

# 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 변인에 관한 연구\*

## A Study on the Affected Variables to the Adjustment of Retired Men\*

숙명여자대학교 가정·아동복지학부 가족자원경영전공  
교수 김명자  
강사 박미금  
강사 송말희

Major in Family and Resource Management, Sookmyung Women's University

Professor : Kim, Myung-Cha

Lecturer : Park, Mi Kum

Lecturer : Song, Mal-Hee

### ● 목 차 ●

- |                  |               |
|------------------|---------------|
| I. 연구목적          | IV. 연구결과 및 해석 |
| II. 이론적 배경       | V. 결론 및 제언    |
| III. 연구문제 및 연구방법 | 참고문헌          |

### <Abstract>

The purpose of this study was to determine the protective factors that strengthen the adaptation ability by analyzing individual, family, and social activities variables which impact on the adjustment of retired men. The sample for final data analysis was 233 questionnaires completed by retired men aged from 45 to 65 years living in Seoul and the Metropolitan area. Statistical analyses were carried out using SPSS/WIN which included Frequencies, t-test, one-way ANOVA, and regression analysis.

The results were as follows:

1. The degree of the retired men's adaptation was 3.22 out of 5.
2. The retired men's adaptation was affected by the variables in the following order: marital satisfaction, economic life satisfaction, acceptance for retirement, recreational facilities satisfaction, recognition for retirement, and cohesion. These variables explained 65.3% of the retired men's adaptation to life.

The findings of this study could be utilized as basic data for developing educational programs and guiding

Corresponding Author: Song, Mal-Hee. Major in Family and Resource Management, Sookmyung Women's University, ChungPa-Dong, YongSan-Gu, Seoul, Korea Tel: 82-19-226-5104 E-mail: malhee@hanafos.com

\* 본 연구는 숙명여자대학교 2003년도 교내연구비 지원에 의해 수행되었음.

policy-making to help retired men achieve development.

주제어(Key Words): 적응(Adjustment), 남성퇴직자(Retired Men), 퇴직인식(Recognition for Retirement)

## 1. 연구목적

인생주기가 진행되는 과정에서 취업, 결혼, 출산, 은퇴 등 중요한 삶의 사건들을 경험하게 되는데 이러한 삶의 사건들은 개인이 지금까지 해 온 역할을 변화시키고 개인의 자아개념이나 정체감, 인생의 목표와 장래에 대한 기대 등을 변화시킴으로써 개인에게 다양한 심리·사회적 변화와 적응을 요구하게 된다. 이 중 직업에서의 퇴직은 산업화와 기술발전의 산물로서 현대 산업사회를 살아가고 있는 사람들에게 피할 수 없는 사건으로, 인생의 후기 단계로 들어가는 전환기에 와 있음을 알리는 이정표적인 사건이다(김애순·윤진, 1995).

특히 우리사회가 정보화 사회로 진입함에 따라 고도의 지식과 기술을 따라가지 못하는 중·장년기 남성들이 노동시장을 떠나는 현상이 증가하고 있다. 또한 IMF사태 이후 구조조정에 따른, 종신고용의 틀이 와해되면서 정년을 보장받지 못하고 조기퇴직을 당하는 남성들이 늘고 있다. 직장이 생활의 중심이었던 현재의 중·노년기 남성들에게 직장에서의 퇴직은 곧 생활의 중심을 상실하는 것이며, 이전까지 지속해 온 가족부양자로서의 지위를 상실하는 위기적인 사건이 된다. 퇴직자들은 익숙한 조직생활로부터 벗어나 새로이 당면하게 된 개인적인 일상 생활에 적응해야 하며 노후적응 문제도 직면하게 된다. 특히 최근 평균수명이 증가하면서 이들은 중·노년기 이후의 상당기간을 퇴직한 상태로 지내게 되어, 현재의 퇴직자들은 인생의 1/4 가량을 퇴직한 노인으로 지내야 한다(성미애, 1999). 이렇게 퇴직 후의 시간이 길어짐에 따라 퇴직 후 노년의 삶이 단지 생존의 차원이 아닌 사회적 생존으로서의 질적 향상을 요구하는 주된 관심사로 부각되고 있다(전길양 외, 2000).

따라서 퇴직 후의 적응은 노년기를 성공적으로 이끄는 출발점이 되며, 일생의 삶의 질에 지대한 영향을 미치게 된다. 퇴직 후의 적응양상은 개인에 따

라 매우 다양한데, 일반적으로 퇴직은 다양한 스트레스를 몰고 오는 위기로 여겨진다. 즉, 퇴직자들은 수입 감소로 인한 경제적 어려움, 정체감의 상실과 자존심과 사기 저하, 사회적 유대관계의 상실에 따른 외로움과 소외 등을 직면하게 된다. 그러나 많은 사람들은 퇴직을 무거운 책임과 역할에서 벗어난 것으로 느끼며 그동안 바빠서 하지 못했던 새로운 목표와 활동 등을 추구할 수 있는 좋은 기회로 생각하고 취미생활이나 새로운 역할 속에서 만족스러운 삶을 살아가는 것으로 나타났다(Bosse, et al., 1991: 조선일보 1995 3. 20 日字). 즉 퇴직은 지금까지와는 다른 새로운 기회를 제공해준다는 점에서 긍정적인 사건으로 여겨진다. 이는 퇴직이 누구에게나 심각한 심리·사회적인 위기를 초래하는 보편적인 사건이라기보다, 개인이 퇴직을 어떻게 받아들이는가가 중요하고, 또 퇴직 후에 어떻게 적응해 나가는가는 다양한 요인에 의해 영향을 받게 됨을 의미한다(김애순·윤진, 1995). 즉, 개인이 퇴직을 긍정적으로 받아들이고 충분하고 적절한 자원을 가졌다면 새로운 생활에 쉽게 적응할 수 있겠지만, 퇴직을 부정적으로 인식하거나 자원이 부족할 경우 적응에 많은 어려움을 경험하게 될 것이다. 중요한 점은 자원을 고려할 때 퇴직자 개인의 자원뿐 아니라, 가족적·사회적 차원에서의 자원 모두가 고려되어야 한다는 점이다. 많은 선행연구들은 가족의 경제적 준비, 심리적 지지, 퇴직에 대한 수용 등은 퇴직자의 적응을 도와주며 종교생활이나 자원봉사활동 등의 사회활동도 적응을 용이하게 한다고 보고하고 있다(김명자, 2003; 김정현, 1995; 성미애, 1999; Bull, 1989; Chapman & Beauflet, 1983; 등).

그러나 퇴직 후의 적응에 관한 선행연구들은 대부분 경제수준, 건강상태, 교육수준, 사회활동수준 등의 개인의 사회인구학적 특성의 영향력은 규명하였으나, 심리적 자원이나 가족적·사회적 자원 등의 영향력을 함께 고려하지는 않았다. 김명자(2003)의 개인·가족·사회 차원에서 퇴직자에 대한 지원방

안을 탄력성의 개념으로 접근한 연구를 제외하고는, 여러 차원의 자원의 영향력을 동시에 고려한 연구는 매우 제한적이다. 그러므로 본 연구에서는 개인·가족·사회 차원에서 퇴직자들의 적응에 도움이 되는 변인들을 분석함으로써, 퇴직자들의 생활적응에 도움을 주고자 하며, 이들이 질적인 삶을 살 수 있는 기초자료를 제시하고, 나아가 퇴직자들의 적응을 증진시킬 수 있는 다양한 프로그램 개발의 기초자료를 제공하고자 한다. 그리하여 퇴직자들이 그 어느 때보다도 길어진 생의 마지막 부분을 의존적이고 걸림돌이 되는 존재가 아니라 긍정적이며 생산적인 존재로 살아가는데 도움을 주고자 한다. 이들의 생활에의 적응과 행복한 삶은 그들 자신의 질적인 삶을 위해서도 중요하지만, 이는 곧 자녀들의 부담을 덜어주는 것이며 나아가 고령화 사회에 속한 우리나라의 국가나 사회의 부담을 덜어주는 것이다.

## II. 이론적 배경

### 1. 퇴직의 의미와 퇴직인식

현대사회에서 일은 다음과 같은 의미를 갖는다(김신덕, 1985). 첫째, 일은 개인의 생존에 필요한 수입 또는 물질적 보상을 가져다준다. 둘째, 일은 생활에 규제를 가하며 사람들로 하여금 언제, 어디서, 어떻게 시간을 보낼 것인가를 결정하게 하고, 이러한 요구를 충족시키며 개인의 생활에 일과를 준다. 셋째, 일은 개인에게 정체감을 심어주며, 일을 통해서 개인은 자신을 발견하고 자신의 적성을 개발할 수 있는 경험을 하게 된다. 넷째, 일은 사회적 관계의 기반으로 작용하여 개인은 일을 통해서 다른 사람들과의 관계를 형성하게 된다. 즉, 개인은 일을 통해 자신의 생각을 표현하고 새로운 생각을 받아들여게 되므로 삶의 경험을 더욱 확장시킬 수 있게 된다.

따라서 이러한 일로부터의 퇴직은 개인에게 많은 변화를 가져오게 된다. 남성에게 있어 직업은 단순히 생활수단이나 경제적 부양만을 위한 도구가 아니므로 직업상실은 수입의 감소, 사회적 관계망의 감소,

소속감의 부재, 정체감 상실 등을 초래할 수 있다. 또한 남성들은 직업을 통하여 비교적 일관된 역할에 종사해오다가 '퇴직'이라는 사건에 의해 처음으로 역할의 불연속성을 경험하게 된다(김애순·윤진, 1995). 즉 남성에게 직업은 자아실현 욕구를 실현시키고, 자신의 존재를 확인하며, 가족 내에서의 가장의 역할과 권위를 유지하며, 사회적으로 명예와 지위를 부여하는 총체적 실체이다. 또한 남성들은 여가나 취미활동마저 일과 결부되어 있어 여가활동과 취미활동도 직장 동료들과 함께 하여, 이 시간도 직무의 연장으로 간주된다. 이렇듯 남성에게 직업은 자신에 대한 외면적 상표 혹은 생활의 결정체이므로, 이들에게 퇴직의 의미는 가히 짐작할 수 있다(박충선, 1995).

따라서 남성들은 퇴직으로 인해 초래되는 변화에 적응하는데 많은 어려움을 경험하게 되며, 때로는 퇴직이 본인뿐 아니라, 가족에게도 심각한 위기가 될 수도 있다. 특히 조기퇴직을 하는 40~50대의 시기는 생활주기상 자녀교육비, 자녀의 혼인준비 등으로 생계비의 최대 지출시기이며, 특히 평균수명이 연장되면서 노부모에 대한 지원이 증가하는 시기이다. 또한 자녀진수 후 부부 둘만의 기간이 확대되어 장·노년기의 생활대책도 필요한 시기이기도 하다. 그리하여 퇴직은 남성퇴직자뿐 아니라 가족전체에게 부담이 되고 적응이 요구되는 생활사건이 되기도 한다.

가족과 직업역할 분리에 근거를 둔 초기의 기능론적 관점에서는 이렇듯 퇴직을 직업역할의 상실, 수입의 감소, 사회적 유대관계의 약화 등에 따른 스트레스를 유발하는 위기적인 사건으로 접근하였다. 그러나 퇴직에 관한 지난 30년 간의 연구들은 퇴직은 많은 사람들의 생애과정에서 미미한 변동일 따름이며, 퇴직 후 적응이나 결혼생활의 질에도 위협이 아님을 밝히고 있다(김명자, 2003). 즉, 퇴직에 대한 초기의 연구는 퇴직을 인생의 위기로 보는 입장이었으나, 이후의 연구들은 퇴직이 매우 주요한 전환기이기는 하나 대부분의 사람들이 적응을 잘 하고 있으며, 퇴직 후의 상황에 만족하고 있음을 밝히고 있다(Bosse, et al., 1991; Floyd, et al., 1992). 퇴직 후 일년 이내의 남성들을 대상으로 한 연구(Bosse, et al., 1991)에서 퇴직자들은 퇴직을 31개의 생활사건 중 밑에서 두 번째

의 스트레스적인 사건으로 응답했으며, 5점 만점의 스트레스 정도에서도 평균이 1.95점으로 나타나 퇴직을 스트레스로 인식하지 않고 있는 것으로 나타났다. 또한 68.9%가 최근 3개월 동안 은퇴와 관련되어 어떤 문제도 경험하지 않았다고 응답하였다.

이처럼 최근에는 퇴직을 사회적 책임과 의무, 승진의 기회 등을 젊은이들에게 넘겨주고, 자신이 원하던 새로운 활동을 추구할 수 있는 자유로운 시기로 받아들이고 있으며(Bosse, et al., 1991), 퇴직이 부부관계에도 부정적인 영향을 미치지 않는 것으로 보고되고 있다. 즉, 퇴직 후 남편과 아내는 상대방의 애정적 지원과 성격에 더 관심을 갖게되어 서로 친구가 되며(Anderson, 1992), 더 이상 일로 인한 압력을 받지 않고 각자 시간을 보내지 않아도 되기 때문에 부부는 제2의 신혼기를 맞이하게 된다고 하였다(Gilford & Rosalie, 1984).

이러한 외국의 연구결과들은 퇴직이 강제적이지 않고 자발적이며, 퇴직에 대한 준비 및 사회보장제도 등이 비교적 잘 되어있기 때문에 나타나는 결과로 생각된다. 미국의 경우, 대부분의 기업이 법적 규정으로 강제적 정년을 실시할 수 없으며, 언제 퇴직할 것인가는 각 개인에 달려있다. 이와 같은 제도적 측면에도 불구하고 대부분의 근로자가 65세를 전후해서 퇴직하며 이후에는 일로부터 벗어나서 노후를 여유롭게 즐기는 것으로 나타났다. 영국의 경우도 퇴직연령은 일반적으로 국가로부터 연금을 수령하기 시작하는 나이로 여성의 경우 60세, 남성의 경우에는 65세부터이며(최가영·조임현·이의훈, 2001), 캐나다와 노르웨이에서는 정년연령 연장 법안이 통과되어 정년을 70세로 연장하였다(조현천, 1988). 이렇듯 선진외국의 경우, 퇴직연령이 높고, 퇴직시기도 사실상 본인의 자유의사에 따라 결정되며, 퇴직과 더불어 연금생활이 시작되므로 퇴직에 대해 부정적인 시각이 매우 적다.

그러나 우리나라는 대부분의 기업들이 55세를 기준으로 정년제도를 채택하고 있으며 약 90% 이상의 기업들이 정년연령을 60세 이하(55세 이하 65.8%)로 규정하여 퇴직이 이루어지고 있다(노동부, 1993). 이처럼 국민들의 경제활동은 55세를 전후하여 급속히

감소하고 있는 실정이지만, 우리나라 노인복지법상 노인을 만 65세 이상으로 규정하고 있고, 국민연금을 수령할 수 있는 연령은 60세로 규정하고 있어 퇴직이후의 소득보장대책이 매우 미비한 실정이다(조성남·이동원·이영희, 1998). 특히 우리나라의 경우, IMF이후 대부분의 기업이 퇴직연령이 정해져 있음에도 불구하고 명예퇴직이나 강제퇴직 등의 방법을 동원해 조기퇴직을 종용하는 분위기가 만연되고 있다.

이처럼 우리나라의 경우, 선진국에 비해 상대적으로 낮은 퇴직연령, 비자발적 퇴직 그에 따른 퇴직에 대한 준비부족, 그리고 사회보장제도의 미비 등으로 퇴직은 매우 스트레스적인 사건으로 여겨지며, 그에 따라 퇴직 후의 적응에 어려움을 많이 겪는 것으로 여겨진다. 최가영 등(2001)이 40세 이상의 직장생활을 하거나 퇴직한 이들을 대상으로 퇴직에 대해 심층연구를 한 결과, 퇴직예정자들은 대부분 퇴직에 대해 부정적인 입장을 보였는데, 가장 큰 이유는 자녀의 교육과 결혼문제를 해결하지 못할 것에 대한 우려 때문이었으며, 또한 생계문제 그리고 사회적 조직망으로부터의 이탈에 의한 고독감과 소원함 및 역할부재를 그 이유로 들었다.

한편 60세 이상 노인들을 대상으로 한 면접연구(김태현 외, 1998)에서 노인들은 퇴직에 대해 '시원하다' 등의 긍정적인 감정과 '불안하다', '허탈하다' 등의 부정적인 감정이 동시에 발생한다고 하였다. 하지만 시간이 흐르면서 퇴직을 수용하고 안정되어 오히려 자유를 느끼거나 새로운 일을 시작하는 등 긍정적인 태도를 갖게 되는 것으로 나타났다.

또한 45~65세에 해당하는 퇴직남성과 부인들 대상의 김명자(2003)의 연구에서도 퇴직남성들의 퇴직수용은 5점 만점에 3.54점으로 비교적 퇴직을 긍정적으로 받아들이고 있는 것으로 나타났으며, 생활적응도에서도 과거에 비해 현재 그리고 미래의 적응도가 비교적 높은 경향을 보여 퇴직이라는 새로운 상황에 대하여 잘 적응하고 있으며 퇴직이 생애과정에서 미미한 변동임을 보고하고 있다. 이렇듯 우리나라에서도 퇴직에 대한 부정적인 인식이 서서히 긍정적으로 변화하고 있음을 알 수 있다.

이처럼 이제 퇴직이 반드시 퇴직자의 삶의 만족도

를 떨어뜨리는 위기로 인식되지는 않는다. 퇴직은 일생동안 중시해온 역할, 지위와 인정, 정체감을 상실하고 수입이 감소한다는 점 등으로 위기일 수 있다. 그러나 업무에서 오는 스트레스와 책임에서 벗어나 새로운 삶을 추구할 수 있는 자유의 시기이며 도전의 기회일 수도 있다. 이처럼 퇴직은 양면성을 갖고 있으며, 퇴직상황에 대한 개인의 주관적인 평가과정인 퇴직인식은 개인이 어느 연령에, 어떤 상황에서, 어떤 이유로 퇴직을 했으며 그리고 그 자신이 그 상황을 어떻게 지각했는가에 의해 중요한 영향을 받게 된다. 그러므로 최근에는 퇴직에 대한 인식이 퇴직 후의 적응에 매우 큰 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(김애순·윤진, 1995). 따라서 본 연구에서는 퇴직자의 퇴직인식에 따른 적응의 차이를 구체적으로 분석해보기 위해 하나의 연구문제로 설정하였다.

## 2. 남성퇴직자의 적응관련 변인들

남성퇴직자의 적응에 관한 우리나라 선행연구들의 구체적인 결과를 살펴보면, 정년퇴직한 교원을 대상으로 한 허정무의 연구결과(1993)에 의하면 교육활동에 참여할수록, 사회단체활동에 참여할수록, 자아존중감이 높을수록, 건강상태가 좋을수록, 나이가 적을수록 그리고 가족유대관계가 높을수록 퇴직 후의 생활에 만족하는 것으로 나타났다. 또한 80세 이하의 퇴직남성들을 대상으로 한 연구(허정무, 1998)에서도 비슷한 연구결과를 보였는데, 자아존중감이 높을수록 교육활동에 참여할수록 생활만족도가 증가하는 반면, 사회적 고립정도가 높을수록 생활만족도가 떨어지는 것으로 나타났다. 두 연구 모두에서 특히 자아존중감이 퇴직남성의 생활만족도에 가장 중요한 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 또한 사회단체활동이나 교육활동에의 참여 역시 퇴직남성의 적응에 중요한 요인이었음이 공통으로 밝혀졌다.

한편 직업에 대한 태도, 여가에 대한 태도, 가족에 대한 태도에 따라서 퇴직 후 생활태도를 유형화한 성미애의 연구(1999)에 의하면, 직업, 여가, 가족생활 모두에서 긍정적인 생활태도를 보인 총체적 긍정형의 퇴직자들이 다른 유형의 퇴직자들보다 유

의미하게 퇴직 후 적응이 높은 것으로 나타난 반면, 직업, 여가, 가족생활 모두에서 부정적인 생활태도를 보인 총체적 부정형은 다른 유형에 비해 퇴직에 대한 수용수준이 가장 낮은 것으로 나타났다. 따라서 직업, 여가, 가족생활 모두를 중요하게 인식하고 긍정적으로 평가하는 것이 퇴직 후의 적응에 절대적인 도움이 되며, 특히 퇴직 후에 급격하게 증가하는 여가시간에 대한 긍정적인 태도와 적극적인 활용도 적응을 돕는 중요한 요인임을 알 수 있다.

적응을 일, 가족생활, 사회관계 적응으로 분류하여 퇴직공무원을 대상으로 연구한 결과(이종희, 2000), 교육수준이 높고, 가족관계가 원만한 집단일, 가족생활, 사회관계 적응도가 높게 나타났다. 가족지지도가 높고 사회단체활동에 많이 참여하는 집단이 그리고 자아통합성 정도가 높고 우울 수준이 낮을수록 사회적응도가 높게 나타났다.

한편 개인, 가족, 사회 차원에서 퇴직자에 대한 지원방안을 탄력성의 개념으로 분석한 연구(김명자, 2003)에 의하면 개인탄력성인 자아존중감과 퇴직수용, 가족탄력성인 의사소통과 응집성 그리고 사회탄력성인 퇴직지원정책에 대한 만족도 등이 퇴직남편의 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 그 중 자아존중감이 가장 영향력이 큰 변인으로 밝혀졌다.

이상의 선행연구들을 통해 자아존중감, 자아통합과 같은 개인의 인성특성과 가족의 지지나 응집성 그리고 사회단체활동에의 적극적인 참여나 활발한 여가활동 등이 퇴직자의 적응에 중요한 영향을 미침을 알 수 있다. 따라서 퇴직 후의 생활적응에 영향을 미치는 변인들을 크게 개인 및 가족 변인과 사회활동 변인으로 분류할 수 있다. 그러므로 본 연구에서는 이들 변인들과 퇴직자의 적응간의 관련성을 살펴보고자 한다.

다음은 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 변인들을 개인 및 가족 변인과 사회활동 변인으로 분류하여 살펴보고자 한다. 퇴직정책이나, 사회보장제도 등에 있어서 우리나라와 외국과는 많은 차이가 있어서 퇴직에 대한 태도나 퇴직 후의 적응양상이 매우 상이하므로 여기서는 국내의 연구들을 중심으로 분석하고자 한다.

### 1) 개인관련변인

개인관련변인 중 사회인구학적 변인들에 대해 먼저 살펴본 후, 퇴직과 관련된 변인들에 대해 살펴보고자 한다.

사회인구학적 변인 중 먼저 연령에 따른 남성퇴직자의 적응에 대해 살펴보면 60세 이전의 퇴직자들이 60세 이후의 퇴직자들보다 전반적인 생활만족도가 낮았는데, 특히 50세 이전의 퇴직자들은 61~65세 이후의 퇴직자들에 비해 유의하게 생활만족도가 낮았다(김애순·윤진, 1995). 이는 계속 일할 능력과 욕구가 있음에도 불구하고 조기퇴직으로 인해 일자리를 잃은 데서 오는 상실감과 자녀에 대한 책임, 자신의 노후준비에 대한 심리적·경제적 부담 때문으로 여겨진다.

퇴직자의 건강상태에 관한 다수의 연구들(권중돈 외, 2000; 이종희, 2000; 허정무, 1993, 1998; 등)은 건강은 퇴직자의 적응에 영향을 미쳐서 건강상태가 좋을수록 퇴직 후 적응을 잘하며 삶의 만족도도 높음을 보고하고 있다. 반면 타인과의 상호작용에 강한 영향을 미치는 기능적 장애는 삶의 만족도나 적응에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(권중돈 외, 2000; McClelland, 1982).

한편 퇴직 후의 경제활동상황에 따라 적응수준은 차이를 보였는데, 퇴직 후에 재취업할 의향이 없어서 쉬고 있는 사람들이 적응수준이 가장 높고 퇴직 후의 변화된 생활에 대한 생활만족도도 가장 높은 것으로 나타났다. 반면 전일제 취업자들이 적응수준이 가장 낮고, 재취업하려 했으나 실패한 사람들의 적응수준이 그 다음 순위였다(김애순·윤진, 1995). 또한 교육수준이 높을수록 일, 가족생활, 사회관계 적응도가 높은 것으로 보고되었다(이종희, 2000).

특히 자아존중감이 퇴직자의 적응에 매우 중요한 영향을 미친다는 많은 연구결과들(김명자, 2003; 고승덕 외, 1998; 이종희, 2000; 허정무, 1993, 1998; 등)이 보고되고 있고, 또한 삶에 있어서 중요한 의사결정을 스스로 할 수 있고 자신의 삶을 통제할 수 있다고 생각할수록 퇴직자의 생활만족도가 높은 것으로 나타나(신화용·조병은, 2001) 자아존중감, 내외

통제성 등의 인성특성이 퇴직자의 적응에 영향을 미침을 알 수 있다.

다음으로 퇴직과 관련된 변인들에 대해 살펴보면, 최근에 퇴직자들의 적응에 중요한 영향을 미치는 것으로 지적되고 있는 퇴직인식의 경우, 퇴직을 상설로 지각한 사람들이 도전이나 위협으로 지각한 사람들에 비해 퇴직 후에 적응수준이 가장 낮았고, 반면 퇴직을 도전으로 지각한 사람들은 변화된 생활에 가장 만족하며 삶의 만족도도 가장 높은 것으로 나타났다. 한편 퇴직을 위협상황으로 인식한 사람들은 도전이나 상설로 지각한 사람들에 비해 퇴직 후의 생활에서 자유와 통제감을 누리지 못하는 것으로 나타났다(김애순·윤진, 1995). 따라서 퇴직을 새로움을 추구할 수 있는 도전상황으로 지각하는 적극적이고 진취적인 사람들이 적응을 잘하고 있음을 알 수 있다. 그러나 김명자의 연구(2003)에서는 퇴직에 대한 인식차이가 퇴직 후 적응에 영향을 미치지 않는 것으로 보고되었다.

한편 퇴직시기가 적응에 중요한 영향을 미친다는 연구결과들이 보고되고 있는데, 예정된 시기에 퇴직한 사람들은 건강이나 외부환경에 의해 퇴직한 사람들보다 퇴직을 새로운 것을 추구하는 도전상황으로 긍정적으로 인식하여 생활만족도가 높은 것으로 나타났다(김태현 외, 1998; 장인협·최성재, 1992). 미국의 경우 정상퇴직(62~65세)에 비해 조기퇴직(62세 이전)을 했거나 너무 늦게 퇴직한 경우(65세 이후)에 정서적 고통을 더 많이 경험하고 있는 것으로 보고되었는데(Boss et al, 1987), 이는 조기퇴직의 경우 가족의 생계나 노후준비가 부족하고 너무 늦은 퇴직은 노후를 자유롭게 즐길 시간적인 여유가 없기 때문이다.

퇴직이유 그리고 퇴직의 자발성·비자발성 여부와 적응과의 관계에 대해 살펴보면, 비자발적으로 퇴직을 했을 경우, 역할상실감, 경제적 어려움 등을 경험하므로 자발적인 퇴직보다 스트레스 정도가 더 높고 정서적 만족도나 적응수준이 낮았다(장인협·최성재, 1992). 반면, 자발적으로 퇴직한 경우, 퇴직에 대해 긍정적인 태도를 보이며 정서적 만족감과 자아상이 높고 신체 및 정신건강 수준도 높은 것으로 나타났다. 특히 자신의 흥미추구를 위해 퇴직한 사람

들은 퇴직 후 스트레스와 책임감이 감소하고, 사회 활동에 여유가 있으며 자유로 인한 즐거움을 얻게 되어 생활만족도가 높지만(김애순·윤진, 1995), 퇴직이 예기치 않게 그리고 비자발적으로 일어났을 때 특히 낮은 사회적 지위의 사람들이 적응에 어려움을 겪는 것으로 나타났다(Matthewsd & Brown, 1987).

한편 퇴직자가 퇴직을 긍정적으로 수용하는 퇴직 수용 역시 적응에 영향을 미쳐서, 김명자의 연구(2003)에 의하면 퇴직수용이 자아존중감 다음으로 적응에 중요한 영향을 미치는 변인으로 나타났다.

이상의 연구결과들을 토대로 본 연구에서는 연령, 학력, 건강상태, 퇴직이유, 퇴직시기, 퇴직수용, 경제활동상황 등을 개인관련변인으로 선정하였다. 최근에는 개인이 퇴직상황을 어떻게 지각하고 수용하는가 하는 퇴직인식이 적응에 미치는 영향이 크다고 알려지고 있으나(김애순·윤진, 1995), 우리나라에서는 퇴직인식과 적응과의 관계에 대해 다룬 연구가 매우 제한적인 실정으므로 본 연구에서는 이를 심층적으로 다루고자 한다(연구문제 3).

## 2) 가족 관련변인

가족은 구성원에게 삶의 토대를 제공할 뿐 아니라 지지의 원천이 된다. 특히 퇴직 후에는 생활의 상당 부분이 가족 내에서 이루어지기 때문에 가족원간의 관계가 퇴직자의 적응에 매우 중요한 영향을 미치게 된다. 그리하여 남성퇴직자의 가족에의 통합이 퇴직 후의 가장 중요한 사회심리적 과제가 되며 생활만족도를 향상시키는 주요요인이 되어(장인협·최성재, 1992), 좋은 가족관계를 유지하고 가족생활에 대해 긍정적으로 생각하는 퇴직자가 적응을 잘하는 것으로 나타났다(김애련·한내창, 1997; 성미애, 1999; 신화용·조병은, 2001), 그리하여 배우자와 자녀는 퇴직자가 스트레스를 극복하는데 1, 2 위 순위의 지지원이 된다(김정현, 1995).

가족관계의 구체적인 측면들과 적응과의 관련성에 대해 살펴보면, 다수의 연구(김태현·전길양, 1997; 신화용·조병은, 1999; Ade-Ridder & Brubaker, 1983; Antonucci, 1992; George, 1990; Henken, 1999; Vinick & Ekerdt, 1992)에 의하면 배우자로부터의 정서적 지

지는 퇴직남성의 적응과 결혼만족도에 긍정적인 영향을 미쳐서, 퇴직남성이 아내의 지지를 받으며 아내와 친밀감을 나누고 안정된 부부관계를 유지할 때 퇴직남성이 적응을 잘 하는 것으로 나타났다. 반면 부인의 지지가 부족하거나 부부간에 문제가 있을 때 남편은 적응에 어려움을 겪게 되어(Atchely, 1992; Ross, 1995), 부부관계의 불만족이나 갈등은 퇴직자의 적응에 부정적인 영향을 미치게 된다. 따라서 퇴직자의 신체적·정신적 복지감 그리고 적응에 결혼만족도가 중요한 영향을 미침을 알 수 있다.

또한 가족의 응집성은 퇴직에 대한 적응과 건강성 회복에 영향을 미치는 중요한 변인으로 지적되어(김명자, 2003; Sagy & Antonovsky, 1998), 응집성이 높을수록 적응이 높은 것으로 나타났다. 응집성과 깊은 관련이 의사소통 역시 퇴직자의 적응에 영향을 미쳐서(김명자, 2003), 부부간 의사소통이 많을수록 적응을 잘 하는 것으로 나타났으며, 가족유대관계가 좋을수록(허정무, 1993) 그리고 자녀와의 접촉빈도나 정서적인 교류가 많을수록(김태현 외, 1997) 적응이 용이하게 이루어지는 것으로 보고되었다.

한편 퇴직에 대한 가족원의 수용이 퇴직자의 적응에 영향을 미쳐서 가족들이 퇴직을 긍정적으로 수용할 때 퇴직자의 적응이 잘 된다는 연구결과(Henken, 1999)와 반대로 가족원의 퇴직수용은 퇴직자의 적응에 영향을 미치지 않는다는 연구결과(김명자, 2003)가 대조를 이루고 있어서 이에 대한 지속적인 분석이 요구된다.

퇴직은 수입의 감소나 단절을 의미하므로 가족의 경제적 자원은 퇴직 후의 적응에 중요한 영향을 미친다. 많은 연구들(권중돈 외, 2000; 김애순·윤진, 1995; 김정현, 1995; 성미애, 1999; 등)이 생활수준, 수입 등이 퇴직 후 적응에 영향을 미침을 보고하고 있는데, 절대적인 수입액수보다는 주관적 판단에 의한 만족감이 더 큰 영향을 미친다고 하였다(김태현 외, 1998). 그러나 경제적 자원이 퇴직자의 생활만족도에 미치는 영향력은 계층에 따라 차이가 있어서, 하위계층의 경우 재정상태가 생활만족도에 영향을 미치는 유일한 요인으로 밝혀졌으나, 중·상 계층의 경우, 경제적 자원이 생활만족도에 미치는 영향력은

상대적으로 매우 낮은 것으로 나타났다(신화용·조병은, 2001). 한편 저축 등 경제적인 준비를 미리 한 퇴직자들은 퇴직시기와 상관없이 생활만족도가 높은 것으로 나타나(김태현 외, 1998), 노후를 위한 경제적 준비가 퇴직자들의 생활만족도나 적응과 직결됨을 알 수 있다.

우리나라에서는 자녀가 성인이 되어도 교육비와 결혼비용 등을 여전히 부모가 책임져야하기 때문에 퇴직 후의 적응에 미혼자녀 유무가 중요한 영향을 미치게 된다. 특히 최근에 자녀세대의 고학력화 추세와 만혼경향으로 인해 자녀의 진수가 지연되어 부모기에 해당하는 기간이 길어지게 되면서 퇴직을 하는 시점에도 부모역할을 완수하지 못할 가능성이 높아져 미혼자녀는 남성퇴직자에게 큰 부담이 되어 적응에 부정적인 영향을 미치게 된다(권문일, 1996).

이상의 연구결과들을 토대로 본 연구에서는 미혼 자녀유무, 경제생활만족도, 가족의 퇴직수용, 결혼만족도, 응집력 등을 가족관련변인으로 선정하였다.

### 3) 사회활동 관련변인

많은 연구들(권중돈 외, 2000; 김태현·전길양, 1997; 최혜경, 1992; 허정무, 1993, 1998; Bull, 1989; Chapman & Beaulieu, 1983; 등)은 사회활동 참여가 노년기의 삶의 만족도와 생활적응에 긍정적인 영향을 미침을 보고하고 있다. 즉, 자원봉사활동이나, 취미·여가생활 등의 사회활동에 참여를 많이 할수록 생활을 적극적으로 긍정적으로 하는 것으로 나타난 반면, 사회적 상호작용의 빈도가 낮을수록 삶의 만족도가 낮고 적응이 어려운 것으로 나타났다. 특히 종교생활이 생활의 일부로 습관화된 상황에서 노년기를 맞게되면 노년기의 생활이 더욱 만족스럽다고 하였다(권중돈·조주연, 2000).

따라서 본인에게 적합한 취미와 사회활동을 선택하여 능동적으로 생활하는 것은 퇴직 후의 생활을 성공적으로 이끄는 데 중요한 역할을 한다고 하겠다. 이처럼 사회봉사활동, 종교생활, 이웃과의 교류와 접촉 등과 같은 의미 있는 역할의 수행은 퇴직 후의 적응에 크게 기여하는 것으로 나타났으므로, 퇴직 전 역할을 대신할 새로운 관계망의 수립과 새로

운 사회활동 참여 등을 적극 권장할 수 있는 다양한 장의 제공이 정책적으로 시급하게 이루어져야 할 것이다.

퇴직에 대한 준비를 도와주는 교육에의 참여 역시 퇴직자의 적응에 많은 기여를 함에도 불구하고(허정무, 1993, 1998), 60세 이상 노인들을 대상으로 한 연구(김태현 외, 1998)에서 면접에 응한 46명의 노인 중 퇴직준비교육에 참여한 노인은 1명뿐인 것으로 나타나, 노인들이 퇴직준비에 대한 의식이 결여되어 있고 퇴직과 관련된 사회적 서비스가 부족함을 알 수 있었다. 또 다른 연구(최가영 외, 2001)에서는 퇴직 후의 적응을 위한 퇴직 전 기업의 지원활동은 거의 이루어지지 않는 것으로 나타났으며, 지원프로그램이 있다하더라도 거의 형식적이며 실질적인 도움이 되지 못한 것으로 나타났다. 한편 김명자(2003)의 연구에 의하면 국가의 퇴직지원 정책에 대한 만족도가 퇴직자의 적응에 영향을 미치는 것으로 나타나, 남성퇴직자들의 적응을 높이기 위해서는 퇴직자에 대한 현실적인 정책의 수립과 실시가 시급하고 이를 통해 이들이 실제적인 도움을 받을 수 있어야 할 것으로 생각된다.

이상의 연구결과들을 토대로 본 연구에서는 종교활동, 봉사활동, 자발적 참여단체활동, 퇴직준비교육 참여, 주거지역의 여가시설만족도 등을 사회활동관련변인으로 선정하였다.

## III. 연구문제 및 연구방법

### 1. 연구문제

연구문제1 : 남성퇴직자의 적응의 일반적 경향은 어떠한가?

연구문제2 : 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 개인, 가족, 사회활동관련 제 변인들의 상대적 영향력은 어떠한가?

연구문제3 : 퇴직인식에 따라 퇴직자의 적응에 영향을 미치는 개인, 가족, 사회관련 제 변인들의 상대적 영향력은 어떠한가?



2. 측정도구의 선정 및 자료분석

1) 측정도구의 선정

(1) 적응 척도

퇴직 후의 생활에 대한 개인의 주관적 자각이나 평가의 결과를 측정하는 내용으로 최성재(1986)의 연구를 근거로 퇴직남성이 자신의 과거, 현재, 미래 생활에 대한 평가를 하도록 구성하였다.

(2) 본인의 퇴직수용 척도

퇴직자 자신이 퇴직을 어떻게 받아들이는지에 관한 주관적인 인식을 측정하는 척도로 성미애(1999)의 척도를 이용하였다.

(3) 경제생활만족도 척도

퇴직 후 가족의 경제적 상황과 그 상황에 대한 주관적 만족도를 측정하는 내용으로, Wilhelm 등(1987)과 박미금(1993)의 척도에서 퇴직자 대상의 문항을 선별하여 사용하였다.

(4) 가족원의 퇴직수용 척도

부인과 자녀가 남편, 아버지의 퇴직을 어떻게 받아들이는지를 측정하는 내용으로 성미애(1999)의 척도를 이용하였다.

(5) 결혼만족도 척도

아내와의 관계에 대한 만족과 지금까지의 결혼생활에 대한 전반적인 만족도를 측정하는 내용으로, Roach et al(1975)의 Marital Satisfaction Scale(MSS) 48문항을 번역 수정하여 사용한 이인수·유영주(1986)의 연구를 기초로 중년층에게 적절한 10문항을 수정·보완하여 사용하였다.

(6) 응집력 척도

가족원 상호간의 정서적 유대감, 친밀감, 일체감을 느끼는 정도를 측정하는 내용으로 Olson(1985)의 척도를 근거로 개발한 김명자(1991)의 척도를 사용하였다.

이상의 모든 척도는 5점 Likert 척도로, 점수가 높을수록 퇴직수용, 경제생활만족도, 가족의 퇴직수용, 결혼만족도, 응집력, 퇴직적응 점수가 높음을 의미한다. 한편 퇴직인식에 관하여서는 '퇴직은 새로운

도전을 의미한다.', '퇴직은 상실을 의미한다.', '퇴직은 삶에 있어서 위협적인 사건이다.' 중에서 응답하게 한 후 상실과 위협으로 응답한 경우에 퇴직을 위기로 인식하는 집단으로 분류하였다.

이외에 사회활동관련변인으로, 종교활동, 봉사활동, 자발적 참여단체 활동, 퇴직준비교육참여와, 거주지역의 여가시설 만족도를 측정하였다. 이 중 종교활동, 봉사활동, 자발적 참여단체 활동은 활동여부와 참여빈도를 측정하였다. 전혀 활동하지 않는 경우 1점, 1주일에 1회 이상 참여하는 경우 7점을 부여하여 점수가 높을수록 사회활동에 참여가 많음을 나타낸다.

2) 자료분석

자료분석은 SPSS/WIN을 이용하였다. 측정도구의 신뢰도를 알아보기 위해 Cronbach'α계수를 산출하였고 빈도와 평균, 표준편차를 이용해 전반적인 경향을 파악하였다. 차이검증을 위하여 t-test와 F-test를 실시하였고, 제 변인들의 상대적 영향력을 살펴보기 위해 회귀분석을 실시하였다. 본인퇴직수용, 경제생활 만족도, 가족의 퇴직수용, 결혼만족도, 응집력, 거주지역 여가시설 만족도는 연속변인으로 집단 구분은 평균±표준편차/2를 '중', 그 이상을 '상', 그 이하를 '하' 집단으로 구분하였다. 회귀분석시 독립변인간의 다중공선성은 독립변인간의 상관관계(r=.56 미만)와 VIF(분산확대지수: 1.9 미만)로 검증하였다

각 척도의 문항 수와 신뢰도는 <표 1>과 같다.

<표 1> 척도의 문항 수와 신뢰도

척 도		문항 수	cronbach'α
개인관련변인	본인의 퇴직수용	6	.81
	경제생활만족도	8	.94
가족관련변인	가족의 퇴직수용	5	.83
	결혼만족도	10	.91
	응집력	5	.85
종속변인	퇴직적응	10	.83

3. 조사대상 및 자료수집

조사대상은 서울과 수도권에 거주하는 45~65세에 해당하는 퇴직한 남성이다. 본 조사실시에 앞서 2003년 10월 15일에서 10월 31일까지 퇴직남성 20명을 대상으로 개인별 면접을 통한 예비조사를 실시한 후 설문지를 수정·보완하여 2003년 11월 22일부터 12월 30일까지 본 조사를 실시하였다. 총 350부를 배부하여 267부가 회수되었으며, 응답이 불충분한 것을 제외한 223부만을 본 연구의 최종 분석자료로 사용하였다. 조사대상자의 개인·가족·사회활동 관련 변인의 일반적 사항은 <표 2>, <표 3>, <표 4>와 같다.

<표 2> 조사대상자의 개인관련변인의 일반적 사항  
(전체 223명)

변 인	구 분	빈 도(%)
연 령	60세 미만	91( 40.8)
	60세 이상~64세 미만	93( 41.7)
	65세 이상	39( 17.5)
	계	223(100.0)
	평 균	60.5세
학 력	고졸 이하	73( 32.7)
	전문대졸 이상	150( 67.3)
건 강 상 태	건강하다	153( 68.6)
	그리 건강치 않다	47( 21.1)
	지병이 있다	23( 10.3)
	계	223(100.0)
	평 균	3.68
퇴 직 이 유	자 발 적	51( 23.0)
	비자발적	171( 77.0)
	계	222(100.0)
퇴직에 대한 인식	퇴직은 위기	127( 57.0)
	퇴직은 도전	96( 43.0)
	계	222(100.0)
경제활동상황	하려고 노력 중이다	57( 25.7)
	하고 있다	71( 32.0)
	하지 않고 있다	94( 42.3)
	계	222(100.0)
본인퇴직수용도	평 균	3.14

연속변인 - 5점 만점

<표 3> 조사대상자의 가족관련변인의 일반적 사항

변 인	평 균	
경제생활 만족도	2.79	
가족의 퇴직수용	2.92	
결 혼 만 족 도	3.71	
응 집 력	3.52	
미혼자녀 유무	구 분	빈 도(%)
	없다	63( 28.3)
	있다	160( 71.7)
	계	223(100.0)

연속변인 - 5점 만점

<표 4> 조사대상자의 사회활동관련변인의 일반적 사항

변 인	구 분	빈 도(%)		평균(7점 만점)
종 교 활 동	유 무	114	51.1	3.50
		109	48.9	
	계	223	100.0	
봉 사 활 동	유 무	70	31.4	2.40
		153	68.6	
	계	223	100.0	
자발적 참여 단체 활동	유 무	144	64.6	3.27
		79	35.4	
	계	223	100.0	
퇴직준비 교육 참여	구 분		빈 도(%)	
	유 무		49( 22.0)	
	계		174( 78.0)	223(100.0)
거주지역 여가시설 만족도			2.90	(5점 만점)

IV. 연구결과 및 해석

1. 남성퇴직자의 적응의 일반적 경향

연구문제 1에 따라 남성퇴직자의 퇴직 후 적응의 일반적 경향을 알아본 결과는 평균 3.22점으로 중간점을 약간 상회하고 있다. 이는 선행연구들(김명자, 2003; 성미애, 1999)의 연구결과와도 비슷한 수준으로 퇴직 후의 생활에 어느 정도 적응을 하고 있는 것으로 여겨진다.

2. 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 제 변인들의 상대적 영향력

연구문제 2에 의해 남성퇴직자의 적응에 대한 개인, 가족, 사회활동관련 변인군의 상대적 설명력 및 영향변인을 파악한 결과는 <표 5>와 같아서, 남성퇴직자의 적응에 대한 독립변인군의 설명력은 개인관련변인군(38%), 가족관련변인군(24%), 사회활동변인군(33%)의 순으로 나타났다.

1단계로 개인관련변인군을 투입한 결과 본인퇴직수용( $\beta=.481$ ), 학력( $\beta=.178$ ), 연령( $\beta=-.139$ ), 퇴직인

식( $\beta=.131$ )이 유의한 영향을 미치는 변인이었으며 이 변인들의 설명력은 38%로 나타났다. 건강상태, 퇴직이유, 경제활동상황은 남성퇴직자의 적응에 의미있는 영향을 미치지 않았다.

다음 2단계로 가족관련변인군을 추가한 결과 설명력은 62%로 증가하였으며 1단계에 비해 설명력이 24% 증가하였다. 가족관련변인 중 결혼만족도( $\beta=.391$ ), 경제생활만족도( $\beta=.308$ ), 응집력( $\beta=.125$ )이 남성퇴직자의 적응에 유의한 영향을 미치는 변인으로 나타났으며, 미혼자녀 유무와 가족의 퇴직수용은 의미있는 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

<표 5> 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 독립변인군의 상대적 기여도

(전체 233명)

독립변인		퇴직 후 적응	1단계	2단계	3단계
			$\beta$	$\beta$	$\beta$
개인 관련변인	연령		-.139*	-.109*	-.089
	학력		.178**	.063	.037
	건강상태		.019	-.042	-.060
	퇴직이유 <sup>1)</sup>		-.004	-.017	-.015
	퇴직인식 <sup>2)</sup>		.131*	.119*	.132*
	경제활동상황 <sup>3)</sup>	-하려고 노력 중 -하고 있다	-.052 -.087	.017 -.027	.026 -.039
	본인퇴직수용		.481***	.202**	.226***
가족 관련변인	미혼자녀 유무 <sup>4)</sup>			-.003	-.019
	경제생활 만족도			.308***	.281***
	가족의 퇴직수용		-	-.073	-.088
	결혼만족도			.391***	.424***
	응집력			.125*	.108*
사회활동 관련 변인	종교활동				.049
	봉사활동				-.054
	단체활동참여		-	-	-.060
	퇴직준비교육참여 <sup>5)</sup>				.055
	거주지역 여가시설 만족도				.152**
F 값 및 유의도			15.2***	24.3***	19.7***
R <sup>2</sup>			.380	.620	.653
R <sup>2</sup> 증가량			-	.240***	.033**

\* p<.05 \*\*p <.01 \*\*\*p <.001

가변인

- 1) 퇴직이유 : 기준 -비자발적, 비교- 자발적
- 2) 퇴직인식 : 기준 - 위기, 비교 - 도전
- 3) 경제활동상황 : 기준 - 하지 않고 있다, 비교 -하려고 노력 중, 하고 있다
- 4) 미혼자녀 유무 : 기준 - 없음, 비교 - 있음
- 5) 퇴직준비교육참여유무 : 기준-무, 비교-유

마지막 3단계에서 사회활동관련변인을 추가한 결과 사회활동관련변인 중 거주지역 여가시설만족도 ( $\beta=.152$ )만이 유의한 변인으로 나타났다. 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 관련변인들의 독립적인 영향력을 순서대로 살펴보면 결혼만족도( $\beta=.424$ ), 경제생활만족도( $\beta=.281$ ), 본인퇴직수용도( $\beta=.226$ ), 거주지역 여가시설만족도( $\beta=.152$ ), 퇴직인식( $\beta=.132$ ), 응집력( $\beta=.108$ )의 순이었으며 이 6개 변인들이 퇴직남성의 적응을 65.3% 설명해주고 있다.

이들 변인 중 결혼만족도가 가장 영향력이 큰 변인으로 밝혀져, 결혼만족도가 높을수록 적응을 잘하는 것으로 나타나 선행연구들(신화용·조병은, 1999; Antonucci, 1992; George, 1990; Henken, 1999; Vinick & Ekerdt, 1992)과 일치된 결과를 보이고 있다. 따라서 부인의 지지, 행복한 부부관계, 지금까지의 결혼생활에 대한 긍정적인 평가 등이 퇴직남성의 적응에 가장 큰 도움이 됨을 알 수 있다. 즉, 부부가 신뢰와 지지를 보이면서 만족스런 부부관계를 유지해 왔다면 퇴직남성은 퇴직을 생애과정 중에 자연스럽게 경험하는 생활사건으로 여기면서 적응을 잘 하는 것으로 여겨진다. 또한 퇴직에 대한 남성퇴직자의 적응은 퇴직남성 개인만의 과업이라고 보다는 부부가 함께 수행하는 과업이라고 생각된다. 따라서 앞으로 평균수명이 더 연장되어 퇴직 후 부부 둘만이 함께 보내는 시간이 더욱 길어지게 되면 부부관계가 퇴직자의 적응에 더 많은 영향을 줄 것으로 예상된다. 그러므로 결혼 초부터의 건강한 부부관계를 위한 부부의 지속적인 노력은 위기를 가져올 수 있는 퇴직과 같은 생활사건을 슬기롭게 대처하게 하며 나아가 행복한 노후를 보장할 것으로 여겨지므로 신혼기부터 부부를 대상으로 건강한 결혼생활을 유지하는데 도움이 되는 다양한 부부교육 프로그램이 실시되어야 할 것이며, 이를 위해 민간이나 학계차원의 노력이 요구되며 또한 정책적인 지원도 절대적으로 필요하다.

한편 개인관련변인 중 본인퇴직 수용도와 퇴직인식이 남성퇴직자의 적응에 중요한 영향변인으로 나타났다. 즉, 퇴직수용 정도가 높을수록 적응을 잘하는 것으로 밝혀져 스스로 퇴직을 긍정적으로 받아

들이는 것이 퇴직 후 적응에 도움이 됨을 알 수 있다. 또한 퇴직을 위기로 인식하기보다 퇴직을 도전으로 인식할 때 적응을 더 잘하는 것으로 나타나, 퇴직을 위협이나 상실로 지각하기보다는 새로움을 추구할 수 있는 도전상황으로 지각하는 적극적이고 진취적인 생각이 적응에 도움이 됨을 알 수 있다. 따라서 남성퇴직자들이 퇴직을 새로운 기회로 인식하고 긍정적으로 받아들일 수 있는 사회분위기 조성이 요구되며 이를 위해서는 현실적인 다양한 정책마련이 시급하다. 아울러 퇴직의 긍정적인 수용을 도와줄 수 있는 자아존중감 향상교육, 인간관계훈련 등의 프로그램이 제공되어야 할 것이다.

가족관련변인 중 결혼만족도와 함께 경제생활만족도 그리고 응집력이 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 변인으로 밝혀졌으며, 경제생활만족도는 남성퇴직자의 적응에 두 번째로 영향을 미치는 변인이었다. 경제생활만족도가 높을수록 남성퇴직자들이 적응을 잘 하는 것을 나타내, 경제적 준비를 미리 해온 퇴직자들이 생활만족도가 높게 나타났다는 선행연구(권중돈 외, 2000)와 같은 의미로 이해된다. 즉, 퇴직 전부터 경제적인 준비를 미리 함으로써 퇴직 후에도 가계를 유지하는데 어려움을 겪지 않고 현재의 경제생활에 만족하는 것이 적응에 도움이 되는 것으로 여겨진다. 따라서 결혼초기부터 가계전반에 대해 그리고 노후생활에 대해 구체적인 계획을 세우고 이를 실천하기 위한 지속적인 노력이 요구된다.

한편 응집력의 경우, 응집력의 수준이 높을수록 남성퇴직자가 적응을 잘 하는 것으로 나타나, 선행연구(Sagy & Antonovsky, 1998)와 일치하였다. 이는 가족원간의 정서적 유대감과 일체감 그리고 질적인 상호작용 등의 건강한 가족관계의 유지가 남성퇴직자의 적응에 도움이 됨을 의미한다. 따라서 남성퇴직자의 적응을 높이기 위해서는 가족원간의 개방적인 의사소통과 서로에 대한 배려 등 가족원의 친밀감과 결속력 증진을 위한 가족 모두의 노력이 요구된다.

사회활동관련변인에서는 거주지역 여가시설 만족도만이 남성퇴직자의 적응에 유의한 영향을 미치는 변인으로 밝혀져, 거주지역의 여가시설에 대한 만족도가 높을수록 적응을 잘 하는 것으로 나타났다. 이

는 여가시간이 늘어나는 퇴직자들에게는 적절한 여가시설이 갖추어져서 만족스런 여가생활을 할 수 있는 것이 적응에 도움이 됨을 의미하는 것으로, 따라서 근접환경인 여가시설의 질이 퇴직자의 적응에 중요한 영향을 미침을 알 수 있다. 따라서 퇴직자들의 만족스런 여가생활을 위해 그들의 요구를 충족시켜줄 수 적절한 여가시설이 시급히 제공되어야 할 것이다.

### 3. 퇴직인식에 따라 적응에 영향을 미치는 제 변인들의 상대적 영향력

연구문제 3에 따라 퇴직인식별로 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 변인을 파악한 결과는 <표 6>과 같다.

먼저 퇴직을 위기로 인식하는 퇴직자들의 경우, 개인관련변인에서는 본인퇴직수용도( $\beta=.186$ )가 그리고 가족관련변인에서는 경제생활만족도( $\beta=.344$ )와 결혼만족도( $\beta=.434$ )가 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 사회활동관련변인 모두는 적응에 영향을 미치지 않는 것으로 밝혀졌다. 이들 세 변인의 설명력은 50.4%이었고 이 중 결혼만족도가 가장 영향력이 큰 변인으로 나타났다. 이는 지금까지 친밀한 부부관계를 유지하고 결혼생활 전반에 대해 만족하며, 경제생활을 영위하는데 어려움을 겪지 않고 현재의 경제상태에 만족하며, 본인이 자신의 퇴직을 있는 그대로 수용하면 퇴직을 위기로 인식하더라도 적응을 잘 하고 있음을 의미한다.

반면, 퇴직을 도전으로 인식하는 퇴직자들의 경우에는 개인관련변인에서는 연령( $\beta=-.195$ )과 본인퇴직수용도( $\beta=.241$ ), 가족관련변인에서는 경제생활만족도( $\beta=.209$ ), 응집력( $\beta=.201$ ), 결혼만족도( $\beta=.502$ )가 그리고 사회활동관련변인 중에서는 거주지역 여가시설만족도( $\beta=.172$ )가 적응에 영향을 미치는 유의한 변인으로 밝혀졌고 이 변인들의 설명력은 78.9%로 나타났다. 이들 변인들의 독립적인 영향력을 순서대로 살펴보면 결혼만족도, 본인퇴직수용도, 경제생활만족도, 응집력, 연령, 거주지역 여가시설만족도의 순이었다.

<표 6> 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 변인의 상대적 영향력 - 퇴직 인식별 - (전체 223명)

독립변인		퇴직 후 적응	
		퇴직에 대한 인식	
		위기(127명)	도전(96명)
		$\beta$	$\beta$
개인관련변인	연령	.050	-.195**
	학력	.096	.040
	건강상태	-.040	-.081
	퇴직이유 <sup>1)</sup>	.059	-.058
	경제활동 <sup>2)</sup> -하려고 노력 중	.149	-.072
	상황 -하고 있다	.011	-.055
본인퇴직수용도		.186**	.241***
가족관련변인	미혼자녀 유무 <sup>3)</sup>	-.027	-.024
	경제생활 만족도	.344***	.209**
	가족의 퇴직수용	-.132	-.129
	응집력	-.008	.201**
	결혼만족도	.434***	.502***
사회활동관련변인	종교활동	-.030	.030
	봉사활동	.028	-.088
	단체활동참여	-.140	.014
	퇴직준비교육참여유무 <sup>4)</sup>	.045	.053
	거주지역 여가시설 만족도	.154	.172**
F 값 및 유의도		5.97***	15.8***
R <sup>2</sup>		.504	.789

\* p<.05 \*\*p <.01 \*\*\*p <.001

가변인

- 1) 퇴직이유 : 기준 -비자발적, 비교- 자발적
- 2) 경제활동상황 : 기준 - 하지 않고 있다, 비교 -하려고 노력 중, 하고 있다
- 3) 미혼자녀 유무 : 기준 - 없음, 비교 - 있음
- 4) 퇴직준비교육참여유무 : 기준-무, 비교-유

퇴직을 도전, 또는 위기로 인식하는 두 집단 모두에서 결혼만족도가 적응에 가장 영향력이 큰 변인으로 나타났으며, 본인퇴직수용과 경제생활만족도도 중요하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 퇴직을 긍정적으로 또는 부정적으로 인식하느냐와 상관없이, 지금까지의 부부관계의 질과 결혼생활에 대한 만족스런 평가, 퇴직자의 퇴직상황에 대한 긍정적인 수용 그리고 경제적인 측면에서의 안정적인 노후대비와 같은 만족스런 경제상황 등이 남성퇴직자의 적응에 필수적임을 알 수 있다.

한편, 퇴직을 도전으로 인식하는 경우 위의 세 변인 외에도 응집력, 연령, 거주지역 여가시설만족도

등이 적응에 영향을 미치는 유의한 변인으로 나타났다. 퇴직을 새로움을 추구할 수 있는 기회로 인식하는 적극적이고 진취적인 퇴직자들의 경우, 연령이 낮을수록 도전을 추구할 기회가 더 많으므로 연령이 낮을수록 적응을 더 잘 하는 것으로 이해된다. 최근에 조기정년이 사회전반으로 확산되고 있는 상황에서, 퇴직을 도전으로 인식하는 경우 연령이 낮을수록 적응을 잘 하는 것으로 나타났으므로, 퇴직 후에 새롭고 적극적인 생활을 할 수 있도록 돕는 퇴직준비교육과 직업교육을 통해 재취업의 기회를 제공할 수 있는 제도적인 장치가 요구된다.

또한 퇴직을 도전으로 인식하는 퇴직자들은 여가 생활에도 적극적으로 참여하기 때문에 거주지역의 여가시설에 대한 만족도가 높을수록 적응을 잘 하는 것으로 여겨진다. 따라서 퇴직 후에 적극적인 삶을 살고자 하는 퇴직자들에게는 개인과 가족차원의 자원뿐 아니라, 여가시설과 같은 사회차원에서의 자원도 절대적으로 필요함을 알 수 있다. 따라서 퇴직자의 삶의 질 향상을 위해 다양한 여가프로그램 개발과 함께 충분한 여가시설의 보급을 위한 사회적 지원이 요구된다.

## V. 결론 및 제언

가계부양자로서 직장생활을 우선시하는 삶을 살아온 우리나라의 남성들에게 퇴직은 곧 생활의 중심을 상실하는 것을 의미하여, 그들은 가족 내 역할 조정과 정체감을 새롭게 형성하고 생의 의미를 재조정해야 하는 전환기에 처하게 된다. 이 전환기의 적응이 곧 노년기의 성공적인 출발을 약속하므로, 따라서 본 연구는 퇴직남성들의 생활적응에 영향을 미치는 개인·가족·사회활동 관련 변인들을 분석해냄으로써 그들의 적응능력을 강화하기 위한 조건을 규명하여 퇴직자들이 질적인 삶을 살 수 있는 기초자료를 제시하고, 나아가 퇴직자들의 적응을 증진시킬 수 있는 다양한 프로그램 개발의 기초자료를 제공하는데 그 의의가 있다.

본 연구의 조사대상자의 사회경제적 지위가 대체

로 중류층 이상에 속하는 경향을 보여 연구결과를 일반화함에 있어 제한점이 있다는 점을 감안하면서 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 남성 퇴직자의 적응의 일반적 경향은 평균 3.22점으로 퇴직 후의 생활에 어느 정도 적응을 하고 있는 것으로 나타났다. 둘째, 남성퇴직자의 적응에 영향을 미치는 제 변인들의 상대적 영향력을 알아본 결과, 개인관련변인 중에서는 본인퇴직수용도, 퇴직인식이, 가족관련변인 중에서는 결혼만족도, 경제생활만족도, 응집력이, 사회활동관련변인 중에서는 거주지역 여가시설만족도가 유의한 변인으로 나타났다. 이들 변인의 설명력은 65.3%이었으며, 독립변인군의 설명력은 개인관련변인군, 가족관련변인군, 사회활동변인군의 순으로 나타났다. 셋째, 퇴직 인식별로 남성 퇴직자의 적응에 영향을 미치는 변인을 파악한 결과, 퇴직을 도전, 또는 위기로 인식하는 두 집단 모두에서 결혼만족도가 적응에 가장 영향력이 큰 변인으로 밝혀졌으며, 본인퇴직수용도와 경제생활만족도도 중요하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 퇴직을 도전으로 인식하는 퇴직자의 경우 이들 변인 외에 응집력, 연령, 거주지역 여가시설만족도도 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 결론을 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

결혼만족도가 퇴직자의 적응에 가장 영향력이 큰 변인으로 나타난 결과는, 결혼 초부터의 건강한 부부관계를 위한 부부의 지속적인 노력이 필요함을 의미하며 이를 위해서 신혼기부터 부부를 대상으로 친밀하고 질적인 부부관계의 실현을 돕는 다양한 교육프로그램이 제공되어야 할 것이다.

또한 본인의 퇴직수용과 퇴직인식 역시 남성퇴직자의 적응에 중요한 영향을 미치므로, 퇴직자들이 퇴직 후의 변화된 생활양식을 이해하고 자신의 인생을 의미있고 소중하게 인식하면서 활력있는 생활을 유지하기 위해서는 퇴직에 대해 긍정적인 시각을 갖도록 돕는 퇴직준비교육이 직업세계가 시작되는 시기부터 체계적으로 실시되어야 할 것이다. 또한 기존의 퇴직준비 프로그램들이 경제적 준비, 건강관리, 여가활동 등에 큰 비중을 두고 있으나, 심리

적 과업이나 가족생활과 관련된 내용은 포함하지 않고 있는 실정이므로 자아존중감 향상, 현실의 긍정적인 수용, 가족 간의 대화증진 및 가족원으로서의 새로운 역할모색 등을 다루는 프로그램의 개발 및 실시가 요구된다. 또한 퇴직자의 적응은 가족의 응집력에 의해서도 영향을 받으므로, 결혼초기부터 가족 간의 정서적 교류를 높이기 위한 노력이 요구되며, 이를 위해 건강가족 구현을 위한 다양한 교육이 제공되어야 할 것이다.

경제생활에 대한 만족도 역시 남성퇴직자의 적응에 중요하게 영향을 미치는 것으로 나타났으므로, 성인초기부터의 안정된 경제생활을 위한 구체적인 계획과 실행이 요구되며, 국가차원에서도 현실성 있는 소득보장제도의 실시와 중·노년층의 취업의 활성화를 위한 적극적인 지원이 요구된다. 아울러 여가시설에 대한 만족도가 남성 퇴직자의 적응에 도움이 되므로, 이들의 여가생활의 질적 향상을 위한 다양한 프로그램 개발과 시설투자를 위한 정부차원에서의 재정적인 지원이 요구된다.

조기퇴직의 확산으로 인해 퇴직이후의 여유시간이 길어지므로 평생교육을 통한 퇴직자들의 재사회화가 절실히 요구되는 바이며, 이는 곧 우리사회의 노인문제 예방에도 많은 기여를 할 것으로 생각된다. 그런 점에서 본 연구의 결과가 퇴직준비 교육프로그램을 개발하는 기초자료로 활용되어 퇴직자들의 재사회화를 위한 초석이 되길 바란다. 앞으로의 연구에서는 보다 다양한 표본을 대상으로 분석할 필요가 있으며, 여가생활 등 보다 다양한 자원이 적응에 미치는 영향력을 분석해볼 필요가 있다.

■참고문헌

고승덕, 조숙행(1998). 노인의 삶의 질 향상을 위한 요인추출. 한국노년학, 17(2), 17-36.  
 권문일(1996). 노인의 은퇴결정에 관한 연구. 서울대 박사논문.  
 권중돈, 조주연(2000). 노년기의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인. 한국노년학, 20(3), 61-76.  
 김명자(2003). 퇴직한 남편과 그 부인의 탄력성과

적응분석. 한국가정관리학회지, 21(6), 117-127.  
 김신덕(1985). 노년사회학. 경문사.  
 김애련, 한내창(1997). 노인의 여가활동유형과 여가활동이 생애만족도에 미치는 효과에 관한 연구. 대한가정학회지, 35(6), 275-288.  
 김애순, 윤진(1995). 은퇴이후의 심리 사회적 영향. 한국노년학, 15(1), 141-158.  
 김정현(1995). 가족지지가 남자노인의 은퇴스트레스와 은퇴 후 적응의 관계에 미치는 영향 -상위 직종자를 중심으로-. 이대 석사논문.  
 김태현, 김동배, 김미혜, 이영진, 김애순(1998). 노년기 삶의 질 향상에 관한 연구. 한국노년학, 18(1), 150-169.  
 김태현, 전길양(1997). 노년기 부부의 상호간 지지와 역할공유 및 결혼적응에 관한 연구. 한국노년학, 17(2), 167-181.  
 노동부(1993). 고령자고용 및 정년현황조사.  
 박충선(1995). 조기퇴직자의 가족적 지원과 대책방안. 한국노년학, 15(1), 125-137.  
 배문조, 전귀연(2004). 은퇴에 대한 태도 및 은퇴준비에 영향을 미치는 요인. 대한가정학회지, 42(7), 89-102.  
 성미애(1999). 남성퇴직자의 생활태도 유형화 및 퇴직 후 적응도. 서울대 박사학위논문.  
 신화용, 조병은(1999). 남편이 은퇴한 부부의 상호작용 특성과 결혼만족도. 한국노년학, 19(1), 31-44.  
 \_\_\_\_\_(2001). 남편이 은퇴한 부부의 자원과 생활만족도. 대한가정학회지, 39(1), 39-51.  
 이종희(2000). 퇴직공무원의 사회적응에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 목원대 석사논문.  
 장인협, 최성재(1992). 노인복지학, 서울대출판부.  
 전길양, 송현애, 고선주, 김일명(2000). 노년기준비교육 프로그램. 한국노년학, 21(1), 69-91.  
 조선일보(1995). 3월 20日字 - 5월 1日字.  
 조성남, 이동원, 원영희(1998). 고령화사회와 중산층 노인의 사회활동. 아산재단 연구총서. 집문당.  
 조현천(1988). 고령화시대의 인력관리 대책. 건국대출판부.  
 최가영, 조임현, 이의훈(2001). 노년기근로자의 퇴직

- 현상에 관한 심층적 연구. *한국노년학*, 21(1), 73-92.
- 최성재(1986). 노인의 생활만족도 척도개발에 관한 연구. 이대 한국문화연구원편. 논총: 사회과학, 49, 223-258.
- 최혜경(1992). 노인의 생활만족도 향상을 위한 기초 연구. 이대 석사학위논문.
- 허정무(1993). 교원의 정년퇴직 준비과정과 퇴직 후 사회 적응에 관한 연구. 한국교원대 박사학위논문.
- 허정무(1998). 퇴직자의 사회적응에 영향을 미치는 관련변인 탐색을 통한 퇴직준비교육프로그램 모델 개발. *한국노년학*, 18(3), 1-18.
- Ade-Ridder, Linda, & Brubaker, T. H. (1983). The Quality of long-term marriage. in Brubaker, T. H. (1991). Families in Later life : A Burgeoning research area, *Contemporary Families* by NCFR.
- Anderson, T. B. (1992). Conjugal support among working-life and retired-wife, couple. In Szinaovacz, M., et al.,(Eds), *Families and Retirement*(148-158), Newbury ark: Sage.
- Antonucci, T. C. (1990). Social support and social relationship. In Binstock, R. .H. & Gedge (Eds.), *Handbook of aging and the social science* (3rd ed.: 205-227). Sandier: Academic Press.
- Atchley, R. C. (1992). Retirement and marital satisfaction. In Szinaovacz, M., et al.,(Eds.), *Families and Retirement*(148-158), Newbury Park: Sage.
- Bosse, R., Aldwin, C. M., Levenson, M. R. & Ekerdt, D. J. (1987). Mental health difference among retirees and workers: Finding from the normative aging study, *Psychology and Aging*, 2, 383-398.
- Bosse, R., Aldwin, C. M., Levenson, M. R. & Workman-Daniels, K. (1991). How stressful is retirement?: Finding from the normative aging study, *J of Gerontology*, 46(1), 9-14.
- Bull, C. N. (1989). Voluntary association participation and life satisfaction: Replication Note. *J of Gerontology*, 30(1), 73-76.
- Chapman, N. J. & Beulet, M. (1983). Environment predictor of well-being for at risk older adults in mid-sized city. *J of Gerontology*, 30(2), 237-244.
- Floyd, F. J., Haynes, S. N., Doll, E. R., Winemiller, D., Lemsky, C., Burgy, T. M., Werle, M., & Heilman, N. (1992). Assessing retirement satisfaction and perceptions of retirement experience. *Psychology and Aging*, 7(4), 609-621.
- George, L. K. (1990). Social structure, social processes and social psychological states. In Binstock, R. .H. & Gedge(Eds.), *Handbook of aging and the social science*(3rd ed.: 205-227). Sandiego: Academic Press.
- Gilford & Rosalie, (1984). Contrasts in marital satisfaction throughout old age: An exchange theory analysis. *J of Gerontology*, 39, 325-333.
- Henken, S. K. (1999). Retirement intention and spousal support: A Multi-actor approach, *J of Gerontology*, 54B, 63-73.
- Matthews, A. M. & Brown, K. H. (1987). Retirement as a critical life event.. *Research on Aging*, 9, 548-571.
- McClelland, K. A. (1982). Self - conception and satisfaction: Intergrating aged sub-culture and activity theory. *J of Gerontology*, 36, 723-732.
- Ross, C. E. (1995). Reconceptualizing marital status as a continuum of social attachment. *J of Marriage and Family*, 57, 129-140.
- Sagy, S. & Antonovsky, A. (1998). The family sense of coherence and the retirement transition. In MuCubbin, H. I. et al.,(Eds.). *Stress, coping and health in families*, Thousand Oaks: Sage.
- Vinick, B. A. & Ekerdt, D. J. (1992). Couples view retirement activities: expectation versus experience. In Maximiliane, S. et al.(Eds.), *Families and retirement*. CA: Sage.

(2004년 8월 25일 접수, 2004년 12월 6일 채택)