

# 중고령자 1인가구 삶의 만족도 변화 및 영향 요인 분석: 중고령자 다인가구와 비교 분석

홍성표<sup>1</sup> | 임한려<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup> 가톨릭대학교

<sup>2</sup> 서울대학교

\* 교신저자: 임한려 (hrcareer@snu.ac.kr)

## 초록

이 연구는 중고령자 1인가구의 삶의 만족도 변화 및 영향 요인을 다인가구와 비교 분석함으로써 중고령자 1인가구를 위한 정책적 지원 방향을 제시하는 데 목적이 있었다.

연구를 위해 한국복지패널 12~15차 자료를 활용했으며, 만 40세 이상 중고령자 1인가구 1,378명, 다인가구 6,382명을 분석하였다. 분석 방법은 잠재성장모형을 활용했으며, 중고령자 1인가구와 다인가구의 삶의 만족도 변화를 확인하고 삶의 만족도 초깃값 및 변화율에 영향을 미치는 요인들을 분석하였다.

연구를 통해 도출된 결론은 다음과 같다. 첫째, 중고령자의 삶의 만족도는 1인가구와 다인가구 관계없이 감소하는 경향을 보였지만 상대적으로 1인가구의 삶의 만족도 수준이 낮았다. 둘째, 소득, 자아존중감, 우울은 공통적으로 중고령자의 삶의 만족도에 유의미한 영향을 미쳤으며, 특히 자아존중감은 삶의 만족도 초깃값과 변화율에 높은 영향력이 있었다. 셋째, 중장년이 노년층에 비해 삶의 만족도 수준이 낮은 특징을 보였으며, 특히 중장년 1인가구는 다인가구에 비해 삶의 만족도에 대한 부정적 영향이 더 큰 것으로 확인되었다. 넷째, 교육 수준, 자원봉사 참여는 다인가구 중고령자에게는 삶의 만족도를 높이는 유의미한 변인이었지만 1인가구에는 유의미한 효과를 확인할 수 없었다.

연구 결과를 통해 제시한 시사점은 다음과 같다. 첫째, 중고령자 1인가구의 삶의 질 향상을 위한 대상별 지원이 필요하다. 둘째, 중고령자 1인가구의 자아존중감 및 심리적 회복과 연계한 지원이 필요하다. 셋째, 세대, 성별, 가구 등의 특성에 기초한 1인가구의 구성과 삶의 인식에 대한 추가적인 연구가 필요하다.

**주요 용어:** 중고령자, 1인가구, 다인가구, 삶의 만족도, 잠재성장모형

## 알기 쉬운 요약

**이 연구는 왜 했을까?** 중고령자 1인가구는 건강, 소득, 사회적 관계 등에 취약한 계층으로 연구와 정책적 관심이 필요하다. 중고령자 1인가구와 여러 구성원이 함께 살아가는 다인가구의 삶의 만족이 어떻게 변화했는지, 영향을 미치는 요인들은 무엇인지 비교하여 살펴보았다.

**새롭게 밝혀진 내용은?** 우리나라 중고령자 1인가구는 다인가구에 비해 삶의 만족도가 유의미하게 낮고 나이가 들어감에 따라 감소하는 경향이 있다. 구체적으로 여성, 저소득, 중장년이거나 우울 수준이 높을수록 삶의 만족도가 더 낮고, 자아존중감이 높을수록 삶의 만족도는 높아진다. 특히 자아존중감은 중고령자 1인가구의 삶의 만족에 가장 영향력이 큰 요인이었다.

**앞으로 무엇을 해야 하나?** 중고령자 1인가구는 사회적 단절, 건강, 우울 등의 어려움을 겪는 경우가 많다. 경제적, 일자리 지원뿐만 아니라 관계, 자아존중감 회복을 위한 지원이 필요하다. 중고령자 1인가구 내에서도 성별, 연령, 소득 등에 따라 다양한 특성을 보이는 만큼 맞춤형 지원도 이루어질 필요가 있다.

본 연구는 서울시50플러스재단에서 주최한 「2021년 50+당사자연구 이슈페이퍼 공모전」에서 선정된 이슈페이퍼를 수정·보완한 논문입니다.

- 투 고 일: 2021. 12. 23.
- 수 정 일: 2022. 03. 15.
- 게재확정일: 2022. 03. 22.

## 1. 서론

삶의 만족(life satisfaction)은 주관적 웰빙을 구성하는 요인으로 개인이 자신의 삶에 얼마나 만족하는지에 대한 평가를 의미한다(김정호, 2007). 개인의 주관성에 기초한다는 점에서 개념적인 한계는 있지만, 사회구성원들이 인식한 삶의 질 수준을 측정하고 이해할 수 있다는 점에서 다양한 연구에서 활용되고 있다. 객관적인 삶의 질 지표는 구성원들이 체감하고 인식하는 삶의 질을 온전히 대표할 수 없다는 한계가 있는데 OECD의 *How's Life? 2020* 보고서에 따르면, 대한민국 국민의 삶은 객관적 지표를 기준으로 지속적으로 개선되고 있지만, 삶의 만족이라는 주관적인 기준에서는 OECD 국가들 중 최하위권에 위치하고 있다. 특히 다양한 사회계층 및 집단의 삶의 만족을 분석하는 것은 이들의 삶을 심층적으로 이해하고 포용적 사회 구현을 위한 정책 방안을 개발하는 바탕이 되기도 한다. 이에 선행연구들은 삶의 만족이라는 개념을 활용하여 장애인, 노인, 청소년, 여성 등 다양한 사회구성원들의 삶을 연구해 왔다(신미, 전성희, 유미숙, 2010; 임수정, 이준우, 2011; 차영란, 김기범, 전경숙, 2007).

이러한 맥락에서 이 연구는 그동안 상대적으로 사회적, 학술적 관심이 적었던 중고령자 1인가구의 삶의 만족에 주목하였다. 현재 대한민국의 인구 및 가구구조는 급격한 변화를 경험하고 있다. 2021년 9월, 행정안전부 통계에 따르면, 전국적으로 1인가구 936만 7,439가구로 40.1%를 차지하고 있으며, 계속 증가하는 추세에 있다(행정안전부, 2021). 전통적인 가족 형태가 해체되고 다양한 이유로 1인가구가 증가하고 있는데, 청년들은 대학 진학과 취업을 위해 거주지를 이동함으로써 1인가구가 되는 경향이 있으며, 중고령층은 이혼, 사별, 경제 문제로 가족이 해체됨에 따라 1인가구로 진입하는 모습을 보인다(강은나, 이민홍, 2016).

청년층에 비해 중고령층은 이혼, 사별, 실직 등의 문제로 인해 비자발적으로 1인가구가 된다는 점에서 더욱 사회적 관심이 필요한 집단이다. 중고령자 1인가구는 다인가구에 비해 우울 수준이 높고, 음주, 흡연 등 건강에 부정적인 습관을 형성하는 경우가 많으며(신미아, 2019; 이하나, 조영태, 2019), 가족관계에서 오는 물질적, 정서적 지지를 받지 못하는 경우가 많기 때문에 고립감을 경험하는 경향이 있다. 실제 복지정책에 대한 요구에서도 청년층은 일자리, 주거, 안전 등의 우선순위가 높은 반면, 중고령층은 사회적 네트워크, 소외감, 외로

움 등의 정서적, 심리적 문제에 대한 우선순위가 높았다(이여봉, 2017). 이처럼 중고령층 1인가구는 연령 측면에서는 청년에 비해, 가구적 측면에서는 다인가구에 비해 삶의 질에 취약한 상황에 놓여 있으며, 이들에 대한 이해와 분석이 필요한 시점이다.

중고령자 1인가구를 분석한 선행연구들도 공통적으로 이러한 부분을 지적하고 있다. 강은나, 이민홍(2016)은 노년층 1인가구에서 여성의 비율이 높고 학력이 낮다는 특징을 제시했으며, 김미숙, 김안나(2020)는 1인가구의 삶의 만족에 연령 효과가 존재한다는 점을 확인하였다. 특히 고아라, 정규형, 신보경(2018)의 연구에서는 중장년 1인가구와 다인가구의 사회적 경제적 박탈과 우울에 대한 비교 연구를 실시했는데, 가족 구성원이 함께 거주하는지에 따라 사회경제적 박탈과 우울에 유의미한 차이가 존재했다. 이외에도 이병호(2014)는 중장년 1인가구의 사회 참여가 다인가구에 비해 낮다는 점 등을 제시하기도 하였다.

결과적으로 중고령자 1인가구는 다인가구에 비해 상대적으로 취약한 상태에 놓여 있는 경우가 많고, 복합적인 요인들이 이들의 삶에 영향을 미친다.

이러한 논의를 바탕으로 이 연구는 중고령자 1인가구의 삶을 심층적으로 분석하기 위해 생활 전반에 대한 만족 수준을 의미하는 삶의 만족도 변인을 활용하여 다인가구 중고령자와 비교 분석하였다. 특히 기존 선행연구가 횡단적 관점에서 삶의 만족도에 영향을 미치는 변인을 탐색했다면(김경숙, 김미옥, 2021; 박미현, 2016), 이 연구는 종단적 관점에서 중고령자 1인가구의 삶의 만족도 변화를 분석했다는 점에서 차이가 있다. 특정 시점에 대한 삶의 만족도 또한 중요한 의미를 가지지만, 시간의 흐름에 따라 중고령자 1인가구와 다인가구의 삶의 만족도는 어떤 변화 양상을 보이는지, 증감폭은 어떠한지, 삶의 만족도에 미치는 영향요인은 무엇인지를 분석함으로써 이들의 삶을 더욱 깊이 있게 이해하고자 하였다. 더불어 다인가구 중고령자와의 비교를 통해 가구 구성원의 역할과 의미에 대해 이해할 수 있었다. 1인가구 증가에 따라 정부와 지방자치단체에서 이들을 지원하기 위한 보건, 복지 정책들이 개발 및 실행되고 있는 상황(서울시는 1인가구 지원을 위한 전담 조직 신설)에서 이러한 분석 결과를 바탕으로 중고령자 1인가구의 삶의 질을 높일 수 있는 실천적인 제언을 제시하고자 하였다. 학술적인 관점에서는 일상적인 경험들이 개인의 삶의 만족에 영향을 미친다는 상하이론과 외부 상황에 대한 개인의

심리적 해석과 수용의 역할을 강조하는 하향이론과 선행연구에서 제시된 결과들을 중고령자 1인가구와 비교함으로써 중고령자의 삶의 만족에 대한 영향 요인들을 심층적으로 이해하는 데 기여하고자 하였다.

이 연구의 목표는 다음과 같다. 첫째, 중고령자 1인가구 및 다인가구의 삶의 만족도 변화(2017~2020년)는 어떠한가. 둘째, 중고령자 1인가구 및 다인가구의 삶의 만족도 변화에 영향을 미치는 요인은 무엇인가.

## II. 이론적 배경

### 1. 삶의 만족도 개념

삶의 만족도는 삶의 질을 측정하는 주관적인 방법으로 자신이 생각하는 전반적인 삶의 수준을 의미한다(임남연, 이화령, 서은국, 2010). 삶의 만족은 개인의 가치관 및 인식에 따라 다양한 영역으로 구분할 수 있는 포괄적인 개념인데, 구성 영역으로 직업, 건강, 대인관계, 가족, 소득 등이 있으며, 행복, 삶의 질 등의 개념과 밀접한 관계를 맺고 있다. 역사적으로 삶의 만족도는 주관적 안녕감의 맥락에서 발전해 왔고 개인의 삶에 대한 인지적 평가와 관련이 있으며(장항채, 2017), 심리, 환경, 맥락에 영향을 받는 생활 전반에 걸쳐 형성되는 복합적인 감정이라는 특징을 가진다(Emmons & Diener, 1985). 따라서 개인의 일시적인 정서와 사건에 영향을 받는다는 점에서 변동성이 존재하지만, 전반적인 삶의 만족 수준은 비교적 안정적으로 변화하는 모습을 보인다.

삶의 만족도는 Neugarten, Havighurst, Tobin(1961)에 의해 노인이 인식하는 삶의 만족도 지표를 개발하면서 확산되었다(김윤중, 2017). 이 지표는 5개 영역으로 열정, 결단력과 의연함, 열망하는 목표와 성취한 목표간 조화, 자아개념, 기분 상태로 구분된다. 삶의 만족도에 대한 측정은 객관적인 관점과 주관적인 관점으로 구분될 수 있는데 객관적인 관점에서는 삶의 만족을 대표할 수 있는 다양한 조건들을 중심으로 이루어졌으며, 1인당 국민 총생산, 거주환경, 의식주 수준 등이 있다. 그러나 삶의 만족, 행복 등의 개념은 개인의 인식과 경험에 기초한다는 점에서 주관적인 관점을 중심으로 이를 규정하는 방향으로 변화하였다(백옥경, 2014).

특히 중고령자에게 삶의 만족도는 성공적인 노후 생활을

예측할 수 있는 중요한 개념인데(김희주, 주경희, 2008), 생애 전반에 걸친 삶의 만족도를 분석해 보면, 중고령자의 시기에 삶의 만족도가 변화하는 변곡점을 가지기 때문이다. Blanchflower & Oswald(2008)에 따르면, 청년 시절 높은 수준의 삶의 만족도는 지속적으로 감소하면서 중장년에 해당되는 40대 후반에 가장 낮은 모습을 보이며, 이후 노년기에 삶의 만족도가 높아지는 경향을 보인다. 반면, Easterlin(2006)은 이와 반대되는 연구 결과를 보여주기도 했는데 중장년 시기에 삶의 만족도가 가장 높으며, 이후 노년기에는 삶의 만족이 지속적으로 감소한다는 결과를 제시하였다(원도연, 2020). 어떤 가설을 채택하더라도 중장년과 노년기는 생애 전체에서 삶의 만족도가 크게 변화하는 구간이며, 중고령자의 행복한 삶과 노후를 위해서 삶의 만족도는 중요한 개념으로 연구될 필요가 있다.

특히 중고령자에게 1인가구라는 특징은 삶의 만족에 중요한 변화 요인이다. 1인가구는 다인가구에 비해 삶의 만족에 영향을 미치는 물질적, 정신적 지원을 받지 못하는 경우가 많은데, 이러한 상황은 중고령자 1인가구가 중고령자 내에서도, 다른 연령에 비해서도 상대적으로 삶의 질 수준이 취약할 수 있음을 의미한다. 특히 자아존중감, 우울과 같은 심리적 특성은 하향이론의 관점에서 삶에 영향을 미치는 다양한 사건들을 해석하고 수용하는 데 영향을 미치는데, 중고령자 1인가구들은 객관적인 삶의 수준(소득, 건강 등)뿐만 아니라 심리적인 영역에서도 취약성을 나타내고 있다는 점에서 상당히 낮은 삶의 만족도를 보일 수 있다. 실제 반정호(2014)에 따르면 1인가구가 다인가구에 비해 절대 및 상대빈곤율이 모두 높았으며, 2006년 1인가구의 빈곤율은 40.6%에서 2014년 47.6%로 증가하는 경향을 보였다(정은희, 이주미, 2016). 성, 연령과 같은 특성에 따라 이들의 불평등에도 상당한 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다. 또한 국내 1인가구는 인구주택총조사 기준으로 2016년 5,398천 가구(27.9%)에서 2020년 6,643천 가구(31.7%)로 증가했는데, 이 중 40대 13.6%, 50대 15.6%, 60대 이상이 33.1%로 상당수가 중고령층인 것으로 나타나고 있다.

### 2. 삶의 만족도 이론

삶의 만족을 설명하는 이론으로는 상향적 관점의 이론과 하향적 관점의 이론이 존재한다(박현선, 2020). 상향적 관점

은 인간이 생활에 필요한 욕구가 충족되면 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미친다는 것으로 많은 행복을 경험하게 되면 삶의 만족도가 높아진다는 관점을 가진다. Maslow(1954)의 욕구이론에서 주장하는 것처럼 인간은 생리, 안전, 애정과 소속, 자기존중, 자아실현의 순서대로 욕구 체계를 가지고 있으며, 이를 충족하게 되면 행복감을 느끼게 된다. 이들 욕구에는 위계가 존재하는데, 하위단계에 있는 욕구가 충족되지 않으면 상위 욕구가 발생하지 않는다고 설명한다. 따라서 삶의 만족에 대한 상향적 관점에서는 개인의 다양한 욕구가 일상생활에서 긍정적인 방향으로 충족될 때 삶의 만족이 높아질 수 있다고 본다.

Heller, Watson, & Ilies(2004)는 삶의 만족도에 대한 상향적 이론을 삼각형의 체계로 표현하기도 했는데, 하단에는 삶의 만족과 관련된 사건, 즐거운 경험(Satisfaction with events and leisure experience)이 위치하며, 그 상단에는 삶의 만족과 관련된 영역(Satisfaction with domain)으로 일, 커뮤니티, 가족이 존재한다. 마지막으로 최상단에는 삶의 만족이 위치한다. 행복하거나 불행한 경험은 삶의 만족도 하단에 영향을 미치게 되고 이러한 경험은 마치 물이 넘치는 것처럼 삶의 다양한 영역인 일, 가족, 커뮤니티를 거쳐 최종적으로 개인의 삶의 만족에 영향을 준다.

이처럼 상향 이론에서는 개인의 일상적인 경험들이 중요한 역할을 수행하기 때문에 낮은 빈도로 발생하는 극적인 사건들은 삶의 만족도에 미치는 영향이 제한적이며, 오히려 일상에서 경험하는 다수의 경험에 의해 삶의 만족이 충분히 설명될 수 있다는 관점을 가진다(박현선, 2020; Brickman et al., 1978).

그렇지만 절대적 기준에서 욕구 충족과 행복한 경험의 증가가 삶의 만족도를 완전하게 설명하지 못한다는 연구들이 존재하며, 삶의 만족은 개인이 경험과 상황을 어떻게 인식하느냐에 따라 달라진다는 관점이 하향적 이론이다. 이 관점에 따르면 개인의 내적인 특성이 삶의 만족도에 영향을 미치게 되는데, Pollock et al.(2016)에 따르면 삶의 만족도와 개인의 성실성, 자아존중감, 외향성 등의 성격적 특성이 유의미한 상관관계가 존재한다는 점을 제시하였다. 상대적으로 상향 이론에서 삶의 만족에 영향을 미치는 요인이 사회인구적 특성이라면, 하향 이론에서는 개인의 심리적인 특성과 밀접한 관련을 가진다(정계숙, 최은실, 2012). 기존 상향 이론은 삶의 만족도에서 유전적 요인과 관계를 설명하는 데 한계가 있다. 개인은 유전적 특성에 따라 외부의 자극 또는 경험을 긍정적, 부정적으로

인식하고 반응할 수 있는데, 사회인구학적 요인을 강조하는 상향 이론에서는 이러한 인간 내적인 특성을 충분히 설명할 수 없기 때문이다(Heller, Watson, & Ilies, 2004). 이와 관련된 대표적인 이론으로 비교 이론이 있으며, 삶의 만족은 자신의 설정한 기준과 위치에 기초하여 삶의 만족이 결정된다고 설명한다.(박현선, 2020). 개인의 기대는 시점과 대상에 따라 달라질 수 있기 때문에 과거와 현재를 비교하거나 현재와 기대되는 미래를 비교하는 인식에 따라 삶의 만족에 미치는 영향이 달라질 수 있으며, 타인과 자신의 현재 상태를 비교하는 관점도 삶의 만족에 영향을 미칠 수 있다.

상향적 관점과 하향적 관점은 외부 환경에 대한 행복한 경험과 긍정적 상황에 따라 영향을 받는다는 관점과 개인의 내적인 특성에 따라 경험을 해석하는 과정에서 결정된다는 관점을 가지고 있기 때문에 이를 베타적으로 적용하기보다는 통합적인 관점에서 바라볼 필요가 있으며(Diener et al., 1999), 내적인 심리적 특성과 외적인 환경을 종합적으로 고려한 연구가 필요하다는 의견이 제시되고 있다.

### 3. 중고령자 삶의 만족도 영향 요인

중고령자 1인가구를 포함하여 삶의 만족도에 대한 선행연구를 종합해보면, 성별, 건강, 자아존중감, 우울, 소득, 사회활동 참여, 일자리 등의 다차원적인 요인들이 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있다. 윤강인, 강인선(2016)은 한국복지패널 9차년도 자료를 활용하여, 중장년과 고령자를 포함한 중고령자 1인가구의 삶의 만족도 영향 요인을 분석했는데, 중고령자를 준고령(50~64세), 전기 고령(65~74세), 중기 고령(75~84세), 후기 고령(85세 이상)으로 구분했다는 점이 특징적이다. 중고령자 1인가구의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인으로 우울, 주택 소유, 생활비, 소득, 가족 간 갈등을 제시했는데, 고령자의 연령대가 높아짐에 따라 소득빈곤, 생활비 등의 경제적 요인이 삶의 만족도에 중요한 영향을 미치는 것을 확인할 수 있다. 이 연구는 중고령자의 연령대를 다양하게 구분하고 사회인구적 특성과 우울 등의 심리적 요인을 함께 분석했다는 점에서 의미가 있지만, 한국복지패널 9차년도의 횡단자료를 활용했기 때문에 종단적인 삶의 만족도 변화를 측정하지는 못하였으며, 긍정적인 자기개념, 사회활동 참여 등 중고령자 1인가구의 삶의 만족에 영향을 미칠 수 있는 내적, 사회적 요인들에 대한 반응이 부족했다는 한계가 있었다.

최성현(2020)의 연구는 윤강인, 강인선(2016)의 연구와 유사한 맥락에서 한국복지패널 13차 자료를 활용하여 도시에 거주하고 있는 노인 1인가구의 삶의 만족도에 대한 영향 요인을 분석하였다. 노인층으로 연령 범위를 제한하였지만, 성별에 따른 심층적인 분석을 실시했다는 점이 특징적이다. 연구 결과 1인가구 노인의 성별에 따른 삶의 만족도 영향 요인에 차이가 있었는데, 여성은 아파트에 거주하며, 이웃에 도움을 제공할 의사가 있거나, 소득, 연금 등의 경제적 조건이 삶의 만족도를 유의미하게 높이는 것으로 확인되었지만, 남성은 연령이 높고 자가 주택에 거주하고 있는 경우 삶의 만족도가 높은 것으로 확인되었다. 여성과 남성의 표본을 통합한 분석에서는 성별(여성), 연령, 아파트 거주, 건강, 비음주, 낮은 우울감, 높은 자아존중감, 자녀관계, 타인 신뢰 및 도움, 연금 수령의 요인이 노인 1인가구의 삶의 만족도에 유의미한 영향을 미쳤다. 최성현(2020)의 연구는 노인 1인가구의 성별에 따른 특징을 심층적으로 분석했다는 점에서 차별화되지만, 이전 연구와 동일하게 삶의 만족에 대한 변화를 확인할 수 없다는 점이 제한적이다.

한국복지패널이 아닌 다양한 자료를 활용하여 중고령자 1인가구의 삶의 만족도를 분석한 선행연구들도 존재한다. 조동훈(2015)은 노동패널 10차년도 자료를 활용하여 40세 이상의 중고령자를 대상으로 삶의 만족도 결정 요인을 분석하였다. 경제활동 및 노동시장에 초점을 맞춘 노동패널을 활용했다는 점에서 경제적 변인이 포함되어 있으며, 분석 결과 중고령자 1인가구의 삶의 만족에는 자산규모와 인구적 특성보다 부모의 생존 여부, 건강, 사회경제적 배경이 삶의 만족에 더 큰 영향이 있다는 것을 밝혔다. 조동훈(2015)의 연구는 노동패널을 활용하여 중고령자 1인가구의 삶의 만족에 미치는 다양한 요인을 탐색했다는 점에서 의미가 있지만, 투입된 변인이 제한적이고 횡단분석을 중심으로 수행되었다는 한계가 있었다.

종단적인 관점에서 중장년 1인가구의 심리적 특성을 분석한 연구를 살펴보면, 고아라, 정규형, 신보경(2018)은 삶의 만족은 아니지만 사회경제적 박탈과 우울의 변화궤적과 관계를 분석하고 1인가구와 다인가구 여부가 해당 변인들의 초깃값과 변화율에 영향을 미치는지 분석하였다. 고아라, 정규형, 신보경(2018)의 연구는 종단적 관점에서 중장년 1인가구를 분석했으며, 1인가구와 다인가구의 개념을 분리했다는 점에서 이전 연구들과 차이가 있다. 그러나 본 연구에서 관심을 가진 삶의 만족 개념을 주요 변인으로 활용하지는 않았다.

이외에도 중고령자 1인가구의 소비와 삶의 만족에 초점을 맞춘 김시월, 조향숙(2015)의 연구가 있으며, 연구를 통해 중고령자 1인가구의 삶의 만족도 유형은 인간관계 만족, 경제·건강·여가 만족의 패턴을 보인다고 밝혔다. 최태을, 권경주, 최미영(2016)은 베이비붐 세대에 초점을 맞추었는데 이들의 노후 준비 상태와 삶의 만족도 및 자아존중감의 관계를 분석하였다. 이 연구에서 베이비붐 세대의 노후 준비가 삶의 만족도에 유의미한 영향이 있으며, 특히 자아존중감이 노후 준비와 삶의 만족도의 관계를 매개하는 것으로 나타나 베이비붐 세대의 심리적 상태가 삶의 만족에 중요한 역할을 수행한다는 점을 확인하였다. 신용석, 원도연, 노재현(2017)은 노인의 자산 수준과 삶의 만족도의 관계를, 권현수(2009)는 노인의 사회 참여와 삶의 만족도 간 유의미한 관계를 분석하기도 하였다.

보다 실천적인 관점에서 박소영, 최윤정, 김주희(2020)는 저소득 중장년 1인 남성의 삶의 질 향상을 위한 프로그램을 개발하고 효과를 분석했는데 신체적 건강, 사회적 관계, 심리적 건강, 생활환경 관리 능력에 초점을 맞춘 프로그램을 운영한 결과 참여자의 삶의 질 향상에 유의미한 효과가 존재한다는 점을 제시하였다. 이 프로그램은 저소득 중장년 1인가구 남성을 지원하기 위해 경제적 영역 외에도 사회, 심리, 건강 등을 종합적으로 고려한 접근이 중요하다는 점을 제시했다는 점에서 의미가 있다.

중고령자 1인가구와 삶의 만족을 분석한 선행연구들을 종합해보면, 횡단자료를 활용하여 중고령자 1인가구의 삶의 만족도에 영향을 미치는 변인들을 탐색하거나(신용석, 원도연, 노재현, 2017; 윤강인, 강인선, 2016; 최성현, 2020), 특정 변인과 삶의 만족도의 관계를 분석하는 연구(고아라, 정규형, 신보경, 2018; 권현수, 2009; 김시월, 조향숙, 2015 최태을, 권경주, 최미영, 2016)가 존재한다. 삶의 만족의 종단적인 변화와 이러한 변화에 영향을 미치는 요인들을 탐색하는 연구들은 거의 수행되지 못했으며, 이 연구에서는 종단적 관점에서 중고령자 1인가구의 삶의 만족도 변화와 영향 요인을 탐색하고자 하였다.

또한 중고령자 1인가구와 다인가구를 비교함으로써 중고령자 1인가구의 특성을 자세히 나타내고자 하였다. 선행연구에 따르면 1인가구와 다인가구의 심리적, 사회적 특성에 차이가 존재한다는 것을 확인할 수 있다. 사회적 관계는 물질적, 정서적 지원을 통해 개인의 삶의 만족을 높일 수 있는 역할을 수행하고(한준, 김석호, 하상응, 신인철, 2014). 인간이 형성하는

가장 기본적인 사회적 관계인 가족은 삶을 위해 필요한 물질적이고 정서적인 교류가 이루어진다. 따라서 공간적으로 가족과 분리되어 있는 1인가구의 경우 사회적 고립감을 더 느낄 수 있으며, 다인 가구다인가구에 비해 물질적, 정서적 지지를 받을 가능성이 낮다. 실제 다수의 선행연구에서 1인가구가 다인가구에 비해 정서적, 건강적으로 취약하다는 점이 제시하고 있는데, 신미아(2019)는 국민건강영양조사 자료를 활용하여 1인가구와 다인가구의 건강행태와 정신건강을 비교 분석한 결과, 전반적으로 1인가구가 다인가구에 비해 우울, 자살생각 등의 정신건강이 좋지 않았으며, 흡연, 음주 등의 부정적인 건강행태가 더 자주 나타난다는 것을 확인하였다. 지역사회건강조사자료를 활용한 이하나, 조영태(2019)의 연구에서도 중년 1인가구의 건강과 질병이 다인가구보다 취약하다는 결과를 제시하였다. 물론 1인가구라 할지라도 활발하게 이웃 또는 타인과 교류하는 경우 사회적 고립감을 완화할 수 있지만(박미현, 2016), 사회적 관계의 가장 기본적인 단위인 가족관계의 단절은 전반적인 삶의 만족에 영향을 미칠 수 있다.

결과적으로 선행연구에서 1인가구에 초점을 맞춘 연구들이 증가하고 있지만, 삶의 만족도에 미치는 영향 변인을 탐색하거나 일부 종단적 변화를 분석하는 데 초점을 맞추고 있었다. 따라서 이 연구는 선행연구의 결과와 삶의 만족도에 대한 이론적 논의를 바탕으로 중고령자 1인가구의 삶의 만족도 변화를 종단적으로 그 궤적을 분석하고 다인가구와 비교를 통해 1인가구의 특성을 확인하고자 하였다. 또한 성별, 소득, 사회활동 참여(근로, 자원봉사), 중장년 여부, 자아존중감, 우울, 배우자 여부, 학력을 영향 변인으로 투입하여 이러한 개인 및 환경적 변인들이 중고령자 1인가구의 삶의 만족도 초깃값 및 변화율에 유의미한 영향을 미치는지 분석하였다.

### III. 연구 방법

#### 1. 연구 대상

이 연구는 중고령자의 삶의 만족도 변화와 영향 요인을 1인가구와 다인가구로 구분하여 분석하는 데 목적이 있다. 이를 위해 한국보건사회연구원에서 매년 조사가 이루어지고 있는 한국복지패널 자료를 활용했으며, 이 패널은 1997년 외환위기 이후 사회계층이 변화하고 복지에 대한 요구가 높아짐에

따라 정책을 개발하고 효과를 분석하기 위한 목적에서 운영되고 있다(한국보건사회연구원, 2021). 한국복지패널은 빈곤 및 복지연구에 최적화된 표본으로 구성되어 있는데 중위소득 60% 미만의 저소득층이 전체 표본의 50%를 차지한다는 점이 특징적이다(김문길, 전지현, 2015). 중고령자 1인가구들이 가족해체와 빈곤 등의 문제를 경험하고 있다는 점에서 한국복지패널은 연구의 목적을 달성하는데 적합한 자료라 할 수 있다.

구체적인 연구 대상은 한국복지패널의 2017년부터 2020년까지 4개년도에 응답한 만 40세 이상 중고령자이며, 1인가구와 다인가구(2인 이상)로 구분하였다. 최근 1인가구의 증가 추세를 반영하기 위해 4년 이내 자료를 활용하였다. 결측치 등을 고려하여 최종적으로 분석에 활용한 중고령자 1인가구 표본은 1,378명이며, 다인가구 표본은 6,382명이다. 구체적으로 연령 기준을 설정함에 있어, 청년기본법에서는 만 19세 이상 34세 이하를 청년으로 규정하고 있지만, 서울시와 경기도 청년 조례에서는 만 15세 이상 39세 이하를 청년으로 규정하고 있으며 중앙정부의 청년 정책(일자리, 주거, 창업 등)에 따라 만 39세 미만을 청년의 범위로 설정하는 경우도 다수 존재한다. 따라서 이 연구에서는 중고령자를 청년층을 벗어난 만 40세 이상으로 연령 범위를 설정하였다. 그러나 만 40세 이상 연령 집단은 세부 연령대에 따라 다른 특징을 보인다는 점에서 중장년층과 노인층을 구분하여 중장년층 여부를 독립변인으로 투입하였는데, 이때 중장년과 노인층을 구분하는 기준은 국제연합(UN)에서 65세 이상을 고령자로 구분한 기준을 적용하였다. 이 연령 기준은 다양한 국가 및 정책에서 사용되고 있는데, 대표적으로 국내 연금 수령 기준을 65세로 설정하고 있다.

#### 2. 연구모형

중고령자 1인가구의 삶의 만족도 변화를 종단적으로 분석하고 이러한 변화에 영향을 미치는 변인을 분석하기 위해 잠재성장모형을 활용하였으며, 중고령자 1인가구의 특징을 심층적으로 파악하고자 중고령자 다인가구와 비교를 통해 변화양상과 영향 요인을 확인하였다. 이 연구에서는 다인가구의 기준을 2인 이상의 가구원이 존재하는 경우로 설정하였는데, 건강가정기본법에 따르면 1인가구의 정의가 1명이 단독으로 생계를 유지하고 생활하는 단위인 만큼 2인 이상을 다인가구로 분류했으며, 선행연구에서도 2명 이상을 다인가구로 설정

하고 연구를 수행한 바 있다(박미현, 2016; 이병호, 2014).

종속변인인 삶의 만족도는 12차부터 15차까지 4개년에 걸친 자료를 활용했으며, 선행연구를 검토하여 삶의 만족도 초깃값과 변화량에 영향을 미칠 수 있는 성별, 소득, 중장년 여부, 근로활동 여부, 학력, 자원봉사 참여, 자아존중감, 우울, 배우자 여부를 모형에 투입하였다. 최성현(2020)에 따르면 중고령자 1인가구 여성이 남성보다 삶의 만족도가 유의미하게 높았으며, 소득은 중고령자 1인가구에 대한 여러 선행연구에서 공통적으로 유의미한 영향 요인으로 도출된 변인이다(윤강인, 강인선, 2016; 신용석, 원도연, 노재현, 2017; 최성현, 2020). 근로와 자원봉사 등 사회경제적 참여 활동도 중고령자의 삶의 만족에 영향을 미친다는 선행연구가 존재하며(권현수, 2009; 조동훈, 2015), 연령도 이들의 삶의 만족도에 영향력이 있었다. 특히 윤강인, 강인선(2016)의 연구에서 중고령자의 범위를 세부 연령대로 구분하여 분석한 것처럼 이 연구에서는 중장년의 기준을 만 40세~64세, 고령자(노인)를 65세 이상으로 설정하여 변인으로 투입하였다. 또한 자아존중감은 중고령자 1인가구의 삶의 만족에 영향을 미치는 대표적인 심리 변인으로 활용했는데 소득, 거주지 등의 물질적인 조건뿐만 아니라 자아존중감이 이들의 삶의 만족에 유의미한 영향을 미친다는 결과들이 존재한다(김미숙, 김안나, 2020; 최태을, 권경주, 최미영, 2016; 최성현, 2020). 우울도 중고령자의 삶의 만족을 설명하는 중요한 변인으로 연구되어 왔는데 다수의 연구에서 우울 수준이 삶의 만족에 부정적인 영향을 미친다는

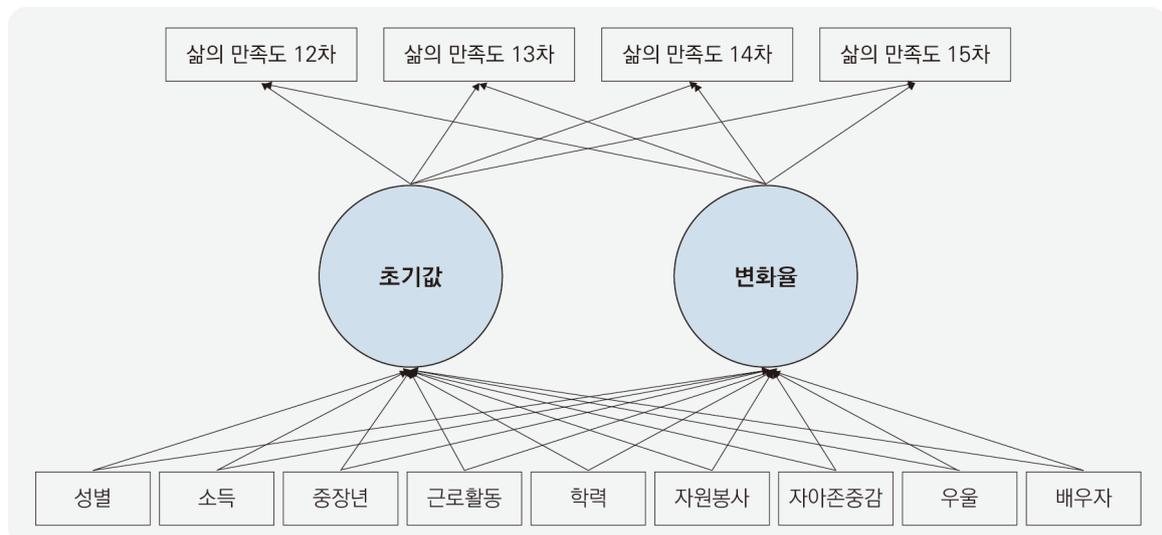
결과를 제시하고 있다(염동문, 정정숙, 2014; 이인정, 2007). 마지막으로 배우자 여부는 1인가구라 하더라도 이혼, 사별, 미혼 등의 이유로 배우자가 없는 경우와 배우자가 있는 경우에 그 효과가 다를 것이라는 판단 아래 관련 변인을 투입하였다.

모형의 분석은 무조건 모형을 기준으로 삶의 만족도 변화 양상을 분석했으며, 분산의 유의미성을 바탕으로 영향 변인을 투입한 조건 잠재성장모형을 함께 분석하였다.

### 3. 조사도구

중고령 1인가구 및 다인가구의 삶의 만족도와 영향 변인들의 구성을 살펴보면, 삶의 만족도는 삶에 대한 전반적인 만족도를 측정하는 문항을 사용했으며, 12~15차의 전반적 삶의 만족도를 투입하였다. 해당 문항은 5점 척도로 구성되어 있다. 성별은 남성을 1, 여성을 0으로 코딩했으며, 교육 수준은 표본들의 분포를 고려하여 고등학교 졸업 이하를 1, 대학 졸업 이상을 0으로 설정 하였다. 근로활동과 자원봉사는 해당 활동에 참여하고 있으면 1, 참여하고 있지 않으면 0으로 코딩했으며, 중장년 여부는 연령이 만 40세~64세에 해당되는 표본은 중장년으로 분류하여 1로 코딩하였다. 중고령자의 소득은 경상소득을 자연로그로 변환한 값을 사용했으며, 자아존중감은 한국복지패널의 자아존중감을 측정하는 10개 문항의 평균값을 활용하였다. 자아존중감 문항 중 부정문으로 표현된 5개 문항은 역코딩하여 분석하였으며, 한국복지패널의 자아존중

그림 1. 연구모형



감 척도는 Rosenberg Self-Esteem Scale이 활용되었다. 신뢰도는 1인가구는 Cronbach  $\alpha$  0.771, 다인가구는 0.731이었으며, 권혁창, 염동문, 조혜정(2020)의 연구에서도 자아존중감 척도는 0.748~0.766의 양호한 수준을 보였다. 우울을 측정하는 척도는 한국복지패널의 CES-D(The Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale)이며, 총 11개 문항에서 2번, 7번 문항을 역코딩하여 사용하였다. 허만세(2014)가 활용한 방식을 적용하여 1점부터 4점까지 구성된 척도를 0점에서 3점으로 변경하고 11개 문항의 값을 더한 뒤 20/11을 곱한 값을 사용하였다. 마지막으로 배우자 여부는 배우자가 있는 경우를 1, 없는 경우(이혼, 사별, 미혼 등)를 0으로 코딩하였다.

#### 4. 분석 방법

1인가구 및 다인가구 중고령자의 삶의 만족도 변화 양상을 분석하기 위해 먼저 무조건 잠재성장분석을 실시하였다. 무조건 잠재성장모형에서 삶의 만족도 변인만 투입하여 종단적 변화가 유의미한 모습을 보이는지 확인하였다. 1인가구와 다인가구로 구분하여 분석을 실시했으며, 모형의 적합도는 절대적합지수인  $\chi^2$ 과 RMSEA, 상대적합지수인 TLI, CFI를 중심으로 판단하였다. 다양한 적합도 지수가 존재하지만 TLI(NNFI), CFI, RMSEA가 다른 지수에 비해 바람직한 적합도 기준을 충족시킨다는 홍세희(2000)의 연구 결과를 기준으로  $\chi^2$ 과 RMSEA, 상대적합지수인 TLI, CFI를 활용하였다.

이때 모형을 무성장모형, 선형모형, 이차함수모형으로 구분하여 어떤 모형이 삶의 만족도 변화를 가장 적절하게 설명하는지 확인하였다.  $\chi^2$ 은 5% 유의수준을 적용했으며, RMSEA 0.1 이하, TLI, CFI 0.9 이상이면 모형이 수용 가능한 수준이라 판단하였다(배병렬, 2016).

무조건 모형 분석 결과를 바탕으로 분산의 유의성이 존재하는 경우 영향 요인들을 투입한 조건 잠재성장모형을 설정하여 분석을 실시하였다. 조건 잠재성장모형도 무조건 모형과

동일한 적합도 기준을 활용했으며, 영향 요인별 유의성과 효과 크기를 도출하였다. 최종적으로 중고령자 1인가구와 다인가구의 분석 결과를 비교함으로써 중고령자 삶의 만족도의 변화와 영향 요인을 심층적으로 이해할 수 있도록 하였다. 분석 프로그램은 AMOS 26을 사용했으며, 유의수준은 5%로 설정하였다.

### IV. 연구 결과

#### 1. 연구 대상의 일반적 특성 상관관계

##### 가. 연구 대상의 일반적 특성

연구 대상의 일반적 특성을 확인하기 위해 1인가구와 다인가구의 삶의 만족도(12~15차) 평균과 표준편차를 비롯하여 영향 요인들의 기술통계를 분석하였다. 먼저 삶의 만족도를 살펴보면, 중고령자 1인가구의 삶의 만족도는 2017년 3.42, 2018년 3.44, 2019년 3.43, 2020년 3.36으로 감소하는 추세를 나타냈다. 다인 가구 중고령자의 경우에도 2017년 3.61, 2018년 3.60, 2019년 3.60, 2020년 3.56으로 1인가구에 비해 삶의 만족도 수준이 높은 경향을 보였지만 종단적으로는 일부 감소하는 모습을 보였다.

다음으로 연구 대상의 성별, 학력, 근로 참여 등의 특성을 12차년도를 기준으로 살펴보면, 1인가구를 기준으로 성별은 남성 288명(20.9%), 여성 1,090명(79.1%)으로 중고령자 1인가구에서 여성의 비율이 상당히 높은 것을 확인할 수 있었다. 학력은 고등학교 졸업 이하가 1,296명(94.0%). 대학교 졸업 이상이 82명(6.0%)으로 상대적으로 학력이 낮은 특성을 보였다. 근로활동 참여 여부는 참여하고 있는 표본이 469명(34.0%), 미참여 909명(66.0%)이었으며, 자원봉사는 참여자가 61명(4.4%), 미참여자 1,317명(95.6%)이었다. 중장년에 비율은 261명(18.9%), 노인층 1,117명(81.1%)이었다. 소득

표 1. 중고령자 1인가구 및 다인가구 삶의 만족도 평균, 표준편차

연도	2017년	2018년	2019년	2020년
1인가구	3.42(0.671)	3.44(0.672)	3.43(0.661)	3.36(0.648)
다인가구	3.61(0.611)	3.60(0.633)	3.60(0.621)	3.56(0.611)

표 2. 중고령자 1인가구 및 다인가구 독립변인 기술통계

변인		1인가구	다인가구
성별	남성	288(20.9%)	3,129(49.0%)
	여성	1,090(79.1%)	3,253(51.0%)
학력	고졸 이하	1,296(94.0%)	4,946(77.5%)
	대졸 이상	82(6.0%)	1,436(22.5%)
근로 참여	참여	469(34.0%)	4,017(64.0%)
	미참여	909(66.0%)	2,255(36.0%)
자원봉사	참여	61(4.4%)	615(9.8%)
	미참여	1,317(95.6%)	5,657(90.2%)
증장년 여부	증장년층(40~64세)	261(18.9%)	3,779(59.2%)
	노인층(65세 이상)	1,117(81.1%)	2,603(40.8%)
배우자 여부	있음	24(1.7%)	5,533(86.7%)
	없음	1,354(98.3%)	849(13.3%)
우울		11.035(10.3103)	5.174(7.4160)
경상소득		1,368(1086.413)	5,235(4658.516)
로그변환(만 원)		7.030(0.5792)	8.269(0.8802)
자이존증감		2.817(0.4301)	3.075(0.3661)

은 평균 1,368만 원, 자이존증감 2.817이었으며, 우울은 평균 11.035, 배우자가 있는 경우가 24명(1.7%)이었다.

다인가구의 경우 성별은 남성 3,129명(49.0%), 여성 3,253명(51.0%)으로 남성과 여성의 비율이 유사했으며, 학력은 고등학교 졸업 이하 4,946명(77.5%), 대학교 졸업 이상 1,436

명(22.5%)으로 1인가구에 비해 대학교 졸업 이상의 학력을 가진 표본 비율이 높았다. 근로 참여 또한 참여자 4,017명(64.0%), 미참여자 2,255명(36.0%)으로 근로활동에 참여하는 비율이 1인가구보다 높았으며, 자원봉사 참여 또한 참여자 615명(9.8%), 미참여자 5,657명(90.2%)으로 비슷한 경향을

표 3. 중고령자 1인가구 상관관계 분석

구분	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m
a	1												
b	.393**	1											
c	.335**	.333**	1										
d	.268**	.285**	.433**	1									
e	-.062*	-.079**	-.103**	-.057*	1								
f	-0.045	0.003	-0.022	-0.046	-.248**	1							
g	.233**	.186**	.183**	.217**	.236**	-.296**	1						
h	.130**	.146**	.095**	.129**	.120**	-.098**	.366**	1					
i	-.079**	-.073**	-.091**	-0.01	.280**	-.262**	.340**	.286**	1				
j	.488**	.362**	.302**	.284**	0.010	-.128**	.335**	.261**	.073**	1			
k	.088**	.081**	.074**	.116**	.063*	-.229**	.243**	.128**	.202**	.170**	1		
l	-.282**	-.284**	-.242**	-.239**	-.143**	.109**	-.218**	-.181**	-.125**	-.380**	.102**	1	
m	0.000	0.051	0.018	-0.020	-0.041	0.033	0.033	0.010	-0.036	0.008	0.029	0.028	1

주: 삶의만족도12차, b: 삶의만족도 13차, c: 삶의만족도 14차, d: 삶의만족도 15차, e: 성별, f: 교육 수준, g: 소득, h: 근로 여부, i: 증장년 여부, j: 자이존증감, k: 자원봉사 여부, l: 우울, m: 배우자 여부

보였다. 중장년층에 포함되는 표본은 3,779명(59.2%), 노인층은 2,603명(40.8%)이었다. 소득은 평균 5,235만 원, 자아존중감 3.075이며, 우울 평균 5.174, 배우자가 있는 경우가 5,533명(86.7%)이었다.

**나. 주요 변인 간 상관관계 분석**

삶의 만족도와 주요 영향 변인인 성별, 교육 수준, 중장년 여부, 자원봉사 참여, 근로활동, 소득, 자아존중감과의 상관분석을 실시한 결과 중고령자 1인가구의 경우 삶의 만족도 4개년도 자료들은 0.268~0.433의 유의미한 정적 상관이 있었다. 12차 자료를 기준으로 삶의 만족도는 성별(-0.062), 중장년 여부(-0.079), 소득(0.233), 근로여부(0.130), 자아존중감(0.488), 자원봉사 참여(0.088), 우울(-0.282) 변인과 유의미한 상관을 가지고 있었다.

다음으로 다인가구 중고령자의 경우 12차~15차 기간 동안 삶의 만족도 간 상관은 0.315~0.367로 유의미한 정적 상관이 있었다. 12차를 기준으로 소득(0.237), 근로활동(0.126), 중장년 여부(0.079), 자아존중감(0.449), 자원봉사 참여(0.126), 배우자 여부(0.139)는 삶의 만족도와 정적인 상관이 있었으며, 교육 수준(-0.133), 우울(-0.299)과는 부적의 상관관계를

나타냈다.

**2. 중고령자 1인가구와 다인가구의 삶의 만족도 변화 형태 분석**

1인가구 및 다인가구 중고령자의 삶의 만족도 변화 형태를 분석하기 위해 무조건 잠재성장모형을 분석하였다. 변화 형태는 무성장, 선형, 이차함수모형들의 적합도를 비교하여 최적모형을 선택하였다. 모형 적합도 기준은  $\chi^2$ , RMSEA, TLI, CFI, NFI를 사용했으며, 절대적합지수인  $\chi^2$ 은 영가설을 기각하지 못할 때, RMSEA는 0.1 이하, TLI, CFI, NFI는 0.9 이상의 값을 나타낼 때 적합한 모형으로 판정하였다.

**가. 중고령자 1인가구의 삶의 만족도 변화 형태**

중고령자 1인가구의 2017~2020년까지 삶의 만족도 변화를 무성장, 선형, 이차함수모형의 적합도 지수를 바탕으로 비교하였다. 전체적으로 절대적합지수인  $\chi^2$ 을 기각하지 못했다. 카이제곱이 기각되지 못했다는 의미는 제안 모델이 데이터의 구조와 잘 맞지 않다는 것을 의미한다. 그러나 카이제곱 값이 표본 크기에 영향을 받는다는 점에서 다른 적합도 지수를 함

표 4. 중고령자 다인가구 상관관계 분석

구분	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m
a	1												
b	.374**	1											
c	.316**	.367**	1										
d	.315**	.333**	.377**	1									
e	0.021	0.013	0.012	.033*	1								
f	-.133**	-.121**	-.133**	-.165**	-.135**	1							
g	.237**	.218**	.205**	.265**	0.024	-.279**	1						
h	.126**	.138**	.128**	.143**	.199**	-.123**	.260**	1					
i	.079**	.091**	.085**	.143**	-0.01	-.300**	.426**	.344**	1				
j	.449**	.344**	.312**	.314**	.045**	-.220**	.318**	.262**	.240**	1			
k	.126**	.123**	.126**	.133**	-0.005	-.224**	.175**	.085**	.164**	.208**	1		
l	-.299**	-.283**	-.251**	-.263**	-.102**	.127**	-.200**	-.190**	-.183**	-.330**	-.086**	1	
m	.139**	.143**	.155**	.152**	.102**	-.067**	.092**	.096**	-.034**	.188**	.044**	-.116**	1

주: a: 삶의만족도12차, b: 삶의만족도 13차, c: 삶의만족도 14차, d: 삶의만족도 15차, e: 성별, f: 교육 수준, g: 소득, h: 근로 여부, i: 중장년 여부, j: 자아존중감, k: 자원봉사 여부, l: 우울, m: 배우자 여부

표 5. 중고령자 1인가구 모형 적합도

연도	$\chi^2$ (df)	RMSEA	TLI	CFI
무성장모형	76.168(11)***	0.066	0.925	0.917
선형모형	35.112(8)***	0.050	0.957	0.966
이차함수모형	19.457(4)***	0.053	0.951	0.980

주: \* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

표 6. 중고령자 1인가구 모형의 평균 및 분산

구분	초기치		변화율		공분산(표준편차)
	평균(표준편차)	분산(표준편차)	평균(표준편차)	분산(표준편차)	
삶의 만족도	3.437(0.017)***	0.201(0.016)***	-0.018(0.007)**	0.957(0.016)***	-0.027(0.006)***

주: \* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

게 살펴보았다. RMSEA는 0.1 이하, TLI, CFI는 0.9 이상으로 상대적합지수는 수용 가능한 수준임을 확인할 수 있었다. 선형모형이 무성장모형보다 RMSEA가 낮고 TLI, CFI 지수가 높았으며, 이차함수모형과 비교했을 때도 RMSEA가 낮고, TLI가 높은 모습을 보였기 때문에 최종적으로 선형모형을 분석모형으로 결정하였다. 특히 이차함수모형의 경우 이 연구처럼 측정시점이 4개인 경우 결과를 추정하는데 불안정한 부분이 있기 때문에(김수영, 2016), 모형적합도와 측정시점을 고려하여 선형모형을 선정하였다.

다음으로 선형모형을 기준으로 삶의 만족도 초기치와 변화율의 평균 및 분산을 분석하였다. 모형의 초깃값과 변화율 모두 유의미했으며, 초깃값은 평균 3.437이며, 변화율은 -0.018로 시간이 지남에 따라 중고령자 1인가구의 삶의 만족도는 감소하는 것으로 나타났다. 또한 모형의 분산이 유의미했기 때문에 중고령자 1인가구의 특성에 따라 삶의 만족도에 차이가 있음을 확인할 수 있었다. 따라서 추가적으로 영향 요인을 투입하여 요인들의 유의성과 효과를 분석하였다. 마지막으로 모

형의 초기치와 변화율의 관계를 분석한 결과 -0.027로 중고령자 1인가구의 삶의 만족도 초깃값이 높은 경우 변화율은 감소하는 것을 확인할 수 있었다.

#### 나. 중고령자 다인가구의 삶의 만족도 변화 형태

중고령자 다인가구의 2017~2020년까지 4개년도 삶의 만족도 변화를 무성장모형, 선형모형, 이차함수모형의 적합도 지수를 바탕으로 비교하였다. 절대적합지수인  $\chi^2$ 을 기각하지 못했지만, 모든 모형에서 RMSEA는 0.1 이하, TLI, CFI 0.9 이상으로 상대적합지수는 충족하는 것으로 나타났다. 모형별 적합도 지수를 비교해보면, 선형모형이 다른 모형에 비해 RMSEA가 낮고 TLI가 가장 높았기 때문에 최종적으로 선형모형을 분석모형으로 결정하였다.

선형모형을 기준으로 초기치와 변화율 결과를 살펴보면, 초기치는 3.613으로 유의미했으며, 변화율은 -0.016으로 시간이 지남에 따라 다인가구 중고령자의 삶의 만족도는 감소하는

표 7. 중고령자 다인가구 모형 적합도

연도	$\chi^2$ (df)	RMSEA	TLI	CFI
무성장모형	95.843(11)***	0.035	0.977	0.975
선형모형	35.112(8)***	0.028	0.985	0.988
이차함수모형	25.504(4)***	0.029	0.984	0.994

주: \* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

표 8. 중고령자 다인가구 모형의 평균 및 분산

구분	초기치		변화율		공분산(표준편차)
	평균(표준편차)	분산(표준편차)	평균(표준편차)	분산(표준편차)	
삶의 만족도	3.613(0.007)***	0.147(0.006)***	-0.016(0.003)***	0.005(0.001)***	-0.007(0.002)***

주: \* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

표 9. 중고령자 1인가구 및 다인가구 초기치와 변화율 비교

구분	초기치	변화율
1인가구	3.437(0.017)***	-0.018(0.007)**
다인가구	3.613(0.007)***	-0.016(0.003)***

주: \* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

것으로 확인되었다. 또한 초기치와 변화율 모두 분산이 유의미한 것으로 나타났기 때문에 다인가구 중고령자의 특성에 따라 삶의 만족도에 차이가 있다는 것을 확인할 수 있었다. 따라서 추가적으로 조건 잠재성장모형을 통해 다인가구 중고령자의 삶의 만족도 변화에 영향을 미치는 변인들을 분석하였다. 그리고 선형모형의 초기치와 변화율의 관계를 분석한 결과 -0.007로 중고령자 다인가구의 삶의 만족도 초깃값이 높은 경우 변화율이 감소하는 것을 확인할 수 있었다.

결과적으로 중고령자 1인가구와 다인가구의 삶의 만족도 변화를 비교해보면, 가족 구성원이 있는 다인가구의 삶의 만족도 초깃값이 1인가구보다 높은 것을 확인할 수 있으며, 시간의 흐름에 따른 삶의 만족도 감소율도 1인가구가 일부 더 높은 것으로 나타났다.

### 3. 중고령자의 1인가구와 다인가구의 삶의 만족도 변화 영향 요인 분석

중고령자 1인가구와 다인가구의 잠재성장모형 분산이 유의미한 것으로 확인되었기 때문에 삶의 만족도 초기치와 변화율에 영향을 미칠 수 있는 요인들을 투입한 조건 잠재성장모형

을 분석하였다. 투입 요인으로는 12차년도 성별, 교육 수준, 경상소득(로그), 자원봉사, 근로활동, 자아존중감, 중장년 여부였다.

1인가구 중장년의 삶의 만족도 선형모형에 영향 요인을 추가한 조건모형을 분석한 결과 절대적합지수  $\chi^2$ 은 기각하지 못했지만 상대적합지수인 RMSEA 0.036, TLI 0.943, CFI 0.983으로 충분한 모형 적합도를 확보한 것으로 확인되었다. 1인가구와 동일한 방법으로 다인가구 중고령자의 삶의 만족도에 대한 조건 잠재성장모형을 분석한 결과 절대적합지수는 기각하지 못했지만 RMSEA 0.021, TLI 0.971, CFI 0.991로 충분한 모형 적합도를 확보한 것으로 확인되었다.

#### 가. 1인가구 중고령자의 삶의 만족도 영향 요인

조건모형에 투입된 성별, 교육 수준, 경상소득(로그), 근로활동, 자원봉사, 중장년 여부, 자아존중감, 우울, 배우자 여부 변인들의 계수 유의성과 효과 크기를 분석한 결과 성별, 소득, 중장년 여부, 자아존중감, 우울이 유의미한 것으로 나타났다. 특히 성별, 소득, 중장년 여부, 우울은 삶의 만족도 초깃값에는 유의미한 영향이 있었지만 변화율에는 영향이 없는 것으로

표 10. 1인가구 및 다인가구 중고령자 조건모형 적합도

연도	$\chi^2$ (df)	RMSEA	TLI	CFI
1인가구 조건모형	75.202(27)***	0.036	0.943	0.983
다인가구 조건모형	134.583(27)***	0.021	0.971	0.991

주: \* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

표 11. 중고령자 1인가구 삶의 만족도 변화 영향 요인

구분	초기치	변화율
성별	-0.137(0.036)***	-0.016(0.018)
교육 수준	0.052(0.062)	-0.009(0.031)
경상소득(로그)	0.139(0.027)***	0.009(0.013)
근로활동 여부	0.028(0.032)	0.006(0.016)
중장년 여부	-0.274(0.039)***	0.036(0.019)
자아존중감	0.576(0.036)***	-0.124(0.018)***
자원봉사 여부	0.031(0.069)	0.041(0.035)
우울	-0.010(0.001)***	0.001(0.001)
배우자 여부	0.070(0.103)	-0.039(0.052)

주: \*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*\*\*  $p < 0.001$

확인되었다. 먼저 성별은 여성보다 남성일수록 삶의 만족도 초깃값에 부적인 영향을 미쳤으며( $B = -0.137, p < 0.001$ ), 경상소득 또한 소득이 높을수록 삶의 만족도 초깃값에 유의미한 정적 효과가 있었다( $B = 0.139, p < 0.001$ ). 중장년 여부는 중장년이 고령층에 비해 삶의 만족도 초깃값이 낮았다( $B = -0.274, p < 0.001$ ). 또한 우울 수준이 높을수록 삶의 만족도 초깃값에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B = -0.010, p < 0.001$ ).

반면 자아존중감은 1인가구 중고령자의 삶의 만족도 초기치와 변화율 모두에 영향을 미쳤는데, 자아존중감이 높을수록 1인가구 중고령자의 삶의 만족도 초기치는 유의미하게 높아지는 것으로 확인되었으며( $B = 0.576, p < 0.001$ ), 자아존중감이 낮은 1인가구 중고령자의 삶의 만족도 상승률이 높은 것으로 나타났다( $B = -0.124, p < 0.001$ ).

#### 나. 중고령자 다인가구 삶의 만족도 변화 영향 요인

초깃값에만 영향을 미치는 변인으로는 성별, 소득, 자원봉사 여부, 우울이 있었으며, 교육 수준과 중장년 여부, 자아존중감, 배우자 여부는 초깃값과 변화율 모두에 유의미한 영향이 있었다. 먼저 초깃값에 영향을 미치는 변인을 살펴보면, 성별은 남성이 여성보다 삶의 만족도 수준이 낮은 것으로 나타났다( $B = -0.041, p < 0.001$ ), 중고령자 다인가구의 우울 수준이 높을수록 삶의 만족도 초깃값도 낮은 경향을 보였다( $B = -0.015, p < 0.001$ ). 반면 소득과 자원봉사 여부는 중고령자의 삶의 만족도 초깃값에 긍정적인 영향을 미치고 있었는

데, 소득이 높을수록( $B = 0.075, p < 0.001$ ), 자원봉사에 참여할수록( $B = 0.063, p < 0.01$ ), 삶의 만족도가 높았다.

다음으로 교육 수준, 중장년 여부, 자아존중감과 배우자 여부는 중고령자 다인가구의 삶의 만족도에 초깃값 및 변화율 모두에 유의미한 영향이 있었는데, 교육 수준이 고등학교 이하 학력을 가진 중고령자가 대학교 졸업 이상의 학력을 가진 중고령자 보다 삶의 만족도가 낮았으며( $B = -0.033, p < 0.05$ ). 변화율도 낮았다( $B = -0.015, p < 0.05$ ). 중장년 여부에서도 중장년층이 고령층보다 삶의 만족도 초깃값이 낮았지만( $B = -0.128, p < 0.001$ ) 변화율은 더 큰 것으로 나타났다( $B = 0.032, p < 0.001$ ). 자아존중감은 다인가구 중고령자의 자아존중감이 높아질수록 삶의 만족도 초깃값도 증가하는 것으로 나타났으며( $B = 0.559, p < 0.001$ ), 자아존중감이 초기에 높은 경우 이후 변화율은 낮은 경향을 보였다( $B = -0.094, p < 0.001$ ). 마지막으로 배우자 여부와 관련하여 배우자가 있는 다인가구가 삶의 만족도 초깃값이 더 높았으며( $B = 0.086, p < 0.001$ ), 배우자가 있는 경우의 변화율도 더 높았다( $B = 0.027, p < 0.01$ ).

#### 다. 중고령자 1인가구 및 다인가구의 삶의 만족도 영향 요인 비교

조건 잠재성장모형을 활용하여 중고령자 1인가구와 다인가구의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인들을 분석한 결과를 비교해보면, 공통적으로 성별, 소득, 중장년 여부, 자아존중감, 우울이 중고령자의 삶의 만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 중장년 여부와 자아존중감은 1인가구와

표 12. 중고령자 다인가구 삶의 만족도 변화 영향 요인

구분	초기치	변화율
성별	-0.041(0.013)***	0.002(0.006)
교육 수준	-0.033(0.016)*	-0.015(0.008)*
경상소득(로그)	0.075(0.008)***	0.007(0.004)
근로활동 여부	0.019(0.014)	0.009(0.007)
증장년 여부	-0.128(0.015)***	0.032(0.007)***
자아존중감	0.559(0.019)***	-0.094(0.009)***
자원봉사 여부	0.063(0.022)**	0.011(0.010)
우울	-0.015(0.001)***	0.001(0.001)
배우자 여부	0.086(0.019)***	0.027(0.009)**

주: \* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

다인가구 모두 삶의 만족도 초깃값과 변화율에 영향을 미쳤는데, 증장년층이 노년층보다 삶의 만족도 초깃값은 낮았지만, 변화율은 더 높은 것으로 확인되었다. 자아존중감이 높을수록 삶의 만족도의 초깃값은 증가했으며, 초기 삶의 만족도 수준이 높은 경우 변화율은 낮은 경향이 나타난다는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과는 중고령층은 1인가구와 다인가구 구분 없이 높은 자아존중감을 통해서 외부 경험과 요인들을 어떻게 해석하고 받아들이는지가 삶의 만족도를 결정하는 중요한 요인임을 의미한다. 삶의 만족도에 대한 하향 이론에서 제시된 것처럼 상대적으로 개인의 심리적 특성이 삶의 만족도에 큰 영향력을 가지고 있는 것으로 해석할 수 있다(Diener et al., 1999).

더불어 성별에서는 남성이 여성보다 1인가구와 다인가구

모두 삶의 만족도 수준이 낮았으며, 소득이 높을수록 삶의 만족도는 높은 모습을 보였다. 또한 우울 수준이 높을수록 1인가구와 다인가구 관계없이 삶의 만족도 초깃값이 감소하는 경향이 있었다.

이외에도 중고령자 다인가구의 삶의 만족도에 영향을 미치는 변인이 1인가구보다 많았는데, 교육 수준, 자원봉사 참여, 배우자 여부는 1인가구의 삶의 만족도 초깃값과 변화율에는 유의미한 영향이 없었지만, 다인 가구 중고령자의 삶의 만족도에는 유의미한 영향이 있었다. 상대적으로 1인 가구의 경우 자원봉사로 대표되는 사회적 활동 참여가 삶의 만족도에 미치는 영향이 제한적인 특징을 보였는데 이는 1인가구가 다인가구에 비해 사회적으로 고립감이 높고 노년층의 사회활동 참여가 활발하지 않은 상황적 요인이 작용한 것으로 보인다. 실제

표 13. 중고령자 1인가구 및 다인가구 삶의 만족도 영향 요인 비교(표준화 회귀계수)

구분	1인가구		다인가구	
	초기치	변화율	초기치	변화율
성별	-0.132***	-0.066	-0.054***	0.018
교육 수준	0.029	-0.021	-0.036*	-0.097*
경상소득(로그)	0.201***	0.052	0.171***	0.088
근로활동 여부	0.032	0.026	0.024	0.064
증장년 여부	-0.255***	0.142	-0.163***	0.233***
자아존중감	0.588***	-0.534***	0.534***	-0.518***
자원봉사 여부	0.015	0.085	0.049**	0.046
우울	-0.239***	-0.031	-0.285***	0.067
배우자 여부	0.022	-0.051	0.076***	0.135**

주: \* p < 0.05, \*\* p < 0.01, \*\*\* p < 0.001

중고령층 1인가구는 사회적 관계망 형성, 고립감 등의 심리적 어려움을 호소하고 있으며(송민혜, 한준섭, 경정아, 2020; 이여봉, 2017), 이러한 특징으로 인해 중고령층 1인가구와 다인가구에서 자원봉사 여부의 영향력이 다르게 나타난 것으로 보인다. 또한 교육 수준은 다인가구에서만 유의미한 영향이 있는데, 상대적으로 고졸 이하의 저학력 계층이 대졸 이상의 학력을 가진 집단에 비해 삶의 만족도와 변화율 모두가 낮은 모습을 보였다. 이는 중고령층 1인가구일수록 일자리와 고용 불안정성이 높은 인구비율이 높고 실제 이 연구의 표본에서도 중고령층 1인가구는 고등학교 이하의 학력을 가진 비율이 90% 이상으로 상당히 높음을 확인할 수 있다. 마지막으로 배우자 여부도 다인가구에만 유의미한 영향이 있었는데 이는 이 연구의 표본으로 투입된 중고령층 1인가구가 사별, 이혼 등의 이유로 배우자가 생존하지 않은 경우가 많아서 도출된 결과로 보인다.

## V. 결론 및 제언

### 1. 결론

연구를 통해 도출한 중고령자 1인가구 및 다인가구의 삶의 만족도에 대한 주요 결론은 다음과 같다.

첫째, 중고령자의 삶의 만족도는 1인가구와 다인가구 관계 없이 지속적으로 감소하는 경향을 보였다. 1인가구의 1차 삶의 만족도 평균은 3.437, 다인가구는 3.613이었으며, 변화율은 -0.016, -0.018로 시간의 흐름에 따라 삶의 만족도에 부정적인 영향을 미치고 있었다. 가구원이 함께 있는 다인가구 중고령자의 삶의 만족도 초깃값이 높고 변화율은 낮다는 점은 상대적으로 1인가구가 다인가구에 비해 삶의 만족 수준이 더 낮고 부정적 영향을 더 크게 받을 수 있는 가능성이 있다는 점을 보여준다. 선행연구에서도 이 연구와 유사한 결과들을 제시하고 있는데, 고령화패널을 활용하여 노인층의 삶의 만족도 변화를 분석한 허원구(2017)와 김진훈(2019)의 연구에서는 노인층의 삶의 만족도 발달 궤적이 시간의 흐름에 따라 감소하는 모습을 보였다. 이러한 결과를 국민노후보장패널을 활용하여 중고령자의 은퇴 전과 후의 생활만족도를 분석한 강은나(2013)의 연구와 비교해보면, 강은나(2013)의 연구에서는 은퇴 전·후 생활만족의 변화 유형이 3개 존재한다고 밝혔으며

생활만족도 수준이 지속적으로 높은 고수준 유지형과 점차 생활만족도가 감소하는 고수준 감소형, 은퇴 전부터 생활만족도가 감소하는 저수준 감소형이 존재한다는 점을 제시하였다. 중고령자 집단 내에서도 삶의 만족도 궤적은 개인의 특성에 따라 차이가 존재할 수는 있지만, 삶의 만족도가 감소하는 경향을 보인 집단이 52.3%이며, 노인층의 삶의 만족도는 지속적으로 하락하는 경향을 보인다는 점에서 이 연구의 결과인 중고령자 1인가구와 다인가구 모두 삶의 만족도가 감소하는 모습을 보인 것으로 판단된다. 더불어 이 연구에서 활용한 한국복지패널 자료가 저소득층의 비율이 상대적으로 높게 표집되었다는 점에서 중고령자의 삶의 만족도 수준이 더 낮게 측정되었을 가능성이 있다.

결과적으로 이러한 경향성은 연령이 높아짐에 따라 배우자와의 사별, 사회적 활동의 감소, 건강 악화, 노인빈곤률 증가 등의 상황에 놓여지는 대한민국 중고령층의 맥락적특성이 반영된 것으로 보인다. 또한 중고령자 1인가구의 삶의 만족이 다인가구보다 유의미하게 낮다는 사실은 가족과 관계적 네트워크가 취약한 1인가구의 삶이 더욱 열악한 상황에 있음을 의미하는데, 서울서베이에서도 2015년부터 2019년까지 1인가구와 다인가구의 행복도를 연령별로 조사한 결과 40세부터 이들의 사회생활, 건강, 재정적 측면의 행복도가 큰 폭으로 감소하며, 1인가구의 감소폭이 다인가구보다 더 크다는 결과를 보고한 바 있다(최유진, 2020).

둘째, 중고령자의 삶의 만족도에는 1인가구와 다인가구 모두 성별과 소득, 중장년 여부, 자아존중감, 우울이 공통적으로 유의미한 영향이 있었다. 특징적인 부분은 소득은 삶의 만족도 초깃값에 정적인 영향을 미쳤지만, 변화율에는 유의미한 효과가 없었다는 것이다. 중고령자 1인가구의 삶의 만족도에 소득이 중요한 영향을 미친다는 선행연구에 비춰보면(윤강인, 강인선, 2016; 최성현, 2020), 소득의 효과는 초기 삶의 만족도를 높여줄 수는 있지만, 시간의 흐름에 따른 삶의 만족도의 변화에는 유의미한 영향이 없다는 것을 의미한다. 결과적으로 소득의 효과는 제한적으로 작용한다고 볼 수 있는데, 홍성원, 정민희, 유서구(2016)의 연구에서도 중장년의 노후준비를 신체적 노후준비, 경제적 노후준비, 사회적 노후준비로 구분하여 삶의 만족도와 관계를 도출한 결과 상대적으로 신체와 사회적 노후준비에 비해 경제적 노후준비의 영향력이 낮은 것을 확인할 수 있었다. 결과적으로 경제적 조건이 중고령층의 삶의 만족에 필요한 부분이기기는 하지만 사회적 관계, 참여, 건강

등의 다양한 요인이 이들의 삶의 만족에 관여한다는 것을 파악할 수 있다.

성별에 따른 삶의 만족도에 대한 차이도 확인할 수 있었는데, 1인가구와 다인가구 모두 남성이 여성보다 삶의 만족도 수준이 낮았다. 중년 남성의 가족 및 사회적 지지와 삶의 만족을 연구한 강양희(2016)의 분석에 따르면, 직접적인 비교에는 제한이 있지만 중년 남성은 저소득층 중년 여성보다 가족지지와 사회적 지지에 대한 인식 수준이 낮고 이러한 가족 및 사회적 지지 수준이 중년 남성의 삶의 만족에 의미 있는 영향을 미친다는 결과를 제시하기도 하였다. 강양희(2016)의 결과에 비추면, 1인가구와 다인가구 관계없이 중고령층 남성은 여성보다 가족 및 사회적 지지에 취약한 부분이 존재하며, 이러한 부분이 이들의 삶의 만족도에 부정적인 영향을 미치고 있다는 점을 확인할 수 있다. 이외에도 우울은 1인가구와 다인가구 중고령층 모두 동일하게 부적인 영향을 미쳤지만, 자아존중감과 달리 변화율에는 유의미한 효과를 보이지 않았다.

반면, 자아존중감으로 대표되는 심리적 특성은 중고령자 1인가구와 다인가구 모두 초깃값과 변화율에 강한 영향력을 가지고 있었다. 이론적 배경에서 삶의 만족도를 설명하는 이론으로 상향이론과 하향이론을 제시했는데, 이 연구의 분석 결과를 바탕으로 이론적 시사점을 해석해 보면, 개인의 일상적인 경험들에 영향을 미치는 외부적인 요인(경제상황, 자원봉사 등)들도 일부 중고령층의 삶의 만족도에 영향을 미치지만, 개인의 경험을 해석하고 수용하는 심리적인 자원(자아존중감, 우울)이 상대적으로 삶의 만족도에 대한 영향력이 높다는 것을 보여주고 있다. Diener, Suh, Lucas, & Smith(1999)의 통합적 관점이 작용하고 있지만, 중고령층이 어떻게 현상과 경험을 바라보고 받아들이는가에 따라 삶의 만족도에 상당한 차이가 존재한다고 볼 수 있다. 선행연구에서도 유사한 결과가 제시되고 있는데 최태을, 권경주, 최미영(2016)의 연구에서도 자아존중감이 노후준비와 삶의 만족도 관계를 매개하는 주요 변인이었으며, 김미숙, 김안나(2020) 연구에서는 1인가구 세대 공통적으로 정신적인 건강이 삶의 만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 실제 저소득 중장년 1인 남성을 대상으로 삶의 질 향상 프로그램을 개발 및 운영한 박소영, 최윤정, 김주희(2020)의 연구에서도 경제적, 신체적 능력 외에도 심리적 건강, 사회적 관계를 촉진할 수 있는 접근이 중요하다는 것을 제시한 바 있다.

셋째, 중장년이 노년층에 비해 삶의 만족도 수준이 낮은 특

징을 보였다. 연령과 삶의 만족의 관계는 다양한 연구에서 상반된 결과를 제시하고 있다. Blanchflower & Oswald(2008)는 중장년 시기에 삶의 만족도가 가장 낮고 노년기에 높아지는 경향을 보인다고 주장했으며, Easterlin(2006)은 중장년 시기에 삶의 만족이 가장 높고 노년기에는 지속적으로 감소한다는 반대되는 결과를 제시하였다. 이 연구에서는 Blanchflower & Oswald(2008)의 결과와 유사하게 중장년 여부가 삶의 만족도 초깃값에 부적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 이 연구에서 사용한 자료가 한국복지패널로서 저소득층의 비율이 과대 표집되었다는 특징에서 기인한 측면이 있다. 중장년 시기에 자산과 소득이 높고 사회활동이 활발한 경우 삶의 만족도가 높고 은퇴를 기점으로 소득과 사회활동의 범위가 축소됨에 따라 삶의 만족도가 감소하는 모습을 보일 수 있다. 그러나 저소득층은 활발한 사회 및 경제활동이 이루어지는 중장년기에 소득, 건강 등의 제약으로 삶의 만족도를 더욱 낮게 인식할 수 있으며, 오히려 노년기에 진입하면서 삶의 적응과 생활연금 등으로 인해 삶의 만족도가 높아지는 경향을 보일 수 있는 것이다. 특히 1인가구의 경우 다인가구에 비해 중장년 여부가 삶의 만족도 초깃값에 미치는 부적인 영향이 더 큰 것으로 확인되었는데, 이는 노년층뿐만 아니라 중장년 1인가구에 대한 정책적 관심이 필요하다는 것을 시사한다.

넷째, 교육 수준, 자원봉사 및 근로활동은 1인가구의 삶의 만족도에는 유의미한 영향력을 확인할 수 없었다. 선행연구에서는 전체 중고령자를 대상으로 삶의 만족도를 분석한 결과 자원봉사, 근로활동이 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미친다고 주장하였다(권현수, 2009; 박영미, 김병규, 2015; 정세희, 문영규, 2014). 그러나 이 연구에서는 근로활동과 자원봉사 활동 참여가 다인가구 중고령자의 삶의 만족도를 유의미하게 향상시키는 것으로 확인되었지만 중고령자 1인가구에는 유의미한 효과를 확인할 수 없었다. 이는 단순히 중고령자 1인가구가 근로 및 사회활동 참여를 선호하지 않는다는 것으로 해석할 수는 없으며, 중고령자 1인가구가 사회적 관계망에서 소외되어 있다는 점을 고려할 필요가 있다. 송민혜, 한준섭, 김정아(2020)의 연구에서도 서울시 중장년 1인가구들은 사회적 관계를 형성하는데 어려움을 겪고 있었으며, 특히 1인가구에 대한 사회적 편견이 직·간접적으로 영향을 미치고 있음을 밝혔다. 이러한 결과는 단순히 중고령자 1인가구에게 자원봉사 기회와 근로활동을 제시하는 단편적인 정책 지원에 그칠 것이 아니라 가족 간 교류가 적고 사회적 관계 형성에 어려움이 있

는 만큼 이들의 심리적 장벽을 해소하고 타인과 자연스럽게 교류할 수 있는 접근이 필요하다는 것을 의미한다.

## 2. 제언

이 연구를 통해 도출한 중고령자 1인가구에 대한 학술 및 정책적 시사점은 다음과 같다.

첫째, 중고령자 1인가구의 삶의 질 향상을 위한 대상별 지원이 필요하다. 이 연구에서 1인가구 중고령자의 삶의 만족도 수준이 다인가구 중고령자에 비해 낮았으며, 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인들도 적은 것으로 확인되었다. 일자리, 대학 진학 등을 이유로 1인가구가 된 청년층과 배우자와의 관계 단절(사별, 이혼 등), 실업 등의 원인에 의해 1인가구가 된 중고령층은 1인가구 구성의 원인이 다를뿐만 아니라 일상적인 생활에서 경험하는 삶의 문제도 다르다. 우울을 중심으로 1인가구의 세대별 특성을 분석한 송나경(2020)의 연구에서도 청년층에 비해 중고령층의 우울 수준이 높음을 확인할 수 있는데, 연구 대상자 중 우울이 있는 비율이 청년은 7.8%, 중장년 21.2%, 노년 34.0%로 연령이 높아질수록 심리적인 위축, 우울감이 증가하는 경향을 보이고 있다. 실제 세대별 정책요구를 분석한 이여봉(2017)의 연구에서도 중고령층은 사회적 네트워크, 소외감, 외로움 등의 심리적, 정서적 문제 해결의 우선순위가 높은 것으로 나타나고 있다. 이 연구에서는 특히 같은 연령대의 중고령층이라 할지라도 가구구성원이 함께 거주하면서 다양한 교류가 이루어지는 다인가구에 비해 1인가구의 삶의 만족 수준이 상당히 낮음을 확인하였다. 구조적으로 가족과 사회적 관계에서 지지를 받기 어려운 중고령층 1인가구에 초점을 맞춘 지원이 필요한 이유이다.

또한 세부적으로 성별, 연령대별 1인가구의 삶의 만족도 수준에도 차이가 있음을 알 수 있었는데, 성별과 중장년-고령층을 고려한 접근이 필요하다. 중고령층 남성 1인가구는 여성에 비해 삶의 만족도 수준이 낮은 모습을 보였다. 1인가구 남성이 사회와 가족으로부터 지지를 받는다고 인식하는 정도가 여성보다 낮다는 점에서(강양희, 2016), 이들의 사회활동과 관계망 형성을 위해 필요한 접근 방안을 고민해볼 필요가 있다. 송지선, 경정아(2021)는 중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 확장에 대한 경험을 연구하였는데, 중장년 1인가구 남성이 사회 관계를 구축하고 활동할 수 있도록 수행된 프로젝트인 나비잠을 제시하였다. 이 프로젝트는 복지, 일자리 등의 정보

를 바탕으로 중장년 1인가구 남성과 연결망을 형성하고 멘토링을 통해 관계를 맺고 영화제 등의 문화활동을 통해 이들의 관계망 형성을 촉진한다. 이를 통해 실제 중장년 1인가구 남성의 고독사 가능성을 완화할 수 있음을 보여주었다. 여성의 경우에도 고령층의 저소득 문제, 제한된 사회활동 참여 기회 등을 해소할 수 있도록 여성 중심의 프로그램이 확대될 필요가 있다. 중장년-고령층은 연령대에 따른 1인가구의 특성에 차이를 보이기도 하는데, 고령층은 건강, 사별에 따른 고립, 저소득 등이 복합적으로 영향을 미치는 만큼 고령자 맞춤 지원이 요구된다.

둘째, 중고령자 1인가구의 자아존중감 및 심리적 회복과 연계한 지원이 필요하다. 조건 잠재성장모형 분석 결과, 자아존중감은 중고령자 1인가구뿐만 아니라 다인가구에서도 삶의 만족도를 유의미하게 향상시킬 수 있는 변인인 것으로 확인되었다. 특히 1인가구의 경우 근로활동, 자원봉사 참여 변인이 삶의 만족도에 유의미한 영향을 미치지 않았는데 이는 단순히 1인가구에 대한 지원 정책이 일자리와 사회 참여에 초점을 맞추기보다 저소득 중장년 1인가구에 대한 심리적 접근이 함께 이루어질 필요가 있다는 점을 의미한다. 박소영, 최윤정, 김주희(2020)의 연구에서도 저소득 중장년 1인가구 남성을 대상으로 삶의 질 향상 프로그램을 개발하는 과정에서 신체, 사회적 관계, 심리 건강을 포함한 포괄적인 접근이 이루어졌음을 확인할 수 있었다. 따라서 중고령자 1인가구 지원 정책을 운영하는 과정에서 일자리와 건강, 사회 참여 등을 위한 접근과 함께 이들이 심리적으로 고립감을 해소하고 삶의 주체적으로 설계 및 개발할 수 있는 심리적 역량을 강화하는데도 관심을 가질 필요가 있다.

학술적으로도 자아존중감은 1인가구와 다인가구의 삶의 만족도 초깃값과 변화율 모두에 영향을 미치는 변인이었는데, 중고령층이 자신의 삶을 둘러싼 다양한 경험들을 긍정적으로 해석하고 수용할 수 있는 태도와 자세가 주관적인 삶의 질에 영향을 미칠 수 있다는 점에서 하향 이론의 중요성을 보여주고 있다. 근로활동, 소득 등의 객관적인 외부 요인들의 영향력은 초깃값에 그치거나 유의미하지 않은 반면, 자아존중감, 우울과 같은 심리적 특성은 삶의 만족도에 영향력이 높은 변인이었기 때문이다.

셋째, 세대, 성별, 가구 등의 특성에 기초한 1인가구의 구성과 삶의 인식에 대한 추가적인 연구가 필요하다. 이 연구는 중고령자에 초점을 맞춰 1인가구와 다인가구를 중심으로 삶

의 만족도를 비교 분석하였다. 그러나 분석 과정에서 성별, 연령 등의 특성에 따라 중고령자 1인가구 및 다인가구에 차이가 있으며, 중고령자의 삶의 인식이 다양한 특성에 의해 심층적으로 이해될 필요가 있다는 점을 확인하였다. 연구에 활용된 자료가 저소득층의 비율이 높은 한국복지패널을 사용했다는 점에서 이 연구의 결과를 일반화 하는데는 유의할 필요가 있으며, 이후에는 다양한 자료를 활용하여 중고령자의 여러 특성에 기초한 심층 분석이 이루어질 필요가 있다.

홍성표는 서울대학교에서 교육학 석·박사학위를 취득했으며, 가톨릭대학교에서 조교수로 재직 중이다. 주요 관심분야는 진로직업교육, 고용, 중장년이며, 현재 진로 및 직업교육, 사회정책 등을 연구하고 있다.  
(E-mail: spcareer@catholic.ac.kr)

임한려는 경영학, 행정학, 경제학 학사학위 및 교육학 석·박사학위를 취득했으며, 서울대학교 경력개발센터 연구교수로 재직 중이다. 주요 관심분야는 생애주기별·대상별 진로개발지원, 창의적 진로개발과 기업가정신, 여성의 진로, 성과관리 및 국제개발협력 등이다.  
(E-mail: hrcareer@snu.ac.kr)

## 참고문헌

- 강양희. (2016). 중년남성의 가족지지 및 사회적 지지가 삶의 만족도에 미치는 영향. *한국콘텐츠학회논문지*, 16(2), pp.344-353.
- 강은나. (2013). 은퇴 전후 생활만족도의 다중 변화궤적에 관한 탐색적 연구: 잠재집단성장모형을 중심으로. *사회복지연구*, 44(3), pp.85-112.
- 강은나, 이민홍. (2016). 우리나라 세대별 1인가구 현황과 정책과제. 보건복지포럼.
- 고아라, 정규형, 신보경. (2018). 중장년 1인 가구의 사회경제적 박탈이 우울에 미치는 영향에 관한 중단 연구: 다인 가구와의 비교를 중심으로. *한국가족복지학*, 59, pp.55-79.
- 권희창, 염동문, 조혜정. (2020). 일하는 노인은 행복한가?: 자이즌증감의 중단적 매개효과. *인문사회* 21, 11(4), pp.67-76.
- 권현수. (2009). 노인의 사회참여가 삶의 만족도에 미치는 영향. *한국생활과학회지*, 18(5).
- 김경숙, 김미옥. (2021). 1인 가구 중고령자 삶의 만족 구조 모형. *노인간호학회지*, 23(1), pp.96-105.
- 김문길, 전지현. (2015). 한국복지패널의 구조적 특징과 변화과정. *보건복지포럼*, 228, pp.5-15.
- 김미숙, 김안나. (2020). 1인가구의 세대별 삶의 만족도 영향요인 비교 연구. *한국학교·지역보건교육학회지*, 21(1), pp.15-31.
- 김수영. (2016). 구조방정식 모형의 기본과 확장. 서울: 학지사.
- 김시월, 조향숙. (2015). 중·고령 1인가구의 소비패턴과 삶의 만족도. *Financial Planning Review*, 8(3), pp.89-118.
- 김윤중. (2017). 세대별 일자리 만족이 삶의 만족도에 미치는 영향. 박사학위논문, 경기대학교.
- 김정호. (2007). 삶의 만족 및 삶의 기대와 스트레스 및 웰빙의 관계. *한국심리학회지: 건강*, 12(2), pp.325-345.
- 김진훈. (2019). 노인가구 노인의 삶의 만족도 변화에 미치는 영향 요인: 잠재성장모형을 이용한 중단연구. *한국콘텐츠학회논문지*, 19(1), pp.339-349.
- 김희주, 주경희. (2008). 한국적 성공적 노후척도를 활용한 노인의 삶의 만족에 관한 연구. *노인복지연구*, 41, pp.125-158.
- 박미현. (2016). 장년층 1인가구의 특성 분석: 다인가구와의 비교. *한국인간복지실천연구*, 17, pp.115-129.
- 박소영, 최윤정, 김주희. (2020). 저소득 중장년 1인가구 남성의 삶의 질 향상을 위한 프로그램 개발 및 평가-자활사업 참여자를 중심으로. *사회과학 담론과 정책*, 13(1), pp.69-96.
- 박영미, 김병규. (2015). 노인일자리사업이 노인의 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구. *한국행정논집*, 27(1), pp.243-263.
- 박현선. (2020). 한국 성인의 문제유주가 삶의 만족도에 미치는 영향에 관한 중단연구: 다변량 잠재성장모형을 활용한 우울과 가족갈등 매개효과를 중심으로. 박사학위논문, 조선대학교.
- 반정호. (2014). 1인가구의 고용과 빈곤에 관한 연구. 서울: 한국노동연구원.
- 배병렬. (2016). Mplus 7.0 구조방정식 모델. 서울: 청람.
- 백옥경. (2014). 대학생들의 성격적 강점, 자기결정성, 삶의 만족도 간의 구조적 관계 분석. 박사학위논문, 상명대학교.
- 송민혜, 한준섭, 경정아. (2020). 서울시 중장년 1인가구 실태 및 지원책. 서울시50플러스재단.
- 송지선, 경정아. (2021). 중장년 남성 1인가구의 사회적 관계망 형성 지원 방안. 서울시50플러스재단 이슈페이퍼.
- 신미, 전성희, 유미숙. (2010). 청소년의 삶의 만족과 안녕에 관한 요인 연구. *청소년학연구*, 17(9), pp.131-150.
- 신미아. (2019). 1인가구와 다인가구의 건강행태 및 정신건강 비교. *한국웰니스학회지*, 14(4), pp.11-23.
- 신용석, 원도연, 노재현. (2017). 노인의 자산수준이 삶의 만족도에 미치는 영향: 사회활동참여의 다중매개효과를 중심으로. *보건사회연구*, 37(2), pp.216-250.
- 염동문, 정정숙. (2014). 노인의 주관적 건강상태와 삶의 만족에 관한 연구: 우울의 매개효과와 사회적 관계망의 조절효과를 중심으로. *사회과학연구*, 30(4), pp.27-50.
- 윤강인, 강인선. (2016). 중고령 1인가구의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인 고찰: 센(Sen)의 역량접근이론을 통한 비교연구. *한국노년학*, 36(2), pp.457-4730.
- 원도연. (2020). 사회활동참여를 매개로 한 노인자신이 삶의 만족도에 미치는 영향. 박사학위논문, 성균관대학교.
- 이병호. (2014). 중장년층 1인 가구의 사회활동 참여: 다인 가구와의 비교. *보건사회연구*, 34(3), pp.348-373.
- 이여봉. (2017). 1인 가구의 현황과 정책과제. *보건복지포럼*, 252. 한국보건사회연구원.
- 이인정. (2007). 남녀노인의 우울, 삶의 만족에 대한 심리사회적 요인들의 영향의 차이에 관한 연구. *노인복지연구*, 36, pp.159-179.
- 이하나, 조영태. (2019). 중년 1인가구와 다인가구의 건강행태 및 질병 이환 비교. *보건사회연구*, 39(3), pp.380-407.
- 임남연, 이화령, 서은국. (2010). 한국에서의 Diener의 삶의 만족 척도 (Satisfaction With Life Scale: SWLS) 사용 연구 개관. *한국심리학회지: 일반*, 29(1), pp.21-47.
- 임수정, 이준우. (2011). 장애인근로자의 삶의 만족 요인에 관한 인과관계분석. *장애와 고용*, 21(1), pp.115-142.

- 장향채. (2017). 고령자 삶의 만족도의 다차원성과 영향요인에 관한 연구: 사회적지지와 스트레스 대처전략의 매개 및 조절효과를 중심으로. 박사학위논문, 강원대학교.
- 정계숙, 최은실. (2012). 사회인구학적, 심리적, 관계적 요인이 영유아기 자녀를 둔 어머니의 행복감에 미치는 영향. *열린유아교육연구*, 17(5), pp.143-163.
- 정세희, 문영규. (2014). 노인일자리 참여노인의 생활만족도에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. *한국정책연구*, 14(4), pp.59-79.
- 정은희, 이주미. (2016). 2015년 빈곤통계연보. 한국보건사회연구원.
- 조동훈. (2015). 중고령자 삶의 만족도 결정요인 패널분석. *응용경제*, 17(1), pp.5-27.
- 차영란, 김기범, 전경숙. (2007). 중년여성의 일상생활속의 사회적 역할과 삶의 만족과의 관계분석. *한국심리학회지: 여성*, 12(3), pp.299-313.
- 최성현. (2020). 도시 거주 노인 1인가구의 삶의 만족도 결정요인에 관한 연구: 성별 및 경제활동 참여 유무를 중심으로. *보건사회연구*, 40(2), pp.244-282.
- 최유진. (2020). 서울 1인 가구, 매년 증가...40대로 접어들면서 행복도 떨어져. *NWN내외방송*. <http://www.nwn.co.kr/news/articleView.html?idxno=355699>에서 2021. 12. 20. 인출.
- 최태을, 권경주, 최미영. (2016). 베이비붐 세대의 노후준비상태가 삶의 만족도에 미치는 영향: 자이즌증감의 매개효과를 중심으로. *노인복지연구*, 71(4), pp.221-242.
- 한국보건사회연구원. (2021). *한국복지패널 조사설계*. <https://www.koweps.re.kr:442/about/greeting.do>에서 2021. 12. 1. 인출.
- 한준, 김석호, 하상응, 신인철. (2014). 사회적 관계의 양면성과 삶의 만족. *한국사회학*, 48(5), pp.1-24.
- 행정안전부. (2021. 10. 6.). 1인세대 사상 처음으로 40% 돌파(보도자료).
- 허만세. (2014). CES-D 로 측정된 우울증상 변화궤적의 잠재계층 탐색: GMM 을 활용한 한국복지패널 데이터의 재분석. *한국사회복지학*, 66(1), pp.307-331.
- 허원구. (2017). 노인의 삶의 만족도 발달궤적과 건강특성요인. *사회복지정책*, 44(2), pp.297-318.
- 홍성원, 정민희, 유서구. (2016). 은퇴자의 삶의 만족에 영향을 주는 요인에 관한 연구. *한국지역사회복지학*, 56, pp.139-162.
- 홍세희. (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19(1), pp.161-177.
- Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2008). Is well-being U-shaped over the life cycle? *Social science & medicine*, 66(8), pp.1733-1749.
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of personality and social psychology*, 36(8), pp.917-927.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), p.276.
- Easterlin, R. A. (2006). Life cycle happiness and its sources: Intersections of psychology, economics, and demography. *Journal of economic psychology*, 27(4), pp.463-482.
- Emmons, R. A., & Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11(1), pp.89-97.
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin*, 130, pp.574-600.
- Maslow, A. H. (1954). The instinctoid nature of basic needs. *Journal of personality*, 22, pp.326-347.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). *The measurement of life satisfaction*. *Journal of gerontology*.
- Pollock, N. C., Noser, A. E., Holden, C. J., & Zeigler-Hill, V. (2016). Do orientations to happiness mediate the associations between personality traits and subjective well-being? *Journal of Happiness Studies*, 17(2), pp.713-729.

# Analysis of Changes in Life Satisfaction and Influence Factors in Single-Person Households of Middle-Aged and Elderly People: Comparative Analysis of Middle-Aged and Elderly People with Multi-Person Households

Hong, Sungpyo<sup>1</sup> | Lim, Hanryeo<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Catholic University of Korea

<sup>2</sup> Seoul National University

## Abstract

The purpose of this study was to suggest a policy direction for middle-aged and elderly single-person households by comparing and analyzing changes in life satisfaction and factors influencing them with those of multi-person households. For the study, data from the Korea Welfare Panel (12th~15th waves) were used, and 1,378 single-person households and 6,382 multi-person households were analyzed for middle-aged and elderly adults over 40 years of age. By using a latent growth model, we analyzed the factors affecting the change in life satisfaction, the intercept, and slope of single-person households and multi-person households of middle-aged and elderly people.

The main conclusions drawn from the study are as follows. First, the life satisfaction of middle-aged and elderly people tended to decrease regardless of single-person and multi-person households, but the level of life satisfaction of single-person households was relatively low. Second, income and self-esteem were common variables that had a significant effect on life satisfaction of middle-aged and elderly people, and in particular, self-esteem had an effect on the intercept and slope of life satisfaction. Third, middle-aged people showed a lower level of life satisfaction than the elderly, and in particular, it was confirmed that middle-aged single-person households had a greater negative effect on life satisfaction than multi-person households. Fourth, education level, participation of volunteer and labor activity were significant variables to increase life satisfaction for middle-aged and elderly people in multi-person households, but no significant effect could be confirmed for single-person households.

The implications drawn from the findings are as follows. First, increased support is needed to improve the quality of life of single-person households of middle-aged and elderly people. Second, support is needed in connection with self-esteem and psychological recovery of single-person households of middle-aged and elderly people.

**Keywords:** Middle-Aged and Elderly, Single-Person Households, Multi-Person Households, Life Satisfaction, Latent Growth Model