

한국 직장 남성의 중년에 대한 인식*

김 경 은¹⁾

곽 금 주²⁾

민 하 영³⁾

최 지 영⁴⁾

전 속 영⁵⁾

남서울대학교

서울대학교

대구가톨릭대학교

한남대학교

나사렛대학교

본 연구에서는 한국 직장 남성들의 중년에 대한 인식과 세대별 중년 인식에서의 차이에 대해 살펴보고자 하였다. 본 연구의 대상은 35세에서 59세까지의 중년 직장남성 825명이다. 본 연구자들이 중년에 대한 선행연구를 토대로 중년의 시기, 주관적 관점에서 중년의 인식 여부, 중년의 비유, 중년기 발달과업, 중년기 어려움 등에 대한 개방형 문항으로 설문지를 구성하였으며 전문가들로부터 이에 대한 내용타당도를 검증받았다. 개방형 질문에 대한 응답을 범주화하기 위해 평정자 간 신뢰도를 산출한 결과 일치백분율 89%인 것으로 나타났다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 한국 중년남성들은 중년이 시작되는 나이를 43세 정도로 생각하는 반면 중년이 끝나는 시기를 57세 정도로 생각하고 있었다. 주관적 관점에서 중년에 대한 인식 여부를 알아본 결과, 중년 직장 남성 중 62.6%가 중년이라고 인식하였고, 중년이라고 생각하는 이유에 대해서는 신체적 변화 등과 같은 개인적 측면에서의 변화가 주된 이유였다. 중년의 비유와 관련해서는 중년의 50% 정도가 위기, 서글픔 등과 같은 부정적 용어로 표현하였다. 중년기 발달과업과 관련하여 중년기 동안 해야 할 일로는 50% 정도가 경제적 안정을 꾀는 반면, 하고 싶은 일로는 중년의 50%정도가 개인적 여가를 꼽았다. 중년기 어려움에 대해 알아본 결과 다양한 범주로 구분이 되었는데, 경제적 측면, 정서적 측면, 자녀양육 및 교육 등의 순으로 나타났다. 둘째, 세대에 따른 중년 인식에서의 차이를 알아본 결과 부분적으로 유의한 차이가 있었다. 50대가 30대나 40대에 비해 중년기가 늦게 시작되고 늦게 끝나는 것으로 생각하고 있었고, 30대의 70% 정도가 자신이 중년이 아니라고 인식한 반면 40대의 70%, 50대의 90% 정도가 자신이 중년이라고 생각하고 있었다. 세대에 따른 중년인식의 이유에서의 차이에 대해 알아본 결과 다른 세대에 비해 50대가 가족의 변화가 주된 이유였다. 또한 중년기 어려움과 관련하여 50대가 다른 세대에 비해 가족과 관련된 어려움을 많이 호소하였다. 본 연구는 한국 사회와 문화라는 틀 속에서 중년 직장남성이 지각하는 중년에 대해 알아봄으로써 중년 남성에 대한 실제적인 이해를 높였다는 점에서 의의가 있다.

주요어 : 중년, 중년남성, 중년에 대한 인식

* 이 연구는 2011년 6월 4일 한국인간발달학회 춘계학술대회에서 구두발표한 것을 확장한 것으로 SK텔레콤에서 연구비지원을 받은 것임

1) 남서울대학교 아동복지학과, 조교수

2) 교신저자 : 서울대학교 심리학과, 교수 (E-mail : kjkwak@snu.ac.kr)

3) 대구가톨릭대학교 아동학과, 부교수

4) 한남대학교 교육학과, 조교수

5) 나사렛대학교 아동학과, 조교수

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

중년에 대한 관심은 20세기 후반에서 볼 수 있는 현상이다. 1900년대의 평균 수명이 49세였다는 점을 고려해 보면, 인간의 발달 단계에서 중년기라고 불리는 세대에 대한 연구는 별로 의미가 없었다. 하지만 인간의 평균수명이 길어지면서 한 개인이 중년으로 살아가는 기간 또한 길어지고 있다. ‘2011년 세계보건통계 보고서’에 따르면 2009년 기준 한국인의 평균 기대수명은 평균 80세로 조사되었는데, 이 중 남성의 평균 기대수명이 76세인 것으로 나타났다(한국인 평균기대수명, 2011). 만약 Levinson(1986)의 연령구분에 따라 중년기를 성인후기인 40세에서 노년기에 접어들기 직전인 65세까지로 규정해 본다면, 한 개인은 약 25년의 삶을 중년으로 살아가게 된다. 즉, 한국 남성은 자신의 인생의 1/3을 중년으로 살아가게 되는 것이다. 이처럼 인간의 수명이 길어짐에 따라 중년의 인구가 점차 증가하고 있고, 중년기 이후의 기간이 길어짐에 따라 이 기간 동안 보다 건강하고 질 높은 삶을 살고자 하는 욕구가 증가하고 있다.

중년기는 대부분의 사람들이 자신이 늙어가고 있다는 사실을 신체의 변화를 통해 처음으로 깨닫기 시작하는 시기이다(정옥분, 2008). 한 개인의 성장과 발달이 주로 아동기 및 청년기에 이루어진다면, 중년기는 과거에 비해 신체적 매력이 떨어진다고 지각하고 감각기능과 생식 및 성적 능력에서의 변화를 조금씩 느끼기 시작하는 시기이다. 관계적인 측면에

서 볼 때, 중년기는 자녀가 성장하여 가정에서 떠나고 자신의 부모가 나이가 들어 도움을 요하는 시기이다(Noller, Feeney, & Peterson, 2001). 직장생활과 관련하여 중년은 성공가도를 달리거나, 퇴직을 앞두고 있거나 이미 퇴직한 시기이기도 하다. 이처럼 중년기는 자녀의 성장 및 부모의 노화, 그리고 직장에서의 위치 변화 등 관계적인 측면에서도 상당한 변화를 경험하게 된다.

중년기에 관한 연구들을 살펴보면, 서구에서 중년기 연구가 본격적으로 시작된 것은 Jacques(1965)와 Jung(1954)에 의해 ‘중년기 위기(mid-life crisis)’가 대중매체를 통해 알려지면서부터이다. 지금까지 중년기에 대한 연구는 두 가지 상반된 방향으로 진행되어 왔다. 먼저 중년기의 신체적·심리적·사회적 변화에 대한 적응의 어려움을 다루는 중년기 위기 연구(Jacques, 1965; Levinson, Darrow, Klein, & Levinson., 1978)와 다른 발달단계와 마찬가지로 중년기 또한 나름대로의 발달과업과 도전이 있는 인생의 한 단계로 보는 중년기 전환 연구가 있다(Cooper, 1977; Costa & McCrae, 1978; Neugarten, 1979). 중년기 위기의 개념은 몇몇 성인발달 모델에서 제안되는 것으로 이는 죽음에 대한 필연성의 인식과 함께 ‘살아온 시간’의 개념에서 앞으로 ‘남은 시간’으로 시간 구성이 변화됨에 따라 위기를 경험하게 된다(Gould, 1978)는 것이다. 비슷한 맥락에서 중년기는 곧 다가올 노년기에 대한 전환의 시기로(Lee, 1999), 중년들은 자신의 건강의 쇠퇴와 노화 현상에 대해 걱정하기 시작하고 성장한 자녀와 노쇠한 부모들로부터 어쩔 수 없는 상실감을 경험하게 된다(Lu, 2011).

반면, 중년기는 새롭고 흥미로운 활동들에 관여하게 되고 자신의 삶에 대해 재평가하게 되는 시기이기도 하다. 중년기에 많은 사람들이 자신의 삶에 대해 회의를 느끼지만 오히려 부모라는 책임에서 벗어난 ‘탈부모기(post-parental)’를 행복하고 자유로운 시기로 생각하고 부부관계를 재평가하며 새로운 탐색의 기회로 생각하기도 한다. Jung 또한 중년기는 개성화를 통하여 자신의 삶의 진정한 주인이 되는 시기로서, 자신과 타인, 개인과 사회, 젊음과 늙음, 삶과 죽음, 남과 여 등과 같은 대극(opposite poles)을 극복하고 보다 성숙하고 조화로운 전인적인 삶을 이루어가는 시기이고 영적이고 실존적인 참된 자기를 이룩하는 시기라 하였다(이혁구, 1999).

중년기를 위기로 보느냐 혹은 새로운 도전의 시기로 보느냐를 결정하는 것은 중년에 나타나는 여러 가지 변화 즉, 노화에 따른 생리적·심리적 변화, 직업에서의 변화, 생활의 변화, 성인이 된 자녀의 독립에 대해 어떻게 적응하느냐에 달려있다(정옥분, 2008). 중년기에는 소진, 조기은퇴, 가족생활에서의 외로움, 일과 가정 사이에서의 갈등, 나이 듦과 죽음에 대한 불안, 기대와 성취 간의 불일치, 상실감과 무가치감 등과 같은 다양한 형태의 위기를 경험할 수 있는데, 이러한 시기에 심리적 항상성을 유지하지 못하면 위기가 발생될 수 있다(Hunter & Sundel, 1989)는 것이다. 결국 중년기는 다른 시기에 비해 개인적으로나 관계적으로 변화가 많은 시기이기도 하지만, 다른 발달시기와 마찬가지로 중년에 일어나는 여러 사건들을 어떻게 받아들이고 적응해나가는가에 따라 중년기는 긍정적 혹은 부정적일 수

있다.

하지만 아직까지 국내에서의 중년기에 대한 연구는 제한되어 있을 뿐 아니라 중년발달을 설명하는 이론적 체계 또한 빈약한 편이다. 실제 우리 사회는 중년과 관련된 다양한 문제들에 직면해 있다. IMF 경제위기 이후 발생한 실직, 조기 퇴직 등으로 인해 가정불화, 중년기 우울 및 자살 등이 증가하고 있다. 실제 우리나라는 경제협력개발기구(OECD) 국가 중에서 자살률이 가장 높은 나라로, 남성의 연령대별 자살자 수를 살펴보면 20대 932명, 30대 1528명, 40대 2010명, 50대 1965명, 60대 1530명, 70대 1191명, 80대 477명으로 40대의 자살자 수가 가장 많고 그 다음이 50대와 60대 순으로 나타났다(통계청, 2009). 중년층의 자살은 상당히 심각한 수준이다. 하지만 다른 한편으로는 몸짱 아줌마, 꽃중년 등으로 표현되듯 보다 행복하고 여유로운 중년기를 보내기 위한 실질적인 노력들이 많이 이루어지고 있는 것도 현실이다. 이처럼 중년의 삶에 대한 논의가 무성함에도 불구하고 한국 중년의 구체적 생활세계에 대한 정보는 매우 부족한 실정이다. 특히 중년 남성에 대한 연구를 고찰해보면, 중년 남성만을 다룬 연구는 주로 중년 남성의 가족관계, 직업관계 등에서의 문제점이나 어려움 등과 같은 몇 가지 한정된 영역에만 국한하여 다루고 있다(고기숙, 2003). 중년의 남성과 여성을 함께 다룬 연구는 주로 이들의 생물학적, 사회적 특성의 차이에 따른 삶의 적응에서의 차이를 다룸으로써(가영희, 2006; Evandrou, Glaser, & Henz, 2002; Lu, 2011) 중년 남성의 고유한 특성을 이해하는 데에는 한계가 있다.

이러한 측면을 고려해 볼 때, 한국 사회에서 살아가고 있는 남성들이 가장 기본적으로 중년의 시기는 언제부터 시작되어 언제 끝난다고 생각하는지, 중년의 의미가 무엇인지, 중년기의 발달과업은 무엇이라고 생각하는지 등에 관해 암묵적 접근을 통해 살펴볼 필요가 있다. 암묵적 접근이란 사람들의 머릿속에 어떤 형태로든 존재하지만 아직은 분명하지 않은 부분을 밝히기 위해 암묵적 지식을 이끌어내는 방법이다(김성수, 2001). 암묵적 지식은 특정한 문화적 상황에서 개인이 가지고 있는 일반적인 생각으로, 기존의 명시적 이론에서 분명하게 설명되지는 않지만 이미 사람들의 머릿속에 존재하여 순간적으로 떠오르는 생각을 의미한다. 이는 사회적 제도나 몇몇 우수한 사람들로부터 수집된 자료가 아니라 개인적 수준에서 측정되어지므로, 암묵적 접근이 개인의 사고나 감정에 미치는 영향력은 명시적 이론보다 더 크다고 볼 수 있다(Hong, Morris, Chiu, & Benet-Martinez, 2000). 또한 암묵적 지식은 명시적 지식의 부족한 부분에 대한 상호보완의 기능을 한다. 이처럼 암묵적 접근은 특정 시대와 문화에서 생활하는 사람들의 인식을 알아보는 데 도움이 된다. 특히 MIDUS 조사 결과 중년의 삶은 성인기나 그 이전의 시기에 비해 개인이 처한 상황이나 맥락에 의해 많은 영향을 받는다(Brim, Ryff, & Kessler, 2004)는 점을 고려해 볼 때, 암묵적 접근을 통해 21세기 한국 사회의 중년 직장 남성들이 지각하는 중년기에 대해 구체적으로 알아볼 필요가 있다.

중년 남성은 가족 내에서, 그리고 사회 속에서 기둥과 허리의 역할을 담당하고 있다.

따라서 중년 남성의 삶의 질은 비단 중년기에 속한 자기 자신에게만 영향을 미치는 것이 아니라 가족 및 사회적 관계에도 영향을 미친다. 중년 개인의 적응은 중년 세대를 부모로 둔 성인 자녀와 중년세대를 자녀로 둔 노부모의 삶에도 직·간접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 부부관계, 친구와의 관계에도 영향을 미친다. 역으로 이들과의 관계의 질은 중년 개인의 삶의 질에 영향을 미친다. 따라서 중년의 적응은 중년 자신의 문제이기도 하지만 나아가 자신을 둘러싸고 있는 여러 구성원에게까지 영향을 미칠 수 있는 중요한 문제이다.

중년을 이야기 하면서 중년의 시작을 어디에 둘 것인가를 결정하는 것은 쉽지 않은 문제다. 가족생활주기와 현대 가족문화의 측면을 고려하여 생물학적 연령을 기준으로 만 40세부터 59세까지의 시기를 중년기(강모성, 전영주, 손태홍, 2008; 김명자, 박성연, 1989; 김애순, 1993)로 보기도 하며 중년기 개념을 처음 발전시킨 Jung처럼 행동과 의식의 탈바꿈이 일어나면서 잠재되었던 자아가 출현하며 개별화 과정이 나타나기 시작하는 시점인 40세 전후를 중년기로 보기도 한다. 이처럼 연구자마다 중년을 구분짓는 기준점은 매우 다양하다. 그럼에도 불구하고 중년을 구분 짓는 방법은 크게 3가지로 요약될 수 있다(고기숙, 2003).

첫째, 가족생활주기를 기준으로 구분하는 방법이다. 막내 자녀의 독립부터 자신의 은퇴까지의 시기를 중년기로 구분하는 것으로 중년기를 진수기, 또는 빈둥지 시기로 언급한다. 둘째, 생물학적 연령만을 기준으로 구분하는 방법이다. 가장 보편적이고 일반적 방법으로

생물학적·동시대적 특징이 투영되는 방법이라 할 수 있다. 이러한 방법에서는 35세부터 60세 가운데 어떤 특정 시기를 각각 중년기로 본다. 셋째, 연령과 가족생활주기를 동시에 고려하여 구분하는 방법이다. 40-59세(만 60세)에 속하며 막내자녀가 중학교 이상 재학 중인 경우를 중년기로 구분(김명자, 박선영, 1989; 신기영, 옥선화, 1991)한다.

본 연구에서는 중년기를 보다 광범위하게 보고 있는 두 번째 시각을 기초로 접근하고자 한다. 좀 더 넓은 범위에서 만 35세에서 60세 이전을 중년에 포함시키고, 만 35세에서 60세 이전의 중년 직장 남성을 대상으로 이들이 지각하는 중년에 대해 알아보고자 한다. 또한 생물학적 연령에 따라 35세에서 40세 미만을 30대로, 40세에서 49세 미만을 40대로, 50세에서 59세 미만을 50대로 세대를 구분하여 접근하고자 한다. 중년을 세대별로 구분하여 접근하는 이유는 중년기는 영유아기나 아동기 등 다른 발달단계에 비해 기간이 길고, 각 세대별로 성장하는 동안 서로 다른 시대문화적 경

험을 함에 따라 그들만의 고유한 특성을 발달시킬 수 있기 때문이다.

현재의 50대를 베이비 붐 세대라 하면 30대는 N세대 40대는 X 세대라 통칭하기도 한다. 이들 세대의 특성을 시대적 상황과 연결시켜 표 1과 같이 기술하였다. 하지만 중년에 속해 있는 이들이 서로 다른 세대적 특성으로 인해 중년기에 대해 서로 다른 인식을 갖는지에 대해 살펴볼 필요가 있다. 따라서 중년남성의 중년기에 대한 인식을 보다 구체적으로 살펴보기 위해 세대별로 나누어 접근해보고자 한다.

요컨대, 아직 중년에 대한 연구가 많이 이루어지지 않은 상황에서 아버지로서, 남편으로서, 아들로, 한 남자로서 살아가는 중년남성 스스로가 지각하는 중년의 시기, 주관적 중년 인식 여부, 중년의 의미, 중년기 발달과업 등을 알아봄으로써, 한국 중년 남성에 대한 이해를 높이고자 한다. 또한 이러한 중년에 대한 인식이 세대에 따라 차이가 있는지를 알아보고자 한다. 이를 통해 21세기를 살아가

표 1. 생물학적 연령을 기준으로 한 중년기 세대 구분 및 세대 특성

구분	출생	대학 재학	정치적 상황	컴퓨터	특징
30대	1970~ 1980년	1990~ 2000년	김대중, 노무현, 이명박	대학 (모바일 시대)	수평적 사회구조 추구, 참여적 가치와 개인적 가치 동시 추구(Net 세대)
40대	1960~ 1970년	1980~ 1990년	서울의 봄 전두환, 노태우, 김영삼	직장 (인터넷 개막 시대)	경제 부흥 시대, 개방적인 개성 중시, 대중적 가치 추구, 테크놀로지 주도층 수직적 사회구조에서 수평적 사회구조 적용 시대(X 세대)
50대	1950~ 1960년	1970~ 1980년	유신정권 민주화 운동 박정희	직장 (컴퓨터 개막 시대)	유신정권 시 대학재학 중, 경제 제일주의 성장 세대, 일괄적이고 공통의 가치 추구, 수직적 사회구조. 재직 시기인 1998년 외환위기 경험(베이비붐 세대).

고 있는 한국 중년들의 삶에 대한 경험적이고 구체적인 정보를 얻을 수 있을 것으로 사료된다.

2. 연구문제

1) 한국 중년 직장남성의 중년에 대한 인식은 어떠한가?

(1) 중년남성이 인식하는 중년기 시기는?

(2) 중년에 대한 인식 여부 및 중년이라고 인식하게 된 계기는?

(3) 중년을 무엇에 비유할 수 있는가?

(4) 중년기 발달과업은 무엇인가?

(5) 중년기 어려움은 무엇인가?

2) 세대에 따라 중년에 대한 인식에 어떠한 차이가 있는가?

(1) 세대에 따라 중년기 시기의 인식에 차이가 있는가?

(2) 세대에 따라 중년에 대한 인식 여부 및 중년이라고 인식하게 된 계기에 차이가 있는가?

(3) 세대에 따라 중년의 비유에 차이가 있는가?

(4) 세대에 따라 중년기 발달과업 인식에 차이가 있는가?

(5) 세대에 따라 중년기 어려움의 인식에 차이가 있는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

서울, 경기지역내 직장에 다니는 35세 이상

표 2. 중년 직장 남성의 일반적 특성

변인	구분	빈도(%)
아내직업	전업아내	427(49.9)
	취업아내	428(50.1)
최종학력	고교	194(22.6)
	전문대학	82(9.5)
	대학교	419(48.8)
	대학원이상	154(17.9)
	기타	10(1.2)
직종	전문관리직	134(15.9)
	사무직	343(40.6)
	서비스/생산직	219(25.9)
	기타	148(17.7)
주택소유	자가	605(70.6)
	전세	216(25.2)
	월세	19(2.2)
	기타	17(2.0)
이직 경험	없다	360(42.4)
	있다	490(57.6)
월평균소득	300만원 미만	222(26.1)
	300~500만원 미만	401(47.2)
	500만원 이상	226(26.6)
직위	사원급	71(8.5)
	대리급	83(9.9)
	과장 혹은 차장	338(40.3)
	부장급	135(16.1)
	임원급	64(7.6)
	기타	147(17.5)
자녀수	무자녀	52(6.1)
	하나	256(29.9)
	둘	487(56.9)
	셋이상	52(6.1)

60세 미만의 직장인 남성 852명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 연구대상자의 일반적 특성은 표 2와 같다. 30대는 196명(23.8%), 40대는 440명(53.58%), 50대는 186명(22.6%)으로 나타났다. 연구대상자의 평균 연령은 45.07($SD=6.91$), 평균결혼기간은 15.16($SD=8.38$), 평균 직장생활기간은 16.30($SD=8.00$)으로 나타났다.

2. 측정도구

중년에 대한 인식

한국 중년남성들이 인식하는 중년에 대해 알아보고자 중년에 대한 선행연구(김유정, 김분한, 2008; 한경혜 외, 2000; Levinson, 1986; Lu, 2011)를 토대로 중년기 시기, 중년기 의미, 발달과업 등에 관한 개방형 질문지를 작성하였다. 본 설문지는 중년에 대한 인식을 살펴보고자 하였으며, 중년의 시기, 주관적 관점에서 중년의 인식 여부, 중년의 비유, 중년기 발달과업, 중년기 어려움에 관해 질문하는 내용으로 구성되어 있다.

본 설문지는 위의 5가지 측면에 대한 중년의 인식을 알아보기 위해 총 11문항으로 구성하였으며, 모두 개방형 문항으로 이루어져 있다. 첫째, 중년의 시기와 관련하여 중년기 시기가 몇 세부터 몇 세까지라고 생각하는지를 질문하였다. 둘째, 주관적 관점에서 중년의 인식여부와 관련하여, 본인이 중년이라고 생각하는지의 여부와 그에 대한 연관 질문으로서 왜 그렇게 생각하는지에 대해 질문하였다. 또한 자신의 나이, 생각, 외모, 옷차림이 자신의 생물학적 연령에 비해 어느 정도 젊거나 늙었다고 생각하는지에 대해서도 질문하였다. 셋

째, 중년의 의미와 관련하여 중년을 무엇에 비유할 수 있는지에 대해 질문하였다. 넷째, 중년기 발달과업과 관련하여 중년기에 꼭 이루어야 하는 것이 무엇인지와 하고 싶은 것이 무엇인지에 대해 질문하였고, 다섯째, 중년기 어려움은 중년 스스로가 인식하는 중년기의 어려움에 대해 기술하게 하였다. 개방형 질문에 대한 응답을 범주화하기 위해 평정자 간 신뢰도를 산출한 결과 일치백분율 88%인 것으로 나타났다. 심리학, 가정학 전공교수 5인이 본 설문지의 내용타당도를 검증하였다.

3. 연구절차 및 자료분석

서울, 경기 지역에 소재한 직장에 다니는 중년직장 남성을 대상으로 연구 참여에 대한 동의를 구한 후 설문지를 작성하게 하였고 설문지 작성에 대한 답례품을 제공하였다. 연령 및 직종의 다양성을 확보하기 위해 일차적으로 연령 및 직종에 따라 연구대상을 유의표집하였다. 2011년 1월 초에 예비조사를 실시하였고, 예비조사를 통해 연구대상자들이 이해하기 어려운 문장을 수정, 보완하였다. 2011년 1월말부터 3월까지 자료를 수집하였고, 총 1000부 중 852부가 최종분석에 사용되었다.

본 연구에서는 개방형 질문에 대한 중년남성의 응답을 같은 특성을 지닌 개념들끼리 묶어 범주화하였다. 개방형 질문에 대한 응답을 범주화하기 위해 본 연구자들은 필사된 자료를 내용에 따라 분류하였고, 의미의 내용에 따라 내용을 나타내는 개념명을 부여하였으며, 서로 비슷한 개념끼리 유목화 하여, 명명하고 범주를 생성하였다. 코딩은 2명의 평정자 혼

런 후(관찰자 간 신뢰도 .88) 각 관찰자에 의해 독립적으로 이루어졌다. 범주화하기 모호한 응답에 대해서는 본 연구자들이 재검토 후 범주화하였다. 한국 중년 직장남성의 중년에 대한 인식을 살펴보기 위해, 평균, 표준편차, 빈도, 백분율을 산출하였고, 세대에 따른 중년인식의 차이를 검증하기 위해 χ^2 검증과 ANOVA를 실시하였다.

III. 연구결과

1. 한국 중년 남성의 중년에 대한 인식

중년기 시기

30대에서 50대 중년 직장남성들은 중년의 시작을 42.79세($SD=4.80$)라고 생각하는 반면, 중년이 끝나는 시기를 56.65세($SD=5.09$) 정도로 인식하고 있다.

주관적 관점에서의 중년의 인식 여부 및 중년인식 계기

30대에서 50대 기혼직장남성에게 자신이 중년이라고 생각하는지에 대해 질문한 결과, 이들 중 68.9%가 중년이라고 인식한 반면, 31.1%는 중년이 아니라고 인식하였다. 자신을 중년이라고 생각한다고 응답한 사람들은 자신이 중년이라고 인식하게 된 주된 사건(계기)을 흰머리, 주름, 뺨살, 노안 등과 같은 신체적 변화(50.1%)때문으로 보았고, 그 다음으로 자녀의 성장, 대학입학, 결혼 등과 같은 자녀의 변화(23.3%), 그 다음으로는 주변에서 나이 든 사람으로 대접하거나, 아저씨라고 부르

거나 주변의 대우가 달라진 경우(11.1%), 열정이 사라짐, 안정성 추구 등과 같은 생활태도의 변화(6.1%), 40이 되어서 등과 같은 생물학적 나이(5.8%) 등 때문으로 인식하였다(그림 1 참조).

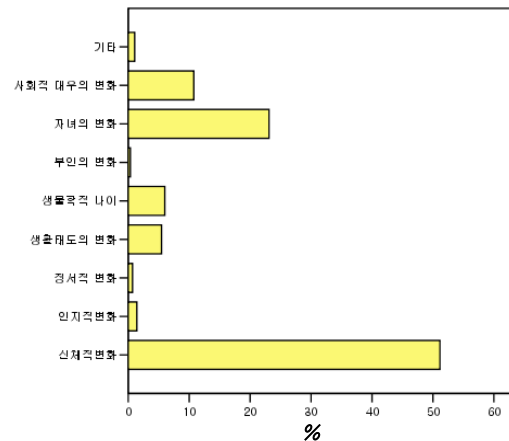


그림 1. 중년이라고 인식하게 된 계기

반면, 자기 스스로 중년이라고 인식하지 않는 사람들은 자신이 중년이 아니라고 생각하는 이유는 30대여서, 아직 나이가 젊기 때문(38.0%), 신체적으로 건강하기 때문(16.80%), 아직 세대차를 못 느끼고 젊은 사람과 대화가 통하고 생활전반에서 젊게 생활하기 때문(11.0%)으로 응답하였다(그림 2 참조).

중년 자신에 대한 주관적 인식(자신의 나이, 외모, 생각, 옷에 대한 인식)에 대해 알아본 결과, 직장 남성 대다수가 자신의 실제 연령에 비해 나이가 어려보인다고 생각하고(81%), 외모가 더 어려보인다고 생각하고(77.7%), 생각이 젊다고 생각하고(75%), 옷을 고를 때 더 어려보이는 것을 선택하는 것(74.3%)으로 나타났다. 반면, 중년 남성의 20%정도가 자신의

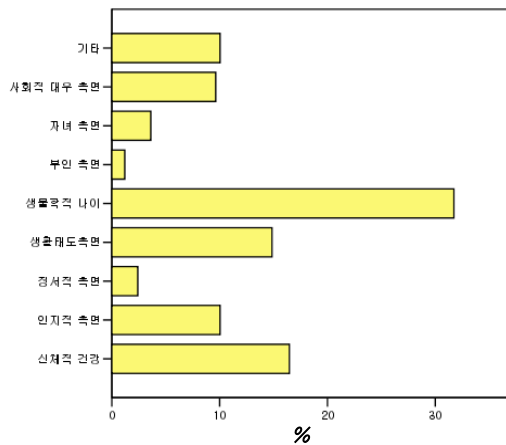


그림 2. 중년이 아닌 이유

실제 연령에 비해 나이가 들어 보인다고 생각하고(15.6%), 외모가 더 나이 들어 보인다고 생각하고(19.9%), 고루한 생각을 하고 있다고 생각하고(19.2%), 옷을 고를 때 더 나이 들어 보이는 것을 선택하는 것(23.5%)으로 나타났다. 또한 자신의 실제 연령과 자신의 나이, 외모, 생각, 옷 선택 연령이 일치한다고 생각하는 사람은 2~3%로 매우 낮게 나타났다.

중년의 비유

중년을 무엇에 비유할 수 있는냐는 질문에 대한 반응을 부정적, 중립적, 긍정적인 비유로 구분하였다. 이 중 50.3%가 위기, 서글픔, 명퇴, 보수적, 내리막, 늙음, 중압감, 피곤함, 걱정, 후회, 낙엽, 무기력, 주름, 외로움 등과 같은 부정적 용어로 비유하였고, 26.6%는 희생, 책임감, 가장, 노력 등과 같은 중립적인 용어로 비유하였으며, 23.2%가 안정, 성숙, 중후함, 여유, 능숙함, 신사, 완성품, 사랑, 인자함, 갈무리, 성숙, 황금들판, 인자함 등과 같은 긍정적인 용어로 비유하였다. 이들에게 중년의 의

미는 부정적인 측면이 좀 더 강하다.

중년기 발달과업

중년기 발달과업과 관련하여 크게 중년기 동안 반드시 이루어야 할 것과 중년기 동안 하고 싶은 것에 대해 질문하였다. 30대에서 50대 직장남성들을 대상으로 중년기 동안 반드시 이루어야 할 것에 대해 살펴본 결과, ‘경제적 안정’이 가장 많았고(42.8%), 그 다음으로는 자아실현(성공, 명예, 하고 싶은 일 하기)(18.5%), 가족의 화목(11%), 신체적 건강(10.5%) 순으로 나타났다(그림 3 참조).

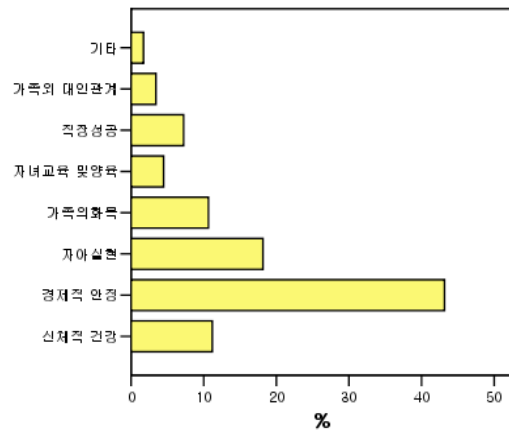


그림 3. 중년기 발달과업

30대에서 50대 직장 남성들이 하고 싶은 일에 대해 살펴본 결과, 개인적 여가(혼자 여행 가기, 휴식, 운동 등)가 가장 많았고(51.9%), 그 다음으로는 제 2의 평생 직업 찾기(새로운 일, 직업 찾기 등)(10.7%) 가족과의 여가(가족과의 여행, 운동, 휴식 등)(10.1%), 경제적 안정 등(6.9%)의 순으로 나타났다(그림 4 참조).

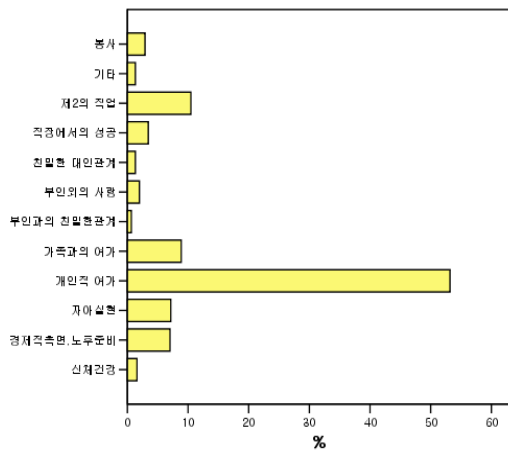


그림 4. 중년기 하고 싶은 일

중년기 어려움

30대에서 50대 직장남성들이 인식하는 중년기 어려움에 대해 살펴본 결과, 다양한 범주로 구분이 되었다. 그 중 ‘경제적 측면’이 가장 높았고(21.0%), 그 다음으로는 ‘정서적 측면(외로움, 쓸쓸함, 능력부족 등)’, ‘자녀양육 및 교육(13.4%), 직업생활에서의 어려움(12.8%), 신체적 건강(12.8%) 등의 순으로 나타났다(그림 5 참조).

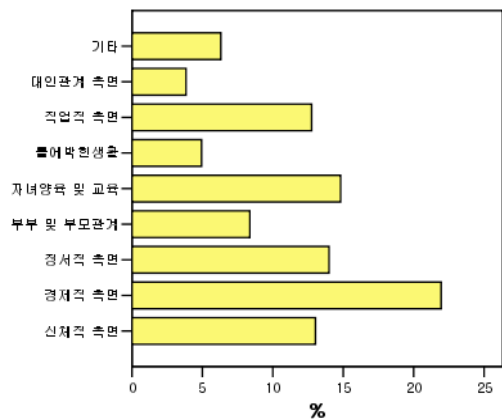


그림 5. 중년기 어려움

2. 세대에 따른 중년의 인식에서의 차이

세대에 따른 중년기 시기 인식에서의 차이

세대별 중년기시기에 대한 인식에서, 연령대에 따라 중년기 시작시기와 끝나는 시기의 인식에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 50대가 30대와 40대에 비해 중년기가 늦게 시작하고 늦게 끝나는 것으로 인식했다(표 3 참조).

표 3. 연령대에 따른 중년기 시기의 인식에서의 차이

중년기 인식	연령	M(Scheffe)	SD	F
중년기 시작 연령	30대	41.17a	4.42	41.41***
	40대	42.45b	4.13	
	50대	45.40c	5.59	
	합계	42.79	4.80	
중년기 끝 연령	30대	55.04a	5.56	17.98***
	40대	56.75b	4.42	
	50대	58.17c	5.35	
	합계	56.65	5.09	

*** $p < .001$

세대에 따른 중년의 인식 여부 및 중년 인식 계기의 차이

표 4에서 보는 바와 같이 세대에 따라 중년 인식 여부의 차이를 알아본 결과, 세대에 따라 중년 인식 여부에 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2=136.07$, $p<.001$). 30대의 63.8%는 자신이 중년이 아니라고 인식하는 반면, 40대는 74.9%가 자신이 중년이라고 인식하고, 50대는 90.9%가 스스로를 중년이라고 인식하였다.

표 4. 세대별 본인의 중년 인식 여부의 차이

		본인이 중년이라고 생각하십니까?		χ^2
		예	아니다	
30대	f	67	118	136.07***
	%	36.2	63.8	
40대	f	305	102	
	%	74.9	25.1	
50대	f	149	15	
	%	90.9	9.1	
전체	f	521	235	
	%	68.9	31.1	

*** $p < .001$

세대에 따른 중년인식의 이유¹⁾에 대해 알아본 결과, 세대에 따라 유의한 차이가 있었다($\chi^2=13.82, p<.05$). 세대별로 모두 중년인식의 이유로 개인적 변화, 가족의 변화, 사회문화적 변화 순으로 인식하고 있지만 40대가 신체적 변화, 정서적 변화, 생활태도 상의 변화와 같은 개인적 변화를 가장 높은 비율로 인식하는 반면 50대는 개인적 변화뿐 아니라 가족의 변화도 중요한 이유로 인식하였다(표 5 참조). 세대에 따른 중년의 비인식 이유에 살펴본 결과, 세대에 따라 유의한 차이가 없었다. 중년

1) 카이검증을 위해 앞서 살펴보았던 중년인식의 이유를 크게 개인적 변화, 가족의 변화, 사회문화적 변화, 기타로 재구분하였다. 개인적 변화에는 신체적 변화, 인지 변화, 정서, 생활태도의 변화, 생물학적 나이 등이 포함되었고, 가족의 변화에는 부인의 변화, 자녀의 변화, 부모의 변화 등이 포함되었으며, 사회문화적 변화에는 사회적 대우, 지위의 변화 등이 포함되었다.

으로 인식하지 않는 이유에 대해 30, 40, 50대 모두 젊음, 신체적 건강 등과 같은 개인적 이유가 많았다.

자신의 연령 및 외모, 사고, 옷차림에 대한 인식에서 세대별 차이를 살펴보면, 세대에 따라 자신의 주관적 인식에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 30, 40, 50대 모두 자신의 실제 나이보다 어리다고 생각하고 있었고, 자신의 외모 또한 어려보인다고 인식하였다. 사고방식에 있어서도 30, 40, 50대 모두 나이보다 젊은 생각을 하고 있다고 인식하고 있었고, 옷을 선택함에 있어서도 30, 40, 50대 모두 나이보다 젊은 옷을 선호하였다.

세대에 따른 중년 비유에서의 차이

세대에 따른 중년의 비유에 대해 알아본 결과, 세대별로 유의한 차이가 없었다. 30, 40, 50대 모두 50% 정도가 쇠되, 외로움, 쓸쓸함 등과 같은 부정적인 측면이 좀 더 많았고, 그 다음으로는 책임감 등과 같은 중립적인 측면(27% 정도), 성숙, 안정 등과 같은 긍정적인 측면(22% 정도) 순으로 나타났다.

세대에 따른 중년기 발달과업에서의 차이

세대에 따른 중년기 발달과업의 인식²⁾에서는 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 30,

2) 카이검증을 위해 앞서 살펴보았던 중년기 발달과업 범주를 크게 개인적 측면, 가족적 측면, 사회문화적 측면, 기타로 재구분하였다. 개인적 측면에는 신체적 건강, 경제적 안정, 자아실현 등이 포함되었고, 가족측면에는 가족의 행복, 자녀 교육 및 양육이 포함되었으며, 사회문화적 측면에는 직장에서의 성공, 승진, 가족 외 대인관계 등이 포함되었다.

표 5. 세대별 본인의 중년 인식 여부의 차이

		중년 인식의 이유				χ^2
		개인적 변화	가족의 변화	사회적 변화	기타	
30대	<i>f</i>	50	15	8	1	13.59*
	%	67.6	20.3	10.8	1.4	
40대	<i>f</i>	223	60	27	3	
	%	71.2	19.2	8.6	1.0	
50대	<i>f</i>	85	50	18	1	
	%	55.2	32.5	11.7	.6	
전체	<i>f</i>	358	125	53	5	
	%	66.2	23.1	9.8	.9	

* $p < .05$

표 6. 세대별 본인의 중년기 어려움의 차이

		중년 어려움의 이유				χ^2
		개인적 변화	가족의 변화	사회적 변화	기타	
30대	<i>f</i>	77	30	35	19	17.73**
	%	47.8	18.6	21.7	11.8	
40대	<i>f</i>	192	87	92	19	
	%	49.2	22.3	23.6	4.9	
50대	<i>f</i>	73	48	26	7	
	%	47.4	31.2	16.9	4.5	
전체	<i>f</i>	342	165	153	45	
	%	48.5	23.4	21.7	6.4	

** $p < .01$

40, 50대의 70% 정도가 신체적 건강, 경제적 안정, 자아실현 등과 같은 개인적 측면에서의 과업 성취를 중요하게 생각하고 있었다.

세대에 따른 중년기 하고 싶은 일³⁾에 대해

- 3) 카이검증을 위해 앞서 살펴보았던 중년기 하고 싶은 일 범주를 크게 개인적 측면, 가족적 측면,

사회문화적 측면, 기타로 재구분하였다. 개인적 측면에는 신체적 건강, 경제적 안정, 노후준비 자아실현, 개인적 여가 등이 포함되었고, 가족적 측면에는 가족과의 여가, 부인 및 자녀와의 관계 등이 포함되었으며, 사회문화적 측면에는 가족의 친밀한 대인관계, 직장에서의 성공, 제2의 직업 등이 포함되었다

알아본 결과, 세대에 따라 유의한 차이가 없었다. 30, 40, 50대 각각의 70% 정도가 개인적 여행, 휴식 등과 같은 개인적 측면의 일들이 원했고 그 다음으로 사회문화적 측면, 가족측면 순으로 나타났다.

세대에 따른 중년기 어려움에서의 차이

세대에 따른 중년기 어려움에 대해 알아본 결과, 세대에 따라 중년기 어려움의 인식에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다($\chi^2=17.73$, $p<.001$). 세부적으로 살펴보면, 50대가 다른 세대에 비해 가족적인 측면의 어려움을 호소하는 비율이 높았다(표 6 참조).

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 암묵적 접근을 통해 중년남성 스스로가 지각하는 중년의 시기, 주관적 중년 인식 여부, 중년의 의미, 중년기 발달과업 등을 알아보고 또한 이러한 중년에 대한 인식이 중년 내 세대에 따라 차이가 있는지를 알아보고자 하였다. 위의 결과를 토대로 시사점을 논의해 보면 다음과 같다.

첫째, 중년남성이 지각하는 중년의 시기, 주관적 관점에서의 중년 인식 여부, 중년의 의미, 중년기 발달과업, 중년기 어려움에 대해 살펴본 결과, 한국 중년 남성들은 중년이 시작되는 나이를 43.04세($SD=5.13$)라고 생각하는 반면, 중년이 끝나는 나이를 56.74세($SD=5.21$) 정도로 인식하고 있다. 이러한 결과는 중년기가 보통 40세를 전후로 시작된다는 선행연구(Erikson, 1982; Levinson, 1986)와 비슷한 결과를

보이지만, 한국 중년남성이 중년기가 끝나는 시기를 50대 후반으로 인식하고 있다는 결과는 한국 사회에 시사하는 바가 크다. 한국 중년 남성을 대상으로 노년기의 시작 시점이 언제인지에 대해 질문한 결과 평균 63.44세로 나타났다(한경혜 외, 2000: 한경혜, 2011에서 재인용) 여러 노년연구에서 노년기의 시작을 65세로 보고 있다는 점을 고려해보면, 한국의 중년남성에게 50대 후반에서 65세까지의 시기는 정체성의 혼란의 시기일 수 있다. 특히, 중년 남성들이 중년기가 끝나는 시기를 50대 후반으로 생각하는 이유는 그들의 퇴직 시기와 겹쳐진다. 흔히들 언급하는 ‘사오정’(45에 정년 퇴직), ‘오륙도’(56세까지 월급 받으면 도둑) 등과 같은 은어들은 중년남성의 직장 생활을 반영하는 것이다. 남성들에게 직장이란 생산성을 발휘할 수 있는 주요한 장으로서, 직장을 잃는다는 것은 자신의 생산성, 즉 자신의 의미를 상실하는 것을 의미할 수도 있다. 하지만 다른 한편으로는 나이 50세에 경험하는 질풍노도의 시기는 앞만 보고 달려왔던 자신에 대해 뒤돌아볼 수 있는, 진정한 자아를 찾아 새로운 인생을 출발할 수 있는 시기일 수도 있다. 중년 남성들이 이러한 혼란의 시기(50대 후반에서 65세 이전까지)를 어떻게 받아들이고, 어떻게 대처하느냐에 따라 인생의 노년은 달라질 것이다. 무엇보다 개인적으로 자신에 대한 긍정성을 유지하는 것이 중요하고, 사회적으로도 이들을 위한 배려가 필요하다.

주관적 관점에서 중년에 대한 인식 여부를 알아본 결과, 중년 직장 남성 중 62.6%가 중년이라고 인식한 반면, 37.4%는 중년이 아니라고 인식하였다. 자신이 중년이라고 응답한

사람들의 반수 정도가 자신이 중년이라고 인식하게 된 주된 사건(계기)을 흰머리, 주름, 뺨살, 노안 등과 같은 신체적 변화 때문으로 보았고, 그 다음으로는 자녀의 성장, 대학입학, 결혼등과 같은 자녀의 변화 때문으로 인식하였다. 중년기는 대부분의 사람들이 자신이 늙어가고 있다는 사실을 신체의 변화를 통해 처음으로 깨닫기 시작하는 때이다. 일반적으로 신체적 매력에 관심을 두는 여성에게는 흰머리, 주름, 뺨살 등과 같은 신체적 변화가 중년기 어려움의 주요한 요인으로 작용한다(정옥분, 2008). 남성들 또한 이러한 신체적 변화가 자신의 중년을 인식하게 하는 주요한 요인으로 작용한다는 점은, 최근 ‘꽃중년’, ‘식스팩’, ‘중년 가발 시장 확대’이라는 용어가 시사 하듯 중년남성들의 외모 및 신체적 건강에 대한 관심이 높아졌다는 것을 의미한다. 또한 본 연구에서 ‘중년의 비유’에 대한 결과와 연관시켜볼 때, 중년 남성에게 중년은 더 이상의 성장과 발달이 아닌 ‘쇠퇴’의 시작이라는 점에서 개인적인 측면에서의 신체적인 노화가 중년에 대한 인식에 더 큰 영향을 미칠 수 있다.

자신이 중년이라고 인식하지 않는 사람들은 자신이 중년이 아니라고 생각하는 이유는 30대여서, 아직 나이가 젊기 때문(38.0%), 신체적으로 건강하기 때문(16.80%), 아직 세대차를 못 느끼고 젊은 사람과 대화가 통하고 생활전반에서 젊게 생활하기 때문(11.0%)으로 응답하였다. 본 연구에서는 중년의 연령을 보다 광범위하게 포함하여 35세 이상의 남성을 포함하고 있는데, 30대의 경우 특히 자신의 생물학적 연령을 언급하며 스스로를 아직 젊다고 여기고 자신을 중년으로 인식하지 않았다. 이

는 여러 국내외 연구에서 중년의 시작이 40세 전후라는 것과 일치되는 결과이다. 한국 남성들의 경우 30대를 중년으로 인식하고 있지 않으며, 이들을 젊음과 성장의 세대로 여기고 있음을 추론해 볼 수 있다. 이러한 결과는 한국 남성들이 암묵적으로 중년기로 규정하는 연령이 존재함을 의미한다고 볼 수 있다.

더불어 중년남성들의 자신에 대한 주관적인 인식에서, 전반적으로 자신은 실제 연령에 비해 더 어리다고 생각하고, 자신의 외모는 더 어려보인다고 생각하며, 자신의 사고방식 또한 다른 사람들에 비해 젊게 생각한다고 여기며, 옷을 선택할 때 자신의 나이보다 더 어려 보이는 옷을 선택한다. 행복에 대한 이론 중 비교이론에 따르면 인간은 자신의 상태를 어떤 것과 비교하여 그 기준과 긍정적인 차이가 있다는 것을 인식하게 될 때 행복감을 느낀다(Michalos, 1985)고 한다. 또한 자신에 대한 긍정적인 평가, 낙관적인 신념 등과 같은 스스로에 대한 긍정적 착각이 개인의 정신건강을 향상시키고(Taylor & Brown, 1988) 더 나은 신체적 역경에 대한 효율적인 대처법과 관련되어 있다(Taylor, Kemeny, Reed, Bower, & Gruenewald, 2000)는 점과 연결시켜 볼 때, 중년 남성이 갖는 이러한 긍정적 착각이 중년기를 보다 행복하고 적응력 있게 살아가게 하는 힘일 수 있다는 것을 시사한다.

한편, 중년의 비유와 관련하여 직장 남성들은 반수 정도가 위기, 서글픔, 명퇴, 보수적, 내리막, 늙음, 중압감, 피곤함, 걱정, 후회, 낙엽, 무기력, 주름, 외로움 등과 같은 부정적 용어로 비유하였고, 26.6%는 희생, 책임감, 가장, 노력 등과 같은 중립적인 용어로 비유하

였으며, 23.2%가 안정, 성숙, 중후함, 여유, 능숙함, 신사, 완성품, 사랑, 인자함, 갈무리, 성숙, 황금들판, 인자함 등과 같은 긍정적인 용어로 비유하였다. 이러한 결과는 한국 중년 남성들의 중년에 대한 이미지는 부정적인 측면이 더 강하다는 것을 의미한다. 이는 한국 사회의 단면을 보여주는 지표이다. 특히 퇴직과 관련하여 내리막, 서글픔, 위기 등과 같은 부정적인 이미지를 많이 기술하였다. 특히 현재 50~60세의 중년 남성들은 가부장적인 사회에서 생활해왔으며, 이들에게는 남녀의 역할 구분이 뚜렷한 전통적 가족가치관이 많이 내재되어 있다. 이들은 가족 내에서 도구적 역할을 주로 담당해왔으며, 자신에게 직장(일)이 사라진다는 것은 가족 내에서의 설 자리를 잃어버리는 것과 같은 의미이다. 한국 사회의 중년 남성들이 실직이나 경제력 상실, 혹은 명예의 상실 등은 심리적 고통이나 불안감, 두려움을 불러일으키게 된다. 또한 1970~1980년대의 산업화시대의 주역이라고 볼 수 있는 그들에게 직업이라는 것은 성공의 지표로 작용할 수 있기 때문에 직업을 잃어버리는 것은 자신의 존재 의미를 잃어버리는 것일 수도 있다. 이러한 상실감이 중년에 대한 비유를 부정적으로 묘사하게 하는 가장 주된 요인으로 작용할 수 있을 것으로 사료된다.

중년기 과업과 관련하여 살펴본 결과, 중년기 동안 해야 할 일로는 반수 정도가 경제적 안정을 꼽았고 그 다음으로는 자아실현(성공, 명예, 하고 싶은 일 하기), 가족의 화목 순으로 나타났다. 반면, 하고 싶은 일에 대해 살펴본 결과, 중년 남성의 반수 정도가 '개인적 여가(혼자 여행가기, 휴식, 운동 등)'를 원했고,

그 다음으로는 제 2의 평생 직업 찾기(새로운 일, 직업 찾기 등), 가족과의 여가(가족과의 여행, 운동, 휴식 등) 순으로 나타났다. 중년기 발달과업으로는 경제적 안정이 반수 정도를 차지할 만큼, 경제적인 측면이 중년기 발달과업에 중요한 위치를 차지하고 있다. 실제로 '2010년 OECD교육지표'에 따르면, 우리나라의 GDP대비 공교육비 비율은 7%로 정부가 4.2%를 담당하고 민간은 2.8%를 부담하고 있는 것으로 조사되었는데, 한국 학부모의 공교육비 부담 비율은 27개 OECD국가 가운데 칠레에 이어 두 번째로 높다(한국 학부모의 공교육비 부담 비율, 2010). OECD평균 민간 부담률이 0.9%인 점을 고려하면, 한국의 부모들은 다른 OECD(경제협력개발기구)국가의 부모들보다 교육비에 대한 상당한 부담을 갖고 있음을 의미한다. 이처럼 한국사회에서 자녀의 양육 및 교육에 대한 비용 부담과 자신의 안정된 노후에 대한 대비 등과 같은 요인들이 중년들로 하여금 경제적 안정을 가장 중요한 과업으로 여기게 하는 것으로 사료된다.

이에 비해 중년기 동안 가장 하고 싶은 일로 반수 정도가 개인적 여가를 선택하였다. 반복적인 일과, 직장에서의 스트레스, 경제적인 안정에 대한 부담감 등으로 인해 중년들은 자신만의 시간을 가지고 여유를 즐기기를 원하는 것으로 나타났다. 하지만, 개인이 해야 하는 일과 하고 싶은 일이 일치될 때 가장 행복할 수 있다는 점을 고려해 볼 때, 이 둘 간의 갭이 크다는 점은 중년 남성의 심리적 어려움을 반영하는 것일 수도 있다. 결국 중년 남성의 행복을 증진시키기 위해서는 중년 자신이 즐겁게 할 수 있는 일을 찾아내는 것,

현재 하고 있는 일에서 즐거움을 찾아내는 것이 필수적이다.

마지막으로 직장남성들이 인식하는 중년기 어려움에 대해 살펴본 결과, 다양한 범주로 구분이 되었다. 그 중 ‘경제적 측면’이 가장 높았고(21.0%), 그 다음으로는 ‘정서적 측면(외로움, 쓸쓸함, 능력부족 등)’, ‘자녀양육 및 교육(13.4%), 직업생활에서의 어려움(12.8%), 신체적 건강(12.8%) 등의 순으로 나타났다. 다른 질문들에 비해 상당히 다양한 측면의 어려움이 호소되었다. 즉, 중년 남성들이 경험하는 어려움은 다양한 원인에서 비롯된다. 경제적 어려움이 다른 요인에 비해 높기는 하지만 외로움, 쓸쓸함 등과 같은 정서적인 어려움도 큰 것으로 나타났다. 한국 남성들은 자신을 얻매어 왔던 ‘남자로서의 체면과 위신’이라는 가부장적 사고방식으로부터 스스로를 자유롭게 하는 법을 배워야 할 뿐 아니라 그렇게 할 수 있도록 도와주는 사회적 지원 시스템을 필요로 하는 시점에 와 있다(가부장적 사고방식이 ‘불통’ 비극 부른다, 2011). 이와 관련하여 중년 남성이 경험하는 심리적 어려움을 토로할 수 있는 정서적인 지원 및 이들의 정서적 안정성을 높이기 위한 교육 등이 필요하다.

둘째, 세대에 따른 중년기 인식에서의 차이를 살펴본 결과, 세대에 따라 중년기 시작시기와 끝나는 시기의 인식에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 50대가 30대와 40대에 비해 중년기가 늦게 시작하고 늦게 끝나는 것으로 인식했다. 이는 10년 전 중년을 대상으로 실시한 ‘언제를 중년이라고 생각하는지’에 대한 연구결과와 부분적으로 일치된다. 연령 대별로 보면 30대 남성의 경우 42.69세, 40대

남성은 44.36세, 50대 남성은 46.96세를 중년의 시작시기로 보았고, 30대의 경우 62.14세, 40대는 62.84세, 50대는 64.35세를 노년의 시작시기로 보았다(한경혜, 2001: 한경혜 2011에서 재인용). 여기에서 과거 10년 전 30, 40대가 현재의 40, 50대가 되어 있음을 고려해야 할 필요가 있다. 이러한 결과는 중년기 시기의 인식과 관련하여 연령별 세대에 따른 차이를 반영하기도 하지만, 30세에서 50세로 연령이 증가함에 따라 중년기시기를 보다 뒤로 연장시키는 경향을 반영하기도 하는 것이다. Kuper와 Marmot(2003)의 연구에서도 연령이 높아질수록 중년기의 시기를 보다 연장시키는 것으로 나타났다고, 중년기가 끝나는 연령에 대한 인식은 이후의 건강을 예측하는 것으로 나타났다. 중년기가 좀 더 오래 지속될 것이라고 생각하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 보다 자신에 대해 긍정적인 생각을 가지고 적응적인 생활을 할 가능성이 높다는 것이다. 중년기시기에 대한 인식이 중년기뿐만 아니라 노년기의 건강 및 적응과 관련되어 있다는 점을 고려해 볼 때, 중년의 중년기시기에 대한 인식과 이들의 적응 간의 관계를 매개하는 변인들에 대한 추가적인 연구가 진행되어야 할 필요가 있을 것이다.

세대에 따라 주관적인 중년기 인식에 차이가 있는지를 알아본 결과, 30대의 71%는 자신이 중년이 아니라고 인식하는 반면, 40대는 72%가 자신이 중년이라고 인식하고, 50대는 91%가 중년이라고 인식하였다. 이는 한국 중년 남성들의 경우 30대라는 생물학적 연령 자체가 중년이 아니라고 생각하는 주된 이유임을 밝히는 것이다. 이러한 결과를 통해 한국

남성들의 발달단계의 구분과 관련하여 심리사회적 연령보다는 생물학적 연령을 우선적으로 고려하고 있음을 추론해 볼 수 있다.

세대에 따른 중년인식의 이유에 대해 알아본 결과, 세대에 따라 유의한 차이가 있었다. 세대별로 살펴보면 40대가 신체적 변화, 정서적 변화, 생활태도 상의 변화와 같은 개인적 변화를 가장 높은 비율로 인식하는 반면 50대는 개인적 변화뿐 아니라 가족의 변화도 중요한 이유로 인식하였다. 현재 50대의 경우 자녀가 성장하여 결혼을 하거나, 부모님이 돌아가시거나, 손자녀가 태어나는 등 가족 구조 및 관계에서의 다양한 변화로 인해 중년으로서의 위치를 더 명확하게 인식하게 된다고 볼 수 있다. 반면, 유난히 40대가 중년 인식의 이유로 개인적 변화를 가장 많이 언급한 것은 40대에 처음으로 노화와 관련된 신체적, 정서적 변화를 다양하게 경험하기 때문인 것으로 사료된다. 이외에도 50대의 경우 40대에 비해 보다 수직적이고 집단주의적인 가치관을 중요하게 생각하는 사회에서 성장함에 따라 중년의 인식요인에서 개인의 변화보다는 가족의 변화를 훨씬 더 중요한 요인으로 인식할 수도 있다. 세대별 중년의 인식에 대한 보다 심층적인 연구를 통해 이러한 차이의 원인을 밝히는 것도 흥미로운 것이다.

세대에 따른 중년의 비유 및 중년기 발달과업에서의 차이에 대해 알아본 결과, 세대별로 유의한 차이가 없었다. 이러한 결과는 각기 다른 시대적 상황을 경험하며 성장해왔지만 이들이 생각하는 중년기의 의미와 중년기에 이루어야 할 것, 하고 싶은 것들은 거의 동질적임을 반영하는 것이다. 이러한 측면을 고려

해 볼 때, 중년 남성의 심리에 대한 보다 심도 있는 연구를 통해 이들의 잠재된 욕구를 이끌어내어 충족시킴으로써 이들이 보다 건강하고 행복한 중년기를 보낼 수 있도록 지원해 주어야 할 것이다.

마지막으로 세대에 따른 중년기 어려움에 대해 알아본 결과, 세대에 따라 중년기 어려움의 인식에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면, 50대가 다른 연령대에 비해 가족적인 측면의 어려움을 호소하는 비율이 높았다. 50대의 경우 자녀가 청년 및 성인으로 성장함에 따라 자녀의 측면에서는 비싼 대학등록금, 자녀의 결혼 비용 등이 부담으로 작용하고, 부부 측면에서는 부인의 건강, 소원한 부부관계 등이 어려움으로 작용하며, 부모 측면에서는 노부모의 건강 등에 문제가 생김에 따라 어려움을 경험하게 된다. 특히, 50대의 경우 ‘대한민국의 성장세대’로서 30,40대에 비해 남성으로서의 전통적 역할에 대해 보다 큰 가치를 두는 세대이다. 이들의 경우, 자신의 생산성이 떨어진다고 생각하면 자신의 존재가치에 대해서도 의문을 갖게 되고, 심각한 우울증에 시달리게 된다. 우리나라 40, 50대 남성의 사망률이 심각한 수준으로 높아지고 있음을 고려해 볼 때, 중년 남성들의 다양한 역할부담에서 비롯되는 여러 스트레스, 우울 등을 낮출 수 있는 사회적, 정서적 지원 체계가 마련되어야 할 것으로 생각된다.

본 연구는 아버지로서, 남편으로서, 아들로써, 한 남자로서 살아가는 한국 중년남성이 지각하는 중년의 시기, 주관적 중년 인식 여부, 중년의 의미, 중년기 발달과업 등을 암묵

적 접근을 통해 알아봄으로써, 중년 남성에 대한 실제적인 이해를 높이는 데 기여하였다.

본 연구의 제한점을 토대로 추후연구에 대한 제창하고자 한다. 첫째, 본 연구는 35세에서 60세 미만까지의 직장 남성만을 대상으로 하여 중년기에 대한 암묵적 지식을 알아보았다. 하지만 35세에서 60세까지의 연령비율이 정확하게 일치하지 않고, 실직자는 연구 대상에 포함되지 않아 이 연구결과를 중년 남성 전체에게 일반화시키기에는 무리가 있다. 추후 중년 연구에서는 실직자, 중년 여성 등을 포함하여 연구대상을 확대함으로써 중년기 인식에 대한 심도 깊은 연구가 이루어지기를 바란다. 둘째, 본 연구는 횡단적으로 이루어진 결과이기 때문에 중년기 인식에서 세대별 차이만을 반영하고 있다. 이들을 종단적으로 추적함으로써 각기 다른 시대적 상황을 살아온 이들이 중년기, 노년기를 어떻게 다르게 혹은 비슷하게 인지하는지에 대해 살펴볼 필요가 있을 것이다. 마지막으로 본 연구를 토대로 한국 중년 남성들의 삶의 질을 높여주기 위한 사회적 지원 및 교육프로그램이 개발되어야 할 것이다.

참고문헌

- 가부장적 사고방식이 ‘불통’ 비극 부른다(2011. 6. 24). 여성신문.
- 가영희 (2006). 성인의 직장-가정갈등이 영역별 만족도와 주관적 삶의 질에 미치는 영향. 한국심리학회지: 여성, 11(2), 163-186.
- 강모성, 전영주, 손태홍 (2008). 기혼 중년남성의 직무 및 가족 스트레스와 자살구상. 한국가족관계학회지, 13(1), 105-134.
- 고기숙 (2003). 중년기 남성의 심리적 위기에 관한 연구. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 김명자, 박성연 (1989). 중년기 위기감 및 그 관련변인에 관한 연구 -서울시 남성과 여성을 중심으로-. 한국가정관리학회지, 7(1), 97-118.
- 김성수 (2001). 학습 및 취미 활동에 관련된 동기화 요인에 대한 암묵적 이론 접근. 교육심리연구, 15(4), 69-96.
- 김애순 (1993). 중년기 위기감 (3):개방성향과 직업, 결혼, 자녀관계가 중년기 위기감에 미치는 영향. 한국노년학, 13(2), 1-14.
- 김유정, 김분한 (2008). 중년 남성이 경험한 삶의 의미. 질적연구, 8(2), 51-63.
- 신기영, 옥선화 (1991). 중년기 주부의 위기감과 사회관계망지수에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 9(1), 161-178.
- 이혁구 (1999). 중년의 위기와 개인적 반응 유형에 관한 연구. 한국가족복지학, 3, 149-164.
- 정옥분 (2008). 성인·노인심리학. 서울: 학지사.
- 통계청 (2009). 인구동태통계.
- 한경혜 (2011). 생애관점에서 바라본 한국 중년의 삶. 2011년 한국인간발달학회 춘계학술자료집. 1-12.
- 한국 학부모의 공교육비 부담 비율 (2010. 9. 7). 연합뉴스.
- 한국인 평균 기대수명 80세 (2011. 5. 14). 연합뉴스.
- Brim O. G., Ryff C. D., & Kessler R. (Eds).

- (2004). *How healthy are we: A National Study of Well-being in midlife*. Chicago: The University of Chicago Press
- Cooper, M. W. (1977). *An empirical investigation of male midlife period: A disciplinary, cohort study*. Unpublished undergraduate honors thesis, University of Massachusetts at Boston.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1978). Objective personality assessment. In M. Storandt, I. Siegler, & M. F. Elias (Eds.), *The clinical psychology of aging* (pp.119-143). New York: Plenum Press.
- Erikson, E. (1982). *The life cycle completed*. New York: W. W. Norton.
- Evandrou, M., Glaser, K. & Henz, U. (2002). Multiple role occupancy in midlife: Balancing work and family life in Britain. *The Gerontologist*, 42(6), 781-789.
- Gould, R. (1978). *Transformations*. New York: Simon & Schuster.
- Hong, Y., Morris, M., Chiu, C., & Benet-Martínez, V. (2000). Multicultural minds: A dynamic constructivist approach to culture and cognition. *American Psychologist*, 55, 709-720.
- Hunter, S., & Sundel, M. (1989). *Midlife myths: Issues, findings and practice implications*. Newbury Park, CA: Sage Publications
- Jaques, E. (1965). Death and the mid-life crisis. *International Journal of Psychoanalysis*, 46, 502-514.
- Jung, C. G. (1954). *The development of personality*. NJ: Princeton Univ. Press (originally published in 1934).
- Kuper, H. & Marmot, M. (2003). Intimations of mortality: perceived age of leaving middle age as a predictor of future health outcomes within the Whitehall II study. *Age and Ageing*, 32(2), 178-184.
- Lee, L. J. (1999). Adults' perceived images of life experience and personality traits of middle-aged and older adults. *Bulletin of National Chengchi University*, 78, 1-54.
- Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, 41, 3-13
- Levinson, D. J., Darrow, C. N., Klein, E. B. & Levinson, M. (1978). *Seasons of a man's life*. New York: Random House.
- Lu, L. (2011). Leisure and depression in midlife: A Taiwanese national survey of middle-aged adults. *Journal of Health Psychology*, 16(1), 137-147.
- Michalos, A. C. (1985). Multiple discrepancies theory (MDT). *Social Indicators Research*, 16, 347 - 413.
- Neugarten, B. L. (1979). Time, age and the life cycle. *The American Journal of Psychiatry*, 136(6), 887-894.
- Noller, P., Feeney, J. A. and Peterson, C. (2001) *Personal Relationships across the Lifespan*. Hove, UK: Psychology Press.
- Taylor, S. E. & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
- Taylor, S. E., Kemeny, M. E., Reed, G. M., Bower, J. E., & Gruenewald, T. L. (2000).

Psychological resources, positive illusions, and health. *American Psychologist*, 55, 99-109.

1차 원고접수 : 2011. 7. 07

수정원고접수 : 2011. 8. 12

최종게재결정 : 2011. 8. 28

An Investigation into Mid-life as it is Perceived by Middle Aged Korean Men

Kyoung-Eun Kim	Keumjoo Kwak	Ha Yeoung Min	Jiyoung Choi	Sook-Young Jeon
Dept. of Child Welfare	Dept. of Psychology	Dept. of Child Studies	Dept. of Education	Dept. of Child Studies
NamSeoul	Seoul National	Catholic	HanNam	Korea Nazarene
University	University	University of Daegu	University	University

The purpose of this study was to investigate mid-life as it is perceived by middle aged Korean men and to determine whether any differences in terms of the perception of mid-life exist according to age. The participants were 852 men who were aged between 35-59 with jobs in Seoul or Gyeonggi Province. The data collected were analyzed by Means, Standard Deviations, Frequencies, ANOVA, and χ^2 tests, using SPSS 17.0. The results of this study were as follows: First, middle aged men believed that middle age begins from one's early 40s and ends in one's mid 50s. 70% of the middle aged men surveyed saw themselves as being middle aged. However, they saw themselves as being much younger than their actual chronological age. Most middle aged men saw mid-life in negative terms, rather than viewing it in positive or neutral terms. Most middle aged men believed economic stability was the most important developmental task of mid-life. Economic burdens were ranked as the most pressing difficulty facing of middle aged men, followed by emotional problems, followed finally by the issue of their children's education. Second, there are slightly significant differences in the perception of mid-life by ages. Perceptions as to when middle age starts or end tended to increase with age. Most men in their 30s didn't recognize themselves as being middle aged because they were still perceived themselves to be both young and energetic. Compared with men in their 30s, and 40s, men in their 50s experienced difficulties in coping with changes in family relationships.

Key words : mid-life, middle aged man, the perception of mid-life