

Developing an Agency Enhancement Program: A Study Based on Midlife Transition Experiences

중년기의 생애전환 경험에 기반한
행위주체성(Agency) 강화 교육프로그램 개발 연구

Okhee Jeong ¹ and Jeongmyung Gim ^{2,*}

Received: January 2025

Revised: July 2025

Accepted: December 2025

Published: May 2026

Copyright: © 2026 by the authors, Licensee ABR,
Seoul, Korea.

¹ Incheon Metropolitan City East District Office of Education; findensw@ice.go.kr

² aSSIST University; jmgim@assist.ac.kr

* Correspondence: jmgim@assist.ac.kr

Abstract: This study aims to develop an educational program to strengthen agency among middle-aged adults based on their life transition experiences, responding to the growing recognition of midlife as a period of transformation and second growth rather than decline. Using a qualitative research approach, six adults aged 45–50 with midlife transition experiences were purposively sampled and subjected to semi-structured in-depth interviews (90–180 minutes) conducted between August and October 2024. Data were analyzed through grounded theory procedures of open coding, axial coding, and selective coding. The analysis reveals three dimensions: the structure and meaning of life transition experiences, educational needs during transition, and agency-enhancing factors at personal, relational, and social levels. Based on these findings, a four-module educational program is proposed comprising the stages of 'Looking Back,' 'Preparing,' 'Designing,' and 'Moving Forward,' designed to organically integrate and create synergy. This study contributes to the field of adult education by providing a conceptual framework for agency-oriented lifelong learning programs for midlife adults.

Keywords: midlife transition; agency; life transition education; adult education; educational program development; grounded theory; OECD Education 2030

I. Introduction

현대사회에서 중년기는 더 이상 쇠퇴기가 아닌 전환 및 제2의 성장기로 인식되고 있다. 이 시기의 성인들은 직업 전환, 자녀의 독립, 부모 부양 등 다양한 생애전환을 경험하면서 자아정체성, 삶의 만족도, 미래 방향성에 대한 근본적 질문들을 다시 마주하게 된다.

본 연구는 중년 전환기 성인들이 삶을 주체적으로 재구성하고 의미 있는 변화를 이끌어갈 수 있도록 전환 경험과 요구에 기반하여 교육 프로그램 개발 방안을 제시하고자 한다. 생애 전환기 경험에 대한 인터뷰 분석 결과 도출된 개념들을 구조화하고 OECD 교육 2030에서 제시한 '행위주체성(Agency)'¹이라는 개념을 도입하여 프로그램 설계 방안을 제안한다.

¹ 행위주체성은 OECD 교육 2030에서 제시한 개념으로 자신의 삶과 세계에 대한 책임의식을 가지고 자신을 둘러싼

연구 목적 달성을 위해 다음과 같이 연구 문제를 설정하였다.

첫째, 중년기 성인의 생애전환 경험은 어떠한 구조와 의미를 지니는가?

둘째, 중년기 성인의 전환기 교육요구는 무엇인가?

셋째, 중년기 성인의 행위주체성 강화 요인은 무엇인가?

넷째, 중년기 성인의 행위주체성 강화 교육 프로그램은 어떻게 설계되어야 하는가?

II. Theoretical Background

생애전환교육은 단순한 지식 전달을 넘어 전인적 발달과 개인의 성장을 지향하는 포괄적인 교육과정으로서 실제적인 삶의 맥락에서 이루어지는 실천적 학습을 강조한다. 특히 '행위주체성(Agency)' 강화를 위해서는 주제적 학습, 실천적 학습 경험, 사회적 연결성 강화, 변화와 성장에 대한 유연성 보장이 중요하다.

중년 전환기는 삶의 전반부와 후반부를 연결하는 '축(pivot)' 역할을 하며 실존적 고뇌와 자아 탐색의 시기로 특징지어진다. 이 시기에는 신체적, 심리적 변화와 함께 다양한 역할 전환을 경험하게 된다. 이에 중년 전환기 교육은 개인의 풍부한 삶의 경험과 지식을 학습 자원으로 활용하여 참여자들이 자신의 전환 과정을 주도적으로 이끌어갈 수 있도록 지원해야 한다.

III. Research Methodology

본 연구는 중년기 생애전환 경험에 기반한 행위주체성 강화 교육프로그램 개발을 위해 질적 연구방법을 활용하였다. 연구는 문헌분석, 심층인터뷰, 자료분석, 프로그램 개발 방안 제시의 네 단계로 진행되었다.

연구참여자는 45-50세의 중년기 전환 경험이 있는 성인 6명을 목적적 표집하였으며, 2024년 8월부터 10월까지 90-180분 동안 반구조화된 심층인터뷰를 실시하였다. 참여자들은 회사 임원, IT전문가 및 마을교육활동가, 건설 시행사 CEO, 교사 등 다양한 직업군으로 구성되었다.

자료수집 및 분석은 근거이론 접근방식을 따랐다. 녹취된 인터뷰 내용은 전사 후 개방코딩, 축코딩, 선택코딩의 단계적 과정을 거쳐 분석하였다. 개방코딩에서는 의미 있는 개념을 도출하고, 축코딩에서는 개념간 관계를 파악하여 상위범주로 통합하였으며, 선택코딩에서는 핵심범주를 중심으로 다른 범주들을 통합하고 정교화하였다.

프로그램 개발 단계에서는 인터뷰 분석결과 도출된 주요 키워드들을 바탕으로 교육방향 및 운영방식을 제시하고, 키워드들을 재범주화하여 4단계 교육프로그램 모듈을 구성하였다. 분석의 신뢰성 확보를 위해 동료 연구자 검토와 참여자 확인을 실시하였다.

IV. Results of Research

중년기의 생애전환은 자발적 선택과 비자발적 상황이 복합적으로 작용하는 과정으로 나타났다. 인터뷰 분석 결과는 크게 생애전환 경험의 구조와 의미, 전환기 요구 분석, 행위주체성 강화 요인으로 구분할 수 있다.

첫째, 생애전환 경험의 구조와 의미에서는 전환기 진입 계기와 심리적 변화를 분석 및 서술하였다. 전환기 진입 계기는 '원해서, 또는 원치 않아도' 라는 제목으로 분석되었으며, 새로운 도전이나 성장을 위한 자발적 선택 또는 건강 악화나 조직 변화 등 예기치 않은 상황에 의한 비자발적 전환이었다. 전환과정에서의 심리적 변화는 '혼란, 잔잔한 깨달음'이라고 명명하였으며, 참여자들은 초기의 혼란과 불안정성을 경험하였으나 시간이 지남에 따라 점진적인 적응과 내적 성장에 이르게 되었다. 이는 전환 시기에의 단순한 적응을 넘어 자아정체성의 재구성으로 이어지는 특징을 보였다.

환경들이 나아질 수 있도록 적극적이고 능동적으로 참여하여 변화를 이끌어내는 힘을 의미함(OECD, 2019).

둘째, 중년기 전환 과정에서 나타난 교육적 요구이다. '나는 어떤 사람이었나?' 라는 주제로 분석한 내용은 자기 성찰과 정체성 재정립에 대한 요구이다. 연구 참여자들은 삶의 시간을 통해 자신의 본질적 모습을 돌아보고 새로운 자아상을 정립하고자 하는 강한 의지를 보였다. '다시, 나로 살아보자'로 명명한 교육적 요구는 새로운 삶의 방향 모색이다. 이는 단순한 직업 전환이 아닌, 삶의 가치와 의미를 재정립하고자 하는 본질적 변화에 대한 갈망으로 나타났다. '결국 삶은, 끝없는 배움'이라는 주제의 교육적 요구는 지속적인 배움을 통한 실천적 역량 개발의 요구이다. 인터뷰 속에서 참여자들은 끊임없는 배움을 통한 성장과 도전의 의지를 보여주었다.

셋째, 행위주체성 강화 요인은 세 가지 차원으로 나타났다. 개인적 차원에서는 자기회복력 향상과 내적 성장, 지속적 학습이 중요한 요인이다. 관계적 차원에서는 가족관계의 재발견과 새로운 관계망 형성이 핵심적이다. 사회적 차원에서는 개인의 영향력 확대와 제도적 지원을 통한 강화가 주요 요인이다.

V. Program Design

본 연구는 교육 프로그램의 구성에 앞서 인터뷰 분석 결과로부터 도출된 키워드들을 기반으로 교육 프로그램의 기본 방향을 수립하였다. 프로그램의 기본 방향은 교육의 방향과 가치, 교육 내용 구성의 원리, 운영 방법과 전략의 세 영역으로 구조화되었다.

교육의 방향과 가치 측면에서는 참여자들 삶의 주체적 설계자로 인식하고, 각 개인의 고유한 생애전환 경험을 존중하는 것을 핵심으로 한다. 특히 공동체 연대와 개인 성장의 조화를 추구하며, 삶과 도전이 균형적으로 통합된 교육을 지향한다.

교육 내용 구성의 원리는 참여자의 자발적 선택을 보장하고, 이론과 실천의 순환적 통합을 추구한다. 또한 개인-관계-사회의 다층적 접근을 통해 전환의 의미를 개인적 차원에서 사회적 차원으로 확장하며, 유연하고 개방적인 모듈식 구성을 통해 참여자의 다양한 상황과 요구에 대응할 수 있도록 설계한다.

운영 방법과 전략 측면에서는 참여자 주도의 학습 공동체 운영을 기본으로 하며, 온-오프라인 블렌디드 러닝을 활용하여 학습의 효율성을 높인다. 특히 운동, 체험, 여행을 통한 정서적 학습과 멘토링-코칭의 결합을 통해 이론적 지식이 실천적 지혜로 전환될 수 있도록 지원한다.

중년기 생애전환 경험에 기반한 행위주체성 강화 교육프로그램 설계는 인터뷰 분석 결과 도출된 키워드들을 재범주화하여 4단계 교육프로그램 모듈을 구성하였다. 자기탐색 및 성찰, 전환기 대응역량 강화, 새로운 삶의 설계, 실천계획 수립으로 구성된 4개의 모듈은 각각 '돌아보기', '준비하기', '설계하기', '나아가기'의 단계적 과정으로 구현된다.

첫째, '돌아보기' 단계는 자아발견과 내면적 성숙에 초점을 맞춘다. 학습자의 자기 주도적 학습과 가치관 정립이 중요하며, 이는 단순한 지식 전달을 넘어서 실천적 전문성 개발로 이어져야 한다. 둘째, '준비하기' 단계는 치유의 단계로서 정신적, 육체적 건강의 균형을 찾는 것이 핵심이다. 자기 돌봄의 중요성을 인식하고 실천함으로써 지속 가능한 학습 역량을 구축할 수 있다. 셋째, '설계하기' 단계에서는 기존의 틀을 벗어나 새로운 가능성을 탐색하고 실험하는 것이 중요하다. 특히 공동체적 협력 및 네트워크를 통해 집단지성을 모으고 사회혁신적 관점에서 문제를 해결하는 역량을 키워야 한다. 넷째, '나아가기' 단계는 주체적인 진로 설계와 미래 비전 수립의 완성 단계이다. 개인의 자발적 선택권 보장과 책임 있는 의사결정 능력 강화를 통해 평생학습의 관점에서 지속적인 자기개발과 성장을 도모하는 단계이다. 이는 궁극적으로 개인과 사회의 지속 가능한 발전으로 이어지게 된다.

이러한 네 가지 단계는 독립적으로 운영되기보다는 상호 유기적으로 연결되도록 하며, 각각의 특성이 통합적으로 시너지를 창출하도록 설계한다.

VI. Conclusions & Suggestions

본 연구에서 설정한 4가지 연구문제에 따른 연구 결과는 다음과 같이 요약된다:

첫째, 생애전환 경험의 구조와 의미에서는 '원해서, 또는 원치 않아도'라는 전환기 진입 계기와 '혼란, 잔잔한 깨달음'이라는 심리적 변화가 나타났다. 참여자들은 전환기 초기에는 혼란을 경험했으나,

점진적 적응과 내적 성장을 이루어갔다.

둘째, 교육적 요구는 세 가지 주제로 분석되었다. '나는 어떤 사람이었나?'는 자기성찰과 정체성 재정립, '다시, 나로 살아보자'는 새로운 삶의 방향 모색, '결국 삶은, 끝없는 배움'은 실천적 역량 개발의 요구를 나타낸다.

셋째, 행위주체성 강화 요인은 개인적(자기회복력, 내적 성장), 관계적(가족관계 재발견, 새로운 관계망), 사회적(영향력 확대, 제도적 지원) 차원으로 구분된다.

넷째, 교육프로그램은 '돌아보기', '준비하기', '설계하기', '나아가기'의 4단계로 구성되며, 각 단계는 유기적으로 연결되어 통합적 시너지를 창출하도록 설계되었다.

중년기 행위주체성 강화를 위한 교육프로그램의 효과적 운영을 위해서는 참여자의 심리적 안전망 구축, 프로그램의 지속가능성을 위한 단계적 발전 전략, 지역사회 자원과의 연계 네트워크, 프로그램의 성과 측정을 위한 체계적인 평가 시스템 등 추가적 연구 및 체계구축이 필요하다.