

은퇴전환기 남성 중고령자의 여가인식 유형화 연구

김 현 정
(정화예술대학교)

강 은 나*
(한국보건사회연구원)

배 혜 원
(한국보건사회연구원)

본 연구는 Q방법론을 적용하여 은퇴전환기에 있는 남성 중고령자들이 보이는 다양한 여가인식 유형을 도출하였다. 남성 중고령자를 중심으로 10명에 대한 심층면접, 선행연구 조사, 신문기사 등 인터넷 조사 등을 통해 Q표본을 68개를 선정하였으며, 생애주된 일자리를 퇴직하거나 퇴직 직전에 있는 남성 중고령자 40명을 대상으로 Q분류를 실시하였다. QUANL 프로그램으로 자료를 분석한 결과 4개의 요인으로 추출하였으며, 이는 전체변량의 34.0%를 설명하였다. 전반적으로 은퇴를 어떻게 받아들이냐에 따라 여가에 대한 인식과 태도가 달라지는 것으로 나타났으며, 남성 중고령자의 여가인식 유형은 여덟가지 유형으로 도출되었다. 남성 중고령자의 여가유형은 사회역할 인식을 중심으로 사회역할탐색형과 은둔자형, 경제상태를 중심으로 일중심형과 여가소비형, 가족관계를 중심으로 부부활동형과 개인여가형, 그리고 소속감을 중심으로 단체활동형과 단체부적응형을 발견할 수 있었다. 각 유형을 구성하는 남성 중고령자의 일과 여가관련 가치관과 생활양식 등을 파악하였으며, 본 연구결과를 기반으로 은퇴전환기에 있는 남성 중고령자의 여가생활증진을 위한 함의를 제시하였다.

주요용어: 여가인식 유형, 중고령자, 은퇴전환기, Q 방법론

본 논문은 한국보건사회연구원에서 수행한 「은퇴전환기 중고령자의 일-여가 현황과 여가증진방안 연구(강은나 외, 2015)」 보고서의 일부 내용을 수정·보완한 것임.

* 교신저자: 강은나, 한국보건사회연구원(keunna@kihasa.re.kr)

■ 투고일: 2016.4.26 ■ 수정일: 2016.6.3 ■ 게재확정일: 2016.6.23

I. 서론

은퇴전환기는 중년 후반기에 노동시장에서 벗어나 경제활동의 의무에서 벗어난 노년기에 진입하는 과정을 의미하며, 은퇴전환기는 기존에 익숙했던 근로 중심의 생활양식에서 근로활동이 없는 새로운 생활양식을 만들어가야 하는 과제를 안고 있다. 즉, 늘어난 자유시간에 어떻게, 무엇을 하며 보내야 하는지와 관련하여 시간과 활동을 재할당하는 방법을 찾아야 하는 변화와 적응의 시기라 할 수 있다.

통계청의 경제활동인구조사(2016)에 따르면, 2016년 3월 현재 50대 경제활동참가율은 75.4%, 60-64세 60.0%, 65세 이상은 30.5%에 이르고 있다. 그러나 조기퇴직으로 인해 베이비붐 세대의 비정규직 및 시간제 근로 비율은 점차 증가하고 있으며, 가장 오래 일한 직장에서의 완전한 은퇴가 아닌 점진적 은퇴 경로를 통해 노동시장에서 완전히 은퇴하는 비중도 높아지고 있다(이삼식 등, 2014). 또한, 2014년 노인실태조사에 의하면, 가교일자리를 통해 완전 은퇴하는 65세 이상 노인의 비중도 약 30%에 이르고 있다(강은나, 2015). 그러나 일, 여가, 대인관계, 건강 등의 영역에서 우리나라 성인의 노후준비수준을 분석한 결과, 노후의 여가생활에 대한 준비수준이 가장 취약한 것으로 나타났다(이삼식 등, 2013). 이와 같은 연구결과들은 현재 중고령자는 생애주된일자리에서 퇴직 후 완전히 은퇴하기까지 긴 시간을 보내고 있으며, 근로시간을 여가시간으로 전환하여 선용하기 위한 방안을 고민하기 보다는 근로시간 연장을 위한 노력을 경주하고 있는 것으로 해석된다.

여가활동은 삶의 만족이나 웰빙을 향상시키고(Netz et al., 2005; Nimrod, 2007), 만성질환 위험 감소(Dupuis, 2008) 등과도 밀접한 관련이 있는 것으로 보고되고 있다. 특히, 남성에게 있어 은퇴는 인생의 중요한 전환점이며, 일(work)을 중심으로 형성된 자기 정체성을 여가를 통해 재구조화함으로써 의미 있는 여가는 일을 대체하는 역할을 한다(Naim, 2009; Liechty, 2013 재인용 p.441). 그러므로 여가활동은 은퇴 전환기에 있는 남성의 신체적 및 정신적 활동과 사회적 관계를 유지하는데 의미가 크다고 할 수 있다(Nimrod & Janke, 2012). 그러나 여가활동은 은퇴전환기의 적응과 노년기의 삶의 질과 밀접한 관련이 있음에도 불구하고 여가와 은퇴와 관련한 연구는 상대적으로 미흡한 실정이다.

경제활동 중단을 의미하는 은퇴는 24시간이라는 제한된 시간 속에서 개인이 자유롭

게 사용할 수 있는 여분의 시간을 제공해주게 되므로 자연스럽게 은퇴 이후의 여가활동이 증가할 것으로 예측할 수 있지만, 실증 연구에서는 은퇴가 반드시 여가활동의 증가로 이어지는 않는다고 보고되고 있다(Slingerland et al., 2007). 45세에서 64세 사이의 중고령자를 대상으로 은퇴전환기의 운동과 휴식활동의 변화를 분석한 연구를 보면(Touvier et al., 2010), 은퇴는 신체활동의 증가를 가져오지만, 동시에 TV 시청도 증가하는 것을 볼 수 있다. 즉, 노동시간의 감소는 운동과 휴식활동의 증가로 이어지지만, 운동시간은 일주일에 2시간 정도만 증가하는 것으로 나타났다. 그리고 은퇴 이후 단기간 동안 신체활동이 증가하지만, 시간이 지날수록 신체활동은 감소하는 경향을 발견하였다.

Nimrod(2007)는 이스라엘 은퇴자를 대상으로 은퇴 이후의 여가양식의 변화를 실증적으로 분석하여 네 가지 변화유형을 발견하였다. 은퇴 이후에 여가참여 횟수와 활동의 범위가 증가하는 확장형(expenders, 35%), 여가활동 범위와 횟수가 감소하는 감소형(reducers, 43%), 여가활동의 범위는 유지/감소하지만 활동 횟수는 증가하는 집중형(concentrators, 11%), 여가활동 범위는 확대되지만 참여빈도는 감소하는 분산형(diffusers, 11%)으로 유형화하였다. 은퇴 이후에 자유시간이 증가하지만 여가범위와 빈도가 줄어드는 감소형이 가장 큰 비중을 차지하고 있으며, 확대형이 그 다음으로 높은 비중으로 나타났다. Nimrod(2007)의 연구를 미국의 은퇴자 430명에게 적용한 연구에서는 확장형(21%), 축소형(51%), 집중형(16%), 그리고 분산형(12%)으로 나타났다(Nimrod et al., 2009). 즉, 이스라엘 은퇴자에 비해 미국 은퇴자의 여가활동은 축소형 비중이 높고, 확장형 비중은 상당히 낮은 것을 볼 수 있다.

이와 함께 은퇴 이후의 여가 만족도도 개인마다 다양한 경로를 가지는 것으로 보고되고 있다. Pinquart와 Schindler(2009)는 은퇴 전환기의 세 가지 여가만족도 변화유형을 도출하였다. 은퇴 4년 전부터 은퇴 이후까지 여가만족도가 증가하는 유형(증가형), 은퇴 전후에 여가만족도가 증가하지만 서서히 감소하는 유형(역U자형), 그리고 은퇴 직전에 소폭 증가한 후 유지되는 유형(유지형)이 발견되었다. 남성 중고령자의 경우, 지속적으로 증가하는 유형보다는 여가만족도의 변화가 적거나 은퇴 전후에 여가 만족도가 급격히 증가하는 유형에 속할 가능성이 높은 것으로 나타났다.

따라서 본 연구에서는 은퇴전환기에 있는 남성 중고령자의 여가인식에 주목하고자 한다. 우리나라 20세에서 59세 사이 남성의 약 79%가 근로 중에 있으며(통계청, 2016),

노인실태조사(정경희 등, 2014)에 따르면 65세 이상 남성노인의 99.5%가 평생에 걸쳐 수입을 위한 일을 한 적이 있거나 현재에도 일을 하고 있는 것을 볼 수 있다. 이렇듯 우리나라 남성의 대부분이 경제활동참여 경험이 있으며 노년기에 가까울수록 은퇴를 경험하면서 새로운 인생단계에 접어들게 되지만, 은퇴 이후의 삶을 어떻게 재구조화해야 할지에 대한 구체적인 대안설계는 미흡하다고 할 수 있다. 그리고 앞에서 언급했듯이 여가활동은 은퇴전환기의 적응과 노년기의 삶의 질과 관련이 높음에도 불구하고 은퇴를 앞둔 혹은 이미 은퇴한 중고령자의 여가특성이나 은퇴 적응 과정에서의 여가활동의 역할에 대한 연구는 전무한 실정이다.

국내 여가 관련 연구는 중년층의 여가유형이나 참여동기에 관한 연구가 일부 보고되고 있으며(송지준, 엄인숙, 2008; 고보숙, 최병길, 2010; 문현주, 김준희, 2014), 노인의 여가활동에 관한 연구가 주를 이루고 있다(김경식, 이은주, 2010; 백혜영, 2012; 김명숙, 고종욱, 2013; 박광희, 김대관, 2013; 박상훈, 손명희, 2014). 그리고 60세 이상 노인을 대상으로 성공적 노후생활을 위한 '좋은 여가의 의미와 유형에 관한 질적 연구결과가 보고된 바가 있다(김영미, 2014). 그러나 기존의 연구에서는 은퇴 전환기에 있는 남성 중고령자의 차별적인 여가 인식이나 변화가 명확하게 드러나지 못하고 있는 한계가 있다.

해외에서는 최근 들어 여성 중고령자 혹은 여성 노인 대상으로 여가경험과 의미에 관한 연구가 진행되고 있으나(Cosgriff et al., 2009; Dionigi et al., 2011; Carmichael et al., 2015), 은퇴전환기의 남성 중고령자를 대상으로 한 연구는 찾아보기 힘들다. Liechty(2013)은 이미 은퇴하였거나, 은퇴 과정에 있거나, 은퇴를 앞두고 있는 60대 캐나다 남성 노인 15명을 대상으로 개별인터뷰와 포커스 집단 인터뷰를 통해 남성이 인식하는 여가와 노화와의 관련성을 탐색하였다. 연구 결과, 남성 중고령자는 여가를 일과의 상호작용으로 개념화하는 경향이 있으며, 직장생활을 통해 얻은 지식과 기술을 사장시키기 보다는 여가활동을 통해 가족이나 지역사회에 기여하고, 가족관계를 유지하는 방향으로 여가생활을 영위하고자 하였다. 이와 함께 노년기를 지역사회에 기여하고, 다양한 여가활동을 통해 자신의 능력을 유지하는 시기로 인식하고 있었다. 이러한 결과는 여가활동을 통해 은퇴 남성의 삶의 질을 증진시키고, 노화로 인해 나타나는 삶의 변화에 적응하는데 도움이 된다는 것을 보여주고 있다.

평균 수명의 증가로 노년기가 길어짐에 따라 노후의 여가생활이 노년기 삶의 질에 미치는 영향력이 증가할 것으로 예측되는 가운데 은퇴와 노화(aging)의 과정에 있는

남성 중고령자가 인식하는 여가생활과 의미에 관한 연구가 필요한 시점이라 할 수 있다. 그러므로 본 연구는 은퇴전환기에 있는 남성 중고령자의 여가활동의 내용과 여가활동이 개인에게 가지는 의미를 시작으로 남성 중고령자가 인식하고 있는 여가특성을 유형화하여 각 유형별 특성을 살펴보고자 한다. 이를 통해 우리나라 남성 중고령자의 여가유형을 기반으로 여가를 통한 의미있는 노후를 보내기 위한 지원방안을 마련하고자 한다.

본 연구는 은퇴전환기 남성 중고령자들이 여가에 대해 가지고 있는 인식을 포괄적으로 이해하는 데 연구의 목적을 두고자 한다. 연구대상과 연구방법에 있어서 본 연구는 기존의 연구와 차별성을 갖는다는 점에서 의의가 있다. 먼저 은퇴전환기 남성 중고령자에 연구는 여가와 대비되는 일과의 관련성을 추론하는 데 유용한 접근이다. 남성은 여성에 비해 가족부양에 따른 경제적 의무감이 강하고, 노년기 이전의 중고령자는 은퇴 후 본격적인 여가생활에 진입하기 이전단계라 할 수 있다. 즉, 남성 중고령자에게 여가라는 이슈는 여전히 일 중심의 삶을 살아가지만 머지않아 본격적인 여가중심의 삶으로 전환할 수밖에 없는 대표적인 연구대상층이라 할 수 있다. 따라서 남성 중고령자의 여가인식을 유형화 하는 것은 그동안 분절적으로 연구되어 온 여가와 일의 관련성을 살펴볼 수 있다는 점에서 유의미하다.

둘째로, 본 연구에서 적용하는 Q방법론은 여가인식의 다양성을 확인하는 데 적합하다. 남성 중고령자의 여가에 대한 인식은 은퇴라는 인생 전환기 사건을 배제하여 생각하기 어려우며, 일과 여가에 대한 주관적 태도나 신념과 관련된다. 또한, 개인이 처한 상황에 따라 개인차가 있을 수 있어서 은퇴전환기 남성 중고령자들을 위한 지원방안을 구상하기 위해서는 서로 다른 상황적 단서에 따라 여가에 대한 어떤 다양한 인식들이 형성되는지 확인하는 탐색적 작업이 선행될 필요가 있다. 이로써 본 연구는 은퇴전환기 남성 중고령자의 여가지원을 위한 기초적인 연구로서 수요자의 욕구에 적합한 지원방안을 도출하는 데 있어서 함의를 제공할 수 있을 것이다.

II. 연구방법

본 연구는 Q방법론을 적용할 때 남성 중고령자들이 여가에 대한 어떤 다양한 생각을

가지며 혹은 상황의 변화에 대응하여 한 사람이 가지는 여러 생각들을 찾아내어 현상적으로 드러나는 다양한 여가 인식을 알아보고자 하였다. 연구절차는 다음과 같다(<표 1> 참조).

표 1. 연구 절차

단계	구분	내용
1단계	Q모집단 구축	- 심층면접: 중고령자 10명 - 인터넷 조사: 신문기사, 블로그 등 - 문헌 조사
2단계	Q표본선정	- 중복문항 가려내기 - 문항 검토를 위한 예비조사 - 전문가 문항 검토
3단계	P표본 선정	- 남성 중고령자 40명 (생애주된일자리 퇴직 여부 및 연령대 고려)
4단계	Q분류	- 일대일 면접조사, 우편조사 - 1인당 약 25~40분 소요 - 분류결과에 대한 후속질문과 설문지 작성
5단계	자료분석	- PC용 QUANL 프로그램 활용 - 주요인분석
6단계	자료해석	- 1단계 심층면접자료, 4단계의 면접자료 활용 - P표본 연구참여자에 대한 추가 전화면접 - 전문가의 해석내용 타당성 검토

1. Q모집단 구축과 Q표본 선정

본 연구에서 Q모집단은 남성 중고령자의 여가에 대한 인식의 총체이다. Q모집단 구축을 위해 심층면접, 신문기사와 블로그 등 인터넷 조사, 문헌조사를 순차적으로 실시하였다.

심층면접은 2015년 6월부터 7월까지 서울인생이모작지원센터, 자원봉사센터, 지역복지기관, 지역사회 동호회에서 활동 중인 중고령자를 대상으로 이루어졌다. 심층면접 전에 연구내용에 대한 구체적인 안내 후 연구참여와 녹음에 대한 사전 동의를 받았으며 심층면접에 소요된 시간은 45분에서 60분 정도였다. 면접대상자 중 8명은 50대, 60대의 남성으로 생애주된일자리에서 은퇴를 경험한 사람과 그렇지 않은 사람이 고르게 포

함되었다. 그밖에도 은퇴 후 꾸준히 여가활동에 참여중인 70대 남성 1명과 배우자와 동일한 여가활동을 규칙적으로 하고 있는 50대 여성 1명도 포함시켰다. 50대, 60대 남성을 대상으로 면접을 진행할 때는 먼저 현재하고 있는 여가활동이 있다면 무엇인지 확인하였다. 그 후 면접대상자가 언급한 각각의 여가활동에 대한 구체적인 활동내용과 일상생활에서 여가활동이 어떤 의미를 지니는지 가급적 구체적인 에피소드를 묻고 그에 대한 생각, 느낌, 감정 등을 다각도로 탐색하는 질문을 추가적으로 제시하였다. 50대 여성에게는 남편과 여가활동을 함께 하게 된 계기, 여가활동 공유 전후의 변화, 남편의 여가활동에 대한 배우자 입장에서의 생각 등을 중심으로 면접을 진행하였다. 70대 남성에게는 퇴직 후 경험, 여가활동 참여 동기, 활동 내용 등을 중심으로 면접이 이루어졌다.

인터넷 조사와 문헌조사는 심층면접에서 담아내지 못한 내용이 없는지 점검하는 동시에 새로운 진술문을 찾아내기 위해 실시하였다. 인터넷 조사와 문헌조사에서 더 이상 새로운 진술문이 없다고 판단되었을 때 축적된 문항은 326개였다. 문항들에서 의미의 중복성이 없는지 반복적으로 검토하고 문장의 통합과 해체를 거듭하여 68개의 Q표본을 선별하였다. Q표본에 대해서는 최종적으로 Q방법론 전문가 1인과 노인복지 전문가 2인 등 총 3인의 전문가 검토를 거쳐 은퇴전환기 남성 중고령자의 여가인식을 대표하는 표본들임을 확인하였다.

2. P표본의 선정

Q방법론은 소표본 원칙을 따르므로 P표본 표집단계에서 많은 변수를 고려하면 표본 수가 많아져 오히려 요인별로 그 특성이 왜곡될 가능성이 있다(김홍규, 2008). 따라서 본 연구에서는 눈덩이표집방법을 적용하여 연령대와 생애 주된 일자리 퇴직 여부를 기준으로 총 40명을 표집하였다.

표 2. Q분류에 참여한 P표본 현황

구분	50대	60대	소계
생애주된 일자리 퇴직 전	9	11	20
생애주된 일자리 퇴직 후	7	13	20
계	16	24	40

3. Q분류

68개의 진술문에 대해 0을 기준으로 대체로 정상분포가 되도록 -6에서 6으로 분류하게 하였다(표 3). 연구참여자가 주어진 68개의 진술문 카드를 동의(+), 중립 혹은 모름(0), 비동의(-)로 3개 군으로 1차 분류하는 것으로 시작된다. 연구자의 지시에 따라 동의에 속하는 카드 중 가장 동의하는 진술문부터 순차적으로 가려내게 된다. 동의에 속하는 카드가 소진되기 전에 비동의 진술문들을 앞선 방식과 동일하게 비동의 수준이 높은 진술문에서 낮은 진술문으로 분포도에 할당된 카드 수만큼을 반복적으로 선택한다. 마지막으로 남겨진 진술문 카드들은 다시 동의수준에 따라 재배열한다. 이러한 과정을 거치게 되면 연구참여자는 하나의 문항을 반복적으로 읽고 반응하게 되고 단지 각 문항에 점수를 부여하는 과정이 아니라 주어진 68개의 진술문에 대한 자신의 생각을 구조화할 수 있게 된다.

연구참여자의 Q분류가 완료되면 가장 동의하는 항목과 비동의하는 항목 각 3개씩 총 6항목에 대해 그렇게 생각하는 이유를 묻고 응답 내용을 자료해석의 단계에서 근거 자료로 활용하였다. 끝으로 연구참여자의 인구사회학적인 특성으로 연령, 생애주된 직업, 학력, 배우자유무, 건강상태, 주요여가활동과 그에 대한 만족도를 묻는 간략한 설문에 응답하게 하였다.

표 3. Q 분류 배치표

구분	← 가장 비동의				중립					가장 동의 →			
	1점	2점	3점	4점	5점	6점	7점	8점	9점	10점	11점	12점	13점
	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6
진술문 카드수	3	4	5	5	6	7	8	7	6	5	5	4	3

4. 자료분석 및 해석

P표본 40명에 대한 Q분류 자료는 PC용 QUANL 프로그램을 이용하여 주요인 분석을 실시하였다. QUANL 프로그램에 의한 요인분석은 응답이 유사한 P표본들을 요인별로 구분하여 연구참여자에 대한 요인값과 각 요인별로 진술문들에 대한 전형성을 나타내는

표준점수를 제공한다.

이를 바탕으로 Q방법론을 적용한 연구결과의 해석방법에는 두 가지가 있다. 첫째는 각 요인별 표준점수의 절대치 1을 기준으로 대표문항을 뽑아 양의 값은 동의하는 것으로, 음의 값은 비동의하는 것으로 해석하는 방법이다. 둘째는 표준점수가 양의 값 극단에 있는 문항 10개를 상위유형으로, 음의 값을 가지는 극단의 10개 문항을 뽑아 하위유형을 대표하는 문항들로 보고 한 요인 안에서의 서로 다른 두 유형으로 구분하여 해석하는 방법이다.

본 연구에서는 후자의 방법을 적용하였다. 전자의 경우 인식의 다양성을 형성하는 핵심 요인을 찾아내고 해석의 간결성 측면에서 장점이 있으나, 해석에 있어서 동의하는 문항을 중심으로 해석하고 동의하지 않는 문항들의 세밀한 의미를 해석에 반영하기 어렵다는 한계가 있다(김현정, 2015). 실제로 전자의 방법을 적용했을 때 해석의 명확성이 저해되는 것을 발견하였고 후자의 방식을 적용하였을 때 은퇴전환기 남성 중고령자의 여가에 대한 인식의 다면적 실체를 보다 명확하게 확인할 수 있었다.

해석결과의 타당도와 유형별 명명의 적절성에 대한 검토를 위해 Q방법론 전문가 1인의 의견을 구하고, 각 요인별로 대표성이 강한 연구참여자 총 4인에게 전화면접을 통해 유형별 해석된 내용의 주요 특성을 설명하고 그 내용이 자신의 특성을 잘 설명하는 것인지 점검해 보았다. 이때, 각 요인의 상위유형은 강하게 동의하는 의견인 반면, 하위유형은 쉽게 표출하기 어려운 생각임을 사전에 밝히고 해석 내용의 정확성을 확인하였다. 이로써 연구자의 일방적 해석이 아니라 연구참여자의 검증으로 해석의 타당도를 높일 수 있었다.

III. 연구결과

1. 자료분석 결과

Q 분류 자료를 분석한 결과를 보면, 고유치가 1이상에서 급격한 차이가 나타나다가 평균화가 이루어지는 기점과 해석가능성을 고려하였을 때(이순목, 2000) 3요인 구조가

적합한 것으로 판명되었다. 그러나 본 분석에서는 요인3에 적재된 Q분류 중 약 48.1%가 반대 극에 적재되어 이것을 하나의 요인으로 독립시켜 네 번째 요인을 추출하였다. 연구결과는 전체 변량의 34%를 설명한다(표 4).

표 4. 요인별 통계치

구분	요인1	요인2	요인3
eigen value	9.5	2.2	1.9
요인별 변량 비율(%)	23.8	5.4	4.8
누적 변량 비율(%)	23.8	29.2	34.0

각 요인별로 할당된 P표본의 특성은 표 5와 같다. 평균 연령은 60.3세이고 40명 중 38명이 유배우 상태이며, 고졸이하가 22명, 초대졸 이상이 18명이었다. 현재의 여가활동에 대해서는 21명이 만족하고, 18명이 보통, 1명이 불만족 상태라고 응답하였다. 요인 1에는 17명, 요인 2에 4명, 요인 3에 15명, 요인 4에 4명이 포함되었다.

표 5. P표본의 특성

요인	연 번	연 령	성애 주인 직업	학력	배우자 유무	건강 상태	여가 활동	여가 생활 만족도	요인	연 번	연 령	성애 주인 직업	학력	배우자 유무	건강 상태	여가 활동	여가 생활 만족도
요인 1	2	64	교사	초대졸	유	건강한 편	바둑, 바둑, 택발기꾸기	매우 만족	요인 2	37	68	축산업	중졸	유	보통	친구 만나기	보통
요인 3	50	안경사	초대졸	유	매우 건강	친구와 음주	보통	보통	요인 3	6	60	개인 사업	무학	유	보통	공원산책	만족
요인 4	65	소방관	고졸	무	건강한 편	등산, 운동	만족	만족	요인 3	10	60	운수업, 목욕탕운영	중졸	유	매우 건강	자전거, 걷기	만족
요인 5	65	사진사	중졸	유	보통	산책, 자전거, 풍물, 바둑	매우 만족	만족	요인 3	11	67	공무원	고졸	유	보통	복자관 이용, 바둑, TV시청	보통
요인 7	55	농업	대졸	유	건강한 편	골프	매우 만족	만족	요인 3	12	54	농사	고졸	유	건강한 편	TV시청, 영화, 인터넷 서핑	보통
요인 8	60	회사원	고졸	유	보통	블링, 등산 영화관람	만족	만족	요인 3	15	54	엔지니어	대졸	유	건강한 편	스포츠, TV시청	보통
요인 9	60	상업	초등졸	유	건강하지 않은 편	등산	만족	만족	요인 3	16	54	토목기술자	대졸	유	보통	TV시청, 골프, 친구 만나기	만족
요인 13	65	농업	중졸	유	건강한 편	자전거 타기	보통	보통	요인 3	17	51	엔지니어	대졸	유	보통	스포츠 관람, 악기 배우기	불만족
요인 14	67	상업	중졸	유	건강한 편	친구만나기	보통	보통	요인 3	23	53	환경기계 제조 판매	대졸	유	건강한 편	등산, 걷기	보통
요인 19	69	사무직	고졸	유	보통	강변걷기, 등산	만족	만족	요인 3	24	59	회사원	대졸	유	건강한 편	등산, 음악 채보기, 여행	만족
요인 20	60	세탁업	초등졸	유	건강한 편	축구	만족	만족	요인 3	26	59	금융	대졸	유	건강한 편	봉사활동, 독서, 운동, 교육참석	보통
요인 22	59	회사원, 자영업	대졸	유	건강한 편	TV시청, 여행	만족	만족	요인 3	27	55	학원강사	초대졸	유	건강하지 않은 편	TV시청, 친구만나기	보통

요인	연 번	연 령	생애 주된 직업	학력	배우자 유무	건강 상태	여가활동	여가 생활 만족도	요인	연 번	연 령	생애 주된 직업	학력	배우자 유무	건강 상태	여가활동	여가 생활 만족도
요인 1	28	68	공무원	초대졸	유	보통	등산, TV시청, 모임참석	보통	요인 3	30	67	회사원	대졸	유	건강한 편	골프, 등산	민족
요인 2	31	63	회사원	고졸	유	건강한 편	등산, TV시청, 친구만나기	보통	요인 3	32	66	시설관리	고졸	유	건강한 편	공원걷기	민족
요인 3	35	51	강사	대졸	유	건강한 편	족구, 다쿠 뉴스 시청, 지인만나기	보통	요인 3	34	51	회사원	초대졸	유	건강한 편	친구만나기, 골프, 독서	보통
요인 4	36	63	재관 설계	고졸	유	건강한 편	없음	보통	요인 3	38	60	건설업	초등졸	유	건강한 편	사진찍기, 운동	민족
요인 5	39	69	농업	중졸	유	건강한 편	등산, 수영	민족	요인 4	21	62	버스기사	중졸	유	보통	테니스동호회	매우 민족
요인 6	1	69	공무원	초대졸	유	보통	텃밭가꾸기, TV시청	보통	요인 4	25	58	회사원	대졸	유	매우건강 하지 않음	친구와 술한잔	매우 민족
요인 7	18	59	기계 정비	고졸	유	보통	TV시청, 친구만나기	보통	요인 4	29	50	IT업계 회사원	초대졸	무	건강한 편	각종 동호회 활동	민족
요인 8	33	65	건축물 관리	중졸	유	건강한 편	TV시청, 친구만나기	민족	요인 4	40	60	회사원	고졸	유	건강한 편	걷기운동, 등산	보통

2. 남성 중고령자의 여가에 대한 인식유형

가. 요인 1 상위유형: 사회역할탐색형

사회역할탐색형은 일과 여가가 따로 분리되지 않고 일을 통해 사회적 역할을 수행하고자 하며, 일에서 만족감을 얻을 수 있다면 일이 여가가 될 수 있다고 생각한다. 이들이 언급하는 일은 경제활동과 동일한 의미가 아니다. 오히려 자원봉사나 공익형 일자리와 같이 사회에 기여하는 활동이라면 더 없이 좋은 일이라고 생각한다. 즉, 의미 있고 생산적인 활동이라면 그것은 여가보다는 일에 가깝다고 규정하고 자신은 여가가 아닌 일에 집중하는 삶을 살고 싶다고 생각한다.

사회역할탐색형은 현재 사회적 역할을 재탐색하는 생애과업에 몰두하여 가치 있는 활동을 여가로 여기며 살고자 하는 기대를 갖고 성실하게 준비해 나가는 유형이라 할 수 있다. 전에 경험해 보지 못한 새로운 활동을 배우고 익히기 위해 교육프로그램에 참여한다거나, 공동의 관심사를 갖고 있는 사람들과의 모임을 찾아다니면서 정보를 획득하기도 한다. 이들에게 여가는 의미 있는 새로운 역할을 탐색하는 활동으로 여겨질 수 있다.

물론 유의미한 활동 중심의 여가선용 외에도 유희적 활동을 여가생활의 일면으로 규정하기도 하지만 이는 부수적이라고 생각한다. 또한, 가족관계를 중요하게 생각하고 여가에서도 아내와 자녀와의 공유를 원하지만 실제로 가족과 함께 하는 여가는 먼 미래의 계획으로 설정해 두고 있다. 이들에게 현 시점에서 가장 중요한 과업은 자신이 만족할 수 있고 사회적으로 유의미한 역할 탐색이기 때문이다.

표 6. 요인 1 상위유형: 사회역할탐색형 대표문항

문항	평균	표준 편차	Z-core 절대치
40. 여가활동은 잘 하려고 애쓰면서 하는 것보다는 욕심을 버리고 즐기는 수준에서 하는 것이 낫다	9.88	1.83	1.53
39. 취미가 같은 사람과 친해지면서 관계로 인해 일상의 감사와 행복을 느낀다	9.94	1.68	1.47
01. 나는 어떤 활동이든지 한 번 시작하면 오랫동안 지속하며 모임에도 빠지지 않고 나가는 편이다	9.41	2.45	1.42
36. 열정적으로 몰입하다보면 복잡한 현실을 잊을 수 있어서 정신건강에도 좋은 것 같다	9.47	2.24	1.35
29. 자녀들 출가 후에는 캠핑카를 사서 아내와 전국을 돌아다니며 여행하고 손자손녀 구경시켜주는 재미로 살고 싶다	8.41	4.14	1.25
48. 배우는 일에 돈을 들이는 것은 아깝다는 생각이 들지 않는다	9.12	3.10	1.23
18. 모임에서 만나는 사람들이 나에게 일에 대한 좋은 정보를 줄 수 있으면 좋겠다	9.47	2.03	1.23
20. 남이 보기에 하찮은 일일지라도 내가 가치 있는 일이라 판단이 들면 그 일에 시간을 투자하겠다	9.41	2.81	1.19
41. 성인이 된 자녀와도 대화의 소재를 찾으려면 취미활동을 같이 하는 것이 좋을 것 같다	8.94	2.38	1.15
63. 술선수범 하여 사회공익활동에 앞장설 때 사회로부터 존경을 받을 수 있다	9.71	2.23	1.12

나. 요인 1 하위유형: 은둔자형

은둔자형은 가족 부양의 책임을 다하느라 여가를 사치라 여기며 살아왔으며 생애주된 일자리에서 퇴직한 후 주어진 잉여시간을 어떻게 보낼지 계획하지 못한 유형이라 할 수 있다. 그럼에도 불구하고 이들은 자신이 원하는 삶의 기준이 명확하고 까다로워서 여가활동에서조차 자신이 설정한 조건을 충족하지 않으면 선뜻 선택하지 못한다. 특히, 자신의 일을 통해 사회적인 역할과 지위의 유의미성을 드러내려는 경향이 있어서 퇴직 후 자신을 소개할 만한 명함이 없다는 것은 매우 치명적이다. 퇴직 후에는 여러 사람 앞에서 자신이 드러나지 않도록 주의하는 경향이 있고, 주변인으로 보내야 하는 것이 불편해서라도 단체에 가입하여 활동하는 것을 어려워하는 유형이라 할 수 있다.

은둔자형은 막연하게 일을 계속하는 것이 가장 좋은 삶의 방식이라고 생각하고 있으

나 현실적으로 자신이 할 수 있는 일이 제한적일 것이라 인식하고 있다. 특히, 자신이 아직 젊다고 생각하고 나이든 티가 나는 것을 싫어한다. 일이든 여가활동이든 ‘노인적합형’이라고 하면 자신에게는 지나치게 쉽고 단순해서 적절하지 않다고 생각한다. 이들은 자신이 기대하는 역할과 실제로 주어지는 기회의 괴리로 생애주된 일자리 퇴직 후 잉여 시간을 어떻게 보낼 지가 고심해야 할 과제가 될 수밖에 없다. 한편, 은둔자형이 경제적인 비용이 발생하더라도 여가활동에 중독될 정도로 빠질 수 있다고 생각하는 것은 자신이 정말 원하는 여가활동을 하게 되었을 때의 가상적인 상황일 뿐이다. 현재 은둔자형의 모습은 자신의 기준에 맞는 여가생활을 하지 못하고 다소 고립된 삶의 모습을 보일 가능성이 더 높다.

표 7. 요인 1 하위유형: 은둔자형 대표문항

문항	평균	표준 편차	z-core 절대치
44. 영화나 드라마를 보고 나면 소감을 관련 사이트에 올린다	3.00	1.54	2.04
24. 백수가 과로사 한다는 말은 나에게 해당되는 말 같다	2.88	2.03	1.94
33. 나는 내가 좋아하는 여가활동에 중독되어 있는 것 같다	3.41	2.27	1.87
23. 나는 남아도는 시간 무엇을 하며 보낼까를 생각하는 것이 괴롭다	4.00	3.26	1.78
19. 사람들에게 내뽐을 명함이 없이는 모임에 나가고 싶지 않다	4.00	1.97	1.59
38. 모임 활동을 오래 하면서 리더 그룹에 속했다가 후배들에게 밀려 빠지게 되면 소외감을 느낄 때도 있다	4.65	2.89	1.55
05. 젊어서는 부모님 부양하고 나이 들어서 자식들까지 챙겨야 하니 나에게 여가는 사치다	4.35	2.18	1.53
15. 매달 저축액이 줄고 대출금을 빨리 갚지 못하는 한이 있어도 일상의 행복을 위해 여가활동을 포기할 수는 없다	4.00	3.43	1.49
35. 게이트볼 같은 노인적합형 운동은 시시해서 못하겠다	4.29	1.53	1.37
59. 모임명에 나이든 사람들의 모임이라는 것이 티가 나면 그 모임에는 가고 싶지 않다	4.24	2.36	1.35

다. 요인 2 상위유형: 일중심형

일중심형은 자신이 하고 있는 일에 대한 만족도가 상당히 높아서 일을 여가와 분리하여 생각하지 않는다. 현재하고 있는 일을 퇴직 후에는 여가활동으로 전향할 방법은 없을지 고민하거나, 할 수만 있다면 최대한 오랫동안 현재 하고 있는 일을 하면서 그 일을

여가로 여기며 살고자 한다. 앞서 사회역할탐색형이 정의한 일은 사회적으로 가치를 인정받을 수 있는 활동으로 본다면 일중심형에게 일이란 돈을 벌기 위한 경제활동이라 할 수 있다.

일중심형은 생애주된 일자리에서 퇴직을 한다면 금세 또 다른 일을 찾아서 취업을 서두르고 경제활동을 통해 행복을 찾는다. 그에 비해 여가활동은 지극히 부수적인 것으로 여긴다. 이들이 이처럼 여가를 등한시하고 일중심의 삶을 고수하는 데는 두 가지 이유가 있다. 첫째는 은퇴 후 소득이 줄어들어 생활고를 겪을 것에 대한 불안감으로 부수적인 여가활동에까지 지출을 하고 싶은 생각이 없다. 이들이 생각하는 이상적인 여가활동은 평일동안 일을 하다가 주말에 잠깐 할 수 있는 활동 정도이다. 둘째는 일의 규칙성 때문이다. 매일 일정한 시간을 할애하여 할 수 있는 활동이 있다면 여가는 굳이 생각할 필요도 없고 돈을 벌어서 경제적 측면의 노후불안요소를 줄여갈 수 있다면 건강한 노후의 충분조건이 된다고 생각한다.

일중심형이 잉여시간을 활용해서 참여하는 여가활동이 있다면 그것은 친구나 지인 등과의 친교모임 정도일 가능성이 높다. 그러한 모임에서는 신뢰를 얻어서 행정적인 일을 맡을 정도로 적극적이고 특정 모임에서의 유대관계에서 상당한 즐거움을 경험한다. 하지만 이러한 친교모임은 남성들만의 모임이고 아내나 자녀들과 함께 하는 가족단위의 활동은 아니다. 지금껏 가족보다는 일이나 동년배 친구 및 지인들과의 친교모임을 중요하게 여기며 살아왔을 가능성이 높고, 중고령기에 접어들어 갑자기 가족과 여가활동을 한다는 것은 낯설고 어색한 일일 수 있다.

표 8. 요인 2 상위유형: 일중심형 대표문항

문항	평균	표준 편차	Z-core 절대치
50. 소득이 줄어든 상태에서 여가활동으로 지출을 늘리고 싶지는 않다	12.50	0.58	2.44
30. 밖에서 즐거운 시간을 보내다 보면 아내를 혼자 둔 것 같다 미안한 마음이 들기도 한다	11.50	1.29	1.90
41. 성인이 된 자녀와도 대화의 소재를 찾으려면 취미활동을 같이 하는 것이 좋을 것 같다	11.50	1.73	1.87
26. 주말 농장에서 키운 열무로 김치를 담가 먹는 일은 일상의 보람이자 기쁨이다	10.75	1.71	1.77

문항	평균	표준 편차	z-core 절대치
45. 규칙적으로 즐겁게 할 수 있는 여가활동이라면 무엇이든지 건강에 도움이 될 것 같다	11.00	0.82	1.64
27. 자녀들이 부모에게 재미있는 여가활동으로 인도해 주는 것도 효도 중에 중요한 효도다	9.75	2.50	1.58
28. 행복의 비결이 돈이 아니라고 생각하므로 돈 때문에 나의 시간을 어디에 쓸 지 결정하지는 않는다	9.41	1.29	1.57
04. 모임에 나가면 사람들이 나를 신뢰해서 행정적인(예: 회비관리, 소식전달, 모임공지 등)을 맡긴다	10.25	3.10	1.36
09. 나는 소일로 하는 나의 일이 가장 즐거운 여가활동이다	9.50	1.73	1.34
52. 나의 직업과 관련된 일을 퇴직 후에는 여가활동으로 전향해 보고 싶다	9.75	2.50	1.18

라. 요인 2 하위유형: 여가소비형

여가소비형은 다양한 분야에 관심을 가지고 자신의 흥미를 끄는 여러 여가활동을 즐기는 유형이다. 이들은 특정 활동에 깊이 몰입하였다가 새로운 관심사가 등장하면 이전에 집중하던 활동 대신 새로운 활동에 시간과 노력을 집중하는 경향이 있다. 이들은 유행이나 추세에 따라 상품을 구매하는 소비자들의 행태와 유사하게 주관적인 관심사에 따라 여가활동에 변화를 주는 유형이라 할 수 있다. 여가소비형은 다양한 취미활동을 가지고 있으며, 이들의 여가활동은 누구나 생각할 수 있는 활동에서부터 소수만이 즐기는 특이한 활동까지 매우 다양할 가능성이 있다. 특별한 기술이 요구되는 활동이라면 상당한 실력을 가질 정도로 몰입할 수도 있지만 어느 정도 실력을 갖추고 익숙해지면 새로운 활동을 탐색하는 패턴을 보인다. 그러나 일단 현재 자신이 집중하고 있는 여가활동에 대해서는 중독되어 있다고 느낄 정도로 몰입하고 여가활동에 많은 시간과 노력을 들이고 금전적인 지출까지 아끼지 않는다.

여가소비형은 대인관계를 형성하는 데 매우 적극적이며 여가활동에서도 혼자서 할 수 있는 활동보다는 사람들과 상호작용이 활발한 활동을 선호한다. 세계의 정치, 경제, 역사 등 다방면의 지식을 습득하고 사람들과 토론할 때 생기를 느낀다는 반응이나 영화나 드라마를 보고도 소감을 관련 사이트에 올린다는 반응은 혼자 즐기기보다 타인과 자신의 생각이나 감정을 공유하면서 즐거움을 찾는 경향이 있다. 이들은 운동을 하더라도

도 혼자서 하는 운동보다는 다소 과격하거나 게임으로 스틸을 즐길 수 있는 종목에 관심을 가질 가능성이 높다.

여가소비형의 생활에서 여가는 상당히 중요한 부분으로 여가활동을 뺀 일상생활을 상상하기 어려울 정도이다. 이렇듯 여가를 생활에서 중요한 측면으로 여기는 것은 그 활동을 통해 자신의 가치와 존재감을 확인하고자 하는 심리적 기제가 작동하기 때문이다. 이들은 남들이 어떠한 여가활동을 하는지 주의를 기울이고 자신이 경험하지 못한 고상한 활동이 있다면 관심을 가지고 따라하면서 자신의 가치를 격상시키고자 한다. 그러나 여가소비형이 모임활동을 하면서 자신의 존재감이 떨어졌다고 느낄 때는 모임에 대한 소속감이 떨어지고 잘 참여하던 모임에서 갑자기 이탈하는 극단적인 모습을 보일 수도 있다.

표 9. 요인 2 하위유형: 여가소비형 대표문항

문항	평균	표준 편차	z-core 절대치
21. 사람을 사귀어야겠다는 생각이 들면 사람이 모이는 곳을 적극적으로 찾아나서는 편이다	2.75	1.50	2.00
15. 매달 저축액이 줄고 대출금을 빨리 갚지 못하는 한이 있어도 일상의 행복을 위해 여가활동을 포기할 수는 없다	3.50	1.73	1.63
44. 영화나 드라마를 보고 나면 소감을 관련 사이트에 올린다	3.00	2.00	1.62
12. 나는 운동을 하면서 화와 폭력성을 기분 좋게 분출한다	4.00	2.16	1.57
33. 나는 내가 좋아하는 여가활동에 중독되어 있는 것 같다	3.75	2.75	1.56
47. 세계의 정치경제 역사 등 다방면의 지식을 습득하고 사람들과 토론할 때 생기가 느껴져서 좋다	2.75	2.36	1.54
66. 고상한 취미활동을 하는 사람을 보면 나도 따라 해보고 싶다	3.75	1.50	1.49
38. 모임 활동을 오래 하면서 리더그룹에 속했다가 후배들에게 밀려 빠지게 되면 소외감을 느낄 때도 있다	4.50	3.11	1.34
35. 게이트볼 같은 노인적합형 운동은 시시해서 못하겠다	4.75	2.87	1.33
19. 사람들에게 내놓을 명함이 없이는 모임에 나가고 싶지 않다	3.75	0.96	1.29

다. 요인 3 상위유형: 부부활동형

부부활동형은 평생 열심히 일을 하며 보냈으니 퇴직 후에는 일에서 벗어나 편히 쉬면서 인생을 즐기고 싶다는 생각을 가지고 있다. 이들은 막연히 아직 이루지 못한 자신의 꿈을 떠올리며 그것을 실현하기 위해 온 열정을 쏟아보고 싶다는 생각을 해볼 수 있다. 그러나 퇴직 후 여유로운 생활을 하려면 기본적으로 경제적인 안정이 필수적인데, 소득이 줄어든 상태에서 새롭게 여가생활을 시작하여 지출을 늘리는 것이 부담스러워서 생각한 바를 실천하는 것이 쉽지는 않다. 그래서 부부활동형은 충분한 연금으로 여유롭게 여가생활이 가능하다면 그것을 최고의 노후로 여긴다. 반대로 노후소득이 안정적이지 못하다면 퇴직 후 여가생활에만 집중하기보다 경제활동도 함께 하는 것이 좋겠다는 대안적인 생각을 하게 된다. 실제 부부활동형은 생애주된 일자리에서 퇴직 후 재취업보다는 은퇴 후 새로운 생활에 적응하는 것을 선택할 가능성이 높다. 부부활동형의 여가유형을 보이려면 경제적으로 매우 풍족한 상태는 아니더라도 경제적인 이유로 노후 불안을 느낄 정도로 열악한 상황도 아니라고 볼 수 있다.

부부활동형에게 은퇴 이후 가장 중요한 과업은 부부관계를 재정립하는 것이다. 남편이 퇴직 후 하릴없이 집에서 시간을 보내게 되면 아내와의 관계가 악화될 소지가 있다고 생각하므로 아내에게 은퇴 후에도 활기차게 생활하는 모습을 보여주고자 한다. 이를 위해 부부가 설정한 예산 범위 내에서 사람들을 만나거나 즐길 수 있는 여가활동을 탐색하고 실천한다. 부부활동형이 선택한 여가활동은 자신의 개인적인 욕구에 최적화된 활동은 아니다. 다만, 부부가 함께 규칙적인 활동을 하면서 신체적 건강과 정신적 건강을 증진시킬 수 있을 정도의 수준에서 현실적인 여가생활을 설계하고 실천한다. 하지만 자신의 욕구가 좌절되었다는 생각보다는 부부가 여가활동을 공유하면서 서로에 대한 이해가 깊어지고 은퇴 후 부부관계가 질적으로 향상된 국면을 높이 평가하며 현재의 부부중심의 여가활동에 상당한 만족감을 경험할 수 있다.

표 10. 요인 3 상위유형: 부부활동형 대표문항

문항	평균	표준 편차	Z-core 절대치
36. 열정적으로 몰입하다보면 복잡한 현실을 잇을 수 있어서 정신건강에도 좋은 것 같다	10.33	2.38	1.93
11. 아내와 여가활동을 같이 하게 되면서 대화 시간이 늘고 아내에 대한 이해가 깊어진다	9.40	3.60	1.79
31. 퇴직 후 경제활동 없이 여가활동만 하는 것도 지루해서 못할 일이다	10.00	2.14	1.79
50. 소득이 줄어든 상태에서 여가활동으로 지출을 늘리고 싶지는 않다	9.87	2.53	1.65
30. 밖에서 즐거운 시간을 보내다 보면 아내를 혼자 둔 것 같다 미안한 마음이 들기도 한다	9.13	2.67	1.62
06. 퇴직하고 집에 있으면 아내와 관계만 악화될 뿐, 남자는 놀더라도 집 밖에서 노는 게 가정의 평화를 지키는 방법이다	9.41	3.00	1.46
25. 연금으로 생활비 걱정 없이 여가 생활하는 것이 최고의 노후생활 같다	8.53	3.40	1.34
62. 아직 이루지 못한 꿈을 실현하기 위해 나의 모든 시간을 쏟아보고 싶다	8.53	3.68	1.13
55. 평생 열심히 일 했으니 퇴직 후에는 편히 쉬면서 인생을 즐길 권리가 있다	9.00	3.34	1.08
45. 규칙적으로 즐겁게 할 수 있는 여가활동이라면 무엇이든지 건강에 도움이 될 것 같다	8.93	2.94	1.08

바. 요인 3 하위유형: 개인여가형

개인여가형은 자신의 삶을 되돌아 볼 때 젊어서는 부모 부양하고 나이 들어서까지 자녀 교육과 출가 등 자신보다는 가족을 위한 삶을 살아왔으며 여가는 사치라 여기고 자신의 욕구를 억압하며 살아왔다. 그러나 생애주된 일자리 퇴직 이후 이들은 과거 가족을 위해 헌신하며 살아왔던 삶의 방식에서 탈피하여 자신을 위한 삶의 방식을 선택하고 어디에도 구애받지 않고 여가생활 중심의 삶을 살아가고자 한다.

표 11. 요인 3 하위유형: 개인여가형 대표문항

문항	평균	표준 편차	z-core 절대치
24. 백수가 과로사 한다는 말은 나에게 해당되는 말 같다	2.87	2.67	2.35
44. 영화나 드라마를 보고 나면 소감을 관련 사이트에 올린다	2.75	1.91	2.30
08. 종편 시사프로그램을 보고 있으면 시간 가는 줄 모를 정도로 재미있다	3.87	2.10	1.76
17. 동창회 가면 부자인 친구들이 술 값도 먼저 계산하겠다고 하니 나는 부담 없이 즐길 수 있어서 좋다	4.60	3.79	1.64
05. 젊어서는 부모님 부양하고 나이 들어서 자식들까지 챙겨야 하니 나에게 여가는 사치다	4.07	3.22	1.60
15. 매달 저축액이 줄고 대출금을 빨리 갚지 못하는 한이 있어도 일상의 행복을 위해 여가활동을 포기할 수는 없다	3.87	3.11	1.59
60. 나는 사람들과 어울리기 보다는 혼자서 할 수 있는 취미활동이 더 좋다	5.13	3.00	1.53
14. 나는 여러 가지의 취미를 가지고 있어서 컨디션에 따라 선택해서 활동한다	5.00	3.12	1.11
19. 사람들에게 내놓을 명함이 없이는 모임에 나가고 싶지 않다	4.93	3.71	1.11
33. 나는 내가 좋아하는 여가활동에 중독되어 있는 것 같다	4.87	2.95	1.10

처음에는 자신이 알고 익숙한 범위에서 여가생활을 영위해 나가다가 점차로 보다 큰 즐거움을 주는 활동들을 새롭게 탐색하는 탐험가의 면모를 보인다. 필요에 따라 과감한 경제적인 지출을 할 수 있을 정도로 적극적인 모습을 보일 수 있다. 이들은 영화를 감상하면서 아마추어 평론가의 수준으로 심취할 수도 있고, 우연한 기회로 전에 알지 못한 새로운 여가활동을 체험하게 되고 재미를 느끼게 되면 그 활동에도 매료될 수 있다. 퇴직 후, 시간이 지날수록 여가활동을 풍부하게 즐기게 되고 여러 가지 취미를 가지고 상황에 맞게 선택해서 활동한다고 느낄 정도로 다채로운 여가활동을 하고 있다.

개인여가형은 단체활동에 가입하여 친교중심의 여가활동을 즐기지는 않는다. 동창생들과의 술자리에서조차 존재감을 나타내지 않을 정도로 이들은 관계 중심의 활동에는 익숙하지 못하다. 그러나 개인여가형은 자신이 어떤 여가활동을 새롭게 배우기로 결심하고 그것을 위해서 전문가들이 모여 있는 동호회에 가입할 필요성이 있다면 제한적으로 단체활동을 선택하기도 한다. 퇴직 후 사람들에게 자신의 명함을 내놓지 못할 상황이라면 모임에 나가서 활동하기를 꺼려하지만 자신이 달성해야 할 목표를 위해서라면 그 정도의 심리적인 부담은 감수하는 적극성을 보인다.

사. 요인 4 상위유형: 단체활동형

단체활동형은 자신에게 유익하다고 판단되는 활동들을 적극적으로 찾는 사람들이다. 이들은 운동이든 자원봉사든 관심이 있어서 가입한 동호회가 있다면 성실하게 참여하고 사람들과의 관계를 친밀하게 잘 유지하는 경향을 보인다. 또, 이들은 자신이 애정을 가지고 참여하는 모임의 사람들과 다양한 활동을 공유하면서 그 모임에 집중하는 경향이 있다.

단체활동형은 상당히 적극적으로 자신에게 잘 맞는 여가활동을 탐색한다. 이들은 아직 이루지 못한 꿈이 있다면 여가활동을 통해 보상해 보고 싶다는 생각을 가지고 자신이 원하는 여가활동을 명확하게 선택한다. 그리고 끊임없이 자신의 성장을 위해 노력하는 경향이 있고 그러한 맥락에서 무엇인가를 배우는 데 돈을 쓸 때 부담을 느끼지 않으며 행복한 노후를 위한 투자라고 생각한다.

표 12. 요인 4 상위유형: 단체활동형 대표문항

문항	평균	표준 편차	z-core 절대치
46. 새로운 사람과 만나서 대화를 나누는 것이 즐겁고 편안하게 느껴진다	9.41	1.71	1.78
58. 삶의 지혜를 후손에게 전수할 수 있는 활동에 참여하고 싶다	10.50	2.38	1.77
48. 배우는 일에 돈을 들이는 것은 아깝다는 생각이 들지 않는다	10.00	0.82	1.69
13. 남녀가 섞여 있는 모임(예. 배드민턴, 테니스 등)이 남성만 있는 모임(예. 조기축구 등)보다 재미있다	11.25	0.96	1.65
39. 취미가 같은 사람과 친해지면서 관계로 인해 일상의 감사와 행복을 느낀다	10.75	1.26	1.64
01. 나는 어떤 활동이든지 한 번 시작하면 오랫동안 지속하며 모임에도 빠지지 않고 나가는 편이다	10.75	0.96	1.53
18. 모임에서 만나는 사람들이 나에게 일에 대한 좋은 정보를 줄 수 있으면 좋겠다	10.75	0.96	1.43
62. 아직 이루지 못한 꿈을 실현하기 위해 나의 모든 시간을 쏟아보고 싶다	9.50	4.43	1.33
02. 모임에 참여하는 사람들이 어떤 생각을 하느냐에 따라 모임의 성격이 변하는 것 같다(예. 풍물동아리가 봉사활동을 함)	9.50	1.91	1.26
33. 나는 내가 좋아하는 여가활동에 중독되어 있는 것 같다	9.00	2.94	1.17

단체활동형은 자신이 원하는 여가활동을 신중하게 선택한 다음에는 그 활동이 매우 일상적인 생활이 되도록 자신의 생활패턴을 변화시킨다. 일상화된 여가활동을 영위하는 것이 매우 건강한 노후의 생활 방식이라고 생각하며 자긍심을 가지고 있기도 하다. 이들은 신중하게 선택한 모임인 만큼 단체활동에 적극적으로 참여하고 강한 소속감을 느끼고자 먼저 노력한다. 그리고 어느 정도의 적응기간이 지나면 단체의 분위기를 새롭게 바꾸어 나가는 리더십을 발휘하기도 한다. 이들의 영향력은 모임의 구성원들에게 긍정적으로 인식될 가능성이 높으며 단체활동형이 갖고 있는 대인관계의 친화력은 모임에서 좋은 입지를 만들기에 충분하다.

아. 요인 4 하위유형: 단체부적응형

단체부적응형은 사회적으로 명확한 역할을 유지하고 있을 때는 사람들과 어울리기 보다는 자신에게 맡겨진 역할에 충실하면서 살아왔을 가능성이 높다. 잉여시간에는 영화감상, 드라마 시청 등 혼자 할 수 있는 활동이나 손자녀 돌봄과 같은 가족 중심의 활동을 하면서 사회적 관계를 피하며 살아왔을 가능성이 높다. 하지만 잉여시간이 점차 늘어남에 따라 반복된 개인활동이 결국은 시간 죽이기에 불과하다는 생각을 하게 된다. 물론 영화를 보고 난 후에는 관련 사이트에 소감문을 올리는 등 기존 활동을 변형해 가는 노력도 하지만 그조차 자신이 기대하는 여가 만족감을 충족시킬 수는 없다. 이로써 새로운 활동을 찾기 위해 과거 해보지 않았던 활동으로 단체활동을 시작하면서 여가생활의 재설계를 해나간다.

단체부적응형은 특정 모임에 참여할 때 자신이 할 수 있는 한 최선을 다해서 적응하려고 노력하며 스스로 변해 보려는 시도도 한다. 하지만 이들은 과거 혼자 하는 활동에 익숙하고 사회적 관계 형성을 원활하게 하는 일이 쉽지 않은 않다. 일상의 무료함에서 벗어나기 위해 중장년기에 이르러 갑자기 단체활동을 통해 사회관계를 확대하고 거기에서 즐거움을 찾아보려고 하지만 그러한 활동에 적합한 친밀감이나 유대감, 소속감을 경험하기 어렵고 여가생활에 대한 만족도가 낮은 상태를 유지하게 된다.

무료한 일상에서 벗어나기 위한 단체부적응형의 노력은 매번 일시적으로 성공할 수 있지만 지속성은 낮다. 이들에게 백수가 과로사한다는 말은 무엇에 몰입하고 있는 상태를 표현하기 보다는 의미 있는 일도 하지 않으면서 잡다한 일로 분주한 일상을 보내는

자신의 생활을 비하한 표현에 가깝다. 퇴직이전에 단체활동을 통해 적극적인 사회관계를 유지하는 경험이 부족했던 이들은 퇴직 후 익숙하지 않은 여가활동을 시도하지만 안정적이고 지속적인 여가생활을 영위하지 못하는 상황에 처해 있는 것으로 해석할 수 있다.

표 13. 요인 4 하위유형: 단체부적응형 대표문항

문항	평균	표준 편차	z-core 절대치
23. 나는 남아도는 시간 무엇을 하며 보낼까를 생각하는 것이 괴롭다	1.25	0.50	2.34
24. 백수가 과로사 한다는 말은 나에게 해당되는 말 같다	2.50	2.38	1.82
12. 나는 운동을 하면서 화와 폭력성을 기분 좋게 분출한다	2.75	1.50	1.71
17. 동창회 가면 부자인 친구들이 술값도 먼저 계산하겠다고 하니 나는 부담 없이 즐길 수 있어서 좋다	3.25	2.06	1.69
60. 나는 사람들과 어울리기 보다는 혼자서 할 수 있는 취미활동이 더 좋다	3.25	1.71	1.67
34. 직장 다니는 자녀를 위해 손자녀를 돌봐주는 일도 나의 여가 중 하나가 될 수 있다	3.75	4.27	1.61
03. 아내와 나는 봉사활동, 운동동호회 등에 참여하지만 각자 다른 모임 나가는 게 행동의 제약이 없어서 좋다	3.75	2.22	1.55
44. 영화나 드라마를 보고 나면 소감을 관련 사이트에 올린다	3.75	1.50	1.43
19. 사람들에게 내뽕을 명함이 없이는 모임에 나가고 싶지 않다	4.25	2.06	1.29
67. 승리의 쾌감 때문에 프로스포츠 경기를 좋아한다	4.00	1.63	1.26

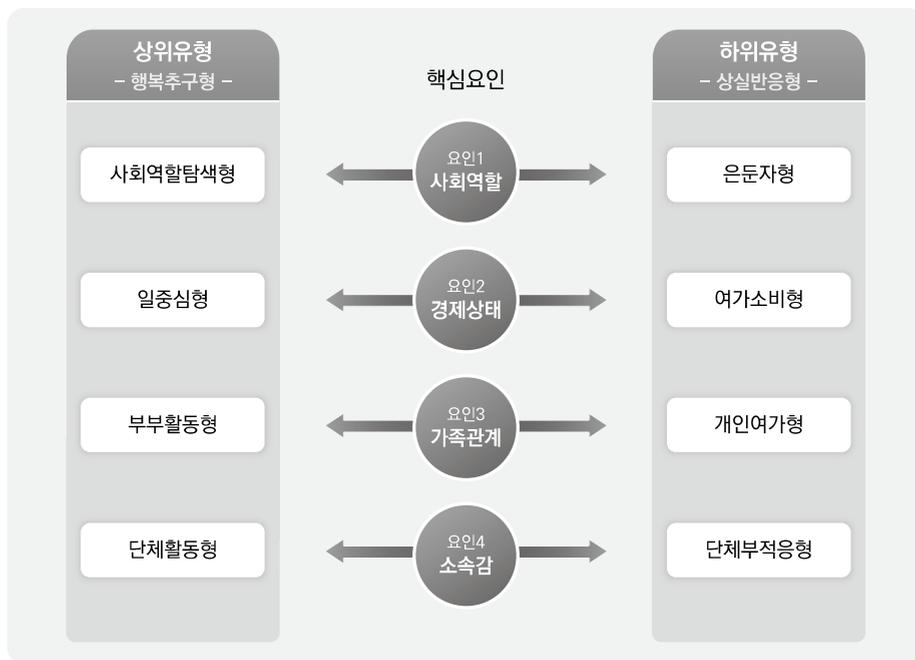
IV. 논의

본 연구는 생애주된일자리에서 퇴직을 하였거나 퇴직을 앞두고 있는 남성 중고령자의 일과 여가에 대한 인식과 가치관, 생활양식 등을 기반으로 남성 중고령자의 여가인식유형을 도출하고 각 유형별 특징을 살펴보았다. 앞서 연구결과에서 도출된 여덟 개 유형으로 은퇴전환기 남성 중고령자의 여가 인식유형을 도식화 하면 [그림 1]과 같다.

여가에 관한 인식을 결정하는 네 개의 핵심 요인으로는 요인 1에서 사회역할, 요인 2에서 경제력, 요인 3에서 부부관계 중심의 가족관계, 요인 4에서 소속감이 중요한 요인

으로 나타났다. 또한, 각 요인별로 상위요인과 하위요인의 세부 특성이 다르게 규정된다. 여기에는 생애주된 일자리에서의 퇴직이라는 사건에 대해 어떠한 태도로 반응하느냐가 여가에 대한 상위유형과 하위유형을 구분하는 핵심요인으로 작동한다. 먼저 퇴직을 수용하는 상위유형은 자신의 행복을 추구하는 차원에서 여가를 생각한다. 반면, 하위유형은 퇴직을 생애 상실 사건으로 규정하고 상실의 문제를 극복하기 위한 노력의 일환으로 여가를 생각한다. 이처럼 생애주된 일자리에서의 퇴직에 대한 상반된 입장이 여가에 대한 인식을 세분화 하는 거시요인(mega factor)으로 작동하여 남성 중고령자의 여가인식은 퇴직이라는 사건과 불가분의 관계에 있는 것으로 해석된다.

그림 1. 남성 중고령자의 여가인식유형



첫 번째로 사회적 역할에 대한 인식에 따라 사회역할탐색형과 은둔자형으로 구분할 수 있다. 사회역할탐색형은 퇴직 이후에 생겨난 여가시간을 사회적으로 유용하고 의미 있는 활동으로 보내고자 하는 유형인 반면, 은둔자형은 여가활동을 통한 삶의 만족을 발견하지 못하고 혼자 할 수 있는 활동을 선호하는 유형이라 할 수 있다. 요인 1에 속하

는 사례 7(65세)의 경우 30여년 사진관을 운영하던 중 58세에 지역 내에서 요직을 맡게 되면서 새로운 일자리를 얻게 되고 과거의 자원봉사, 풍물동아리 리더 등 적극적인 성향의 사회역할탐색형의 모습으로 살았다. 그런데, 그 일에서 물러난 후 과거의 모습으로 회귀하게 되자 적극적인 여가활동의 모습은 사라지고 인터넷 바둑, 홀로 등산하기 등 평소와 다른 여가활동으로 전환하게 되었다. 사례 7의 이러한 모습을 통해 상위요인과 하위요인은 한 사람 안에 존재하는 여가의 양면성으로 사회적으로 드러나는 역할에 따라 여가생활의 일면이 달라질 수 있음을 보여준다.

두 번째로 경제상태 혹은 경제력에 따라서는 일중심형과 여가소비형으로 나타났다. 일중심형은 퇴직 이후에도 경제활동 중심의 삶의 방식을 포기하지 못하고 일을 지속하고자 하는 유형으로 여가활동의 필요성을 느끼지 못하는 유형이라 할 수 있다. 반면, 여가소비형은 퇴직을 하나의 상실로 여기지만 여가생활을 통해 퇴직으로 인한 상실을 극복하고자 하는 유형으로 적극적으로 여가활동에 참여하고자 하는 의지가 높은 특징을 보였다.

세 번째로 여가활동을 누구와 함께 하고자 하는지에 따라 부부활동형과 개인여가형으로 나타났다. 부부활동형은 은퇴 이후의 생활을 배우자와 좋은 관계를 유지하는 것을 중요시하여 배우자와 함께 할 수 있는 활동을 추구하는 경향이 높다. 그러나 개인여가형은 은퇴 이후에는 가족중심의 삶에서 탈피하여 자신만의 자유로운 여가활동을 영위하고자 하는 욕구가 큰 유형이라 할 수 있다. 요인 3에 속하는 사례 34(51세)는 외국계 기업의 회사원으로 명예퇴직을 매해 권고 받고 있는 상황에서 노후경제에 대한 불안을 느끼고 있다. 외벌이의 직장생활 중에도 골프, 산악자전거 등 비교적 고가의 비용과 숙련된 기술이 요구되는 스포츠 활동으로 여가를 보내 왔으며 수준급의 실력을 보인다. 이 사례의 경우 정기적으로 혼자만의 활동에 심취하고 거기에서 희열을 느끼고자 하는 동기가 매우 강하고 자신을 위해 시간과 돈을 투자하는 경향을 뚜렷하게 보여준다. 그러나 최근 노후불안의 압박이 느낄수록 부부관계의 중요성을 새롭게 인식하게 되면서 부부가 함께 할 수 있는 활동을 다시 찾아가고 있다. 현재 그는 언제 그만둘지 모르는 직장에 충실하기 보다는 퇴근 후에 배우자와 대화의 시간을 갖는 것을 더 중요하게 생각하고, 동창모임에도 아내와 동반하는 등 퇴직 이후의 새로운 여가의 모습을 준비하고 있다.

마지막으로 소속감 여부에 따라 단체활동형과 단체부적응형으로 구분되며 단체활동

형은 자신이 좋아하는 여가활동을 선택하면서 동시에 단체나 모임에 소속되어 정기적으로 참여하고자 하는 특징을 가지고 있다. 단체부적응형은 잉여시간의 무료함을 견디기 어려워하여 단체활동에 집중해 보지만 잘 적응하지 못하고 여가생활의 만족도가 낮은 유형이라 할 수 있다. 요인 4에 속하는 사례 21(62세)은 광역버스기사로 33년 일을 하고, 퇴직 후 현재는 아파트 경비원으로 격일제 일을 하고 있다. 그리고 잉여시간에는 테니스 동호회 활동에 매우 만족하고 있으며, 요인 4에서 단체활동형의 특성을 강하게 보여준다. 그는 테니스 동호회 활동에 대해 운동의 즐거움 뿐 아니라 단체활동을 통해 사람들과의 친밀한 관계, 중요한 정보와 소통의 장이 된다는 점에서 과거 직장에서 느꼈던 소속감을 느끼며 그 중요성을 매우 강하게 인식하고 있다.

V. 결론

이상의 연구 결과를 종합하면 다음의 두 가지 주요 사항을 도출할 수 있다. 하나는 생애주된일자리에서의 퇴직이라는 인생의 중요 사건을 기점으로 생애전환기를 맞게 되는 남성 중고령자가 여가를 통해 성공적인 삶의 적응을 도모하기 위해서는 무엇보다 퇴직이후의 삶에 대한 안정 장치가 마련되어야 한다. 본 연구는 여가에 초점을 맞추어 진행되었지만 은퇴 전후의 남성 중고령자의 여가는 경제활동과 밀접하게 관련이 있는 것으로 나타났다. 그리고 퇴직을 어떠한 자세로 맞이하느냐에 따라 여가활동의 양상도 완전히 달라짐을 확인할 수 있었다. 다른 하나는 여가에 대한 남성 중고령자의 인식은 동질적인 것이 아닌 서로 다른 이질적인 양상을 보이는 것을 알 수 있다. 이로 인해 획일화된 여가지원 계획보다는 현재 중고령자의 욕구를 반영하는 다채로운 여가활동이 가능하도록 중고령자의 특성별로 다각적인 여가지원 정책 수립이 필요함을 보여주고 있다.

본 연구결과를 토대로 은퇴전환기에 있는 남성 중고령자의 여가증진을 위해 다음과 같은 제언을 제시하고자 한다. 첫째, 은퇴준비 교육이나 프로그램 등을 통해 은퇴 후 여가생활을 어떻게 할지에 대한 구체적인 계획 수립과 여가교육의 기회가 필요하다. 본 연구결과에서 비교적 안정적인 여가생활로 전향할 만한 유형은 사회역할탐색형, 개

인여가형, 단체활동형, 부부활동형 정도이고, 그 밖의 다른 유형들은 여가생활을 어떻게 해야 할지 계획하기 어렵거나 지나치게 여가중심의 삶으로 전환될 가능성이 있다. 이는 퇴직 후 늘어나는 잉여시간을 자신에게 맞게 체계적으로 관리하는 방안을 퇴직이전에 진지하게 고민하고 성공적인 노후여가생활의 계획 수립을 지원하는 실제적인 교육이 부족했던 결과로 사료된다. 현재의 중고령자들은 압축 경제 성장의 중심에 있었던 세대로 여가보다는 경제활동 중심의 삶을 살아왔다. 이러한 코호트적 특성을 고려하여 남성 중고령자를 위한 여가교육의 도입과 보급이 요구된다.

둘째, 은퇴 이후에도 남성 중고령자들이 지역사회에 기여할 수 있는 다양한 기회가 마련되어야 한다. 본 연구에서는 노년기에 접어들면서 사회와의 관계를 유지하고 기여하고자 하는 사회역할 탐색형이 도출되었으며, 이와 유사하게 김명미(2014)의 연구에서 여가 활동을 통해 다른 사람을 돕고자 하는 삶의 의미추구형과 유사하다. 그리고 Liechty(2013)의 연구에서는 직장생활을 통해 습득한 지식과 경험을 여가활동에 접목시켜 가족이나 지역사회에 기여하고자 하는 욕구가 공통적으로 나타났다. 그러나 우리 사회에서는 은퇴 전환기의 남성이 타인이나 지역사회에 도움을 줄 수 있는 기회가 많지 않으며, 은퇴 이후에 제한된 활동에 머물러 있는 남성 중고령자를 지역사회로 유인할 수 있는 기제도 미흡한 실정이다. 그러므로 자원봉사센터, 노인복지관, 노인사회활동지원사업의 공익활동 등을 통한 남성 중고령자들의 자원봉사활동이나 시민서비스 참여를 활성화할 필요가 있다.

셋째, 남성 중고령자를 대상으로 한 다양한 여가활동 단체들을 활성화할 필요가 있으며, 이때 노년층과는 분리된 활동 공간과 활동 내용을 제공할 필요가 있다. 중고령자 중심의 자발적인 커뮤니티를 활성화하여 개인적으로는 퇴직 후 잃어버린 소속감을 회복하고, 사회적으로는 남성 중고령자가 보유한 유능한 인적자원을 다양한 활동에 투입할 수 있는 기회를 촉진하도록 지원할 필요가 있다. 이와 함께 본 연구결과에서 은둔자형은 스스로 쫓다고 생각하며 퇴직 후 노년층으로 분류되는 것을 꺼리는 것으로 나타났다. 이와 같이 고립된 여가생활을 하는 이들을 지원하기 위해서는 중고령자를 주요 타겟으로 하는 별도의 여가 지원이 필요하며, 대표적으로 서울인생이모작지원센터가 좋은 예가 될 수 있을 것이다.

마지막으로 부부 혹은 가족단위로 참여할 수 있는 여가프로그램을 새롭게 개발할 필요가 있다. 우리나라 노동구조 특성인 장시간 근로로 인해 가족과 함께 할 수 있는

시간과 기회가 적었으며, 노년기에 가까울수록 가족과의 관계 회복이나 관계 증진에 대한 욕구가 증가하는 것을 볼 수 있다. 그러므로 기존 여가서비스 제공기관이나 가족 청소년 서비스 제공기관 등을 활용하여 부부나 가족이 함께 참여할 수 있는 다양한 여가 인프라와 프로그램이 확대되어야 할 것이다.

본 연구는 은퇴전환기 남성 중고령자들이 보이는 여가인식을 유형화 하여 그 다양성을 탐색하였다는 점에서 의의를 찾을 수 있다. 이러한 연구의 의의에도 불구하고 여가인식 유형별 특성에서 확인한 바와 같이 여가활동의 다양성을 촉진하고 이를 지원방안 도출을 위해서는 본 연구를 기반으로 하여 각 유형을 구분해 내는 척도의 개발과 각 유형별 인구사회학적 주요 특성들을 밝히는 후속연구가 진행될 필요가 있다. 뿐 만 아니라, 여가지원정책은 여가생활이 전생애에 걸쳐서 인간의 행복한 삶의 근간이 되므로 생애주기적 관점에서 접근되어야 할 것이다. 이를 위해서는 은퇴전환기 중고령자 뿐 아니라 전후 시기와의 세대별 여가인식 비교 연구가 필요할 것이다.

김현정은 연세대학교에서 사회복지학 석.박사학위를 받았으며, 현재 정화예술대학교 사회복지학 부 조교수로 재직 중이다. 주요 관심분야는 노인복지실천, 실천방법론, Q방법론이며, 현재 한국인의 복지인식, 노년기 가족관계 등에 관한 연구를 하고 있다. (E-mail: hjkim@jb.ac.kr)

강은나는 연세대학교에서 사회복지학 석.박사학위를 받았으며, 현재 한국보건사회연구원에서 부 연구위원으로 재직 중이다. 주요 관심분야는 노인복지, 고령사회정책이며, 현재 장기요양, 노인사회참여, 노인주거모델 등에 관한 연구를 하고 있다. (E-mail: silverna@kihasa.re.kr)

배혜원은 고려대학교에서 사회복지학 석사학위를 받았으며, 현재 한국보건사회연구원에서 연구원으로 재직 중이다. 주요 관심분야는 노인복지, 저출산 및 인구정책이며, 현재 한국의 출산력 및 저출산 정책, 장기요양 등급판정 체계 등에 관한 연구를 하고 있다.

(E-mail: welfare7@kihasa.re.kr)

참고문헌

- 강은나. (2015). 노인의 경제활동 특성과 정책과제. 보건복지포럼, 223, pp.48-56.
- 고보숙, 최병길. (2010). 예비노년층의 여가활동 참여동기와 제약에 관한 연구. 관광·레저 연구, 22(1), pp.249-269.
- 김영미. (2014). 한국 노인이 인지하는 성공적 노후를 위한 '좋은 여가의 의미와 유형에 대한 Q방법론적 분석. 한국여가레크리에이션학회지, 38(1), pp.56-73.
- 김경식, 이은주. (2010). 노인의 여가스포츠 활동참가와 일상생활수행능력 및 성공적 노화의 관계. 한국콘텐츠학회논문지, 10(4), pp.424-432.
- 김명숙, 고종욱. (2013). 여가활동이 노인건강에 미치는 영향과 가족지지의 매개역할. 노인복지연구, 60, pp.35-54.
- 김현정. (2015). 성인자녀의 입장에서 본 맞벌이 가족의 손자녀 양육에 대한 인식 유형: Q방법론의 적용. 사회복지연구, 46(1), pp.135-163
- 김흥규. (2008). Q 방법론: 과학철학, 이론, 분석 그리고 적용. 서울: 커뮤니케이션북스(주).
- 문현주, 김준희. (2014). 중년기의 여가인지가 노후준비행동에 미치는 영향. 한국여가레크리에이션학회지, 38(2), pp.74-85.
- 박광희, 김대관. (2013). 100세 시대 삶의 질 제고를 위한 노인 여가 분석II: 노인 여가 만족도 분석. 관광레저연구, 25(7), pp.541-555.
- 박상훈, 손명희. (2014). 노인의 여가활동유형과 고독감. 관광레저연구, 26(2), pp.373-389.
- 백혜영. (2012). 노인복지관 이용노인의 사회적 지지가 심리적 복지감에 미치는 영향: 여가활동 만족의 매개효과를 중심으로. 사회과학연구, 28(4), pp.73-92.
- 송지준, 엄인숙. (2008). 중년과 노인의 여가활동유형과 우울, 고독감간의 관계. 관광연구, 23(1), pp.43-62.
- 이삼식, 김재호, 강은나, 박수지, 정경희, 이윤경, 등. (2013). 성별·생애주기별 노후준비 지표개발연구. 서울: 한국보건사회연구원.
- 이삼식, 강은나, 박종서, 변수정, 이소영, 황남희, 등. (2014). 저출산 고령사회 대응을 위한 중장기 정책 개발 연구. 세종: 보건복지부, 한국보건사회연구원.
- 이순묵. (2000). 요인분석의 기초. 서울: 교육과학사.

- 정경희, 오영희, 강은나, 김재호, 선우덕, 오미애, 등. (2014). 2014년도 노인실태조사. 세종: 보건복지부, 한국보건사회연구원.
- 통계청. (2016). 경제활동인구조사. 국가통계포털(<http://kosis.kr>)에서 2016.04.13. 인출.
- Carmichael, F., Duberley, J., & Szmigin, I. (2015). Older women and their participation in exercise and leisure-time physical activity: the double edged sword of work. *Sport in Society*, 18(1), pp.42-60.
- Cosgriff, M., Little, D. E., & Wilson, E. (2009). The nature of nature: How New Zealand women in middle to later life experience nature-based leisure. *Leisure Sciences*, 32, pp.15-32.
- Dionigi, R., Horton, S., & Bellamy, J. (2011). Meanings of aging among older Canadian women, *Leisure Sciences*, 33, pp.402-419.
- Dupuis, S. L. (2008). Leisure and ageing well. *World Leisure Journal*, 50(2), pp.91-107.
- Liechty, T. (2013). Older men's perceptions of leisured and aging. *Leisure & Sciences*, 35, pp.438-454.
- Naim, S. (2009). *The meaning of early retirement*. (Master's thesis). Faculty of Social Welfare and Health Sciences, University of Haifa, Israel.
- Netz, Y., Wu, J., Becker, B. J., & Tenenbaum, G. (2005). Physical activity and psychological well-being in advanced age: A meta-analysis of intervention studies. *Psychology and Aging*, 20(2), pp.272-284.
- Nimrod, G. (2007). Expanding, reducing, concentrating and diffusing: Postretirement leisure behavior and life satisfaction. *Leisure Sciences*, 1, pp.91-111.
- Nimrod, G., Janke, M. C. (2012). Leisure across the later life span. In H. Gibson & J. Singleton(Eds), *Leisure and aging: Theory and practice*. p.95-106. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Nimrod, G., Janke, M. C., & Kleiber, D. A. (2009). Expending, reducing, concentrating and diffusing: Activity patterns of recent retirees in the U.S. *Leisure Sciences*, 31(1), pp.37-52.
- Pinquart M., & Schindler, I. (2009). Change of Leisure Satisfaction in the Transition

to Retirement: A Latent-Class Analysis. *Leisure Science*, 31, pp.311-329.

Slingerland, A. S., van Lenthe, F. J., Jukema, J. W., Kamphuis, C. B. M., Looman, C., & Giskes, K., et al. (2007). Aging, retirement, and changes in physical activity: Prospective cohort findings from the GLOBE Study. *American Journal of Epidemiology*, 165(12), pp.1356-1363.

Touvier, M., Bertrais, S., Charreire, H., Vergnaud, A. C., Hercberg, S., & Oppert, J. M. (2010). Changes in leisure-time physical activity and sedentary behavior at retirement: a prospective study in middle-aged French subjects. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7, pp.1-9.

부표 1. 남성중고령자의 여가인식 유형분석 관련 Q표본

진술문	
01	나는 어떤 활동이든지 한 번 시작하면 오랫동안 지속하며 모임에도 빠지지 않고 나가는 편이다
02	모임에 참여하는 사람들이 어떤 생각을 하느냐에 따라 모임의 성격도 변하는 것 같다(예: 풍물동아리가 봉사활동을 함)
03	아내와 나는 봉사활동, 운동동호회 등에 참여하지만 각자 다른 모임에 나가는 게 행동의 제약이 없어서 좋다
04	모임에 나가면 사람들이 나를 신뢰해서 행정적인 일(예: 회비관리, 소식전달, 모임공지 등)을 맡긴다
05	젊어서는 부모님 부양하고 나이 들어서는 자식들까지 챙겨야 하니 나에게 여가는 사치다
06	퇴직하고 집에 있으면 아내와 관계만 악화될 뿐, 남자는 놀더라도 집 밖에서 노는 게 가정의 평화를 지키는 방법이다
07	정기적인 모임 외에도 각종 SNS(예: 카카오톡, 트위터, 페이스북 등)를 통해 회원들 안부를 주고 받는다
08	종편 시사프로그램을 보고 있으면 시간 가는 줄 모를 정도로 재미있다
09	나는 소일로 하는 나의 일이 가장 즐거운 여가활동이다
10	젊어서는 나라의 경제발전에 일조하며 살아왔고, 앞으로도 나의 여가를 위해 나라의 가까운 돈을 써 달라는 말은 못하겠다
11	아내와 여가활동을 같이 하게 되면서 대화 시간이 늘고 아내에 대한 이해가 깊어진다
12	나는 운동을 하면서 화와 폭력성을 기분 좋게 분출한다
13	남녀가 섞여 있는 모임(예: 베드민턴, 테니스 등)이 남성만 있는 모임(예: 조기축구 등)보다 재미있다
14	나는 여러 가지의 취미를 가지고 있어서 컨디션에 따라 선택해서 활동한다
15	매달 저축액이 줄고, 대출금을 빨리 갚지 못하는 한이 있어도 일상의 행복을 위해 여가활동을 포기할 수는 없다
16	고등학교 동창들과 추억을 안주삼아 술 한 잔 먹을 때 나는 힐링을 경험한다
17	동창회 가면 부자인 친구들이 술 값도 먼저 계산하겠다고 하니 나는 부담 없이 즐길 수 있어서 좋다
18	모임에서 만나는 사람들이 나에게 일에 대한 좋은 정보를 줄 수 있으면 좋겠다
19	사람들에게 내놓을 명함이 없는 모임에 나가고 싶지 않다
20	남이 보기에 하찮은 일일지라도 내가 가치 있는 일이라 판단이 들면 그 일에 시간을 투자하겠다
21	사람을 사귀어야겠다 생각이 들면 사람이 모이는 곳을 적극적으로 찾아나서는 편이다
22	나는 단순 친목모임과 공적인 자원봉사 모임의 일정이 겹치면 공적인 자원봉사 모임에 참석하겠다
23	나는 남이도는 시간 무엇을 하며 보낼까를 생각하는 것이 괴롭다
24	백수가 과로사 한다는 말은 나에게 해당되는 말 같다
25	연금으로 생활비 걱정 없이 여가 생활하는 것이 최고의 노후생활 같다
26	주말 농장에서 키운 열무로 김치를 담가 먹는 일은 일상의 보람이자 기쁨이다

진술문

- 27 자녀들이 부모에게 재미있는 여가활동으로 인도해 주는 것도 효도 중에 중요한 효도다
- 28 행복의 비결이 돈이 아니라고 생각하므로 돈 때문에 나의 시간을 어디에 쓸 지 결정하지는 않는다
- 29 자녀들 출가 후에는 캠핑기를 사서 아내와 전국을 돌아다니며 여행하고 손자손녀 구경시켜주는 재미로 살고 싶다
- 30 밖에서 즐거운 시간을 보내다 보면 아내를 혼자 둔 것 같다 미안한 마음이 들기도 한다
- 31 퇴직 후 경제활동 없이 여가활동만 하는 것도 지루해서 못할 일이다
- 32 나이 들어서 여가활동을 잘 하려면 젊어서부터 미리 경험해 두는 것이 좋겠다
- 33 나는 내가 좋아하는 여가활동에 중독되어 있는 것 같다
- 34 직장 다니는 자녀를 위해 손자녀를 돌봐주는 일도 나의 여가 중 하나가 될 수 있다
- 35 게이트볼 같은 노인적합형 운동은 시시해서 못하겠다
- 36 열정적으로 몰입하다보면 복잡한 현실을 잊을 수 있어서 정신건강에도 좋은 것 같다
- 37 건강할 때는 역동적인 활동을 여가로 보내고 더 나이들면 종교활동이나 봉사활동으로 여가를 보내고 싶다
- 38 모임 활동을 오래 하면서 리더그룹에 속했다가 후배들에게 밀려 빠지게 되면 소외감을 느낄 때도 있다
- 39 취미가 같은 사람과 친해지면서 관계로 인해 일상의 감사와 행복을 느낀다
- 40 여가활동은 잘 하려고 애쓰면서 하는 것보다는 욕심을 버리고 즐기는 수준에서 하는 것이 낫다
- 41 성인이 된 자녀와도 대화의 소재를 찾으려면 취미활동을 같이 하는 것이 좋을 것 같다
- 42 나는 여가활동 모임에서 건전하지 않은 모습(과잉음주, 성적농담, 부적절한 이성교제 등)을 보면 다시 나가고 싶지 않다
- 43 여가활동으로 알게 된 지인이 운영하는 곳(병원, 가게 등)이라면 다른 사람에게 소개도 하고 나도 일부러 그곳을 이용한다
- 44 영화나 드라마를 보고 나면 소감을 관련 사이트에 올린다
- 45 규칙적으로 즐겁게 할 수 있는 여가활동이라면 무엇이든지 건강에 도움이 될 것 같다
- 46 새로운 사람과 만나서 대화를 나누는 것이 즐겁고 편안하게 느껴진다
- 47 세계의 정치경제 역사 등 다방면의 지식을 습득하고 사람들과 토론할 때 생기가 느껴져서 좋다
- 48 배우는 일에 돈을 들이는 것은 아깝다는 생각이 들지 않는다
- 49 동년배 모임도 경제적인 수준에 따라 활동이 달라지기 때문에 내 수준에 맞는 사람들과 어울리고 한다
- 50 소득이 줄어든 상태에서 여가활동으로 지출을 늘리고 싶지는 않다
- 51 지금까지 익숙했던 활동이 어느 순간 귀찮고 힘에 부친다는 생각이 들 때면 나이에 맞는 새로운 활동을 찾아보고 싶다
- 52 나의 직업과 관련된 일을 퇴직 후에는 여가활동으로 전향해 보고 싶다
- 53 나는 지금까지 한 번도 해 본 적이 없는 전혀 새로운 창의적인 여가를 찾아보고자 한다
- 54 분투하여 일할 때보다 여가활동을 즐길 때 나의 성품이 더 온화해 짐을 느낀다

A Qualitative Study of the Types of Leisure Perceptions among Middle-aged Men in Retirement Transition

Kim, Hyun-Jeong
(Jeonghwa Arts College)

Kang, Eun-Na
(Korea Institute for
Health and Social Affairs)

Bae, Hye-won
(Korea Institute for Health and Social Affairs)

This study explores perceptions middle-aged men in retirement transition have about leisure engagement and distinguishes them into different types. To achieve these research goals, Q-methodology is used. Q-samples, 69 statements representative of leisure perceptions are extracted from the Q-population which was constructed by conducting in-depth interview with 10 people and by analyzing the previous research and newspaper articles. A total of 40 men (50-69 years old) participated in Q-sorting and QUANL program was utilized to qualitative data analysis. The leisure patterns are associated with middle-aged men's perceptions toward their retirement, whether the retirement is a positive event or a negative event. However, eight types of leisure perceptions are identified according to social role, financial status, family relationships and preferences to participate in social groups; a social role seeking type, a seclusive type, a work oriented type, a leisure adaptive type, a couple oriented type, a personal leisure type, a social group type, a non-adaptive social group type. Based on the results of this research, policy directions and practical implications for improving leisure life of middle-aged men are discussed.

Keywords: Leisure Perceptions, Middle-aged Men, Retirement Transitions, Q-methodology