

## 은퇴 남성의 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족이 은퇴 후 우울에 미치는 영향\*

김 선 영

윤 혜 영†

계명대학교

본 연구의 목적은 은퇴 남성의 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족이 우울에 영향을 미치는지 살펴보고, 성격 강점과 결혼불만족의 직접효과 및 간접효과를 검증하는 것이다. 이를 통해 은퇴스트레스가 우울감을 유발하는데 있어서 개인의 긍정적 성격특성과 결혼만족이라는 긍정적인 관계특성이 완충적 역할을 하는지 포괄적으로 살펴볼 수 있을 것이다. 본 연구를 위해 대구·경북 지역에 거주하는 은퇴 남성 197명에게 은퇴스트레스 척도(RSS), 성격 강점 검사(CST), 한국판 결혼만족도 검사(K-MSD), 한국판 역학연구센터 우울 척도(CES-D)를 실시하였다. 중다회귀분석과 AMOS를 이용한 구조방정식 결과는 다음과 같다. 첫째, 은퇴 남성의 은퇴스트레스가 높을수록 은퇴 남성의 우울이 높은 것으로 나타났다. 둘째, 은퇴 남성의 성격 강점 중 낙관성이 부족할수록 그리고 심미안이 높을수록 높은 우울 수준을 예견하였다. 또한 은퇴 남성의 결혼불만족이 높을수록 우울경향이 높은 것으로 나타났다. 셋째, 은퇴스트레스와 우울의 관계에서 성격 강점과 결혼불만족의 직접경로와 간접경로 모두를 포함하는 연구모형은 대안모형보다 더욱 좋은 적합도를 보였다. 즉, 성격 강점과 원만한 부부관계가 은퇴 이후 경험하는 남성들의 우울에 완충 작용을 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 은퇴 남성의 심리적 안녕을 위한 프로그램의 기초자료로 활용될 수 있을 것이다. 마지막으로 본 연구의 제한점과 후속연구에 대한 제언을 논의하였다.

주요어 : 은퇴, 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족, 은퇴 후 우울

\* 본 논문은 제1저자의 석사학위논문을 수정 보완한 것으로, 이 연구의 내용은 2012년 한국임상심리학회 추계학술대회에서 포스터 발표되었음.

† 교신저자 : 윤혜영, 계명대학교 심리학과, (704-701) 대구광역시 달서구 달구벌대로 2800번지 계명대학교 사회과학대학 451-1호, Tel : 053-580-5498, E-mail : hoggert1@kmu.ac.kr

최근 우리나라 총 인구의 14.58%를 차지하고 있는 베이비부머들의 은퇴 시기가 본격적으로 다가오면서 은퇴 이후 삶에 대한 관심이 어느 때보다 높아지고 있으며, 은퇴로 인한 부작용을 염려하는 시각 또한 증가하고 있다. 은퇴는 정상적인 발달과정에서 나타나는 자연스러운 사건 중 하나로, 그 시기에 차이는 있으나 누구나 경험하게 되는 일종의 통과의례라고 볼 수 있다. 한국인의 평균수명이 약 80세라면(세계보건기구, 2011) 우리나라 평균 은퇴연령이 57.18세이므로(고용노동부, 2009), 은퇴 이후에도 23년 이상의 긴 노후를 보내게 될 가능성이 크다. 이 같은 이유로 은퇴 이후 남은 여생동안 건강한 노후를 보내기 위해서는 은퇴에 잘 적응해 가는 것이 무엇보다 중요하다.

선진국들이 고령사회의 진입하는데 소요되는 시간을 비교해보면 프랑스는 115년, 미국은 72년, 일본은 2년이 걸렸으며 우리나라는 18년 만에 고령사회로 진입할 것으로 예상된다. 이처럼 세계적인 고령화 현상에서 한국 사회는 그 흐름에 선도하는 사회가 되었다(OECD, 2004). 한국 사회에서 시급히 해결해야 할 주요 문제들의 변화를 10년간 비교분석한 연구를 살펴보면 상위 30위 이내에 포함된 7개 항목들 가운데 하나가 ‘노인소외’였다(한덕웅, 최훈석, 2006). 베이비부머 세대가 앞으로 5년 내지 10년 후 은퇴하기 시작하면서 우리 사회 곳곳에 영향을 미칠 것으로 예상되며, 이들이 노인 세대로 접어들게 되면 많은 부분에서 해결해야 할 문제들과 필요들이 등장할 것이다. 고령화 현상은 사회 전체의 근간을 뒤흔드는 변화를 가져올 가능성이 있으며 이를 위한 다각적인 대응책이 필요하다(박군석, 2009). 이처럼 노년기에 있거나 노년기에 접어

드는 과정에 있는 은퇴자와 관련된 연구들이 시급하며 개인들이 사회적으로 적응을 잘 해 나갈 수 있도록 심리적 측면에서의 관심이 어느 때보다 중요한 시점이다.

은퇴자들에게 은퇴란 사회적 책임과 의무, 승진의 기회를 후배에게 넘겨주고, 막중한 책임과 역할에서 벗어나게 되는 합법적인 기회이자 진정으로 개인이 원하는 삶을 시작할 수 있는 도전의 기회가 될 수 있다(김애순, 2002). 은퇴 후 이전과는 달리 여유로운 시간을 가지게 됨으로써 여가 시간을 자신의 긍정적 차원으로 활용할 수 있으며, 은퇴 이후 보다 넓은 사회의 구성원으로서 자신의 역할을 확대시켜 나갈 수 있다는 점에서, 은퇴자는 더욱 확대된 생의 의미를 찾아갈 수 있게 된다(정옥분, 2008). 또한 평균 수명의 증가로 노년기가 길어지고 경제적으로도 풍요로워지면서 은퇴 후 삶에 대한 역할과 기대 그리고 책임이 긍정적으로 변하고 있다(장인협, 최성재, 2002). 그럼에도 불구하고 지금까지의 많은 연구들의 경우 은퇴의 의미를 긍정적인 측면에서 접근하기 보다는 주로 위기로 보거나 부정적인 측면에서 접근하는 경우가 대다수이다(이가옥, 이지영, 2005). 부정적인 측면에서 은퇴는 다양한 심리사회적 스트레스를 몰고 오는 위기가 될 수 있다. 은퇴로 인한 수입 감소로 경제적인 어려움에 처할 수 있으며, 사회적 지위와 인정, 유대관계의 상실로 자존심과 사기가 저하되고 외로움과 소외감을 느낄 수 있다. 또한 사회적 역할 상실의 경험은 자아정체감을 혼란스럽게 만들고, 생산중심의 현대사회에서는 은퇴자를 비생산적이고 무능력하다고 낙인찍게 될 가능성이 있다(김애순, 2002; Kuypers & Bengtson, 1973; Quick & Moen, 1998). 이 같은 부정적인 의미에서의 은퇴는 은퇴자에게

심리적인 문제에 기여하는 원인이 되기도 한다.

은퇴자는 은퇴로 인한 경제활동의 중단으로 역할상실을 경험하게 되고, 이러한 역할의 상실은 역할이 부여하는 자아정체감의 상실로 이어지기 때문에 개인의 심리적 안녕에 부정적인 영향을 미친다(Quick & Moen, 1998). Kuypers와 Bengtson(1973)에 따르면 은퇴로 인한 사회와 가정에서의 역할상실은 스스로를 무능력하다고 평가하게 만들며 이러한 평가는 자존심의 약화로 이어지고 결국 심리적, 사회적 적응에 곤란을 겪게 된다. 또한 은퇴는 정신건강과 사기에 부정적 영향을 주며(Maddox, 1979) 은퇴 이후 자살률이 높게 나타난다는 연구도 있다(Bosse, Aldwin, Levenson, & Workman-Daniels, 1991). 윤현숙과 이미진(2006)은 은퇴로의 진입이 심리적 안녕에 부정적인 영향을 줄 수 있기 때문에 은퇴를 한 노인이 은퇴를 하지 않은 노인에 비해 심리적으로 더 불안한 상태에 있을 것이라고 가정했다. 또한 한국의 문화적인 특성상 남성은 가족부양의 책임을 지고 있기 때문에 은퇴로 인한 경제력의 상실과 경제적인 문제들로 남성들이 자살을 선택할 가능성이 높다고 한다(김효창, 2010). 이처럼 은퇴를 다룬 다수의 국내외 연구들이 은퇴가 은퇴자의 정신건강에 부정적인 영향을 미친다는 결과를 보고하고 있다.

은퇴 남성의 심리적 건강을 저해하는 요인으로는 은퇴스트레스가 있으며, 이는 사회적 스트레스 모델에 의해 설명되어 진다. 이 모델은 어떠한 사건으로 인해 유발되는 스트레스를 개인이 어떻게 지각하는지와 어떠한 상황적 요인이 있는지에 초점을 맞춘다(George, 1980; Lowenthal, Thurnher, & Chiriboga, 1975). 이 모델에 의하면 은퇴스트레스는 수입의 감

소로 인한 상실감, 일상생활의 변화, 가정 및 사회적 지위의 하락, 자아정체감의 상실, 사회적 관계망의 변화, 의미 있는 생활 경험의 감소, 은퇴에 대한 부정적 태도 등을 내포하고 있다(George, 1980). 은퇴자의 30%가 은퇴에 따른 스트레스를 경험할 정도로 그 비율이 높은데(Bosse, Spiro, & Kressin, 1996), 우리나라의 경우 1960년대 초 도입된 정년퇴직제도와 더불어 여러 경제적 여건으로 인해 조기퇴직의 장려는 물론 은퇴 과정이 비합리적이고 비자발적으로 이루어짐으로써 은퇴 적응에 어려움을 겪는 사람이 많고(배문조, 전귀연, 2006), 은퇴를 경험한 남성 노인의 스트레스 지각 수준은 비교적 높은 편이다(지연경, 조병은, 1991). 이와 같이 은퇴로 중요한 역할과 정체감을 상실했다는 느낌은 심리사회적 스트레스를 유발하고 이는 정신건강의 위험요인으로까지도 작용할 수 있다(George, 1993; Thoits, 1983).

은퇴 남성의 정신건강 문제에서 가장 일반적인 증상 중 하나가 바로 우울이다. Higginbottom 등(1993)은 은퇴 노인을 대상으로 은퇴와 우울의 관계를 분석하였으며, 그 결과 은퇴는 정신건강의 손실을 초래하고, 은퇴만족도가 떨어지면 우울증상이 나타난다고 예측하였다. 또 다른 연구에서는 은퇴자가 직업을 가진 사람보다 우울을 포함한 다양한 정신장애에서 높은 유병률을 보인다고 하였고(Butterworth, Gill, Rodgers, Anstey, Villamil, & Melzer, 2006), Richardson과 Kilty(1991)도 은퇴 후 은퇴자의 우울과 불안이 증가되었음을 보고하였다. 은퇴와 심리적 안녕의 관계를 분석한 국내 연구에서는 은퇴가 수입의 감소와 역할 상실을 가져오기 때문에 심리적 상황에 부정적인 영향을 줄 것이고, 그로 인해 우울 증상이 나타날 가능성이 높다고 지적하였다(김

애순, 윤진, 1995). 이처럼 많은 선행연구에서는 은퇴가 우울에 영향을 미치는 주요한 요인이 밝혀진 바 있다(김애순, 윤진, 1995; Higginbottom et al., 1993; Kuypers & Bengtson, 1973; Quick & Moen, 1998).

하지만 은퇴를 경험하는 모두가 우울을 경험하는 것은 아니다. 누군가에게는 은퇴가 삶의 위기로 작용하지만, 누군가에게는 더욱 적응적이고 가치 있는 삶을 살아가는 기회가 될 수 있다. 이들 간의 차이는 개인이 가진 취약성에 의해 구별될 수 있는데, 은퇴자가 은퇴라는 환경적 사건으로 인해 스트레스를 경험하게 되더라도 개인이 가진 취약성의 수준에 따라 우울을 경험할 가능성도 달라지는 것이다. 이는 스트레스-취약성 모델(diathesis - stress model)을 통해서 설명이 가능하다. 스트레스-취약성 모델은 개인의 취약성과 환경적 스트레스의 상호작용을 통해 심리장애를 유발하는 원인과 과정을 밝히는데 유용한 모델이다. 우울은 스트레스-취약성 모델로 가장 많이 논의되는 정신병리 중 하나인데 많은 연구들이 스트레스-취약성 모델을 통해서 우울증의 원인을 밝히고자 하였다(Beck, 1969; Brown, Bifulco & Andrews, 1990; Holahan & Moos, 1991).

우울증에 대한 스트레스-취약성 모델에 따르면 취약성이 많은 개인은 어떤 스트레스나 사건에 대해 견디는 힘이 적어서 쉽게 심리장애를 경험할 가능성이 높아진다. 즉, 취약성과 관련된 요인이 많은 경우에는 사소한 환경적 스트레스에도 쉽게 우울증을 경험할 수 있으며, 반대로 취약성 요인이 적은 사람은 심한 스트레스에도 잘 적응할 수 있다고 할 수 있다. 초기 연구에서는 취약성 요인을 5-HTTLPR과 같은 유전적 요인이나 어린 시절의 학대경험과 같은 발달적 요인, 부정적 해석 편향과

같은 인지적 요인을 주요 개념으로 고려하였으며, 쉽게 변화하지 않는 개인이 가진 고유한 내적 속성으로 취급하는 경향이 많았다. 그러나 최근 연구에서는 스트레스 대처양식이나 자존감, 사회적 지지, 완벽주의 경향성과 같이 일생을 통해 변화 가능한 개념으로 취약성 개념이 확장되고 있으며, 이러한 영역을 통해 증상의 원인을 보다 다층적으로 파악하고자 한다(Ingram, & Luxton, 2005). 즉, 우울증이 발현되는데 있어서 유전이나 어린 시절의 초기경험과 같이 쉽게 변화하지 않는 시간적으로 먼 요인(distal factor)과 보다 증상 발현에 직접적으로 영향을 주는 시간적으로 가까운 요인(proximal factors)을 구분하고 변화가 가능한 시간적으로 가까운 요인들을 개인간 요인(intrapersonal factor)과 개인내 요인(interpersonal factor), 환경적 요인(environmental factor)로 구분하는 것이다(Liu, 2013; Riskind, & Williams, 2006). 이러한 이론적 맥락에서 신경증적 성격 특성이나 낮은 대인관계 문제 해결 능력, 지나친 의존성향이나 인정 추구 경향성, 공격성과 같은 요인들이 우울증의 개인내 혹은 개인간 취약성 요인으로 지목된 바 있다(Liu, 2010). 한국 연구에서도 다양한 환자집단을 대상으로 우울에 미치는 개인의 취약성요인들이 연구된 바 있다. Kwon(1992; Kwon & Oei, 1992, 1994)은 역기능적 신념이라는 인지적 취약성을 가진 사람이 부정적인 생활사건을 경험하게 되었을 때 우울증을 경험할 수 있다고 하였다. 권정혜(1997)는 스트레스-취약성 모델에 입각하여 출산으로 인해 스트레스를 경험한 개인의 성격특성, 자기존중감, 부부관계라는 심리 사회적 취약성 요인으로 우울을 설명하였다. 김은정, 오경자, 하은혜(1999) 역시 기혼 여성의 우울 증상과 관련된 개인의 취약성 요인을

스트레스-취약성 모델을 통해서 제시하였다.

유전적 요인이나 발달적 요인처럼 쉽게 변화할 수 없는 요인에 비해 자존감이나 사회적 지지, 문제해결능력과 같이 시간적으로 가까운 요인들은 치료적 개입이나 생활의 변화를 통해 비교적 유연하게 변화할 수 있다는 측면에서 우울을 예방하거나 우울증으로 가는 경로는 완화시켜줄 수 있다. 따라서 스트레스 사건이 우울증을 설명하는데 있어서 개인간, 개인내, 환경적 취약성 요인의 영향을 구분하고, 각 요인이 우울증의 발현에 얼마나 영향을 미치는지 살펴보는 스트레스-취약성 모델은 은퇴 남성의 우울을 설명함에 있어 이론적 토대를 제공하고, 은퇴 남성의 우울을 다각적으로 이해하는 데에도 유용한 모델이 될 것으로 판단된다. 특히 본 연구에서는 개인의 취약성을 개인내 변인인 성격 강점과 개인간 변인인 결혼불만족으로 구분하여 은퇴 남성의 우울을 좀 더 입체적인 관점에서 조망하고자 하며, 은퇴 남성이 은퇴스트레스를 경험할 때 개인의 취약성이 우울에 어떠한 영향을 미치는지 알아볼 것이다. 이를 통해 개인의 긍정적 성격특성과 결혼만족이라는 긍정적인 관계 특성이 은퇴스트레스가 우울감을 유발하는데 있어서 완충적 역할을 하는지 포괄적으로 살펴볼 수 있을 것이다.

우선 개인내 변인인 성격 강점을 살펴보겠다. 성격 강점은 인간의 부정적 특질에 관심이 편중된 기존의 심리학과는 달리 인간의 긍정적 특질을 밝히고 이에 초점을 두어야 한다는 긍정심리학을 통해서 등장한 개념이다. 이를 체계적으로 측정하기 위해서 Peterson과 Seligman(2004)은 인간의 긍정적 특성에 대한 분류체계(Values In Action; VIA)를 구성하였다. 성격 강점 분류체계에는 지혜, 용기, 인간애,

정의, 절제, 및 초월이란 6개의 덕목으로 이루어져 있으며, 그 덕목에 이르기 위한 심리적 통로로 24개의 하위 강점이 제시되어 있다 (Peterson & Seligman, 2004). 본 연구에서는 성격 강점의 덕목 중 기존연구에서 우울과 높은 관련성을 보였던 초월덕목을 채택하여 사용하였다(Veronika & Lance, 2010). 초월 덕목은 심미안, 감사, 낙관성, 유머, 영성 5가지 하위 강점으로 구성되어 있는데, 심미안은 다양한 삶의 영역에서 나타나는 아름다움, 수월성, 뛰어난 수행을 인식하고 평가하는 능력을 의미한다. 감사는 좋은 일을 잘 알아차리고 그에 대해 감사하는 태도를 뜻하며, 낙관성은 최선을 예상하고 그것을 성취하기 위해 노력하는 태도를 의미한다. 또한 유머는 웃고 장난치는 것을 좋아하며 다른 사람에게 웃음을 선사하는 능력을 말한다. 끝으로 영성은 인생의 궁극적 목적과 의미에 대해 일관성 있는 신념을 가지고 살아가는 태도를 말한다. 선행연구에서는 이 하위 강점들이 우울과 부적상관이 있으며, 긍정정서에도 영향을 미친다고 설명하고 있다(조현석, 2008; Bryant, 2003; Lockenhoff, Ironson, O'Leirigh, & Costa, 2009; Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray, & Weir, 2003; McCullough & Hoyt, 2002; Seligman, 1991; Snyder, 2002). 또한 성격 강점은 은퇴자의 심리적 측면과도 관련성을 가지는데, 낙관성은 은퇴자의 삶의 만족감과 우울에 영향을 미치는 중요한 변인임이 밝혀진 바 있다(Salami, 2010; Taylor, Goldberg, Shore, & Lipka, 2008). 또한 영적 안녕감 역시 은퇴자의 우울과 불안 수준과 관련이 있는데, 영적 안녕감이 높은 은퇴자들은 은퇴 이후의 우울감과 불안감을 덜 느끼는 것으로 나타났다(Beland, 2005). 이러한 연구들을 종합하여 볼 때 성격 강점 중 초

월덕목은 은퇴 남성의 우울과 밀접한 관련을 가지고 있음을 가정해 볼 수 있다.

다음은 개인간 변인인 결혼불만족을 살펴보고자 한다. 은퇴 남성은 은퇴 후 가정에서 보내는 시간이 증가하게 되고 이로 인해 부부는 많은 생활 영역을 공유하게 되므로 은퇴 후 적응에 있어 부부관계는 중요한 요인이 될 것으로 예측된다. 선행연구에서는 은퇴 남성이 가정에서의 생활이 증가하면서 부부관계에 긴장이 높아지고(Harris & Cole, 1985), 은퇴로 인한 부부의 과도한 상호작용은 사생활 침해의 양상을 보여 긴장 상태나 분열로 이어질 수 있다고 하였다(Chalmers & Milan, 2005). 또한 남편이 은퇴하게 되면 부부가 함께 있는 시간이 많아져 사생활을 침해하는 요소로 작용하고 이로 인해 갈등이 심화되므로 결혼 만족도는 감소하게 된다고 하였다(Vinick & Ekerdt, 1989). 은퇴로 인해 유발될 수 있는 부부관계의 저하는 정신건강을 저해하는 요인으로 작용할 수 있다. 선행연구에서는 부부관계의 불만족, 갈등, 스트레스가 면역체계의 기능 저하를 가져와 우울을 유발할 가능성이 있으며(Kiccolt-Glaser, Kennedy, Malkoff, Fisher, Speicher, & Glaser, 1988; Ross, 1995; Williams, 1988), 높은 결혼 불화는 높은 우울과 관련이 있다는 사실이 밝혀진 바 있다(Whisman, Uebelacker, Tolejko, Chatav, & Mckelvie, 2006). 또한 신체적으로 건강하고 배우자와의 결혼만족도가 높을수록 불안과 우울이 낮다는 연구 결과도 있다(정희영, 1994). 이를 통해 은퇴 후 부부관계의 변화로 나타날 수 있는 갈등과 긴장은 은퇴 남성의 심리적 안녕감을 저해하고 스트레스와 우울 등을 증가시킬 것으로 판단되며, 은퇴 후 은퇴 남성의 적응과정에도 영향을 끼칠 것으로 예측된다. 따라서 은퇴 이후 건강한 삶

을 살아가기 위해서는 좋은 부부관계를 유지해 나가는 것이 매우 중요하며, 배우자와의 좋은 관계는 은퇴 후 나타나는 다양한 심리적 문제들을 극복하는 데 있어 완충적인 역할을 할 것으로 판단된다.

본 연구의 목적은 스트레스-취약성 모델에 기반하여 은퇴 남성의 은퇴스트레스와 개인적 특성 즉, 개인내 변인인 성격 강점과 개인간 변인인 결혼불만족이 은퇴 남성의 우울에 미치는 영향을 살펴보는 것에 있다. 이를 위해 연구모형을 설정하여 은퇴스트레스가 우울에 미치는 직접효과와 개인내 변인인 성격 강점과 개인간 변인인 결혼불만족을 거쳐가는 간접효과를 알아봄으로써 은퇴 남성의 우울에 완충작용을 할 수 있는 변인이 무엇인지를 좀더 명확하고 탐색적으로 밝혀내는 것에 있다. 기존의 연구들은 은퇴남성 우울에 영향을 미치는 다양한 변인들의 관련성이나 정교한 상호작용을 고려하지 못한 채 개별 변인들의 영향력에 그 관심이 집중되어 왔다. 그 결과 은퇴남성의 우울에 영향을 미치는 개별 변인들의 상대적인 영향력이나 직, 간접 효과는 적절히 고려되지 못했을 뿐만 아니라, 개인내 변인과 개인간 변인이 통합적으로 고려된 연구도 부족한 실정이다.

또한 지금까지 국내 대부분의 은퇴 관련 연구들이 경영, 경제, 사회복지 분야에서 주로 이루어지고 있으며, 연구의 주제들도 사회구조 변화나 은퇴이후 생활설계, 은퇴자들에 대한 사회적 지원에 주로 초점이 맞추어져왔다. 이런 연구들에 비해 은퇴 이후의 심리적 적응이나 정서적 어려움에 대한 심리학적 관점의 연구가 상대적으로 빈약한 실정이다. 심리학적 측면에서 은퇴라는 생활스트레스가 개인에게 미치는 영향이나 은퇴 남성의 정서적 적응

을 좀 더 중요하게 다루어야 할 필요성이 있다. 따라서 본 연구에서는 스트레스-취약성 모델을 통해 은퇴 남성의 우울을 더욱 깊이 이해하고, 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족이 은퇴 남성의 우울에 어떠한 영향을 미치는지 살펴봄으로써 은퇴 남성의 우울에 완충작용을 할 수 있는 취약성 요인을 규명하고자 한다.

본 연구에서는 위에서 제시된 선행연구들의 이론적 근거들을 토대로 성격 강점과 결혼불만족의 영향력을 확인하기 위해 연구모형을 설정하였다. 연구모형은 은퇴스트레스와 우울이 직접 관련이 있음을 나타낸 이전 연구에 따라(김효정, 2007) 은퇴스트레스가 우울에 직접 영향을 미치는 경로를 포함하고 있다. 즉 은퇴스트레스가 직접경로로 우울에 영향을 미칠 뿐만 아니라 성격 강점과 결혼불만족을 거쳐 가는 간접경로도 우울에 영향을 미친다고 가정하였다. 연구모형과 비교하게 될 대안모형은 은퇴스트레스가 직접 우울에 영향을 미치지 않고, 성격 강점과 결혼불만족을 완전히 거쳐 가는 경로로 설계되었다. 이는 은퇴스트레스가 우울에 직접 영향을 끼치는 것이 아니라 성격 강점과 결혼불만족을 거쳐서 우울을 일으키게 된다는 것을 의미한다. 본 연구에서 가정한 연구모형과 대안모형의 적합도를 비교함으로써 해석이 용이하고 적합도가 높은 모형을 도출하고자 하였으며, 그 모형을 이용하여 은퇴스트레스와 우울과의 관계에서 성격 강점과 결혼불만족이 영향을 미치는지 여부를 확인할 수 있을 것이다. 연구모형과 대안모형은 그림 1, 그림 2에 제시하였다. 단일모형만을 평가할 경우 그 모형의 적합도가 좋으면 최종모형으로 선택하기 때문에 더 나은 대안모형의 선택 가능성은 없어지게 된다.

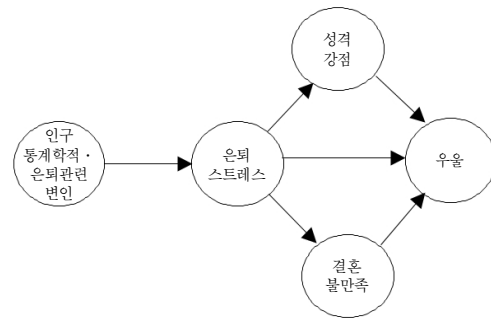


그림 1. 연구모형

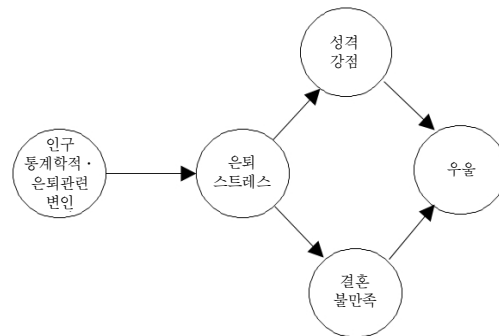


그림 2. 대안모형

모형의 적합도가 좋다고 해서 최적의 모형이라고 설명할 수 없으며, 연구자가 고려하지 못했지만 적합도가 훨씬 좋고 이론적인 정당화 역시 가능한 모형이 존재할 가능성이 있기 때문이다(홍세희, 2009). 이로 인해 본 연구에서는 이론적 근거를 토대로 연구모형과 대안모형을 함께 설정하고 두 모형을 경쟁시켜 좋은 모형이 무엇인지를 검증하고자 하였다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구에서는 고용노동부(2000)가 정한 바

에 따라 은퇴 이후 전임으로 고용되지 않은 55세 이상의 사람이거나 퇴직 연금을 받고 있는 사람을 은퇴자로 정의하였으며, 학력이나 은퇴 후 기간, 현재의 수입 등에는 제한을 두지 않았다. 대구·경북에 거주하는 남성 은퇴자를 대상으로, 총 256명에게 설문조사를 실시하였고, 설문을 완성하지 못하였거나 무성의하게 응답한 경우 또는 설문지가 되돌아오지 않은 경우 59명을 제외하고 최종 197명의 자료가 본 연구의 분석에 사용되었다. 응답자의 평균 연령은 64.46세( $SD=5.86$ ), 은퇴 후 기간은 평균 6.04년( $SD=3.72$ ), 은퇴 연령은 평균 58.22세( $SD=4.37$ )로 나타났다.

#### 측정도구

##### 은퇴스트레스 척도

은퇴스트레스의 측정은 최성재(1989), 김종숙(1987), 심은경(1983), George(1980)의 연구를 바탕으로 지연경과 조병은(1991)이 제작한 질문지를 사용하였다. 여기에는 수입의 감소로 인한 상실감, 일상생활의 변화, 가정 및 사회적 지위의 하락, 자아정체감의 상실, 사회적 관계망의 변화, 의미 있는 생활 경험의 감소, 은퇴에 대한 부정적 태도와 같은 7가지 하위 척도가 있으며, 총 15개 문항으로 구성되어 있다. 5점 척도(1-5)로 평정하도록 되어 있으며, 점수의 범위는 15-75점으로 점수가 높을수록 은퇴스트레스가 높음을 나타낸다. 본 연구에서 산출된 내적 일치도는 .90이었다.

##### 성격 강점 검사

성격 강점검사(Character strengths test; CST)는 Peterson과 Seligman(2004)이 개발한 VIA분류체계에 입각하여 개인의 성격 강점을 파악하기

위해 권석만(2009)이 제작한 자기보고식 검사이다. 여기에는 6개의 상위 덕목과 24개의 하위 강점이 있고, 각 하위 강점은 10개씩의 문항으로 구성되어 있다. 초월 덕목의 하위 강점이 우울과 상관이 있음을 나타낸 이전 연구에 따라(Veronika & Lance, 2010), 본 연구에서는 초월 덕목의 하위 강점인 심미안, 감사, 낙관성, 유머, 영성만을 포함하였으며, 모두 50 문항으로 구성된다. 4점 척도(0-3)로 평정하게 되어있으며, 점수가 높을수록 성격 강점이 높음을 나타낸다. 본 연구에서 산출된 내적 일치도는 심미안 .83, 감사 .89, 낙관성 .88, 유머 .92, 영성 .88이었다.

##### 한국판 결혼만족도 검사

결혼불만족을 측정하기 위해 Snyder(1979)가 개발한 결혼만족도 검사를 권정혜, 채규만(1999)이 한국 실정에 맞게 재표준화한 한국판 결혼만족도 검사(Korean marital satisfaction inventory; K-MSI)의 하위척도 중 전반적 불만족 척도(general dissatisfaction scale; GDS)만 사용하였다. GDS는 부부관계의 미래에 대한 부정적인 기대와 전반적인 관계에 대한 불만족을 기술하는 문항들로 구성되어 있으며, 총 22문항이다. 예/아니오로 응답하는 양분척도로서 점수가 높을수록 부부관계에 있어 불만족이 높음을 의미한다. 본 연구에서 산출된 내적 일치도는 .88이었다.

##### 한국판 역학연구센터 우울 척도

우울을 측정하기 위하여 Radloff(1977)가 제작한 우울 척도(Center for Epistemology Studies Depression Scale; CES-D)를 전경구와 이민규(1992)가 번안한 것을 사용하였다. CES-D 척도는 지난 일주일동안 우울증상을 얼마나 경험



하는지에 대한 내용을 담고 있으며, 총 20문항이다. 4점 척도(0-3)로 평정하며, 점수가 높을수록 우울 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 산출된 내적 일치도는 .92였다.

### 절차

자료 수집은 연구자의 지인들을 통해 소개 받은 은퇴자들을 대상으로 설문하거나, 연구자와 연구보조원이 은퇴자들이 있는 곳에 직접 방문하여 설문하는 방식으로 이루어졌다. 설문 전 은퇴자들에게 연구의 목적과 방법을 설명하고, 이후 동의서에 사인을 받았다. 대부분의 설문은 은퇴자들이 직접 읽고 기입하는 방식으로 이루어졌으나, 글을 읽지 못하거나(2명) 직접 기술에 어려움이 있는 대상자(3명)의 경우에는 연구자와 연구보조자가 직접 문항을 읽어주고 쉽게 이해할 수 있도록 설명한 후 은퇴자의 응답을 대신 기입하였다. 직접 만남에 어려움이 있는 대상자의 경우에는 전화면담(1명)이나 우편조사(8명)를 통해서 설문이 이루어졌다. 설문지를 응답하는 데에는 약 30분 정도 소요되었다.

### 자료분석

통계적 분석은 SPSS for Windows 18.0을 사용하여 기술통계치를 구하고 신뢰도 분석, Pearson 적률상관관계 분석, 위계적 중다회귀 분석을 실시하였다. 연구모형과 대안모형 간에 적합도의 비교 검증 및 경로분석을 위하여 AMOS 18.0을 사용하였다. 또한 변인들 간의 관계를 설명하는 연구모형을 가정하고, 선행 연구의 결과를 토대로 대안모형을 함께 설정하였다. 이들 모형간의 적합도를 비교하여 가

장 합당한 모형을 최종 선택하였다. 구조방정식 분석을 사용하는 데 있어서는 하나 이상의 모형이 경험적인 자료에 적절할 가능성이 있기 때문에 경쟁적인 모형을 설정하여 비교 검증하는 것이 필요하다(Breckler, 1990). 어떤 현상을 설명하기 위한 이론이 하나만 존재하는 것은 아니며, 이론가의 관점에 따라 다양한 이론적 모형이 존재할 수 있다는 가정에 기초하기 때문이다(문수백, 2009). 이전 연구들에서 성격 강점과 결혼불만족만으로도 개인의 우울에 영향력을 가지고 있다는 점을 고려할 때 본 연구에서 가정한 연구모형뿐만 아니라 대안모형 역시 은퇴 남성의 우울을 설명할 수 있을 것으로 예상된다. 그러므로 연구모형과 대안모형을 서로 경쟁토록하여 은퇴 남성의 우울을 더욱 잘 설명하는 모형이 무엇인지 알아보고자 하였다.

모형은 인구통계학적 및 은퇴관련 변인, 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족, 우울 다섯 개의 변인으로 이루어져 있으며, 인구통계학적·은퇴관련 변인에는 회귀분석에서 가장 설명력이 높았던 건강상태, 은퇴 전 직업불만족도, 월평균수입 3가지가 포함되었다. 또한 은퇴스트레스에서도 회귀분석에서 가장 설명력이 높았던 하위척도 즉, 자아정체감의 상실, 일상생활의 변화, 사회적 관계망의 변화만을 선택하여 분석에 사용하였다. 성격 강점은 회귀분석결과 우울에 유의한 영향을 나타낸 심미안과 낙관성을 포함하여 구성하였다. 결혼불만족은 통계분석 방법상, 2개 이상의 표시 변수를 구성하기 위해 요인을 2개로 고정화 후 주축 요인 추출(principal axis factoring)과 직접 오블리민(direct oblimin) 요인 회전 방법을 사용하여 결혼불만족1과 결혼불만족2라는 2개의 표시 변수를 추출하였다. 우울도 동일한

방법으로 우울1, 우울2라는 표시 변수를 구성하였다. 연구모형과 대안모형의 비교 시 모형의 적합도를 평가하기 위해 홍세희(2000)가 권장한 TLI(Tucker-Lewis Index), CFI(Comparative Fit Index), RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)를 사용하였다.

## 결 과

### 측정변인들의 기술통계

본 연구에서 측정된 주요변인들의 전반적인 특성을 알아보기 위하여 각 변인들의 상관관계 및 평균, 표준편차를 제시하였다(표 1). 변인들의 상관관계를 살펴보면 은퇴스트레스는 우울과 정적 상관( $r(197)=.575, p<.001$ )이 있는 것으로 나타났다. 즉 은퇴스트레스가 높을수록 은퇴 남성의 우울이 높은 것으로 나타났다. 성격 강점과 우울과의 관계에서는 심미안과

영성을 제외하고, 감사( $r(197)=-.321, p<.001$ ), 낙관성( $r(197)=-.401, p<.001$ ), 유머( $r(197)=-.278, p<.001$ )가 우울과 부적 상관이 있는 것으로 나타났는데, 이는 감사, 낙관성, 유머가 낮을수록 은퇴 남성의 우울이 높음을 의미한다. 결혼불만족은 우울과 정적 상관( $r(197)=.551, p<.001$ )을 보였으며, 결혼불만족이 높을수록 은퇴 남성의 우울 또한 높음을 시사한다. 결혼불만족은 심미안( $r(197)=-.243, p<.01$ ), 감사( $r(197)=-.366, p<.001$ ), 낙관성( $r(197)=-.362, p<.001$ ), 유머( $r(197)=-.355, p<.001$ ), 영성( $r(197)=-.162, p<.05$ ) 등 모든 성격 강점과 부적상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 심미안, 감사, 낙관성, 유머, 영성이 높을수록 결혼만족도가 높음을 의미한다.

인구통계학적 및 은퇴관련 변인이 은퇴 남성의 우울에 미치는 영향

위계적 회귀분석을 실시하기 전 인구통계학

표 1. 주요변인들의 상관관계 및 평균, 표준편차

	1	2-1	2-2	2-3	2-4	2-5	3	4
1. 은퇴스트레스	1							
2. 개인내 변인 - 성격 강점								
2-1 심미안	-.268***	1						
2-2 감사	-.387***	.681***	1					
2-3 낙관성	-.476***	.683***	.766***	1				
2-4 유머	-.390***	.716***	.745***	.779***	1			
2-5 영성	-.138	.529***	.619***	.494***	.442***	1		
3. 개인간 변인 - 결혼불만족	.443***	-.243**	-.366***	-.362***	-.355***	-.162*	1	
4. 우울	.575***	-.085	-.321***	-.401***	-.278***	-.044	.551***	1
평균	45.94	13.34	15.30	15.15	13.04	10.72	29.64	15.43
표준편차	12.21	5.24	6.04	5.62	6.19	6.54	5.27	10.96

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

표 2. 은퇴 남성의 우울 변인에 대한 건강상태, 은퇴 전 직업불만족도, 월평균수입의 중다회귀분석

종속변인	예언변인	$\beta$	$t$	$R^2$	$F$
우울	건강상태	.261	3.75***	.201	16.18***
	은퇴 전 직업불만족도	.209	2.97**		
	월평균수입	-.136	-2.01*		

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

적 변인과 은퇴관련 변인이 은퇴 남성의 우울에 영향을 미칠 가능성을 통제하기 위해 관련 문항 중 11문항을 투입하여 단계선택 방식의 중다회귀분석을 실시하고 그 결과를 제시하였다(표 2). 그 결과 건강상태, 은퇴 전 직업불만족도, 월평균수입의 순서로 설명량이 높게 나타났다.

이후 건강상태, 은퇴 전 직업불만족도, 월평균수입만을 투입하여 입력방식의 중다회귀분석을 실시하였다. 이 변인들은 우울을 20.1% 설명하는 것으로 나타났으며( $R^2 = .201$ ,  $F(3, 193) = 16.18$ ,  $p < .001$ ), 이는 인구통계학적 변인과 은퇴관련 변인 모두를 투입한 결과와 같은 설명량이었다. 건강상태( $\beta = .261$ ,  $p < .001$ ), 은퇴 전 직업불만족도( $\beta = .209$ ,  $p < .01$ ), 월평균수입( $\beta = -.136$ ,  $p < .05$ ) 모두 유의한 결과를 나타내었다. 즉, 건강상태가 나쁘고 은퇴 전 직업불만족도가 높으며 월평균수입이 작을수록 우울하다는 것을 의미한다.

#### 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족이 은퇴 남성의 우울에 미치는 영향

은퇴 남성에서 인구통계학적 및 은퇴관련 변인의 영향을 배제하고, 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족이 우울에 미치는 영향을 알아보기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였고

그 결과를 제시하였다(표 3).

1단계에서는 앞서 설명한 바와 같이 인구통계학적 변인과 은퇴관련 변인 중 설명량이 가장 높은 것으로 나타난 건강상태, 은퇴 전 직업불만족도, 월평균수입을 투입하였고, 이 변인들은 은퇴 남성의 우울을 20.1% 설명하였다. 2단계에서는 은퇴스트레스 하위척도 중 설명량이 가장 높은 것으로 나타난 자아정체감의 상실, 일상생활의 변화, 사회적 관계망의 변화를 투입하였다. 결과, 우울의 설명량이 17.1% 증가되었다( $R^2 = .372$ ,  $F(3, 190) = 18.78$ ,  $p < .001$ ). 자아정체감의 상실( $\beta = .191$ ,  $p < .05$ ), 일상생활의 변화( $\beta = .159$ ,  $p < .05$ ), 사회적 관계망의 변화( $\beta = .224$ ,  $p < .01$ ) 모두 유의한 결과를 나타내었다. 즉, 자아정체감 상실이 높고, 일상생활 및 사회적 관계망의 변화를 많이 경험할수록 우울하다는 것을 의미한다. 3단계에서 개인내 변인인 성격 강점과 개인간 변인인 결혼불만족을 추가로 투입한 결과, 우울의 설명량이 16.3% 증가되었고 통계적으로도 유의하였다( $R^2 = .536$ ,  $F(6, 184) = 17.69$ ,  $p < .001$ ). 개인내 변인인 성격 강점 중 유의한 영향을 미친 변인은 심미안( $\beta = .287$ ,  $p < .001$ ), 낙관성( $\beta = -.297$ ,  $p < .01$ )으로 나타났으며, 이는 심미안이 높고 낙관성이 낮을수록 우울하다는 것을 의미하는 결과이다. 또한 개인간 변인인 결혼불만족 역시 우울에 유의한 영향을 미치는

표 3. 은퇴 남성의 우울에 대한 인구통계학적·은퇴관련 변인, 은퇴스트레스, 성격 강점 그리고 결혼불만족의 위계적 회귀분석

투입단계	예언변인	$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$
1단계	인구통계학적·은퇴관련 변인			.201		16.18***
	건강상태	.261	3.75***			
	은퇴 전 직업불만족도	.209	2.97**			
	월평균수입	-.136	-2.01*			
2단계	은퇴스트레스			.372	.171	18.78***
	자아정체감의 상실	.191	2.10*			
	일상생활의 변화	.159	2.13*			
	사회적관계망의 변화	.224	2.67**			
3단계	개인내 변인-성격 강점			.536	.163	17.69***
	심미안	.287	3.50***			
	감사	-.145	-1.49			
	낙관성	-.297	-3.09**			
	유머	.111	1.18			
	영성	.087	1.29			
	개인간 변인-결혼불만족	.345	5.97***			

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

것으로 나타났다( $\beta = .345, p < .001$ ). 이는 결혼 불만족이 높을수록 우울하다는 것을 의미한다.

은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족이 은퇴 남성의 우울에 미치는 영향을 정리하면 다음과 같다. 은퇴스트레스는 은퇴 남성의 우울에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 개인간 변인인 결혼불만족 역시 은퇴 남성의 우울에 영향을 미쳤다. 하지만 개인내 변인인 성격 강점은 5가지 하위 강점 중 심미안과 낙관성만이 우울에 유의한 영향을 미침을 알 수 있었다.

은퇴스트레스와 우울에서 성격 강점, 결혼불만족 관계에 대한 연구모형 검증

연구모형과 대안모형의 경로계수와 유의도를 살펴본 결과 모든 경로가 전부 유의한 것으로 나타났다. 보다 우수한 모형을 선정하기 위해 두 모형의 적합도를 비교한 결과에서는 CFI, TLI, RMSEA 모두 연구모형이 대안모형보다 적합도가 더욱 우수한 것으로 나타났다(표 4). 또한 좋은 적합도를 보인 연구모형을 기저 모형으로 설정하여 대안모형과  $\chi^2$  차이 검증을 통해 비교해 본 결과, 연구모형과 대안모형 간에 유의한 차이가 있음을 알 수 있었다( $\Delta$

표 4. 연구모형과 대안모형의 적합도 분석 결과 (N=197)

	$\chi^2$	df	$\Delta\chi^2$	$\Delta df$	CFI	TLI	RMSEA
연구모형	99.210	48			.939	.916	.074
대안모형	125.644	49	26.434	1	.909	.877	.089

$\chi^2(1, N=197)=26.434, p<.001$ ). 따라서 본 연구에서 설정한 연구모형이 대안모형에 비해 더욱 적합한 모형임을 알 수 있으며, 최종 모형으로 선정하였다.

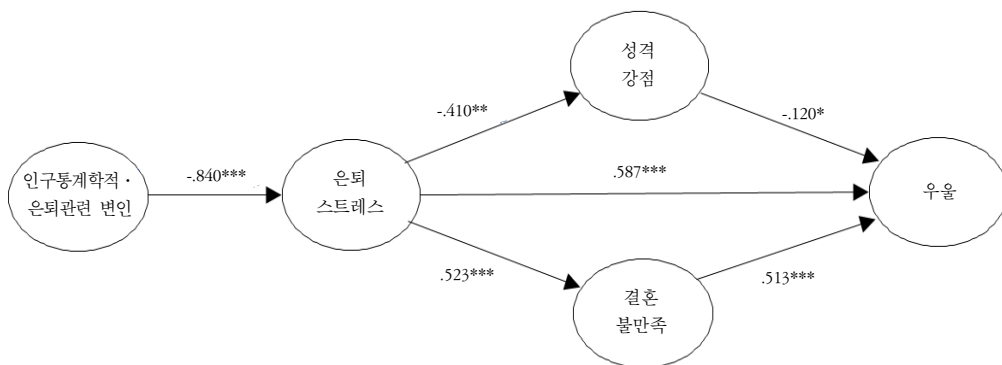
표 5와 그림 3에 표준화된 경로계수를 포함한 최종 선택모형의 분석결과를 제시하였다.

우선 인구통계학적·은퇴관련 변인이 은퇴스트레스로 가는 경로에서는 경로계수가 유의하게 나타나 인구통계학적·은퇴관련 변인이 은퇴스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다 ( $\beta=-.840, p<.001$ ). 또한 은퇴스트레스에서 우울로의 직접 경로에서는 은퇴스트레스가 우울

표 5. 연구모형의 경로계수 추정치 (N=197)

경로	비표준화 계수	SE	CR	표준화 계수
인구통계학적·은퇴관련 변인 → 은퇴스트레스	-.036	.007	-5.270	-.840***
은퇴스트레스 → 성격 강점	-.605	.196	-3.085	-.410**
은퇴스트레스 → 결혼불만족	.742	.116	6.413	.523***
은퇴스트레스 → 우울	2.120	.399	5.306	.587***
성격 강점 → 우울	-.294	.145	-2.037	-.120*
결혼불만족 → 우울	1.307	.287	4.558	.513***

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



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

그림 3. 연구모형의 표준화된 경로계수

표 6. 주요변인들의 직접·간접 효과 및 총효과 (N=197)

경로	직접효과	간접효과	총효과
인구통계학적·은퇴관련 변인 → 은퇴스트레스	-.840**	-	-.840**
인구통계학적·은퇴관련 변인 → 성격 강점	-	.344**	.344**
인구통계학적·은퇴관련 변인 → 결혼불만족	-	-.439**	-.439**
인구통계학적·은퇴관련 변인 → 우울	-	-.759**	-.759**
은퇴스트레스 → 성격 강점	-.410**	-	-.410**
은퇴스트레스 → 결혼불만족	.523**	-	.523**
은퇴스트레스 → 우울	.587*	.318***	.904**
성격 강점 → 우울	-.120*	-	-.120*
결혼불만족 → 우울	.513**	-	.513**

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

에 영향을 미침을 알 수 있었다( $\beta = .587, p < .001$ ). 은퇴스트레스와 우울에서 성격 강점을 거쳐 가는 경로를 살펴본 결과, 은퇴스트레스에서 성격 강점으로 가는 경로( $\beta = -.410, p < .01$ )와 성격 강점에서 우울로 가는 경로( $\beta = -.120, p < .05$ ) 모두 유의하였다. 또한 은퇴스트레스와 우울에서 결혼불만을 거쳐 가는 경로를 살펴본 결과, 은퇴스트레스에서 결혼불만으로 가는 경로( $\beta = .523, p < .001$ )와 결혼불만에서 우울로 가는 경로( $\beta = .513, p < .001$ ) 모두 유의하였다.

연구모형을 최종모형으로 선택한 후, 성격 강점과 결혼불만의 직접·간접 효과를 검증하기 위해 부트스트랩(bootstrap)을 사용하여 간접효과를 측정하고 그 결과를 표 6에 제시하였다. 측정 결과 모든 변인에서 직접·간접 효과 및 총효과가 유의하게 나타났고, 이를 통해 은퇴스트레스가 우울에 영향을 미치는 가운데 성격 강점과 결혼불만족도 역시 이들 사이에서 유의하게 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다.

## 논 의

본 연구에서는 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족이 우울에 미치는 영향을 확인하고, 스트레스-취약성 모델을 토대로 은퇴 남성의 우울을 설명하기 위해 개인내 변인인 성격 강점과 개인간 변인인 결혼불만족이 직접·간접 효과를 갖는지 검증하고자 하였다. 우선, 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족이 은퇴 남성의 우울에 어떠한 영향을 미치는지 살펴본 결과를 요약하면 다음과 같다. 은퇴스트레스가 은퇴 남성의 우울에 영향을 미치는지 확인한 결과, 은퇴스트레스가 높을수록 은퇴 남성의 우울이 높은 것으로 나타났다. 이는 은퇴가 심리사회적 스트레스를 유발하고 정신건강의 위험요인으로까지도 작용할 수 있다는 선행연구(George, 1993; Thoits, 1983)와 부합되는 결과이며, 은퇴와 우울이 서로 관련 있음을 설명한 연구들과도 일치한다(김애순, 윤진, 1995; Richardson & Kilty, 1991). 이러한 결과를 고려했을 때, 은퇴라는 경험 자체만으로도 개인에

게 끼칠 수 있는 부정적인 영향이 크다는 것을 가늠해 볼 수 있다. 한 연구에 따르면 은퇴자의 30%가 은퇴에 따른 스트레스를 경험한다고 한다(Bosse et al., 1996). 많은 은퇴자들이 은퇴로 인해 스트레스를 경험한다는 것은 간과해서는 안 될 문제이며, 은퇴 남성의 정신건강을 저해할 가능성이 있는 은퇴스트레스를 감소시키기 위한 사회적 차원의 관리와 프로그램 개발이 무엇보다 필요하다고 판단된다.

은퇴스트레스가 우울에 미치는 직접효과 이외에, 개인내 변인인 성격 강점과 개인간 변인인 결혼만족도의 간접효과도 함께 확인되었다. 개인내 변인인 성격 강점의 취약성이 은퇴 남성의 우울에 미치는 영향을 확인한 결과, 성격 강점 중 낙관성과 심미안이 은퇴 남성의 우울을 유의하게 설명하는 것으로 나타났다. 하지만 은퇴 남성이 비관적일수록 우울하다는 결과는 본 연구에서 예측한 바와 같으나 심미안 변인의 경우는 예상한 결과와 반대되는 결론이 도출되었다.

낙관성과 우울이 부적적으로 관련되어 있다는 연구결과는 기존의 연구들과 일치하는 결과이며(Brewin & Andrews, 1996; Carver & Gaines, 1987; Scheier & Carver, 1992), 우울을 비관성의 대표적인 유형이라고 본 Seligman(1990)의 설명과도 맥락을 같이 한다. 결국 자신의 미래에 대해 희망이 없다고 느끼고 비관적으로 생각하는 은퇴자일수록 더욱 우울하다는 것을 의미한다. 또한 임영진(2012)의 성격 강점과 관련된 연구에서도 24개의 성격 강점 중 낙관성이 정신적 웰빙에 가장 크게 기여하는 것으로 나타났다. 낙관성은 개인의 정신건강에 매우 중요한 개념이며 추후 은퇴자의 심리적 안녕을 위한 개입이나 치료를 위해서는 낙관성을 키우고 개발하기 위한 노력이 필요할 것으로

예상된다.

심미안의 경우, 상관분석에서는 우울과 유의한 상관을 보이지 않았지만, 위계적 회귀분석을 실시한 결과 심미안이 높을수록 우울이 높다는 결과가 도출되었다. Bryant(2003)의 연구에서는 심미안이 높을수록 덜 우울하다고 보고하였는데, 본 연구의 결과는 이와 반대였다. 상반된 결과의 원인을 다각적으로 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 실시한 통계분석상의 문제로 단계 선택형으로 투입된 위계적 회귀분석의 통계적 특성을 생각해 볼 수 있겠다. Bryant(2003)의 연구에서 측정된 심미안의 개념에는 삶을 향유하고 즐기는 긍정적 구성 개념이 포함되어 있었으나, 본 연구에서는 낙관성과 심미안의 공통변량이 제외된 채, 긍정적 정서가 배제된 심미안으로 우울 정서를 설명하게 되었다. 낙관성과의 공통변량이 배제된 심미안과 우울 점수의 정적관련성은 자신의 인생에 대해서 비관적으로 여기고 단순히 아름다움을 좇는 것에 관심이 높은 사람일수록 더욱 우울할 수 있음을 시사한다. 미의 창조에 그 가치를 둔 유미주의와 같은 문학적 경향은 우울, 무기력 같은 “병든 마음”의 멜랑콜리한 현상을 아름다움으로 형상화하는 경향이 있다(최문규, 2005). 이는 긍정적 정서가 배제된 심미안과 우울의 관련성을 설명하는 예라고 판단된다.

둘째, 성격 강점의 상위 덕목 중 하나인 초월 덕목의 구성 개념으로서 심미안이 과연 적합한가와 관련된 문제이다. Peterson과 Seligman(2004)은 24가지 성격 강점의 상위덕목을 지혜, 용기, 인간애, 정의, 절제, 초월의 6요인으로 설명하였으며, 그 중 우울과 가장 관련있는 개념으로 초월 덕목이 제시된 바 있다(Veronika & Lance, 2010). 그러나 24가지 성격 강점의 상

위 덕목을 새롭게 파악하는 국내연구에서는 4요인이 타당하다고 밝히고 있다(임영진, 2012). 4요인 구조에서 심미안은 기존에 초월 덕목의 하위 강점인 감사, 영성, 낙관성 등과 묶이지 않고 오히려 호기심, 창의성과 같이 지성적인 미덕에 해당된다고 설명하였다. 이는 심미안이 초월덕목에 포함되기보다 다른 속성을 가지고 있음을 시사하는 부분이다. 임영진(2012)이 추가적으로 실시한 회귀분석에서도 심미안은 리더십과 함께 정신적 웰빙에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 심미안이 여타 성격 강점이 담보되지 않은 상황에서 오히려 심리적 웰빙에 부정적 효과를 가져다 줄 수도 있다는 사실을 반영하는 것이라고 볼 수 있으며, 본 연구의 결과에서 나타난 심미안과 우울의 부적인 관계 또한 같은 맥락에서 동일하게 해석할 수 있을 것으로 보인다. 이러한 가설을 보다 명확하게 검증하기 위해서는 추후 연구가 필요할 것으로 사료된다.

개인간 변인인 결혼불만족이 은퇴 남성의 우울에 미치는 영향을 확인한 결과, 결혼불만족이 높을수록 은퇴 남성의 우울이 높은 것으로 나타났다. 이는 높은 결혼 불화가 높은 우울과 관련이 있다는 기존 연구 결과(Whisman et al., 2006)와 은퇴 남성에서 결혼불만족이 높으면 우울이 높다는 국내 연구 결과(김효정, 2007)와도 일치한다. 남편의 은퇴로 부부의 공유시간이 증가되면서 갈등이 심화되고 결혼불만족이 증가될 수 있다(Vinick & Ekerdt, 1989). 이로 인한 부부관계의 악화는 은퇴자들에게 심리적 안녕감을 저해할 가능성이 큰 것으로 판단되며, 은퇴 후 적응에 있어 상당부분 영향력을 가지고 있음을 알 수 있다. 그러므로 은퇴스트레스로 인해 발생할 수 있는 우울을

비롯한 은퇴 남성의 정신건강 문제해결에 부분관계가 큰 부분을 담당할 수 있으며, 은퇴자 가정의 부부관계 향상을 위한 여러 가지 방법을 강구할 필요가 있다.

스트레스-취약성 모델에 근거하여 개인간 변인과 개인내 변인이 우울에 미치는 효과를 탐색적으로 파악하기 위해서 AMOS를 이용하여 인구통계학적·은퇴관련 변인, 은퇴스트레스, 성격 강점, 결혼불만족, 우울의 경로를 분석하여 모형 검증을 실시하였다. 최종모형으로 선정된 연구모형은 은퇴스트레스가 직접 우울을 설명하는 경로가 있으며, 은퇴스트레스가 성격 강점을 거쳐 우울을 설명하는 경로와 은퇴스트레스가 결혼불만족을 거쳐 우울을 설명하는 간접 경로가 함께 존재한다고 가정하는 모형이었다. 검증결과를 바탕으로 모형을 좀 더 자세히 살펴보면, 은퇴스트레스가 우울에 미치는 직접경로는 유의한 것으로 나타났다. 이는 은퇴스트레스가 높을수록 우울하다는 것을 의미하며, 은퇴와 우울이 서로 관련 있음을 설명한 연구들과도 일치하는 결과이다(김애순, 윤진, 1995; Richardson & Kilty, 1991).

은퇴스트레스와 우울의 관계에서 성격 강점과 결혼불만족을 거쳐 가는 간접경로를 살펴보면 은퇴스트레스는 성격 강점과 결혼불만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 우선 은퇴스트레스가 높으면 그들의 긍정적인 성격특성 즉, 낙관성과 심미안이 가지는 공통분모를 저해시키며 결혼생활에도 부정적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과를 미루어 보았을 때, 낙관성과 심미안이 공통적으로 가지는 초월이라는 성격 강점은 은퇴스트레스가 우울에 미치는 직접적 영향을 완충하는 역할을 해 줄 것으로 기대된다. 다



만 이 탐색적 연구모형에서는 심미안과 낙관성의 공통변량으로 성격 강점이 구성되어 있으므로 성격 강점을 해석할 때 주의가 필요할 것으로 사료된다. 연구모형을 통해 개인내에 존재하는 긍정적 성격 특성과 결혼이라는 긍정적인 관계 특성이 은퇴스트레스로 인한 우울에 완충적인 역할을 할 수 있음을 알 수 있었고, 은퇴스트레스와 우울과의 관계에서 성격 강점과 결혼만족도를 거쳐가는 간접경로 또한 확인되었다.

본 연구는 다음과 같은 의의를 지니고 있다. 첫째, 대부분의 은퇴 관련 국내연구들은 은퇴자들의 경제적·사회적 측면에 관심을 두고 있으며 심리적 측면의 국내 연구는 다소 미흡한 실정이었다. 본 연구는 은퇴라는 경험 자체만으로도 은퇴 남성의 정신건강을 저해할 수 있음을 밝혀냈으며, 은퇴 이후의 스트레스가 우울로 발전하지 않도록 할 수 있는 보호요인을 탐색적으로 찾아보았다. 이러한 시도는 은퇴자들의 심리적 문제를 다루는 연구의 필요성과 중요성을 부각시켰다는 것에 의의가 있다.

둘째, 본 연구에서는 취약성을 개인간 변인, 개인내 변인으로 나누어서 탐색적으로 파악함으로써 은퇴 남성의 개인내 변인인 성격 강점 중 심미안과 낙관성이, 그리고 개인간 변인인 결혼불만족이 우울에 미치는 영향을 미치는 요인임을 규명하였다. 낙관성과 결혼만족도가 은퇴 이후의 우울을 완화시켜줄 수 있는 중요한 변인임이 밝혀진 부분은 기존의 연구와 크게 차별되지 않는 부분이다. 그러나 초월 성격 강점에 포함된 심미안의 경우 심리측정적 속성이 다른 성격 강점 변인과 다를 수 있음이 밝혀졌다는 사실은 본 연구의 특이점이라 하겠다. 낙관성이나 감사, 용서와 같은 긍정적

성격특성을 공유하지 못한 채, 지성적 미덕으로서 심미안만을 추구하게 될 경우, 오히려 은퇴이후의 심리적 건강에 부정적 영향을 미칠 것으로 예견된다. 그러나 AMOS를 통한 연구모형에서 밝혀진 바와 같이 낙관성과 심미안의 공통분모로 존재하는 긍정적인 성격 강점은 개인간 변인인 결혼만족도와 마찬가지로, 은퇴이후 경험할 수 있는 우울의 완충제 역할을 할 것으로 기대된다. 이 같은 정보는 향후 은퇴자들의 은퇴 후 적응과 심리적 안녕감 향상을 위한 프로그램 개발이나 치료적 개입을 하는데 필요한 이론적 기초 자료가 될 것으로 판단된다.

셋째, 본 연구는 은퇴스트레스가 우울로 발현되는 과정을 스트레스-취약성 모델을 통해 검증하였다. 그 결과, 은퇴 남성의 성격 강점 중 낙관성이 부족하고, 낙관성없는 심미안이 높을 때 그리고 부부관계가 좋지 않을 때 은퇴 후 우울증에 걸릴 위험이 크다는 것을 밝혀냄으로써 스트레스-취약성 모델이 은퇴 남성의 우울을 예측하는데 도움을 주는 유용한 모델임을 검증하였다. 이 같은 결과는 우울할 가능성이 높은 은퇴 남성들을 초기에 발견하여 치료적 개입 및 사회적 지원을 하는데 도움이 될 것으로 보인다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 표본 선정의 편향성과 작은 표본수에 따른 일반화의 어려움이다. 본 연구는 대구·경북 지역의 은퇴자들만을 대상으로 하였기 때문에 전체 은퇴자에게 일반화하기에는 다소 무리가 있다. 또한 은퇴자 집단의 특수성 때문에 표집에 어려움이 있었고, 총 197명만이 대상에 포함되었다. 작은 표본수 역시 일반화의 어려움을 가지게 하며, 통계분석에도 영향을 미칠 가능성이 있다. 따

라서 후속 연구에서는 연구결과의 일반화를 위해 다양한 지역의 은퇴자를 고루 표집하고, 대상자의 수도 좀 더 늘려 연구해 볼 필요가 있다.

둘째, 일반 은퇴자를 대상으로 측정된 우울을 실제 임상적으로 우울증을 가진 은퇴자에게 적용하는 데는 한계가 있다. 일반 은퇴자에게 나타나는 우울 증상과 임상적으로 우울한 은퇴자에게 나타나는 우울 증상은 서로 다른 특징을 나타낼 가능성이 있으며, 그들이 처한 상황 또한 다르기 때문에 집단 간에 질적인 차이를 보일 수도 있다. 그러므로 실제 임상적으로 우울한 은퇴자를 대상으로 한 추후 연구가 필요하다.

셋째, 연구 참여자들이 동질적인 집단으로 구성되어 있지 못하다는 점이다. 본 연구의 목적이 은퇴 남성 전부를 포괄적으로 연구하는 것에 있기 때문에 은퇴자의 연령, 학력 등을 통제하지 못하고 단지 남성 은퇴자에만 초점을 두어 연구하였다. 이로 인해 연구 대상자들이 저마다 인구통계학적 특성에서 차이를 보여 동질적인 집단으로 보기에 다소 어려움이 있을 것으로 예상되며, 연구 결과를 일반화하는 것에도 다소 조심스러운 측면이 있다. 추가적인 분석에서 학력과 은퇴스트레스, 우울감이 서로 유의한 상관성이 있는 것으로 나타난 바, 추후 연구에서는 학력이나 나이, 은퇴 전 직업 등이 유사한 집단을 모집하여 연구할 필요성이 있겠다.

넷째, 은퇴스트레스와 우울의 관계에서 성격 강점과 결혼불만족이 우울에 어떠한 영향을 주는지에만 초점을 맞추다보니 성격 강점과 결혼불만족의 관련성에 대해서는 고려하지 못했다는 점이다. 성격 강점이라는 긍정적 성격특성이 개인의 심리적 안녕에 영향을 미치

고 이는 부부관계의 질을 높이는 것에도 도움이 될 가능성이 있음을 예상해 볼 때 추후 연구에서는 성격 강점과 결혼불만족의 관련성에 대해서도 연구할 필요성이 있겠다.

다섯째, 제한된 연구 대상자 표집으로 인하여 성격강점으로서의 심미안의 특성을 제대로 설명하지 못했다는 한계점이 존재한다. 모션희와 강지현(2006)의 연구에 따르면 청년이 되어 은퇴를 하게 되면 그 동안 실현하지 못했던 나름대로의 취미생활이나 여행 등을 하리라고 생각하지만 막상 은퇴를 하고 나면 대부분의 계획들은 실현되지 못할 가능성이 있다고 한다. 본 연구의 대상자들의 경우 은퇴 이후 경비원, 택시기사, 기타 일용직 근로자 등의 경제활동을 하는 사람들이 많았고, 시간이나 경제적인 부분에서도 여유 없는 삶을 사는 사람들이 대부분이었다. 이런 사람들의 경우 자신이 가지고 있는 심미안이라는 속상을 향유하지 못할 가능성이 있다. 좀 더 다양한 범위의 은퇴자들이 포함된다면 심미안이 가진 긍정적인 속성을 파악할 수 있으리라 기대된다.

이러한 한계점에도 본 연구는 은퇴 남성의 우울을 완충하는 요인을 규명하고 은퇴 남성의 정신건강 향상에 필요한 프로그램과 개입의 이론적 근거를 마련했다는 점에서 의의가 있다고 할 수 있다. 후속 연구에서 본 연구결과를 토대로 은퇴 남성의 성격 강점과 결혼불만족을 이용한 치료프로그램이 개발된다면 은퇴 이후 심리적 문제로 고통 받고 있는 은퇴 남성에게 도움이 되고, 은퇴 남성이 은퇴 후 적응적인 삶을 살아가는데 보탬이 될 것으로 기대된다.

참고문헌

고용노동부 (2000). 노동통계조사보고서. 서울: 고용노동부.

고용노동부 (2009). 2009년 정년제운용현황. 서울: 고용노동부.

권석만 (2009). 서울대 리더십 향상 프로그램의 운영을 위한 성격 강점검사의 개발. 연구보고서.

권정혜 (1996). 임신 중 우울에 대한 스트레스-취약성 모델 검증. 한국심리학회지: 임상, 15, 33-43.

권정혜 (1997). 심리사회적 요인이 산후 우울에 미치는 영향: 산후 우울에 대한 스트레스-취약성 모델 검증. 한국심리학회지: 임상, 16, 55-66.

권정혜, 채규만 (1999). 한국판 결혼만족도 검사의 표준화 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 18, 123-150.

김애순 (2002). 성인발달과 생애설계. 서울: 시그마프레스.

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

김은정, 오경자, 하은혜 (1999). 기혼 여성의 우울증상에 대한 취약성: 스트레스 경험 및 대처과정을 중심으로. 한국심리학회지: 여성, 4, 1-14.

김중숙 (1987). 한국노인의 생활만족에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위 논문.

김효정 (2007). 남자노인의 은퇴스트레스와 우울간의 관계: 결혼만족도의 매개효과. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.

김효창 (2010). 자살: 문화심리학적 관점에서의 조망. 한국심리학회지: 사회문제, 16(2), 165-178.

모선희, 강지현(2003). 55세 이상 은퇴자들의 노후생활 적응에 관한 연구. 제4차 노동패널 학술대회 자료집.

문수백 (2009). 구조방정식 모델링의 이해와 적용. 서울: 학지사.

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

배문조, 전귀연 (2006). 개인변인, 심리변인, 직업관련 변인이 은퇴기대에 미치는 영향. 대한가정학회지, 44, 53-64.

세계보건기구 (2011). 2011년 세계보건통계 보고서.

심은경 (1983). 은퇴한 노인의 가정생활적응에 대한 탐구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.

윤현숙, 이미진 (2006). 은퇴가 심리적 안녕에 미치는 영향에 관한 종단적 연구: 한국의 남성노인과 여성노인을 중심으로. 한국사회복지학, 58, 197-217.

이가옥, 이지영 (2005). 남성 연소노인의 은퇴 후 적응과정과 노년기 조망에 대한 연구. 한국사회복지학, 57, 93-120.

이경은 (2008). 청소년의 사회불안에 대한 스트레스-취약성 모델 검증. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.

임영진 (2010). 성격 강점과 긍정 심리치료가 행복에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 박사학위 논문.

임영진 (2012). 성격 강점과 정신적 웰빙의 관계. 한국심리학회지: 임상, 31(3), 713-730.

장인협, 최성재 (2002). 노인복지학. 서울: 서울대학교 출판부.

전경구, 이민규 (1992). 한국판 CES-D 개발연구

1. 한국심리학회지: 임상, 11, 65-76.
- 정옥분 (2008). 성인·노인심리학. 서울: 학지사.
- 정희영 (1994). 남자노인들의 사회관계와 정서적 적응. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 조현석 (2008). 향유하기와 주관적 웰빙의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
- 지연경, 조병은 (1991). 내외 통제성 및 은퇴로 인한 스트레스 지각과 생활만족도. 대한가정학회지, 29, 217-240.
- 최문규 (2005). 근대성과 심미적 현상으로서의 멜랑콜리. 뷁히너와 현대문학, 24, 200-228.
- 최성재 (1989). 퇴직 예정자의 퇴직에 대한 태도 및 퇴직 후 생활전망의 인식에 관한 연구. 사회복지연구, 1, 47-65.
- 한덕웅, 최훈석 (2006). 한국 사회문제의 변화: 지난 10년간 세 시점의 비교. 한국심리학회지: 사회문제, 12(1), 103-128.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 선정 기준과 그 근거. 한국임상심리학회지: 임상, 19, 161-178.
- Beck, A. T. (1969). *Depression: Cause and treatments*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beland, A. (2005). *The effect of spirituality and social factors on depression and anxiety in an elderly retirement home population*. Doctoral Dissertation. Alliant International University, San Diego, USA.
- Bosse, R., Aldwin, C. M., Levenson, M. R., & Workman-Daniels K. (1991). How stressful is retirement? Findings from the normative aging study. *Journal of Gerontology*, 46, 9-14.
- Bosse, R., Spiro, A. III., & Kressin, N. R. (1996). The psychology of retirement. In R. T. Woods (Ed.), *Handbook of the clinical psychology of ageing* (pp.141-157). London: Wiley.
- Brewin, R. B., & Andrews, B. (1996). Intergenerational links and positive self-cognitions: Parental correlation of optimism, learned resourcefulness, and self-evaluation. *Cognitive Therapy & Research*, 20, 247-263.
- Brown, G. W., Bifulco, A., & Andrews, B. (1990). Self-esteem and depression: III. Aetiological issues. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 25, 235-243.
- Bryant, F. G. (2003). Savoring Beliefs Inventory (SBI): A scale for measuring beliefs about savoring. *Journal of Mental Health*, 12, 175-196.
- Butterworth, P., Gill, S. C., Rodgers, B., Anstey, K. J., Villamil, E., & Melzer, D. (2006). Retirement and mental health: Analysis of the Australian national survey of mental health and well-being. *Social Science & Medicine*, 62, 1179-1191.
- Carver, C. S., & Gaines, J. G. (1987). Optimism, pessimism, and postpartum depression. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 449-462.
- Chalmers, L., & Milan, A. (2005). Marital satisfaction during the retirement years. *Canadian Social Trends*, 76, 14-17.
- George, L. K. (1980). *Role transition in later life*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole Publishing Company.
- George, L. K. (1993). Sociological perspectives on life transitions. *Annual Review of Sociology*, 19, 353-373.
- Harris, D. K., & Cole, W. E. (1985). 노년사회학 [Sociology of Aging]. (최신덕 역). 서울: 경문사. (원전은 1981에 출판)

- Higginbottom, S. F., Barling, J., & Kelloway, E. K. (1993) Linking retirement experiences and marital satisfaction. *Psychology and Aging, 8*, 508-516.
- Hilsman, R., & Garber, J. (1995). A test of the cognitive diathesis-stress model of depression in children: academic stressors, attributional style, perceived competence, and control. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 370-380.
- Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1991). Life stressors, personal and social resources, and depression: A 4-year structural model. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 31-38.
- Ingram, R. E. & Luxton, D. D. (2005). "Vulnerability-Stress Models." In B.L. Hankin & J. R. Z. Abela (Eds.), *Development of Psychopathology: A vulnerability stress perspective* (pp.32-46). Thousand Oaks, CA: Sage Publications Inc.
- Kiecolt-Glaser, J. K., Kennedy, S., Malkoff, S., Fisher, L., Speicher, C. E., & Glaser, R. (1988). Marital discord and immunity in males. *Psychosomatic Medicine, 50*, 213-229.
- Kuypers, J. A., & Bengtson, V. L. (1973). Competence and social breakdown: A social-psychological view of aging. *Human Development, 16*, 37-49.
- Kwon, S-M. (1992). *Differential roles of dysfunctional attitudes and automatic thoughts in depression: An integrated cognitive model of depression*. Doctoral Dissertation. University of Queensland, Saint Lucia. AUS.
- Kwon, S-M., & Oei, T. P. S. (1992). Differential causal roles of automatic thoughts and dysfunctional attitudes in depression. *Cognitive Therapy and Research, 16*, 309-328.
- Kwon, S-M., & Oei, T. P. S. (1994). The roles of two levels of cognitions in the development, maintenance, and treatment of depression. *Clinical Psychology Review, 14*, 331-358.
- Liu, R. T. & Alloy, L. B. (2010). Stress generation in depression: A systematic review of the empirical literature and recommendations for future study, *Clinical Psychology Review, 30*(5), 582-593.
- Liu, R. T. (2013). Stress generation: Future directions and clinical implications, *Clinical Psychology Review, 33*(3), 406-416.
- Lockenhoff, C. E., Ironson, G. H., O'Leirigh, C., & Costa, P. T. (2009). Five-factor model personality traits, spirituality/religiousness, and mental health among people living with HIV. *Journal of Personality, 77*, 1411-1436.
- Lowenthal, M. F., Thurnher, M., & Chiriboga, D. A. (1975). *Four stages of life*. CA: Jossey-Bass Publishers.
- Maddox, G. L. (1979). Sociology of later Life. *Annual Review of Sociology, 5*, 113-135.
- Martin R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in interpersonal and intrapersonal functions of humor: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in Personality, 37*, 48-75.
- McCullough, M. E., & Hoyt, W. T. (2002). Transgression-related motivational dispositions: Personality substrates of forgiveness and their links to the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*, 1556-1573.

- OECD (2004). OECD Health Data.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. NY: Oxford University Press.
- Quick, H. E. & Moen, P. (1998). Gender, employment, and retirement quality: A life course approach to the differential experiences of men and women. *Journal of Occupational Health Psychology, 3*, 44-64.
- Radloff, L. (1977). The CES-D scale: A self report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*, 385-401.
- Richardson, V., & Kilty, K. M. (1991). Adjustment to retirement: Continuity vs discontinuity. *International Journal of Aging and Human Development, 33*, 151-169.
- Riskind, J. H., & Williams, N. L. (2006). A unique vulnerability common to all anxiety disorders: The looming maladaptive style. In L. B. Alloy & J. H. Riskind (Eds.), *Cognitive vulnerability to emotional disorders*. (pp.175-206). Mahwah, NJ, Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Ross, C. E. (1995). Reconceptualizing marital status as a continuum of social attachment. *Journal of Marriage and the Family, 57*, 129-140.
- Salami, S. O. (2010). Retirement context and psychological factors as predictors of well-being among retired teachers. *Europe's Journal of Psychology, 6*, 47-64.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive and Research, 16*, 201-228.
- Seligman, M. E. P. (1990). 낙관성 훈련[*Learned Optimism*]. (박노용, 박혜성 역). 서울: 오리진. (원전은 1998에 출판)
- Seligman, M. E. P. (1991). *Learned optimism*. New York: Knopf.
- Seligman, M. E. P., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist, 11*, 774-788.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows of the mind. *Psychological Inquiry, 13*, 249-275.
- Snyder, D. K. (1979). Multidimensional assessment of marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family, 41*, 813-823.
- Taylor, M. A., Goldberg, C., Shore, L. M., & Lipka, P. (2008). The effects of retirement expectations and social support on post-retirement adjustment. *Journal of Managerial Psychology, 23*, 458-470.
- Thoits, P. A. (1983). Multiple identities and psychological well-being: A reformulation and test of the social isolation hypothesis. *American Sociological Review, 48*, 174-187.
- Veronika, H., & Lance, H. (2010). Psychological strengths and cognitive vulnerabilities: Are they two ends of the same continuum or do they have independent relationships with well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies, 11*, 71-93.
- Vinick, B., & Ekerdt, D. J. (1989). Retirement and the family. *Generations, 13*, 53-56.
- Whisman, M. A., Uebelacker, L. A., Tolejko, N., Chatav, Y., & Mckelvie, M. (2006). Marital discord and well-being in older adults: Is the association confounded by personality? *Psychology and Aging, 21*, 626-631.

Williams, D. G. (1988). Gender, marriage and psychosocial well-being. *Journal of Family Issues*, 9, 452-468.

논문 투고일 : 2013. 07. 14

1차 심사일 : 2013. 07. 25

게재 확정일 : 2013. 11. 17

## **Effects of Retirement Stress, Character Strengths, and Marital Dissatisfaction on Post-retirement Depression**

**Sun Young Kim**

**Hyae Young Yoon**

Department of Psychology, Keimyung University of Daegu

The purpose of this study was to investigate the impact of retirement stress, character strengths and marital dissatisfaction on depression. Additionally this study examined direct effects and indirect effects of character strengths and marital dissatisfaction. The participant group was composed of 197 retired men living in Daegu and Gyongsangbuk-do. The Retirement Stress Scale (RSS), Character Strengths Test (CST), Korean Marital Satisfaction Inventory (K-MSI), and Center for Epistemology Studies Depression scale (CES-D) were administered to participants. Structural Equation Modeling (SEM) with AMOS was used for the purpose of analysis. The results of the study were as follows. First, an increase in retirement stress was associated with higher levels of depression. Second, hierarchical regression analysis indicated that higher levels of optimism significantly predicted higher depression. Also hierarchical regression analysis indicated that lower levels of appreciation of beauty and excellence without optimism significantly predicted higher depression. Furthermore, increases in marital dissatisfaction were associated with higher levels of depression. Third, the constructed model including both direct effects and indirect effects appeared to fit better than alternative model in explaining relationships between retirement stress and depression. In other words, character strengths and marital dissatisfaction appeared to affect the depression levels of retired men directly and indirectly. To sum up, this study demonstrated that the factors which had an effect on depression in retired men, character strengths and harmonious marital relationships appeared to act as a buffer against depression in retired men. The current results might serve as basic data for psychological well-being programs for retired men. Finally, the limitations and implications of the current study were discussed.

*Key words* : retirement, retirement stress, character strengths, marital dissatisfaction, post-retirement depression