

은퇴자들의 심리적 건강의 변화: 성장혼합모형의 적용*

두 송 화

김 앤 장

장 재 윤†

서강대학교 심리학과

본 연구는 모집단에 존재하는 관찰되지 않은 이질성을 추적하는 성장혼합모형을 적용하여 은퇴자의 심리적 건강에서의 변화 패턴을 확인하고 각 발달 궤적에 영향을 미치는 요인들을 살펴보았다. 구체적으로, 역할이론, 연속성이론, 및 자원이론을 기반으로 은퇴자의 은퇴 후 심리적 건강 패턴에 유지형, 증가형, 감소형이라는 세 가지 패턴이 존재할 것이라 가정하였다. 이를 검증하기 위해 2005년부터 격년으로 실시해 현재 4차까지 조사가 이루어진 국민노후보장패널조사의 자료를 사용하였으며 총 436명을 최종 분석에 포함하였다. 분석 결과, 은퇴자의 심리적 건강 변화 유형에는 은퇴 전에 비해 은퇴 후 심리적 건강이 증가하는 '증가형'과 심리적 건강이 감소하는 '감소형'이 존재하는 것으로 나타났다. 이후 각 유형에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 로지스틱 회귀분석을 수행하였다. 그 결과, 은퇴자의 교육 수준이 높고, 은퇴 전 건강 및 경제적 만족도가 높을수록 증가형에 속할 확률이 높았다. 반면, 너무 늦은 시기에 은퇴를 하고 건강상의 문제로 인해 은퇴를 하는 은퇴자일수록 감소형에 속할 확률이 높았다.

주요어 : 은퇴, 심리적 건강, 성장혼합모형

* 이 연구는 2012년도 서강대학교 교내연구비 지원에 의한 연구임(201210014.01).

† 교신저자 : 장재윤, 서강대 심리학과, jych@sogang.ac.kr

2010년 발표된 통계청의 인구 총 조사 결과에 의하면, 우리나라 전체 인구 중 65세 이상의 인구는 11%로 해마다 급증하고 있으며, 이러한 추세로 볼 때, 2017년경에는 14% 이상인 고령 사회에 도달할 것으로 보인다(통계청, 2010). 또한 기대수명 역시 2005년에는 남자 75.14세, 여자 81.89세였으나, 2010년에는 남자 77.21세, 여자 83.77세로 점점 증가하는 추세이다. 반면에 2012년도를 기준으로 서울시민 평균 은퇴연령은 만 52.6세(남자: 54.6세, 여자: 49.7세)로 나타나, 일반 사기업의 통상적인 은퇴 연령인 만 55세에 한참 미치지 못하는 실정이다. 이처럼 노인으로서의 삶을 살아야 하는 기간은 점점 길어지는 것에 비해 은퇴 시기는 점점 앞당겨지고 있어, 은퇴 이후의 삶과 은퇴 적응에 대한 대중의 관심이 증가되고 있으며 관련 연구들 역시 활발하게 이루어지고 있다. 또한 은퇴는 은퇴 전과 후를 기점으로 개인이 주로 활동하는 장면이 직장에서 가정으로 전환되어 개인에게 커다란 영향을 미치는 생활사건이기 때문에 그 중요성이 더욱 강조되고 있다.

이러한 은퇴에 대해 서로 다른 몇 가지 관점이 존재하는데, 그 중 하나는 은퇴를 단절에 의한 위기 사건으로 보는 입장(Burgess, 1960; Miller, 1965; Philipson, 1993)으로 이 관점은 은퇴로 인한 역할과 자아정체감의 상실, 무능력하다는 사회적 낙인과 같은 부정적인 영향에 집중한다. 따라서 일부 연구자들은 취업자에 비해 은퇴자들은 신체적 건강이 더 좋지 않고, 우울 및 고독감을 더 크게 느끼며, 삶에 대해 만족과 행복감을 덜 느끼고, 은퇴를 덜 긍정적으로 여기며 전반적으로 활동 수준이 낮다고 보고하였다(Atchley & Robinson, 1982; Kim & Moen, 2002; Richardson & Kilty,

1991; Ross & Drentea, 1998). 국내에서도 김애순과 윤진(1995)이 은퇴가 수입의 감소와 역할 상실을 가져오기 때문에 심리적 안녕에 부정적인 영향을 준다고 밝힌 바 있다.

이와 달리 은퇴를 생애주기의 자연스럽고 연속적인 부분으로 보는 관점도 있다(Atchley, 1971; George & Maddox, 1977; Kelly, 1996). 이 관점에서는 은퇴 후의 삶이 은퇴 이전과 크게 다르지 않다고 여기며(Atchley, 1976), 은퇴 이전에 해오던 역할과 유사한 역할을 계속해서 수행함으로써 은퇴 후에도 잘 적응할 수 있다고 주장한다(Tinsley & Schwendener-Holt, 1992). 이와 관련하여 Szinovacz(2003)는 비슷한 연령대의 취업자와 은퇴자 집단은 정신 건강, 대처 방식, 건강 행동에서 최소한의 차이만을 보인다고 하였다. 한편, 백은영(2009)은 은퇴 이후에 은퇴 전의 활동 수준을 유지하는 것, 즉 연속성을 유지하는 것이 은퇴 후 적응에 도움이 된다는 결과를 보고하였다.

한편, 또 다른 연구자들은 은퇴가 삶의 만족, 건강, 스트레스 수준에 긍정적인 영향을 미친다는 입장을 취하고 있다(Calasant, 1996; Ekerdt, Bosse, & LoCastro, 1983; Midanik, Soghikian, Ransom, & Tekawa, 1995). Reitzes, Mutran, 및 Fernandez(1996)의 연구에 따르면, 연령, 인종, 성별, 수입과 같은 인구통계학적 변인과 은퇴 전의 자존감 및 우울을 통제하고도 은퇴는 자존감과 우울에 긍정적인 영향을 미치는 결과를 보였다. 즉, 은퇴가 은퇴자들의 안녕감에 부정적인 영향보다는 긍정적인 영향을 미친다는 것이다. Frideman과 Orbach(1974)도 은퇴를 위기 상황이라고 여기는 것은 일종의 편견이며, 은퇴가 긍정적인 영향을 가져올 수 있다고 제안하였다.

이렇듯 은퇴에 관한 관점이 매우 다양하기

때문에 관련 연구들 역시 은퇴의 영향에 대해 매우 다른 결과를 보이고 있다. 이러한 비일관적인 연구 결과에 대하여 Wang(2007)은 방법론 문제와 개인차를 그 이유로 꼽았다. 먼저 방법론과 관련하여, 은퇴 연구의 대부분은 은퇴자와 취업자를 비교하는 횡단적 설계에 의존하는데, 이러한 횡단적 설계에서 나타나는 참가자들 간의 코호트(cohort) 멤버십의 차이가 연구 결과에서의 차이를 야기할 수 있다(Bernes-Farrell, 2003). 또한 횡단적 설계는 은퇴 전환 및 적응 과정 동안 개인에게서 나타나는 심리적 안녕감의 변화 과정을 설명할 수 없다는 한계가 있다(Wang, 2007).

또한 은퇴자들은 은퇴 전환 및 적응 과정에서 개인차를 보일 수 있다. Szinovacz(2003)에 따르면, 은퇴자 중 약 10~30%에 이르는 소수의 은퇴자들만이 은퇴 후 적응에서 문제를 겪고 있거나 심리적 안녕감이 감소한 반면, 다른 은퇴자들은 은퇴 이후의 삶에 대해 만족하였다. 이러한 차이는 은퇴자 내에 최소한 두 개 이상의 하위집단이 존재한다는 것을 의미한다. 즉, 은퇴자의 대부분은 그들의 은퇴 후 삶에 잘 적응하는 반면, 일부는 상대적으로 잘 적응하지 못한다는 것이다.

그러나 은퇴자 간 은퇴 전환과 적응 패턴에서의 차이에 대해 탐색한 연구들이 많지 않은 상황에서 Wang(2007)은 미국에서 1992년부터 격년마다 시행된 건강 및 은퇴 조사(Health and Retirement Survey; HRS)에서 수집된 종단 자료를 이용하여 은퇴자의 심리적 안녕감 변화에 대한 연구를 수행하였다. 그 결과, 은퇴 전환 기간 동안 은퇴자들은 심리적 안녕감의 변화에서 유의한 차이를 보인다는 것을 밝혔다. 구체적으로, 심리적 안녕감이 은퇴 전후에 큰 차이를 보이지 않는 유지 패턴, 은퇴 전에

비해 은퇴 후에 증가하는 회복 패턴, 은퇴 직후에는 심리적 안녕감이 감소하나 이후에는 다시 증가하는 U자형 패턴으로 나뉠 수 있다는 결과를 보여주었다.

Pinquart와 Schindler(2007)도 독일사회경제 패널조사의 은퇴자 표본을 사용하여 은퇴 전환 및 적응기간에서 은퇴자들이 삶에 대한 만족도에서 어떠한 변화를 보이는지 조사하였다. 그 결과, 은퇴자들의 약 75%는 만족도에서 미미한 변화만을 경험하고, 약 9%는 초기에는 만족도가 감소하나 이후에는 증가하는 패턴을 보이며, 나머지 약 15%는 만족도가 증가한다는 것을 밝혀냈다.

국내에서도 윤현숙과 이미진(2006), 박군석(2009), 백은영(2009) 등이 은퇴 전과 후의 심리적 상태를 비교하여 은퇴 후 삶에 영향을 미치는 요인들에 대해 밝힌 바 있으나, 은퇴자들 사이에서 나타나는 변화 양상의 차이나 세 시점 이상의 변화에 대해서는 아직 연구가 활발히 이루어지지 않았다.

따라서 위에서 언급한 것처럼 은퇴에 대한 관점에 따라 선행연구들이 서로 다른 예측을 한다는 점과 국내에서는 은퇴 전후 변화에 대한 실증적인 종단 연구가 절대적으로 부족하다는 점에 착안하여 본 연구를 수행하였다. 이를 위해 일차적으로는 국내 패널 자료를 통해 은퇴자의 심리적 건강에서의 변화 유형이 어떻게 다르게 나타나는지에 대해 살펴보았고, 이후에는 각 하위 유형에 영향을 미치는 요인들을 확인하고자 하였다.

은퇴의 개념

일반적으로 은퇴는 가장 오랫동안 근무했던 주된 일자리를 그만두는 것으로 볼 수 있는데

(Barfield & Morgan, 1976; Morse & Gray, 1983), 이를 정의하는 데는 객관적인 방법과 주관적인 방법이 사용된다.

먼저, 객관적인 방법에서는 노동 시간이나 임금 수준이 일정 수준 이하로 떨어지는 시점이나(Burtless & Robert, 1984), 연금을 받는 시점을 은퇴라고 규정한다(Atchley, 1976; Campbell & Campbell, 1976). 즉, 개인이 왕성히 활동하던 젊은 시절에 비해 일을 하는 시간이나 급여가 현저히 감소하거나, 혹은 법적인 연금 수급 나이가 되어 공적 연금이나 기업 연금을 받기 시작한다면 은퇴 시점에 도달했다고 볼 수 있다. 그러나 국내의 경우 전체 임금근로자의 68.1%만이 국민연금에 가입되어 있고, 이중에서도 전체 임금근로자의 약 36%를 차지하는 임시·일용근로자의 국민연금 가입률은 16.7%에 그쳐(통계청, 2013), 연금 수급 여부만으로 은퇴 여부를 판단하기는 어려운 실정이다.

반면 주관적인 방법은 은퇴에 대한 응답자의 주관적인 평가에 의존하는 것으로 은퇴 또는 경제활동을 하고 있는지 질문하여 이를 기준으로 은퇴를 정의하는 방식이다(Drentea, 2002; Warr, Butcher, Robertson, & Callinan, 2004). 예를 들어, 개인에게 직접적으로 은퇴 여부를 물어 은퇴를 했다고 응답한다면 은퇴 상태에 있다고 판단하는 것으로, 대부분의 연구에서 많이 사용되는 방법이며, 본 연구 역시 이러한 방법으로 은퇴 여부를 판단하였다.

은퇴후 심리적 건강의 변화에 대한 관점들

은퇴 전후의 심리적 건강의 변화에 대한 심리학적 관점은 다음 세 가지 이론으로 대표

된다. 연속성 이론은 은퇴 전의 삶이 은퇴 이후에도 큰 변화 없이 연속될 수 있다는 관점이며, 역할이론은 은퇴 전의 역할 상실로 은퇴 후에 변화가 나타날 수 있다고 보는 관점이다. 마지막으로 자원 이론은 은퇴시 또는 은퇴 이후 자원의 보유 정도에 따라 은퇴 적용에의 어려움에 크게 차이가 날 것이라고 보는 관점이다.

연속성 이론

연속성 이론(continuity theory)은 개인이 생애 과정에서 일관된 자기개념(self-concept) 및 생활 방식을 지니는 것과 스트레스를 경험하지 않고 변화에 대해 순응하는 것을 중요하게 여긴다(Atchley, 1989, 1999). Atchley(1999)에 따르면, 은퇴를 하게 되더라도 개인의 정체성과 자기개념에는 여전히 연속성이 존재하며 이러한 연속성은 은퇴적응 과정에 기여한다. 연속성 이론에 따르면, 중년기 및 노년기 성인들은 현존하는 구조들을 계속 유지하고 보존하고자 노력함으로써, 즉 삶의 친숙한 영역에서 친숙한 전략을 사용함으로써 이러한 목표를 이루고자 한다. 다시 말하면, 노년기에 있는 성인들은 변화로 인한 스트레스 경험을 피하거나 축소시키기 위해 현재의 내적 및 외적 구조들을 계속해서 유지하고자 하며, 이 과정에서 이전 경험에서 학습했던 전략들을 사용한다는 것이다.

은퇴와 관련하여 연속성 이론가들은 은퇴를 개인을 혼란스럽게 하는 역할 상실 경험이라기보다는 사회적 관계와 생활방식 패턴을 유지하는 기회로 여긴다. 또한 이 이론은 사람들이 일에서부터 은퇴로의 전환을 경험할 때, 자신이 삶에 대해 여태까지 지니고 있던 일반적인 패턴을 유지하는 데에 심각한 어려움을

겪지 않으면 은퇴 후에도 심리적 안녕감이 감소하지 않을 것이라 예측한다. 이러한 관점에서 은퇴자들은 은퇴를 주된 일자리 이후에 나타나는 또 다른 경력 단계(career stage)로 여기거나 은퇴 후에도 계속해서 일을 함으로써 연속성을 유지하고자 할 수 있는데(Kim & Feldman, 2000), Atchley(1998)는 이러한 연속성 전략이 대부분의 인생 전환 사례에서 심리적 안녕감을 유지하는 데 도움이 된다는 것을 발견하였다.

물론, 연속성 이론도 다음에 다룰 역할이론과 마찬가지로 은퇴로 인한 역할 퇴장(role exit)과 역할 전환(role transition)으로 인해 심리적 스트레스가 유발된다는 점을 부정하지는 않는다. 그러나 이 이론은 은퇴로 인한 심리적 안녕감의 하락보다는 은퇴 후 심리적 안녕감을 유지하기 위해서는 연속성을 지니는 것이 중요하다는 점을 강조하고 있다. 이러한 관점에서 볼 때 은퇴자들이 은퇴 후에도 이전의 생활방식 및 활동(예: 고용상태)을 유지하거나 은퇴가 이전의 목표(예: 은퇴 계획)를 충족시킨다고 여긴다면 은퇴전환 기간 동안 심리적 안녕감에서의 유의미한 감소를 경험하지 않을 것이라 예상해볼 수 있다. 이와 관련된 국내 연구로 두송화, 장재윤, 및 이주일(2014)은 은퇴 전 일을 삶에서 중요하게 여겼던(일 중심성이 높았던) 개인들이 은퇴 후 적응 수준이 감소하는 것이 아니라 생성감(generativity)을 매개로 하여 은퇴 후에도 적극적인 삶을 살아간다는 결과를 제시하였다. 반면, 은퇴 전환 동안 은퇴 이후의 삶을 은퇴 이전의 자기 및 생활방식의 연속성에 동화시키지 못한 은퇴자들은 은퇴 전에 비해 은퇴 후에 낮은 심리적 안녕감을 보일 것이다

역할 이론

역할 이론(role theory)은 은퇴와 관련하여 역할 퇴장과 역할 전환 과정을 강조한다. 이 관점에서 은퇴는 일 관련 역할(예: 조직구성원의 역할 등)이 상실 혹은 약화되고 가족 및 공동체 구성원의 역할이 강화되는 것을 포함하는 ‘역할 전환’의 과정으로 볼 수 있다(Barnes-Farrell, 2003). 예를 들어, 은퇴를 경험한 개인은 더 이상 회사와 같은 직업 관련 조직에 소속되어 있지 않기 때문에 종업원이라는 일 관련 역할은 상실하게 되는 반면에, 가족과 함께 보내는 시간이 은퇴 전에 비해 증가하기 때문에 가족 구성원으로서의 역할에는 더욱 강하게 몰입하는 경향이 있다.

역할 이론가들은 은퇴 전환에서 기인하는 역할 상실이 사람들에게 불안이나 우울을 유발하고 이러한 경험이 은퇴 시의 안녕감을 저하시킨다고 주장하였는데(Thoits, 1992), 이는 일 관련 역할이 개인의 긍정적인 자기상을 유지하는 데 기여하는 중요한 기능을 지니고 있기 때문일 수 있다(Feldman, 1994; Hulin, 2002). 특히, 이러한 일 역할이 개인의 정체성에서 중요한 부분을 차지하고 있을 때 일 역할의 상실은 개인에게 있어 더 큰 스트레스 사건으로 다가올 수 있다(Burke, 1991). 다시 말하면, 개인이 일에 더욱 많이 몰입하고 일을 중요하게 여길수록 일로부터 은퇴하게 되었을 때 더 큰 상실감을 느끼고 그로 인해 심리적 안녕감에 있어서 더 큰 감소를 보일 수 있다는 것이다.

은퇴로 인한 일 관련 역할 상실의 부정적인 영향과는 반대로, 일 외에 다른 역할에 몰입하거나 선호하지 않는 직무에서 은퇴한 개인은 역할 상실로 인한 문제를 덜 겪거나 심지어 일 관련 역할의 상실에 만족할 수도 있

다(Adams, Prescher, Beehr, & Lepisto, 2002; Wheaton, 1990). 즉, 자신의 직무를 스트레스 사건이나 부담으로 여기는 개인들에게 은퇴는 매우 긍정적인 경험이 될 수 있다. 예를 들어, 일하는 것을 즐기고 일과 관련된 역할에 몰입했던 개인에 비해, 자신의 흥미보다는 경제적 이유나 의무 등으로 인해 특정 직업에 종사하는 개인은 그 일로부터 벗어날 수 있게 하는 은퇴를 원할 수 있다. 또한, 가족 구성원이나 지역사회 구성원의 역할에 몰입하고자 하는 경향이 있는 개인들에게 은퇴는 그 역할에 더욱 몰입할 수 있게 해주는 기회일 수 있다. 예를 들어, 가족과 더 많은 시간을 보냄으로써 깊은 유대를 지니고자 하지만 그럴 수 없었던 개인은 은퇴 이후 오히려 더 큰 만족감과 심리적 안녕감을 느낄 가능성이 있다.

자원 이론(resources theory)

이 이론은 은퇴 후 적응은 종단적인 과정으로 이 과정에서의 적응 수준은 은퇴자가 보유한 자원과 자원의 변동의 함수라고 본다. Hobfoll(2002)의 자원 보존 이론(conservation of resources theory)에 따르면, 자원은 특정 개인이 가장 소중하다고 여기는 욕구를 충족시키기 위해 자신이 가진 총체적인 역량이라고 정의되며, 주거, 돈, 신용, 중요한 타인에 대한 애착, 자아존중감 등과 같이 넓은 범주를 포함한다. 또한, 스트레스 상황에서의 자원 변화를 안녕감과 건강에 영향을 미치는 중요한 작동 기제로 여기며, 안녕감 및 건강의 촉진과 유지에 있어 자원을 보유하는 것이 중요하다고 본다.

Wang(2007)은 이전의 은퇴 연구들에서 고려한 여러 유형의 자원들을 개인의 신체적 자원(예: 근력), 동기적 자원(예: 자기 효능감), 재무

적 자원(예: 연금), 사회적 자원(예: 사회적 지지나 관계망), 그리고 정서적 자원(예: 기분이나 정서성) 등으로 분류하였다. 따라서 은퇴 후 적응과 관련하여 이 이론은 은퇴 후 얼마나 적응을 잘 할 지는 개인이 이러한 자원들을 얼마나 보유하고 있느냐에 달려있다고 본다. 즉, 은퇴 시 자신이 가치롭게 생각하는 욕구를 충족시켜줄 자원들을 많이 가지고 있을수록 은퇴 적응이 더 쉬워질 것이다. 반면, 은퇴자가 이러한 자원들을 많이 가지고 있지 않거나 점차 감소한다면 은퇴 적응에 더 많은 어려움을 경험할 것이다. 따라서 이 이론은 은퇴 적응을 이해하기 위해서는 서로 다른 유형의 자원들을 은퇴자가 얼마나 보유하고 있는 지에 초점을 맞추어야 한다고 본다(Wang, Henkens, & van Solinge, 2011).

연구 가설

본 연구는 은퇴로 전환되는 과정 동안 은퇴자의 심리적 건강이 어떠한 방향으로 변화하는지, 변화를 보인다면 그 변화 양상에서 은퇴자 간 차이가 존재하는지를 확인하고자 하였다. 이를 위해 선행 연구(Wang, 2007)와 마찬가지로 은퇴 전 시점의 심리적 건강을 변화 방향의 기준점으로 삼았다. 즉, 은퇴 후의 심리적 건강이 어떤 수준인지 단순히 살펴보려는 것이 아니라, 은퇴 전과 비교하여 은퇴 후에 심리적 건강이 어떻게 변화하는지 확인하고자 하는 연구 목적을 지니고 있기 때문에 은퇴 전을 기준점으로 설정하였다. 또한 이러한 연구 목적에 부합하도록 앞서 언급한 이론들에 따라 은퇴 후 심리적 건강 변화 유형에 대한 가설들을 설정하였다.

먼저 연속성 이론에 따르면 은퇴 전환 동안

에 나타나는 은퇴자들의 심리적 건강 변화에는 두 가지 유형이 존재할 수 있다. 예를 들어, 은퇴 전의 삶의 방식이나 활동을 은퇴 후에도 여전히 유지하는 개인은 연속성을 지니고 있기 때문에 은퇴 이전과 유사한 수준의 심리적 건강을 보일 수 있다. 즉, 은퇴 전후에 심리적 건강에 있어서 큰 차이가 나타나지 않는 유형이다. 반면, 은퇴 이전의 삶의 방식을 은퇴 후의 삶에 동화시키지 못하는 개인은 연속성을 잃기 때문에 은퇴 후에 더 큰 혼란과 어려움을 겪을 수 있다. 결국 은퇴 전에 비해 은퇴 후에 심리적 건강이 감소하게 되는 것이다.

다음으로 역할 이론 관점에서 살펴보았을 때도 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 두 가지 유형이 있을 것이라 가정해볼 수 있다. 역할 이론에 따르면 은퇴로 인한 역할 상실은 개인에게 불안이나 우울의 증가와 같은 부정적인 영향을 미쳐 결과적으로 은퇴 시 심리적 안녕감을 저하시킬 수 있다. 이는 은퇴 전에 비해 은퇴 후에 심리적 건강이 감소하는 유형이라 볼 수 있다. 그러나 은퇴 전에 지니고 있던 일 관련 역할을 선호하지 않았거나 다른 영역에서의 역할에 몰입하기를 원했던 개인은 이러한 역할 상실을 긍정적으로 받아들일 수 있다. 은퇴로 인한 일 관련 역할의 상실이 심리적 안녕감의 감소로 이어지는 것이 아니라, 일에 대한 부담을 줄이고 노후를 즐길 수 있는 기회로 작용해 은퇴 전에 비해 심리적 안녕감이 오히려 증가하는 유형이 있을 수 있다는 것이다.

마지막으로 자원이론의 관점에서는 은퇴시 또는 은퇴 동안에 개인이 자원(들)을 보유한 정도가 은퇴 동안의 심리적 건강 변화에 영향을 줄 것으로 예측된다. 즉, 자원이 충분하다

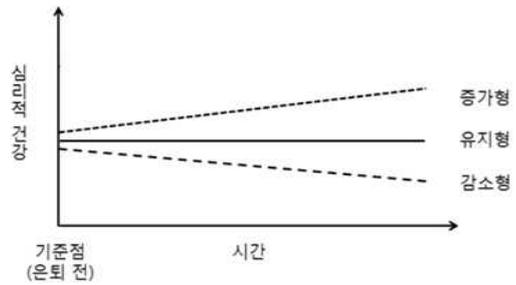


그림 1. 은퇴 후 심리적 건강 변화의 유형

면 심리적 건강은 유지 또는 증가될 것이지만, 가용 자원이 부족하다면 심리적 건강은 감소하는 모습을 보일 것이다.

이러한 이론들을 종합하여 본 연구는 은퇴자의 심리적 건강 변화에 있어서 다음과 같은 세 가지 하위 유형이 존재할 것이라 가정하였다(Wang, 2007). 첫째는 유지형으로 은퇴 후에도 은퇴 전과 유사한 수준의 심리적 건강을 보이는 유형이다. 둘째는 증가형으로 은퇴 전에 비해 은퇴 후에 심리적 건강이 증가하는 유형이다. 마지막은 감소형으로 은퇴 전에 비해 은퇴 후에 심리적 건강이 감소하는 유형이다. 따라서 다음과 같은 가설을 설정하였고, 각 하위 유형의 대략적인 변화 흐름을 그림 1에 제시하였다.

가설 1. 은퇴자들은 은퇴 후 유지형, 증가형, 감소형의 세 가지 구분되는 심리적 건강 변화 패턴을 보일 것이다.

다음으로, 각 하위 유형에 영향을 미치는 요인들을 확인하기 위해 관련 선행 연구를 살펴보고 가설을 설정하였다.

유지형

연속성 이론에 따르면, 은퇴 이전의 생활

방식을 은퇴 이후의 삶에 잘 동화시키는 개인은 은퇴 후 심리적 안녕감에서 최소한의 변화만을 경험할 것이다(Acchley, 1976). 그러나 은퇴를 한 개인은 기존에 일 관련 영역에서 지니고 있던 대인관계의 많은 부분을 상실하게 되는데, 이러한 경우 상호작용의 기회가 줄어들어 삶의 연속성을 유지하는 데 어려움을 겪을 수 있다. 그러나 배우자가 있는 은퇴자의 경우 배우자와의 상호작용이 동료와의 상호작용을 부분적으로나마 대체할 수 있었다(Kim & Feldman, 2000). 배우자의 존재가 은퇴 후에도 연속성을 유지하는 데 도움을 줄 수 있는 것이다. 유사한 맥락에서, 그리고 자원이론의 관점에서볼 때, 친구나 이웃과의 만족스러운 관계 또한 상호작용의 상실을 대체하여 연속성을 유지하는 데 도움을 줄 것이라 예측 가능하다. 따라서 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 2-1. 배우자가 있는 은퇴자는 그렇지 않은 은퇴자에 비해 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 유지형을 보일 것이다.

가설 2-2. 은퇴 전 친구 관계에 대해 만족하는 은퇴자일수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 유지형을 보일 것이다.

가설 2-3. 은퇴 전 이웃 관계에 대한 만족도가 높은 은퇴자일수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 유지형을 보일 것이다.

은퇴 후 개인은 정기적인 수입을 잃게 되는데 이러한 경제적 요인은 노인의 삶의 질에 영향을 미치는 대표적인 객관적 지표이다(한형수, 2008). 따라서 은퇴로 인한 수입의 감소는 이전에 유지하던 생활수준의 영위를 어렵게 할 수 있다. 그러나 은퇴 당시 배우자가 여전히 근로 상태에 있는 은퇴자의 경우 배우

자의 소득이 생활수준 하락에 완충작용을 하여 은퇴 이전의 생활수준을 유지하는 데 도움을 줄 수 있을 것이다. 이를 토대로 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 2-4. 은퇴 시 배우자가 일을 하고 있는 은퇴자일수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 유지형을 보일 것이다

증가형

은퇴 이후의 적응 및 만족도에 대한 기존 연구들은 은퇴자의 사회·경제적인 요인을 중요하게 여겨왔는데, 은퇴한 지 3년 미만인 50세 이상 남성 72명을 대상으로 수행된 정혜경과 정영숙(2010)의 연구에 따르면 은퇴자의 교육수준이 높을수록 은퇴 후 주관적 안녕감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김명자(1982)도 교육수준이 높은 노인일수록 사회활동에 적극적이고 높은 생활만족도를 보인다는 결과를 보고하였다. 이러한 선행 연구들에 따라 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 3-1. 교육수준이 높은 은퇴자일수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 증가형을 보일 것이다.

은퇴 자발성이나 조기 은퇴, 은퇴 결정 요인과 같이 은퇴 전환 과정과 관련된 요인들 역시 은퇴 후 삶에 큰 영향을 미칠 수 있다. 예를 들면, 은퇴를 결정할 때 선택권을 가졌던 은퇴자는 은퇴 후 더 잘 적응하고 삶의 만족도도 높았지만(Quine, Wells, de Vaus, & Kendig, 2007), 비자발적으로 은퇴를 한 경우에는 은퇴 후 적응을 더 잘하지 못하고 안녕감 수준도 낮은 경향을 보였다(Ebersole & Hess,

1998; Gallo, Bradley, Siegel, & Kasl, 2000). 이러한 선행 연구 결과에 입각하여 본 연구에서도 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 3-2. 은퇴를 자발적으로 한 경우 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 증가형을 보일 것이다.

자원이론은 중요한 자원들을 많이 보유하는 것이 개인의 안녕감과 건강에 긍정적인 영향을 미친다고 본다. 특히 은퇴에서 중요하게 여기는 욕구를 충족시키는 자원을 지닌 은퇴자일수록 은퇴 적응에서 어려움을 덜 겪을 수 있는데(Wang, 2007), 이러한 점에서 은퇴자들이 가용한 자원을 많이 지니고 그 자원의 질이 좋을수록 은퇴 후에 더 잘 적응할 수 있을 것이라 예상해볼 수 있다. 또한 여러 자원들 중에서도 은퇴 후의 삶에서 특히 중요하게 여겨지는 자원은 기본적인 생활 영위를 할 수 있도록 돕는 건강 및 경제적 자원과 사회적 지지를 받을 수 있는 사회적 관계 자원일 것이다.

건강 자원과 관련된 연구들에 의하면, 건강한 노인일수록 생활에 더 긍정적이고 적극적인 태도를 지니게 되며(김태현, 1981), 건강 상태가 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 경향이 있었다(신현구, 2007). 경제력 역시 건강과 마찬가지로 은퇴 만족에 긍정적인 영향을 미친다는 여러 연구 결과들이 존재한다(Elder & Rudolph, 1999; Lee & Law, 2004). 또한 타인과의 사회적 관계가 노년기 생활만족에 정적인 영향을 미친다는 결과들도 계속해서 보고되고 있다(김영혜, 2004; Chou, Chi, & Chow, 2004). 본 연구에서는 사회적 관계 중에서도 배우자와의 관계에 집중하고자 하는데, 그 이

유는 노년기에는 부모나 자녀와는 분리되고 부부만이 가정에 남는 경우가 많기 때문이다. 이러한 자원의 가용성 및 질에 대한 가설은 다음과 같다.

가설 3-3. 건강 상태에 대한 만족도가 높은 은퇴자일수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 증가형을 보일 것이다.

가설 3-4. 경제적 상태에 대한 만족도가 높은 은퇴자일수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 증가형을 보일 것이다.

가설 3-5. 배우자와의 관계에 대한 만족도가 높은 은퇴자일수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 증가형을 보일 것이다.

감소형

앞서 언급한 것처럼, 은퇴자의 은퇴 후 적응에는 여러 가지 요인이 영향을 미칠 수 있다. 은퇴 시기 역시 영향을 미칠 수 있는데, 미국의 은퇴자들을 대상으로 한 Bosse, Aldwin, Levenson, 및 Ekertdt(1987)의 연구에 따르면 사회보장연금이 지급되기 시작하는 62세에서 65세 사이에 하는 은퇴를 적절한 시기에 하는 은퇴로 보았을 때 이 범위를 벗어나는 시기에 은퇴를 할수록 정서적 고통을 더 많이 경험하는 경향이 있었다. 즉, 너무 이른 시기에 은퇴(62세 이전)를 하거나 너무 늦은 시기(65세 이후)에 은퇴를 하는 경우 심리적으로 고통을 받는다는 것이다. 특히 은퇴를 너무 늦게 해서 고통을 겪은 사람들은 대개 경제적 필요성이나 사회적 고립에 대한 두려움 때문에 오랜 기간 은퇴를 하지 못하는 경향이 있었다(Bosse et al., 1987). 이러한 선행 연구 결과에 따라 본 연구에서도 은퇴 전 연령이 높을수록, 즉 늦은 시기에 은퇴를 할수록 은퇴 후 심리적

건강이 감소하는 경향이 있을 것이라 가정하였다.

가설 4-1. 늦은 시기에 은퇴를 하는 은퇴자일수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 감소형을 보일 것이다.

일반적으로 우리는 연령이라는 객관적인 지표를 기준으로 어떤 한 개인이 노후시기에 있는지 아닌지를 판단하게 된다. 그러나 개인들이 느끼는 연령에 대한 감각은 실제의 연령과 일치하지 않는 것이 일반적이기 때문에(강수균, 2000) 주관적인 인식을 고려할 필요가 있다. 특히, 개인들은 건강 악화, 경제 수준 저하, 자아존중감 저하 등 다양한 심리사회적 손실을 통해 노년기에 접어들고 있다는 인식을 지니게 된다(Baltes & Mayer, 1999; Kolberg, 1999). 이러한 노후에 대한 인식은 개인의 주관적인 안녕감에 영향을 미칠 수 있는데, 정주원과 송현주(2012)에 따르면 자신이 노후시기에 있다고 인식하는 개인들은 그렇지 않은 개인들에 비해 신체적 및 심리적 건강에서의 주관적인 만족도가 낮은 것으로 밝혀졌다. 이에 따라 은퇴자들이 스스로를 노인이라고 판단할수록 심리적 건강에 대해 부정적인 영향을 받을 수 있을 것이라 예상해 볼 수 있다.

가설 4-2. 본인이 노후시기에 해당한다고 생각하는 은퇴자일수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 감소형을 보일 것이다.

앞서 살펴본 다양한 요인들을 비롯해 은퇴를 결정한 원인 역시 은퇴 후 적응에 영향을 미칠 수 있다. 특히 건강 악화로 인해 은퇴를 결정하는 경우 은퇴 후 적응을 높일 수 있는

중요한 자원을 상실하게 된다. 따라서 건강 외에 다른 이유로 은퇴를 하는 경우에 비해 은퇴 후 적응 수준이나 심리적 건강이 좋지 않을 수 있다. Quick과 Moen(1998)도 건강문제에 의한 은퇴가 은퇴 적응의 질에 부정적인 영향을 미친다고 밝힌 바 있다. 이에 따라 다음과 같은 가설을 설정하였다.

가설 4-3. 건강상의 문제로 인해 은퇴를 한 경우 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 감소형을 보일 것이다.

방 법

연구 대상

본 연구는 국민연금공단과 국민연금연구원에서 2005년부터 격년으로 실시해 현재 4차까지 조사가 이루어진 국민노후보장패널조사(Korean Retirement and Income Study: KReIS)의 자료를 사용하였다. 이 조사는 우리나라 중·고령층의 노후준비 및 노후생활을 지속적으로 파악하여 노후소득보장과 관련된 정책을 수립하기 위한 체계적인 자료를 구축하고자 수행된 것으로, 만 50세 이상 가구원을 가진 전국 5,000여 가구와 그 가구에 속하는 만 50세 이상 개인 8,600여명을 대상으로 하였다.

4차년도까지의 조사 결과, 원표본 가구 유지율은 79.0%로 나타났으며 사망 등으로 소멸된 가구를 제외한 유효성공률은 81.9%였다. 또한 1~4차년도까지 계속해서 응답한 가구의 원표본유지율은 72.9%로 나타나 높은 수준의 원표본유지율을 보였다(국민연금연구원, 2012).

본 연구는 연구 목적에 부합하도록 전체 패널 중 일부의 1, 2, 3, 4차 시기 자료를 분석하였는데, 이중 1차 조사 시(2005년)에는 은퇴를 하지 않았으나, 2차, 3차 조사 시에는 은퇴를 하였다고 응답한 119명과 2차 조사 시에는 은퇴를 하지 않았으나 3차, 4차 조사 시에는 은퇴를 하였다고 응답한 317명을 합쳐 총 436명을 최종 분석에 포함하였다. 즉, 전체 4차까지의 조사 중 일부 표본의 1, 2, 3차에 대한 응답과 또 다른 일부 표본의 2, 3, 4차에 대한 응답을 통합하여 총 세 시점을 구성하였다.

측정 도구

국민노후보장패널조사는 각 가구의 소득, 지출 및 자산과 같은 경제상황, 중·고령자의 고용현황 및 은퇴, 노후 생활, 건강, 가족관계, 생활만족도, 노후보장 현황 등을 조사하였다. 본 연구는 이 중에서도 은퇴자의 성별, 연령, 교육 수준, 은퇴 전 월 소득, 배우자 유무와 같은 인구통계학적 변인, 신체적 및 심리적 건강 수준에 대한 주관적 인식, 은퇴자발성, 은퇴 원인, 은퇴 시 배우자 근로여부와 같은 은퇴 전환 과정 관련 변인, 은퇴 전 친구, 이웃, 경제수준, 배우자 관계에 대한 주관적 만족도, 노후시기 해당 여부에 대한 주관적 인식과 같은 변인을 분석에 사용하였다. 측정된 변인들의 구체적인 사항은 다음과 같다.

심리적 건강

심리적 건강은 “귀하의 심리적 건강¹⁾ 상태

1) 1, 2차 조사에서는 “귀하의 심리적 건강 상태는 어떻다고 생각하십니까?”라고 질문하였으나, 3, 4차에서는 ‘정신적 건강’으로 변경하여 질문하였다.

는 어떻다고 생각하십니까?”라는 문항을 사용하여 리커트형 5점 척도(1점: 매우 좋지 않다, 5점: 매우 좋다) 상에서 답하도록 하였다.

은퇴 자발성

은퇴자발성은 “귀하가 일을 그만두게 된 것은 스스로 원해서였습니까? 아니면 어쩔 수 없이 그만두게 된 것입니까?”라는 문항으로 측정하였다. 이에 대한 선택지로는 ‘스스로 원해서 그만두었다’와 ‘계속 일을 하고 싶었으나 어쩔 수 없이 그만두게 되었다’를 제시하였다.

은퇴 전 건강 만족

은퇴 전 건강 만족은 은퇴 전 시점인 1차 시기 조사에서 “귀하는 귀하의 현재 건강 상태에 얼마나 만족하십니까?”라는 문항으로 측정하였고, 리커트형 5점 척도(1점: 매우 불만족, 5점: 매우 만족) 상에서 답하도록 하였다.

은퇴 전 경제적 만족

은퇴 전 경제적 만족은 은퇴 전 시점인 1차 시기 조사에서 “귀하는 귀하의 경제적 상태에 얼마나 만족하십니까?”라는 문항으로 측정하였고, 리커트형 5점 척도(1점: 매우 불만족, 5점: 매우 만족) 상에서 답하도록 하였다.

은퇴 전 배우자 관계 만족

은퇴 전 배우자 관계 만족은 은퇴 전 시점인 1차 시기 조사에서 “귀하는 배우자와의 관계에 얼마나 만족하십니까?”라는 문항으로 측정하였고, 리커트형 5점 척도(1점: 매우 불만족, 5점: 매우 만족) 상에서 답하도록 하였다.

은퇴 전 친구 관계 만족

은퇴 전 친구 관계 만족은 은퇴 전 시점인

1차 시기 조사에서 “귀하는 귀하의 친구와의 관계에 얼마나 만족하십니까?”라는 문항으로 측정하였고, 리커트형 5점 척도(1점: 매우 불만족, 5점: 매우 만족) 상에서 답하도록 하였다.

은퇴 전 이웃 관계 만족

은퇴 전 이웃 관계 만족은 은퇴 전 시점인 1차 시기 조사에서 “귀하는 귀하의 이웃들과의 관계에 얼마나 만족하십니까?”라는 문항으로 측정하였고, 리커트형 5점 척도(1점: 매우 불만족, 5점: 매우 만족) 상에서 답하도록 하였다.

노후시기 해당 여부

노후시기 해당 여부는 “귀하는 몇 세부터 노후가 시작한다고 생각하십니까?”라는 질문에 응답한 나이를 토대로 “응답한 나이를 기준으로 보았을 때 현재 귀하는 노후시기에 해당하십니까?”라는 문항으로 측정하였다. 이에 대한 선택지로는 ‘해당한다’와 ‘해당하지 않는다’를 제시하였다.

은퇴 시 배우자 근로 여부

배우자의 근로 여부는 “귀하가 은퇴할 당시 귀하의 배우자는 일을 하고 있었습니까?”라는 문항을 사용하여 ‘예’, ‘아니오’로 답하도록 하였다.

건강 악화로 인한 은퇴 여부

“귀하의 은퇴 결정에 가장 큰 영향을 미친 원인은 무엇입니까?”라는 단일 문항으로 은퇴 결정 요인을 측정하였다. 이에 대한 보기로는 ‘(1) 고령/질병 등으로 인한 건강 악화, (2) 가족의 수발 및 돌봄, (3) 다른 무언가를 해보고

싶어서, (4) 하는 일이 싫어지거나 보람을 못 느껴서, (5) 직장 상사 등과의 관계 악화, (6) 연금 등 은퇴 후 생활비의 여유 확보, (7) 정년/조기/명예퇴직 등, 8: 노후 여가 생활을 보내기 위해, (9) 자녀의 취업 및 결혼(자녀의 독립으로 생활에 여유가 생김), (10) 사업악화 및 일거리 없음, (11) 손자녀 돌봄, (12) 본인의 결혼 및 육아, (13) 이사 오면서 직장이 멀어짐, (14) 기타’를 제시하였다. 본 연구에서는 건강 악화로 인한 은퇴의 영향을 살펴보기 위해 ‘고령/질병 등으로 인한 건강 악화’라고 응답한 경우를 ‘1’로 입력하고 그 외 나머지를 ‘0’으로 입력하였다.

분석 방법

본 연구는 종단 연구가 가능한 패널 자료의 장점을 살려 은퇴자의 은퇴 전후 심리적 건강에서의 변화 패턴을 확인하기 위해 성장 혼합 모형(Growth Mixture Modeling; GMM)을 적용하였다. 성장혼합모형(GMM)은 전체 집단을 대표하는 성장 분석에 초점을 두는 전통적인 잠재 성장모형(Latent Growth Modeling)을 기반으로 한다. 그러나 성장혼합모형은 여기에서 더 나아가 같은 모집단 내에서도 서로 다른 성장 궤적(trajecory)을 지니는 하위집단이 존재할 수 있다고 가정하고 특정 모집단에 존재하는 관찰되지 않은 이질성을 추적할 수 있는 장점을 지닌다. 또한 각 계층별로 서로 다른 성장요인 모수(parameter)를 추정하고 개별 관측치가 각 집단에 속할 확률에 근거하여 집단을 구분하는 방식을 취하고 있다(Muthen & Asparouhov, 2007). 이러한 성장혼합모형을 토대로 본 연구에서는 MPLUS 6.12를 사용하여 심리적 건강에서의 변화 패턴에 따라 은퇴자 집단을 구분

하였다. 이 후 각 하위 유형에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 분석을 수행하였다.

결 과

조사 대상자의 일반적 특성

조사 대상자의 특성을 살펴보면, 여성이 전체 436명 중 285명으로 65.4%를 차지하고 있고, 평균 연령은 66.55세로 60대(49%)와 70대(27%)에 주로 분포되었다(50대=19%, 80%=5%). 또한 전체의 69.5%가 배우자가 있다고 응답하였다. 교육수준의 경우, 초등학교 졸업(38%)이 가장 많았고, 다음으로 무학(20%), 고졸(19%), 중졸(18%), 대졸 이상(5%)의 순이었다.

또한 주요 변인들의 빈도 분포를 보면, 은퇴 자발성의 경우 자발적으로 은퇴를 했다고 응답한 비율이 전체 응답자의 71.3%로 많은 수의 은퇴자들이 은퇴 시에 선택권을 가지고 있었던 것으로 나타났다. 본인이 노후시기에 해당한다고 응답한 은퇴자의 비율도 70%로 대부분의 은퇴자들이 자신이 노후시기에 접어들었다고 지각하였다. 은퇴시 배우자가 근로를 하고 있었는지에 대해서는 약 절반가량(51%)이 일을 하고 있었다고 응답했으며, 건강으로 인해 은퇴를 결정한 은퇴자의 비율 또한 전체 응답자의 절반 이상(53%)을 차지하고 있는 것으로 나타났다.

본 연구에서 측정된 인구 통계적 특성과 심리적 건강, 은퇴 자발성, 배우자 유무, 노후시기 여부, 은퇴 전 친구, 이웃, 건강, 경제, 배우자 관계 만족, 은퇴 시 배우자 근로 여부, 건강으로 인한 은퇴 여부에 대한 평균, 표준

편차 및 상관관계는 표 1에 제시되어 있다. 먼저, 심리적 건강을 보면 전체 시점의 심리적 건강 평균 및 각 시점의 심리적 건강은 서로 높은 상관을 보였다. 또한 심리적 건강에서 서로 이웃하는 차수 간의 상관이 더 높은 경향을 보였다(예: 1차와 2차 = .34, 1차와 3차 = .19). 연령의 경우 심리적 건강과 유의미한 부적 상관을 보인 반면 교육수준, 은퇴 전 소득은 유의미한 정적 상관을 보였다. 은퇴 전의 친구, 이웃, 건강, 경제, 배우자에 대한 만족도, 건강으로 인한 은퇴 역시 대체적으로 심리적 건강과 정적인 상관관계에 있었다.

심리적 건강 변화의 하위 유형 수

본 연구에서는 은퇴 전부터 은퇴 후까지 총 6년에 걸쳐 2년 마다 측정된 은퇴자들의 심리적 건강이 변화 경로에 따라 몇 개의 하위 집단으로 구분될 수 있는지를 확인하기 위해 성장혼합모형 분석을 실시하였다.

성장혼합모형(GMM) 분석을 수행하기 전에 먼저 세 시점의 심리적 건강이 유의미하게 변화하는지 확인하고자 전체 집단의 심리적 건강 변화에 대한 초기값과 변화율을 산출하고 그 결과를 표 2에 제시하였다. 표 2에서 보듯이 초기값의 평균 및 변량이 유의미하게 나타나 심리적 건강의 초기 수준에 개인차가 존재하는 반면, 변화율의 평균 및 변량은 유의미하지 않으므로 시간에 따라 변화하는 정도에 있어서는 개인차가 없었다. 이렇듯 시간에 따른 개인의 변화율은 안정적이지만 개인의 초기 상태는 차이를 보인다는 점에서 개인 간에 잠재적인 이질성이 존재한다는 것을 알 수 있다. 따라서 이러한 결과를 토대로 모집단 내 잠재적인 이질성을 추정하는 성장혼합모형 분

표 1. 측정 변인들의 평균, 표준편차 및 변인 간 단순 상관계수

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
|-----------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|-------------------|--------|-------|-------|-------|-------|------|-----|------|
| 1. 심리적 건강(전체) | — | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. 심리적 건강(1차) | .70** | — | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. 심리적 건강(2차) | .78** | .34** | — | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. 심리적 건강(3차) | .66** | .19** | .27** | — | | | | | | | | | | | | | |
| 5. 연령 | -.19** | -.16** | -.13** | -.13** | — | | | | | | | | | | | | |
| 6. 교육수준 | .29** | .20** | .22** | .19** | -.35** | — | | | | | | | | | | | |
| 7. 은퇴 전 소득 | .23** | .23** | .16** | .15* | -.22** | .47** | — | | | | | | | | | | |
| 8. 은퇴 자발성 ¹⁾ | -.04 | -.05 | .03 | -.08 | .04 | .00 | -.04 | — | | | | | | | | | |
| 9. 배우자 유무 ²⁾ | .17** | .08 | .16** | .11* | -.31** | .36** | .27** | .00 | — | | | | | | | | |
| 10. 노후시기 여부 ³⁾ | -.18** | -.14** | -.14** | -.11* | .53** | -.27** | -.16** | .04 | -.20** | — | | | | | | | |
| 11. 은퇴 전 친구만족 | .32** | .31** | .24** | .14** | -.14** | .15** | .07 | -.01 | .10* | -.07 | — | | | | | | |
| 12. 은퇴 전 이웃만족 | .25** | .24** | .24** | .03 | -.04 | .00 | .02 | .05 | .09 | .00 | .58** | — | | | | | |
| 13. 은퇴 전 건강만족 | .55** | .53** | .39** | .26** | -.16** | .28** | .28** | -.05 | .19** | -.17** | .23** | .11* | — | | | | |
| 14. 은퇴 전 경제만족 | .32** | .36** | .19** | .14** | -.04 | .21** | .34** | -.02 | .16** | .13** | .27** | .19** | .41** | — | | | |
| 15. 은퇴 전 배우자만족 | .27** | .35** | .18** | .04 | -.01 | .14* | .20** | -.11** | N/A ⁴⁾ | -.07** | .47** | .40** | .29** | .36** | — | | |
| 16. 배우자근로여부 ⁵⁾ | -.11 | -.04 | -.11 | -.08 | -.01 | -.24 | -.24 | -.07 | -.10 | -.10 | .08 | .08 | -.17 | .09 | -.01 | — | |
| 17. 은퇴 원인: 건강 ⁶⁾ | .24** | .11** | .20** | .19** | .01** | .17** | .18** | -.04 | .11* | -.11* | .09 | .01 | .21** | .21** | .03 | .07 | — |
| 평균 | 3.05 | 2.90 | 3.00 | 3.25 | 66.55 | 2.51 | 944.90 | .29 | .70 | .70 | 3.51 | 3.55 | 2.56 | 2.46 | 3.56 | .51 | 4.14 |
| 표준편차 | .67 | .90 | 1.03 | .88 | 7.18 | 1.16 | 1006.29 | .45 | .46 | .46 | .73 | .67 | .95 | .92 | .72 | .50 | 4.14 |

주) ** $p < .01$, * $p < .05$

1) 은퇴자발성: 0=비자발적, 1=자발적 2) 배우자 유무: 0=무, 1=유, 3) 노후 시기 여부: 0=비해당, 1=해당 4) 은퇴시 배우자 근로여부: 0=비근로, 1=근로 5) 은퇴 원인: 0=기타, 1=건강 6) 배우자가 있는 경우에만 배우자관계 만족을 측정하였으므로 추정 불가

표 2. 심리적 건강의 초기값 및 변화율 추정치

| | 초기값(표준오차) | 변화율(표준오차) |
|----|---------------|------------|
| 평균 | 2.90(0.04)*** | 0.10(0.05) |
| 변량 | 0.38(0.07)*** | 0.04(0.04) |

주) *** $p < .001$.

석을 수행하였다.

다음으로 변화 경로를 가장 잘 설명하는 최적의 잠재집단의 수를 확인하기 위해 집단의 수를 하나씩 추가하면서 다섯 집단까지의 모형을 검증하였다. 성장혼합모형에서 몇 개의 집단으로 구분되는 지를 결정하는 절대적인 기준은 없다. 다만 다음과 같은 몇 가지 지수를 고려하여 최적의 잠재집단 수를 결정할 수 있다. 즉, AIC(Akaike Information Criterion), BIC(Bayesian Information Criterion), SSABIC(Sample-Size Adjusted Bayesian Information), Entropy 지수와 Adjusted LMR-LRT(Lo-Mendell-

Rubin Likelihood Ratio Test)를 사용할 수 있으며, 본 연구에서의 분석 결과는 표 3과 같다. 적합도 지수 중 AIC는 주어진 자료에 대한 통계 모형의 상대적인 질을 측정하는 것으로 모형의 적합도와 간명성을 고려하여 모형 선택의 기준을 제공하는 지수이다. 그러나 이는 절대적인 해석 기준 없이 추정된 모형들 중 어느 것이 상대적으로 적합한지에 대한 정보만 제공하여 단독으로 사용하기는 어렵다. BIC 역시 AIC와 유사한 성격을 지니나 자유도에 의해 영향을 받는다는 단점이 있어 이를 보완하기 위해 표본 수를 고려하는 SSABIC도 함께 사용되곤 한다.

일반적으로 AIC, BIC, SSABIC 값이 낮을수록 적절한 모형을 의미하며 .00에서 1.00의 범위를 갖는 Entropy는 더 높을수록 분류가 정확하게 되었다는 것을 나타낸다(Muthen & Muthen, 2000; Stoolmiller, Kim, & Kapaldi, 2005). 표 3에 제시된 바와 같이, 집단의 수가 추가

표 3. 집단 수에 따른 적합도 지수

| | 집단 수 | | | | |
|------------------|------------|------------------------------|--|--|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| AIC | 3466.92 | 3450.48 | 3287.66 | 3128.97 | 3024.82 |
| BIC | 3499.54 | 3495.33 | 3344.74 | 3198.29 | 3106.37 |
| SSABIC | 3474.15 | 3460.42 | 3300.32 | 3144.34 | 3042.90 |
| Entropy | | 0.63 | 0.99 | 1.00 | 0.86 |
| Adjusted LMR-LRT | - | 21.27*** | 160.04 | 310.01 | 0.27 |
| n (%) | 1=436(100) | 1=337(77.06) 2= 89(22.94) | 1=193(44.27) 2=154(35.32) 3= 89(20.41) | 1=193(44.27) 2=154(35.32) 3= 77(17.66) 4= 12(2.75) | 1= 53(12.16) 2=177(40.60) 3=101(23.16) 4= 89(20.41) 5= 16(3.67) |

주) *** $p < .001$.

될수록 AIC, BIC, SSABIC 값이 감소하는 경향을 보여 이것만으로는 특정 모형의 적절성을 판단하기에 충분하지 않았다. 따라서 k 개 잠재집단 모형과 $k-1$ 개의 잠재집단 모형을 비교하여 p 값이 유의미한 경우 $k-1$ 개 잠재집단 모형을 기각하는 Adjusted LMR-LRT를 추가적으로 고려하였다. 그 결과, 2개 집단 모형만이 Adjusted LMR-LRT에서 유의미한 결과를 보였다. 또한 집단의 수를 3개 이상으로 분류하는 경우 모형 분석이 정상적으로 종료되지는 하였으나 음분산(non-positive definite)의 위험이 나타나 적합한 모형이라 판단하기 어려웠다. 결과적으로 앞서 제시된 모든 지수와 검증을 고려하였을 때 2개 집단 모형이 상대적으로 가장 적합한 모형임을 알 수 있었다.

심리적 건강 변화의 하위 유형별 특성

성장혼합모형 분석 결과, 은퇴자의 심리적 건강에서의 변화 유형은 서로 다른 초기값과 변화율을 가진 두 가지 유형으로 분류되는 것으로 나타났다. 따라서 각 유형의 초기값과 변화율을 토대로 하위 발달 경로를 추정하여 그림 2에 제시하였다.

첫 번째 유형은 증가형으로 은퇴 전에 비해 은퇴 후 두 시점에서 심리적 건강이 증가하는 경향을 보이는 유형이다. 증가형의 경우 초기값은 2.966, 변화율은 .322로 둘 다 통계적으로 유의미하였으며, 전체 은퇴자의 약 77%가 이 유형에 속하는 것으로 나타났다. 두 번째 유형인 감소형은 은퇴 전에 비해 은퇴 후 두 시점에서 심리적 건강이 감소하는 추세를 보이는 유형이다. 감소형의 초기값 및 변화율은 각각 2.680과 -.217로 유의미한 결과를 보였으며, 전체 은퇴자의 약 23%가 이 유형에 해당

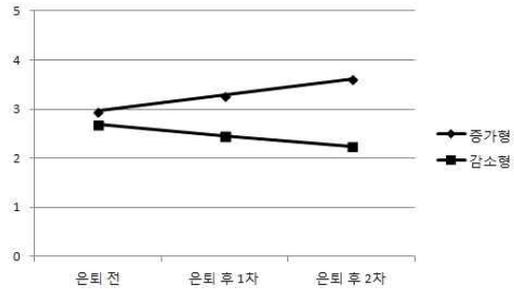


그림 2. 심리적 건강 변화의 두 가지 하위 유형

표 4. 심리적 건강 변화 유형의 초기값 및 변화율

| | 초기값 (표준오차) | 변화율 (표준오차) | N(%) |
|-----|---------------|---------------|------------|
| 증가형 | 3.00(0.07)*** | .32(0.05)*** | 336(77.06) |
| 감소형 | 2.68(0.15)*** | -.22(0.08)* | 100(22.94) |

주) *** $p < .001$, * $p < .05$.

하는 것으로 나타났다. 그 결과는 표 4에 제시되어있다.

이러한 결과는 은퇴 이후의 심리적 건강의 변화가 세 가지 형태를 보일 것이라는 가설 1을 지지하지 않는다. 그러나 증가형과 감소형의 두 유형으로 의미 있게 구분된 점은 본 연구에서 주목할 만한 결과 중의 하나이다.

변화 유형에 영향을 미치는 요인

앞서 살펴본 바와 같이, 은퇴자의 심리적 건강은 시간이 지나면서 증가하는 증가형과 시간에 따라 감소하는 감소형이라는 두 가지 발달 경로로 나눌 수 있으며, 이러한 발달 경로를 어떠한 변인이 예측하는지 알아보기 위해 로지스틱 회귀 분석(logistic regression)을 실시하였다. 구체적으로 교육수준, 은퇴 자발성, 건강 자원, 경제적 자원, 배우자 관계 만족도

가 증가형에 속할 확률을 높이는지 여부와 은퇴 시기, 노후 시기 해당 여부, 건강으로 인한 은퇴가 감소형에 속할 확률을 높이는지 여부를 검증하기 위해 두 개의 하위 유형이 도출된 최종 모형에 예측 변인을 하나씩 투입하여 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 성장혼합모형에서는 예측 변인에 따라 기준 집단(reference group)에 비해 다른 집단에 속할 확률이 높아지는지 여부를 검증하므로, 감소형을 기준 집단으로 설정하고 증가형에 속할 확률을 높이는 변인이 무엇인지 검증하여 그 결과를 표 5에 제시하였다. 표 5는 각 예측 변인을 개별적으로 투입하여 분석한 결과이다.

표 5의 결과는 감소형을 기준 집단으로 설정하였기 때문에 표 5에 제시된 계수대로 해석하는 경우에는 예측 변인이 높거나 낮을수록 증가형에 속할 확률이 높다는 것을 의미하게 된다. 반면 계수의 부호 방향을 반대로 바꾸어 해석하는 경우에는 증가형이 기준 집단이 되어 예측 변인이 높거나 낮을수록 감소형에 속할 확률이 높다는 것을 나타낸다.

먼저 증가형의 예측 변인에 대한 가설과 관련된 결과를 구체적으로 살펴보면, 교육수준이 높을수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 증가형에 속할 확률이 유의미하게 높은 것으로 나타났는데 이는 가설 3-1을 지지하는 결과이다. 그러나 은퇴 자발성의 경우, 비자발적으로 은퇴할수록 감소형보다는 증가형에 속할 확률이 유의미하게 높게 나타나 가설과는 반대되는 결과를 보였다. 은퇴 전 시점의 자원에 대한 만족도 중에서는 건강과 경제적인 측면에 대한 만족이 높을수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 증가형에 속할 확률이 높게 나타나 가설 3-3과 3-4가 지지되었으며, 배우자와의 관계에 대한 만족도와 관련된 가설 3-5는 지지되지 않았다.

다음으로 감소형의 예측변인에 대한 가설과 관련된 결과를 살펴보면, 연령이 높을수록 증가형에 비해 감소형에 속할 확률이 유의미하게 높게 나타나 가설 4-1을 지지하는 결과를 보였다. 여기에서 연령은 은퇴 전 시점에 측정된 것이므로 더 오랜 기간 동안 일자리에

표 5. 잠재계층 분류에 대한 예측 요인

| 변인 | 기준 집단: 감소형 / 비교 집단: 증가형 | |
|----------------|-------------------------|------|
| | 계수 | 표준오차 |
| 교육수준 | .41** | .13 |
| 은퇴 자발성 | -.68* | .33 |
| 은퇴 전 건강 만족 | 1.02*** | .22 |
| 은퇴 전 경제 만족 | .46** | .17 |
| 은퇴 전 배우자 관계 만족 | -.11 | .25 |
| 연령 | -.06** | .02 |
| 노후시기 여부 | -.46 | .39 |
| 은퇴 원인: 건강 | -1.54** | .53 |

주) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$.

중사하여 은퇴를 늦게 하게 될수록 은퇴 후 심리적 건강 변화가 감소하는 추세를 보이게 된다는 것을 의미한다. 다음으로 은퇴자 본인이 노후시기에 해당한다고 지각하는지 여부는 은퇴 후 감소형에 속할 확률에 유의미한 영향을 미치지 못해 가설 4-2는 지지되지 않았다. 은퇴 원인에 대해서는 건강으로 인해 은퇴를 할수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 감소형에 속할 확률이 유의미하게 높게 나타나 가설 4-3을 지지하는 결과를 보였다.

추가로 유지형과 관련된 가설 2-1~4는 유지형이 의미 있는 집단으로 나타나지 않았기에 직접 검증하기 어렵지만, 유지형을 예측한 변인들이 증가형이나 감소형과 어떤 관련이 있는지를 탐색적으로 분석해 보았다. 그 결과, 배우자 유무(계수=-.06, 표준오차=.01, $p<.05$)와 은퇴 전 친구관계 만족(계수=.41, 표준오차=.13, $p<.01$)이 유의한 계수를 보였다. 즉, 배우자가 없는 경우, 그리고 은퇴 전 친구관계 만족도가 높은 경우에 증가형에 속할 확률이 유의하게 높았다. 은퇴 전 이웃관계 만족이나 은퇴시 배우자 근로 여부는 유의한 영향을 미치지 않았다.

논 의

본 연구는 은퇴자들이 은퇴 후 심리적 건강에서의 변화 유형이 은퇴자마다 어떻게 다르게 나타나는지를 밝히고 각 유형에 영향을 미치는 요인들을 확인하기 위해 수행되었다. 이를 위해 연속성 이론, 역할 이론, 및 자원이론을 기반으로 은퇴 후 심리적 건강에서의 변화 유형을 가정하였다.

먼저 연속성 이론에 따르면 은퇴 전의 연속

성을 은퇴 이후에도 유지하는지 여부가 은퇴 후 적응에 영향을 미치게 된다. 예를 들어, 연속성을 성공적으로 유지하는 은퇴자의 경우 은퇴 전 후에 심리적 건강에서 큰 변화를 겪지 않게 된다. 반면 연속성을 잃는 경우에는 은퇴 후 심리적 안녕감이 저하되는 경향이 있다.

다음으로 역할 이론의 가정에 따르면, 은퇴 후 개인들은 일 관련 역할의 상실로 인해 우울이나 불안 등을 경험하여 심리적 안녕감에서 감소를 보인다. 그러나 일 관련 역할에 대한 몰입을 선호하지 않았거나 일 외에 다른 역할에 몰입하고자 했던 개인은 일 관련 역할의 상실을 오히려 기뻐하고 은퇴 후 심리적 안녕감이 증가하는 경향이 있다.

마지막으로 자원이론에 의하면, 은퇴 후 적응과 관련하여 이 이론은 은퇴 후 얼마나 적응을 잘 할 지는 개인이 이러한 자원들을 얼마나 보유하고 있느냐에 달려있다.

이러한 선행 연구를 토대로 본 연구에서는 은퇴 후 심리적 건강 변화에는 은퇴 전후 심리적 건강이 거의 차이를 보이지 않는 유지형, 은퇴 후 심리적 건강이 증가하는 증가형, 은퇴 후 심리적 건강이 감소하는 감소형이라는 세 가지 유형이 있을 것이라 가정하였다. 국민노후보장패널 데이터를 가지고 은퇴자들 중에 서로 다른 발달 경로를 지닌 하위집단을 추적해내는 성장혼합모형을 적용하여 분석을 수행하였다. 그 결과, 본 연구에서는 은퇴자들의 심리적 건강 변화에 은퇴 전에 비해 은퇴 후에 심리적 건강이 증가하는 증가형과 심리적 건강이 감소하는 감소형이라는 두 가지 유형이 존재하는 것으로 나타났다. 특히, 증가형의 경우 전체 은퇴자의 약 77%가 이에 속하는 것으로 밝혀져, 은퇴 후 시간이 지날수록

점차 생활만족도가 감소한다는 선행 연구(Kim & Moen, 2002)와는 다른 결과를 보였다. 그리고 대부분의 은퇴자들이 은퇴 후에 심리적 건강이 증가하는 양상을 보인 점을 통해 은퇴라는 생활사건이 개인에게 부정적인 영향보다는 긍정적인 영향을 미칠 가능성이 더 높다는 시사점을 준다. 또한 노인의 정서 최적화(affective optimization) 이론(Lang & Carstensen, 2002)에 따르면, 노년기에는 정서를 잘 유지하고 조절하려는 동기가 높아지며, 대인관계의 폭을 줄여 부적 정서 경험을 최소화하고 정적 정서 경험을 최대화하려는 정서 최적화 특성이 두드러진다. 노인들이 젊은이들에 비해 부적 정서보다는 정적 정서와 관련된 정보를 더 잘 기억하고, 정서와 관련된 정보들을 더 선호한다는 연구결과들이 있는 바(유경과 민경환, 2003), 본 연구에서 증가형이 다수를 차지하는 결과가 나온 것도 이러한 맥락에서 해석될 수도 있겠다.

또한 본 연구의 이러한 결과는 은퇴 전후 심리적 안녕감의 종단적 변화 패턴을 연구한 서구의 연구들과도 다소 차이를 보인다. 이를테면 Wang(2007)의 연구에서는 은퇴 후 심리적 안녕감에서의 변화를 거의 경험하지 않는 유지형(maintaining pattern), 은퇴 전에 비해 은퇴 후 심리적 안녕감이 증가하는 회복형(recovering pattern), 은퇴 후 심리적 안녕감이 감소했다가 다시 증가하는 U자형(U-shape pattern)이라는 세 가지 유형이 존재하는 것으로 나타났다. 본 연구의 경우 유지형과 U자형은 나타나지 않았으며 은퇴 후 심리적 건강이 증가하는 증가형만이 회복형과 유사한 결과를 보였다.

U자형의 변화와 같은 선행 연구의 비선형 변화 패턴을 염두에 두고 본 연구에서도 추가

적으로 이차함수 모형에 대한 분석을 시도하였다. 그런데 성장혼합모형에서의 이차함수 추정에는 최소한 네 개 이상의 시점을 요구하는데, 본 연구에는 세 개의 시점만 존재하므로 이차함수를 추정하기에 적절하지 않다(홍세희, 2008). 따라서 1차 시점과 2차 시점 간의 변화만을 선형으로 가정하고 3차 시점에 대해서는 자유미지수로 바꾸어 자유 추정 모형으로 추정하였다. 그 결과, 본 연구의 선형 모형과 마찬가지로 자유 추정 모형에서도 집단 수 증가될수록 AIC, BIC, SSABIC 값이 감소하는 경향을 보였다. Adjusted LMR-LRT 결과에서는 2개 집단 모형만이 유의미한 결과를 보였으며, 집단의 수를 3개 이상으로 분류하는 경우에는 음분산의 위험이 나타나 자유 추정 모형에서도 선형 모형과 동일하게 2개 집단 모형이 가장 적절한 것으로 밝혀졌다. 선형 모형과 자유 추정 모형 중 더 적절한 모형을 선택하기 위해 표 1에서 나타난 바와 같이 1, 2, 3차의 심리적 건강 평균값이 선형으로 변화한다는 점과 자유 추정 모형에서도 선형 모형과 마찬가지로 하나의 변화율만이 추정되어 선형 변화를 나타내고 있다는 점을 고려할 때 본 연구의 자료에는 선형 모형이 더 적합하다는 결론을 내릴 수 있다. 그러나 본 연구에서의 감소형은 세 차례 조사 시점에서 계속해서 감소하는 것으로 나타났지만, Wang(2007)의 경우 은퇴 초기에는 심리적 안녕감이 감소하다가 어느 시점에서는 다시 증가하여 은퇴 전과 비슷한 수준을 보이는 것으로 나타났으므로, 조사 시점이 더 늘어나면 새로운 변화 양상이 나타날 가능성도 배제할 수는 없다.

각 유형에 영향을 미치는 요인을 밝히기 위해 로지스틱 회귀분석을 실시한 결과에 의하면, 교육수준이 높을수록 은퇴 후 심리적 건

강 변화에서 증가형에 속할 확률이 높아 선행 연구(김명자, 1982; 정혜경과 정영숙, 2010)와 일치하는 경향을 보였다. 이러한 결과에 교육 수준이 높을수록 은퇴 후 삶에 대해 더 많이 준비한다는 선행 연구(이미선, 2012)를 종합해 보면, 교육수준이 높은 은퇴자들은 은퇴를 미리 준비하여 은퇴 후 심리적 건강이 감소하지 않고 오히려 증가한다고 추측해볼 수 있다.

또한 은퇴 전 건강에 대한 만족도가 높을수록 증가형에 속할 확률이 높아 앞서 언급한 선행 연구(김태현, 1981; 신현구, 2007)와 일치하였다. 경제적 측면에 대한 만족도 역시 높을수록 증가형에 속할 확률이 높아지는 결과를 보여 선행 연구(Elder & Rudolph, 1999; Lee & Law, 2004)와 일치하였다. 따라서 은퇴 전부터 건강을 잘 관리하고 경제적인 준비를 충실히 하는 경우 은퇴 후 심리적 건강이 증가하는 경향을 보인다고 볼 수 있다. 그러나 배우자 관계에 대한 만족도는 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 증가형에 속할 확률에 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다²⁾. 이러한 결과는 은퇴자의 심리적 건강에 있어 배우자라는 사회적 관계 외에 다른 사회적 관계들이 영향을 미칠 수 있다는 점을 시사한다. 예를 들어, 자녀나 부모와의 관계가 그것일 것이다. 성미애와 최세은(2010)에 따르면, 남성의 경우 은퇴 후 혼자 살거나 부부끼리만 사는 경우에 비해 자녀, 노부모, 손자녀 등과 함께 사는 경우 은퇴 후 생활만족도 감소 폭이 적은 것으로 나타나 이러한 가능성을 지지하는 것으로 보인다. 또한 중고령자의 은퇴 유형이 우울에

미치는 영향에 대한 이승원, 김동배, 및 이주연(2008)의 연구에서도 비자발적 은퇴가 우울에 미치는 영향에 있어 부부관계 만족도보다 자녀관계 만족도가 조절효과를 보이는 것으로 나타났다. 즉, 비자발적 은퇴를 경험하더라도 자녀관계 만족도가 높으면 우울 수준이 낮아진다는 것이다. 이는 우리나라의 경우 부모보다는 자녀를 중심으로 하는 가족 특성을 지니기 때문인 것으로 보인다. 그러나 은퇴 전에 비해 은퇴 후에 배우자와 보내는 시간이 더 길어진다는 점과 은퇴 전 배우자 관계 만족도와 심리적 건강 간의 정적인 상관관계를 미루어 볼 때, 배우자 관계가 은퇴 후 안녕에 미치는 영향을 간과할 수는 없다.

반면 은퇴 자발성의 경우 은퇴를 자발적으로 할수록 심리적 변화에서의 감소형에 속할 확률이 높은 것으로 나타나 선행 연구(Quick & Moen, 1998; Quine et al., 2007) 및 가설과 반대되는 결과를 보였다. 이는 은퇴를 자발적으로 했는지 여부뿐만 아니라 은퇴를 하게 되는 원인이나 은퇴 전 직무에 대한 만족도 및 직무 요구와 같은 상황적인 요인들도 복합적으로 고려해 볼 필요성을 제시하고 있다. Burke(1991)에 따르면 일 역할을 중요하게 여겼던 개인은 일 역할의 상실을 더 큰 스트레스 사건으로 받아들일 수 있는데, 이러한 관점에서 은퇴 전 직무에 대한 만족이 낮았던 은퇴자에 비해 직무 만족도가 높았던 은퇴자는 자발적으로 은퇴를 결정했다라도 은퇴로 인한 역할상실감을 더욱 크게 느껴 주관적 안녕감이 더 감소할 것이라 추측해볼 수 있다.

다음으로 너무 늦은 시기에 은퇴할수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 감소형에 속할 확률이 높은 것으로 나타났다. 여기에 본 연구에서 나타난 연령과 신체적 건강, 은퇴 전

2) 결과에서 보였듯이, 배우자 유무 변인도 음의 계수를 보인 바, 배우자가 있는 경우 오히려 감소형에 속할 확률이 유의하게 높게 나타난 점도 이와 관련이 있어 보인다.

일자리에서의 소득 및 경제 상태, 친구 관계에 대한 만족도 간의 유의미한 부적 상관을 고려해 볼 때, 늦은 시기에 은퇴를 할수록 만족스러운 수준의 신체적, 경제적, 사회 관계적 자원을 지니지 못하여 은퇴 후 심리적 건강이 감소하는 데 영향을 미칠 것으로 보인다. 또한 은퇴 시기와 건강 간의 관계에 대한 Calvo, Sarkisian, 및 Tamborini(2013)의 문화·제도적 접근에서는 적정하다고 여겨지는 시기에 은퇴하는 것이 그렇지 않은 시기에 할 때보다 건강 수준이 높다고 가정하고 있다. 즉, 적정 시기에 은퇴하는 것이 심리적 건강에 좋다는 의미이다. 더불어 박창제(2013)는 남성 은퇴자의 경우 은퇴 연령이 높을수록 주관적인 신체적 건강이 좋아지지만 법적인 연금 수급 연령인 60세 이후에 은퇴하는 경우에는 오히려 신체적 건강이 나빠진다는 것을 밝힌 바 있다³⁾.

반면 은퇴자가 스스로를 노후시기에 해당한다고 지각하는지 여부는 은퇴 후 감소형에 속할 확률에 유의미한 영향을 미치지 못하였다. 이는 은퇴자들이 자신이 노후시기에 접어들었다는 것에 부정적인 영향을 받는다고보다는

3) 유사한 맥락에서 늦은 시기에 은퇴하는 것뿐만 아니라 조기에 은퇴하는 것도 심리적 건강에 부정적인 영향을 미칠 것이라 생각해볼 수 있다. 이를 검증하기 위해 은퇴 시기와 은퇴 후 심리적 건강 간의 관계에 대한 선형 모형과 2차 함수 모형을 추가적으로 분석하였다. 분석 결과, 선형 모형과 2차 함수 모형 둘 다 $p < .01$ 수준에서 유의미한 것으로 나타났다. 그러나 선형 모형의 R^2 (.017)에 비해 역 U자형의 2차 함수 모형의 R^2 (.022)이 더 높아 은퇴 시기와 심리적 건강 간의 관계는 2차 함수 모형이 더 잘 설명하는 것으로 보인다. 즉, 적정한 시기에 은퇴를 하는 것보다 이른 시기 또는 늦은 시기에 은퇴를 하는 것이 은퇴 후 심리적 건강에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

은퇴를 할 시점이 되면 자신이 노인이라는 지각을 이미 내재화하여 자연스럽게 받아들일 수 있기 때문인 것으로 보인다.

한편, 은퇴 원인의 경우 전체 응답자의 약 50% 이상이 건강 악화로 인해 은퇴했다고 응답하였다. 이는 절반 이상의 은퇴자가 건강상의 문제로 인해 은퇴를 결정할 만큼 건강을 중요하게 여긴다는 것을 의미한다. 또한 건강으로 인해 은퇴할수록 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 감소형에 속할 확률을 유의미하게 증가시키는 것으로 나타나 가설 및 선행 연구(Quick & Moen, 1998)와 일치하는 결과를 보였다. 즉, 건강은 은퇴자에게 매우 중요한 자원이며 건강의 상실이 은퇴 후 심리적 건강의 감소에도 영향을 미친다는 것이다.

연구의 의의, 제한점 및 향후 연구 과제

본 연구는 몇 가지 측면에서 중요한 이론적 의의 및 실용적 시사점을 지니고 있다. 먼저 이론적인 측면에서 본 연구는 종단적인 설계에 의한 자료를 사용하여 은퇴 전에 비해 은퇴 후 심리적 건강이 어떻게 변화하는지를 밝혀냈다는 점에서 의미를 지닌다. 기존의 은퇴 관련 연구들이 주로 횡단적인 설계에 의존하여 은퇴 후 어느 한 시점에서의 상태만을 보고하는 경향이 있었다. 종단적 설계를 사용한 다른 연구들 또한 대부분 은퇴 전과 후만을 비교하여 두 시점 사이에 심리적 안녕감이나 생활만족도가 좋아지는지 혹은 나빠지는지에 대해서만 밝힐 수 있었다. 그러나 본 연구에서는 세 시점을 사용함으로써 은퇴자의 심리적 건강에서의 변화 추이를 살펴볼 수 있었다. 둘째, 본 연구는 은퇴자들이 은퇴 후 심리적 변화에서 모두 같은 패턴을 보이지는 않는다

는 것을 입증했다. 기존의 연구들에서는 은퇴자들을 모두 동질 집단으로 인식하여 은퇴 후 심리적 안녕감이나 삶의 만족이 증가 또는 저하하는 지에 대한 논의가 주로 이루어져 왔지만, 서로 다른 배경과 특성을 지닌 은퇴자들 간에 차이가 존재할 수 있음을 인정하고 은퇴 후 심리적 건강 변화의 다양한 패턴을 추정해냈다는 점에서도 의의가 있다.

실용적인 측면에서의 본 연구의 시사점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 은퇴자들이 은퇴 후 심리적 건강 변화에서 어떤 유형에 속할지 예측하는 변인들을 밝히고 있다. 따라서 은퇴자들이 이러한 변인에 비추어 스스로를 판단해본다면 은퇴 후의 자신의 삶이 어떻게 변화할지에 대한 현실적인 예상을 해볼 수 있다. 또한 이러한 현실적인 예상은 현재 은퇴 계획의 부족한 부분을 보충하도록 함으로써 더욱 탄탄한 은퇴 계획을 수립하는 데 도움을 줄 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구의 결과는 은퇴 및 노후 관련 정책결정자들에 정책 수립 시의 방향을 설정하는 데 도움을 줄 수 있을 것이다. 앞서 언급한 시사점과 같은 맥락에서 은퇴 후 심리적 변화에 중요한 영향을 미치는 변인들을 밝혀냈다는 점은 정책결정자들이 이러한 주요 변인에 대해 한정된 자원을 집중적으로 사용하도록 하여 더욱 효율적인 예산 집행을 가능하게 할 것이다.

본 연구에는 다음과 같은 중요한 한계들이 존재한다. 첫째, 본 연구는 국민노후보장패널 조사에 포함된 변인들에 한정하여 연구를 수행했다는 점에서 다소 한계를 지닌다. 개인이 종단 연구를 수행하기에는 현실적인 제약이 많기 때문에 패널조사의 자료를 사용하였으나, 이 조사는 국민연금공단에서 특정한 목적을 지니고 수행된 것이기 때문에 본 연구의 목적

에 부합하는 변인들이 충분히 조사되지 않았다. 특히 은퇴 전후에 중요하게 작용하는 심리적 기제를 밝힐 수 있는 성격 등의 변인은 포함되지 않았다. 또한 은퇴 전 직무에 대한 만족이나 몰입, 직무 요구, 직무 통제, 일 중심성 등과 같이 은퇴 전환 과정에 중요한 영향을 미칠 가능성이 있는 은퇴 전 일과 관련된 요인에 대해서도 충분히 조사되지 않았다. 따라서 향후 연구에서 이러한 주요 변인들이 포함된 자료를 사용한다면 은퇴 전환 과정 및 은퇴 후 적응과정에 대해 더 의미 있고 정교한 연구를 수행할 수 있을 것이다. 또한 본 연구의 표본 특성 중에 여성의 비율이 약 65%로 상대적으로 높았다는 점도 연구결과의 일반화에 약간의 제약요소로 작용할 수도 있을 것이다.

둘째, 앞서 밝힌 것처럼 본 연구는 다른 조사 목적을 지닌 자료를 사용하였기 때문에 타당화된 측정도구로 측정된 자료가 아니라 단일 문항으로 측정된 변인을 사용한 한계를 지닌다. 이로 인해 측정오차를 파악할 수 없는 문제가 존재하며 각 변인의 신뢰도 및 분산을 추정할 수 없다는 한계를 지닌다. 따라서 향후 연구에서는 더 정확한 추정을 위해 단일 문항이 아니라 신뢰로운 측정도구를 사용하여 측정된 자료를 토대로 본 연구에서 밝혀진 변인들 간의 관계를 보다 정확히 검증해보아야 할 것이다.

셋째, 본 연구는 은퇴 전과 은퇴 후 두 시점, 즉 총 세 시점에 대해서만 분석을 수행했다는 점에서 한계가 있다. 국민노후패널조사의 경우 격년으로 이루어지기 때문에 본 연구는 총 6년이라는 짧은 기간의 종단적인 변화 추이만을 살펴볼 수 있었다. 따라서 조사가 지속적으로 진행되어 더 오랜 기간의 자료가

축적된다면 본 연구에서 밝힌 변화 유형 및 예측 변인들이 다른 결과를 보일 수도 있다. 예를 들면, Wang(2007)의 연구에서처럼 유지형, 감소 후 증가하는 U자형, 은퇴 후 증가하는 회복형이라는 세 유형으로 분류되거나, Pinquart와 Schindler(2007)의 연구에서 나타나는 유지형, 감소 후 증가형, 증가 후 감소형과 같은 세 유형으로 분류될 수도 있을 것이다. 이에 향후 연구에서는 시간이 지나 더 장기간 축적된 자료를 사용하여 보다 오랜 기간에서의 종단적 변화를 추정해보아야만 할 것이다.

마지막으로, 본 연구에서는 심리적 건강의 변화에만 초점을 두었으나, 최근의 고령자의 주관적 안녕감(subjective well-being)에 대한 연구들은 평가적(evaluative) 측면, 정서적(affective) 측면, 그리고 목적지향적(eudemonic) 측면의 다차원적인 접근을 적용한다(Jivraj, Nazroo, Vanhoutte, & Chandola, 2014; Steptoe, Deaton, & Stone, 2014; Vanhoutte, 2014). 본 연구는 단일 문항으로 측정된 주관적 안녕감의 일부 평가적 측면(심리적 건강)만을 사용하였다. 향후 정서적 측면과 목적지향적 측면에서의 변화에 대한 연구가 수행되어 여러 측면에서의 변화 양상에서의 유사성과 차이점을 고찰할 필요가 있다.

참고문헌

강수균 (2000). 고령화 사회에 있어서 노인의 삶의 질에 관한 연구. *동서정신과학*, 3(1), 113-137.

국민연금연구원 (2012). 제4차(2011년도) 우리나라 중·고령자의 경제생활 및 노후준비 실태. 국민노후보장패널조사 분석보고서.

김명자 (1982). 노인의 생활만족도에 관한 연구. *대한가정학회지*, 29(3), 45-54.

김애순, 윤진 (1995). 은퇴 이후의 심리·사회적 영향. *한국노년학*, 15(1), 141-158.

김영혜 (2004). 노년기 젠더관계와 심리적 복지감: 유배우 노인의 성역할태도와 가사노동분담의 영향에 대하여. *한국인구학*, 27(1), 1-30.

김태현 (1981). 한국에 있어서의 노인부양에 관한 연구. 박사학위논문, 고려대학교.

두송화, 장재윤, 이주일 (2014). 은퇴 전의 일 중심성이 은퇴 후 활동적 노화에 미치는 영향: 생성감의 매개효과. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 27(3), 565-584.

박군석 (2009). 은퇴 노인의 주관안녕과 신체 건강에 영향을 미치는 요인들: 은퇴 전 직종에 따른 종단 연구. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 15(2), 291-318.

백은영 (2009). 은퇴자의 은퇴만족도에 영향을 미치는 요인 분석. *노인복지연구*, 44, 345-371.

성미애, 최새은 (2010). 남녀 은퇴자의 은퇴 전 이 경험과 생활만족도에 관한 연구: 젠더 차이를 중심으로. *대한가정학회지*, 48(9), 13-25.

신현구 (2007). 노동시장 은퇴자의 은퇴 만족도 및 삶의 만족도. *월간 노동리뷰*, 27, 81-93.

유경, 민경환 (2003). 노년기 정서경험과 적응: 정서최적화. *한국심리학회지: 일반*, 22, 81-97.

윤현숙, 이미진 (2006). 은퇴가 심리적 안녕에 미치는 영향에 관한 종단적 연구: 노인의 성과 거주 지역을 중심으로. *한국사회복지학*, 58(4), 197-217.

- 이미선 (2012). 베이비붐 세대의 노부모 부양과 노후준비도에 관한 연구. 석사학위논문, 숙명여자대학교.
- 이승원, 김동배, 이주연 (2008). 중·고령자의 은퇴유형이 우울에 미치는 영향: 가족관계만족도의 조절효과를 중심으로. *한국가족자원경영학회지*, 12(1), 107-125.
- 정주원, 송현주 (2012). 60대 중고령자들의 주관적 노후인식과 주관적 삶의 만족도에 관한 연구. *노인복지연구*, 57, 333-355.
- 정혜경, 정영숙 (2010). 은퇴만족과 주관적 안녕감에 영향을 미치는 변인들에 관한 연구. *한국심리학회지: 발달*, 23(3), 51-70.
- 통계청 (2010). 장래인구추계.
- 통계청 (2013). 2013년 4월 사회보험가입 현황.
- 한형수 (2008). 노인의 삶의 질의 객관적 지표와 주관적 만족도에 관한 연구. *노인복지연구*, 39, 347-372.
- 홍세희 (2008). 잠재성장모형을 이용한 종단연구 방법론. 다층모형과 잠재성장모형을 이용한 종단연구방법론: 7일 집중워크숍, 217-257.
- Adams, G., Prescher, J., Beehr, R., & Lepisto, L. (2002). Applying work-role attachment theory to retirement decision-making. *International Journal of Aging and Human Development*, 54, 125-137.
- Asparouhov, T., & Muthén, B. O. (2007). Computationally efficient estimation of multilevel high-dimensional latent variable models. *Proceedings of the 2007 JSM meeting in Salt Lake City, Utah, Section on Statistics in Epidemiology*, 2531-2535.
- Atchley, R. C. (1971). Retirement and leisure participation: Continuity or crisis. *The Gerontologist*, 11, 13-17.
- Atchley, R. C. (1976). *The sociology of retirement*. New York, NY: Wiley.
- Atchley, R. C. (1989). A continuity theory of normal aging. *The Gerontologist*, 29, 183-190.
- Atchley, R. C. (1998). Activity adaptations to the development of functional limitations and results for subjective well-being in later adulthood. *Journal of Aging Studies*, 12, 19-38.
- Atchley, R. C. (1999). Continuity theory, self, and social structure. In C. D. Ryff, & V. W. Marshall (Eds.), *Families and retirement* (pp. 145-158). Newbury Park, CA: Sage.
- Atchley, R. C., & Robinson, J. L. (1982). Attitudes toward retirement and distance from the event. *Research on Aging*, 4, 299-313.
- Baltes, P. B., & Mayer, K. U. (Eds.). (2001). *The Berlin aging study: Aging from 70 to 100*. NY: Cambridge University Press.
- Barfield, R., & Morgen, J. (1976). *Early retirement: The decision and the experience*. Ann Arbor: Braun-Brumfield Inc.
- Barnes-Farrell, J. L. (2003). Beyond health and wealth: Attitudinal and other influences on retirement decision-making. In G. A. Adams, & T. A. Beehr (Eds.), *Retirement: Reasons, processes, and results* (pp. 159-187). NY: Springer.
- Bossé, R., Aldwin, C. M., Levenson, M. R., & Ekerdt, D. J. (1987). Mental health differences among retirees and workers: Findings from the Normative Aging Study. *Psychology and Aging*, 2(4), 383.
- Burgess, E. W. (Ed.). (1960). *Aging in western societies*. Chicago: University of Chicago Press.
- Burke, P. J. (1991). Identity processes and social

- stress. *American Sociological Review*, 56, 836-849.
- Burtless, G., & Robert, M. (1984). *The effect of social security on the labor supply of the aged*. NY: Washington Brookings.
- Calasanti, T. M. (1996). Gender and life satisfaction in retirement: An assessment of the male model. *Journal of Gerontology Series B*, 51, 18-29.
- Calvo, E., Sarkisian, N., & Tamborini, C. R. (2013). Causal effects of retirement timing on subjective physical and emotional health. *Journal of Gerontology Series B*, 68, 73-84.
- Campbell, C. D., & Campbell, R. G. (1976). Conflicting views on the effect of old age and survivors insurance on retirement. *Economic Inquiry*, 14, 369-388.
- Chou, K. L., Chi, I., & Chow, N. W. S. (2004). Sources of income and depression in elderly Hong Kong Chinese: Mediating and moderating effects of social support and financial strain. *Aging & Mental Health*, 8, 212-221.
- Drentea, P. (2002). Retirement and mental health. *Journal of Aging and Health*, 14, 167-194.
- Ebersole, P., Hess, P. A., & Luggen, A. S. (1998). *Toward healthy aging: Human needs and nursing response*. St. Louis, MO: Mosby.
- Elder, H. W., & Rudolph, P. M. (1999). Does retirement planning affect the level of retirement satisfaction? *Financial Services Review*, 8, 117-127.
- Feldman, D. (1994). The decision to retire early: A review and conceptualization. *Academy of Management Review*, 19, 285-311.
- Friedman, E. A., & Orbach, H. L. (1974). Adjustment to retirement. In S. Arieti (Ed.), *American handbook of psychiatry* (Vol. 1, pp. 609-645). NY: Basic Books.
- Gallo, W. T., Bradley, E. H., Siegel, M., & Kasl, S. V. (2000). Health effects of involuntary job loss among older workers findings from the health and retirement survey. *Journals of Gerontology Series B*, 55, 131-140.
- George, L. K., & Maddox, G. L. (1977). Subjective adaptation to loss of the work role: A longitudinal study. *The Journal of Gerontology*, 32, 456-462.
- Hobfoll, S. E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General Psychology*, 6, 307-324.
- Hulin, C. L. (2002). Lessons from industrial and organizational psychology. In J. M. Brett., & F. Drasgow. (Eds.), *The psychology of work: Theoretically based empirical research* (pp. 3-22). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Jivraj, S., Nazroo, J., Vanhoutte, B., & Chandola, T. (2014). Aging and subjective well-being in later life. *Journal of Gerontology Series B*, 69(6), 930-941.
- Kelly, J. R. (1996). *Leisure*. Needham Heights: Allyn & Bacon Co.
- Kim, J. E., & Moen, P. (2002). Retirement transitions, gender, and psychological well-being: A life-course, ecological model. *Journal of Gerontology Series B*, 57, 212-222.
- Kim, S., & Feldman, D. C. (2000). Working in retirement: The antecedents of bridge employment and its consequences for quality of life in retirement. *Academy of Management*

- Journal*, 43, 1195-1210.
- Kolberg, K. J. S. (1999). Biological development and health risk. In T. L. Whitman, T. V. Merluzzi., & R. D. White (Eds.), *Life-span perspectives on health and illness* (pp. 23-45). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Lang, F. R., & Carstensen, L. L. (2002). Time counts: Future time perspective, goals, and social relationship. *Psychology and Aging*, 17, 125-139.
- Lee, W. K. M., & Law, K. W. K. (2004). Retirement planning and retirement satisfaction: The need for a national retirement program and policy in Hong Kong. *Journal of Applied Gerontology*, 23, 212-233.
- Midanik, L. T., Soghikian, K., Ransom, L. J., & Tekawa, I. S. (1995). The effect of retirement on mental health and health behaviors: The Kaiser Permanente Retirement Study. *Journals of Gerontology Series B*, 50, 59-61.
- Miller, S. J. (1965). The social dilemma of the aging leisure participant. In A. M. Rose, & W. A. Peterson (Eds.), *Older people and their social world* (pp. 77-92). Philadelphia, PA: Davis.
- Morse, D., Dutka, A. B., & Gray, S. H. (1983). *Life after early retirement: The experiences of lower-level workers* (Vol. 17). Totowa, NJ: Rowman & Allanheld.
- Muthén, B., & Muthén, L. K. (2000). Integrating person centered and variable centered analyses: Growth mixture modeling with latent trajectory classes. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 24, 882-891.
- Phillipson, C. (1993). The sociology of retirement. In J. Bond, P. Coleman, & S. Peace (Eds.), *Ageing in society* (pp. 180-200). London: Sage.
- Pinquart, M., & Schindler, I. (2007). Changes of life satisfaction in the transition to retirement: A latent-class approach. *Psychology and Aging*, 22, 442-455.
- Quick, H., & Moen, P. (1998). Gender, employment, and retirement quality: A life course approach to the differential experiences of men and women. *Journal of Occupational Health Psychology*, 3, 44-64.
- Quine, S., Wells, Y., De Vaus, D., & Kendig, H. (2007). When choice in retirement decisions is missing: Qualitative and quantitative findings of impact on well being. *Australasian Journal on Ageing*, 26, 173-179.
- Reitzes, D. C., Mutran, E. J., & Fernandez, M. E. (1996). Does retirement hurt well-being? Factors influencing self-esteem and depression among retirees and workers. *The Gerontologist*, 36, 649-656.
- Richardson, V., & Kilty, K. M. (1991). Adjustment to retirement: Continuity vs. discontinuity. *International Journal of Aging and Human Development*, 33, 151-169.
- Ross, C. E., & Drentea, P. (1998). Consequences of retirement activities for distress and the sense of personal control. *Journal of Health and Social Behavior*, 39, 317-334.
- Stoolmiller, M., Kim, H. K., & Capaldi, D. M. (2005). The course of depressive symptoms in men from early adolescence to young adulthood: Identifying latent trajectories and early predictors. *Journal of Abnormal Psychology*, 114, 331-345.

- Szinovacz, M. E., & Davey, A. (2004). Honeymoons and joint lunches: Effects of retirement and spouse's employment on depressive symptoms. *Journal of Gerontology Series B, 59*, 233-245.
- Thoits, P. A. (1992). Identity structure and psychological well-being: Gender and marital status comparisons. *Social Psychology Quarterly, 55*, 236-256.
- Tinsley, D. J., & Schwendener-Holt, M. J. (1992). Retirement and leisure. In S. D. Brown, & R. W. Lent (Eds.), *Handbook of Counseling Psychology* (pp. 627-662). Oxford, England: John Wiley & Sons.
- Vanhoutte, B. (2014). The multidimensional structure of subjective well-being in later life. *Journal of Population Ageing, 7*, 1-20.
- Wang, M. (2007). Profiling retirees in the retirement transition and adjustment process: Examining the longitudinal change patterns of retirees' psychological well-being. *Journal of Applied Psychology, 92*, 455-474.
- Wang, M., Henkens, K., & van Solinge, H. (2011). Retirement adjustment: A review of theoretical and empirical advancement. *American Psychologist, 66*, 204-213.
- Warr, P., Butcher, V., Robertson, I., & Callinan, M. (2004). Older people's well being as a function of employment, retirement, environmental characteristics and role preference. *British Journal of Psychology, 95*, 297-324.
- Wheaton, B. (1990). Life transitions, role histories, and mental health. *American Sociological Review, 55*, 209-223.
- 1차 원고접수 : 2014. 05. 30
2차 원고접수 : 2015. 03. 17
최종게재결정 : 2015. 05. 06

Exploring the change patterns in retirees' psychological health using growth mixture modeling

Songhwa Doo

Kim & Chang

Jae Yoon Chang

Sogang University

Using growth mixture modeling which tracks unobserved heterogeneity in population, the current study explored the change patterns of retirees' psychological health and investigated factors influencing each developmental trajectory. Specifically, based on role theory, continuity theory, and resources theory, it was hypothesized that retirees would display three different types of psychological patterns: the maintaining, enhancing, and declining pattern. In order to test the above expectation, I adapted panel data of the Korean Retirement and Income Study including a total of 436 retirees who participated in survey every other year since 2005 to 2011. Results revealed that there are two distinct change patterns of retirees' psychological health: the enhancing pattern and the declining pattern. Following was logistic regression analysis which investigated factors influencing each pattern. As a result, it was found that those with higher education and pre-retire satisfaction on health and economic status were more likely to display the enhancing pattern. On the other hand, those who retired late and retired due to health problems were more likely to display the declining pattern.

Key words : retirement, psychological health, growth mixture modeling