

## 중년 남자의 일의 의미가 은퇴불안과 심리적 안녕감에 미치는 영향\*

이 동 인<sup>1)</sup>      최 혜 라<sup>2)</sup>      김      환<sup>3)</sup>

서울사이버대학교 상담심리학과

일의 의미는 일에 부여하는 주관적 의미로, 은퇴가 진행 중인 중년남자의 일의 의미는 은퇴 불안과 심리적 안녕감에 다른 영향을 미칠 수 있다. 본 연구의 목적은 우리나라 중년 남자의 일의 의미가 은퇴불안과 심리적 안녕감에 미치는 영향을 분석하는 것이다. 55세부터 64세 사이의 중년남자 228명을 대상으로, 일의 의미가 은퇴불안을 매개로 심리적 안녕감에 미치는 영향을 분석하였고, 이 매개적 영향이 취업상태에 따라 조절되는지 분석하였다. 분석 결과, 경제적 이득, 사회적 인정과 같은 일의 의미는 은퇴불안을 매개로 심리적 안녕감에 부의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 응답자 취업상태는 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 조절하였는데, 일반적으로 취업상태에 있을 때, 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 부의 영향이 더 크게 나타났다. 마지막으로 본 연구의 시사점 및 한계에 대해 논의하였다. 은퇴가 진행되는 과정에서 일의 의미, 은퇴불안, 심리적 안녕감이 변화하는 모습을 추적하고 연구한다면 본 연구의 의미가 확대될 것으로 보인다.

주요어 : 중년 남자, 베이비붐 세대, 은퇴불안, 일의 의미, 심리적 안녕감

---

\* 본 연구는 제1 저자 이동인(2017)의 서울사이버대학교 상담심리대학원 석사학위논문 ‘중년 남자의 일의 의미가 은퇴불안과 심리적 안녕감에 미치는 영향’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

1) 서울사이버대학교 상담심리대학원 상담심리학과 석사.

2) 서울사이버대학교 상담심리학과 조교수.

3) 교신저자 : 서울사이버대학교 상담심리학과, 부교수 (Email: loveyer@hanmail.net)

## I. 서론

일반적으로 우리나라 직장에서 일하는 남자는 빠르면 50대 초반부터 시작하여 대략 60대 중반에 그동안 일했던 주 직장에서 은퇴한다. 성인 남자는 은퇴와 더불어 사회적 환경 변화와 함께 심리적 변화를 겪게 되고, 본격적인 노년기 삶에 적응하는 단계를 준비한다. 은퇴로 그동안 해왔던 일의 내용과 성격이 달라질 수 있고, 안정적인 소득 흐름 역시 변화를 겪게 된다. 삶의 큰 영역인 일이 변화하게 되고, 직장을 그만둠으로 해서 친구와 동료 등 또래 관계도 변화하게 된다. 은퇴와 직접 관계는 없으나, 대략 중년 남자의 은퇴 시기는 자녀가 결혼하여 가족으로부터 독립하는 시기와 일치한다. 그동안 건강했던 신체도 노화로 인해 약해지고, 퇴행성 질환으로 정기적인 치료와 복약이 필요해지기도 한다. 은퇴는 직업 상태의 변화를 의미하지만, 은퇴와 더불어 일어나는 가족관계, 친구관계의 변화와 신체적 변화가 은퇴시기에 일어난다.

본 연구는 본격적으로 은퇴가 진행되는 55세부터 64세 중년 남자를 대상으로 한다. 오랫동안 해 오던 일을 그만 두었을 수도 있고, 멀리 않은 장래에 일을 그만 두는 것을 예견할 수 있는 시기이다. 본 연구의 대상이 되는 우리나라 55세부터 64세 중년 남자는 대체로 우리나라 베이비붐 세대이다. 베이비붐 세대는 전쟁 등이 끝나고 단기간 출생률이 급격히 높아진 시기에 태어난 세대로, 통상적으로 출산율이 일정 수준 이상 높아진 시기에 태어난 세대를 말한다. 우리나라에서는 6.25 전쟁이 끝난 후 출생한 세대로 1955년부터 1963년 사이

에 태어난 세대이다(박시내, 심규호, 2010). 2016년 현재 53세에서 61세 연령으로, 2010년 당시 712만 5천 명, 우리나라 총인구의 14.6%를 차지한다(박시내, 심규호, 2010).

본 연구의 목적은 은퇴가 진행되고 있는 우리나라 중년 남자가 일에 부여하는 의미를 살펴보고, 이들이 일에 부여하는 의미들이 은퇴 불안과 심리적 안녕에 어떤 영향을 미치는지 밝혀내는 데 있다. 이를 위해 우선 본 연구의 연구대상과 상당부분 겹치는 우리나라 베이비붐 세대의 특징을 살펴보고, 일의 의미, 은퇴와 은퇴불안, 그리고 심리적 안녕에 대한 선행 연구 결과를 검토하여 연구의 이론적 배경으로 삼는다. 이를 바탕으로 본 연구에서 구체적으로 답을 찾고자 하는 연구문제를 기술한다.

우리나라 베이비붐 세대는 빈곤과 풍요를 동시에 경험한 세대이다. 6.25 전쟁 후 일인당 국민소득 65 달러의 시대에 태어났으며, 5.16 군사 쿠데타 이후 경제개발계획에 의한 근대화 과정에서 성장했다. 성인이 되어 취업한 이후에는 산업화의 역군으로 우리 경제를 일인당 국민 소득 2만 달러의 규모로 성장시킨 주역이다(홍영준, 이정훈, 2014). 이들은 자라면서 유신과 반공 이념을 내면화하며 성장했으며, 입시와 취업에서 제한된 기회를 놓고 다수가 경쟁하는 과밀경쟁을 경험하여, 현실주의적인 가치관을 가진 세대이다(박시내, 심규호, 2010). 이들은 또한 전통적인 가족주의 가치관과 근대적 개인주의 가치관을 동시에 경험한 중간세대로 자녀의 고등교육을 당연히 지원해야한다고 생각하고 동시에 부모부양에도 책임을 느끼는 세대이다(홍영준, 이정훈, 2014).

다음으로 일의 의미, 은퇴와 은퇴불안 및

정신건강의 척도로 심리적 안녕감에 대한 선행연구들을 살펴본다. 먼저 일의 의미로, Martin Seligman은 삶의 위대한 세 영역이 사랑, 일, 놀이라고 보았다(Thagard, 2010, p. 21에서 재인용). 삶의 의미를 발견하는 세 영역인 사랑, 일, 놀이의 하나로서 일을 바라보면, 일은 가족, 친구, 동료와의 관계를 반영하는 사랑, 친밀함과 구분되어야 하며, 경제적 보상 없이 즐거움을 추구하는 놀이와도 구별될 수 있다. 본 연구에서는 일을 주기적으로 반복하며, 경제적 보상을 기대하여 일정 시간 이상의 노력을 투입하는 행위로 본다. 김승래(2014)가 일의 의미에 관한 선행연구를 정리한 결과를 보면, 일의 의미는 일하는 사람이 자신이 하는 일에 주관적으로 부여하는 가치이며, 중요하다는 느낌이고, 인지적인 평가이다. 일은 생계를 유지시켜주는 의미가 있다. 일하는 사람은 일을 통해 사회와 연결되며, 일은 자신의 존재가치와 정체성을 발견하는 장이 되어, 자아실현의 성장욕구를 충족시켜주는 기능을 한다. 일의 의미는 일하는 사람이 그들의 경험을 조직화하는 구성개념으로, 고정되어 있는 것이 아니라, 계속 수정되고 변화하는 것으로도 볼 수 있다. 장형석(1999)은 부산 지역 기업 두 곳에 다니는 직원을 대상으로 자신이 하고 있는 일의 의미를 써 내도록 한 뒤 이를 분류하고 통계적 분석하여 직장내 소속된 근로자들이 느끼는 일의 의미 구성요인을 분석하였다. 장형석(2000)의 연구에 따르면 우리나라 근로자들이 자신의 일에 부여하는 의미는 일을 통한 자존감, 일의 경제적 이득, 일의 재미, 사회적 인정, 일의 보람과 사회기여 등인 것으로 나타난다.

다음으로 은퇴에 대해 살펴보면, 은퇴란 사전적 의미로 직업에서 물러나거나, 사회활동에서 손을 떼고 한가히 지내는 것을 말한다. 사회보장제도가 일찍부터 마련된 독일과 같은 나라에서, 일정 시기까지 일을 한 뒤 정년이 되어 일을 그만두고 국가나 사회가 지급하는 연금으로 노후생활을 하는 것이 전통적인 의미의 은퇴일 것이다. 그러나 이러한 전통적인 의미의 은퇴는 몇 가지 점에서 현재 우리나라에 진행되고 있는 은퇴로 보기 어렵다. 유럽에서 정년과 사회보장제도로 복지국가 모델이 마련될 당시에 비해 평균 수명이 크게 늘어났다. 정년퇴직 이후에도 신체적인 능력과 인지능력이 일할 수 있을 만큼 충분하여 계속 일하기를 희망하는 퇴직자들이 늘어나고 있다. 또한 경제성장의 감퇴, 경쟁의 격화, 노동시장의 유연화가 진행되면서 정년제도가 변화하고 있다. 정년이 규정되어 있는 직장이라고 해도 정년퇴직 이전에 구조조정 등으로 일하던 직장에서 퇴직하는 사례가 늘고 있다. 통상적으로는 장기간 일하던 직업, 혹은 직장에서 퇴직하는 것을 은퇴로 부르지만, 퇴직은 많은 경우 비자발적이며, 또 많은 퇴직자가 계속 일하고자 한다는 점에서 장기간 일하던 직업, 직장에서 퇴직하는 것을 은퇴로 보기 어렵다.

유경원(2012)이 은퇴 정의를 요약한 바에 따르면, 은퇴는 특정 연령 이상의 나이에서 임금수준과 노동시간의 둘 다, 혹은 둘 중의 하나가 급격하게 축소되는 것, 가장 오래 다닌 직장을 그만두는 것, 퇴직연금을 받는 시점 등으로 정의된다. 박혜정(2014)은 고용노동부 기준을 인용하여 “은퇴자란 연금을 수령하고 있거나 1년 간 전임으로 고용되지 않은 55세

이상의 성인”으로 규정하였다. 주기적으로 계속 일을 하는지의 여부와 연령 등을 기준으로 은퇴 여부를 구분하였다. 한편 은퇴를 노동시장에서 퇴출되어가는 과정으로 보는 연구가 있다(한경혜, 손정연, 2012). 소득을 목적으로 일하기 위해 노동시장에 참여하여 구직활동을 하거나 취업상태에 있다가, 궁극적으로 소득을 목적으로 하는 취업활동에 참여하지 않는 상태로 진행해가는 과정을 은퇴과정으로 보는 것이다. 박경숙(2003)은 우리나라 55세 이상 고령자의 노동시장 참여형태를 연구하면서, 다음과 같은 몇 가지 형태의 은퇴과정이 있을 수 있다고 지적한다. 첫째로 정규직 등으로 안정적으로 고용된 상태에서 정년을 맞이하여 연금 등이 보장된 상태로 노동시장에서 이탈하는 경우, 둘째, 고소득 자영업자로 공식적인 은퇴나 퇴직 없이 노후연금이나 충분한 자산 소득을 누리며 노동시장에서 이탈하는 경우, 셋째, 자녀로부터의 경제적 지원이 가능한 상태에서 노동시장에서 이탈하는 경우, 넷째, 개인자산이나 연금자산이 충분치 않은 상태로 가족지원 없이 노동시장에서 이탈하는 경우로 특별히 비정규적인 취업과 비취업이 반복되는 경우 등이다. 김주현(2009)에 따르면 우리나라 근로자가 장기간 일해 온 주된 일자리에서 퇴직하는 나이는 약 54세이며, 주된 일자리에서 퇴직한 후 13~14년 정도 새로운 일자리를 찾아 일하는 것으로 나타난다. 평균을 기준으로 하면 54세부터 최대 68세까지 은퇴가 진행되는 과정이라고 볼 수 있다. 본 연구에서는 통상적으로 장기적으로 일하던 직업이나 직장에서 퇴직하는 것을 은퇴로 부르는 관행에 따라 설문 등에서는 은퇴를 “소득을 얻는 목적으로

정기적으로 일정한 일을 하지 않는 것”으로 정의하여 사용한다.

은퇴불안이란 은퇴가 예상되는 시점에, 혹은 은퇴가 이루어진 후, 은퇴 이후의 불확실한 미래에 대해 느끼는 혼란스러움을 말한다. 일을 그만두는 과정에서 발생한다는 점에서 상태불안이라고 볼 수 있다. 그러나 중년기에서 노년기에 접어드는 전환기 발달위기 과정에서 느끼는 불안이며, 특히 성인이 된 후 일을 통해 형성된 개인의 정체감이 일을 그만두는 과정에서 성숙한 형태로 통합되어가는 과정에서 나타나는 불안이라는 점에서 발달과정의 불안이라고도 볼 수 있다(이은주, 이지연, 2015). 구체적으로 보면 은퇴불안은 일차적으로 일할 수 있는 기회가 제한적이거나 사라지는 것으로부터 발생하는 불안일 수 있다. 안정적인 소득 원천이 없어지면서 연금이나 개인 자산이 충분하지 않을 경우 생계와 주거 등이 안정되지 않기 때문에 이를 불안하게 볼 수 있다. 특히 우리나라 베이비붐 세대는 전통적인 가족주의적인 가치관과 근대적인 개인주의적 가치관을 동시에 가지고 있어서 자녀 교육과 부모에 대한 부양을 자신의 의무로 생각하는 경향이 있다. 은퇴 이후의 소득에 대한 충분한 준비와 보장이 되어 있지 않으면, 은퇴를 앞두거나 은퇴한 중년 남자는 은퇴로 인한 소득 불안정 가능성을 불안하게 볼 수 있다. 실제로 베이비붐 세대의 은퇴 후 일자리 희망을 조사한 신계수와 조성숙(2011)의 연구에 의하면, 우리나라 베이비붐 세대의 64%는 은퇴 후에도 일자리를 가지길 원하며, 일자리를 희망하는 가장 큰 이유로 은퇴 이후의 가계소득 보장을 들고 있다. 은퇴불안이 경제

적인 소득의 불안만을 의미하는 것은 아니다. 일을 통해 사회적 관계를 맺어왔고, 사회적 존재로 정체감을 느끼고 살아왔다면, 은퇴로 일하는 기회가 사라지거나, 축소될 경우, 사회적 존재로서 개인의 정체감이 훼손 될 수 있다. 일을 그만두면서 사회적 소속감을 상실하는 것을 두려워할 수 있으며, 동료 관계, 친구 관계의 변화로 은퇴는 개인이 처한 사회적 상황을 변화시키고, 개인은 이 변화에 적응해야 하기 때문에 두려움이 일어 날 수 있다. 은퇴와 직접적으로 관련이 없으나, 통상 은퇴가 50대 이후 신체적인 노화가 진행되는 시기에 이루어진다는 점에서 은퇴불안은 신체적인 면을 가지고 있다. 노화로 인해 퇴행성 질병이 발생했거나 발생할 가능성이 높아지는데, 안정적인 소득이 보장되지 않는다면, 노화와 질병 가능성에 대해 더 불안해 할 수 있다. 이처럼 은퇴불안은 다양한 면을 가지고 있다. 은퇴로 일을 그만두는 데 따르는 불안이지만, 주관적인 개인의 심리적 불안일 수도 있고, 소득이 낮아지고 생계가 어려워지는 것에 대한 실제적인 현실 불안일 수도 있다.

이제 은퇴불안과 관련된 정신건강 척도로 심리적 안녕감에 대해 살펴본다. 무엇이 정신건강이며, 어떻게 이를 측정하는가에 대해 다양한 견해들이 존재한다. 유성경, 박은선, 김수정, 조효진(2014)이 삶의 의미와 정신건강 간의 관계를 연구한 메타분석에 따르면, 정신건강은 초기에는 질병이나 고통이 없는 상태를 말하는 ‘질병 모델’이었으나 최근에는 긍정 심리학 관점을 반영하여, 정신건강이 “신체적, 정신적, 사회적 안녕이 총체적으로 유지된 상태”를 말한다고 본다. 이 메타분석 연구들에

사용된 정신건강 관련 척도들로는 부정적인 지표로 불안, 우울을 측정하는 척도가 있고, 긍정적인 지표로 주관적 안녕감과 심리적 안녕감을 척도로 사용한 연구들이 있다. 박선영과 권석만(2012)이 설명하는 바와 같이 주관적 안녕감은 행복 등 쾌락주의 입장을 반영한 정신건강 측정치로 높은 긍정정서, 낮은 부정정서, 높은 삶의 만족도를 주로 측정한다. 반면 심리적 안녕감은 자기실현적 입장을 반영한 측정지표이다. 심리적 안녕감은 “주관적으로 느끼는 유쾌한 상태인 행복을 넘어서 자기실현과 성장을 강조”한다(박선영, 권석만, 2012).

본 연구에서는 중년 남자의 정신건강과 관련된 부정정서로 은퇴와 관련된 불안을 주목하고, 일의 의미와 은퇴불안, 정신건강 척도로 심리적 안녕감 간의 관계를 살펴본다. 중년 남자의 일에 대한 의미가 정신건강에 미치는 영향에 대한 연구라는 관점에서 보면 쾌락주의적 입장에서 행복과 삶의 만족도와 같은 주관적 안녕감을 측정하는 것보다, 자기실현적 입장을 반영한 심리적 안녕감을 정신건강 척도로 사용하는 것이 바람직하다고 볼 수 있다. 일 자체의 재미를 일의 의미로 볼 수 있지만, 일은 일차적으로 소득을 얻는 수단이며, 타인과의 교류를 통해 사회적 존재로 확인되는 수단이고, 성취를 통해 자존감을 느끼고 나아가 개인의 성장과 사회 기여와 같은 자기실현을 위한다고 볼 수 있기 때문이다. 그러나 일의 의미가 주관적 안녕감과 관련이 없는 것은 아니다. 일의 의미로 소득을 얻는 기회를 생각할 수 있는데, 소득은 삶의 만족에 중요하게 작용하고 삶의 만족은 주관적 안녕감의 주요 구성요소라는 선행연구를 볼 수 있다(유성경

외, 2014).

은퇴가 진행 중인 중년 남자의 심리적 안녕감과 관련해서 중년과 노년층의 심리적 안녕감을 연구한 여타 선행연구들을 보면, 본 연구의 주요 관심 대상인 은퇴 및 은퇴불안 이외에도 결혼상태와 가족관계, 건강, 사회적 지지 등이 이들의 심리적 안녕감에 영향을 주는 것으로 보인다(이동호, 조선녀, 2009; 허지영, 손은정, 2009; 김미정, 김귀분, 2013). 특별히 중년 남자의 심리적 안녕감에 아버지로서의 역할 만족도가 의미 있는 영향을 미친다고 보는 연구도 있다(장미자, 김득성, 2011). 한경혜와 손정연(2012)은 은퇴를 장기간 일하던 직업, 직장에서 퇴직한 뒤, 완전히 일을 그만두는 단계에 이르기 전에 가교단계의 취업과 비취업을 거치는 과정으로 보았다. 한경혜와 손정연(2012)의 연구는 은퇴가 진행되면서 심리적 안녕감이 변화하는 것에 결혼과 자녀관계 만족이 매개하고 있다고 밝히고 있다. 오랫동안 일하던 직장에서 퇴직하고 영속적으로 일하지 않는 단계에 들어서기 전에 취업과 재취업을 반복하는 단계에 있을 때, 결혼만족, 자녀관계만족 등이 낮아지면서 심리적 안녕감이 부분적으로 낮아진다고 본 것이다.

본 연구에서 구체적으로 밝혀보고자 하는 연구문제는 은퇴가 진행 중인 우리나라 중년 남자가 일에 부여하는 다양한 의미가 은퇴불안과 심리적 안녕감에 어떤 영향을 미치는가를 알아보고, 이 과정에서 일의 다양한 의미가 은퇴불안을 매개로 심리적 안녕감에 영향을 미치는지를 확인하는 것이다. 또한 우리나라 중년 남자가 현재 일하는 상태일 수 있고, 실업 상태로 일을 구하는 상태 일 수도 있다

는 점에 주목하고, 이들의 취업 상태가 일의 의미가 은퇴불안을 매개로 심리적 안녕감에 미치는 영향을 조절하는지를 확인하고자 한다. 이를 연구모형으로 표시하면 그림 1과 같다.

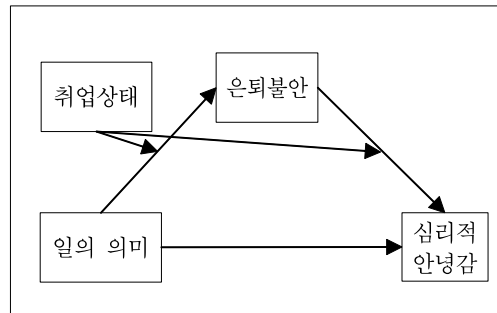


그림 1. 연구모형

## II. 연구방법

### 1. 연구 대상

본 연구의 연구대상은 55세부터 65세 미만 우리나라 중년으로 장기간 일해 온 직장에서 퇴직하였거나, 퇴직을 앞두고 있는 남성들이다. 설문조사는 조사기관인 마크로밀 엠브레인에 의뢰하여 2016년 4월 20일, 21일 양일간 실시되었는데, 이 기관의 전국 온라인 패널 중에 55세부터 65세 미만 남자로 이 조사에 동의하는 228명 응답자의 결과가 집계되었다. 연구대상의 55세부터 64세까지 10개 연령별 분포는 각 나이별로 7.5%에서 11.8%로 비교적 고른 분포를 보였다. 취업상태와 관련해서, 조사 당시까지 5년 이상 일해 온 직업(직장)에서 일하는 사람이 101명으로 전체의 44.3%를 차지했고, 5년 이상 일해 온 직업(직장)에서 퇴

직하고 새 직업으로(직장에서) 일하는 사람이 67명, 29.4%, 5년 이상 일해 온 직업(직장), 혹은 재취업한 직업(직장)에서 퇴직했으며, 새 직업(직장)을 찾고 있는 사람이 27명, 11.8%이며, 5년 이상 일해 온 직업(직장), 혹은 재취업한 직업(직장)에서 퇴직했으며, 새 직업(직장)을 찾고 있지 않은 사람도 33명, 14.5%를 차지했다.

## 2. 측정 도구

### 일의 의미

장형석(2000)은 일로부터 얻는 자존감, 일의 경제적 이득, 일의 매력, 사회적 인정, 일의 보람 등 5개 하위 요인별 2문항씩 총 10개 문항으로 구성된 일의 의미 척도를 개발하였다. 본 연구에서는 이재영(2013)과 이재영과 김진숙(2012)이 장형석(2000)의 일의 의미 척도를 노인대상으로 보완한 10개 문항을 사용하였다. 각 문항들은 5점 Likert 척도(전혀 그렇지 않다 = 1, 매우 그렇다 = 5)로 이 값이 클수록 일의 의미가 높음을 의미한다. 일의 의미 척도와 하위 척도는 해당 문항 응답치 평균을 사용하였다. 하위 척도 중 일의 매력 척도는 사용하지 않았다.

각 척도를 구성하는 2개 문항의 내적일치도(Cronbach  $\alpha$ )는 일을 통한 자존감 .79, 경제적 이득 .74, 사회적 인정 .72, 일의 보람이 .90로 나타났다. 이 문항과 유사한 장형석(2000)의 일의 의미 하위 척도 문항 내적일치도(Cronbach  $\alpha$ )는 일의 자존감 .77, 경제적 이득, .72, 사회적 인정 .56, 일의 보람 .56로 나타났고, 이재영(2013)의 연구에서 본 연구와 동일한 문항으

로 노인을 대상으로 한 응답에서 자존감 문항의 내적일치도(Cronbach  $\alpha$ )는 .75이었으며, 경제적 이득 문항의 경우 .76로 나타났다.

### 은퇴불안

은퇴불안 척도는 이은주와 이지연(2015)이 미국의 은퇴불안 관련 척도 문제점을 개선하여 한국 실정에 맞게 제작한 척도를 사용하였다. 은퇴불안과 관련된 18개의 문항으로 구성된 척도는 은퇴와 관련된 심리적 불안, 신체적 불안, 경제적 불안, 사회적 불안 등에 대해 질문하고 있으며, 5점 Likert 척도(전혀 그렇지 않다 = 1, 매우 그렇다 = 5)로 값이 클수록 은퇴불안이 높은 것을 의미한다. 연구에 사용된 은퇴불안 척도는 18개 문항 응답 평균을 사용하였다.

본 연구, 55세부터 64세까지 남자 228명 응답자의 18개 은퇴불안 문항 내적일치도(Cronbach  $\alpha$ )는 .95로 나타났다. 이은주와 이지연(2015)의 연구는 40세에서 65세까지 중년 남녀 235명을 대상으로 하고 있는데, 이들을 대상으로 한 동일한 은퇴불안 문항 내적일치도(Cronbach  $\alpha$ )는 .89로 나타났다.

### 심리적 안녕감

심리적 안녕감 척도는 김명소, 김혜원과 차경호(2001)가 Ryff(1989)의 6개 요인 심리적 안녕감 척도를 한국 상황에 맞게 수정한 척도를 사용하였다. 심리적 안녕감을 측정하는 총 46개 문항은 자아수용, 개인적 성장, 삶의 목적, 긍정적 대인관계, 환경통제, 자율성 등에 관한 질문이다. 각 문항은 Likert 5점 척도(전혀 그렇지 않다 = 1, 매우 그렇다 = 5)이다. 총 46

개 문항 중 24개 문항은 값이 클수록 심리적 안녕감이 높은 것을 의미한다. 그러나 나머지 22개 문항은 값이 클수록 심리적 안녕감이 낮은 것을 의미하는 역채점 문항이다. 연구에 사용된 심리적 안녕감 척도는 역 방향으로 채점된 답을 정 방향으로 수정한 뒤, 전체 46개 문항의 응답치를 응답자별로 평균하여 심리적 안녕감 척도로 삼았다. 이렇게 측정된 심리적 안녕감 척도는 값이 클수록 심리적 안녕감이 높은 것을 의미한다.

본 연구 응답자의 심리적 안녕감 문항 내적 일치도(Cronbach  $\alpha$ )는 .93으로 나타났다. 김명소 등(2001)의 연구에서는 20대에서 70대에 이르는 성인 남녀 578명의 심리적 안녕감을 조사하였는데, 이 조사에서 심리적 안녕감 하위 척도별로 자아수용 .76, 삶의 목적 .73, 긍정적 대인관계 .72, 개인적 성장 .70, 자율성 .69, 환경통제 .66의 문항 내적일치도(Cronbach  $\alpha$ )를 보였다.

### 3. 연구 절차

연구의 통계분석을 위해 SPSS 20.0 통계 패키지를 활용하였으며, 특히 다단계 다중회귀분석을 통해 매개효과와 조절효과를 추정, 검증하는 데에는 Hayes가 SPSS를 위해 작성한 PROCESS 2.16 프로시저(procedure)를 활용하였다(Hayes, 2013; Hayes, 2016). 연구는 다음의 절차에 따라 진행되었다.

첫째, 본 연구의 주요 관심변인인 은퇴불안과 심리적 안녕감이 나이, 소득, 학력, 취업상태, 가족구분 등 인구사회학적 변인에 따라 차이가 있는지를 분석하였다. 나이는 55세부

터 64세까지 10단계로 구분하였고, 소득은 월 100만 원 미만, 100만 원 이상 200만 원 미만 등의 방식으로 월 800만 원 이상 900만 원 미만, 월 900만 원 이상까지 10단계로 구분하였다. 학력은 초등학교 졸업 이하, 중학교 졸업, 고등학교 졸업, 대학교 졸업, 대학원 졸업 이상의 5단계 구분이며, 취업상태 구분은 5년 이상 직업(직장) 취업 중, 5년 이상 직업(직장) 퇴직 후 재취업 중, 퇴직 후 구직활동 중, 퇴직 후 구직활동 없음의 4개 그룹 구분이다. 가족구분은 배우자와 자녀 같이 동거, 배우자와만 동거, 자녀와만 동거, 배우자 자녀 모두와 동거하지 않음의 4 그룹 구분이다.

둘째, 은퇴불안, 심리적 안녕감과 일의 의미 척도 간의 상관관계를 추정하였다.

셋째, 일의 의미 하위 척도인 일의 자존감 의미, 경제적 이득 의미, 사회적 인정 의미, 일의 보람 의미가 각각 심리적 안녕감에 미치는 영향을 은퇴불안이 매개하는 효과를 추정하고 검증하였다.

넷째, 앞선 검증에서 은퇴불안의 매개효과가 검증된 일의 하위 의미 척도로 일의 경제적 이득과 사회적 인정 의미가 은퇴불안을 매개로 심리적 안녕감에 미치는 영향을 취업상태 구분이 조절하는지 추정하여 검증하였다. 먼저 일의 경제적 이득 의미와 사회적 인정 의미가 은퇴불안에 미치는 영향이 취업상태에 따라 다르게 나타나는지를 추정하였고, 이어서 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향이 취업상태에 따라 조절되는지를 추정하였다. 이 과정에서 명목척도인 취업상태 구분은 3개의 더미 변인으로 분석에 사용하였다. 5년 이상 현재의 직장 혹은 직업으로 취업 중인 응

답자를 기준(reference)으로 하여, D1은 재취업자 더미로 재취업 응답자는 1, 나머지는 0, D2는 구직자 더미로 미취업자로 구직활동중인자는 1, 나머지는 0, D3은 구직활동 없음 더미로 미취업자로 구직활동이 없는 자는 1, 나머지는 0으로 만들었다.

심리적 안녕감과 은퇴불안의 인구사회학적 특성을 조사하기 위한 분산분석에서는 특별히 유의미하게 그룹 간 분산의 차이가 있다고 검증된 경우를 제외하고는 모두 각 그룹별 분산이 동일한 것으로 가정하고 분석하였다. 매개효과와 조절효과 모형을 위한 다중회귀식 추정에는 단순최소자승법(ordinary least square)을 사용하였다. 매개효과 모형 추정으로부터 구해지는 간접효과의 통계적 검정에는 부트스트랩(bootstrap) 방법을 사용하였는데, 최초 모형에서 추정된 오차의 임의추출을 통해 모형을 구성하는 변인의 가상적 척도 값을 10,000번 만들고 이를 반복 추정하는 방식으로 간접효과의 신뢰구간을 구했다. 조절효과를 검증하는 모형에서 독립변인과 조절변인은 명목척도로 조절변인에 사용된 취업상태 구분을 제외하고 평균중심화(mean-centering) 처리를 하여 독립변인과 조절변인의 상호작용 항을 만들었다.

심리적 안녕감과 은퇴불안의 인구사회학적 특성을 반영하여, 매개효과와 조절효과 모형에서 심리적 안녕감과 은퇴불안에 유의미한 영향을 미치는 소득을 통제변인으로 삼고자 했다. 이를 위해, 심리적 안녕감과 은퇴불안을 준거변인으로 하는 회귀식에는 7단계로 단계를 축소한 소득구간(변인 명 소득)을 통제변인으로 예측변인에 추가하였다. 7단계 소득 척도는 월 100만 원 미만을 1, 월 100만 이상

200만 원 미만을 2와 같은 방식으로 월 500만 이상 600만 원 미만은 6, 600만 원 이상은 7로 척도 값을 부여하여 만들었다. 연구대상 응답자에게 제시된 당초의 소득 구간별 구분은 월 600만 이상 700만 원 미만, 700만 이상 800만 원 미만, 800만 이상 900만 원 미만, 900만 원 이상을 포함하여 총 10단계이다. 그러나 월 600만 원 이상의 소득 구간에서는 구간별로 심리적 안녕감과 은퇴불안이 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않아서, 월 600만 원 이상 구간을 모두 7로 척도 값을 부여하였다.

### III. 결과 및 해석

#### 1. 준거변인의 인구사회학적 특성

##### 은퇴불안

응답자 228명의 은퇴불안 평균은 3.28이었으며, 표준편차는 .88로 나타났다. 은퇴불안이 인구사회학적 지표에 따라 영향을 받는지 분석해 보면, 소득 수준에 따라 은퇴불안에 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났으나( $R^2$ , 218) = 2.08,  $p < .05$ ], 여타 인구사회학적 특성에 대해서는 유의미한 차이를 찾지 못했다. 일반적으로 소득 수준의 증가에 따라서 은퇴불안이 감소하는 경향을 보였으나, 월 소득 700만 원 이상부터는 소득수준 증가가 은퇴불안에 의미 있는 영향을 주지 못하고 있는 것으로 나타났다(그림 2).

##### 심리적 안녕감

연구대상 228명의 심리적 안녕감 평균은

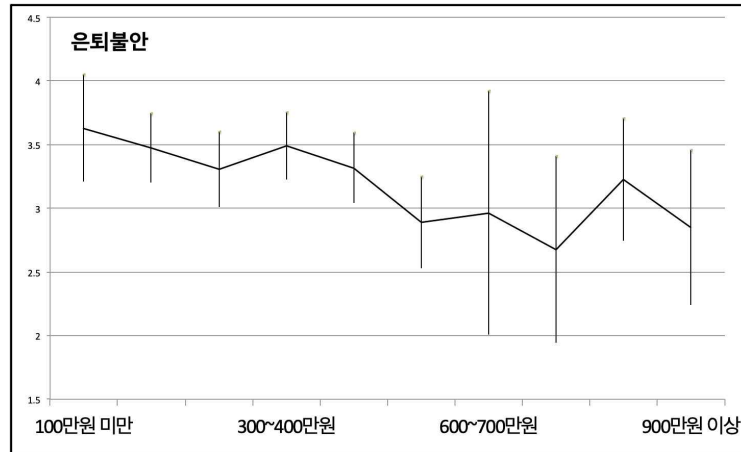


그림 2. 소득구간별 은퇴불안의 평균 및 95% 신뢰구간

3.25이었으며, 표준편차는 .45로 나타났다. 심리적 안녕감이 나이, 소득, 학력, 취업구분과 가족구성 등 인구사회학적 구분에 따라 차이가 있는지 분석해 보면, 심리적 안녕감은 소득과 학력 수준에 따라 유의미한 차이를 보였다[소득 구분에 대해  $F(9, 218) = 3.57, p < .01$ , 학력 구분에 대해  $F(4, 223) = 2.84, p < .05$ ]. 그러나 나이, 취업구분, 가족구성 등은 심리적 안녕감에 유의미한 차이를 미치지 않

았다.

심리적 안녕감은 일반적으로 소득 수준이 높아짐에 따라 높아지는 경향을 보였으나, 소득수준 증가에 따른 은퇴불안 감소 추세와 유사하게 월 소득 700만 원 이상부터는 소득 수준의 증가에도 심리적 안녕감이 증가하지 않는 모습을 보였다(그림 3). 소득이 증가하면서 심리적 안녕감이 상승하다가 일정 소득 수준을 넘어서면 분명한 상승추세를 보이지 않는

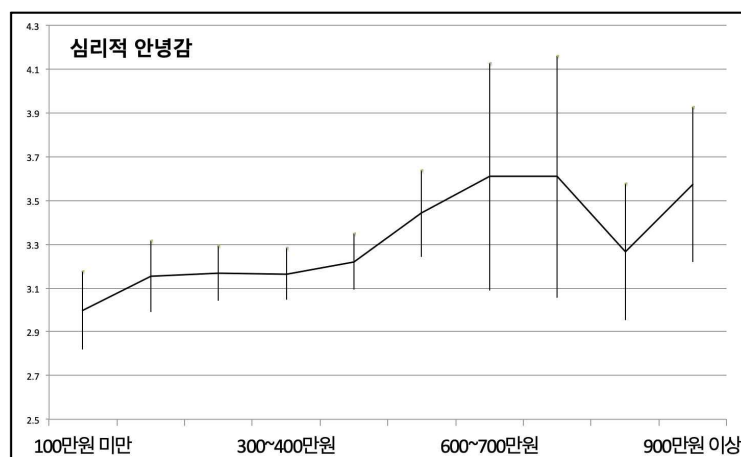


그림 3. 소득구간별 심리적 안녕감의 평균 및 95% 신뢰구간

점은 유사한 다른 연구와 비교할 수 있다. Aknin, Norton과 Dunn(2009)은 미국인을 대상으로 한 연구에서 소득 수준이 증가함에 따라 삶에 대한 주관적인 평가로 측정한 행복도가 증가하지만, 일정 수준 이상의 소득 구간에서는 소득 증가에도 뚜렷하게 행복도가 증가하지 않는 경향을 발견하였다. 심리적 안녕감은 일반적으로 학력 수준이 높아짐에 따라 상승하는 모습을 보였다.

## 2. 일의 의미, 은퇴불안, 심리적 안녕감 간의 상관관계

일의 의미와 일의 하위 척도인 자존감, 경제적 이득, 사회적 인정, 일의 보람 의미와 은퇴불안, 심리적 안녕감 간의 상관관계를 보면(표 1), 일의 의미는 은퇴불안과 정(+)의 상관관계를 보였다. 일의 하위 의미 중에서 경제적 이득과 사회적 인정 의미는 은퇴불안과 유의미한 정(+)의 상관관계를 보인 반면, 일을

통한 자존감 의미와 일의 보람 의미는 은퇴불안과 유의미한 상관관계를 보이지 않았다. 일의 의미는 심리적 안녕감과 유의미한 정(+)의 상관관계를 보였다. 일의 의미 중에서 경제적 이득과 사회적 인정 의미는 심리적 안녕감과 유의미한 상관관계를 보이지 않는데 반해, 일이 주는 자존감 의미와 일의 보람 의미는 심리적 안녕감과 정(+)의 상관관계를 보였다. 은퇴불안과 심리적 안녕감 간에는 부(-)의 상관관계를 보였다.

## 3. 일의 하위 의미가 심리적 안녕감에 미치는 영향과 은퇴불안 매개효과

일의 자존감 의미, 경제적 이득 의미, 사회적 인정 의미, 보람 의미 등 일의 하위 의미 별로 심리적 안녕감에 미치는 영향에 대한 은퇴불안의 매개효과 추정을 위한 회귀분석 결과가 표 2와 표 3에 정리되어 있다.

먼저 일의 4개 하위 의미가 은퇴불안의 매

표 1. 주요 변인 간 상관

| 구분          | 1     | 1-1   | 1-2   | 1-3   | 1-4   | 2      | 3    |
|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|------|
| 1. 일의 의미    | 1     |       |       |       |       |        |      |
| 1-1. 자존감    | .75** | 1     |       |       |       |        |      |
| 1-2. 경제적 이득 | .64** | .18** | 1     |       |       |        |      |
| 1-3. 사회적 인정 | .79** | .47** | .45** | 1     |       |        |      |
| 1-4. 일의 보람  | .82** | .61** | .29** | .49** | 1     |        |      |
| 2. 은퇴불안     | .13*  | -.06  | .29** | .20** | -.03  | 1      |      |
| 3. 심리적 안녕감  | .31** | .43** | -.03  | .10   | .43** | -.59** | 1    |
| 평균          | 3.91  | 4.06  | 3.79  | 4.08  | 3.70  | 3.28   | 3.25 |
| 표준편차        | .59   | .71   | .78   | .74   | .90   | .88    | .45  |

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ .

표 2. 일의 하위 의미가 심리적 안녕감에 미치는 영향 추정 회귀분석

| 준거변인    | 예측변인   | B    | $\beta$ | $t$    | $R^2$ | F                 |
|---------|--------|------|---------|--------|-------|-------------------|
| 심리적 안녕감 | (상수)   | 2.03 |         |        |       |                   |
|         | 자존감    | .24  | .38     | 6.38** | .23   | 34.06**           |
|         | 소득     | .06  | .23     | 3.79** |       | ( $df = 2, 225$ ) |
| 심리적 안녕감 | (상수)   | 3.09 |         |        |       |                   |
|         | 경제적 이득 | -.05 | -.08    | -1.29  | .10   | 12.55**           |
|         | 소득     | .08  | .32     | 4.99** |       | ( $df = 2, 225$ ) |
| 심리적 안녕감 | (상수)   | 2.80 |         |        |       |                   |
|         | 사회적 인정 | .03  | .05     | .85    | .10   | 12.04**           |
|         | 소득     | .07  | .30     | 4.62** |       | ( $df = 2, 225$ ) |
| 심리적 안녕감 | (상수)   | 2.32 |         |        |       |                   |
|         | 일의 보람  | .19  | .37     | 6.17** | .23   | 32.66**           |
|         | 소득     | .05  | .22     | 3.59** |       | ( $df = 2, 225$ ) |

\*\*  $p < .01$ .

개 여부와 관계없이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 검증하기 위해, 은퇴불안 영향을 통제하지 않고 일의 하위 의미가 심리적 안녕감에 미친 영향을 추정하였다(표 2). 이 결과를 보면 일의 하위 의미 중에서 자존감 의미, 일의 보람 의미는 심리적 안녕감에 유의미한 정(+)의 영향을 미친다(각각  $p < .01$ ). 그러나 일의 경제적 이득 의미와 사회적 인정 의미가 심리적 안녕감에 대해 미치는 영향은 유의미하지 않은 것으로 나타난다.

다음으로 일의 4개 하위 의미가 심리적 안녕감에 미치는 영향을 은퇴불안이 매개하는지를 살펴보았다(표 3). 은퇴불안이 일의 하위 의미가 심리적 안녕감에 대한 영향을 의미 있게 매개하기 위해서는 첫째 일의 하위 의미들이 은퇴불안에 의미 있는 영향을 주어야 하고,

둘째로 은퇴불안이 심리적 안녕감에 의미 있게 영향을 미쳐야 한다. 분석결과를 보면, 일의 하위 의미 중에서 자존감 의미, 일의 보람 의미는 은퇴불안에 의미 있는 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 그러나 일의 의미로 경제적 이득과 사회적 인정 의미는 유의미하게 은퇴불안에 영향을 미치는 것으로 나타났다(각각  $p < .01$ ). 한편 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향은 유의미한 것으로 나타났다. 일의 4개 하위 의미 각각을 통제변인으로 하고 은퇴불안을 예측변인, 심리적 안녕감을 준거변인으로 한 회귀식 추정결과, 은퇴불안 회귀계수는 모두 의미 있는 부(-)의 값을 보였다(각각  $p < .01$ ). 이를 종합해보면, 일의 하위 요인 중에서 경제적 의미, 사회적 인정 의미는 은퇴불안을 매개로 심리적 안녕감에 영향

표 3. 심리적 안녕감에 대한 일의 의미 영향과 은퇴불안 매개효과 추정 회귀분석

| 준거변인             | 예측변인   | B    | $\beta$ | $t$      | $R^2$ | $F$                          |
|------------------|--------|------|---------|----------|-------|------------------------------|
| <b>자존감 의미</b>    |        |      |         |          |       |                              |
| 은퇴불안             | (상수)   | 3.80 |         |          |       |                              |
|                  | 자존감    | -.01 | -.01    | -.16     | .05   | 6.08**<br>( $df = 2, 225$ )  |
|                  | 소득     | -.11 | -.22    | -3.37**  |       |                              |
| 심리적<br>안녕감       | (상수)   | 3.80 |         |          |       |                              |
|                  | 은퇴불안   | -.28 | -.54    | -11.34** | .51   | 78.42**<br>( $df = 3, 224$ ) |
|                  | 자존감    | .24  | .38     | 7.86**   |       |                              |
|                  | 소득     | .03  | .10     | 2.14*    |       |                              |
| <b>경제적 이득 의미</b> |        |      |         |          |       |                              |
| 은퇴불안             | (상수)   | 2.41 |         |          |       |                              |
|                  | 경제적 이득 | .38  | .34     | 5.47**   | .16   | 21.81**<br>( $df = 2, 225$ ) |
|                  | 소득     | -.14 | -.28    | -4.54**  |       |                              |
| 심리적<br>안녕감       | (상수)   | 3.81 |         |          |       |                              |
|                  | 은퇴불안   | -.30 | -.59    | -10.30** | .39   | 47.61**<br>( $df = 3, 224$ ) |
|                  | 경제적 이득 | .07  | .12     | 2.06*    |       |                              |
|                  | 소득     | .04  | .15     | 2.80**   |       |                              |
| <b>사회적 인정</b>    |        |      |         |          |       |                              |
| 은퇴불안             | (상수)   | 2.64 |         |          |       |                              |
|                  | 사회적 인정 | .29  | .25     | 3.90**   | .11   | 14.07**<br>( $df=2, 225$ )   |
|                  | 소득     | -.13 | -.27    | -4.19**  |       |                              |
| 심리적<br>안녕감       | (상수)   | 3.60 |         |          |       |                              |
|                  | 은퇴불안   | -.30 | -.60    | -11.06** | .42   | 53.09**<br>( $df = 3, 224$ ) |
|                  | 사회적 인정 | .12  | .20     | 3.81**   |       |                              |
|                  | 소득     | .03  | .14     | 2.55*    |       |                              |
| <b>일의 보람</b>     |        |      |         |          |       |                              |
| 은퇴불안             | (상수)   | 3.68 |         |          |       |                              |
|                  | 일의 보람  | .02  | .02     | .33      | .05   | 6.13**<br>( $df=2, 225$ )    |
|                  | 소득     | -.11 | -.23    | -3.46**  |       |                              |
| 심리적<br>안녕감       | (상수)   | 3.36 |         |          |       |                              |
|                  | 은퇴불안   | -.28 | -.56    | -11.66** | .52   | 80.18**<br>( $df = 3, 224$ ) |
|                  | 일의 보람  | .19  | .39     | 8.07**   |       |                              |
|                  | 소득     | .02  | .09     | 1.80     |       |                              |

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ .

을 미치는 것으로 보이고, 일의 자존감 의미, 일의 보람 의미가 심리적 안녕감에 미치는 영향은 은퇴불안이 매개하지 않고 영향을 미치는 것으로 추정된다.

일의 하위 의미 중에 심리적 안녕감에 대한 영향을 매개하는 것으로 나타난 일의 경제적 이득 의미와 사회적 인정 의미가 심리적 안녕감에 미치는 전체 영향(총효과)은 은퇴불안을 매개하지 않고 직접 심리적 안녕감에 미치는 영향(직접효과)과 은퇴불안을 매개하여 미치는 영향(간접효과)으로 구분할 수 있다.

일의 경제적 이득과 사회적 인정 의미가 심리적 안녕감에 미치는 전체 영향(총효과)은 의미 있게 나타나지 않는다(표 4). 그러나 이를 직접효과와 간접효과로 나누어 보면 이 전체 영향이 의미 있게 나타나지 않는 이유를 유추할 수 있다. 은퇴불안을 통제하여 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 제거하고 나

면, 일의 경제적 이득과 사회적 인정 의미는 심리적 안녕감에 유의미한 정의 영향(직접효과)을 미친 것으로 나타났다(표 3에서 경제적 이득 의미에 대해  $p < .05$ , 사회적 인정 의미에 대해  $p < .01$ ). 일의 경제적 이득, 사회적 인정 의미가 은퇴불안 미친 영향이 다시 심리적 안녕감에 미친 영향이 간접효과이다. 분석 결과를 보면 일의 경제적 이득과 사회적 인정 의미는 은퇴불안에 유의미한 정(+)의 영향을 미치고, 은퇴불안은 심리적 안녕감에 유의미한 부(-)의 영향을 미친 것으로 나타났다(표 3). 따라서 경제적 이득과 사회적 인정 의미가 은퇴불안을 매개로 심리적 안녕감에 미치는 간접효과는 두 영향의 곱인 부(-)의 방향으로 나타나며, 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다(표 4에서 두 간접효과의 95% 신뢰구간이 음수로 0을 포함하지 않는다). 결과적으로 일의 경제적 이득과 사회적 인정 의미가 심리적

표 4. 일의 경제적 의미와 사회적 인정 의미의 심리적 안녕감에 대한 직접효과와 간접효과

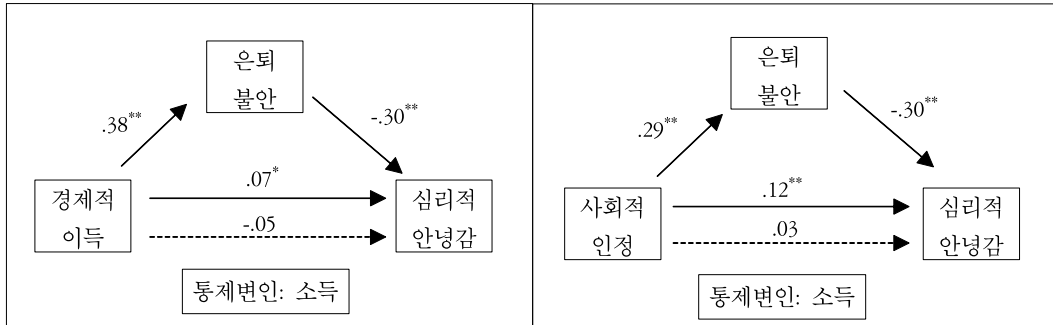
| 효과                | B    | $\beta$           | 표준편차 <sup>a</sup> | 95% 신뢰구간 <sup>b</sup> |      |
|-------------------|------|-------------------|-------------------|-----------------------|------|
| 경제적 이득 의미         |      |                   |                   |                       |      |
| 총효과               | -.05 | -.08              | .04               | -.12                  | .03  |
| 직접효과              | .07  | .12               | .03               | .003                  | .13  |
| 간접효과 <sup>c</sup> | -.11 | -.21 <sup>d</sup> | .02               | -.17                  | -.07 |
| 사회적 인정 의미         |      |                   |                   |                       |      |
| 총효과               | .03  | .05               | .04               | -.04                  | .11  |
| 직접효과              | .12  | .20               | .03               | .06                   | .19  |
| 간접효과 <sup>c</sup> | -.09 | -.15 <sup>d</sup> | .03               | -.14                  | -.04 |

a. 계수 B 추정치에 대한 표준편차 추정치.

b. 계수 B 추정치에 대한 신뢰구간.

c. 일의 하위 의미가 은퇴불안을 통해 심리적 안녕감에 미치는 간접 영향.

d. 완전 표준화 계수, 간접효과(B) x 경제적 이득(혹은 사회적 인정) 표준편차 / 심리적 안녕감 표준편차.



주. 점선은 매개변인을 통제하지 않은 회귀식의 인과관계 추정.

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ .

그림 4. 심리적 안녕감에 대한 경제적 이득과 사회적 인정 의미 영향과 은퇴불안 매개효과

안녕감에 미치는 직접적인 정(+)의 효과는 은퇴불안을 매개하여 심리적 안녕감에 미치는 간접적인 부(-)의 효과에 의해 억압(suppression)되며, 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 제거하지 않으면 일의 경제적 이득과 사회적 인정 의미는 심리적 안녕감에 영향을 미치지 않는 것처럼 나타난다(표 4, 그림 4).

#### 4. 은퇴불안의 매개효과에 대한 취업구분 조절효과

일의 경제적 이득과 사회적 인정 의미가 은퇴불안에 미치는 영향은 취업구분에 따라 의미 있는 변화를 보이지 못했다(표 5). 일의 경제적 이득과 사회적 인정 의미와 재취업 중, 구직활동 중, 구직활동 없음 등을 나타내는 더미변인 간의 상호작용 항에 대한 회귀계수는 모두 통계적으로 의미 있게 추정되지 않았다. 반면, 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향은 취업상태에 따라 의미 있는 변화가 나타나는 것으로 추정되었다(표 5). 은퇴불안과 취업상태 구분을 나타내는 더미 변인간의 상

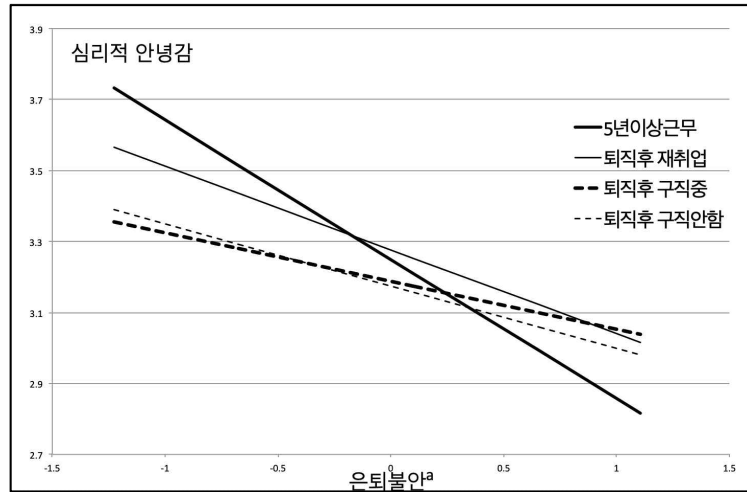
호작용 항에 대한 회귀계수들은 모두 통계적으로 유의미하게 추정되었다( $p < .05$  혹은  $p < .01$ ). 결과적으로는 일의 경제적 이득과 사회적 인정 의미가 심리적 안녕감에 미치는 영향은 은퇴불안이 매개하며, 매개 정도는 취업상태에 따라 달라질 수 있는데, 이는 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향이 취업상태에 따라 달라지기 때문인 것으로 추정할 수 있다.

은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 취업상태에 따라 살펴보면, 은퇴불안 척도 1 증가는 5년 이상 현재의 직장 혹은 직업에 취업중인 응답자에게 심리적 안녕감 척도에 -.39의 영향을 주었는데, 5년 이상 다닌 직장 혹은 직업을 그만두고 재취업 중인 응답자에게  $-0.23(-.39 + .16)$ , 퇴직 후 구직활동 중인 응답자에게  $-.13(-.39 + .26)$ , 그리고 퇴직 후 구직활동이 없는 응답자에게는  $-.17(-.39 + .22)$ 의 영향을 주었다. 일반적으로 현재 취업 중인 응답자에게 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 부(-)의 영향이 더 크게 나타나고, 특히 5년 이상 계속 한 직장이나 직업에서 일해 온

표 5. 은퇴불안 매개효과에 대한 취업구분 조절효과 추정 회귀분석

| 준거변인                      | 예측변인          | B    | $\beta$ | $t$     | $R^2$ | $F$                          |
|---------------------------|---------------|------|---------|---------|-------|------------------------------|
| 경제적 이득 의미의 은퇴불안에 대한 영향 추정 |               |      |         |         |       |                              |
|                           | (상수)          | 3.82 |         |         |       |                              |
|                           | 경제적 이득        | .28  | .25     | 2.51*   |       |                              |
|                           | D1(재취업 더미)    | -.14 |         | -1.06   |       |                              |
|                           | D2(구직활동 더미)   | .34  |         | 1.71    |       |                              |
| 은퇴불안                      | D3(구직활동없음 더미) | -.05 |         | -.25    | .19   | 6.60**<br>( $df = 8, 219$ )  |
|                           | 경제적 이득 x D1   | .36  |         | 1.91    |       |                              |
|                           | 경제적 이득 x D2   | .21  |         | .79     |       |                              |
|                           | 경제적 이득 x D3   | .07  |         | .36     |       |                              |
|                           | 소득            | -.13 | .26     | -3.88** |       |                              |
| 사회적 인정 의미의 은퇴불안에 대한 영향 추정 |               |      |         |         |       |                              |
|                           | (상수)          | 3.83 |         |         |       |                              |
|                           | 사회적 인정        | .14  | .12     | 1.17    |       |                              |
|                           | D1            | -.07 |         | -.51    |       |                              |
|                           | D2            | .21  |         | 1.09    |       |                              |
| 은퇴불안                      | D3            | -.07 |         | -.34    | .13   | 4.17**<br>( $df = 8, 219$ )  |
|                           | 사회적 인정 x D1   | .22  |         | 1.17    |       |                              |
|                           | 사회적 인정 x D2   | .20  |         | .85     |       |                              |
|                           | 사회적 인정 x D3   | .31  |         | 1.26    |       |                              |
|                           | 소득            | -.12 | -.25    | -3.65** |       |                              |
| 은퇴불안의 심리적 안녕감에 대한 영향 추정   |               |      |         |         |       |                              |
|                           | (상수)          | 3.06 |         |         |       |                              |
|                           | 은퇴불안          | -.39 | -.77    | -9.45** |       |                              |
|                           | D1            | .03  |         | .46     |       |                              |
|                           | D2            | -.06 |         | -.73    |       |                              |
| 심리적<br>안녕감                | D3            | .08  |         | -1.01   | .42   | 19.91**<br>( $df = 8, 219$ ) |
|                           | 은퇴불안 x D1     | .16  |         | 2.55*   |       |                              |
|                           | 은퇴불안 x D2     | .26  |         | 2.68**  |       |                              |
|                           | 은퇴불안 x D3     | .22  |         | 2.76**  |       |                              |
|                           | 소득            | .04  | .18     | 3.05**  |       |                              |

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ .



a. 평균중심화(mean-centered)된 은퇴불안.

그림 5. 취업구분에 따른 심리적 안녕감에 대한 은퇴불안 영향

취업자의 심리적 안녕감이 은퇴불안에 더 민감하게 부(-)의 영향을 받는 것으로 나타났다(그림 5).

#### IV. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 우리나라 베이비붐 세대와 대부분 겹치는 55세부터 64세까지 중년 남자의 일의 의미가 은퇴불안과 심리적 안녕감에 미치는 영향을 연구하는 것이다. 본 연구를 통해 발견한 점들은 다음과 같다.

첫째, 연구대상 중년남자에게 소득과 학력 수준이 높을수록 일반적으로 은퇴불안이 낮고 심리적 안녕감은 높게 나타난다. 다만 이러한 효과는 소득 수준이 일정 정도 이하인 경우에 뚜렷하게 나타나지만, 일정 소득 수준을 넘어서면 은퇴불안이 낮아지고 심리적 안녕감이 높아지는 정도는 뚜렷하지 않다. 본 연구에서

는 대략 월 700만 원 정도의 소득 수준 이하에서 소득 증가에 따른 은퇴불안 감소와 심리적 안녕감 증가 추세가 뚜렷하게 나타났다.

둘째 상관관계로 볼 때, 일의 의미가 높을 때 심리적 안녕감이 높은 것으로 보인다. 특히 일의 의미 중에서 일의 자존감 의미, 일의 보람 의미와 심리적 안녕감이 의미 있게 뚜렷한 상관관계를 보인다. 일의 의미는 은퇴불안과 정적인 상관관계를 보이는데 특히, 일의 경제적 이득 의미와 일의 사회적 인정 의미는 은퇴불안과 뚜렷한 상관관계가 있는 것으로 보인다. 은퇴불안은 예상할 수 있는 대로 심리적 안녕감과 부적인 상관관계를 가진다.

셋째 일의 의미가 심리적 안녕감에 미치는 영향은 일의 의미 내용에 따라 달라지는 것을 볼 수 있었다. 일을 보람과 자존감의 원천으로 생각하여 의미를 둔다면 이러한 일의 의미는 은퇴불안과 관계없이 심리적 안녕을 높여 주는 것으로 나타난다. 그러나 일을 소득을

얻는 수단으로 또 사회적으로 인정받는 수단으로 의미를 둔다면 이러한 일의 의미는 은퇴불안을 높이고 결과적으로 심리적 안녕감을 낮게 할 수 있는 것으로 나타난다. 특별히 지금 일하는 직장이나 직업에서 5년 이상 계속 일해 온 중년남자에게 있어서 은퇴불안이 심리적 안녕감에 미치는 영향이 더 민감한 것으로 나타난다.

이러한 결과는 다음과 같은 점을 시사한다. 첫째로 일의 긍정적 의미라고 하더라도 그 내용에 따라서 은퇴불안을 높이고 결과적으로 심리적 안녕감을 해치는 일의 의미가 있다는 것이다. 본 연구에서는 일의 경제적 이득 의미와 사회적 인정 의미가 이 역할을 한다. 일할 수 있는 기회가 제한적이고, 특히 50대 초반 생산성이 최고로 높을 때 일을 통해 얻은 사회적 지위와 소득을 계속 유지하려한다면, 다가오는 은퇴는 불안을 야기하는 원인이 된다.

둘째, 일을 통해 보람과 재미를 느끼며, 일을 자아실현의 기회로 생각한다면, 은퇴는 반드시 불안만을 유발하지 않을 수 있다. 본 연구에서는 일의 자존감 의미와 일의 보람 의미는 은퇴불안에 영향을 미치지 않으면서 심리적 안녕감을 높여주는 것으로 나타난다. 이때의 은퇴는 불안을 유발하는 요인이 아니라, 새로운 삶의 방식을 생각해보게 하는 기회가 될 수 있다. 은퇴 이후 넉넉한 시간 동안 가족 생계를 위해 해온 일에서 벗어나 자신의 해보고 싶었던 일을 추구하며, 새로운 삶을 꿈꾸게 하는 계기가 될 수 있다. 결과적으로 55세부터 64세까지 은퇴과정 중에 있는 남자에 있어서 은퇴는 불안 요인이 될 수도 있고,

새로운 삶으로 이어지는 과정의 기회 요인이 될 수도 있다. 은퇴를 불안하게 볼 것인지, 기회로 볼 것인지는 일에 대한 개인의 주관적 의미부여에 따라 다르게 나타나는 것으로 보인다. 중년 남자의 은퇴는 자신이 노년기에 접어드는 직전 단계에 있음을 알리는 신호와 같다. 본격적으로 신체적 한계를 체감해야 하고, 사회적 역할의 축소를 받아들이게 되는 시기를 앞두고 있음을 알리는 것이다. 소득과 사회적 인정에 크게 일의 의미를 두는 것보다는 일이 자존감을 높이는 수단이 되고 사회에 기여하는 보람을 느끼는 수단이 된다면 의미 있는 삶, 자기를 실현하는 삶이 되고 안녕감을 높일 수 있을 것이다.

본 연구의 결과는 다음과 같은 몇 가지 점에서 제한점이 있을 것이다. 첫째, 은퇴과정에 있는 중년 남자의 일의 의미가 심리적 안녕감에 미치는 영향을 결론으로 제시하면서, 일의 경제적 이득과 사회적 인정과 같은 의미를 추구할 경우 은퇴불안을 높이고, 심리적 안녕감을 낮출 수 있다는 점을 지적하였다. 현실적으로는 장기적으로 일하던 직업과 직장을 퇴직한 이후에도 상당기간 일을 할 수 밖에 없는 계층이 있다. 국가와 사회의 연금으로 노후 소득보장이 충분하지 않은 가운데, 생계유지를 위해 더 나빠진 고용조건에 불구하고 일하지 않으면 안 되는 계층이 있다. 본 연구의 결과가 55세 이상 중년남자의 정신건강에 도움을 주는 연구가 되기 위해서는 열악한 근로조건에서도 일할 수밖에 없는 저소득층 중년남자의 일의 의미와 심리적 안녕감을 그렇지 않은 남자와 분리해서 분석할 필요가 있다. 본 연구에서는 소득을 통제변인으로 삼아 일

정 정도 이런 영향을 제거하려 하였으나, 그 효과는 제한적이었을 것으로 보인다.

은퇴 이후의 소득과 생계비 등을 포함하여 일의 의미와 취업상태, 심리적 안녕감을 연구하는 데 있어서, 은퇴 이후 필요할 것으로 생각하는 생계비 수준과 은퇴 이후 가용한 소득 수준, 자신의 현재 경제 상태에 대한 주관적 평가 등이 조사될 필요가 있다. Fasbender, Wang, Voltmer와 Feller(2015)의 연구에 따르면, 일의 의미가 은퇴 후 취업결정에 미치는 영향을 주관적인 자신에 대한 경제상태평가가 조절하는 것으로 나타났다. 현재와 미래 자신의 소득과 재산 수준이 은퇴 이후 생계에 적절하다고 보는지, 부족하다고 보는지 정도가 은퇴 이후 취업결정에 영향을 미친다는 것이다.

둘째, 은퇴를 장기간 일해 온 직업이나 직장에서 퇴직한 후 영속적으로 소득을 목적으로 일을 하지 않는 단계에 이르는 일련의 과정으로 볼 수 있다. 우리나라에서는 대략 50대 초, 중반에 시작해서 60대 중, 후반까지 이르는 기간이다. 일의 의미는 일과 관련된 경험에 대한 통합된 의미부여라는 점에서 계속 변화할 수 있다. 특히 은퇴과정에서 일의 성격과 내용이 바뀌며 일의 의미, 삶의 의미, 심리적 안녕감의 구성 등이 변화할 수 있다. 일과 삶의 의미와 심리적 안녕감이 은퇴과정에서 변화할 가능성을 고려한다면, 시간에 따라 변화하는 일의 의미가 은퇴불안과 심리적 안녕감에 미치는 동태적(dynamic)인 관계를 파악하는 것이 필요하다. 은퇴과정에 따라 일의 의미가 어떻게 변화하며, 은퇴불안과 심리적 안녕감이 어떻게 변화하는지를 관찰하고 시간에 따라 변화하는 일의 의미와 은퇴불안, 심

리적 안녕감이 서로 어떤 관계에 있는지를 분석하는 것이다.

셋째, 일에 대한 정의를 확대하여 은퇴 이후의 일에 대해 분석할 필요가 있다. 본 연구에서는 일을 소득을 목적으로 정기적으로 상당한 노력을 투입하는 행동이라고 보았다. 사람에게 따라서는 소득이 목적이 아닌 일을 하는 경우도 있다. 최소한의 소득을 목적으로 하거나, 경우에 따라서는 자신의 재원을 투입하면서 일하는 경우가 있다. 자원봉사와 같은 일이 그것이다. 특히 65세 이후 노년층에게는 고용주가 시장 임금을 지급하면서 고용기회를 제공하는 것이 제한적인데, 그럼에도 불구하고 신체적으로 인지적으로 일할 충분한 능력이 있는 노인들은 제한된 급여를 받거나 혹은 무보수로 자신의 살아온 경험과 지혜를 다음 세대에 돌려주는 목적으로 일할 수 있다. 김주현(2009)은 65세 이상 노인의 일과 은퇴를 연구했는데, 고학력 상용근로자들에게서 생계비 보장과 관계없이 일하고 싶어 하는 비율이 높게 나타나는 점을 확인하였고, 신계수와 조성숙(2011)은 고학력, 고소득 베이비붐 세대들이 소득보다 자기발전과 여가선용을 위해 일하려한다고 지적한다. 특별히 Fasbender 등(2015)의 연구에서는 일의 의미로 후대를 위한 기여(generative meaning of work)를 구성 요인으로 보고, 후대를 위한 기여가 은퇴 후 취업결정에 미치는 영향을 분석하고 있다.

일의 정의를 제한된 소득에도 불구하고 일을 하는 자원봉사 등을 포함할 수 있게 확대하고, 65세 이후의 노인도 포함하여 일의 의미가 심리적 안녕감과 삶의 의미 등에 미치는 영향을 분석한다면, 보다 폭넓은 의미를 찾아

낼 수 있을 것으로 보인다. 경제상황이 악화되고 있는 우리나라의 상황에서는 제한적이겠지만, 경제적인 면에서 어느 정도 노후 안정된 생활이 가능한 고소득, 고학력 은퇴자의 일의 의미와 은퇴불안, 심리적 안녕감을 분석하는 데에 도움이 될 수 있을 것이다.

### 참고문헌

- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석: 한국 성인 남녀를 대상으로. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15(2), 19-39.
- 김미정, 김귀분 (2013). 중년과 노인의 심리적 안녕감 영향요인. 동서간호학연구지, 19(2), 150-158.
- 김승래 (2014). 노인일자리사업 참여자의 일의 의미와 직무만족이 삶의 질에 미치는 영향. 고려대학교 인문정보대학원 석사학위논문.
- 김주현 (2009). 고령기 생활세계에 있어서 일과 은퇴 - 고령 노동을 둘러싼 차별과 배제 -. 한국사회학회, 2009 국제사회학대회, 741-758.
- 마크로밀 엠브레인 (2016). <http://www.embrain.com/intro/intro3.asp>(검색일: 2016. 4. 15)
- 박경숙 (2003). 55세 이상 고령자의 노동시장 이탈과정; 은퇴의 유형화에 대한 함의. 노동정책연구, 3(1), 103-140.
- 박선영, 권석만 (2012). 삶의 의미에 대한 이론적 고찰과 임상적 함의. 한국심리학회지: 일반, 31(3), 741-768.
- 박시내, 심규호 (2010). 베이비붐 세대의 현황 및 은퇴효과 분석. 통계개발원.
- 박혜정 (2014). 은퇴 남성의 사회적 관심과 활동 수준이 우울에 미치는 영향 - 삶의 의미의 매개효과와 조절효과 -. 건국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신계수, 조성숙 (2011). 베이비붐 세대의 직업 만족도와 경제적 은퇴준비 실태분석. 한국엔터테인먼트산업학회논문지, 5(3), 41-50.
- 유경원 (2012). 은퇴가구의 경제행태 분석. 보험연구원.
- 유성경, 박은선, 김수정, 조효진 (2014). 삶의 의미와 정신건강의 관계에 관한 메타분석: 1997-2013년 국내연구를 중심으로. 한국심리학회지: 일반, 33(2), 441-465.
- 이동인 (2017). 중년 남자의 일의 의미가 은퇴불안과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 서울사이버대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 이동호, 조선녀 (2009). 노인의 은퇴 후 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인. 한국노인의료복지학회지, 1(1), 137-148.
- 이은주, 이지연 (2015). 중년기 은퇴불안 척도 개발 및 타당화. 상담학연구, 16(4), 435-458.
- 이은주, 이지연 (2016). 중년기 직장인의 직업적 자기효능감이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 은퇴불안 및 건강한 부부관계의 매개효과. 인간발달연구, 23(1), 71-94.
- 이재영, 김진숙 (2012). 노인 일자리 참여자의 일의 의미가 삶의 의미에 미치는 영향 연구 - 부양기대태도의 매개효과를 중심으로 -. 노인복지연구, 58, 353-382.
- 이재영 (2013). 노인일자리 참여자의 일의 의미가 삶의 의미에 미치는 영향 연구 - 부양기

- 대태도의 매개효과를 중심으로 -. 조선대학교 대학원 박사학위논문.
- 장미자, 김득성 (2011). 개인내적 특성 및 직업 만족도가 중년남성의 심리적 복지감에 미치는 영향: 베이비붐 세대 대기업 근무자를 중심으로. *대한가정학회지*, 49(2), 1-11.
- 장형석 (1999). 일의 의미 척도구성을 위한 탐색적 연구. *연구보*(부산대학교 학생생활연구소), 31, 109-140.
- 장형석 (2000). 일의 의미 척도의 구성 및 직무 만족과의 관계. *심리과학연구*, 1(1), 81-117.
- 한경혜, 손정연 (2012). 베이비붐 세대의 은퇴 과정, 경제적·관계적 자원과 심리적 복지감: 남녀차이를 중심으로. *한국가족복지학*, 38, 291-330.
- 허지영, 손은정 (2009). 청년기와 중년기 집단에서의 삶의 의미와 심리적 안녕감간의 관계: 자기효능감과 지각된 사회적 지지를 매개변인으로. *사회과학논총*, 28(2), 105-128.
- 홍영준, 이정훈 (2014). 은퇴베이비부머의 영적 안녕감이 삶의 만족도에 미치는 영향 - 우울감의 매개효과 중심으로 -. *한국가족복지학*, 45, 95-119.
- Aknin, L., M. Norton & E. Dunn (2009). Money matter, but less than people think. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 523-527.
- Fasbender, Ulrike, Mo Wang, Jan-Bennet Voltmer, & Jürgen Feller (2015). The meaning of work for post-retirement employment decisions. *Work, Aging and Retirement*, doi:10.1093/workar/wav015, 1-12.
- Hayes, F. Andrew (2013). *Introduction to mediation, moderation and conditional process analysis, a regression-based approach*. New York: The Guilford Press.
- Hayes, F. Andrew (2016). Process 2.16 [The Process Macro for SPSS and SAS], <http://processmacro.org/download.html>에서 2016. 10. 1 자료 얻음
- Ryff, Carol D. (1989). Happiness is everything, or is it? exploration on the meaning of psychological well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Thagard, P. (2010). *뇌와 삶의 의미*. (김미선 역). 서울: 필로소픽.

1 차원고접수 : 2019. 01. 17.  
수정원고접수 : 2019. 02. 20.  
최종게재결정 : 2019. 03. 20.

## **The Effects of the Meaning of Work on Retirement Anxiety and Psychological Well-Being of Middle-aged Men**

**Dongin Lee**

**Hyera Choi**

**Hwan Kim**

Dept. of Counseling Psychology, Seoul Cyber University

As a subjective meaning over work, the meaning of work may have a different effect on retirement anxiety and psychological well-being of people, especially when they are in the process of retirement. The purpose of this study is to analyze the effects of the meaning of work on retirement anxiety and psychological well-being of middle-aged men in Korea. With 228 male respondents from age 55 to 64, we investigated the mediation effect of retirement anxiety on the relationship between the meaning of work and psychological well-being, and the moderation effect of job status on that mediation relationship. The results are as follows, First, the economic gain and the social recognition meaning of work are found to have negative effects on the psychological well-being through the mediation of retirement anxiety. Second, job status moderates the relationship between retirement anxiety and psychological well-being. The negative effects of retirement anxiety on psychological well-being are greater in general when middle-aged men are employed. We also discussed the implications and limitations of this study. Tracing and analyzing the changes in the meaning of work, retirement anxiety and psychological well-being during the whole process of retirement would enhance the meaning of this study.

*Keywords : middle-aged men, baby boom generation, retirement anxiety, meaning of work, psychological well-being*