

세대를 넘어 함께 일하기

“제 회원은 대부분 20~30대였습니다.
은퇴하신 분들을 지도하는 것은 처음인데,
어떤 점을 마음에 두면 좋을까요?”

젊음과 성과, 기술을 높이 치는 바쁜 문화 속에서,
나이 든 회원의 시간과 그분들이 쌓아 온 것,
그리고 필요를 존중하려면 몇 가지 마음가짐이
필요합니다.



무엇이 소중한지

물어보세요. 젊은 사람이
삶을 쌓아 가는 데 마음을
쓴다면, 나이 든 회원은
자기가 남길 것을 생각하는
경우가 많습니다. 그분들에게
소중한 것은 짐작과 다를 수
있습니다.



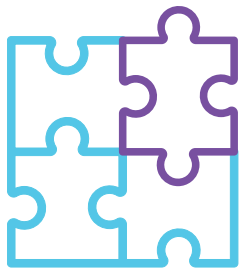
그분들이 아는 것을

존중하세요. 나이 든 회원은
식단과 운동을 여러 가지로 해
보셨을 수 있습니다. 무엇이
잘 맞았고 무엇이 안 맞았는지
여쭙보세요.



그분들의 본보기를

지도자와 본보기가
아니라고요. 몸이 완벽한
젊은 운동 인플루언서는
젊은 회원의 마음을
움직일 수 있지만, 나이
든 회원은 자기가 할 수
있고 하고 싶은 일의
본보기를 다른 데서 찾고
계실 수 있습니다.



넘겨짚지 마세요. 나이 든

회원이 할 수 있는 일과 할 수 없는
일은 뜻밖일 수 있습니다.
첫인상만으로 한계를 긋거나
무리하게 밀어붙이지 마세요.
실제로 무엇을 해낼 수 있는지 알아
가세요.



듣고 배우세요. 나이 든

회원에게는 지도자와 보내는
시간이 누군가와 이야기할 몇 안
되는 기회일 수 있습니다. 몸을
기울여 귀 기울이세요.
어르신들에게는 나눠 줄 것이
많습니다.