

## 중년남성의 가족기능성, 자기효능감이 은퇴불안에 미치는 영향

임경민<sup>1</sup>, 박정훈<sup>2\*</sup>, 오창석<sup>2</sup>

<sup>1</sup>동주대학교 간호학과, <sup>2</sup>영산대학교 의료경영학과

### The Effects of Family Functionality and Self-efficacy on Retirement Anxiety Among Middle-aged Men

Kyoung-Min Lim<sup>1</sup>, Jung-Hoon Park<sup>2\*</sup>, Chang-Seok Oh<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Department of Nursing Science, Dong ju College*

<sup>2</sup>*Department of Healthcare Management, Youngsan University*

#### <Abstract>

**Objectives:** This study was designed to determine the effects of middle-aged men's family functionality and self-efficacy on their retirement anxiety, in order to produce methods to alleviate this anxiety, including providing basic information for devising programs that help middle-aged men get better adjusted to and increase their awareness about retirement. **Methods:** For data collection, the study surveyed 364 middle-aged men who were residing in B Metropolitan City from February. 10 to 25, 2017. **Results:** This study found that the primary factor influencing middle-aged men's retirement anxiety is self-efficacy, for which the explanatory power for the surveyed men's retirement anxiety was 52.0%. In contrast, family functionality had no effect on retirement anxiety. **Conclusions:** To make middle-aged men less anxious about retirement, a variety of programs must be created and implemented that help them improve their self-efficacy prior to retirement. Furthermore, these men should be provided with educational and intervention programs that facilitate their adjustment to retirement and increase their awareness about retirement.

---

**Key Words :** Family Functionality, Middle-aged Men, Retirement Anxiety, Self-efficacy

‡ Corresponding author : Jung-Hoon Park(nbusisi@nate.com) Department of Healthcare Management, Youngsan University

• Received : Aug 1, 2018

• Revised : Sep 19, 2018

• Accepted : Sep 21, 2018

## I. 서론

### 1. 연구의 배경 및 필요성

우리나라 남성의 평균 기대수명은 79.3세, 건강수명은 64.7세로 건강하지 못한 상태에서 삶을 유지하는 기간이 15년으로 나타났고, 평균 수명의 연장으로 노년기가 차지하는 기간이 길어지면서 노후문제가 중요해짐에 따라 노년기 이전 단계인 중년기의 삶이 중요한 화두가 되었다.

중년남성들은 신체적으로는 노화에 대한 적응, 가족적으로는 가족 내에서의 역할변화, 사회적으로는 직업적 절정에서 은퇴나 퇴직의 경험 등 다각적 외부환경의 변화에 의한 갈등과 불균형, 이를 통한 인생단계의 결정적 전환을 경험하게 된다[1]. 이 시기는 자신의 은퇴 후 삶에 대한 계획을 명료화해 나가는 시기이기도 한데, 이것은 막연하게 가졌던 은퇴 후의 삶에 대한 생각을 행동으로 실천해 나갈 수 있도록 구체화한다는 의미이다[2]. Lim[3]은 노후준비는 35~39세부터 시작하여야 하나 주택마련, 자녀양육과 교육 등의 현실적인 문제들로 인해 실제 노후를 준비할 수 있는 시기는 빨라야 40대 이후 중년기에야 가능하다고 설명하고 있다. 따라서 중년기에는 사회적으로나 심리적으로 자신의 삶에 대한 필요와 욕구를 충족시키면서 자신의 노후에 대한 근본적이고도 세부적인 대책이 필요하다[4].

2018년 9월 현재 대다수의 언론보도를 통해서도 알 수 있듯이 경기침체에 따른 부진한 고용지표 중에 특히 우려되는 것이 경제의 허리라는 40대의 대규모 실직사태라고 하며, 40대 고용률 또한 떨어지고 있는 것으로 나타났다. 중년 남성들은 은퇴 혹은 퇴직을 경험하면서 이로 인해 아쉬움, 서운함, 상실감, 무기력, 무능함, 경제적 어려움과 외로움에 대한 불안, 심리적 위축감 등의 부정적인 정서를 가지게 된다[5]. 또한, 복합적인 충격과 상실

에 대한 좌절감, 실패에 대한 두려움, 주변의 시선, 자신의 무능함으로 해고되었다는 인식, 경제적인 어려움 등 다양하고 복합적인 문제나 어려움이 발생하여 미처 준비가 되기도 전에 충격적인 상황에 직면하게 되어 심리적으로 매우 불안한 상태로 중년 남성들에게 많은 영향을 미친다[5]. 이런 은퇴 불안은 여성보다는 남성이 은퇴 후 경험하는 어려움의 정도가 더 큰 것으로 나타났다[6]. 은퇴불안은 은퇴를 앞두고 느끼는 장래에 대한 불확실성, 미래를 예상할 수 없는 막연한 느낌, 또는 잘못된 선택의 가능성에 대한 일반적인 우려와 걱정이자[7]라고 정의할 수 있다.

은퇴 이후의 삶은 사회에서의 역할이 축소된다는 점에서 가족 관계의 비중이 높아지는 시기라 할 수 있고, 가족의 지지는 중년 남성의 심리적 기능에 미치는 부정적 영향을 완화시켜주는 사회적 환경에서 직접적이고도 중요한 지지의 자원이 된다[8]. 또한 가족에 대한 태도가 긍정적인 사람은 은퇴를 보다 희망적인 것으로 보고 은퇴기를 새로운 것을 할 수 있는 시기로 기대하는 것으로 나타났다[9]. 따라서 가족기능성이 은퇴불안에 어떤 영향을 미치는지 살펴볼 필요가 있다. 가족기능성은 가족응집성과 가족적응성으로 측정된 가족 체계의 역동적 상호 작용으로 가족 구성원간의 관계가 반영된 것을 의미한다. 그 중 가족응집성은 가족 구성원들이 서로에 대해서 가지게 되는 정서적 연대감을 의미하며, 가족적응성은 가족 구성원이 상황적, 발달적 과정에서 발생할 수 있는 스트레스에 대처하기 위하여 가족 관계에서의 역할관계, 관계규칙, 권력구조 등을 변화시킬 수 있는 능력을 의미한다[10].

또한 은퇴는 직장에서의 지위와 역할이 없어지면서 사회적 고립감을 느끼게 되고, 일과 사람들과의 관계로부터 얻을 수 있었던 심리적 안정감, 자신감, 보람을 상실하게 한다[11]. 자기효능감은 어떤 일이나 상황에 처해 있을 때 그 일을 잘 해낼

수 있을 거라는 자신의 능력에 대한 신뢰, 믿음의 정도이며 중년의 자기효능감은 지속적으로 건강증진행위를 촉진, 유지시켜주는 주요 인자로서 이는 성공적으로 노후를 준비 할 수 있게 하는 요인이다[12].

자기효능감은 대상자가 어떤 과제 수행에 필요한 행위를 조직하고 실행해 나가는 자신의 능력에 대한 판단[13]으로 정의되므로 구체적인 상황에 대한 자신감이라고 볼 수 있다.

인간의 신념은 동기 수준뿐만 아니라 위협적이거나 어려운 상황에서 경험하는 많은 스트레스와 우울증에 영향을 미친다. 스트레스 유발 인자를 통제하는 지각된 자기효능감은 불안 각성에서 중추적인 역할을 한다[13]. 잠재적 위협을 경계하게 하고, 그 위협을 지각하고 인지적으로 처리하는 방식에 영향을 미치는데, 잠재적 위협을 다룰 수 없는 것으로 믿는 사람들은 자신의 환경을 위협으로 받아들이고 반대로 위협을 통제할 수 있다고 믿는 사람은 위협적인 상황을 인지적으로 도전 가능한 상황으로 받아들인다. 따라서 중년기 자기효능감은 중년기에서 노년기로 이행하는 정서적 적응 및 성공적 노후를 준비할 수 있는 중요한 요인이라 할 수 있다[14].

은퇴와 관련한 선행 연구들은 경제적 노후준비, 은퇴 후 생활설계, 은퇴 후 삶의 질, 자산관리, 정년제도 등에 주로 이루어지고 있으나 은퇴를 앞둔 중년남성의 은퇴불안에 대한 연구는 아직까지 미흡한 실정이다.

이에 본 연구는 중년남성의 가족기능성, 자기효능감이 은퇴불안에 미치는 영향을 파악함으로써 은퇴불안을 감소시키고 완화시킬 수 있는 방안을 모색하여 은퇴에 대한 올바른 적응과 긍정적인 인식을 증진시킬 수 있는 프로그램 개발 등의 기초 자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 중년남성의 가족기능성, 자기효능감이 은퇴불안에 미치는 영향을 파악하고 그 관계를 확인하기 위함이며 그 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성을 파악한다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 은퇴불안 차이를 파악한다.
- 3) 대상자의 가족기능성, 자기효능감과 은퇴불안 정도의 관계를 파악한다.
- 4) 대상자의 은퇴불안에 미치는 요인을 파악한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 중년남성의 은퇴불안에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사 연구이다.

### 2. 연구 대상

본 연구 대상자는 1개의 광역시에 소재하는 H마트, L마트, E마트에서 오후 6시 이후에 방문한 40세이상 60세이하의 중년남성을 대상으로 본 연구자가 직접 연구의 목적과 방법을 설명하고 연구에 동참하기를 서면으로 동의한 대상자를 편의 표집 하였다.

대상자수는 400명으로 부정확한 응답을 제외하고 364명을 최종 자료로 활용하였다.

### 3. 연구 도구

본 연구의 도구는 구조화된 설문지를 이용하였다. 설문지의 구성은, 가족기능성 20개 문항, 자기효능감 23개 문항, 은퇴불안 23개 문항, 일반적 특

성 7개 문항으로 총 73개 문항으로 구성되어 있다.

#### 1) 가족기능성 측정도구

가족기능성은 Olson et al.[15]이 개발한 가족응집성 및 적응성 측정도구(Family-Adaptability Cohesion Evaluation III: FACES III)를 Jeon[16]이 번안한 도구를 사용하였다. 가족기능성을 측정하기 위한 하위요인으로 가족응집성 10문항, 가족적응성 10문항 총 20문항으로 구성하였으며, Likert 5점 척도로 '매우 그렇다' 5점에서 '전혀 그렇지 않다' 1점까지로, 점수가 높을수록 가족기능성 정도가 높은 것을 의미한다. 도구의 전체 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha=.933$ 이었으며, 하위요인별로는 가족응집성 .905, 가족적응성 .848이었다.

#### 2) 자기효능감 측정도구

자기효능감은 Sherer et al.[17]이 개발한 자기효능감 측정도구(Self-Efficacy Scale)를 Hong[18]이 번안한 도구를 사용하였다. 자기효능감을 측정하기 위한 하위요인으로 일반적 자기효능감 17문항, 사회적 자기효능감 6문항 총 23문항으로 구성하였으며, Likert 5점 척도로 '매우 그렇다' 5점에서 '전혀 그렇지 않다' 1점까지로, 점수가 높을수록 자기효능감 정도가 높은 것을 의미한다. 도구의 전체 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha=.88$ 이었으며, 하위요인별로는 일반적 자기효능감 .862, 사회적 자기효능감 .664이었다.

#### 3) 은퇴불안 측정도구

은퇴불안은 Fletcher et al.[19]이 개발한 사회적 은퇴불안 (Social Components of Retirement Anxiety Scale) 측정도구를 Lee[2]가 번안한 도구를 사용하였다. 본 도구는 총 23개 문항으로 Likert 5점 척도로 '매우 그렇다' 5점에서 '전혀 그렇지 않다' 1점까지로, 점수가 높을수록 은퇴불안 정도가 높은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도는 Cronbach's

$\alpha=.863$ 이었다.

### 4. 자료수집 기간 및 방법

본 연구의 자료는 먼저 U광역시 C기관생명윤리위원회에서 심의를 거쳐 승인을 받았다. (승인번호: ch-201604-06) 2017년 2월 10일부터 동년 2월 25일까지 B광역시에 거주하는 중년남성 중 대상자의 권리와 비밀보장 및 연구목적에 대한 설명을 한 후 자발적으로 연구 참여에 동의한 대상자에 한하여 서면 동의를 받고 조사를 실시하였다.

### 5. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 22.0 프로그램을 사용하여 분석하였으며, 구체적 방법은 다음과 같았다.

- 1) 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율로 분석하였다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 은퇴불안 정도의 차이는 ANOVA 및 Scheffé's-test로 분석하였다
- 3) 대상자의 가족기능성, 자기효능감 및 은퇴불안 정도의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.
- 4) 대상자의 은퇴불안에 영향을 미치는 요인은 Hierarchical multiple regression analysis로 분석하였다.

## III. 연구결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 연령은 51-55세가 157명(43.1%), 46-50세는 92명(25.3%), 56-60세는 77명(21.2%), 40-45세는 38명(10.4%)로 나타났다. 학력은 석사이상인 135명(37.1%), 전문대졸 125명(34.3%), 대졸은 82명

(22.5%), 고졸은 22명(6%)로 나타났다. 직책으로 팀장/부장과 임원이 각각 86명(23.6%), 사원이 74명(20.3%)으로 나타났다. 월평균소득으로 200-299만원이 92명(25.3%), 300-399만원은 88명(24.2%), 400-499만원은 65명(17.9%)으로 나타났다. 경제적 형편은 보통인 경우가 266명(73.1%)로 대부분을 나

타냈다. 건강상태는 보통인 경우가 170명(46.7%), 건강한 편이라고 응답한 경우가 136명(37.4%)으로 나타났다. 직업만족도는 만족스러운 편이다 라고 응답한 경우가 183명(50.3%), 보통이다 라고 응답한 경우가 138명(37.9%)로 나타났다<Table 1>.

<Table 1> General characteristics of the study subjects (n=364)

Variable	Category	n	%
Age(years)	40 - 45	38	10.4
	46 - 50	92	25.3
	51 - 55	157	43.1
	56 - 60	77	21.2
Education	≤ High school	22	6.0
	College	125	34.3
	University	82	22.5
	≥ Graduate school	135	37.1
Position	Staff	74	20.3
	Assistant manager, chief, deputy manager	68	18.7
	Manager, deputy general Manager	50	13.7
	Team manager, general Manager	86	23.6
	Director	86	23.6
Average monthly income (10,000 won)	< 200	33	9.1
	200 - 299	92	25.3
	300 - 399	88	24.2
	400 - 499	65	17.9
	500 - 599	48	13.2
	600 - 699	10	2.7
Family economic level	≥ 700	28	7.7
	Very good	3	.8
	Good	40	11.0
	Moderate	266	73.1
	Bad	53	14.6
Health status	Very bad	2	.5
	Very good	14	3.8
	Good	136	37.4
	Moderate	170	46.7
	Bad	41	11.3
Job satisfaction	Very bad	3	.8
	Very satisfied	19	5.2
	Satisfied	183	50.3

2. 대상자의 일반적 특성에 따른 은퇴불안 차이

대상자의 제 특성에 따른 은퇴불안의 차이를 살펴보면 <Table 2>와 같다. 연령에 따라서 은퇴불안은 유의한 차이가 없었다. 반면에 학력에 따라서

은퇴불안은 통계적으로 유의한 차이를 보였다 (F=3.451, p<.05). 세부적으로 전문대졸이 석사이상보다 은퇴불안을 더 크게 지각했다. 직책에 따라서 은퇴불안은 통계적으로 유의한 차이를 보였다 (F=2.793, p<.05).

<Table 2> Retirement anxiety based on general characteristics of the study subjects (n=364)

Variable	Category	n	Mean±S.D.	F	Scheffe
Age(years)	40 - 45	38	2.46±.36	1.822	
	46 - 50	92	2.56±.54		
	51 - 55	157	2.63±.54		
	56 - 60	77	2.67±.56		
Education	≤ High schoola	22	2.68±.33	3.451*	b>d
	Collegeb	125	2.69±.54		
	Universityc	82	2.64±.55		
	≥Graduate schoold	135	2.49±.52		
Position	Staffa	74	2.74±.51	2.793*	a>d,e
	Assistant manager, Chief, Deputy managerb	68	2.62±.47		
	Manager, Deputy general managerc	50	2.67±.46		
	Team manager, General managerd	86	2.50±.59		
	Directore	86	2.54±.54		
Average monthly income (10,000 won)	< 200a	33	2.81±.47	6.773***	a,c>e,f
	200 - 299b	92	2.67±.54		
	300 - 399c	88	2.71±.44		
	400 - 499d	65	2.55±.51		
	500 - 599e	48	2.38±.51		
	600 - 699f	10	1.90±.61		
	≥700g	28	2.54±.55		
Family economic level	Very good, Gooda	43	2.60±.58	9.050***	c>a,b
	Moderateb	266	2.55±.52		
	Bad, Very badc	55	2.87±.44		
Health status	Very gooda	14	2.21±.72	5.053***	c,d>a
	Goodb	136	2.54±.52		
	Moderatec	170	2.65±.49		
	Bad, Very badd	44	2.75±.56		
Job satisfaction	Very satisfieda	19	2.51±.56	5.828***	c,d>b
	Satisfiedb	183	2.50±.51		

\* p < .05, \*\*\* p < .001

세부적으로 사원이 팀장·부장·임원 보다 은퇴불안을 더 높게 지각했다. 월평균소득에 따라서 은퇴불안은 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $F=6.773, p<.001$ ). 세부적으로 200만원미만집단, 300-399만원집단이 500-599만원집단, 600-699만원집단 보다 은퇴불안을 더 높게 지각했다. 200-299만원 집단과 400-499만원집단이 600-699만원집단 보다 은퇴불안을 더 높게 지각했다. 경제적 형편에 따라서 은퇴불안은 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $F=9.050, p<.001$ ). 세부적으로 못사는 편이다 · 아주 못산다 집단이 아주 잘산다 · 잘사는 편이다 집단과 보통이다 집단 보다 은퇴불안을 더 높게 지각했다. 건강상태에 따라서 은퇴불안은 통계적으로 유의한 차이를 보였다( $F=5.053, p<.001$ ). 세부적으로 나쁜 편이다 · 아주 나쁘다 집단과 보통이다 집단이 아주 건강하다 보다 은퇴불안이 더 높았다. 직업만족도에 대해서는 은퇴불안은 통계적으로 유의하게 나타났다( $F=5.828, p<.001$ ). 세부적으로 보통이다 집단과 다소 불만족스러운 편이다 · 매우 불만족스럽다 집단이 만족스러운 편이다 보다 은퇴불안을 더 높게 지각했다.

### 3. 대상자의 가족기능성, 자기효능감, 은퇴불안과의 관계

대상자의 가족기능성과 은퇴불안( $r=-.301, p<.01$ ) 간에는 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 하위요인별로 살펴보면, 가족응집성과 은퇴불안( $r=-.326, p<.01$ )간, 가족적응성과 은퇴불안( $r=-.247, p<.01$ )간 모두 유의미한 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 자기효능감과 은퇴불안( $r=-.709, p<.01$ )간에는 다소 높은 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 하위요인별로는 일반적 자기효능감과 은퇴불안( $r=-.676, p<.01$ )간, 사회적 자기효능감과 은퇴불안( $r=-.598, p<.01$ )간 모두 유의미한 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다<Table 3>.

<Table 3> Correlation between family functionality, self-efficacy, and retirement anxiety (n=364)

Variables	Retirement anxiety
	r
Family functionality	-.301**
Family cohesion	-.326**
Family adaptability	-.247**
Self-efficacy	-.709**
General self-efficacy	-.676**
Social self-efficacy	-.598**

\*\*p< .01

### 4. 대상자의 은퇴불안에 영향을 미치는 요인

대상자의 은퇴불안에 영향을 미치는 원인을 규명하기 위하여 대상자의 은퇴불안 정도에 유의미한 차이가 있는 것으로 나타난 학력, 직책, 월평균소득, 경제적 형편, 건강상태, 직업만족도와 가족기능성, 자기효능감에 대하여 위계적 다중 회귀분석을 실시하였다. 학력, 직책, 월평균소득은 더미변수 처리하여 사용하였다. 학력은 전문대졸 이하를 기준변수로 코딩하고 대졸이상을 비교하였다. 직책은 사원, 대리, 계장, 주임을 기준변수로 코딩하고 과장이상을 비교하였다. 월평균소득의 범위는 200만원미만부터 700만원이상까지 범위를 가지기 때문에 200만원미만은 저소득, 200-399만원은 소득중간계층, 400만원이상은 고소득으로 코딩하고 200만원미만을 기준변수로 하였다. 경제적 형편, 건강상태, 직업만족도는 리커트 5점 척도로 측정하였기 때문에 변형 없이 사용하였다. 독립변수들 간의 다중공선성을 유무를 확인한 결과 모델 1(VIF 1.140~3.756), 모델 2(VIF 1.1142~3.803), 모델 3(VIF 1.183~3.844) 모두 VIF값이 10이하로 나타나 독립변수들 간의 다중공선성 문제는 없는 것으로 나타났다.

학력, 직책, 월평균소득, 경제적 형편, 건강상태, 직업만족도를 투입한 모델 1의 설명력은 9.6% ( $F=4.439, p<.001$ )로 유의하게 나타났다. 가족기능

성을 투입한 모델 2의 설명력은 13.7%(F=5.916, p<.001)로 유의하였으며 모델 1에 비해서 증가된 설명력도 4.2%(p<.001)로 유의하였다. 또한 모델 2에서 가족기능성은 은퇴불안에 음의 영향을 보였다( $\beta=-0.219$ , p<.001). 자기효능감을 투입한 모델 3의 설명력은 53.4%(F=38.203, p<.001)로 유의하였으며, 모델 2에 비해서 증가된 설명력은 39.6%(p<.001)로 유의하였다. 자기효능감은 은퇴불안에 음의 영향을( $\beta=-0.698$ , p<.001) 보인 반면에 가족기능성은 은퇴불안에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다<Table 4>.

#### IV. 고찰

본 연구는 중년남성의 은퇴불안에 미치는 영향요인을 알아 보고자 시행하였다. 연구의 결과, 중년남성의 일반적 특성에 따른 은퇴불안의 차이를 살펴보면 학력, 직책, 월평균소득, 경제적 형편, 건강상태, 직업만족도에서 유의미한 차이가 나타났

다. 학력은 전문대졸이 석사이상보다 은퇴불안을 더 크게 지각했다. 이러한 결과는 교육수준에 따른 퇴직 태도가 교육수준이 낮은 집단에 비해 긍정적인 것으로 나타난 Jung[20]의 연구 및 학력이 높은 중년남성이 그 보다 낮은 중년남성보다 은퇴불안이 낮은 것으로 나타난 Park[8]의 연구결과와 일치하였다. 이는 학력이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 더 높은 소득과 연계되어 있을 가능성이 높아서 경제적 안정감이 은퇴불안을 감소시킨 것으로 보여 지고, 또한 학력이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 은퇴이후에 유용 가능한 정보의 습득이 용이하여 은퇴불안이 낮게 나타난 것으로 사료된다.

직책과 월평균소득에서는 직책이 높은 집단보다 낮은 집단이, 소득이 높은 집단보다 낮은 집단이 은퇴불안을 더 크게 지각했다. 이러한 결과는 일정 정도 소득이 증가함에 따라 심리적 안정감이 증가하고 은퇴불안은 감소하는 경향을 보인다고 한 Lee[21]의 연구결과와 일치 한다. 또한 직책은 소득과 연관되어지고 소득이 높은 집단일수록 은

<Table 4> Factors influencing retirement anxiety (n=364)

	Model 1			Model 2			Model 3		
	$\beta$	t	VIF	$\beta$	t	VIF	$\beta$	t	VIF
Constant		7.438*			8.585*			17.778*	
		**			**			**	
Education( $\leq$ University)	.018	.317	1.200	.041	.733	1.212	.002	.042	1.216
Position( $\leq$ Manager)	-.093	-1.672	1.140	-.101	-1.869	1.142	.026	.634	1.183
Average monthly income (200-399)	-.031	-.332	3.280	-.004	-.041	3.298	.067	.978	3.311
Average monthly income ( $\leq$ 400)	-.149	-1.487	3.756	-.105	-1.064	3.803	.021	.287	3.844
Economic levels of family	.029	.489	1.309	.027	.469	1.309	.014	.327	1.310
Health status	.096	1.621	1.305	.028	.467	1.416	.075	1.691	1.422
Job satisfaction	.106	1.803	1.283	.109	1.898	1.283	.011	.249	1.307
Family functionality				-.219	-4.016***	1.157	-.017	-.399	1.261
Self-efficacy							-.698	-16.848***	1.229
R <sup>2</sup>	.096			.137			.534		

\*p< .05, \*\*\*p< .001

퇴 이후의 경제적 준비를 더 적극적으로 할 수 있어 은퇴불안이 낮은 것으로 사료된다.

경제적 형편은 못사는 편이 보통이나 잘사는 편보다 은퇴불안을 더 크게 지각했다. 이러한 결과는 Park[8]의 연구 결과와 일치한다. 또한 주관적 경제만족도가 높을수록 은퇴를 만족스러운 것으로 지각하는 것으로 나타난 Kim et al.[22]의 연구결과와도 일치한다. 이는 은퇴 후 경제적 안정을 매우 중요하게 생각하고 있어서 나타난 결과로 보여진다.

건강상태는 보통이나 그 이하 집단이 이주 건강한 집단보다 은퇴불안을 더 크게 지각했다. 이러한 결과는 건강상태가 높을수록 퇴직 태도가 긍정적으로 나타난 Jung[20]의 연구와 좋은 건강상태와 적절한 경제적 자원이 은퇴 후 생활변화가 부정적인 방향으로 진행되지 않도록 하는 중요한 요인으로 나타난 Han[6]의 연구 결과와 일치한다. 이는 건강상태가 높을수록 비교적 자기관리가 용이하고 적극적으로 은퇴 후의 대처를 할 수 있어 나타난 결과로 볼 수 있다.

직업만족도는 보통이거나 불만족인 집단이 대체로 만족하는 집단보다 은퇴불안을 더 크게 지각했다. 이러한 결과는 직업만족이 높은 중년기 남성일수록 낮은 은퇴불안이 나타난다고 한 Lee[2], Park[8]의 연구결과와 일치한다. 이는 자신의 업무에 만족함으로써 긍정적이고 자발적인 능력개발을 가능하게 하여 은퇴 후에 자신의 모습을 긍정적으로 설계할 수 있기 때문으로 보여진다.

따라서 은퇴불안을 감소시키기 위해서는 젊었을 때부터 은퇴 후를 대비한 연금 및 저축 등의 경제적 준비와 꾸준한 운동 및 정기적인 건강관리를 통하여 긍정적인 은퇴설계를 할 필요가 있다고 사료된다.

중년남성의 가족기능성과 자기효능감, 은퇴불안과의 관계를 살펴본 결과 중년남성의 가족기능성과 은퇴불안( $r=-.301, p<.01$ )간에는 낮은 음의 상관

관계가 있는 것으로 나타났고 하위요인별로도 낮은 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉 가족기능성 정도가 높을수록 은퇴불안 정도가 낮게 나타났다. 이러한 결과는 중년남성을 대상으로 연구한 Park[8]( $r=-.164, p<.01$ )의 연구결과보다는 다소 높았다. 자기효능감 정도와 은퇴불안( $r=-.709, p<.01$ ) 간에는 다소 높은 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났고 하위요인별로도 음의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉 자기효능감 정도가 높을수록 은퇴불안 정도가 낮게 나타났다. 이러한 결과는 중년남성을 대상으로 한 Park[8]( $r=-.482, p<.01$ )의 연구결과보다도 높았다. 이에 본 연구결과는 은퇴불안을 감소시키고 완화하는데 가족기능성, 자기효능감이 관계가 있다고 볼 수 있다. 따라서 가족기능성과 자기효능감을 향상시키기 위한 중재 프로그램 제공이 필요하다고 사료된다.

대상자의 은퇴불안에 영향을 미치는 요인을 파악한 결과 은퇴불안에 영향을 미치는 요인은 자기효능감으로 나타났고, 전체 설명력은 53.4% 였다. 하지만 가족기능성은 은퇴불안에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 가족기능성과 자기효능감을 예측변인으로 은퇴불안을 준거변인으로 그 영향을 살펴본 결과 자기효능감이 은퇴불안에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타난 Park[8]의 연구 결과와 일치하였다. 이는 중년 남성들이 직업 등의 사회활동을 통해 소속감과 보람을 느끼며 지내기 때문에 은퇴불안을 감소시키고 심리적 안정감을 주는데 가족기능성이 크게 영향을 주지 않는 것으로 사료된다.

이상의 연구 결과들을 바탕으로 중년남성의 은퇴불안을 감소시키기 위해서는 젊었을 때부터 은퇴 후를 대비한 연금 및 저축 등의 경제적 준비와 꾸준한 건강증진활동 및 정기적인 건강관리를 통하여 긍정적인 은퇴설계를 할 필요가 있고, 자기효능감을 향상시키기 위한 중재 프로그램 제공이 필요하다고 사료된다.

## V. 결론

본 연구는 B광역시에 거주하는 40세이상 60세 미만의 중년남성을 대상으로 은퇴불안에 영향을 미치는 요인을 파악함으로써 은퇴불안을 감소시키고 완화시킬 수 있는 방안을 모색하여 은퇴에 대한 올바른 적응과 긍정적인 인식을 증진시킬 수 있는 프로그램 개발 등의 기초자료를 얻고자 시도하였다.

본 연구의 결과 가족기능성은 은퇴불안에 영향을 미치지 않았고, 자기효능감은 은퇴불안에 영향을 미치는 것으로 나타나 가족기능성 보다는 자기효능감을 높여주면 은퇴불안을 더 낮출 수 있다는 것을 알 수 있었다. 따라서 중년남성들에게 은퇴 전 자기효능감을 향상시킬 수 있는 다양한 프로그램 제공이 필요하다. 또한 은퇴에 대한 올바른 적응과 긍정적인 인식을 증진시킬 수 있는 교육과 중재 프로그램 제공이 필요하다고 사료된다.

본 연구의 제한점으로 일개 지역 내의 일부의 중년남성을 대상으로 하였기에 본 연구의 결과를 확대 해석하거나 일반화하기에는 신중을 기해야 하며, 향후 중년남성의 은퇴불안에 영향을 미치는 다양한 변수에 대한 연구와 직군별, 직종별, 학력별 등의 인구사회학적인 분류에 따른 연구가 이루어져야 할 것이다.

## REFERENCES

1. M.S. Kang, Y.J. Chun, T.H. Sohn(2008), Work and Family related Stress and Suicidal Ideation among the Middle-aged Married Men in Korea, Journal of family relations, Vol.13(1);105-134.
2. E.J. Lee(2014), The impact of anxiety about social retirement and job satisfaction of middle-aged men on their psychological wellbeing, Gerontological Counselin of Korea Counseling Graduate university, pp.1-64.
3. J.Y. Lim(2008), A Comparative Study of the Provisions for Old Age of Middle Adulthood by Occupation, The Graduate School of Mokwon University, pp.1-43.
4. J.Y. Park(2014), An Effect of Self-Esteem and Self-Efficacy in Middle-Aged Women's on the Behavior for Preparing Their Old Age, The Korean Journal of Health Service Management, Vol.8(4);257-270.
5. K. Huh(2013), A qualitative study of early retired mid-life men's anxiety, Kyungpook NationalUniversity ofForeign Studies welfare counseling graduate Counseling psychology majors, pp.1-75.
6. G. Han(2008), Gender Difference in Retirement Experience - A Life Course Model, Korean Journal of Sociology, Vol.42(3);86-118.
7. J.Y. Lim(2008), The effect of pre-retirement program on conglomerate production worker's retirement expectations, anxiety and preparations for retirement, Graduate School at Kyungpook National University, p.9.
8. J.H. Park(2015), The Effect of Family Function and Self-efficiency on Retirement Anxiety of Middle-aged Men, Department of Education Graduate School at Kyungsung University, pp.1-36.
9. M.J. Bae, G.Y. Jeon(2006), The Effect of Individual, Psychological, and Job-related Variables on Retirement Expectations, Family and Environment Research, Vol.44(12);53-64.
10. D.H. Olson, C.S. Russell & D.H. Sprenkle(1983), Circumplex model of marital and family system : IV. Theoretical update. Family Process, Vol.22(1);69-83.
11. E.Z. Shin(2013), A study on the effectiveness and the need for improvement of the retirement

- preparation training for civil servants: Focused on Seoul Metropolitan City's retirees, Graduate School at Duksung Women's University, pp.1-47.
12. E.H. Jung(2014), Effect of Health Status, Marital Satisfaction and Self-efficacy to Retirement Preparation of Middle-aged Couples : Analysis of Actor-Partner Interdependence Model, The Graduate School of Kyung Hee University, pp.1-54.
  13. A. Bandura(1977), Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, Vol.84(2);191-215.
  14. A. Bandura(1989), Human Agency in Social Cognitive Theory, American Psychologist, Vol.44(9);1175-1184.
  15. D.H. Olson(1986), Circumplex Model VII: Validation Studies and FACES III, Family process, Vol.25(3);337-351.
  16. G.Y. Jeon(1993), The influence of adolescent-perceived family cohesion, family adaptability, and family system type on adolescent adjustment, Graduate School at Kyungpook National University, pp.1-119.
  17. M. Sherer, J.E. Maddux, B. Mercandante, S. Prentice-Dunn, B. Jacobs, R. W. Rogers(1982), The self-efficacy scale: Construction and validation, Psychological Reports, Vol.51(2);663-671.
  18. H.Y. Hong(1995), The Relationship of Perfectionism, Self-Efficacy and Depression, Department of Psychology The Graduate School at Ewha Womans University, pp.62-64.
  19. W.L. Fletcher, R.O. Hansson(1991), Assessing the Social Components of Retirement Anxiety, Psychology and Aging, Vol.6(1);76-85.
  20. Y.I. Jung(2006), Study on Effects of Vocation Attributes of the Middle-Aged's Employee on Retirement Attitudes, The Graduate School of Social Welfare at Kyonggi University, pp.1-53.
  21. D. Lee(2017), Effects of Meaning of Work on Retirement Anxiety and Psychological Well-Being of Middle Aged Man, Graduate School of Counseling Psychology at Seoul Cyber University, pp.1-62.
  22. M. Kim, S. Son, M.S. Park(2011). Korean Middle-Aged and Elderly Men's Experiences of Retirement and Life Satisfaction after Retirement, Journal of Korean Family Resource Management Association, Vol.15(4);65-78.