

고립·은둔 청년의 미래내일 일경험 프로그램 참여 경험과 지각된 효과에 대한 질적 연구*

노 경 란** (성신여자대학교) · 변 정 현*** (한국고용정보원)

■ 요약 ■

이 연구는 고용노동부의 미래내일 일경험 프로그램에 참여한 고립·은둔 청년들의 참여 경험과 지각된 효과를 탐색하는 데 목적이 있다. 이를 위해 '정서지원-직무교육-합숙프로젝트'로 구성된 약 3개월간의 프로그램에 참여한 고립·은둔 청년 19명을 대상으로 면담을 실시하고, 수집된 자료는 질적 내용분석 방법을 활용하여 의미단위 추출, 초기코딩, 하위범주 및 상위범주 도출의 절차로 분석하였다. 연구결과, 고립과 정체 상태에 있던 고립·은둔 청년들은 변화 필요성에 대한 자각, 심리적 지지와 사회적 연결에 대한 기대, 진로탐색 및 역량개발 욕구, 경제적 동기, 실행과 성취 욕구를 바탕으로 일경험 프로그램에 참여하였다. 프로그램 참여 과정에서 고립·은둔 청년들은 정서적 지지와 안정감, 자기탐색, 규칙적 생활, 콘텐츠 관련 지식·기술 학습, 직업적 탐색, 다양한 타인과의 교류, 협업, 결과물 완성을 경험하였다. 또한 미래내일 일경험 프로그램 참여를 통해 심리적 회복, 일상생활 회복, 사회적 소통 자신감 회복, 사회적 자본 형성, 경력역량 형성 등의 변화가 나타난 것으로 인식하였다. 이러한 결과는 고립·은둔 청년에게 심리적 지원과 팀워크 기반 프로젝트 등을 포함한 다양한 방법으로 설계된 일경험 프로그램은 진로탐색과 경력역량 형성 외에도 심리적 회복, 일상생활 및 사회적 관계 회복 등과 같은 추가적 효과를 가져올 수 있다는 점을 시사한다.

[주제어] 고립·은둔 청년, 미래내일 일경험 프로그램, 지각된 참여 효과, 참여 경험, 질적연구

* 이 논문은 (주)아르케의 연구비 지원을 받아 미래내일 일경험 사업 운영 사례효과성 분석 연구를 위해 수집된 자료의 일부를 수정 보완한 것입니다.

** 제1저자, 성신여자대학교 교육학과 교수, nari123@sungshin.ac.kr

*** 교신저자, 한국고용정보원 고용정책연구본부 부연구위원, career4u@keis.or.kr

I. 서론

AI로 인한 산업전환, 대내외적 불확실성 증대, 고용 없는 성장, 불안정고용의 확산 등으로 청년 채용의 문은 지속적으로 좁아지는 한편, 2000년대 이후 경력직 채용 선호 현상이 두드러짐에 따라 일경험은 진로 탐색과 경력 형성의 기회로 청년들에게 중요하게 인식되어 왔다(노동부, 2004). 경력직 선호 채용 현상은 해를 거듭할수록 심화되어, 2021년 전후로는 비경력자들의 상용직 취업 확률이 경력자의 절반 수준까지 낮아지고, 청년들의 첫 취업이 지연되며 생애 총소득도 13% 하락하는 등(채민석, 장수정, 2025) 심각성이 높아지고 있다. 이에 정부는 「청년 일경험 활성화 방안」(관계부처 합동, 2023a)에 따라 2023년부터 미래내일 일경험 사업을 통해 직무교육과 현장기반 경험을 제공하여 청년의 고용가능성 제고를 지원하고 있으나, 청년 특성에 따라 일경험의 필요성과 의미는 다소 상이할 수 있다.

생애발달론적 관점에서 청년기는 독립된 성인기로 이행하며 취업, 결혼, 사회적 관계 구축 등의 발달과업을 지니나(장휘숙, 2008), 최근 한국 사회에서 청년의 성인기 이행은 지연되며 불안정해지고 있다. 이러한 변화는 단순한 취업 지연을 넘어, 청년의 자기효능감 저하, 진로불안, 사회적 위축, 사회적 활력 저하 등으로 이어질 수 있다. 실제로 노동시장에 진입하지 못하는 청년이 증가하며 2010년대에는 청년의 비경제활동 문제에 초점을 두고 NEET(Not in Education, Employment, or Training) 청년의 특성과 지원 방안에 대한 연구가 확대되었고(금재호 외, 2007; 남재량, 김세움, 2013), 2020년대부터는 사회적 단절과 심리적 위축 등 삶 전반에 걸친 어려움을 경험하는 고립·은둔 청년에 대한 연구(김성아 외, 2021; 유민상 외, 2021; 조영아 외, 2024; 김은숙, 김지연, 2026)가 확산되어 오고 있다.

이처럼 사회적 교류가 축소되어 거의 집에서만 지내는 고립·은둔 청년은 2024년 실태조사에서 전체 청년의 5.2% 수준인 약 54만명으로 추정되었다(정세정 외, 2025). 청년들의 은둔·고립 현상은 더 이상 개인이나 가족의 문제가 아니라 국가 생산성과 인적자원 구성으로 직결되는 중요한 사회적 과제라 할 수 있으며(김혜원, 2022), 이에 따라 정부는 「고립·은둔 청년 지원 방안」(관계부처 합동, 2023b)을 통해 공적 개입을 본격화하였다. 특히 고립·은둔 청년은 사회적 관계안전망이 부족하며, 일반 청년에 비해 적응력과 회복탄력성이 취약한 것으로 간주된다(관계부처 합동, 2023b). 더욱이 고립·은둔 청년의 경제활동 포기로 인한 손실은 연간 6.7조원으로 추정되고, 일반 청년 대비 경제활동을 하지 않을 확률은 2.6배이며, 사회적 활력 저하까지 우려

되어 복지부 중심의 종합대책을 마련하는 한편, 노동부의 일경험 연계를 통한 사회복귀 지원 방안도 포함하고 있다(관계부처 합동, 2023b).

이러한 맥락에서, 일반 청년에게 일경험이 진로 탐색과 경력 형성 수단의 목적이 강하다면, 사회적 관계가 단절된 고립·은둔 청년에게 일경험 프로그램은 어떤 경험을 제공하고 어떤 변화를 이끄는지에 대한 질적 탐색이 필요하다. 취약계층을 대상으로 하는 정책 프로그램의 효과 평가는 취업률 등과 같은 양적 성과 중심의 접근만으로는 참여자의 경험과 변화과정, 유의미한 효과 등을 충분히 설명하기 어렵다. 질적 연구는 프로그램의 외형적 성과를 넘어, 참여자가 체감한 의미와 변화의 과정을 드러내는 데 적합한 접근이라 할 수 있다(이성우 외, 2015).

이에 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 고립·은둔 청년은 미래내일 일경험 프로그램 참여 전 어떠한 상태와 참여 동기를 지니고 있었는가? 둘째, 고립·은둔 청년은 정서지원, 직무교육, 팀 프로젝트 과정에서 어떠한 경험을 하였는가? 셋째, 고립·은둔 청년은 프로그램 참여 이후 어떠한 변화를 인식하였는가? 특히 진로탐색이나 경력형성과 같은 일반 청년들에게 목표하였던 효과 외에, 고립·은둔 청년이 지니고 있는 심리사회적 어려움을 완화하거나 해소하여 사회복귀 가능성과 관련된 변화가 참여자 진술 속에서 어떻게 나타나는지 탐색하고자 한다. 이를 통해 고립·은둔 청년 대상 일경험 프로그램의 의미를 조명하고, 향후 일경험 등 고립·은둔 청년 대상 프로그램의 설계와 운영에 대한 시사점을 제시하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 미래내일 일경험 프로그램과 참여 효과

미래내일 일경험 프로그램은 만 15세에서 34세까지¹⁾의 미취업 청년을 대상으로 민관협력을 통해 다양한 일경험 프로그램을 제공하는 취업지원 사업이다(고용노동부, 2025). 인턴형, 프로젝트형, 기업탐방형, ESG지원형이 있으며, 이 중 ESG지원형은 기업이 ESG경영 차원에서 직무 훈련이나 일경험 등을 제공하는 유형이다.

1) 34세 초과한 군필자의 의무복무기간 가산, NEET 등 애로청년의 참여 우대 등으로 최고 만39세까지 참여 가능함. 주 30시간 미만 일자리에 근무하는 자는 미취업으로 간주하며, 사업자등록여부(특수형태근로종사자 포함)와 무관하게 참여 가능함(고용노동부, 2025)

일경험 프로그램 또는 일경험의 참여 효과와 관련한 선행연구들은 주로 세 영역으로 구분할 수 있다. 첫째, 노동시장 성과와 직무역량 향상 관점에서 일경험 효과가 분석되어 왔다. 재학 중 직무체험과 일경험이 첫 일자리 취업 소요기간 단축, 취업률 제고, 직무능력 향상에 기여하며(양정승 외, 2017), 미래내일 일경험 참여는 직무탐색, 취업준비, 현장적응력, 조직적응과 직무수행에 긍정적인 것으로 제시되었다(김봄이, 김영빈, 2024; 정란 외, 2023). 이 연구들은 일경험 프로그램의 효과를 주로 취업률, 직무역량 등의 노동시장 성과에 초점을 두어, 청년참여자의 주관적 경험과 변화 과정을 파악하는 데에는 한계가 있다. 둘째, 일경험을 진로발달과 심리사회적 변화의 관점에서 분석한 연구들이다. 하홍길(2026)은 청년 일경험이 진로동기와 진로준비행동에 정적 영향을 미친다고 보고하였고, 이해은과 이은지(2026)는 공공부문 일경험이 자기효능감과 진로준비행동을 촉발하는 경험이 될 수 있음을 제시하였다. 이 연구들은 참여자 변화에 초점을 두었다는 점에서 의의가 있으나, 주로 일반 청년 또는 대학생을 대상으로 하여 사회적 고립과 심리적 위축을 경험하는 고립·은둔 청년의 경험과 효과를 설명하는 데에는 한계가 있다. 셋째, 일경험이 갖는 회복적 의미를 탐색한 연구이다. 김은숙과 김지연(2026)은 고립·은둔 청년에게 일경험이 사회적 인정의 과정이자 주체성 회복의 계기로 작용할 수 있음을 논의하였다. 그러나 이는 개별적인 일경험에 대한 연구로 정서지원, 직무교육, 프로젝트성 프로그램 등이 결합된 일경험에서 고립·은둔 청년이 무엇을 경험하고 어떠한 변화를 지각하는지를 분석한 연구는 확인하기 어렵다.

따라서 이 연구는 일경험의 노동시장 성과를 넘어, 고립·은둔 청년의 참여 경험과 지각된 효과를 질적 내용분석을 통해 탐색하고자 한다. 이 연구에서 프로그램 효과는 실험설계에 따른 인과적 효과가 아니라, 참여자가 프로그램 참여 전후의 자신의 변화 경험을 어떻게 인식하고 의미화하는지에 대한 ‘지각된 효과’로 접근한다. 이러한 관점에서 Patton(2015)은 프로그램의 효과를 양적 지표로 측정하는 것의 한계를 지적하며 질적 분석 방법을 제안하였다. 특히, 그는 효과 중심 질적 프로그램 평가(Qualitative Program Evaluation focused on Outcomes)를 위해 문서 분석, 관찰과 기록, 면담 등의 질적 자료수집 방식을 통해, 프로그램 참여경험과 지각된 효과를 파악할 수 있는 전형적인 참여자들을 목적표집하여 심층면담을 하고, 프로그램이 참여자들의 역량 강화, 사회적 관계 등에 어떤 변화를 가져왔는지 변화를 포착하여 해석적으로 분석할 것을 제시하였다. Sharma 등(2024)도 양적 성과지표만으로 프로그램 효과를 진단하는 데에 한계가 있기 때문에 프로그램 효과 평가에 질적 평가방법으로 MSC접근(Most Significant

Change approach)을 제시하였다. 이 접근은 프로그램 참여자가 경험한 의미 있는 변화에 대한 진술을 수집하고, 그 변화가 언제 어떤 과정에서 나타났으며, 왜 그것이 의미있는 변화인지를 분석한다. 따라서 이 연구는 Patton(2015)의 연구를 토대로 프로그램 참여 효과를 확인할 수 있는 대상들을 목적표집하여, 참여자의 진술을 바탕으로 프로그램 참여 전 상태, 참여 동기, 과정 별 경험, 참여 이후의 자기인식과 지각된 변화를 의미단위와 범주로 분석함으로써 프로그램 참여 경험과 지각된 효과를 탐색하고자 한다.

2. 고립·은둔 청년과 일경험 프로그램

사회진출 지연과 독립 및 결혼 지연, 청년 부채 증가 등과 같이 확산되는 한국사회 청년 계층의 변화는 사회관계 축소, 정신건강 악화 뿐만 아니라 자기효능감 저하, 진로 불안, 사회적 위축, 무기력, 자아정체성 혼란으로 이어질 수 있다(정수남 외, 2012). 고립·은둔 청년은 이러한 청년기 이행의 어려움이 더욱 심화된 집단으로 볼 수 있다. 고립은 정서적 또는 물리적 관계망이 현저히 축소되어 필요한 도움을 요청할 수 있는 사람이 부족하거나 없는 상태를 의미하며, 은둔은 외출과 사회참여가 극도로 제한되어 주로 집이나 방 안에서 생활하는 상태를 의미한다(관계부처 합동, 2023b). 정부의 「고립·은둔 청년 지원방안」(관계부처 합동, 2023b)에서 고립·은둔은 특정 청년 개인의 성향이나 부적응의 문제가 아니라, 대인관계 단절, 구직단념, 학업 및 노동시장 이탈, 심리·정서적 취약성 등이 복합 작용한 사회현상이자 정책 대상으로 바라보고 있다.

이러한 고립·은둔 청년 관련 선행연구들은 이들의 심리사회적 취약성이나 지원프로그램의 특성, 경제활동 요구와 일경험의 의미를 다룬 연구 등이 진행되었다. 첫째, 고립·은둔 청년의 심리사회적 취약성을 설명한 연구들이다. 고립·은둔 청년이 사회관계 축소, 정신건강 악화, 자기효능감 저하, 진로불안, 사회적 위축, 무기력 등을 경험하며(정수남 외, 2012), 타인과 관계 맺는 것에 대한 두려움, 사회적 평가 불안, 반복된 취업 실패와 진로 방향, 낮은 자존감 등을 복합적으로 경험한다고 보았다(김혜원, 2022). 이 연구들은 고립·은둔 청년의 취약성을 이해하는데 초점을 두어 정책적 지원 필요성을 주로 제안하였다. 둘째, 고립·은둔 청년 지원 프로그램의 내용과 방향을 분석한 연구들이다. 조영아 외(2024)는 국내 지원 프로그램이 상담, 교육, 자조모임 등을 중심으로 자기회복, 일상생활 건강, 관계 형성을 주요 목적으로 삼고 있음을 제시

하였다. 이러한 연구는 지원 프로그램의 필요성과 현황 분석의 측면에서 의의가 있으나, 실제 참여자 경험을 통해 프로그램의 효과를 분석한 연구는 찾기 어렵다. 셋째, 고립·은둔 청년의 경제활동 요구와 일경험의 의미를 다룬 연구들이다. 고립·은둔 청년은 경제적 지원, 취업 및 일경험 지원, 일상생활 회복지원에 대한 요구가 높으며(김성아 외, 2023; 윤철경, 서보람, 2020), 일경험은 사회적 인정과 주체성 회복의 계기로 작용할 수 있다(김은숙, 김지연, 2026). 그러나 기존 연구는 일경험의 필요성 또는 일부 단기적 일경험의 의미를 보여주며, 정서지원-직무교육-프로젝트의 복합 프로그램 내용으로 구성된 일경험 프로그램에서 참여자가 어떤 경험을 하고, 이를 어떤 변화로 인식하는지에 대한 연구는 찾기 어렵다.

이상의 선행연구들은 첫째, 일반 청년을 대상으로 한 취업성과와 직무역량 중심 연구가 주를 이루고, 둘째, 고립·은둔 청년 연구는 심리사회적 특성과 지원 필요성 논의에 집중되어 있으며, 셋째, 일경험 프로그램 참여자의 주관적 경험과 변화 과정을 분석하여 질적 평가 관점에서 참여자 경험 중심 프로그램 효과를 탐색한 연구는 찾기 어렵다. 따라서 이 연구는 고립·은둔 청년의 일경험 프로그램 참여 경험과 지각된 효과를 질적 내용분석으로 탐색한다.

또한 이 연구는 고립·은둔 청년의 일경험 참여 경험과 지각된 효과를 질적 내용분석으로 범주화한 뒤, 사회적 자본, 경력역량, 전환학습 등의 이론적 관점을 보조적 해석틀로 활용하였다. 첫째, 사회적 자본은 개인이 관계망을 통해 정보, 지지, 신뢰, 기회를 획득할 수 있도록 하는 자원으로 이해된다(Coleman, 1988). 고립·은둔 청년은 사회적 관계망이 축소되어 필요한 도움을 요청하거나 진로정보를 얻는 데 어려움을 경험할 가능성이 높으므로, 프로그램 참여 과정에서 마음코디, 강사, 운영진, 또래 참여자와 관계를 형성하는 경험은 단순한 교류를 넘어 사회적 자본의 회복 과정으로 해석될 수 있다. 둘째, 경력역량은 개인이 경력을 발전시키기 위해 축적하는 동기와 정체성, 지식과 기술, 사회적 관계망을 포함하는 개념으로 설명된다(DeFillippi & Arthur, 1994). 일반 청년에게 경력역량이 주로 직무능력과 경력개발 자원의 축적으로 논의된다면, 고립·은둔 청년에게 경력역량은 직무기술 습득뿐 아니라 자기인식 회복, 직업세계와의 재접촉, 도움을 요청할 수 있는 관계망 형성까지 포함하는 의미를 지닐 수 있다. 셋째, 전환학습은 개인이 기존의 의미구조를 비판적으로 성찰하고 새로운 행동 가능성을 구성하는 과정으로 이해된다(Mezirow, 1991). 고립·은둔 청년에게 일경험 프로그램 참여는 단순한 교육 참여가 아니라, 부정적으로 자신을 인식하던 기존 관점을 성찰하고 새로운 시도와 사회참여 가능성을 발견하는 과정이 될 수 있다. 따라서 이 연구는 사회적 자본, 경력역량, 전환학습의 이론적

관점을 바탕으로 고립·은둔 청년의 일경험 참여 경험이 심리적 회복, 관계망 형성, 경력역량 형성, 자기성찰과 전환으로 어떻게 의미화되는지 논의하고자 한다.

III. 연구방법

1. 참여 프로그램 및 연구대상자

고립·은둔 청년이 미래내일 일경험 프로그램(ESG지원형)에 참가하여 어떤 경험을 하고 어떤 변화를 인식하는지 파악하고자 약 3개월 가량의 전체 과정에 참여한 청년을 대상으로 목적 표집을 실시하였다. 해당 프로그램(명칭: with you)은 6개월 이상의 고립·은둔 상황에 있던 청년을 모집·선발²⁾하여, 1단계는 마음코디가 방문하여 불안 완화 등을 목적으로 하는 6회차의 1:1 정서지원을 제공하고, 2단계는 디지털 콘텐츠 부문의 직무교육을 블렌디드 방식으로 제공하였다. 3단계는 콘텐츠 기획에 대한 1일 6시간 집합교육을 제공한 뒤 1~2주 뒤에 2박3일간 합숙프로젝트 형태로 콘텐츠를 팀별로 제작하고 발표하는 형태로 진행되었다.

〈표 1〉 연구대상자들이 참여한 미래내일 일경험 프로그램 사례(with you) 개요

구분	1단계. 정서지원	2단계. 직무교육	3단계. 팀프로젝트
개요	1:1 정서지원	직무교육(영상, 웹툰, 음원 분야)	팀프로젝트 일경험
주요 내용	전담 마음코디가 찾아가는 상담 통해 1:1 심리상담, 자기분석 등 정서회복 지원	디지털 콘텐츠 관련 온오프라인 직무교육 실시 (서울, 제주, 대전, 광주, 부산 거점교육장에서 진행)	집합교육(콘텐츠기획) 및 해커톤(2박3일 합숙, 콘텐츠 제작 및 발표) 방식, 분야별 팀프로젝트 프로그램 운영
기간 및 일정	6주 6회차, 회차당 2시간	6주 6회 총 44시간 (주1회 집합 3시간(18시간) 및 온라인 26시간 교육)	4주 (콘텐츠기획 집합교육 6시간, 해커톤 2박3일)
운영 인원	200명(기수별 100명) 1기 2025.5~6월, 2기 9월	200명(기수별 100명) 1기 2025.6~8월, 2기 10~11월	60명(기수별 30명) 1기 2025.8월, 2기 12월

주. 미취업 고립·은둔청년 대상자 사전 모집·선발함. 참여자에 3개월간 총 210만원 지원금 제공

2) 참여자는 참여자격확인서(졸업증명서, 고용보험 이력내역서 등 포함하여 미취업상황 등 확인), 설문지(고용부 내부 고립·은둔청년 판별 기준항목에 따른 문항 체크), 자기소개서 등을 토대로 적격성 판별 및 심사하여 선발하고, 참여자 선정 후에는 대상자 요건 확인 및 부적격시 지원금 환수 등에 대해 서약함.

이 프로그램에 참여한 청년들은 「청년 일경험 지원사업 시행지침」(고용노동부, 2025)에 따라, 고용보험전산망 피보험자 자격 확인(주30시간 미만 일자리 근무 시 미취업으로 간주), 고립·은둔 청년판별기준에 따른 설문 및 자기소개서 심사(고립·은둔 기간, 외출 및 사회적 교류 수준, 경제활동 및 교육훈련 참여 상황) 등의 참여자 선발심사를 통해 선정된 대상자들이다. 따라서 이들은 미래내일 일경험 프로그램 참여 당시 6개월 이상의 고립·은둔 유경험자로, 자발적으로 정부지원 프로그램과 면담에 참여할 의지를 지닌 대상이기에 자기선택편향 가능성이 고려된다.

미래내일 일경험 프로그램에 참여한 고립·은둔 유경험 청년의 경험과 변화를 탐색하기 위해 전체 프로그램에 모두 참여한 경험이 있는 참여자를 선정하고자, 프로그램이 종료된 사후(2026년 1월) 사업운영기관 담당자가 3단계까지 참여한 60명에게 연구의 목적과 취지를 설명한 후, 자발적으로 면담조사 참여의사를 밝힌 20명으로부터 연구참여동의서를 수령하였으나, 이 중 1명이 당일 참여 거부의를 밝혀 최종 19명이 면담조사에 참여하였다. 다만 이 연구의 면담참여자는 프로그램 전체 과정을 수료한 60명 중 운영기관의 안내를 받은 후 자발적으로 면담에 동의한 청년으로 구성되었기 때문에, 프로그램을 끝까지 완주한 참여자의 경험과 긍정적 변화 인식이 상대적으로 더 많이 반영되었을 가능성이 있다. 따라서 본 연구의 결과는 중도탈락자나 프로그램 참여 효과를 낮게 인식한 청년의 경험까지 포괄하는 것으로 일반화하기에는 한계가 있다.

〈표 2〉 연구참여자들의 개인적 특성

연구참여자	미래내일 일경험 ESG지원형 참여		성별	연령 (만)	최종학력	과거 근로 경험 누적 기간 및 유형	현재(일경험프로그램 참여 종료 후) 경제활동 상태
	기수	부문					
참여자1	2기	영상	남	26	고졸	0개월/단시간	쉬고 있음
참여자2	1기	음원	남	36	고졸	5개월/단시간	쉬고 있음
참여자3	1기	음원	여	35	전문대졸	7개월/정규직	취창업 준비중
참여자4	1기	웹툰	남	28	대졸	1년1개월/단시간	쉬고 있음
참여자5	1기	영상	남	34	대졸	2년/비정규직, 단시간	취창업 준비중
참여자6	2기	영상	여	35	대졸	1년/정규직, 비정규직, 단시간	취창업 준비중
참여자7	2기	웹툰	여	28	전문대졸	1개월/정규직, 단시간	취창업 준비중
참여자8	2기	웹툰	남	26	고졸	1년/단시간	쉬고 있음
참여자9	2기	영상	여	30	대졸	3개월/무응답	쉬고 있음
참여자10	2기	영상	여	31	대졸1)	2년/정규직, 비정규, 단시간	취창업 준비중
참여자11	2기	음원	남	28	전문대졸1)	1년/단시간	쉬고 있음
참여자12	1기	영상	여	37	대졸	1개월/무응답	쉬고 있음
참여자13	1기	음원	여	29	대졸	1개월/단시간	취창업 준비중
참여자14	2기	영상	여	26	고졸	3개월/단시간	취창업 준비중
참여자15	1기	웹툰	여	35	전문대졸1)	7년3개월/정규직, 단시간	취창업 준비중
참여자16	2기	웹툰	남	37	대졸	3년/단시간	취창업 준비중
참여자17	2기	음원	여	27	대학수료	4개월/단시간	취창업 준비중
참여자18	1기	음원	여	34	고졸	4년1개월/정규직, 단시간	쉬고 있음
참여자19	2기	영상	여	28	대졸	4개월/단시간	일하고 있음

1) 해당 3명의 면담대상자는 영상예술디자인학 등 일경험 참여 부문 유관 전공 졸업자임.

면담에 참여한 고립·은둔 청년 19명은 1기와 2기 참여자가 각 8명, 11명이었고, 콘텐츠 분야 별로는 영상 8명, 웹툰 5명, 음원 6명이었다. 평균연령은 면담이 실시된 시점 기준 만 31.0세였다. 면담참여자 중 3명은 콘텐츠 제작 관련 전공자였으며, 기존에 근로를 해 본 누적경험 기간은 평균 15.6개월이었고 대부분 아르바이트(단시간) 등 불안정고용을 경험한 것으로 나타났다. 면담은 프로그램의 참여 이후의 경험과 인식된 효과를 파악하기 위해 프로그램이 종료된 2026년 1~2월에 이루어졌는데, 면담 시점에서 참여자들은 경제활동 중이 1명었고, 취창업준비 중이 11명이었으며, 쉬고 있음이 8명이었다.

2. 자료 수집 및 분석

자료수집은 연구대상 청년들이 전국 각지에 거주하는 점과 참여자의 이동 부담등을 고려하여 화상플랫폼(Zoom)을 활용한 소규모 초점집단면담 방식으로 진행하였다. 각 면담은 4~5명의 참여자로 구성하였으며, 사전 동의서와 면담조사지를 제공한 뒤 프로그램 참여 동기, 1~3단계별 참여 경험, 참여 전과 비교하여 참여 후 인식된 자신의 변화 등에 대해 질문을 하고 참여자들이 순차적으로 답하도록 하였으며, 면담 흐름에 따라 연구자가 확인 또는 추가 질문을 하는 방식으로 진행되었다. 4회에 걸쳐 진행된 면담은 각 소그룹당 2시간 30분에서 2시간 50분 정도 소요되었다.

면담조사지는 이 연구의 연구문제, 프로그램 구성, 질적 프로그램 평가 관점, 고립·은둔 청년 관련 선행연구를 토대로 구성하였다. 먼저 연구문제에 따라 프로그램 참여 전 상태와 참여 동기, 단계별 참여 경험, 참여 이후 지각된 변화와 남은 과제를 질문 영역으로 설정하였다. 둘째, 연구대상 프로그램이 정서지원, 직무교육, 팀프로젝트의 세 유형으로 구성되어 있으므로, 각 과정에서 참여자가 경험한 사항(도움된 점, 긍정적인 면, 아쉬운 점)과 의미 있는 변화를 파악할 수 있도록 질문지를 구성하였다. 셋째, Patton(2015)의 결과 중심 질적 프로그램 평가 관점과 Sharma 등(2024)의 Most Significant Change 접근을 참고하여, 프로그램 효과를 취업 여부와 같은 단일 성과가 아니라 참여자가 의미 있는 변화로 인식한 경험과 그 변화의 맥락으로 파악하고자 하였다. 이에 따라 면담조사지에는 참여 전과 비교하여 스스로 체감하는 변화사항에 대한 질문을 포함하였다.

면담대상자 모집 단계에 동의서를 고지하고 확인을 회신받았으나, 고립·은둔 경험이 있는 참여자의 특성을 고려하여 면담 시작 전 자발적 참여와 중도 중단 가능성, 답변하지 않을 권리, 비밀보장 원칙 등 동의서에 있는 내용을 재안내하였고, 긍정적 경험뿐 아니라 불편했던 점과 아쉬웠던 점도 자유롭게 말할 수 있음을 설명하였다. 다만 소집단 화상면담의 특성상 사회적 바람직성이나 집단 내 동조 압력이 작용했을 가능성은 본 연구의 한계로 고려할 필요가 있다.

모든 면담은 동의를 구한 후 전 과정을 녹음하였고, 클로바노트로 1차 전사한 후 연구진이 직접 확인 및 보완하여 분석자료로 확정하였다. 수집된 면담자료는 참여자의 경험과 인식된 변화를 이해하기 위해 질적 내용분석 방법으로 분석하였다. 질적 내용분석은 텍스트 자료에 나타난 의미를 체계적으로 분류하고 범주화하여 연구참여자의 경험과 인식을 해석하는 데 적합한

방법이다(Hsieh & Shannon, 2005). 분석은 첫째, 전사자료를 반복적으로 읽으며 전체 맥락을 파악하고, 둘째, 참여자의 진술 중 프로그램 참여 전 상태, 참여 동기, 단계별 참여 경험, 참여 이후 지각된 변화, 남은 과제와 관련된 문장 또는 문단을 의미단위로 추출하였다. 의미단위는 하나의 경험, 인식, 감정, 행동 변화, 평가 또는 요구를 담고 있는 진술을 기준으로 구분하였다. 셋째, 각 의미단위의 핵심 의미를 참여자의 표현에 가깝게 요약하여 초기코드를 부여하였다. 넷째, 의미가 유사하거나 동일한 경험 영역을 가리키는 초기코드를 반복적으로 비교 및 통합하여 하위범주를 구성하였다. 예를 들어 외출 증가, 규칙적 참여, 생활 리듬 회복과 관련된 초기 코드는 ‘일상생활 회복’ 범주로, 조언을 구할 수 있는 관계, 강사 및 동료와의 연결, 도움 요청 가능성과 관련된 초기코드는 ‘사회적 자본의 형성’ 범주로 통합하였다. 다섯째, 하위범주의 내용적 유사성, 프로그램 참여 전-중-후의 시간적 흐름, 연구문제와의 관련성을 기준으로 상위범주를 도출하였다. 마지막으로 도출된 범주가 원자료의 의미를 적절히 반영하는지 반복적으로 검토하였다.

고립·은둔 청년 대상 프로그램은 취업률 등 양적지표만으로 지각된 효과를 파악하기 어렵다. 따라서 이 연구는 참여자 진술을 토대로 참여 전 상태, 참여동기, 참여 경험, 참여 이후 변화를 분석하고 범주 간 시간적 흐름도 함께 검토하였다.

3. 연구진실성 확보

이 연구는 연구윤리 원칙을 준수하여 연구대상의 권리와 안전을 보호하고자, 연구참여자에게 면담 목적과 방법, 개인정보 이용, 비밀보장, 자발적 참여와 중도철회, 자료 폐기 절차 등을 포함한 동의서를 사전에 제공하고 서면 동의를 받았다. 사전 동의서에 기술하였던 내용들은 면담 시작 및 종료시점에 재차 안내하였으며, 전사 및 코딩된 자료에 개인정보는 참여자 번호(익명)로 대체하였다.

다만 이 연구에서는 프로그램 종료 이후 참여자의 연락 가능성과 개인정보 보호 문제, 참여자의 심리적 부담 등을 고려하여 분석 결과 전체에 대한 참여자 확인(member checking)은 실시하지 못하였다. 이를 보완하기 위해 연구진은 전사자료와 원진술자료로 반복적으로 돌아가 범주 해석이 참여자의 표현과 맥락을 벗어나지 않도록 검토하였으며, 참여자의 직접 인용문을 충분히 제시하여 해석의 근거를 드러내고자 하였다. 또한 연구참여자의 콘텐츠 부문, 기수, 성

별, 면담 시점의 경제활동 상태에 따른 진술의 차이와 강조점도 검토하였으나, 이 연구는 참여자 집단 간 비교보다는 고립·은둔 유경험 청년에게 반복적으로 나타난 참여 경험과 지각된 변화의 공통 범주를 중심으로 결과를 제시하였다.

이 연구는 질적 연구의 신뢰성 확보를 위해 Lincoln과 Guba(1985)가 제시한 신빙성(credibility), 전이가능성(transferability), 의존가능성(dependability), 확증가능성(confirmability)의 준거를 고려하였다. 신빙성 확보를 위해 2명의 연구자가 일부 전사자료를 독립적으로 검토한 뒤 초기 코드와 범주 구성의 적절성을 비교하였고, 의견 차이가 있는 경우 원자료로 돌아가 참여자의 진술 맥락을 확인하고 논의를 통해 합의하였다. 불일치가 발생한 경우에는 특정 코드가 참여자의 진술을 과도하게 추상화한 것은 아닌지, 동일한 의미단위가 다른 범주에 중복 배치되지 않았는지, 범주명이 원자료의 의미를 충분히 포괄하는지를 기준으로 검토하였다. 또한 분석 결과가 참여자의 경험을 왜곡하지 않도록 주요 진술과 범주 해석을 연구진 내에서 반복 검토하였다. 전이가능성 확보를 위해 참여자의 기수, 콘텐츠 부문, 성별, 연령, 과거 근로경험, 현재 경제활동 상태를 제시하고, 참여자의 진술을 두껍게 기술하였다. 의존가능성과 확증가능성 확보를 위해 자료수집 과정, 전사자료, 코딩 과정, 범주 도출 과정 등을 기록하여 감사추적이 가능하도록 하였다.

연구자 위치성 및 성찰성과 관련하여, 연구진은 이 연구가 미래내일 일경험 프로그램의 운영 사례효과성 분석을 위해 수집된 자료의 일부를 활용하고 있다는 점에서 긍정적 의미를 과도하게 해석할 가능성을 인지하였다. 이에 분석 과정에서 긍정적 변화뿐 아니라 부정적·제한적 진술도 별도 의미단위로 추출하였다. 또한 연구진은 고립·은둔 청년을 결핍이나 부적응의 관점으로만 해석하지 않도록 주의하였으며, 참여자 진술의 의미를 연구자의 기대나 정책적 성과 논리에 맞추어 단정하지 않고 원자료의 맥락에 근거하여 해석하고자 하였다.

또한 이 연구는 공공 프로그램 운영의 효과를 파악하기 위해 위탁수행된 연구과정에서 수집된 면담자료의 일부를 연구목적에 따라 재분석한 것으로 IRB가 요구되지 않으나³⁾, 자료수집 당시 연구참여 및 개인정보 제공·이용 동의를 서면으로 받았고, 자발적 참여, 중도철회, 비밀보장, 익명화, 자료 폐기 절차를 고지하였다. 다만 취약 집단을 다루는 연구라는 점에서 향후 후속 연구들에서는 사전 IRB 심의를 명확히 거쳐 연구윤리 절차를 강화할 필요가 있다.

3) 생명윤리 및 안전에 관한 법률 시행규칙 제2조 제2항에 근거, 국가 공공 서비스 프로그램 검토·평가를 위한 직접·위탁 연구는 인간대상연구의 범위에 포함되지 아니함.

IV. 연구결과

6개월 이상 고립·은둔 경험이 있는 청년 참여자 19명의 미래내일 일경험 프로그램 참여 경험과 지각된 효과에 대한 면담자료를 질적 내용분석한 결과, 90개의 의미단위 기반 초기코드, 32개 하위범주, 7개의 상위범주를 도출하였다. 32개의 하위범주는 초기코드가 지시하는 경험 내용의 유사성에 따라 통합하였고, 7개의 상위범주는 연구문제와 프로그램 참여 전·중·후의 흐름을 고려하여 구성하였다. 즉, 참여 전 상태, 참여 동기, 정서지원 경험, 직무교육 경험, 프로젝트 경험, 참여 후 지각된 효과, 남아 있는 과제라는 상위범주는 자료에서 반복적으로 확인된 의미와 연구목적의 분석 초점을 함께 고려하여 도출한 것이다.

〈표 3〉 고립·은둔 청년의 미래내일 일경험 참여 경험과 지각된 효과에 대한 질적 내용분석 결과

의미단위 및 초기코드	하위범주	상위범주
집 밖으로 나가지 않음. 타인과 관계 단절	고립된 일상	참여 전 고립과 정체 상태
앞으로 무엇을 해야 할지 몰라 방황. 경력개발에 공백. 이직준비, 공무원시험 및 취업 준비기간 장기화로 지침.	진로 방황과 불확실성	
자존감이 낮아짐. 위축 및 무능력감. 뒤처진 느낌	낮은 자존감	
새로운 자극 필요. 밖으로 나올 이유 필요. 일상 회복 희망	변화 필요성 자각	변화욕구와 참여동기
사회와 연결 욕구. 공감 및 상담 등 정서적 지지 기대. 또래와의 교류에 대한 기대	심리적 지지와 사회적 연결에 대한 기대	
희망업계 진출시 무엇을 어떻게 준비해야 할지 몰라 참여. 직무경험 희망. 콘텐츠 제작해볼 기회. 경력과 경험 없어 일 구하기 어려움	진로탐색 및 역량개발 욕구	
경제적 지원금. 생계 부담 완화	경제적 동기	
무엇인가 처음부터 끝까지 해보고 싶음. 지속적으로 수행하는 경험 희망. 가시적 결과물 창출 과정 경험하고 싶음. 목표를 실천으로 옮기는 연습 하고 싶음	실행 및 성취 욕구	
정기적 대화 자체가 의미. 정기적 안부 확인이 도움. 찾아오는 상담 제공 받아 참여가 용이	참여가 용이한 정기적 교류 경험	미래내일 일경험 1단계(정서 지원) 참여 경험
공감받기. 정서적 안정. 세상과 연결. 털어놓는 것만으로도 부담 완화	정서적 지지와 안정감 형성	
상담 통해 자신의 특성 이해. 개인 맞춤형으로 상담 내용 진행	개별화 상담을 통한 자기탐색	
정서적 지원 활동의 멘토(상담자), 시간 및 회차, 내용 및 활동 등에 대한 불만족	정서지원 과정에 대한 아쉬움	

의미단위 및 초기코드	하위범주	상위범주
영상 제작, 음원 제작, 웹툰 제작, AI 활용	콘텐츠 관련 지식기술 학습	미래내일 일경험 2단계(직무 교육) 참여 경험
해당 분야 직업세계 이해, 도전 가능성 발견, 직업적 연결 가능성 탐색	직업적 탐색 경험	
교육 참여 위해 규칙적으로 생활	규칙적 생활 경험	
콘텐츠 제작 통해 다른 참여자들의 다양성 이해	다양한 타인에 대한 경험	
기자재 활용 제약, 실습 시간 부족, 참가자간 교류 시간 부족, 교육 내용 난이도에 대한 아쉬움	직무교육 과정에 대한 아쉬움	
함께 결과물 만드는 과정 경험, 함께 했기 때문에 가능함 경험, 협업의 어려움 깨달음	협업 경험	미래내일 일경험
완주 경험, 프로젝트 수행, 성취감과 자신에 대한 믿음 생김	결과물 완성 경험	3단계(프로 젝트) 참여 경험
빠듯한 일정, 참여자간 교류 기회 부족, 프로젝트 팀원 구성에 대한 아쉬움	프로젝트 과정에 대한 아쉬움	
자존감 회복, 의기소침한 상황에서 벗어나, 도전할 수 있는 힘을 얻음	심리적 회복	참여 후 지각한 효과
규칙적 생활, 정신적 육체적 활력 회복, 생활 관리 능력 생김	일상생활 회복	
밖으로 나옴, 대인 두려움 극복, 사회적 교류 지속 노력	고립·은둔 극복	
포기하던 나에서 벗어나 새로운 시도와 도전, 회피하지 않고 실천하는 것으로 변화, 객관적으로 나를 바라봄, 처음부터 끝까지 성실하게 참여함으로써 지속하는 힘을 얻음	자기성찰 및 전환	
도움이 필요할 때 전문가에게 조언 구할 수 있음, 기댈 수 있는 사람 얻음	사회적 자본의 형성	
대면 대화에 익숙해짐, 업무수행에 필요한 의사소통을 알게 됨	사회적 소통의 자신감 회복	
결과물 창출 경험, 진로탐색 및 준비 인식, 일경험 통한 자신감 형성, 일경험 통한 성과 획득	일경험 기반 경력역량 형성	
경력개발 위해 공모전 등 지속적 행동 시작함, 자격증 취득을 위해 노력하고 있음, 새로운 분야에 대한 도전	지속적 경력개발행동 실천	
콘텐츠 창작으로 수입 발생, 유관 분야 업무(일경험) 시작, 진출희망분야 일자리에 취업	취업 및 경제활동	
진로 목표 불명확, 실행계획 부족	진로 목표와 실행의 모호성	
은둔·고립 상태로 되돌아가지 않기 위해 노력 필요, 다시 돌아갈 가능성	재고립 가능성	여전히 남아 있는 과제
후속 프로그램, 지속적 연결, 지역 기반 지원	후속 지원 요구	

1. 프로그램 참여 전 특성과 참여 동기

가. 참여 전 고립·은둔과 정체 상태

해당 미래내일 일경험 프로그램에는 6개월 이상의 고립·은둔 경험이 있는 청년이 참여했다. 질적 내용분석 결과, 이들의 프로그램 참여 전 상태는 ‘고립된 일상, 진로 방향과 불확실성, 낮은 자존감’으로 범주화되었다. 우선, 외출을 하지 않거나 대인 교류를 하지 않고, 타인과 연결되어 있다는 느낌이 없는 고립 또는 은둔 형태의 일상 모습이 ‘고립된 일상’으로 범주화 가능하였다.

“집 안에서 고립된 상태로 한 1년 정도를 지냈었어요. (중략) 모든 게 저한테는 좀 막혀 있는 상태다 보니까 되게 좀 힘들었는데…” (참여자 2)

“제가 혼자서 웹툰 작업을 하고, 작업실이 집이라서, (중략) 사회생활도 좀 안 하게 되고 고립되는 느낌이었어요.” (참여자 14)

또한 이직 기간이나 공무원 시험 준비 등의 기간이 장기화되면서 지치고, 무엇을 해야 할지 몰라 방황하며, 경력개발에 공백 기간이 길어지는 등의 상황이 생기면서 진로에 대한 방향과 불확실성을 공통되게 인식하고 있었다.

“이직 생활이 길어지다 보니까 몸도 마음도 너무 많이 지쳐 있었어요.” (참여자 3)

“공무원 시험 준비를 하면서 공백기가 좀 길었던…” (참여자 6)

“당시에 저는 진로에 대해서 많이 흔들리고 있는 상태였고, 무엇을 좋아하는지 어렵게 아는 알겠는데, 그걸 어떻게 직업으로 연결해야 될지 아주 막막했고…” (참여자 11)

이러한 고립·은둔의 경험으로 자존감이 낮아지거나 무능력감을 느끼는 등 자존감이 낮아진 상황을 호소하며 심리적 위축을 경험한 것을 확인하였다.

“제가 뭔가 할 수 있는 것까지 못 하게 만드는… 자존감이 엄청나게 낮아져서… 그냥 몸만 움직이는데 애는 죽어 있는, 그런 생활을 한 5년 정도 했었어요.” (참여자 11)

“제가 뭔가 시야가 되게 좁아진다는 생각이 많이 들었고, 그리고 또래 친구들은 아무래도 계속 뭔가 앞으로 나아가는 것 같은데 저만 정체되어 있다는 느낌이 들어서…” (참여자 13)

나. 프로그램 참여 동기

물리적·심리적으로 고립과 정체 상태에 있던 청년들의 미래내일 일경험 프로그램에 참여한 동기에 관한 진술은 ‘변화 필요성에 대한 자각, 심리적 지지와 사회적 연결에 대한 기대, 진로탐색 및 역량개발 욕구, 경제적 동기, 실행 및 성취의 욕구’로 범주화되었다. 우선, 기존 고립·은둔 상태에서 벗어나거나 일상을 회복하고 싶고 새로운 자극이 필요하다고 자각하여 미래내일 일경험 프로그램에 신청한 경우가 있었다.

“언제까지 집 안에만 있고 계속 제 상처를 안고 지낼 순 없겠다 싶어서…”(참여자 2)

“다시 한 번 제 가능성을 조금 더 열어보고 새로운 자극 변화 이런 걸 조금 겪으면 저도 조금 더 리프레시해서 정말 새로운 마음으로 다시 이직을 준비할 수 있지 않을까라는 마음이 조금 더 컸던 것 같아요.”(참여자 3)

“이거를 끝까지 참여하면 생활이 개선되거나 변하지 않을까 하는…”(참여자 7)

사회와의 연결 욕구, 공감 및 상담 등 정서적 지지 기대, 또래와의 교류 등에 대한 기대 등 심리적 지지와 사회적 연결에 대한 기대감을 가지고 미래내일 일경험 프로그램에 참여 신청을 하기도 하였다.

“참여를 하면서, 이제, 저와 다른 완전히 다른 타인하고 이제 소통하는 경험을 해야 되잖아요. 그런 경험들이 이제 아무래도 이제 고립되어 있는 저한테 좀 환기가 되는 경험을 줄 것 같아서 지원했었습니다.”(참여자 6)

“SNS에서 은둔 고립 청년들을 위한 이런 프로그램이 있다 이런 거를 발견을 했고, 이제, 저는 단순히 취업을 위한 프로그램이 아니라, 뭔가 다시 사회랑 연결되는 경험을 하고 싶어서…”(참여자 19)

다음으로 진로탐색 및 역량개발에 대한 요구를 토대로 미래내일 일경험 프로그램에 참여한 청년도 있었다. 즉, 희망 분야 진출시 무엇을 어떻게 준비해야 할지 몰라 진로탐색이나 취업준비를 하고 싶은 욕구를 지니고 있거나, 콘텐츠 제작과 같은 직무경험을 해보고 싶고, 경력과 경험이 없어 일을 구하기 어렵기에 일경험을 쌓고 싶어 지원한 것이다.

“이걸 통해서 저의 가장 부족한 부분인 직무경험을 얻고 싶었거든요.”(참여자 6)

“음원 관련해서 작곡을 좀 배워보고 싶어서 시도를 했다가, 너무 어렵다는 그런 생각이 들어서 좀 포기했었는데, 이 프로그램에서 그런 전문가 분들이랑 같이 함께 수업도 들을 수 있고 결과물도 낼 수 있다고 해서 신청하게 되었어요.”(참여자 17)

“알바도 경력이 없으면 뽑아주지 않고, 이제 일자리 구하기가 어려워서 약간 그냥 마음으로만 돈을 벌긴 해야겠다고 생각을 했는데...”(참여자 1)

미래내일 일경험은 경력직 중심 채용 경향이 강해짐에 따라 미취업 청년에게 일경험 기회를 제공하여 원활한 노동시장 진입을 촉진하기 위한 정부정책사업이고, 연구대상자들이 참여한 ESG지원형 프로그램은 기업이 ESG경영 차원에서 편성한 것으로, 고립·은둔 청년지원자 중 선발되어 지속 참여시 전 과정을 무료 참여하는 것은 월별 70만원씩 총 210만원의 지원금을 제공하였다. 경제적 지원금은 생계 부담을 완화하면서 자기개발을 병행할 수 있다는 점에서 참여 동기의 한 범주로 도출되었다.

“지원금도 준다고 해서 일석이조, 그렇게 생각해서 한 게 큰 것 같습니다.”(참여자 4)

“알바를 하면 사실 돈 버는 거에 좀 지치는 그런 느낌인데, 이거는 자기개발이랑 좀 경제 활동을 좀 동시에 쉼길 수 있을 것 같은 느낌이 들어서 일단 그게 매력적으로 다가와서 맨 처음 신청을 하게 되었고요.”(참여자 1)

실행 및 성취 욕구 범주는 장기간 무언가를 지속하고, 가시적 결과물을 만들어내며, 생각에 머물던 목표를 실제 행동으로 옮기고자 하는 진솔에서 도출되었다.

“어떻게 해서든 그렇게 장기간 뭔가 내가 계속적으로 참여한다는 것에 조금 무거 중심을 두었던 것 같아요. (중략) 항상 이제 중간쯤 하다가 그냥 그만둔다든지 흐지부지된 다든지... 근데 어쨌든 어떻게 해서든 결과물이 나온다는 게...”(참여자 5)

“제가 목표를 세우는 것까지는 그래도 거기까지는 괜찮게 하는 것 같은데, 그 이후로 실천으로, 실천하는 게 되게 힘들거든요. 되게 오래 걸리고 이게 (프로그램 참여) 하면서 약간 활력이 생기면서 약간 실천으로 다 이어졌으면 좋겠다...”(참여자 8)

2. 미래내일 일경험 프로그램 참여 경험

가. 1단계 정서지원 프로그램 참여 경험

고립·은둔 청년 연구대상들이 참여한 미래내일 일경험 프로그램은 총3단계로 구성되어 있

고 1단계는 불안, 우울, 무기력 등 정서적 어려움을 이겨낼 수 있도록 6주간 6회차의 1:1 정서지원이 제공되는 과정이었다. 1단계 참여 경험에 대한 면담내용은 ‘참여가 용이한 정서적 교류, 정서적 지지와 안정감 형성, 개별화 상담을 통한 자기탐색, 정서지원 과정에 대한 아쉬움’으로 범주화되었다. 정서적 대화 자체가 의미 있고, 안부 확인이 도움이 되며, 찾아오는 상담 방식을 통해 외출에 대한 심리적 장벽을 낮춰 참여가 용이한 상담과 교류를 경험한 것으로 나타났다.

“1단계 같은 경우는, 저도 이제 혼자 있는 시간이 조금 길었다 보니까, 사람을 만나서 이야기한다는 것만으로 사실 저는 너무 좋았거든요.”(참여자 1)

“일주일에 한 번 누군가가 저의 안부를 묻고 무얼 했는지 물어본다는 점에서… (중략) 뭔가를 하게 되고 뭔가를 준비하게 되고…”(참여자 5)

“집 앞까지 와주셔서 이렇게 편하게 상담을 해 주셨거든요. (중략) 제 집 근처에 오셔서 해 주시는 것 자체가 또 되게 편안하고 좋더라고요.”(참여자 14)

또한 공감받거나 정서적 안정감, 세상과 연결된 느낌, 털어놓는 것만으로도 심리적 부담 완화가 되는 경험을 한 것으로 나타났다.

“처음 이제 프로그램에 참여하면 뭔가 떨리고 좀 그럴 수 있는데 마음코디분을 만나면서 정서적으로도 많이 안정이 되고…”(참여자 10)

“1단계에서는 확실히 저 혼자 고민했었던 진로 문제들이나 그런 것들이 있었는데, 상담사님이랑 같이 그걸 대화를 하고, 제 얘기를 꺼내는 것 자체가 되게 해소가 되고, 그런 환기가…”(참여자 8)

1:1의 개별화 상담을 통해 자신의 특성을 이해하고 진로 측면이나 고립·은둔 극복 측면에서의 자기탐색과 실행을 강화하게 된 경험도 한 것으로 나타났다.

“00이 잘하는 부분이었던 것 같은데 1단계에서 상담사님이랑 같이 대화하면서 그게 더 구체적이게 된 것 같아요.”(참여자 8)

“멘토님이 저를 1:1로 잘 맞춰서 만날 때마다 뭔가 활동할 수 있게끔 고려해 주셨던 부분이 있었는데, (중략) 원데이 클래스 하는 곳에 함께 가서 그림을 그려봤으면 좋겠다 이렇게 권유해 주셔서 그 클래스도 듣고 덕분에 좀 좋은 동기를 얻어서, 저는 이후에 디자인 공모전이나 일러스트 이런 거 관련된 공모전에 도전도 하고…”(참여자 13)

그러나 1단계 정서지원 프로그램 참여 경험에 있어, 마음코디(상담자)의 인적 속성이나 상담 회차 및 내용 등에 대한 아쉬움도 하나의 범주로 분석되었다.

“그 분(마음코디)이 되게 뭔가 이런 심리적인 상담에 이렇게 조금 프로가 아니시다 보니까 되게 조금 황당하기도 했고, 낯설기도 했고, 조금 불편한 건도…”(참여자 2)
 “횟수가 좀 제한되어 있어 가지고 충분히 다뤄보는 데 시간이 조금 아쉬웠다고 느꼈던 것 같아요.”(참여자 12)

나. 2단계 직무교육 프로그램 참여 경험

미래내일 일경험의 2단계는 디지털콘텐츠 직무교육으로, 음원, 영상, 웹툰 중 한 분야에 대한 총 6회 44시간의 블렌디드 교육 과정이었다. 집합 및 온라인교육에 참여하여 콘텐츠 제작 교육을 이수하면서 고립·은둔 청년은 콘텐츠 관련 지식·기술의 학습, 직업적 탐색 경험, 규칙적 생활 경험, 다른 학습자 등 다양한 타인에 대한 경험 등을 한 것으로 확인되었다. 우선 직무 교육 과정을 통해 부문별 콘텐츠 제작(영상, 음원, 웹툰) 및 AI 활용 관련 지식과 기술을 학습하고, 관련 기술이 향상한 것으로 인지하고 있었다.

“저도 음원 쪽은 사실 이렇게 막 잘 알던 분야가 아니었기 때문에, 설명해 주시고 가르쳐 주시면서 되게, 좀, 저도 처음에 어떻게 도전해야 되지라는 막연한 그런 게 있었는데, 좀 진입 장벽이 낮아졌다, 그 부분이 사실 너무 좋았어요.”(참여자 3)
 “제가 AI를 다루는 방법을 몰랐는데, 수업을 통해서 AI를 다루고 그걸 통해서 영상을 만들어서 결과물도 얻고…”(참여자 14)

콘텐츠 관련 지식과 기술을 습득하면서 추가적으로 해당 분야 직업세계에 대한 탐색과 이해와 도전 가능성 발견, 학습한 내용의 직업적 연결 가능성 탐색 등의 경험을 한 것으로 나타났다.

“그냥 좋아한다는 거에서 끝나는 게 아니라, 실제로 저작권 품에 그냥 직접 업로드를 하면서, 그냥 이거는 단순한 취미로가 되는 게 아니라, 그냥 뭔가 직업으로도 연결될 수 있겠구나라는 감각 같은 거를 얻었어요.”(참여자 11)
 “스토리라든가 아니면 웹툰 PD라든가, 이런 쪽에 지금 진로를 희망하고 있었는데, 그런 부분에서도 미진하지 않게 좀 교육을 보충을 해 주셔서, 그 부분이 굉장히 종합적

으로 좀 배려를 받고 있고 실제로 도움도 많이 된다라는 생각이 들어서…”(참여자 16)

더불어 매주 거점교육장에서 열리는 직무교육에 참여하기 위해 규칙적으로 생활하는 것도 2 단계 프로그램을 통해 경험한 사항이라고 회고하였다.

“이렇게 점심쯤 (교육이) 있다 보니까 오전에는 일어나서 나갔어야 했던 거예요. 규칙적인 강제성이 저를 이렇게 만들어준 것 같다고 생각을…”(참여자 7)

집합교육을 통해 다른 청년참여자들을 접하며 타인의 콘텐츠 제작 표현 방식의 다양성 등에 대해 경험할 수 있는 기회가 된 것으로 나타났다.

“저는 다 완성을 완벽하게는 못했는데, 다른 분들의 작품을 살짝씩 보면서 나랑 다른 사람의 생각이나 시선에서 약간 저런 작품이 나오는구나라는 걸, 단편적으로라도 경험할 수 있어서 그게 좋았어요.”(참여자 9)

반면, 2단계 직무교육에 있어 기자재 활용 제약, 실습 시간 부족, 참가자간 교류 시간 부족, 개인 특성에 따른 교육 내용 난이도의 상이성 등에 대한 아쉬움이 직무교육 단계에 대한 참여자 진술상 하나의 범주로 분류되었다.

“기기를 써야 하는데 기기가 없어서 약간 시간이 좀 빠듯해 보이셨던 분도 계셨고, (중략) 시간이 살짝 좀 빠빠하지 않았나 약간 그런 생각이 들었어요.” (참여자 9)

“두 번째 웹툰 수업은 되게 재미있었는데 (중략) 이제 설명이 초반에 좀 많고 작업(실습) 시간이 조금 짧았다는…”(참여자 15)

“동료분들 함께 수업을 들었던 분들이랑 교류를 할 수가 없었어요. 각자 일에 집중하고, 또 풀 작업이 아니다 보니까 대화를 할 시간이 없더라고요.”(참여자 14)

다. 3단계 프로젝트성 일경험 참여 경험

고립·은둔 청년들이 참여했던 미래내일 일경험 프로그램의 3단계는 1~2단계에 성실히 참여한 우수자를 선발하여 콘텐츠기획과 관련한 사전집합교육을 제공하고, 1~2주 뒤에 2박 3일의 합숙을 통한 팀프로젝트를 해커톤 형태로 수행하는 것이었다. 이 과정에서 고립·은둔 청년들은 결과물을 완수해 내는 경험을 하며, 성취감과 자신에 대한 믿음이 형성된 것으로 인식하고 있는 것으로 나타났다.

“뭔가 팀원들과 함께 하나의 결과물을 완성했다는 그 경험이, 뭔가 제 자신에 대한 신뢰를 많이 회복해 주었습니다.”(참여자 11)

“3단계가 이제, 그거 못했던 거를 그나마 완성을 한 결과물이 나와가지고, 제가 혼자 한 건 아니지만 뭔가 다 같이 완성이라고 했네라는...”(참여자 17)

더욱이 고립·은둔을 경험한 청년들이기에 타인과 함께 했기에 가능한 경험이었다거나, 과정이 어렵더라도 협업을 경험한 것 자체를 의미있게 회고하였다.

“은둔·고립 성향이 되게 강했던 제가, 다른 사람들이랑 협력을 해서 한 작품을 만들기 위해서 노력한다, 이런 경험 자체가 좀 제가 정체돼 있던 상태에서 앞으로 나가는 데 도움이 많이 됐던 것 같습니다.”(참여자 16)

“어쨌든 같이 모여서, (중략) 이런 경험 자체가 없는데, 이렇게 정말 다른 모르는 사람들이 모여서 무언가를 만든다는, 만들어서 결과물을 내는 게, 저한테는 되게 필요했었거든요.”(참여자 5)

팀프로젝트를 통해 과업에 대한 완주와 협업을 경험한 청년들은 3단계에 대해 빠듯한 일정, 참여자간 교류 기회 부족 등에 대한 아쉬움을 토로하였다.

“생각보다 시간이 타이트했던 것 같아요. 뭔가 일정들은 다 좋았는데, 레크리에이션도 하고 팀프로젝트를 하고 하는 것도 다 좋았는데, 조금 시간이 부족하다 보니까 밤 새서 하는 경우도 있었고, 밤늦게까지 이렇게 하는 경우도 있더라고요.”(참여자 10)

“팀프로젝트다 보니까 협업의 경험은 되게 만족을 했는데 충분히 교류를 하지 못했던 것 같아요.”(참여자 16)

3. 지각된 프로그램 참여 효과와 과제

가. 고립·은둔 청년이 지각한 일경험 프로그램 참여 효과

3개월간의 미래내일 일경험 프로그램에 참여한 이후, 고립·은둔 청년들은 프로그램 참여 전에 비하여 ‘심리적 회복, 일상생활 회복, 고립·은둔 극복, 자기성찰 및 전환, 사회적 자본의 형성, 사회적 소통의 자신감 회복, 일경험 기반 경력역량 형성, 지속적 경력개발행동 실천, 취업 및 경제활동’이라는 다양한 긍정적 변화를 경험한 것으로 인식하였다. 고립·은둔 청년들은 프로그램을 통해 의기소침한 상황에서 벗어나 자존감을 회복하고 새롭게 도전할 수 있는 힘을 얻

는 심리적 회복 효과가 있다고 여겼다.

“사람들을 만나서 이야기 나누고 함께 무언가를 만들어가는 속에서 좀 지쳐있던 몸과 마음을 조금 다시 리프레시할 수 있었고, 무엇보다도 좀 다시 한번 이뤄낼 수 있는 용기, 에너지, 이런 걸 얻은 것 같아서 정말 소중한 경험이…”(참여자 3)

“예전에는 제 자신을 충분히 소중하게 대하지 못했다면 지금은 감정이나 상태를 더 잘 살피려고 아끼고 존중하려는 태도로 변화하고, (중략) 앞으로 진로와 삶을 대하는 태도에 대해서도 긍정적인 영향으로 미치는 거, 영향을 주는 것 같아요.”(참여자 12)

“결국에는 음원을, 결국에는 녹음을 다 끝내고 작업을 했을 때, 나도 무언가를 할 수 있구나, 나도 무언가를 해낼 수 있는 사람이구나를 느꼈어요.”(참여자 2)

고립·은둔 청년들은 일상생활이 무너져있는 특징을 보이는데, 참여자들은 프로그램을 통해 규칙적인 생활을 하게 되고, 정신적·육체적 활력을 회복하며 생활관리능력이 생긴 것으로 진술하는 등 일상생활 회복으로 인식되는 변화가 나타났다.

“집 밖에 못 나가는 것뿐만 아니라 그냥 방 안에서만 지내고 그랬었거든요. 밥도 안 먹고, 그리고 계속 잠만 자고 이렇게 좀 움츠러들어 있던 상태였었는데, 이게 1,2,3단계를 진행하면서 사람도 만나고 밖으로 나가고, 이제 밖에 나가는 연습을 했다, 이렇게 되니까, 저는 지금은 이게 프로그램 끝나고 나서 규칙적으로, 밤에는 자고 아침에는 일어나 가지고, 네, 전에는 이렇게 못했던 그거를 다시 되찾은 상태예요.”(참여자 7)

“프로그램 전에는 정말 늦게 자기도 하고 진짜 규칙이 없는 생활이었던 것 같은데 프로그램을 한 후에는 약간 루틴이 조금 생긴 것 같다고 느껴요.”(참여자 8)

“루틴을 확립할 수 있게 되서 저 스스로 좀 규칙적인 생활을 할 수 있게, 스스로를 좀 다잡고 통제할 수 있는 능력이 많이 늘어났고요.”(참여자 16)

고립·은둔 청년들은 집 안에 고립 또는 은둔하는 특징을 주로 보이는데, 참여자들은 프로그램을 통해 밖으로 나오게 되고, 사회적 교류를 지속하려는 노력을 하게 된 것이 성과라고 답하는 등 고립과 은둔 상황에서 벗어나는 계기를 경험한 것으로 인식하였다.

“누군가를 좀 만나는 것도 그리고 좀 밖에 나가는 것도 조금 큰 용기가 필요한 일이었는데 덕분에 밖에 나올 수 있었고, 또 새로운 사람들을 많이 만날 수 있어서 정말 큰 용기가 되었던 것 같아요.”(참여자 3)

“나가는 거에 대한 공포 같은 거는 이제 없고…”(참여자 7)

“바깥에서 마주하는 사소한 일상들도 새롭게 느껴지기 시작했고, 또 사람들과 관계를 맺는 것에 대한 부담도 많이 줄어들었던 것 같아요.”(참여자 12)

고립·은둔 상황일 때에는 낮은 자존감 문제를 겪었지만, 프로그램 참여 후에는 포기하던 자신에서 벗어나 새로운 시도와 도전을 하고, 회피하지 않고 실천하는 모습으로 변화하였다고 답했다. 또한 객관적으로 자신을 바라보고, 처음부터 끝까지 성실하게 참여함으로써 지속하는 힘을 얻었다고 회고하였다. 이는 고립·은둔 청년이 미래내일 일경험 프로그램 참여를 통해, 부정적이라고 생각했던 자신의 모습을 변화시키고자 스스로 자신의 벽을 허물기 시작한 것이므로, 이러한 진술은 자기성찰 및 전환 범주로 분류되었다.

“사실 이번 기회가 아니었으면 평생 아마 (영상을) 안 만들지 않았을까 싶은데, 이제 이번 기회를 통해서 뭔가 그 벽을 허물었던 느낌이 있어서…” (참여자 1)

“제가 사실 그동안 좀 많이 회피를 했어요. (중략) 근데 여기 선발되고 나서 그래도 시도해 봐도 괜찮구나 완벽하지 않아도 괜찮구나 약간 이런 생각이 좀… 약간 사고의 변화가 조금 있었어요.”(참여자 9)

“전에는, 좀 어떡하지, 이걸 못하면 어떡하지, 저걸 못하면 어떡하지, 걱정이 되게 앞섰는데, (중략) 일단 해보자 하는 그런 마인드가 조금 생겼고요.”(참여자 15)

미래내일 일경험 프로그램에 참여한 고립·은둔 청년들은 사회적 연결고리가 없었는데, 참여를 통해 도움이 필요할 때 전문가에게 조언을 구할 수 있고, 기댈 수 있는 사람을 얻었다고 진술했다. 이는 도움이 필요할 때 조언과 지지를 구할 수 있는 관계를 얻었다는 점에서 ‘사회적 자본의 형성’ 범주로 정리하였다.

“그때 담당하셨던 강사님이랑 연락도 주고받으면서 이제 피드백도 받고 하는 그런 과정이, 사실 영상 강사님께 이렇게 메일로 뭔가 물어보고 한다는 게, 원래 아는 분이 없으면 어려운 일인데 이게 이번 기회를 통해서 알 수 있어서 좋았고…”(참여자 4)

“저는 사실 형제도 없고 부모님이랑도 지금 연락을 안 하고 있는 상태고, 그리고 지역에서 홀로 지내고 있는 상태인데, (중략) 이 사업에 참여하면서 나도 누군가한테 기댈 수 있구나, 그리고 누군가가, 나는 되게 텅그러니 혼자 내쳐져 있는 사람이라 생각을 했는데, 나도 누군가한테 케어받고 있구나, 관심을 받고 있구나…”(참여자 2)

프로그램을 통해 다른 참여자 또는 강사 등과 대화를 하면서 대면 대화에 익숙해지고 사회

적인 의사소통에 대해 자신감을 회복한 것도 고립·은둔 청년들에게는 미래내일 일경험 프로그램 참여로 인한 지각된 효과로 진술되었다.

“사회적으로 소통을 거기서 자꾸 하다 보니까, 좀 제가 평소에 대화를 할 때 생각이 많아가지고 좀 말을 되게 더듬는다거나, 아니면은 말의 내용이 너무 산만해진다거나 말이 지나치게 빨리 한다거나, (중략) 근데 계속 직접적으로 마음코디닝과도 얘기하고, 팀원들이랑도 얘기하고, 가서 발표도 해보고, 이런 식으로 계속 사회적인 상호작용의 시간을 가지다 보니까, 저 스스로가 급격하게 변화하지 않더라도, 조금씩 조금씩 계속 스스로가 긍정적으로 변해가는 게 느껴지더라고요.”(참여자 16)

프로젝트성 일경험을 토대로 콘텐츠 제작 결과물을 생성해보고, 콘텐츠 관련 산업 및 직종에 대한 진로탐색과 준비에 대한 인식을 하며, 진로 및 취업에 대한 자신감과 수상이력 등 성과를 획득하게 된 것도 프로그램 참여 효과로 지각하고 있었다. 즉, 미래내일 일경험에 참여한 고립·은둔 청년들은 일경험을 기반으로 경력역량을 형성하게 된 것이 참여에 따른 변화라고 인식하고 있었다.

“여기서 배운 영상 편집 기술이라든지 이런 거를 적용을 해서 해 본 건데 (중략) 이제 캠프가 끝날 때쯤에 그제(영상공모전) 올라와서, 나 최근에 영상 한 번 편집 기술을 배워봤는데 잘은 못하지만 그래도 한번 해볼까 해서 했는데, 이제 운 좋게도 이제 수상이 돼서 좋았던 것 같아요.”(참여자 4)

“심리 상담도 해주고, 직업 관련 그런 것도 직업 훈련 같은 것도 해주고, 뭐라고 그래야 되지, 작업물을 같이 팀으로 협업해 갖고 하는 그 해커톤도 있어서, 뭔가 참여 후에는 나도 이 정도는 해봤다라고 말할 수 있게 되었습니다.”(참여자 11)

또한 참여자들은 프로그램 참여가 지속적인 경력개발행동으로 이어졌다고 진술하였다. 자격증 취득, 취업준비 학원 수강, 포트폴리오 제작 등을 포함하여 경력개발을 위한 추가적 진로행동을 실천하고 있는 것이다.

“약간 3단계 그거를 참여하면서 뭔가 직장 생활을 하면 이런 느낌이 들지 않을까 라는 생각도 들었고, 뭔가 자신감도 살짝 되찾았던 것 같아요. 그 일을 계기로 다시 취업 준비 학원에도 다니고 있거든요.”(참여자 10)

“이번에 해커톤을 2박 3일 하면서 거기서 배웠던 AR 프로그램이라든지 음원 같은 걸 찾아보고 검색해서 찾아보고, 이제 저 혼자 스스로 몇 시간씩 해보자 이런 마음으로

영상을 만드는 중이에요.”(참여자 12)

“저는 해외 쪽으로도 경험해 보고 싶은 생각이 있기 때문에, 외국어 연습이라든지 그리고 그런 해외 예술 디자인 분야에서는 어떻게 채용이 이루어지는지에 대한 계획을 세워서 차근차근히 준비하고…”(참여자 13)

미래내일 일경험 프로그램 참여 후 콘텐츠 창작활동으로 소득이 발생하거나, 유관 분야 업무를 시작하는 등 일부 참여자는 프로그램 참여 이후 취업 및 경제활동으로의 이행을 진술하였다.

“프로그램에서 지원금을 받으면서 만든 작업물로 포트폴리오를 만들어서 제가 OO 웹툰에 연재할 수 있게 됐거든요. 그래서 소정의 원고료를 받아서…”(참여자 14)

“이제 좀 집 근처에서, 일을 시작을 했어요. 그래서 네, 오랜만에 일을 막 나가다 보니까 다시 막 활력이 생기고, 뭔가 판매를 하고 영업 실적을 내고, 그리고 또 매니저님한테 칭찬을 듣고 하니까 막 되게 뿌듯하고, 이게 일하는 맛이…”(참여자 19)

나. 여전히 남아 있는 과제

고립·은둔 청년들이 미래내일 일경험 프로그램 참여를 통해 다양한 긍정적 변화를 인식하였음에도 불구하고, 여전히 진로 목표나 실행에 대해 모호성을 지니거나, 다시 은둔·고립 상태로 돌아갈 가능성도 면담 과정에서 확인되었다. 이러한 진술은 변화의 지속을 위한 후속지원 요구의 범주로 정리되었다.

“저희 같은 청년들은, 이게 갑자기 이런 거 참여하다가, 다시 불꽃이 확 살아나다가 금방 꺼지고, 오히려 다시 더 숨을 수도 있고, 더 자신감이 하락할 수 있고, (중략) 안으로 더 숨게 되는 사례가 분명히 저는 생길 거라고 봅니다. (중략) 사실 조금 아쉬웠던 거는 이 이후로 무언가 후속 사업이 연결되지 못하고…”(참여자 2)

“3단계까지 경험을 하고 난 다음에 저희가 마음과 생각이 다르잖아요. 그러다 보니까 한 4단계쯤으로 한 번 더 상담 같은 게 조금 더 있어서 한 번 더 좀 스스로를 총 정리할 시간을 그쪽에서 제공을 해줬으면 더 좋지 않았을까…”(참여자 16)

이상의 연구결과를 종합하면, 고립·은둔 청년의 미래내일 일경험 프로그램 참여 경험은 각각 분리된 범주라기보다 시간적 흐름 속에서 연결된 과정적 경험으로 이해할 수 있다. 참여자들은 프로그램 참여 전 고립된 일상, 진로 방향과 불확실성, 낮은 자존감 등으로 특징지어지는

고립과 정체 상태에 있었으며, 이러한 상태에서 벗어나고자 하는 변화 필요성에 대한 자각, 사회적 연결에 대한 기대, 진로탐색 및 역량개발 욕구, 경제적 동기, 실행 및 성취 욕구를 바탕으로 프로그램에 참여하였다. 이후 참여자들은 정서지원 단계에서 정서적 지지와 안정감, 자기탐색, 외출의 계기를 경험하였고, 직무교육 단계에서는 규칙적 생활, 콘텐츠 관련 지식·기술 학습, 직업적 탐색, 다양한 타인과의 교류를 경험하였다. 이어 프로젝트 단계에서는 협업, 역할 수행, 결과물 완성, 성취 경험을 통해 자신에 대한 믿음과 사회적 소통 가능성을 인식하였다. 이러한 과정적 경험에 따라 참여자들은 심리적 회복, 일상생활 회복, 고립·은둔 완화, 자기성찰 및 전환, 사회적 소통 자신감 회복, 사회적 자본 형성, 경력역량 형성, 지속적 경력개발행동, 취업 및 경제활동의 효과를 지각한 것으로 의미화되었다.

다만 이러한 흐름은 모든 참여자에게 동일한 순서와 수준으로 나타난 보편적 단계라기보다는, 참여자 진술에서 반복적으로 확인된 경험과 지각된 변화를 시간적 맥락 속에서 해석한 것이다. 일부 참여자에게는 진로 목표의 모호성, 재고립 가능성, 후속지원 요구가 여전히 남아 있었으며, 이는 프로그램 참여 이후의 긍정적 변화가 지속되기 위해 추가적인 지원에 대한 고려가 필요함을 보여준다.

V. 논의 및 결론

이 연구는 미래내일 일경험 프로그램에 참여한 고립·은둔 청년들의 참여 경험과 지각된 효과에 대해 질적 내용분석으로 탐색한 것이다. 참여자들은 프로그램 참여 전 고립과 정체 상태에 있었으며, 사회적 연결에 대한 기대, 진로탐색 및 역량개발 욕구, 경제적 동기, 실행 및 성취 욕구를 바탕으로 프로그램에 참여하였다. 복합적 방법으로 구성된 프로그램 참여 과정에서는 정서적 지지와 자기탐색, 규칙적 생활, 콘텐츠 관련 지식·기술 학습, 타인과의 교류, 협업, 결과물 완성 등을 경험하였고, 그 결과 심리적 회복, 일상생활 회복, 고립·은둔 극복, 자기성찰 및 전환, 사회적 소통의 자신감 회복, 사회적 자본 형성, 경력역량 형성, 지속적 경력개발행동 실천, 취업 및 경제활동 등으로 이어지는 일경험 프로그램 참여 효과를 인식한 것으로 나타났다. 종합하면, 이들의 참여 경험은 고립 상태에서 출발해 참여 동기, 과정별 경험, 심리·행동 변화, 사회참여 확대 가능성으로 이어지는 과정적 흐름으로 이해할 수 있으며, 주요 논의 및 결론은

다음과 같다.

첫째, 고립·은둔 청년에게 일경험 프로그램 참여는 진로 탐색이나 경력 형성의 의미를 넘어 심리적 회복, 일상생활과 사회적 관계의 회복 등 탈(脫)고립으로 이어질 수 있는 변화 경험으로 인식되었다. 이 연구에서 미래내일 일경험 프로그램은 고립·은둔 청년이 집 밖으로 나오는 계기였고, 정기적으로 타인과 교류하며, 정해진 시간에 교육에 참여하고, 팀원과 과업을 완수해 보는 경험으로 진술되었다. 이러한 결과는 고립·은둔 청년이 일반 청년과는 다른 요구와 변화 과정을 지닌 집단임을 보여주며, 일경험을 ‘실무경력 형성을 위한 직무훈련’을 넘어 ‘사회적 관계 회복과 진로행동을 가능하게 하는 회복 경험’으로 해석할 수 있음을 시사한다. 이는 고립·은둔 청년에게 일경험이란 사회적 인정의 과정이자 사회적 관계 회복과 주체성 재구성의 의미를 가지며(김은숙, 김지연, 2026), 일경험이 고립·은둔 청년의 자기효능감 향상, 사회적 관계 재구축에 기여 가능성을 논의한 연구(Su, Li, & Wong, 2023)와 맥을 같이 한다.

둘째, ‘정서지원-직무교육-프로젝트’의 복합적인 방법으로 구성된 프로그램은 고립·은둔 청년이 점진적으로 참여할 수 있는 구조로 인식되었다. 1단계 정서지원은 심리적 안전감과 외출 계기를 제공하여, 부정적 자기인식을 성찰하고 사회적 연결을 시작하는 시발점이 되어 전환학습의 관점으로 해석이 가능하다. 이는 국내 고립·은둔 청년 지원 프로그램이 상담, 교육, 자조 모임 등을 중심으로 자기회복, 일상생활 건강, 관계 형성을 주요 목적으로 삼고 있다는 선행연구와 연결된다(조영아 외, 2024). 2단계 직무교육은 지식·기술 습득, 규칙적 생활, 직업탐색을 촉진하는데, 이는 단순한 기술 습득을 넘어 규칙적 생활의 회복과 직업세계 접촉의 매개체로서 경력역량의 기초를 형성하는 데에 기여한 것으로 해석된다. 3단계 프로젝트는 협업을 통해 사회적 소통 가능성을 확인하고 공동 과업 완성을 통해 자기신뢰를 회복하게 하였다. 이는 신뢰와 상호의존 등을 토대로 하는 사회적 자본과 경력역량(knowing-how, knowing-whom, knowing-why)을 동시에 강화하는 핵심 경험으로 해석된다.

셋째, 이론적 배경에서 검토한 사회적 자본과 경력역량 관점에서 볼 때, 고립·은둔 참여자들이 마음코디, 강사, 운영진, 또래 참여자와 관계를 형성하고 교류하며, 필요할 때 조언을 구할 수 있는 사람을 얻었다고 진술한 점은 사회적 자본의 회복으로 해석할 수 있다(Coleman, 1988). 또한 직무교육과 프로젝트 수행을 통한 콘텐츠 제작 결과물, 포트폴리오, 공모전 수상 경험, 관련 분야 진로정보 획득 등은 경력역량 형성으로 해석된다. DeFillippi와 Arthur(1994)의 경력역량 관점에서 볼 때, 참여자들은 일의 의미를 탐색하고, 콘텐츠 제작 지식과 기술을 습

득하며, 강사와 동료라는 관계망을 형성하였다. 참여자들은 프로그램을 통해 조언을 구할 수 있는 강사, 운영진, 또래를 만나면서 고립·은둔 상태에서 약화되었던 관계적 자원을 일부 회복하였다. 또한 콘텐츠 제작 지식, 결과물, 포트폴리오, 공모전 경험은 자신이 실제로 수행할 수 있는 일을 확인하게 하는 경력 자원으로 작용하였다. 이러한 관계적 자원과 경력 자원이 결합되었기 때문에 일부 참여자는 미래내일 일경험 프로그램 참여 이후 취업준비, 창작활동, 공모전 도전, 유관 업무 시작과 같은 지속적 경력개발행동을 실천할 수 있었던 것으로 해석된다.

넷째, 앞서 검토한 전환학습 관점에서 볼 때, 고립·은둔 청년의 참여 과정은 자기성찰 및 전환학습적 특징을 지니고 있었다. 미래내일 일경험 프로그램 참여 전에는 자신을 뒤쳐진 사람이나 회피하는 사람으로 인식하였으나, 참여 후에는 포기나 회피를 하지 않고 시도하고 행동하는 사람으로 변화하였다고 진술하였다. 이는 기존 의미구조를 비판적으로 성찰하고 새로운 행동가능성을 구성하는 전환학습의 특성을 부분적으로 보여주는 것으로 해석된다(Mezirow, 1991). 이 연구에서 미래내일 일경험 프로그램에 참여한 고립·은둔 청년들은 기존의 부정적 자기 인식이나 고립·은둔하는 생활양식 등을 수정하고, 새로운 자기 가능성을 발견하였다. 특히 고립·은둔 청년이 자신의 벽을 허물고 이 프로그램에 참여한 것, 프로그램 참여를 통해 자신을 돌아보고 일상생활을 회복하거나 지속적 경력개발행동을 실천하는 것 등은 전환학습의 주요 양상으로 해석된다.

다섯째, 이 연구는 참여자 경험 중심의 질적 평가가 고립·은둔 청년 프로그램의 참여 경험과 지각된 효과를 파악하는 데에 의미가 있음을 시사한다. 고립·은둔 청년 대상 프로그램의 효과를 취업률, 수료율, 만족도 등과 같은 양적 지표를 중심으로 평가하면, 본 연구에서 확인된 심리적 회복, 일상생활 회복, 사회적 소통 자신감 회복, 자기성찰 및 전환, 사회적 자본 형성, 경력개발행동 실천 등과 같은 질적 효과를 충분히 파악하기 어렵다. Patton(2015)은 프로그램에 대한 질적 평가는 어떤 맥락에서, 누구에게, 어떤 방식으로 의미 있는 변화를 만들어내는지를 이해하는 데 유용하다고 설명하였다. 참여자 경험을 토대로 한 질적 분석이 이와 같은 복합적 취약성을 지닌 계층의 프로그램 참여 과정과 지각된 변화를 분석하는 데 유용할 수 있음이 시사된다.

한편, 이 연구의 결과는 미래내일 일경험 프로그램으로 인한 긍정적 변화뿐 아니라 그 변화가 제한될 수 있는 조건도 함께 보여준다. 참여자들은 정서지원 과정에서 상담자의 전문성, 상담 회차와 시간의 충분성, 상담 내용의 적합성에 따라 정서지원 경험의 질이 달라질 수 있음을

진술하였다. 이는 정서지원이 심리적 안정과 자기탐색의 계기가 되기 위해서는 단순한 상담 제 공만으로는 충분하지 않으며, 고립·은둔 청년의 특성을 이해하는 전문적 상담자, 충분한 상담 회기, 참여자의 상태에 맞춘 개별화된 접근이 필요함을 시사한다. 또한 직무교육 과정에서는 실습 시간, 기자재 접근성, 교육 난이도, 참여자 간 교류 기회가 교육 경험의 효과를 제한하는 조건으로 나타났다. 즉, 직무교육이 경력역량 형성으로 이어지기 위해서는 지식 전달 중심 교 육을 넘어 충분한 실습, 개별 피드백, 동료 간 상호작용이 보장될 필요가 있다. 프로젝트 경험 역시 협업과 결과물 완성의 계기가 되었지만, 빠듯한 일정과 제한된 교류 시간은 협업 경험의 질을 낮추는 요인으로 작용할 수 있었다. 따라서 이 연구의 결과는 미래내일 일경험 프로그램 의 긍정적 효과가 프로그램 참여만으로 자동적으로 발생하는 것이 아니라, 맞춤형정서지원의 전 문성, 실습과 피드백을 포함한 직무교육의 내실성, 팀프로젝트 참여 과정의 참여자간 상호작 용, 수료 이후 후속지원 등이 결합될 때 지속될 수 있음을 보여준다.

추가적으로 이 연구의 학술적 시사점을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 기존 청년 일 경험 연구가 주로 취업률 등 노동시장 성과에 초점을 두었던 것과 달리, 고립·은둔 청년의 일경험 참여를 심리적 회복, 일상생활 회복, 사회적 관계 회복, 경력역량 형성으로 이어지는 과정적 경험으로 해석하였다는 점에서 의의가 있다. 둘째, 고립·은둔 청년 대상 프로그램의 효과를 인 과적으로 검증하기보다 참여자가 인식한 변화와 의미를 질적 내용분석으로 범주화함으로써, 취약청년 대상 일경험 프로그램의 지각된 효과를 분석하는 질적 평가 접근의 가능성을 보여주 었다. 셋째, 사회적 자본, 경력역량, 전환학습 관점을 고립·은둔 청년의 맥락에 적용하여, 이들 에게 경력역량은 단순한 직무기술 습득을 넘어 관계망 형성, 도움 요청 가능성, 자기인식 회복 과 결합되어 나타날 수 있음을 제시하였다.

이상의 논의와 결론을 바탕으로 실천적·정책적 시사점을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 고립·은둔 청년 대상 일경험 프로그램은 정서지원, 직무교육, 팀워크 기반 프로젝트형 일경험 등 이 통합된 복합적 방법에 의한 모델로 설계될 필요가 있다. 고립·은둔 청년은 일반적인 직무교 육에 바로 참여하기 어려울 수 있으므로, 초기에는 정서적 안정과 관계 형성을 위한 지원이 선 행될 필요가 있다. 둘째, 고립·은둔 청년 대상 일경험은 직무역량 강화 만이 아니라, 진로탐색, 사회적 상호작용, 규칙적 생활 회복, 사회적 관계 회복 등을 동시에 지원하도록 구성되어야 한 다. 셋째, 고립·은둔 청년을 위한 일경험 프로그램은 성취와 협업 경험을 제공할 수 있도록 설 계하되, 일상생활 패턴이 무너져있고 사회적 관계 등이 위축되어 있으며 무기력한 심리적 특성

을 고려하여 일정, 팀 구성, 친교 시간, 피드백 제공 등을 추가적으로 고려할 필요가 있다. 넷째, 프로그램 참여 이후 사회적 자본과 경력역량이 지속적으로 축적될 수 있도록 후속 멘토링, 심화교육, 취업스터디, 동료 네트워크, 지역 기반 청년공간 등을 고려할 필요가 있다. 다섯째, 프로그램 효과 평가는 취업률과 같은 노동시장 성과만이 아니라 심리적 회복, 일상생활 회복, 사회적 소통 자신감, 경력개발행동 실천, 사회적 자본 형성 등 참여자 경험 중심의 과정성결과를 포함해야 한다. 여섯째, 고립·은둔 청년 대상 일경험 프로그램은 정서지원의 전문성과 지속성, 직무교육의 충분한 실습과 피드백, 팀프로젝트에서의 상호작용 시간, 수료 이후 후속지원 체계를 함께 설계할 필요가 있다.

끝으로 이 연구는 특정 사례의 미래내일 일경험 프로그램에 참여한 청년 19명을 대상으로 한 질적 내용분석 연구이므로, 연구결과를 모든 고립·은둔 청년과 모든 유형의 미래내일 일경험 프로그램으로 일반화하는 데에는 한계가 있다. 연구참여자는 고립·은둔 일경험 상황에 있었으나 스스로 일경험 프로그램에 참여하고자 신청하고 선발된 자발성을 지녔으며, 더욱이 프로그램 전체 과정에 완주 참여하고, 연구를 위한 면담에도 자발적으로 동의한 청년이므로, 심각한 고립·은둔 상황에 처한 청년 및 중도탈락자나 참여 이후 변화가 미약했던 청년의 경험은 이 연구에 충분히 반영되지 못했을 가능성이 있다. 또한 이 연구는 질적 내용분석을 통해 참여자의 경험과 지각된 참여 효과를 범주화한 연구이므로, 프로그램 참여가 특정 변화에 미친 인과적 효과를 검증한 것은 아니다. 자료는 프로그램 완주자 중 자발적으로 면담에 참여한 청년의 회고적 자기보고에 기반하고 있으며, 소그룹 화상면담 과정에서 사회적 바람직성이나 동조압력이 작용했을 가능성도 배제할 수 없다. 따라서 향후 연구에서는 중도탈락자와 낮은 변화인식 집단을 포함하고, 사전·사후 양적 자료와 개별 심층면담을 결합한 혼합연구를 통해 변화의 지속성과 조건을 검토할 필요가 있다. 또한 이 연구에서는 공식적인 참여자 확인(member checking)을 충분히 수행하지 못하였으며, 콘텐츠 부문, 기수, 성별, 면담 시점의 경제활동 상태에 따른 집단 내 변이를 체계적으로 비교하기에는 자료의 규모와 면담 방식에 한계가 있었다. 향후 연구에서는 개별 심층면담과 참여자 확인 절차를 병행하고, 콘텐츠 부문, 기수, 성별, 경제활동 상태 등에 따른 경험의 차이를 보다 체계적으로 분석할 필요가 있다.

참고문헌

- 고용노동부 (2025). 2025년 청년 일경험 지원사업 시행지침. 고용노동부.
- 관계부처 합동 (2023a). 청년 일경험 활성화 방안. 고용노동부.
- 관계부처 합동 (2023b). 고립·은둔 청년 지원 방안. 보건복지부.
- 금재호, 전용일, 조준모 (2007). 한국형 니트 개념을 통한 한국형 청년실업의 경제학적 고찰. 노동부 수탁과제.
- 김봄이, 김영빈 (2024). 미래내일 일경험 지원사업의 효과와 개선방안: 사업 참여 청년 설문조사 결과 분석을 중심으로. KRIVET ISSUE BRIEF 278. 한국직업능력연구원.
- 김성아, 김문길, 임덕영, 노혜진, 노현주 (2023). 고립·은둔 청년 실태조사 연구. 보건복지부 수탁 과제.
- 김성아, 노현주, 김문길, 박윤경, 임덕영, 신영규, 함선유, 송치호 (2021). 취약계층 청년 범위 및 지원에 관한 연구: 사회적 고립(은둔) 청년을 중심으로. 한국보건사회연구원.
- 김은숙, 김지연 (2026). 고립·은둔 청년의 일 경험에 관한 질적 연구. 안전문화연구, 51, 151-178.
- 김혜원 (2022). 은둔형 외톨이 청년들의 특성 및 은둔 경험 분석. 청소년학연구, 29(10), 1-32.
- 남재량, 김세움 (2013). 우리나라 청년 니트(NEET)의 특징 및 노동시장 성과 연구. 한국노동연구원.
- 노동부 (2004). 기업의 경력직 채용관행 등에 따라 청년의 직장체험(연수)가 취업전 필수과정으로 정착. 노동부 보도자료(2004.7.24).
- 양정승, 채창균, 오호형, 주휘정, 정지운 (2017). 재학 중 일경험의 노동시장 효과성 연구. 고용노동부 수탁과제.
- 유민상, 신동훈, 이민정 (2021). 청년의 사회적 고립 실태 및 지원 방안 연구. 한국청소년정책연구원.
- 윤철경, 서보람 (2020). 은둔형 외톨이 현황과 제도적 지원의 정립. 서울시 은둔형 외톨이 현황과 지원 방안 토론회 자료집. 서울특별시의회.
- 이성우, 박병훈, 오수길 (2015). 사회정책 평가에서 질적 평가의 의의와 정합성. 한국사회정책, 22(3), 165-196.
- 이혜은, 이은지 (2026). 인문사회계열 대학 저학년생의 미래내일 일경험에 대한 내러티브 탐구: 두 차례의 공공부문 인턴십을 중심으로. 아시아교육연구, 27(1), 97-134.
- 장휘숙 (2008). 성인초기의 발달과업과 시작시기에 관한 탐색적 연구. 한국심리학회지: 발달, 21(4), 109-126.
- 정란, 김봄이, 손규태, 박동찬, 이영민, 문유진 (2023). 청년 일경험 지원사업 모니터링 및 평가 연구. 고용노동부 수탁과제.

- 정세정, 고혜진, 김기태, 김동진, 김성아, 오옥찬, 이아영, 이해정, 임덕영, 신영규, 하은솔, 한겨레, 김근혜 (2025). 2024년 청년 삶 실태조사. 국무조정실 용역보고서.
- 정수남, 권영인, 박건, 은기수 (2012). 청년 밖의 청년, 그들의 성인기 이행과 자아정체성: 빈곤 청년을 대상으로. 문화와 사회, 12, 35-103.
- 조영아, 이윤희, 김지연, 광미선 (2024). 은둔고립 청년 지원 프로그램 실태 분석 연구. 학습자중심교과교육연구, 24(22), 375-392.
- 채민석, 장수정 (2025). 경력직 채용 증가와 청년 고용. BOK 이슈노트, 제2025-1호. 한국은행.
- 하홍길 (2026). 미래내일 청년 일경험인턴십과 진로결정에 관한 연구: 멘토역할을 조절효과로 하여. 인적자원관리연구, 33(1), 41-56.
- Coleman, J. S. (1988). Social capital in the creation of human capital. American Journal of Sociology, 94, S95-S120.
- DeFillippi, R. J., & Arthur, M. B. (1994). The boundaryless career: A competency-based perspective. Journal of Organizational Behavior, 15(4), 307-324.
- Hsieh, H. F., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. Qualitative Health Research, 15(9), 1277-1288.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). Naturalistic inquiry. Sage.
- Mezirow, J. (1991). Transformative dimensions of adult learning. Jossey-Bass.
- Patton, M. Q. (2015). Qualitative research & evaluation methods (4th ed.). SAGE Publications.
- Sharma, M. K., Khanal, S. P., & van Teijlingen, E. (2024). Most significant change approach: A guide to assess the programmatic effects. International Journal of Qualitative Methods, 23, 1-10.
- Su, X., Li, T. M. H., & Wong, P. W. C. (2023). Expanding sources of recognition: Towards an experience-driven framework for reengaging hikikomori and semi-hikikomori. Child and Adolescent Social Work Journal, 40(5), 713-725.

노경란(제1저자): 성신여대 교육학과 교수. 주요 관심 분야는 취약계층의 경력개발과 고용가능성 제고, 교육프로그램 개발 등임. nari123@sungshin.ac.kr

변정현(교신저자): 한국고용정보원 부연구위원, 주요 관심 분야는 고용노동정책, 프로그램, 경력개발, 생애설계, 청년·중장년 등임. career4u@keis.or.kr

논문접수일: 2026년 7월 20일

논문심사일: 2026년 7월 31일

게재확정일: 2026년 8월 31일

ABSTRACT

A Qualitative Study on Participation Experiences and Perceived Outcomes of Socially Isolated and Reclusive Youth in the Miraenaeil Work Experience Program*

Kyungran Roh** (Sungshin Women's University), Chonghyun Pyun*** (KEIS)

This study explored the participation experiences and perceived outcomes of socially isolated and reclusive youth in the Miraenaeil Work Experience Program. Interviews were conducted with 19 participants who completed a three-month program consisting of emotional support, vocational training, and a residential team project. The data were analyzed using qualitative content analysis. The findings showed that participants joined the program with expectations of psychological support and social connection, career exploration needs, economic motivation, and a desire for achievement. Through the program, they experienced emotional support, self-exploration, restoration of daily routines, skill development, interaction with others, collaboration, and completion of tangible project outputs. These experiences were perceived as contributing to psychological recovery, restoration of daily life, improved social communication, social capital formation, development of career competencies, continued career development behaviors, and employment and other forms of economic activity. The findings suggest that work experience programs integrating psychological support and team-based projects can promote career development and psychosocial recovery among socially isolated and reclusive youth.

[Keywords] socially isolated and reclusive youth, Miraenaeil Work Experience Program, perceived outcomes, participation experiences, qualitative research

* First author, Sungshin Women's University, nari123@sungshin.ac.kr

** Corresponding author, Korea Employment Information Service, career4u@keis.or.kr