고 설치)	냉장고 설치 센터 제공 제철 식재료 준비 오픈 특방 준비

<프로그램 내용>

- 1인 가구 공유냉장고란?
 - : 1인 가구 누구나 주인이며, 누구나 음식물을 넣고 가져갈 수 있음.
 - : 1인 가구의 소통, 관계강화를 위한 프로그램으로 음식 나눔을 통해 소통하고, 잉여먹거리를 줄여 환경 보호에 기여함.
- 운영시간: 9:00~18:00(월~토) / 공휴일 및 일요일 이용불가
- 이용방법
 - : 1인 가구 누구나 음식을 넣고 누구나 가져갈 수 있음(1인 3개이하)
 - : 유통기한이 최소 5일 이상 남은 식품만 넣기
 - : 냉장고에 넣기 전 충분히 안전한 음식인지 판단하고 넣기
(관리자가 식품 안전관리를 하고 있으나, 혹시 발생할 식중독 안전사고에 대해서는 책임 질 수 없음)
 - : 비치된 스티커 라벨에 공유했던 날짜(냉장고에 넣은 날)를 작성 하고 식품 넣기
 - : 공유목록 입·출고 내역 파일 작성(품목, 날짜, 이름 등)
(담당자가 수시로 오픈 채팅방을 통해 물품 공유)
- 공유가능·불가 음식

공유가능	공유불가능
유통기한이 5일 이상 남은 음식 채소, 식재료, 과일, 통조림 등 가공품, 반조리식품, 냉동식품 등	유통기한이 지나거나 확인불가 주류, 약품류, 건강보조식품, 불량 냉장고에 장기간 보관된 식품

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 음식을 매개로 한 소통 커뮤니티 조성(식재료, 레시피 공유 등)
- 제철 식재료를 통한 1인 가구 건강한 식생활 유지

프 로 그 램 사 후 활 동	1. 오픈 특방을 통해 수시로 입고 현황 안내 2. 공유냉장고를 통해 가져간 식재료 활용 음식 사진 회원들과
--	---

	<p>공유(레시피 등)</p> <p>3. 분소 내 1개 설치 외 설치 장소 확장 및 접근성으로 이용 불가한 회원의 경우 기존 이용 회원을 활용한 배달 서비스 진행</p>
<p>유의사항</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 원활한 운영을 위하여 공동 공유 물품 담당자 월 2회 이상 구입 - (제철 식재료 및 1인 가구에 필요한 물품 중심으로 구입) - 보냉팩, 다회용기 사용으로 물품 순환 될 수 있도록 유도 - 공동 공유 물품 수령 시 물물교환 필수 (1인 1개 이상 필수 교환) - 월 1회 이상 공유냉장고 물품 활용 사진 회신

Tip. 냉장고 식재료 입고 현황 공유 시 추천 요리 공유



[관계 형성/유지 단계 프로그램]

11. 중장년 1인 가구 도시농부 [서울 용산구가족센터]

프 로 그 램 목 표	1. 중장년 1인 가구의 사회적소외감 감소와 정서적 안정에 도움을 줌으로써 건강한 자립을 도모. 2. 정기적인 모임 활동을 통해 외로움을 감소.
--	---

대 상	운영 방법	사전 준비사항
중장년 1인 가구	대면(지역 내 텃밭을 활용한 자조모임)	요구도 조사 개인정보 수집 및 관리 동의서

<프로그램 내용>

*도시농부

- 용산구 지역자원 텃밭(용산가족공원)을 통해 작물 키우기 등 텃밭을 가꿈
- 한달에 한번씩 키운 작물을 활용하여 요리를 만들어 나눠 먹으며 정기모임을 진행.

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 상반기에는 1조, 2조로 나누어 조별로 식사를 진행하였는데 마주하는 시간이 늘어남에 따라 1조와 2조가 음식을 나눠 먹으며 식사를 같이하며 자연스럽게 사회적관계 확대가 이루어짐
- 또한, 참여자들끼리 서로의 연락처를 교환하는 모습을 보임.
- 중장년 1인 가구가 정기적인 모임 활동을 통해 외로움을 감소함.

프 로 그 램 사 후 활 동	- 참여자들끼리 일정을 조율하여 텃밭 관리(물주기 등)를 진행하고 카카오톡 오픈 채팅방을 통해 텃밭에 대한 의견을 상시로 나눔.
유 의 사 항	- 프로그램 계획 시 참여자와 논의하고, 참여자의 욕구를 반영하여 진행.

Tip. 정기모임 요리를 선정할 때 참여자들이 원하는 메뉴를 선정.

[관계 형성/유지 단계 프로그램]
12. 중장년 남성 1인 가구 프로그램(화요일.사오십대.해방일지)
[부산시건강가정지원센터]

프 로 그 램 목 표	1. 식생활 관리 및 생애설계를 통한 자기 돌봄 역량강화 2. 소통 중심의 프로그램을 통한 관계의 어려움 완화 3. 지속적인 교류를 통해 지지체계 마련
------------------------	--

대 상	운영 방법	사전 준비사항
40~50대 남성 1인 가구	대면	2022년 1인 가구 프로그램 요구도 조사결과를 바탕으로 한 프로그램 기획, 대상자 모집

<프로그램 추진 배경>

- 2022년 1인 가구 프로그램 요구도 조사 결과, 중장년 남성 1인 가구는 주변 지지체계가 부족하며, 사회적 관계 활동의 가장 큰 어려운 점은 새로운 사람들을 만날 수 있는 기회와 정보가 없다는 점으로 나타났음. 프로그램 욕구는 요리 프로그램, 관람·감상활동 순으로 높아 이를 바탕으로 프로그램 내용을 구성함
- 또한 음악적 환경의 제공은 고립감과 소외감을 완화하는 효과가 있다는 연구결과¹⁾를 바탕으로 음악을 매개로 한 프로그램을 구성해 사회적 교류의 기회를 제공하고 관계망을 확대할 수 있도록 지원하고자 했음

<프로그램 내용>

- 사업일정: 2023.5.9.(화)~9.26.(화), 매주 화·목요일, 19시~21시, 총 21회기
 (※ 6.20.(화)~9.26.(화): 커뮤니티 활동으로 음악치료예술단체와 연계한 음악활동 진행)
- 세부내용
 - : 1~2회기 : 1인 가구 생활점검, 존중의 대화법
 - : 3~4회기 : 집 반찬 만들기
 - : 5회기 : 생애설계로 본 재무설계(부산경제교육센터 연계)
 - : 6~21회기 : 음악예술단체와 연계한 음악활동 진행(총 16회기)

<프로그램의 성과 또는 의미>

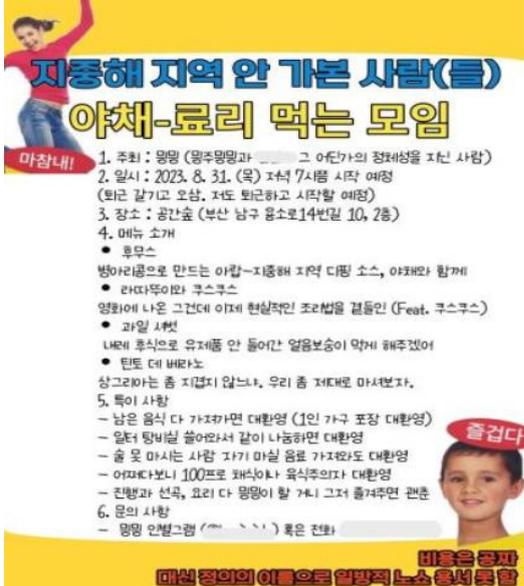
- 삶의 만족도 향상 : 사전사후대비 5.6% 증가하였음(대인관계 및 여가활동, 행복감 영역 점수 향상)
- 새로운 지지체계 형성 : 원가족, 직장생활 이외 관계가 없는 참여자들이 프로그램을 통해 사회적 관계를 형성함. (프로그램 종료 후 자발적 모임 가짐)

<p>프로그램 사후활동</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 프로그램 참여자 대상 커뮤니티 활동 지원 : 한국문화예술교육진흥원(2023 문화예술교육지원사업 예술누림) 공모사업 선정에 따라 음악치료예술단체(썸라비)와 연계한 음악활동 커뮤니티 진행
<p>유의사항</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 대상 특성상 모집에 어려움이 있어 1개월 이상 장기간으로 다양한 형태의 홍보(부산시 홈페이지, 거리 홍보 캠페인, 현수막, 네이버, 당근 등) 필요

Tip. 중장년 남성 1인 가구의 경우 자기노출을 꺼려하는 경향이 있고, 단체 활동 참여 경험이 적은편으로 프로그램 초반에는 요리활동 등 비교적 가벼운 활동으로 구성하고 집단상담 형태의 활동은 마지막 회차에 구성하는 등 대상의 특성을 반영한 프로그램 구성 필요

◎ 청년여성 1인 가구(2022) 이용자 사례

- 2022년 청년여성 1인 가구 프로그램 참여자들이 단체 카톡방에서 안부인사를 나누고 1인 가구에 도움 되는 정보가 있으면 공유함. 또 여가활동(백드롭 페인팅, 우드카빙, 가드닝 등)에 일정을 맞춰 함께 참여하기도 하고 저녁식사 모임을 가지기도 함





* 청년여성 1인 가구 프로그램 김*주 참여자가 주최한 모임 안내문과 함께 만든 음식사진

1) 송미희·전현종, 집단음악치료 프로그램이 시설 거주 노인의 사회적 고립감 감소에 미치는 효과, 통합심신치유연구 제2권 제1호, 2015

[1인 가구 사업 홍보 캐릭터 사용]
13. 1인 가구사업 브랜드화 ‘동대문구일인가구이’
[서울 동대문구가족센터]

프 로 그 램 목 표	1. 사업 대상자 브랜드화를 통한 동질감 형성과 이웃에 대한 경계심 완화 및 소속감 향상 2. 브랜드와 관련한 캐릭터, 굿즈 제작을 통한 1인 가구에 대한 긍정적인 이미지를 확보 및 사업 홍보효과 극대화
------------------------	--

대 상	운영 방법	사전 준비사항
동대문구 생활권 1인 가구	온,오프라인 홍보시 활용	-

동일이란, ‘동’대문구 ‘1’인가구의 줄임말로 동대문구 1인 가구 회원을 부르는 명칭임. 회원 집단의 브랜드화를 시도하여, 대명사로 사용하고 있음. 프로그램 진행 전 참여하는 모두가 동일이 입을 안내하여 회원 간의 동질감을 형성하고, 공동체 의식을 함양하여 이웃에 대한 경계심을 완화하고 소속감을 향상하고자 함. 동일이를 캐릭터화하여 마스코트로 활용하고 있음. 본 캐릭터는 혼자 생활하는 행동양식을 가진 곰이 모티브가 되었으며 이는 1인 가구의 독립성을 상징함. 따뜻하고 귀여운 느낌으로, 1인 가구를 긍정적으로 인식할 수 있도록 포근하고, 동글동글한 이미지로 제작되었으며, 머리 위의 1은 1인 가구임을 직관적으로 떠올릴 수 있게 디자인함.



▲동일이 캐릭터

프로그램명에 ‘동일이’를 사용하여 참여자들이 다양한 가족프로그램 중에서 1인 가구를 대상으로 하는 프로그램임을 쉽게 인식하고, 참여할 수 있도록 유도함. 동일이 캐릭터를 홍보지에 사용하여 시각적으로 1인 가구 프로그램임을 인지할 수 있도록 하고, 지속적으로 노출하여 가족센터 이용자들에게 긍정적인 인상을 남김.

프로그램 사후활동	‘동일이’ 굿즈와 등신대를 별도 제작하여 지역 내 축제 부스 운영시 활용하고 있음. 센터 입구에 상시 비치하여 본 센터에 방문하는 지역주민과 예비 1인 가구에게 브랜드의 인지도를 높이고, 1인 가구에 대한 긍정적인 인식확장을 위한 홍보 수단으로 활용하고 있음.
유의사항	캐릭터 디자인시 저작권이 센터에 귀속되는지 확인 후 진행해야 함.

[정보제공]**14. 1인 가구 종합정보지(모여봐요 부산시 1인 가구)
[부산시건강가정지원센터]**

프 로 그 램 목 표	1. 센터 및 1인 가구사업 홍보를 통한 인지도 향상 2. 온·오프라인 홍보를 통한 정보 접근성 향상
------------------------	---

대 상	운영 방법	사전 준비사항
1인 가구 누구나	온·오프라인 배포	정보수집(부산시, 유관기관, 가족센터 등)

<정보지 세부내용>

: 총 4가지 영역별 정보 제공(서비스명/대상/기준/내용/문의처)

1. 소득과 돌봄

- 생활지원을 받고 싶어요: 부산형 기초보장제도, 부산형 긴급복지지원, 문화누리 카드
- 일자리를 찾고 있어요: 저소득 공공근로, 부산일자리정보망 등
- 돌봄이 필요해요: 독거노인 돌봄서비스

2. 주거 및 안전

- 임대주택에 대해 알고 싶어요: 임대주택, 주거지원상담
- 주거비용을 지원받고 싶어요: 주거급여, 청년안심 전세보증금반환보증 보증료 지원
- 안심할 수 있는 마을에서 살고싶어요: 심야마을버스 안심귀가서비스, 안심 원룸인증제 등

3. 신체·정신건강

- 마음상담을 받고 싶어요: 가족관계 및 심리상담서비스, 청년 마음건강 바우처 등
- 건강을 챙기고 싶어요: 방문건강관리사업

4. 관계향상 및 커뮤니티

- 관계향상을 위한 프로그램을 알고 싶어요: 부산지역 내 건강가정지원센터·가족센터, 지역 유관기관 1인 가구 프로그램
- 친구를 만들고 싶어요: 장노년 액티브 에이징 활동지원, 고령자 대안가족 공동체 등
- 커뮤니티 공간을 알고 싶어요: 청년작당소, 비콘그라운드 등 5곳 공간 소개

<정보지 게시 및 배포>

1. 온라인: 홈페이지 게시(부산시, 가족센터, 부산청년플랫폼, 주거복지센터 등)
 - 2022년: <https://url.kr/qflu1s>(부산시건강가정지원센터 블로그)
 - 2023년: <https://url.kr/jcarox>(부산시청 홈페이지)
2. 오프라인: 부산지역 가족센터, 부산시청, 부산지역 구·군청, 동행정복지센터, 유관기관 배포 및 게시

<정보지의 성과 또는 의미>

- 1인 가구 서비스를 한 곳에서 확인할 수 있어 이용자 편의성 증대
- 가족센터 및 건강가정지원센터 인지도 기여

프로그램 사후활동	<ul style="list-style-type: none"> • 1인 가구 초기상담(건강성 검사: 기본토대, 일·생활균형, 가족 관계, 사회참여) 결과에 따른 맞춤형 정보제공 • 프로그램 참여자 대상 정보제공 자료로 활용 • 거리 홍보, 지역 축제, 박람회 등을 연계한 1인 가구 사업 홍보 캠페인 활용
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> • 시의적절한 배포를 위한 사전준비 필요 (각 기관별 사업담당자와 소통을 통한 정확한 서비스 내용 파악)

Tip. 1인 가구 대상만을 위한 서비스는 극히 제한적으로 1인 가구가 포함될 수 있는 서비스까지 담을 것(예. 임대주택, 주거지원상담 등)

[파생 또는 연계 프로그램] : 관계 지속을 위한 프로그램
15. 알쓸신잡 in 광양 [전남 광양시가족센터]

프 로 그 램 목 표	1. 1인 가구의 여가활동 영위 및 사회적관계망 형성 지원 2. 광양시 내 명소 및 시설 등을 홍보 진행
----------------	---

대 상	운영 방법	사전 준비사항
광양시 20세 이상 1인 가구	카카오톡 오픈채팅방 활용을 통한 프로그램 진행	오픈채팅방, 명소 등 사전답사

<프로그램 내용>

- 광양시 거주 1인 가구를 대상으로 인스타 등 다양한 경로를 통한 알쓸신잡 in 광양 프로그램 홍보 실시.
- 카카오톡 오픈채팅방을 개설하여 프로그램 신청자가 채팅방에 참여할 수 있도록 진행.
- 오픈채팅방을 통한 일시, 장소를 다수결 투표로 선정하여 결정 후 해당일시에 현장에서 체험 및 함께 시식
- 체험 및 시식 등이 끝난 후 카카오톡 오픈채팅방 내 개인 후기 작성 실시(사진 2장과 80글자 이상 후기)
- 카카오톡 오픈채팅방 내 작성된 후기들을 취합 후 광양시가족센터 인스타(1인 가구 사업 - 알쓸신잡 in 광양) 계정 내 업로드

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 광양시 내 다양한 명소 및 맛집 등을 체험해볼 수 있는 계기 마련.
- 맛집 체험 등을 통해 다양한 음식 등을 맛볼 수 있으며, 또한 혼자서 식사가 아닌 여러 사람과 식사를 하면서 이야기도 나눌 수 있으며, 관계 형성에 대한 기회마련.

프 로 그 램 사 후 활 동	1. 대상자 모집 시 일회기성 모집에 그치지 않고, 상시적으로 대상자 모집을 하여 새로운 대상자를 발굴 및 참여할 수 있도록 진행. 2. '알쓸신잡 in 광양' 인스타 계정 내 후기 등을 지속적으로 업로드하여 참여
유의사항	-대상자들이 제시한 명소나 맛집이 단체예약이나 프로그램 진행에 적절하지 않을 수 있기 때문에 사전답사 및 조율 필요.

[파생 또는 연계 프로그램]**16. 1인 가구 원가족 집단상담 '원(1)가족 회복'****[경기도 안성시가족센터]**

프로그램 목 표	1. 1인 가구 회원 확보 및 가족센터 서비스 홍보 2. 1인 가구와 원가족과의 관계 회복	
대 상	운영 방법	사전 준비사항
안성시 거주 1인 가구	대면	개인정보 수집 및 관리 동의서, 사전·사후 검사지
<p><프로그램 내용></p> <ul style="list-style-type: none"> - 1인 가구의 자기돌봄능력 강화와 원가족 관계 회복을 위한 프로그램 진행. - 원가족과의 관계 회복을 위한 집단상담을 희망하거나, 기존 프로그램에서 원가족과의 관계 회복이 필요할 것으로 추정되는 참여자들을 대상으로 진행. - 개인상담과 집단상담을 함께 진행하여 1인 가구 본인의 심리적 건강성 증진과 원가족 간의 가족 건강성을 강화하는 것을 목적으로 진행됨. <p><프로그램의 성과 또는 의미></p> <ul style="list-style-type: none"> - 가족센터에서 진행하는 1인 가구 사업은 가족센터의 장점인 “가족”을 대상으로 한다는 점과 기존 과거의 경험을 바탕으로 집단상담을 진행하여 다른 시도 또는 지자체에서 진행하는 1인 가구 지원사업과의 차별성을 줄 수 있다고 생각함. 		
프로그램 사후활동	프로그램 종료 후에도 원가족과의 관계 회복이 이루어 졌는지 추후 가족관계 검사지를 진행.	
유의사항	<ul style="list-style-type: none"> - 1인 가구의 원가족이 안성 외에 있는 경우, 일정 조율 등에 철저히 관리. - 가족별 적합한 집단상담 서비스 제공 	

[센터 파생 또는 연계 프로그램]

17. 1인 가구 의견수렴 ‘구청장과 함께하는 1인 가구 간담회’ [서울 동대문구가족센터]

프로그램 목 표	1. 간담회를 통해 민·관이 함께하는 사업 기획 및 운영 실현 2. 이용자 의견을 기반으로 한 맞춤형 사업운영 실시
---------------------	---

대 상	운영 방법	사전 준비사항
동대문구 생활권 1인	사전설문지 취합 후 구청장과의 간담회 실시	사전설문지, 1인 가구지원센터 리플렛, 이용자 요구도 및 만족도 조사지 등

<프로그램 내용>

- 동대문구 1인 가구 현황 안내 및 사업소개
: 1인 가구 실태 및 요구도 조사 결과`
: 1인 가구 시설 현황 및 1인 가구 사업 소개
- 구청장과 함께하는 1인 가구 의견청취 간담회
: 나는 어떤 이유로 동대문구에서 1인 가구로 살고 있나요?
: 1인 가구로 산다는건 어떤가요? 특별히 필요하다고 느끼는 지원은 어떻게 있나요?
: 가족센터에서 프로그램을 이용해 본적이 있나요? 이용소감을 말해주세요!

<프로그램의 성과 또는 의미>

- 간담회를 통해 1인 가구의 니즈를 파악하고 사업운영시 의견을 반영하여 맞춤형 프로그램의 운영기반을 마련함
- 지자체와 센터, 이용자가 한자리에 모여 실제 일상생활에서 1인 가구가 겪는 어려움을 나누고, 이를 해결하기 위한 방안을 함께 모색하며 지자체의 역할과 센터에서의 역할을 명확히 할 수 있었음
- 한해동안 가족센터에서 진행되는 1인 가구 프로그램을 소개하고, 신청 방법 및 사업별 세부적인 내용을 설명함. 또한 프로그램에 관련된 이용자들의 의견을 들을 수 있었음

프로그램 사후활동	1. 간담회에서 나온 의견을 실제 정책(ex. 1인 가구 전입신고시 프로그램을 안내할 수 있도록 동·주민센터와 홍보연계) 및 사업으로 반영 2. 간담회 종료 후 함께 어울릴 수 있는 간단한 그룹 활동을 준비하여 1인 가구가 서로 얼굴을 익히고, 함께 어울릴 수 있는 기회의 장 제공
유의사항	- 간담회에서 나온 이야기들이 실제 정책이나 사업으로 연결될 수 있도록 실효성있는 의견으로 발전 시켜가는 원만한 진행자 섭외가 필요함

Tip. 간담회 참여자들에게 ‘사전설문지’ 및 ‘사업안내지’ 를 배부하여 1인 가구사업에 대한 이해를 높이고, 대략적인 의견을 사전에 파악하는 것이 ‘핵심’

1인 가구 사회적관계망 형성 프로그램 운영 매뉴얼 개발

발행일 | 2023년 12월

발행처 | 한국건강가정진흥원

주소 | 서울특별시 중구 퇴계로173 남산스퀘어빌딩 21, 24층

전화 | 02-3479-7600

팩스 | 02-3479-7798

홈페이지 | www.kihf.or.kr

기획·편집 | 소통협력실 가족정책연구센터

수행기관 | 한국건강가정진흥원

인쇄처 | 경성문화사

※ 한국건강가정진흥원의 승인 없이 내용의 일부 또는 전부를 인용·발췌하거나 무단 복제하는 것을 금합니다.

