

석 사 학 위 논 문

생애설계가 삶의 만족도에 미치는
영향에 관한 분석

-생애설계 컨설팅을 중심으로-

2018년

한성대학교 지식서비스&컨설팅대학원

지식서비스&컨설팅학과

컨버전스컨설팅전공

정 태 식

석 사 학 위 논 문
지도교수 주형근

생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향에 관한 분석

-생애설계 컨설팅을 중심으로-

An analysis on the effect of Lifetime design
on the life satisfaction

- Focusing on Lifetime design consulting -

2017년 12월 일

한성대학교 지식서비스&컨설팅대학원

지식서비스&컨설팅학과

컨버전스컨설팅전공

정 태 식

석사학위논문
지도교수 주형근

생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향에 관한 분석

-생애설계 컨설팅을 중심으로-

An analysis on the effect of Lifetime design
on the life satisfaction

- Focusing on Lifetime design consulting -

위 논문을 컨설팅학 석사학위 논문으로 제출함

2017년 12월 일

한성대학교 지식서비스&컨설팅대학원

지식서비스&컨설팅학과

컨버전스컨설팅전공

정태식

정태식의 컨설팅학 석사학위논문을 인준함

2017년 12 월 일

심사위원장 _____ 인

심 사 위 원 _____ 인

심 사 위 원 _____ 인

국 문 초 록

생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향에 관한 분석

-생애설계 컨설팅을 중심으로-

한성대학교 지식서비스&컨설팅대학원

지식서비스&컨설팅학과

컨버전스컨설팅 전공

정 태 식

대한민국은 역사상 유례없는 고령화 속도를 나타내고 있는데, 의학과 과학기술의 발달로 인간의 수명이 연장되는 백세시대라는 긍정적인 면과 더불어 삶을 미리 준비해 놓아야 한다는 의미도 함께 담고 있는 것이다.

행복한 삶의 영위를 위한 필수 요건인 생애설계의 요소에는 재무 영역과 비재무적영역인 직업 및 경력, 건강, 관계, 여가와 취미 등 주요 인생 5대 분야로 구성되어 있는데, 각각의 요소가 조화롭게 균형을 이룰 때 삶의 만족도는 더욱 향상될 것이다. 지금까지의 선행연구들은 대부분 재무 영역을 다루었으나 본 연구에서는 비재무적영역에 대해 집중적으로 컨설팅 관점에서 살펴보고자 하였다. 삶의 만족도는 지극히 개인적이고 주관적인 판단과 평가이므로 만족도의 향상이나 만족도의 저하 등을 수치화할 수는 없겠지만 생애설계가 삶의 만족도 향상에 미치는 영향에 관한 연구는 반드시 필요 할 것이다.

다행히 최근 국가적 차원에서 생애설계의 중요성에 대한 인식이 확산되어 가고 있으며, 2017년 8월에 정부에서는 마침내 생애설계의 중요성을 강조하는 실행 방안과 관련된 정책들을 마련하여 발표하기에 이르렀다.

본 연구는 개인의 삶에 있어서 이처럼 중요한 생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향에 관하여 분석하였다. 중요성에 대한 인식의 확산과 더불어 생애설계를 준비할 시간과 여력이 충분하지 않은 개인에게만 삶에 대한 준비를 맡기기보다 국가, 사회, 기업이 앞장서서 적극적으로 개입해야 할 것이다.

【주요어】 생애설계, 삶의 만족도, 생애설계 컨설팅

목 차

I. 서 론	1
1.1 연구의 배경	1
1.2 연구의 목적	3
1.3 연구의 범위와 방법	4
II. 이론적 고찰	5
2.1 생애설계에 관한 연구	5
2.1.1 생애설계의 의미	5
2.1.2 생애설계의 특성 및 중요성	9
2.1.3 생애설계의 절차와 유형	16
2.2 생애설계와 컨설팅	24
2.3 삶의 만족도에 관한 연구	25
III. 연구 설계	29
3.1 연구모형	29
3.2 연구가설의 설정	30
3.3 자료수집 및 분석방법	31
IV. 실증분석 결과	32
4.1 표본 특성	32
4.2 타당성 및 신뢰성 분석	34
4.3 가설 검증	38

4.4 연구가설의 검증 결과	43
V. 결 론	46
5.1 연구결과의 요약과 시사점	46
5.2 연구의 한계점 및 향후 연구방향	48
참고문헌	49
부 록	55
ABSTRACT	59

표 목 차

〈표 1〉 생애설계의 원리	9
〈표 2〉 한국인의 기대수명	10
〈표 3〉 여성 경제활동 인구 통계	13
〈표 4〉 평균 초혼 연령 인구 통계	15
〈표 5〉 생애설계의 절차	16
〈표 6〉 재무 상담과 관련한 정의	17
〈표 7〉 연령 별 고용률	18
〈표 8〉 여가활동 유형 분류	22
〈표 9〉 생애설계 주요 5대 영역 별 관리 정의	23
〈표 10〉 생애설계 5대 영역 별 프로그램 주요 내용	24
〈표 11〉 삶의 만족도의 하위요인	28
〈표 12〉 설문응답자의 인구통계학적 특성	33
〈표 13〉 요인분석 결과	34
〈표 14〉 요인변수의 고유 값과 누적 고유 값	35
〈표 15〉 집중타당성 분석 결과	36
〈표 16〉 잠재변수 간 상관계수 행렬	37
〈표 17〉 생애설계의 이해가 생애설계의 필요성에 미치는 영향	38
〈표 18〉 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성이 직업 및 경력 컨설팅의 중요성에 미치는 영향	39
〈표 19〉 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성이 건강관리 컨설팅의 중요성에 미치는 영향	39
〈표 20〉 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성, 직업 및 경력 컨설팅의 중요성, 건강관리 컨설팅의 중요성이 컨설팅 받은 경험에 미치는 영향	40
〈표 21〉 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성 및 컨설팅 받은 경험이 개인의 삶의 만족도에 미치는 영향	41
〈표 22〉 가설검증 결과	43

그림 목 차

[그림 1] 청년고용동향	12
[그림 2] 평균 초혼 연령 추이	15
[그림 3] 연구 모형	29
[그림 4] 연구모형의 인과관계	44

I. 서 론

1.1 연구의 배경

생애설계는 개인의 삶에 있어 매우 중요한 영역이다. 성공적으로 삶을 살아가기 위한 개인 별 인생의 목표를 설정하고 설정된 목표를 달성할 수 있도록 실천으로 옮기는 행동들을 구체적이고 체계적으로 계획하는 생애설계에 대한 사회적, 개인적 관심들은 계속해서 증가하고 있는 반면 생애설계 내용별 준비정도는 매우 미흡한 것으로 나타나고 있다.

2016년 여성가족부의 가족 실태조사에 따르면 여가설계 준비가 되어있지 않다 47.8%, 재무 설계 준비가 되어있지 않다 46.2%, 은퇴/노후설계 준비가 되어있지 않다 46.2%로 생애설계 전반에 걸쳐 준비가 안 되어 있다는 답변이 절반에 가까운 것으로 나타났다. 준비가 안 되어 있는 한편, OECD국가 중 가장 빠른 속도로 고령화가 진행 중에 있다. 또한, 전체 인구의 14.3%에 이르는 베이비붐세대(1955년~1963년 출생자)의 급속한 은퇴는 경직된 노동시장 구조와 미약한 사회보장 제도 등으로 개인은 물론이고 국가 차원에서도 경제적·사회적으로 많은 문제를 야기할 것으로 보인다(통계청, 2010).

이에 따라 최근 정부에서는 생애설계의 중요성을 강조하는 실행 방안과 관련된 정책을 마련하여 발표하게 되었다. 2017년 8월 대통령 직속 일자리위원회 제2차 회의에서 “新중년 인생3모작 기반구축계획 10대 과제”를 발표하였다. 10대 과제의 첫 번째 내용은 생애설계를 중심으로 하는 新중년 인생 3모작 패키지 신설이다. 인생 3모작은 주된 일자리→재취업 일자리→사회공헌 일자리로 이어지는 3단계이며, 세부 내용을 살펴보면 생애설계를 통한 교육훈련을 거쳐 취업이나 창업 등의 지속적인 일자리로 이어지게 하겠다는 것으로 재직 중 경력개발의 기회를 제공하겠다는 취지이고, 이를 위해 기업은 조직구성원에게 재직 중 생애 전반에 걸쳐 최소 3회 이상(40대, 50대, 퇴직 전후 각 1회) 경력설계 기회를 가질 수 있도록 서비스 확대(“17년 2만명→추가 확대) 방안을 제시하였다(관계부처 합동, 2017).

생애설계의 주요 5대 영역은 재무 영역과 비재무적 영역인 직업과 경력, 건강, 관계, 여가와 취미 등이다. 이와 같이 삶의 다양한 영역에 대한 통합적 관점에서의 성찰과 함께 영역 간의 조화로운 설계가 바람직 할 것인데, 현재 까지 생애설계의 연구 주제들은 대부분 재무 분야에 한정되어 있었다.

지금까지 우리나라의 생애설계는 재무 설계에 지나치게 치중된 측면이 있지만 이제는 재무적인 문제를 넘어서 비재무적인 문제를 종합적으로 포함하는 생애설계를 할 때가 되었다(송양민·우재룡, 2014).

삶의 만족도에 대한 연구들은 의미와 정의 등 개념적 연구가 이어져 왔다. 자신의 삶에 대해 의식적이고 주관적으로 판단했을 때 부족함 없이 흡족한 정도로써 연구자에 따라 다양하게 정의되고 있지만 삶의 질, 주관적·심리적 안녕감, 행복감 등과 같은 의미라 할 수 있다(이병관, 2013).

객관적인 지표나 외형적인 만족도와는 별도로 삶의 전반에 걸쳐 주어진 상황을 어떠한 식으로 인지하고 주관적 관점에서 판단하여 느끼는 만족감의 정도로 정의할 수 있다(강순희, 2016). 이처럼 삶의 만족도는 지극히 개인적이고 주관적인 판단과 평가이므로 만족도의 향상이나 만족도의 저하 등을 수치화할 수는 없겠으나 생애설계가 삶의 만족도 향상에 미치는 영향에 관한 연구는 반드시 필요 할 것이다.

개인의 생활주기와 가족 생활주기에 대한 이해를 바탕으로 개인과 가족의 생활이 조화를 이루도록 설계되는 것이 바람직하다고 하며 개인이 자신이 원하는 삶을 주체적으로 살기 위하여, 생활의 변화를 예측하고 준비하기 위하여 예상하지 못한 일에 대해 현명하게 대처하기 위하여 또한 현재 생활에 대한 평가와 반성을 통해 삶의 만족도를 높이기 위하여 생애설계가 꼭 필요하다(이승진, 2012). 선행연구를 통해서 살펴볼 때 생애설계는 삶의 만족도 향상에 영향을 미치는 매우 중요한 요인일 것으로 본다.

따라서 본 연구를 통해서 생애설계와 삶의 만족도간의 상관관계를 살펴봄으로써 조화로운 삶을 영위해 나갈 수 있는 생애설계의 바람직한 방향을 모색하고자 한다.

1.2 연구의 목적

본 연구에서는 선행연구들을 참조하여 생애설계와 삶의 만족도간의 상관관계를 분석하고자 한다. 본 연구의 목적은 다음과 같다. 생애설계가 삶의 만족도에 어떻게 영향을 미칠 수 있는지 실증분석 하고자 한다. 따라서 본 연구는 분석의 결과를 통해 생애설계의 중요성에 대한 사회적 인식의 확산과 생애설계 실행을 통한 삶의 만족도 향상을 모색해 보고자 한다.

생애설계는 삶에 대해 전반적으로 돌아보고 검토하는 종합적 설계로 자신의 과거로부터 현재 시점까지의 살아왔던 삶과 현재의 시점으로부터 미래시점까지의 살아가야 할 삶을 연결하여 통합적 관점에서 바라보면서 총체적 계획을 수립하는 작업이다. 다시 말해 자신의 과거를 살펴보고 현재의 모습을 분석하여 미래를 계획하면서 삶의 의미와 즐거움을 찾아서 보다 성숙한 인생을 살아가게 될 것이며, 이를 통해 자기 인식의 확장 기회를 얻게 되고 자신을 파악하게 됨으로써 다가오는 삶에 대해 준비하고 체계적인 계획의 수립과 실천을 통해 생활에 적극성이 부여되어, 보다 나은 미래를 맞이하게 된다.

생애설계 컨설팅을 통해서 재무 영역과 비재무적 영역인 직업과 경력, 건강, 관계, 여가와 취미 등의 영역이 조화를 이룰 수 있도록 구체적이고 합리적인 지표를 설정하여 삶을 설계할 수 있도록 함으로써 삶의 질을 향상시키고 이를 통해 삶의 만족도가 향상된다는 것을 검증해 보고자 한다.

본 연구 목적은 컨설팅 관점에서 생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴보는 것으로 모색에 대한 구체적인 연구내용은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 핵심 주제인 생애설계와 삶의 만족도의 상관관계를 컨설팅 관점에서 살펴보기 위해 선행연구와 문헌을 고찰 하였다.

둘째, 선행연구와 문헌고찰을 바탕으로 이론적 모형과 가설을 설정하였다.

셋째, 설문조사를 통해서 수집된 자료들로 통계적 방법을 활용한 실증분석을 통해 가설을 검증하였다.

넷째, 가설 검증 결과를 바탕으로 하여 생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향을 제시함으로써 생애설계 컨설팅에 대한 인식의 확산이 중요하다는 시사점을 도출하고자 한다.

1.3 연구의 범위와 방법

본 연구는 생애설계의 효과가 삶의 만족도에 미치는 영향에 대해 규명하고자 하였다. 따라서 연구의 이론적 범위는 생애설계에 대한 인식과 삶의 만족도에 미치는 영향으로 한정하였다.

또한 본 연구는 기업이나 기관 등의 조직구성원들과 퇴직자들에 대한 생애설계의 효과성에 관한 연구로 인적범위는 현재 기업이나 기관에 재직 중인 임·직원 및 퇴직자들을 대상으로 하였으며, 지역적인 범위는 서울, 경기와 수도권 등의 지역을 중심으로 하였다.

본 연구의 연구 방법은 선행 연구들에 대한 이론적 검토를 통해 가설을 세우고 연구모형을 설정하였다.

선행 연구의 이론적 배경들을 검토하여 생애설계와 관련된 요인들을 추출하여 총 45문항으로 설문 문항을 구성하였고 제 요인으로 생애설계 전반에 관한 5문항, 생애설계 요인 중요도 5문항, 직업과 경력 요인 5문항, 재무 요인 5문항, 건강 요인 5문항, 관계 요인 5문항, 여가와 취미 요인 5문항, 삶의 만족도 5문항, 인구 통계학적 특성 5문항으로 구성 하였으며, 중요도, 관심정도, 인식정도를 묻는 문항들은 리커트 척도(5점)로 구성되었다. 분석 방법은 통계분석(SPSS)을 사용하였고 빈도분석, 교차분석, 요인분석, 신뢰도 검증, 사후 검증 등을 실시하였다.

2017년 10월 11일부터 10월 31일까지 설문조사를 실시하였으며, 설문 조사를 통해서 수집된 자료들을 바탕으로 실증분석을 통하여 가설을 검증함으로써 생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향을 규명하였다.

Ⅱ. 이론적 고찰

2.1 생애설계에 관한 연구

2.1.1 생애설계의 의미

생애(生涯)란 사전적 의미로는 살아있는 한평생의 시간을 말하며 삶(life), 경력(career), 평생(lifetime)이라고 말한다(신경화, 2011). 생애라는 단어의 개념은 개인의 평생을 통해 전개되는 다양하고 변화무쌍한 삶의 과정을 드러내며, 여기에는 종적인 계속성뿐만 아니라 한 인간의 삶이 이루어지는 장이라는 횡적인 포괄성도 포함된다(김안나, 2003). 이처럼 생애는 살아있는 한평생의 기간을 뜻한다. 생애를 단계 별로 구분하면 생애주기로 표현되는데, 한 개인이 성장하면서 결혼하고 가계를 형성하여 자녀양육 및 교육, 자녀의 결혼, 은퇴 등 일련의 과정을 거치면서 경험하는 일반적인 단계이다(김은순 2017).

개인의 생애주기를 크게 3단계로 분류하는데 1단계는 성장과 준비기, 2단계는 경제적 활동기, 3단계는 은퇴기로 구분된다. 저마다의 생활양식이 다르므로 은퇴기를 맞이하여 전개되는 은퇴생활 역시 저마다 다르겠지만, 일반적으로 은퇴기는 시간경과에 따라 ‘활동적인 시기’, ‘과거를 회상하는 시기’, ‘간호를 받아야 하는 시기’로 구분할 수 있다(한국FPSB편, 2010).

설계란 사전적 의미로 계획 그 자체 혹은 계획을 세운다는 뜻으로 그 목적에 따라 실제적인 계획을 세워 도면 따위로 명시하는 것을 말한다(신경화, 2011). 영어로는 계획(plan),디자인(design)이라는 말과 같다. 여기에는 계획을 구체화하고자 하는 것이 설계이기에 실행여부와 관계없이 쓸 수 있는 계획과 같은 의미는 아니다(김지선, 2008). 즉, 계획보다는 좀 더 적극적인 의미라 할 수 있다. 우리의 생애는 기계적이고 단순한 과정이 아니라 항상 변동하는 상황에 맞게 주체적으로 대처해야 하며, 개인마다 독특한 원칙을 가지고 보람 있고 가치 있는 삶을 누리기 위해서 건축의 설계도와 같이 우리의 생애에도 생애진로설계도가 필요한 것이다(김명진, 2008).

자신에게 적합한 합리적인 설계는 실천 가능성을 높일 것이다. 이러한 의미에서 생애설계(life plan)는 개인의 변화와 바뀔의 연속인 삶의 과정에 대한 구체화된 요소들을 포함하고 조화가 시도되며 균형의 유지가 필요한 종합적인 계획을 세운다는 의미로 풀이될 수 있다(신경화, 2011). 따라서 생애설계란 삶의 전반적인 부분에서 준비를 돕거나 스스로 준비하는 총체적인 작업으로 인생의 한 시점에서 과거 자신이 살아온 삶과 자신이 보내야 할 미래의 삶을 연결하고 통합하여 총괄적인 계획을 하는 작업이라고 할 수 있다(최보아, 2003). 그러므로 미래 지향적인 방향성을 지니고 있다고 할 수 있겠다.

생애설계는 일회성 작업이 아니고 평생을 통해서 꾸준히 설계해야 하는 평생계획일 것이다. 인생을 살아가면서 각 발달단계에서 직면하는 가족생활, 직업생활, 사회생활 등과 관련된 가치, 목표, 대인관계, 자기개념 등을 포함한 변화의 예상치 못한 일로 인해 삶에 충격을 주는 모든 우연이나 사건에 대비하여 완벽하고 구체적인 계획을 세워 유연성과 준비성을 기르는 것은 행복한 삶을 유지하는 데 도움이 될 것이다(김명진, 2008).

앞서 평생 계획이라는 선행연구의 내용과 같이 생애 발달과정을 통해서 도달하는 성공적인 노화와 행복한 노후생활을 위해서는 재무 영역과 비재무적영역인 직업 및 경력, 건강, 관계, 여가 등 5개영역에 대한 통합적 관점에서의 생애설계가 이뤄져야 하겠다. 더불어 은퇴생활에서 기본적으로 해결되어야 하는 의식주 문제, 의료서비스 이용, 취미·여가 생활 등이 가능하도록 경제적 여건을 갖추기 위한 준비를 해야 한다(김은순, 2017).

외국의 사례에서 살펴보면, 미국에서는 종합적인 인생계획을 수립하는 개념으로 라이프플래닝이라는 명칭을 사용하고 그 활동영역이 확대되고 있다(최용호·전성남, 2013). 라이프플래닝이란 인생의 다른 단계에서 어떻게 살 것인지, 무엇을 하고 싶은지 등의 전통적인 커리어와 재무중심의 은퇴설계를 넘어 비재무적 분야를 포함하는 광범위한 개념으로 사용되고 있다(최용호, 2013). 주로 민간 기업에서 근로자의 은퇴를 지원하기 위해 활용되었으나, 현재 공공분야와 비영리 단체에서 라이프플래닝 개념을 도입하고 있다. 커리어 및 인생 카운슬러·코치 대학교의 커리어 카운슬링센터, 인력개발 전문기관 재무 설계사 및 은퇴설계 전문가, 사회복지 전문가, 심리학자 등이 업무상 라이

프플래닝을 폭넓게 활용하고 있다(최용호, 2013). 민간기업을 중심으로 공공기관에 이르기까지 다양한 프로그램들이 구성되고 있으며, 프로그램 내용에서도 건강, 일과 여가, 재무, 주거, 관계, 창의성, 가치, 영성, 등 다양한 분야로 확대되고 있는 것을 알 수 있다(이형종·박홍민, 2012). 본 논문에서 언급되고 있는 생애설계 5대영역인 재무영역과 비재무적 영역인 직업과 경력, 건강, 관계, 여가 등이 모두 이 프로그램 내용 안에 포함되어 있다.

일본은 기업에서 생애설계교육이 보편화되어 있으며, 교육대상은 40~50대가 중심이지만 정년퇴직대상자를 중심으로 별도 운영하기도 한다(최용호, 2013). 주로 복리후생차원의 종업원의 교육을 통하여 애사심 고취, 자조노력의 증가, 근로의욕 향상 등 성과를 거두고 있으며, 교육에 대한 임직원 만족도도 높다. 또한, 기업들은 근로자가 정년퇴직 이후에도 계속 일할 수 있도록 재취업 지원과 더불어 퇴직 후 경제적 문제의 해결을 지원하기 위해 생애설계 세미나를 실시하고 있다(최용호, 2013). 생애설계교육은 노사 공동주최, 노조주최, 지방자치단체 주최 등 다양한 기관에서 다양한 방식으로 실시되고 있다(최용호·전성남, 2013). 이처럼 일본은 생애설계 교육이 활성화 되어있고, 생애설계 교육을 운영할 수 있는 전문 강사를 양성하는 프로그램들도 활발하게 운영되고 있다.

프랑스에서는 Life Academy가 운영되고 있다. Life Academy에는 퇴직 준비코스, 노후커리어 개발 및 퇴직 계획코스, 생애설계자 자격증 코스가 마련되어 있다(신경화, 2011). 이곳의 서비스는 개인에 대한 퇴직준비 교육과 생애설계 분야에 관한 전문적인 자격증을 취득하고자 하는 사람들에게 전문적인 교육을 제공하는 것으로 구분할 수 있다(최용호, 2013). Life Academy의 모태는 1965년 설립된 Pre-retirement Association인데 이는 민간조직으로서 정부지원으로 '퇴직 준비교육'을 제공하는 조직으로 기능하다가, 점차 생의 또 다른 국면을 준비하게 하는 '생애설계'로 분야를 넓혀 서비스를 보다 다변화시키면서 조직의 명칭 또한 변경하였다(신경화, 2011). 이처럼 프랑스는 연령통합을 더욱 강조하기 시작했다는 것이다. 노후설계에 있어 민간보다 국가의 기본 인프라를 활용하고 있고 코디네이터들은 국가공무원 시험을 거친 공무원으로서 이러한 서비스가 국가의 기본적인 인프라임을 알 수 있다(신경화,

2011). 이처럼 선진국들은 생애설계 영역에 대한 중요성을 인지하고 제도화와 발전의 단계를 거쳐 한층 성숙되어 가고 있다.

생애설계와 유사한 개념으로 생활설계(生活設計)란 현 시점에서 앞으로의 개인이 생애를 어떻게 이끌어 나가느냐에 대한 구체적인 설계안을 마련하는 것이다. 이 때 생활이라는 것은 개인의 삶을 포함하여 그가 속해있는 가정생활과 관련하여 자원관리와 신체·심리건강, 가족관계를 포함한 종합적인 생활을 의미 한다(김지선, 2008). 그러므로 설계에서의 핵심은 나와 가정이 되며 생활설계는 곧 자신과 가정생활에 대한 설계라고 할 수 있다(이기영·조영희·송혜림·이승미, 생활설계론, 교문사, 1998).

생활을 설계한다는 것은 현시점에서 자신을 되돌아보는 자기인식의 기회를 갖는 것이고, 이를 객관화시킴으로써 보다 나은 삶을 위해 좀 더 구체적이고 미래지향적인 삶에 대한 준비와 노력을 포함하는 것이다(최보아, 지영숙, 2004). 인생의 각 발단단계에서 달성해야 할 과제를 미리 살펴보고 앞으로 나타날 변화에 대해 준비하여 필연적인 변화를 조화롭게 통합시킬 수 있도록 해야 할 것이다(김명진, 2008). 조화로운 통합으로 주변의 변화에 대응할 수 있는 것이다. 이러한 적극적이며 주체적인 계획과 대응은 앞으로 전개될 많은 변화에 재적응하고 준비하는데 도움이 되는 긍정적인 작업이며, 나아가 성숙한 노년으로 자리하기 위한 자립과 공존의 기본 토대를 마련하는 것이다(최보아, 2003). 이처럼 생애를 설계한다는 의미는 삶의 질에 영향을 미치는 전반적인 생애 영역에 대해서 접근함으로써 평균 수명의 증가로 인해 길어진 삶에 관해 “덤”이 아닌 “새로운 인생의 한 단계”로 규정하고 사전에 계획하여 설계해서 실천해 나감으로써 삶의 만족도를 향상시키는데 그 의미가 있다고 할 수 있다.

2.1.2 생애설계의 특성 및 중요성

생애설계는 과거 현재 미래를 연결하는 생애주기 전반에 걸쳐 자기인식의 기회가 되어 자신을 파악하고, 그에 맞는 준비와 계획을 실행함으로써 생활에 적극성을 부여하고 작은 변화를 통하여 좀 더 나은 미래의 삶을 추구하는 특징을 지닌다(최보아, 2003).

생애설계는 종합성, 자발성, 적합성, 융통성, 현실성 등의 특성이 반드시 고려되어야 하겠으며, 생애설계의 원리를 <표1>과 같이 재구성하였다.

<표 1> 생애설계의 원리

특성	내용
종합성	개인은 물론 가족전체의 생활 전반에 대한 계획이어야 한다.
자발성	개인 또는 가족이 스스로 생애의 목표를 세워야 한다.
적합성	개인 또는 가족에게 적합한 수준의 목표 이어야 한다.
융통성	상황에 따라서 목표의 내용이나 수준과 방향, 시기 등이 조절될 수 있어야 한다.
현실성	구체적이고 실현할 수 있는 현실적인 내용이어야 한다.

출처 : (zum학습백과, 2017). 표로 재구성.

생애설계는 과거와 현재의 생활에 대한 평가와 반성을 기반으로, 미래의 생활을 정확하게 예측하여 준비함으로써 예기치 못했던 문제의 발생에 대한 현명한 대처가 가능해지는 특성을 지니고 있기 때문에 생애설계를 하지 않을 경우, 개인과 가족의 내적인 변화와 외적인 변화의 요인들이 예측 불가능한 문제들을 일으키게 되어 미래에 대한 불안감은 커지기 때문에 삶의 안정성을 해칠 가능성 또한 커지게 된다. 이에 반해 생애설계를 하게 되면 개인과 가족

의 내적인 변화와 외적인 변화의 요인들을 삶에서의 새로운 계기로 삼을 수 있게 되므로 예측 불가능한 문제 때문에 발생하는 미래에 대한 막연한 불안감은 줄어들기 때문에 삶은 안정된다. 이처럼 생애설계는 자신의 생애를 종합적으로 내다봄으로써 개인생활과 가족생활 사이에 균형을 이루어 나갈 수 있다. 생애설계가 중요해진 이유는 저 출산·고령화, 급변하는 직업 환경, 여성의 경제 활동 참여 증가, 결혼 연령의 증가 등의 급격한 사회 변화로 인하여 개인은 물론 가족의 생활에도 많은 문제가 발생할 수 있게 되었고, 선택할 수 있는 삶의 모습들이 점차 복잡하고 다양해짐에 따라 성공적인 삶을 이루기 위해서는 생애설계가 반드시 필요해졌다(천재학습백과 자습서, 2017).

앞서 말한 생애설계가 중요해진 요인 중 첫째는, 저 출산·고령화에 대한 문제로 생애를 종합적으로 내다보기 위해 생애주기를 살펴볼 필요가 있는데, 사람의 수명이 꾸준히 늘어나고 있으며 늘어난 수명 기간에 따른 장기적 관점에서의 생애설계가 필요하게 되었다.

한국바이오경제연구센터 홍정은 연구원은 최근 보고서를 통해 “한국인의 기대수명은 1970년 62.3세에서 2000년 76세(세계 32위), 2015년 82.1세(세계 11위)로 빠르게 증가하고 있다”고 설명했다(헬스코리아뉴스, 2017).

2015년 한국남성의 기대수명은 79세이고, 여성은 남성보다 6.2세 많은 85.2세인 것으로 조사되었다.

향후 생존할 것으로 기대하는 생존의 평균 년 수인 한국인의 기대수명을 <표2>와 같이 정리하였다.

〈표 2〉 한국인의 기대수명

KOSIS 100대 지표										
지표	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015
기대수명(년)	78.8	79.2	79.6	80	80.2	80.6	80.9	81.4	81.8	82.1
기대수명(남)(년)	75.4	75.9	76.2	76.7	76.8	77.3	77.6	78.1	78.6	79
기대수명(여)(년)	82.1	82.5	83	83.4	83.6	84	84.2	84.6	85	85.2

출처 : (통계청, 2017).

기대수명의 증가로 인해 늘어난 노년기를 새롭게 생성된 삶의 새로운 한 단계로 인식하여 노후생활까지를 계획하고 준비해 나간다면 삶의 질은 향상 되겠는데, 우리나라에서 현재 은퇴를 준비하고 있거나 은퇴를 한 베이비부머 세대는 부모부양과 자녀양육의 이중부담으로 인해 노후대비 보유자산이 적다 (김은순, 2017). 또한 근무연령의 제약으로 인한 비자발적인 은퇴가 많은데 비해 사회보장제도는 미흡하여 은퇴 후 경제적으로 취약한 환경에 놓일 우려가 크다(허균석, 2013). 이처럼 노년기 삶의 기간이 길어지고 사회보장제도가 미흡한 상황에서는 은퇴 후에도 자신이 스스로 할 수 있는 일들이 필요해졌고, 자신의 경험과 능력을 활용하여 지속할 수 있는 일들을 돌아보고, 살아가면서 나타날 수 있는 위험한 요소들은 어떤 것들이 있고 이에 대한 대비는 어떻게 할 것인지를 살펴보고, 변화되는 가족관계를 어떤 방법으로 대응할 것인가 등에 대한 체계적인 준비인 생애설계는 생애의 장기적인 관점에서 볼 때 매우 중요한 것이다.

생애설계가 중요해진 요인 중 둘째, 급변하는 직업 환경에 대해 살펴보면, 점차 평생직장의 개념이 사라져 가면서 직업에 대한 사고와 관념도 예전과 많이 달라져 가고 있다. 정년퇴직 후 은퇴설계를 위해 제 2의 직장을 찾기 위한 직업훈련교육 프로그램을 뒤늦게 찾는 퇴직자가 늘어나고 있으며, 퇴직 전 자신이 이루지 못한 꿈을 이루기 위한 도전으로서 새로운 직업을 찾아 나서려는 사람들도 늘어나고 있는 추세이다. 이처럼 우리 사회는 퇴직 이후의 삶과 사회적 현상에 대한 관심이 점차 증가하고 있기는 하지만 일자리 구하기 경쟁은 날로 심화되고 있다.

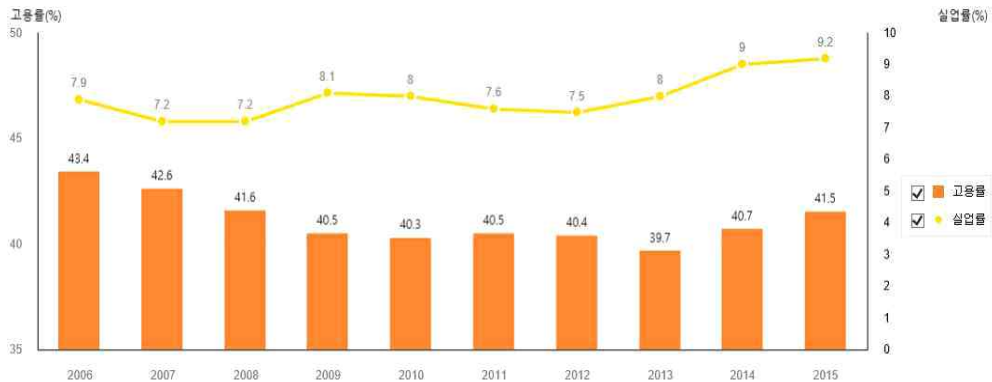
2017년 4월 27일 통계청 발표에 의하면 2017년 1분기의 65세 이상 실업자의 숫자는 12만3000명으로 지난 2016년 1분기 보다 3만1000명이 증가한 것으로 나타났다. 1999년 8000명에 그친 65세 이상 실업자는 2009년 1만6000명에서 2010년 8만8000명으로 급증하였고 실업률도 계속해서 상승하고 있다. 2017년 1분기의 65세 이상 실업률은 6.1%인데 2010년 1분기의 6.5% 이래로 7년 만의 가장 높은 수치이다. 65세 이상 실업자가 늘어난 이유는 이 연령대의 인구가 증가한 것에 기인한다. 1999년 3분기에 324만4000명이었던 65세 이상 인구는 2017년 1분기 710만2000명까지 증가했고 20년도 지나지 않은 사이에 2.2배

로 늘어났다(통계청, 2017).

이와 같이 급변하는 직업 환경에 대처하지 못한 노인실업이 심각한 국면으로 빠져들고 있으며, 이와 함께 청년실업 역시 심각한 사회 문제로 부각되고 있다. 청년실업에 대한 한국노동연구원의 연구 결과에 따르면, 외환위기 이전에도 청년층의 실업률은 다른 계층에 비해 높았으나, 연령대가 낮을수록 실업률의 격차는 점점 확대되고 있는 추세이다(이희만, 2017). 이는 청년실업의 심각성을 반증하고 있다. 또한 공식적인 청년실업 이외에도 적극적으로 구직활동을 하지 않으면서 취업을 준비하거나 유희화 되어 있는 인력의 규모가 상당한 수준으로 나타나고 있다(한국노동연구원, 2015).

우리나라 청년실업 현황은 통계청의 청년고용동향을 살펴보면 알 수 있다.

청년고용동향(고용률 및 실업률)을 [그림 1]과 같이 정리하였다.



출처 : (통계청, 2016).

[그림 1] 청년고용동향(고용률 및 실업률)

[그림 1]에서 통계청 청년고용동향은 2006년부터 2015년까지 10년간의 청년 고용률과 실업률을 볼 수 있겠는데, 2006년과 2007년에는 43.4%와 42.6%의 높은 고용률이었으나 이후 점점 낮아져 2013년에는 39.7%로 40%대 이하로 떨어지기도 했으며 2014년부터 다시 40%대를 계속해서 유지하고 있기는 하지만, 청년실업률이 계속해서 상승하는 추세로 2015년의 실업률은 9.2%로 2006년의 실업률 7.9%보다 1.3%가 더 높아졌다.

이처럼 청년층 인구 감소에도 불구하고 실업률은 계속해서 상승하고 있으며, 최근 들어 전반적인 고용률은 상승하고 있으나 청년층 고용률이 낮은 수준을 유지하고 있는 것은 청년층 일자리 문제가 지속적으로 심화되고 있다고 판단할 수 있으며 청년층의 고용률 감소가 가져오는 사회적 문제는 매우 심각한 것이다. 청년실업의 심각성에 대해 일자리를 찾지 못하고 실업자로 전락한 대졸 고학력의 실업자가 넘쳐나는 것은 당사자들의 좌절과 사회에 대한 불신을 가져오는 것은 물론이거니와 고령사회로 접어드는 우리 사회의 노년층부양에도 심각한 문제를 초래한다(김명환, 2014).는 청년실업의 심각한 사회적 문제의식에 대한 선행연구가 있어왔다.

이와 같이 청년실업이 상승하는 이유로 급변하는 직업 환경을 들 수 있겠는데, 외환위기 이전과 달리 산업전반에서 고용을 감소시켰고 경제는 과거와 비교해 성장 대비 고용이 늘지 않는 경제구조가 되었다. 이러한 변화는 우리나라의 새로운 일자리 창출의 저하와 신규고용의 감소, 청년층 노동자 수요를 감소시키게 되었다. 또한 신규고용을 위한 새로운 산업조차 등장하지 않았다고 볼 수 있다(김수현, 2012). 이상에서 살펴본 바와 같이 직업 환경의 변화는 생애설계가 중요해진 요인이라 할 수 있겠다.

생애설계가 중요해진 요인 중 셋째, 여성의 경제 활동 참여 증가 현황을 살펴보면, 우리나라의 2007년 여성의 경제활동 참여 인구는 10,092천명에서 45년이 지난 2016년에는 여성 경제활동 참여 인구는 11,529천명으로 매년 꾸준히 증가하고 있는 추세인 것으로 나타나고 있다.

여성의 경제 활동 참여 인구 증가를 <표 3>과 같이 정리하였다.

<표 3> 여성 경제활동 인구 통계

여성 경제활동 인구 통계 (단위 : 천명)									
2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016
10,092	10,139	10,076	10,256	10,416	10,609	10,802	11,149	11,370	11,529

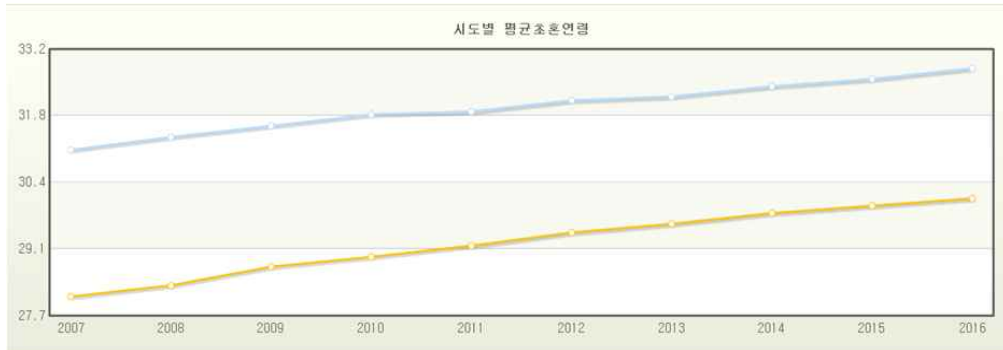
출처 : (통계청, 2017).

〈표 3〉에서 보는 바와 같이 여성 경제활동 참여 인구가 점차 증가하는 것은 여성의 교육수준 향상과 결혼연령 증가 등과 같은 시대적 요구와 산업구조의 변화들로 인한 여성 노동수요의 증가가 주된 원인이라고 볼 수 있다. 현대 산업사회로 들어오면서 기술의 발달과 산업구조 및 노동력 구조의 변화로 기계와 컴퓨터가 노동을 대신하게 되면서 많은 여성들이 직업세계로 뛰어들게 되었으며 여성노동도 남성노동과 동일하게 평가받아야 한다는 의식이 확산되었다(정지미, 2003). 이로 인해 여성의 경제활동 참여가 증가하게 되었다.

생애설계가 중요해진 요인 중 넷째, 결혼 연령의 증가와 혼인율이 감소하고 있다. 혼인제도가 약화되고 있는 이유 중 하나는 경제적인 면에서 결혼이 더 이상 필수조건이 아니라는 것이다(김성희, 2009). 과거 표준화된 사회적 규범의 중요성과 구속력의 약화가 혼인제도의 약화를 불러온 것이다. 그리고 의료, 과학기술이 발전하면서 인간의 수명이 연장되고 자녀 출산에서의 건강한 신체나이가 증가되어 신체, 생물학적 구속요인 또한 약화되었다. 그리고 교육기간의 연장과 취업준비기간의 증가는 20대 청년들이 더 이상 20대에 결혼을 하는 것을 어렵게 만들었다(김란영, 2013). 경제적 측면에서 살펴보면, 과거에는 여성들이 결혼을 통해 남성의 수입에 의존한 경제생활을 했으나 지금은 여성의 경제적 독립이 늘어나면서 여성들이 결혼을 늦추는 경향이 있고, 최근 세계적인 경제위기로 인해 남성들이 결혼생활에 충분한 임금을 제공하는 직업을 얻지 못해 결혼을 연기하는 것도 또 다른 이유로 볼 수 있다(김성희, 2009). 이와 함께 다양해진 삶의 방식과 산업·의학의 발달로 인한 만혼현상이 증가하고 있다.

만혼현상의 확인은 통계정의 평균 초혼 연령의 추이를 살펴보면 되겠는데, 다음의 〈표 4〉에서 보는 바와 같이 2007년 우리나라 남성의 평균 초혼 연령은 31.11세, 여성의 평균 초혼 연령은 28.09세였으나, 10년이 지난 2016년 우리나라 남성의 평균 초혼 연령은 32.79세로 1.68세가 높아졌고, 여성의 평균 초혼 연령도 30.11세로 2.02세 높아졌다. 초혼 연령의 증가 추세가 빠르게 진행되고 있고 사회적으로 만혼 현상이 차츰 보편화 되고 있다고 볼 수 있겠으며 지금의 추세라면 평균 초혼 연령은 향후에도 지속적으로 증가 할 것으로 예측되고 있다.

평균 초혼 연령이 증가하는 추이를 [그림 2]와 같이 정리하였다.



출처 : (통계청, 2017).

[그림 2] 평균 초혼 연령 추이

평균 초혼 연령의 인구 통계를 <표 4>와 같이 정리하였다.

<표 4> 평균 초혼 연령 인구 통계

2007		2008		2009		2010		2011		2012		2013		2014		2015		2016	
남	여	남	여	남	여	남	여	남	여	남	여	남	여	남	여	남	여	남	여
31.11	28.09	31.38	28.32	31.61	28.71	31.84	28.91	31.90	29.14	32.13	29.41	32.21	29.59	32.42	29.81	32.57	29.96	32.79	30.11

출처 : (통계청, 2017).

이상에서 살펴본 바와 같이 급격하게 변화하는 사회구조로 인하여 첫째, 저 출산·고령화 현상이 발생하였고 둘째, 직업 환경이 급변하였으며 셋째, 여성의 경제 활동 참여가 증가하였고 넷째, 결혼 연령의 증가로 인하여 개인은 물론 가족의 생활에도 예기치 못한 문제가 발생하게 되었고, 개개인이 선택할 수 있는 삶의 모습들이 점차 복잡하고 다양해짐에 따라 더 나은 미래 삶의 추구를 위한 생애설계는 더욱 중요해지고 반드시 필요해진 것이다.

2.1.3 생애설계의 절차와 유형

통합적 관점에서 이루어져야 하는 생애설계는 1) 신체·심리·사회 및 관계의 변화를 인식, 수용방안 모색을 위한 변화 관리, 2) 직업 또는 일을 찾기 위한 점검 및 계획 수립을 위한 경력관리, 3) 신체적·정신적 건강 및 활력 있는 생활을 위한 건강관리, 4) 여가·시간 관리기법을 통해 자아실현과 사회참여를 위한 여가관리 등 비재무적 영역의 은퇴생활설계와 재무 설계로 크게 나눌 수 있다(김은순, 2017). 이와 같이 생애설계는 생애 각각의 주기마다 사명완수를 위한 목표로 영역을 구분 하는데 다시 정리하면, 재무 영역과 비재무적 영역인 직업 및 경력, 건강, 관계, 여가와 취미 등 주요 인생 5대 분야에 대해 종합적, 장기적 관점에서 연령별로 적합한 생애 전체를 계획하는 것이다. 이러한 계획들은 반드시 실천이 전제 되어야 하고, 계획 실천을 위해서는 정해진 절차에 따라 설계되어야 하겠는데, 생애설계의 절차를 <표 5>와 같이 정리하였다.

<표 5> 생애설계의 절차

단계	1단계	2단계	3단계
	생애의 목표 달성	하위 영역 목표 설정	설정목표 달성의 실행 방안 마련
내용	생애의 목표는 삶의 다양한 영역을 폭넓게 포함하는 내용이어야 하고, 개인생활에서의 욕구와 가족생활에서의 욕구가 균형을 이루며 충족될 수 있는 것으로 목표는 명확하게 제시해야 한다.	생애의 목표 달성을 위해 어떤 하위 목표를 달성해야 하는지 결정한다. 개인 생활 측면과 가족생활의 측면에서 하위 목표를 설정한다. 하위 목표는 구체적으로 설정한다.	설정한 목표에 도달하기까지의 구체적인 실행 방안을 마련한다. 목표 달성을 위해서는 무엇이 필요하고, 어떤 준비를 해야 하는지 계획한다.

출처 : (zum학습백과, 2017). 표 재구성.

먼저 재무 영역에 대해서 살펴보고자 한다. 개인의 삶에 있어 재무적 측면에서의 관리가 매우 중요하다는 선행 연구로는, 각 사람의 인생에 있어서 현재와 미래의 안락을 도모하기 위하여 개인의 재무 설계는 매우 중요한 의미를 가진다(백현자, 2009). 미래의 안락을 도모한다는 차원에서 재무 설계가 중요한 의미를 갖는 이유는 모든 이들이 재직 시에는 물론 퇴직 후에도 가계 지출의 연장이며 소득의 주체가 되는 것이다. 이에 따라 고령자연금 수급만으로는 생활을 유지하기 어렵게 되어 퇴직 후에도 생활비의 마련을 위한 재취업이나 창업을 하게 되며 생활비와 함께 소요되는 노후비용까지 준비하게 된다. 이와 함께 재테크, 연금, 보험, 저축 등에 이르기까지 모두 재무 영역에 포함되는 것이며 개인의 자산, 부채, 수입 등에 대하여 전반적인 재무 상태를 수집·분석하여 자신에게 가장 적합한 설계를 하고, 이를 바탕으로 하는 지속적인 관리가 필요한 것이다. 적합한 설계를 위해서는 전문가를 통한 상담이 필요한데, (오종운, 2011)은 재무 설계상담 경험은 가계의 객관적 재무복지와 주관적 재무복지 수준을 증진시키는 촉진요인으로 작용하고 있음을 입증하였다. 재무상담의 정의는 아래 <표 6>과 같이 정리 되었다.

<표 6> 재무 상담과 관련한 정의

학자	정의
Vitt(2000)	물질적(경제적) 웰빙에 영향을 미치는 개인 재무 일반 사항에 대하여 읽고, 분석하고, 관리하고, 의사소통 할 수 있는 능력
Williams(1989) 손상희(2004)(재인용)	고객이 경제적 복지를 달성하도록 하기 위하여 기술적인 방법을 이용하여 모든 자원을 창조적으로 이용하도록 도와주는 과정으로서 주거결정, 재정 위기의 해결, 신용 및 부채 관리 등의 주제와 관련된 것
김성숙(2011)	가계가 재무 설계를 잘 할 수 있도록 도와주는 조언이나 서비스

출처 : (김종모, 2014). 노후생활인식과 재무교육이 은퇴준비와 만족예측 정도에 미치는 영향. 인용.

재무상담의 정의에 대한 선행연구를 살펴보면, 재무 상담이란 재무 전문가가 고객의 현재 재무 상태를 분석하고, 원하는 재무 목표 달성을 위한 준비와 실행에 대한 계획을 세우고 재무적 위험에 대비하는 ‘종합적인 재무적 설계의 전 과정’ (Whole Process of Financial Planning)이라 정의하고자 한다(최성윤, 2017). 라는 선행연구가 있다.

재무관리란 현재 또는 미래의 재무자원, 자산, 소득을 보전하고 증대시키기 위하여 가계나 개인이 기대한 생활양식에 적합한 재무목표를 달성해 가는 전 생애에 걸친 과정이다(임미라, 2012). 개인 또는 가계가 일상생활을 영위해나가는데 필요한 현금흐름을 효율적으로 관리하여 경제적 목표를 어떻게 달성할 수 있는지에 대해 연구하는 학문분야로 정의된다(임미리, 2012).

이상에서와 같이 재무영역에 대해 살펴보았고 다음은 비재무적 영역의 직업 및 경력에 대해 살펴보려고 한다. 우리나라의 일자리 현황은 통계청 자료에서 볼 수 있듯이 매우 열악한 상황이다. 은퇴 후 일자리는 현재 중·고령자의 대부분이 은퇴 후에도 일자리를 원하고 있지만 한국의 55세~64세 고용률은 아래 <표 7>에서와 같이 매년 조금씩 늘고 있기는 하지만 아직 65.25%에 불과하며, 고용의 질이 선진국에 비해 현저히 떨어지고 있다(통계청, 2017).

55세~64세의 연령계층별 고용률을 <표 7>과 같이 정리하였다.

<표 7> 연령 별 고용률

연령 별 고용률										
연령계층별	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016
55-64세	60.1	60	59.7	60.1	61.25	62.1	63.2	64.55	65	65.25

출처 : (통계청, 2017).

직업 영역은 조직구성원의 재직 시의 직업뿐만 아니라 퇴직 후의 직업에 이르기 까지 포괄적 의미의 직업을 말하며, 여기에는 조직 내에서의 직업과 조직 외부에서의 직업이 모두 포함된다. 경제학에서는 한 개인의 직업을 단기적으로는 고용 기회의 분배의 결과로, 장기적으로는 인적 자본의 축적을 중심

으로 정의하고 있으며, 정치학에서는 정치제도의 현실에서 권력, 부, 지위, 자율권 등의 개인 욕구를 개인 이해추구 행동의 대표적 목표로 보는 견해로 자기 이해의 실현으로 정의하고 있다(박상희, 2013). 사회심리학에서는 성직자나 과학자, 엔지니어 등 특정한 직업 환경의 영향으로 연구하는 관점에서 정의하고 있다(남지은, 2011). 한 개인에게 있어서 직업을 갖는다는 것은 20대 초반의 자아정체감 위기를 극복하고 정체감을 형성하는 기본 바탕이 되며, 취업에 따른 사회적 역할은 발달과정에서 하나의 중요한 분기점을 이룬다(송기창, 2006). 이처럼 생애에서 직업 영역이 매우 중요한 의미를 갖고 있음에도 불구하고 직업에 대한 정보나 종류 등에 대한 컨설팅·교육 등의 부재로 인해 잘못된 직업선택을 하는 경우가 빈번하게 발생하고 있다.

올바르지 못한 직업선택의 이유를 분석하기 위해 대한상공회의소(2005)에서 서울 소재 제조업체 근로자 500명을 대상으로 자녀가 종사하기를 희망하는 직업을 조사한 결과를 보면 응답자의 51.2%가 자녀가 법조인이나 의사 등 전문직에 종사하기를 희망하고, 다음으로 공무원(23.8%), 교직원(10.4%)등을 선호 하였다(박정은, 2015). 이러한 현상은 청소년과 부모 모두 직업의 종류에 대한 정보나 지식이 없고, 특정 직업의 수요와 공급을 고려하지 않은 채 사회적 유행에 따라 전공을 고르는 문제를 보여주는 것이다(김봉환, 2009).

개인이 직업을 갖고 가정생활을 영위하는 것은 일시적인 현상이 아니라 장기적인 인생의 한 부분이기 때문에 가정생활과 직업 생활의 이행이라는 관점에서 이를 가능케 하는 대안들을 개인적 차원, 가정적 차원, 그리고 사회문화적 차원의 다양한 측면에서 모색하고 준비하는 일이 필요하다(한국교육과정평가원, 2007).

직업 영역과 삶의 만족도에 대한 상관관계의 선행연구 결과로 경제활동에 지속적으로 참여하는지의 여부는 건강 다음으로 삶의 만족도에 강한 영향을 미치는 요인으로 나타났다(장주효, 2011).

직업과 함께 경력의 측면에서 살펴보면, 현재의 일자리 이후 재취업 일자리, 사회공헌 일자리 등 자신이 원하는 일자리를 보유하면서 고용의 질도 유지하기 위해서는 경력개발이 반드시 필요하게 되었는데, 경력개발이란 한 개인이 일생에 걸쳐 일과 관련하여 얻게 되는 경험을 통해 직무관련 태도, 능

력, 성과를 향상시켜 나가는 과정으로 개인이 경험하는 직무를 조직과 함께 계획하여 관리해 나가는 체계적인 활동을 일컫는다(최문선, 2014).

커리어는 직업, 경력, 진로 등을 일컫는 말로 사용되어 왔지만 최근에는 개인들이 일과 삶 사이의 균형을 추구하려는 경향이 높아지면서 단순히 직업이나 진로 등에 한정되지 않고 개인의 직업과 관련된 삶 전체의 의미로 확장되고 있기 때문이다(박윤희, 2009). 이상에서와 같이 생애설계의 비재무적 영역의 직업과 경력에 대해서 살펴보았고 다음은 건강 영역을 살펴보려고 한다.

건강 영역은 100세 시대를 맞이하여 건강관리를 위한 정기적인 건강검진, 노인성 질환에 대한 예방과 신체적 노화에서 기인하는 안전사고 예방 등이 모두 포함되어야 하고, 스트레스 해소 방안과 건강관리를 위한 평상시의 운동·식습관 등을 들 수 있다. 생활이 점차 윤택해지고 작업환경의 편의로 인해 신체 활동이 더욱 중요시 되는 시대에 도래하였다. 현대인들의 건강에 대한 높은 관심에 대해 (정주현, 2010).은 사람들은 건강의 유지, 신체적·정신적 스트레스의 해소, 삶의 질 향상을 위하여 생활체육 시설, 체육 동호회 등 체육 활동에 참가 하고 건강관리에 많은 관심을 갖고 있다. 라고 선행연구를 통해 밝힌 바 있고, 베이비붐 세대의 노후생활에 있어 중요하다고 생각하는 것을 살펴보면 건강이 1위 경제상태가 2위로 나타났다(배재덕, 2013). 라고 할 정도로 건강에 대한 사회적 관심과 기대가 매우 높아진 것으로 나타나고 있다.

현대 사회에서 가장 흔히 볼 수 있는 5대 성인병은 암·고혈압·동맥경화·당뇨병·관절염 등이다(김정아, 2003). 의학의 발달에도 불구하고 현대생활에서 성인병이 증가하는 원인은 다음과 같다. 첫째, 운동부족이다(박인혜, 2003). 현대 생활은 자동차를 비롯해서 일상생활과 관련한 많은 것이 편리하게 기계화되어 운동량이 감소되어 하루 평균 3,000보를 걷는 것이 쉬운 일이 아니라고 한다(김승철, 2008). 둘째, 비만증이다. 1960년대만 해도 우리나라에 비만증은 많지 않았으나, 생활수준의 향상과 함께 식생활이 향상되고 식품산업이 발달되고 각종 편의식품을 손쉽게 접하게 되면서 고지방질 음식이 많아지고, 과음·과식이 늘어나 비만이 증가하고 있다(박인혜, 2003). 셋째, 스트레스 때문이다. 복잡다단한 현대생활에서 현대인은 많은 스트레스를 받으며, 또한 여러 가지 공해물질이나 소음 등에 노출된다(김정아, 2003). 도시거주자의 50%

정도가 만성 불면증이 있다고 하는데, 스트레스는 소화기장애·심장병·정신장애·당뇨병 등 성인병의 유발인자로 작용한다(김정희, 2000). 이처럼 현대인들의 편안해진 삶으로 인해 건강을 저해하는 요소들이 증가하게 됨에 따라 건강을 관리하고자 하는 관심이 급증하게 되었다.

관계 영역은 가족 간의 관계, 부부간의 관계, 자녀와의 관계 영역뿐만 아니라 친구와의 관계, 동료와의 관계, 이웃과의 관계 영역까지 확대해서 생각할 수 있다. 최근 맞벌이 가정이 증가함에 따라 가족과 함께 보내는 시간이 상대적으로 줄어들게 되어 부부와 자녀 관계에 있어 중요시 되는 부분이고, 직장생활로 인해 평상 시 자주 못 만나는 친구 혹은 이웃과의 관계 개선을 위해 매우 중요해진 부분이라 할 수 있다.

원활한 대인관계의 유지를 위한 소통 방안은 상대방과의 대등한 입장에서 상대방에게 깊은 관심을 가져야 한다. 또한 사실 중심의 문제해결을 위한 효율적인 의사소통의 기술을 강화하여야 할 것이다(임만수, 2008).

여가는 일에서 해방된 자유로운 시간동안 내재적으로 보상을 해주는 어떤 활동을 선택할 수 있는 자유로운 마음의 상태를 의미한다(유동균, 2003). 현대 사회에서 여가의 영역은 주도적 생활양식이자 문화의 영역으로서 그 가치를 더해가고 있고 또한 사회 구성원들은 일보다 여가의 영역에서 보다 많은 삶의 의미와 자기개발, 자아실현을 발견할 수 있는 기회를 경험하고 있다(김승수, 2012). 이는 여가의 본질이 사회 구성원들의 자발적인 참여를 전제로 하고 내적으로 동기화된 활동으로 구성되기 때문에 자유의 인지, 활동의 장악, 능력의 발현 등 삶의 질 특성을 충족시킬 수 있는 기회가 일의 영역보다 풍부하기 때문이다(사염평, 2014). 여가활동은 휴식의 기능뿐만 아니라 인간의 항상성을 유지하게 하여 질병을 사전에 예방하는 기능을 갖는다(김성은, 1995). 현대인들은 여가활동을 통하여 축적된 육체적, 정신적 피로를 풀고 재생산 에너지를 보충하면서 정상적인 건강수준을 유지하려고 하고 있다(김규리, 2010).

여가와 취미 영역은 조직구성원이 정년퇴직 후에 가장 하고 싶은 일로 생각하는 영역이고 직장생활로 인한 시간적 여유 부족과 자금의 부족 등을 이유로 평소에 해보고 싶었으나 잠시 미루어 놓았던 다양한 활동들로 퇴직 후

에는 활동이 증가하며 취미활동, 문화생활, 봉사활동, 여행계획 등을 들 수 있겠다. 조직구성원이 퇴직한 후에 심리적인 측면에서도 은퇴자의 심리적 박탈감을 극복할 여가활용이 매우 저조하다. 은퇴 후 단체 활동 비율이 19.0%에 불과하고 이중에서도 81.7%가 종교 및 친목단체 활동에 집중되는 것으로 나타나고 있다(한국보건사회연구원, 2011).

여가활동의 유형에 대해 <표 8>과 같이 정리하였다.

<표 8> 여가활동 유형 분류

학자 명	여가활동 유형	구체적 활동
(Mckenhnie, 1974).	공작적 활동	요리, 의상, 디자인, 뜨개질 등
	조작적 활동	자동차수리, 당구, 사냥 등
	지적 활동	영화감상, 음악 감상, 독서 등
	일상적 활동	정원 가꾸기, 일광욕, 친구방문 등
	스포츠 활동	배드민턴, 야구, 축구, 조깅 등
	매혹적 활동	양궁, 등산, 스키, 요트 등
(Beard & Ragheb, 1980).	대중매체 활동	TV보기, 잡지나 신문보기, 영화, 기타 대중매체형
	야외 활동	피크닉, 낚시, 사냥, 원예, 하이킹, 자연탐방, 기타 야외활동
	사회적 활동	친구방문, 친구와 놀기, 놀이 활동, 사교춤 기타사회 활동
	스포츠 활동	관람자로서의 스포츠 참석, 수영축구·야구와 같은 팀 스포츠에 참여, 기타 스포츠 활동
	문화 활동	콘서트, 음악회에 참석, 발레, 박물관방문, 연극관람, 기타 문화적 활동
	취미 활동	그림그리기, 목공예, 수집, 뜨개질, 기타 취미활동
(김성혁·김용일·오재경, 2010).	전통적인 여가활동	취미활동, 문화예술 관람, 스포츠 활동, 야외여가 활동 등
	새로운 여가활동	봉사활동, 개인의 성치를 위한 학습활동, 새로운 경험과 즐거움을 체험하기 위한 온라인

출처 : (사염평, 2014). 한·중 여가활동의 비교 연구. 인용.

앞서 살펴본 바와 같이, 생애설계의 주요 5대 영역의 재무적 영역과 비재무적 영역인 직업 및 경력, 건강, 관계, 여가와 취미 등에 대한 관리가 필요 하겠고, 각 영역 별 관리의 정의를 <표 9>와 같이 정리하였다.

<표 9> 생애설계 주요 5대 영역 별 관리 정의

영역 구분	영역별 내용
(재무적 영역) 자산관리	자산관리 영역 은퇴 준비에 대한 인식 및 상황 점검 연금 및 보험제도 파악 .생활법률, 주택 및 부동산 활용 노후 필요자금 산정 및 자산상태 점검 자산관리 맞춤형 포트폴리오 작성 및 1차 액션 플랜
경력관리 (재취업/창업)	고용동향 및 노동시장 분석, 나의 적성 및 직업선호도 진단 재취업 준비상황 점검 및 취업 액션 플랜 창업아이디어 접근 방향 및 희망직종 창업계획서 작성 귀농·귀촌에 대한 정책 및 세부 안내 경력관리 맞춤형 포트폴리오 작성 및 1차 액션 플랜
건강관리	신체적 노화와 건강상태 자가 점검 및 관리법 나에게 맞는 운동 및 식생활 응급처치 및 생활의료 교육 건강관리 맞춤형 포트폴리오 작성 및 1차 액션 플랜
여가관리 (취미/ 사회참여)	삶의 효율을 높이는 시간관리 법, 국내외 여행정보 다양한 취미활동 및 사회봉사활동 소개, 현장 탐방 동영상 제작 및 파워 블로그 만들기과 학습동아리 활동 여가관리 맞춤형 포트폴리오 작성 및 1차 액션 플랜
대인관리	은퇴 후 역할변화 및 적극적인 대인관리법 친밀한 가족, 친구관계를 위한 구체적인 방법 습득 대인관리 맞춤형 포트폴리오 작성 및 1차 액션 플랜

출처 : (임지현, 권인탁, 김은순, 2015). “고령사회를 대비한 예비퇴직자의 생애재설계 프로그램 콘텐츠 개발 과정 연구”, 교육종합연구(제13권 제3호 8쪽)

2.2 생애설계와 컨설팅

생애설계 영역 별 컨설팅을 통해서 삶의 전반에 걸친 목표를 스스로 설정하고 실행계획을 수립할 수 있도록 지원하는 것을 목표로 하며, 구체적인 방안을 위한 영역 별 컨설팅의 주요 내용을 <표 10>과 같이 정리하였다.

<표 10> 생애설계 5대 영역 별 프로그램 주요 내용

영역 구분	목표	주요 내용
자산 관리	수입과 지출 점검하고 재무 계획 및 관리방안 계획 수립	• 재무설계 인식 및 자산상황 점검 • 현재 재무상태 분석 및 퇴직 후 재무계획 • 효과적인 자산운영법과 재정계획 • 연금제도 및 보험제도 활용, 상속세, 증여세 등 생활법률 • 주택 및 부동산 활용
경력 관리 (재취업/창 업)	재취업 및 창업 희망자의 구직 관련 기술과 창업 노하우 습득	• 제2인생 설계와 일, 고용동향과 노동시장 분석 • 나의 적성 및 직업선호도 진단, 새로 도전할 다양한 직업세계 • 일자리창출사업 등 정부 정책 안내, 재취업정보센터 활용 • 자기소개서 작성 및 면접, 취업액션 플랜 • 창업아이디어 발굴과 접근 방향, 창업계획서 작성법
건강 관리	노년기 질환예방과 심신건강 관리계획 수립	• 신체적 노화와 건강관리 방법, 건강한 식습관 및 관리법 • 정신건강과 스트레스 관리, 나에게 맞는 운동 • 노후대비 상해 및 질병관리 정책 소개 • 약이 되는 음식 및 궁합 맞는 음식, 체질별 음식섭취 방법 • 응급처치 및 생활의료교육
여가 관리 (취미/ 사회참여)	취미 및 사회참여 활동으로 자아실현 계획 수립	• 효율적인 삶을 위한 시간관리 • 다양한 취미생활 및 사회봉사, 자원봉사 소개 • 국내외 여행 정보 • 지역 평생교육시설 활용방법 • 동영상 제작 및 파워 블로그 만들기
대인 관리	역할변화 인식 및 친밀한 대인관계 형성 방법 습득	• 은퇴 후 적극적인 패러다임의 변화, 역할변화 및 대응 • 사회적 역할별 장단점 분석하기 • 친밀한 가족관계 위한 방법, 감성훈련통한 가족관계 증진 • 마음을 나누는 대화법, 대인관계 기법-부부, 자녀, 친구관계 • 다양한 가족활동 및 화합비법 소개

출처 : (임지현, 권인탁, 김은순, 2015). “고령사회를 대비한 예비퇴직자의 생애 재설계 프로그램 콘텐츠 개발 과정 연구”, 교육종합연구(제13권 제3호 20쪽). 재구성.

2.3 삶의 만족도에 관한 연구

삶의 만족도(life satisfaction)란 사전적 의미로 생활의 여러 측면에 대한 만족도로써 일반적으로 건강, 경제, 문화, 가족 관계, 안전 등의 여러 항목으로 구성됨이라고 정의하며, 여기에서 만족(滿足)은 욕구가 충족되었다는 상태나 느낌을 뜻한다(지식백과, 2017). 삶에 대한 만족의 정도를 삶의 만족도라고 할 수 있으며, 자신의 삶에 대해 현재를 시점으로 어느 정도 만족하는가를 인식하여 주관적으로 평가하는 것으로 삶의 질에 대한 연구에서 폭넓게 사용되어 있는 통상적 개념이다. 주관적 행복감의 차원으로서, 개인이 설정한 기준과 현실을 비교하여 자신의 삶의 질을 평가하는 과정이다(조은주, 2012). 이는 개개인이 자신의 삶을 어떻게 긍정적으로 평가하는지 또는 자신의 삶에 얼마나 만족하는지를 주관적으로 평가하는 것이다(김혜수, 2014).

결국 삶의 만족도란 인간이 심리적, 신체적, 환경적 조건 속에서 기대하는 바와 현실적인 충족간의 합치에서 오는 주관적인 만족으로서 자신의 과거 및 현재의 삶과 활동에 전반적인 평가와 미래의 전반적인 전망에 대해서 갖는 복합적인 감정이라고 할 수 있다(최호, 2017). 삶의 만족이란 삶에 대한 일반적인 느낌에 대한 주관적인 평가이다(최혜경, 1987).에서 볼 수 있듯이 삶에 대한 만족은 물질적 만족과 정신적 만족에 대해 주관적으로 느끼게 되는 느낌과 감정으로 일정 목표의 달성도나 욕구의 충족 상태에 대해서 개인의 감정 상태에 대한 주관적인 평가라고 볼 수 있겠다. 즉, 개인의 삶이 “얼마나 사느냐?”의 문제가 아니라 “어떻게 살아가느냐?”의 문제가 더 중요한 사회적 관심사로 대두하게 되었다고 할 수 있겠다(이현진, 2014). 주관적 안녕감, 행복, 감사하기, 음미하기 등 다양한 용어로 이루어지고 있는데, 특히 최근에는 삶의 만족도라는 용어로 활발하게 연구가 진행되고 있다(방하남, 2000).

삶의 만족도 개념이 일반화된 것은 1961년 Neugarten외 연구자들이 활동이론(activity theory)과 분리이론(disengagement theory)을 검증하기 위해 삶의 만족도를 종속변수로 연구하면서부터 시작되었다(이소리, 2017). 초기에는 삶의 만족도에 대해 객관적 생활환경인 소득이나 교육수준, 직업 등의 조건을 반영한 사회지표의 개념으로 평가하였으나, 최근에는 ‘행복한 삶’ 혹은 ‘좋은

상태의 삶'이라는 의미로 파악하면서 삶의 경험과 관심영역에 대해서 스스로 판단하고 느끼는 주관적·심리적 측면을 중시하고 있다(한영란, 1997).

삶의 만족도란 자신의 인생을 의미 있게 받아들이고 적어도 주요한 목표를 성취하였다고 느끼며, 주위의 환경에 원만하게 적응하면서 정서적으로나 사회적으로 어떤 어려움을 겪지 않고도 개인의 욕구를 충족시킬 수 있는 정도(Kalish, 1975) 라고 정의하였고, 삶의 만족도를 자신이 바라던 것과 실제 성취한 것을 비교하여 자신의 존재 상태를 평가하는 것으로써 인생을 장기적인 관점에서 전반적으로 평가하는 것(George, 1979)이라고 하였다.

삶의 만족도를 인지적이고 판단적인 과정이며, 인간의 삶의 질에 대한 포괄적인 평가(Diener, 1985)라고 규정하고 있으며, Baltes, P. & Baltes, M(1990)는 삶 과 죽음의 양적인 관점과 질적인 관점을 종합적으로 살펴보아야 하는 개념을 삶의 만족이라고 주장하였다(이현진, 2014).

개인이 인지적으로 자신의 삶이 만족스럽다고 평가하고, 일상생활에서 부정적으로 생각하는 정서보다 긍정정인 정서를 더욱 많이 경험하고 있을 때, 그를 주관적인 삶의 만족도가 높은 사람이라고 할 수 있다(권중돈, 조주연, 2000). 이러한 긍정적, 부정적인 정서는 단일 차원에 있는 양극적인 정서감정이 아니고, 긍정적인 감정을 경험한다 하더라도 부정적 감정을 경험하지 않는 것도 아니라고 하였다. 일상의 삶속에서 두 가지 감정은 공존한다고 보는 것이 타당하다 할 것이지만 부정적인 정서보다 긍정적인 정서가 상대적으로 우세할 때 행복한 상태에 놓여 있다고 할 수 있을 것이다(박선영, 1999).

삶의 만족은 가족 간의 의견일치, 의사소통, 사회경제적 지위, 애정, 갈등, 여가생활, 가족 개개인의 자아실현, 자녀교육 문제, 부부관계, 부모 자녀관계, 가치관, 종교, 인생관, 관습, 건강, 주거환경 등에 의해서 결정된다(김광연, 2010).

삶의 만족도를 설명하는 해외 연구에서는 '삶의 질(quality of life)', '사기(morale)', '행복감(happiness)', '심리적 안녕상태(psychological well being)' 등의 용어로 인간의 생활과 사회발전에 영향을 주는 건강, 경제, 환경, 사회적 요인의 상호작용 결과나 개개인의 주관적 인식으로 정의하여 사용하고 있다(이소리, 2017). 국내연구에서는 삶의 만족도를 '삶의 질'의 표현으로 일상생

활에서 느끼고 경험하는 개인의 주관적인 만족감으로 사용하거나(박춘홍, 2016). 행복한 감정인식이라는 관점으로 개인이 삶에 대해 행복함을 느끼는 정도를 ‘주관적 안녕감’이라는 개념으로 사용하였다(강철화·최명민·김수연, 2012). 삶의 만족도는 주관적 안녕감(subjective well being)을 중시하면서 인지적 차원과 정서적 차원으로 구분했다(이소리, 2017). 삶의 만족도의 하위요인을 인지적 요인과 정서적 요인으로 나누고 각각을 다음과 같이 설명한다. 인지적 차원은 자신의 삶을 자신의 기대, 욕구, 희망 또는 다른 준거집단과 비교해서 평가하는 것이고 정서적 차원은 개인이 일상생활에서 느끼는 긍정적 또는 부정적인 정서경험을 평가하는 것이라 말한다(이신숙, 2002). 인지적 차원은 자신의 삶에 대한 기대, 욕구, 희망으로 평가하거나 타 집단과 비교해서 평가하는 것이며, 정서적 차원은 개인이 일상생활에서 느끼는 긍정적, 또는 부정적인 정서 경험을 의미한다(김동규, 2002).

다시 말해 인지적 차원은 자신의 삶의 전체적인 측면에서 만족도에 대하여 어떻게 생각하는지를 직업, 관계 등과 같은 특정 영역의 측면에서 언급하는 것이고, 정서적 차원은 개인의 감정이나 기분과 같은 측면을 뜻한다(이소리, 2017). 개념에 대한 정의는 다차원적 영역으로 학자마다 다르게 정의해왔기 때문에(이승진, 2013), 삶의 만족도를 어떻게 정의하고 어떻게 측정할 것인가 하는 점이 중요한 주제가 되고 있다(이소리, 2017).

삶의 만족도는 개인의 삶에 있어서 매우 중요한 지표이다. 국가통계 심포지엄에서 발표한 통계개발원의 자료 ‘주관적 웰빙(Subjective Well-Being) 측정 방안’에 따르면 국민들의 삶의 만족도를 파악하고 측정하는 이유는 첫째, 정책을 위한 전반적인 기초자료로 활용하거나 국민들이 현재 어떤 상태이며 필요로 하는 것이 무엇인지 파악하는 모니터링의 역할을 하고 둘째, 정책에서 우선순위 결정 또는 의사결정시 중요한 자료가 되며 셋째, 정책에 대한 국민들의 체감과 정책 실행 이후 변화정도를 측정하기 때문에 중요한 역할을 한다고 밝혔다(박주언·심수진·이희길, 2012). 삶의 질이라는 개념을 학술적인 연구에서 활용할 수 있는 계량적인 형태로 제시하기 위한 많은 노력들이 있었다(이소리, 2017). 그 중에서도 특히 ‘주관적 삶의 만족도’는 삶의 질을 측정 가능한 형태로 제시하는 대표적인 개념으로 보고 있다(한석태, 2008).

삶의 만족도를 구성하고 있는 하위요인은 <표 11>과 같다.

<표 11> 삶의 만족도의 하위요인

구분	삶의 만족도 변수
(OECD, 2013).	인구학적 요인 : 성별, 연령 등 물질적 요인 : 소득, 자산 등 삶의 질적 요인 : 고용, 건강, 교육 등 정신적 요인 : 인성 등
(현대경제연구원, 2014).	인구학적 요인 : 성별, 연령 물질적 요인 : 소득, 순자산 삶의 질적 요인 : 일자리안정, 교육수준 정신적 요인 : 기부, 자원봉사 계층 의식 : 체감중산층, 체감저소득층
(강성진, 2010).	인구학적 요인 : 성별, 연령 등 전반적 생활만족도
(최예나, 2016).	인구학적 요인 : 성별, 연령 등 건강측면 삶의 만족도 가정생활 측면 삶의 만족도 전반적인 삶의 만족도
(홍석동, 2016).	인구학적 요인 : 성별, 연령 등 전반적 삶의 만족도

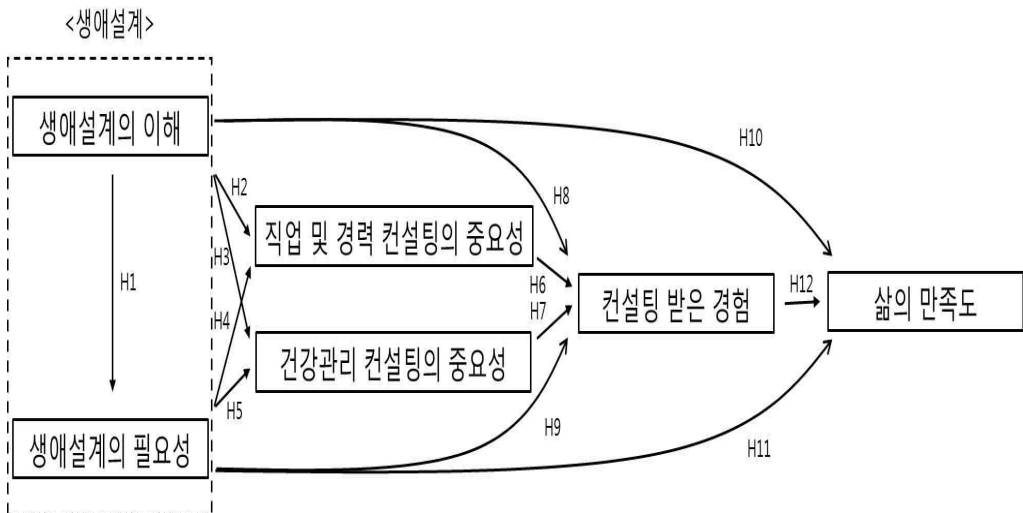
출처 : (이소리, 2017). “삶의 만족도가 기부행동에 미치는 영향 연구” 석사 학위논문. 이화여자대학교 사회복지대학원. 인용.

삶의 만족도란 삶의 양적, 질적인 측면의 결합 즉 많은 사람들이 타당하다고 보는 객관적 지표나 수준을 지칭하는 외형적 만족을 의미하기보다는 그러한 지표와 관계없이 자신의 기대수준에 대한 충족, 인생에 대해 성공적이라고 느끼고 판단하고 인정하는 등 개인이 지각한 심리적 상태와 이에 대한 자신의 평가에서 오는 만족감이라고 볼 수 있다(김선희, 2016). 또한 삶의 만족도는 주관적이고 포괄적이기 때문에 실증적분석이 곤란하나 일반적으로 개인의 삶의 특정 하위변수에 국한된 것이 아니라 전반적 삶의 만족감을 의미한다(우재영, 2013). 이상에서 삶의 만족도에 관한 선행 연구들을 살펴보았다.

Ⅲ. 연구 설계

3.1 연구 모형

본 연구에서는 앞서 살펴본 이론적 고찰 및 선행연구들의 내용과 결과를 토대로 하여 설정된 가설을 바탕으로 실증분석을 위한 연구모형을 설정하여 생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향을 알아보고자 한다. 연구 모형은 생애설계를 독립변수로, 삶의 만족도를 종속변수로, 직업 및 경력컨설팅의 중요성과 건강관리 컨설팅의 중요성 그리고 컨설팅을 받은 경험을 매개변수로 정하여 아래의 [그림 3]과 같이 연구모형을 설계하였다.



[그림 3] 연구 모형

3.2 연구가설의 설정

가설은 문제의 해결을 위한 검증이 가능한 문장으로 진위를 확인할 수 있어야 하겠다. 본 연구에서는 연구모형의 변수들 간 관련성을 파악하기 위해 다음과 같이 연구가설을 설정하였다.

- H1. 생애설계의 이해는 생애설계의 필요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H2. 생애설계의 이해는 직업 및 경력 컨설팅의 중요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H3. 생애설계의 이해는 건강관리 컨설팅의 중요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H4. 생애설계의 필요성은 직업 및 경력컨설팅의 중요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H5. 생애설계의 필요성은 건강관리컨설팅의 중요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H6. 직업 및 경력컨설팅의 중요성은 컨설팅 받은 경험에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H7. 건강관리컨설팅의 중요성은 컨설팅 받은 경험에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H8. 생애설계의 이해는 컨설팅 받은 경험에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H9. 생애설계의 필요성은 컨설팅 받은 경험에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H10. 생애설계의 이해는 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H11. 생애설계의 필요성은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- H12. 컨설팅 받은 경험은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

3.3 자료수집 및 분석방법

본 연구의 데이터 수집 범위는 기업이나 기관 등의 조직구성원들과 퇴직자들에 대한 생애설계의 효과성에 관한 연구로 인적범위는 현재 기업이나 기관에 재직 중인 임·직원 및 퇴직자들을 대상으로 하여 설문조사를 실시하였다. 설문 기간은 2017년 10월 11일부터 10월 31일까지, 지역적인 범위는 서울, 경기와 수도권 등의 지역거주자를 중심으로 설문을 실시하였고 설문을 배포하여 회수된 설문 응답은 136부 이다.

본 연구에서는 수집된 자료의 통계 처리를 위해 데이터 코딩 후 SPSS 21.0 WIN 통계 프로그램과 EQS, AMOS와 리즈렐 통계기법을 활용하였다.

설문 응답자의 일반적 특성을 파악하고자 빈도분석을 실시하였고, 문항의 타당성, 신뢰성을 살펴보기 위하여 탐색적 요인분석과 크론바흐 알파(cronbach's Alpha) 계수를 이용하여 신뢰도 분석을 실시하였다. 요인을 분석하며 잠재변수간의 상관계수 행렬과 평균분산의 추출은 리즈렐 프로그램을 활용하였고, 개별적 회귀계수의 t검증과 다중회귀분석을 실시하였다.

신뢰성 측정 척도 평가계수 크론바흐 알파(cronbach's Alpha) 계수를 이용하여 검증하였고, 신뢰성이 있다고 보이는 0.6~0.7 이상의 척도 항목으로 분석하였다.

IV. 실증분석 결과

4.1 표본 특성

연구 표본의 일반적 특성으로 응답한 설문지 136부 중에 학력은 대졸이 68명인 50.0%의 비중을 차지하고, 석사가 51명으로 37.5%의 비중을 차지, 고졸이 8명으로 5.9%의 비중을 차지, 박사가 5명으로 3.7%의 비중이었으며, 초대졸이 4명으로 2.9%의 비중을 차지하여 대졸 응답자가 가장 높은 비중을 차지하여 대부분 고학력자가 응답을 하였음을 보이고 있다.

성별로는 남자가 116명으로 85.3%의 높은 비중을 차지하였고, 여자가 20명으로 14.7%의 낮은 비중을 차지하여 남성 응답자의 비중이 높았다.

연령별로는 50대가 71명으로 52.2%를 차지하였고, 40대가 35명으로 25.7%의 비중을 차지하였으며, 30대가 20명으로 14.7%의 비중이었고, 60대가 10명으로 7.4%의 비중을 차지하는 순으로 고 연령 응답자의 비중이 비교적 높았다.

직장경력에는 15년 이상이 89명으로 65.4%의 가장 높은 비중을 차지하였고, 다음으로 10년~15년 미만이 29명으로 21.3%를 차지하였으며, 5년~10년 미만이 13명으로 9.6%의 비중을 차지하였고, 3년~5년 미만이 4명으로 2.9%의 비중과 3년 미만도 1명으로 0.7%의 순서로 응답 비중을 보이고 있다.

직무별로는 경영·재무가 39명으로 28.7%의 가장 높은 비중을 차지하였고, 인사·조직·노무가 30명으로 22.1%의 비중과 마케팅이 30명으로 22.1%의 동일한 비중을 차지하였으며, 기타가 27명으로 19.9%를 차지하였고, 생산·기술이 10명으로 7.4%의 비중을 차지하는 순이었다.

응답 설문 136부에 대한 인구통계학적 특성을 요약하여 <표 12>로 다음과 같이 정리하였다.

〈표 12〉 설문응답자의 인구통계학적 특성

(단위 : 명, %)

구분		빈도	비중
학력	고졸	8	5.9
	초대졸	4	2.9
	대졸	68	50.0
	석사	51	37.5
	박사	5	3.7
	합계	136	100.0
성별	남	116	85.3
	여	20	14.7
	합계	136	100.0
연령	30대	20	14.7
	40대	35	25.7
	50대	71	52.2
	60대	10	7.4
	합계	136	100.0
경력	3년 미만	1	.7
	3-5년 미만	4	2.9
	5-10년 미만	13	9.6
	10-15년 미만	29	21.3
	15년 이상	89	65.4
	합계	136	100.0
직무	경영·재무	39	28.7
	인사·조직·노무	30	22.1
	마케팅	30	22.1
	생산·기술	10	7.4
	기타	27	19.9
	합계	136	100.0

4.2 타당성 및 신뢰성 분석

생애설계가 삶의 만족도에 미치는 요인들에 대한 타당성 확보를 위한 요인분석 결과는 아래<표 13>과 같다.

〈표 13〉 요인분석 결과

구분	생애설계의 중요성	생애설계의 이해	컨설팅 받은 경험	직업과 경력 컨설팅 중요성	건강관 리 컨설팅 중요성	삶의 만족도
생애설계 의미	.683	.199	.353	.181	-.177	.039
생애설계 중요도	.830	.109	.063	.114	.004	.231
향후 생애설계 중요성	.709	.311	.017	.043	.211	.232
생애설계의 필요성	.763	.279	-.058	.177	.154	.181
대인관계의 중요성	.117	.654	-.069	-.001	-.041	.242
직업과 경력의 이해	.224	.683	.009	.257	.009	.236
건강관리의 이해	.229	.729	.135	.104	.280	.067
여가와 취미의 이해	.198	.790	.123	.097	.093	.138
직업과 경력 컨설팅 받은 경험	.002	.039	.810	.306	-.211	.025
재무관리 컨설팅 받은 경험	.156	.026	.794	-.052	.055	.050
건강관리 컨설팅 받은 경험	.065	.183	.787	.045	.308	-.046
대인관계 컨설팅 받은 경험	.015	-.010	.836	.068	.092	.120
여가와 취미 컨설팅 받은 경험	.006	-.019	.887	.076	.071	.032
직업과 경력 컨설팅 도움 정도	.116	.366	.137	.742	-.033	.207
직업과 경력 컨설팅 시 참여정도	.167	.113	.133	.815	.315	.145
내 삶에서 직업과 경력 컨설팅의 중요도	.183	-.019	.113	.760	.159	.375
건강관리 컨설팅 도움 정도	.032	.221	.154	.134	.694	.460
건강관리 컨설팅 시 참여정도	.134	.088	.189	.370	.724	.308
여가와 취미의 삶의 만족도 향상정도	.204	.275	.015	.395	-.021	.660
직업과 경력의 삶의 만족도 향상정도	.213	.224	.038	.268	.133	.776
재무영역의 삶의 만족도 향상정도	.159	.034	.017	.107	.220	.782
건강영역의 삶의 만족도 향상정도	.127	.313	.045	.069	.026	.813
대인관계의 삶의 만족도 향상정도	.100	.102	.084	.121	.177	.763
요인 추출 방법 : 주성분 분석. 회전 방법 : Kaiser 정규화가 있는 베리맥스.						
a. 6 반복계산에서 요인회전이 수렴되었습니다.						

위의 <표 13>생애설계가 삶의 만족도에 미치는 요인분석 결과를 살펴보면 대각항 중심으로 표시된 요인 적재량이 모두 최소 0.654 이상으로 나타나 허용치인 0.60을 초과하는 수치이므로 요인 적재량 값이 대부분 높게 나타났다.

이상과 같이 조사된 측정변수를 토대로 탐색적 요인분석을 한 결과, 요인 분석 된 고유 값과 누적 고유 값은 다음의 <표 14>와 같다.

<표 14> 요인변수의 고유 값과 누적 고유 값

구분	초기 고유 값			추출 제곱 합 적재 값			회전 제곱 합 적재 값		
	전체	% 분산	% 누적	전체	% 분산	% 누적	전체	% 분산	% 누적
삶의 만족도	7.979	34.693	34.693	7.979	34.693	34.693	3.704	16.103	16.103
컨설팅 받은 경험	3.342	14.529	49.222	3.342	14.529	49.222	3.683	16.011	32.115
생애설계의 이해	1.965	8.543	57.765	1.965	8.543	57.765	2.751	11.960	44.074
생애설계 중요도	1.323	5.752	63.517	1.323	5.752	63.517	2.656	11.548	55.622
직업경력 컨설팅 중요성	1.230	5.349	68.866	1.230	5.349	68.866	2.480	10.781	66.404
건강컨설팅 중요성	1.007	4.378	73.243	1.007	4.378	73.243	1.573	6.840	73.243

<표 14>에서 모든 고유값은 1이상으로 나타나므로 유의미 요인으로 평가되며, 추출된 6개 요인의 누적 값은 전체의 73.243%의 설명력을 갖고 있음을 알 수 있다. 이와 같이 분석된 6개의 구조변수에 대한 탐색적 요인분석의 일관성확보를 나타내는 크롬바흐 알파(cronbach's Alpha)값의 산정을 통한 신뢰성 및 타당성을 분석한 결과는 다음의 <표 15>와 같다.

〈표 15〉 집중타당성 분석 결과

구조 변수	측정항목	요인 적재량	개념 신뢰도 CR	평균분산 추출 AVE	신뢰도 Cronbach's α
생애설계의 중요성	생애설계 의미	.683	0.836	0.563	0.774
	생애설계 중요도	.830			
	향후 생애설계 중요성	.709			
	생애설계의 필요성	.763			
생애설계의 이해	대인관계의 중요성	.654	0.793	0.495	0.787
	직업과 경력의 이해	.683			
	건강관리의 이해	.729			
	여가와 취미의 이해	.790			
컨설팅 받은 경험	직업과 경력 컨설팅 받은 경험	.810	0.893	0.627	0.892
	재무관리 컨설팅 받은 경험	.794			
	건강관리 컨설팅 받은 경험	.787			
	대인관계 컨설팅 받은 경험	.836			
	여가와 취미 컨설팅 받은 경험	.887			
직업과 경력 컨설팅의 중요성	직업과 경력 컨설팅 도움 정도	.742	0.843	0.650	0.845
	직업과 경력 컨설팅 시 참여정도	.815			
	내 삶에서 직업과 경력 컨설팅의 중요도	.760			
건강관리 컨설팅 중요도	건강관리 컨설팅 도움 정도	.617	0.833	0.714	0.828
	건강관리 컨설팅 시 참여정도	.769			
삶의 만족도	여가와 취미의 삶 만족도 향상정도	.694	0.891	0.621	0.890
	직업과 경력의 삶 만족도 향상정도	.724			
	재무영역의 삶 만족도 향상정도	.660			
	건강영역의 삶 만족도 향상정도	.776			
	대인관계의 삶 만족도 향상정도	.782			

요인분석 결과, 내적 일관성 신뢰도 측정에서 개념 신뢰도와 평균분산추출은 각각 0.7과 0.5 이상이 되어야 신뢰도가 있다고 볼 수 있는데, <표 15>에서 개념신뢰도는 모두 0.793 이상으로 신뢰도 기준치를 만족하지만 평균분산추출은 자신의 삶에 대한 이해가 0.495로 기준치 0.5에는 미달하지만 반올림하면 0.5가 되는 것으로 해석하여 분석에 임하고자 한다.

본 연구에서는 평균 신뢰성 검증을 위해서 크론바하 알파(cronbach's Alpha) 계수를 이용했고, 크론바 알파 계수(cronbach's Alpha)값은 통상적으로 0.7 이상일 때 집중타당도가 있다고 볼 수 있겠는데 <표 15>에서 크롬바하 알파(cronbach's Alpha)값은 모두 0.774 이상으로 나타나 기준치 0.7을 초과하고 있어 집중타당도가 높은 것으로 나타났다.

잠재변수에 대한 판별타당도 검증을 위해 <표 16>과 같이 잠재변수 간 상관계수 행렬을 산정하였다.

<표 16> 잠재변수 간 상관계수 행렬

구분	생애설계의 중요도	생애설계의 이해	컨설팅 받은 경험	직업과 경력 컨설팅 중요성	건강관리 컨설팅 중요성	삶의 만족도
생애설계의 중요도	1.000					
생애설계의 이해	0.671	1.000				
컨설팅 받은 경험	0.166	0.195	1.000			
직업과 경력 컨설팅 중요성	0.505	0.476	0.317	1.000		
건강관리 컨설팅 중요성	0.411	0.482	0.337	0.656	1.000	
삶의 만족도	0.572	0.584	0.153	0.636	0.660	1.000

<표 16>에서 잠재변수 간 상관계수 행렬을 산정한 결과, 계수 값 모두가 대각항 대비 비대각항의 값들이 낮으므로 판별타당도는 검증 되었다.

잠재변수 간 상관계수 행렬의 비대각항 값이 일반적으로 0.8을 초과할 경우 다중공선성의 문제가 있다고 보는데, <표 16>에서는 비대각 항의 값 가운데 0.671이 가장 높기 때문에 잠재변수 간 상관계수 전체가 기준치인 0.8 이하이므로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 분석된다.

4.3 가설 검증

생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향 정도에 대한 분석을 시도했다.

첫째, 생애설계의 이해가 생애설계의 필요성에 미치는 영향관계를 회귀분석 한 결과는 다음의 <표 17>과 같이 나타났다.

<표 17> 생애설계의 이해가 생애설계의 필요성에 미치는 영향

잠재 변수	비표준화 계수 B	표준오차 SE	표준화 계수 β	t	유의확률 p
상수	1.080	.281		3.841	.000
생애설계의 이해	.691	.091	.549	7.602	.000
종속변수: 생애설계의 필요성					

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

생애설계의 이해가 생애설계의 필요성에 미치는 영향관계 분석 결과는 <표 17>에서 보는 바와 같이 생애설계의 이해에 대한 회귀계수 값은 0.691로 나타났으며, 생애설계의 이해 회귀계수 값에 대한 t값은 3.841이고, 생애설계의 이해 회귀계수에 대한 유의확률은 0.000으로 산정되었다.

따라서 생애설계의 이해 회귀계수에 대한 t값에 대한 유의확률이 0.050보다 작기 때문에 귀무가설 H0를 기각하고, 대립가설 H1을 수락하고 있다.

즉, 생애설계의 이해가 생애설계의 필요성에 영향을 미치는 것으로 통계적으로 확인되었다.

둘째, 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성이 직업 및 경력 컨설팅의 필요성에 미치는 영향관계를 회귀분석 한 결과는 다음과 같이 나타났다.

〈표 18〉 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성이 직업 및 경력 컨설팅의
중요성에 미치는 영향

잠재 변수	비표준화 계수 B	표준오차 SE	표준화 계수 β	t	유의확률 p
상수	1.003	.340		2.954	.004
생애설계의 이해	.347	.125	.253	2.784	.006
생애설계의 필요성	.317	.099	.292	3.205	.002
종속변수: 직업 및 경력 컨설팅의 중요성					

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

생애설계의 이해와 생애설계의 필요성이 직업 및 경력 컨설팅의 중요성에 미치는 영향관계를 분석한 결과는 〈표 18〉에서와 같이 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성에 대한 회귀계수 값은 각각 0.347과 0.317로 나타났으며, 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성 회귀계수 값 각각에 대한 t값은 2.784와 3.205이고, 이에 대한 유의확률은 각각 0.006과 0.002로 산정되었다.

따라서 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성 회귀계수 각각의 t값에 대한 유의확률이 0.050 보다 작기 때문에 모두 귀무가설 H0를 기각하고, 대립가설 H1을 수락하고 있다. 즉, 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성은 직업 및 경력컨설팅의 중요성에 영향을 미치는 것으로 통계적으로 확인되었다.

셋째, 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성이 건강관리 컨설팅의 중요성에 미치는 영향관계를 회귀분석 한 결과는 다음과 같이 나타났다.

〈표 19〉 생애설계의 이해의 이해와 생애설계의 필요성이 건강관리 컨설팅의
중요성에 미치는 영향

잠재 변수	비표준화 계수 B	표준오차 SE	표준화 계수 β	t	유의확률 p
상수	1.232	.322		3.821	.000
생애설계의 이해	.392	.118	.312	3.315	.001
생애설계의 필요성	.156	.094	.156	1.661	.099
종속변수: 건강관리 컨설팅의 중요성					

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

생애설계의 이해와 생애설계의 필요성이 건강관리 컨설팅의 중요성에 미치는 영향관계 분석 결과는 <표 19>에서와 같이 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성에 대한 회귀계수 값은 각각 0.392와 0.156으로 나타났으며, 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성 회귀계수 값 각각에 대한 t값은 3.315와 1.661이고, 이에 대한 유의확률은 각각 0.001과 0.099로 산정되었다.

따라서 생애설계의 이해의 t값에 대한 유의확률은 0.050 보다 작기 때문에 대립가설 H1을 수락하며, 생애설계의 필요성의 t값에 대한 유의확률은 0.05보다 크기 때문에 대립가설 H1을 기각하고 있다. 즉, 생애설계의 이해는 건강관리 컨설팅의 중요성에 영향을 미치지만 생애설계의 필요성은 건강관리 컨설팅의 중요성에 영향을 미치지 않는 것으로 통계적으로 확인되었다.

넷째, 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성, 직업 및 경력 컨설팅의 중요성 및 건강관리 컨설팅의 중요성이 컨설팅 받은 경험에 미치는 영향관계를 회귀분석 한 결과는 다음과 같이 나타났다.

<표 20> 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성, 직업 및 경력 컨설팅의 중요성, 건강관리 컨설팅의 중요성이 컨설팅 받은 경험에 미치는 영향

잠재 변수	비표준화 계수 B	표준오차 SE	표준화 계수 β	t	유의확률 p
상수	.379	.615		.616	.539
생애설계의 이해	-.069	.223	-.032	-.309	.758
생애설계의 필요성	.192	.176	.112	1.095	.276
직업 및 경력 컨설팅 중요성	.239	.164	.151	1.460	.147
건강관리 컨설팅 중요성	.317	.173	.184	1.835	.069
종속변수: 컨설팅을 받은 경험					

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

생애설계의 이해, 생애설계의 필요성, 직업 및 경력 컨설팅의 중요성 및 건강관리 컨설팅의 중요성이 컨설팅 받은 경험에 미치는 영향관계 분석 결과는 <표 20>에서와 같이 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성, 직업 및 경력

컨설팅의 중요성 및 건강관리 컨설팅의 중요성에 대한 회귀계수 값은 각각 -0.069, 0.192, 0.239, 0.317로 나타났으며, 이에 대한 각각의 t값은 -0.309, 1.095, 1.460, 1.835이고, 동시에 이에 대한 유의확률은 각각 0.758, 0.276, 0.147, 0.069로 산정되었다. 따라서 독립변수들의 t값에 대한 유의확률이 0.050 보다 모두 작기 때문에 귀무가설 H0를 수락하고, 대립가설 H1을 기각하고 있다. 즉, 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성, 직업 및 경력 컨설팅 중요성 및 건강관리 컨설팅 중요성은 모두 컨설팅을 받은 경험에 영향을 미치지 않는 것으로 통계적으로 증명되었다. 이는 설문에 응답한 대부분의 사람들이 컨설팅을 받은 경험이 없기 때문인 것으로 풀이된다.

다섯째, 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성 및 컨설팅 받은 경험이 개인의 삶의 만족도에 미치는 영향관계를 회귀분석 한 결과는 다음과 같이 나타났다.

〈표 21〉 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성 및 컨설팅 받은 경험이 개인의 삶의 만족도에 미치는 영향

잠재 변수	비표준화 계수 B	표준오차 SE	표준화 계수 β	t	유의확률 p
상수	1.124	.276		4.077	.000
생애설계의 이해	.397	.100	.345	3.959	.000
생애설계의 필요성	.245	.080	.269	3.049	.003
컨설팅 받은 경험	.014	.040	.027	.357	.721
종속변수: 개인의 삶의 만족도					

*p<0.05, **p<0.01, ***p<0.001

생애설계의 이해, 생애설계의 필요성 및 컨설팅 받은 경험이 개인의 삶의 만족도에 미치는 영향관계 분석 결과는 〈표 21〉에서와 같이 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성 및 컨설팅 받은 경험에 대한 회귀계수 값은 각각 0.397, 0.245, 0.014로 나타났으며, 이에 대한 각각의 t값은 3.959, 3.049, 0.357이고, 동시에 이에 대한 유의확률은 각각 0.000, 0.003, 0.721로 산정되

었다. 따라서 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성의 t값에 대한 유의확률은 0.050 보다 모두 작기 때문에 대립가설 H1을 수락하고, 컨설팅 받은 경험의 t값에 대한 유의확률은 0.05보다 크기 때문에 대립가설 H1을 기각하고 있다. 즉, 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성은 개인의 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치지만 컨설팅을 받은 경험은 개인의 삶의 만족도에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 생애설계에 대한 이해도가 높거나 생애설계의 필요성을 절실하게 느끼는 사람들일수록 개인의 삶의 만족도가 높은 반면에 설문에 응한 사람들이 생애설계컨설팅을 받은 경험이 대부분 없었기 때문에 컨설팅을 받은 경험과 개인의 삶의 만족도는 무관한 관계를 가지는 것으로 나타났다. 따라서 생애설계에 대한 컨설팅의 중요성은 높은 반면에 생애설계 컨설팅을 받은 사람들이 부족함을 암시하며, 만약 생애설계 컨설팅을 받은 사람들의 수가 증가할수록 개인의 삶의 만족도는 더욱 향상될 것이라는 예상을 할 수 있다.

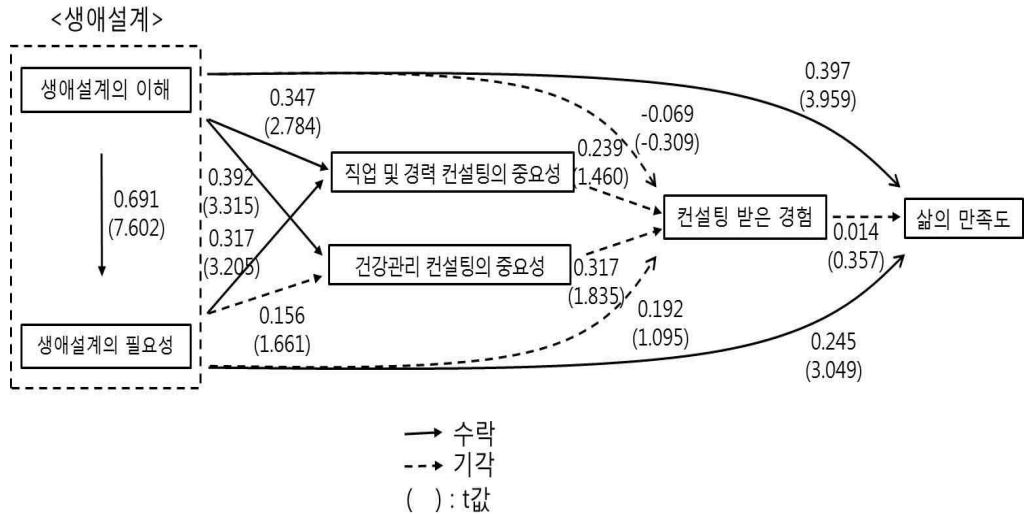
4.4 연구가설의 검증 결과

타당성과 신뢰성 분석을 실시해서 정제된 측정변수를 활용, 12개의 가설에 대한 검증을 실시하였으며, 12개의 가설 중 6개의 가설이 채택되었고, 6개의 가설이 기각 되었다. 생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향 관계 분석 결과를 토대로 분석된 가설 검증 결과를 요약하면 다음의 <표 22>와 같다.

<표 22> 가설 검증 결과

구분	가설	검증결과
H1	생애설계의 이해는 생애설계의 필요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	수락
H2	생애설계의 이해는 직업 및 경력 컨설팅의 중요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	수락
H3	생애설계의 이해는 건강관리 컨설팅의 중요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	수락
H4	생애설계의 필요성은 직업 및 경력컨설팅의 중요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	수락
H5	생애설계의 필요성은 건강관리컨설팅의 중요성에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	기각
H6	직업 및 경력컨설팅의 중요성은 컨설팅 받은 경험에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	기각
H7	건강관리컨설팅의 중요성은 컨설팅 받은 경험에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	기각
H8	생애설계의 이해는 컨설팅 받은 경험에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	기각
H9	생애설계의 필요성은 컨설팅 받은 경험에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	기각
H10	생애설계의 이해는 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	수락
H11	생애설계의 필요성은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	수락
H12	컨설팅 받은 경험은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.	기각

〈표 22〉의 가설 검증 결과를 토대로 이 연구에서 분석하고자 하였던 연구모형에 대한 인과관계를 분석한 결과를 정리하면 다음의 [그림 4]와 같다.



[그림 4] 연구 모형의 인과관계

연구 모형을 토대로 가설 검증 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 가설검증 결과 생애설계에 대한 이해가 높을수록 생애설계의 필요성이 높은 것으로 나타났다.

둘째, 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성은 직업 및 경력 컨설팅의 중요성에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 생애설계의 이해는 건강관리 컨설팅의 중요성에 긍정적인 영향을 미치지만 생애설계의 필요성은 건강관리 컨설팅의 중요성에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 삶의 이해도가 높은 사람일수록 건강을 중시하며, 생애설계가 필요한 사람은 평생소득 등 금전적인 부분에 대해 관심이 높고, 비금전적인 건강 등에 대한 관심은 낮은 것으로 해석할 수 있다.

넷째, 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성, 직업 및 경력 컨설팅의 중요성, 건강관리 컨설팅의 중요성은 컨설팅 받은 경험에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 설문에 응답한 대부분의 사람들이 생애설계 컨설팅을 받은 경험이 없기 때문인 것으로 풀이된다.

다섯째, 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성은 개인의 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치지만 컨설팅을 받은 경험은 개인의 삶의 만족도에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 자신의 삶에 대한 이해도가 높거나 생애설계의 필요성을 절실하게 느끼는 사람들일수록 개인의 삶의 만족도가 높은 반면에 설문에 응한 사람들이 컨설팅 받은 경험이 대부분 없기 때문에 컨설팅 받은 경험과 개인의 삶의 만족도는 무관한 관계를 가지는 것으로 나타났다. 따라서 생애설계에 대한 컨설팅의 중요성은 높은 반면에 생애설계 컨설팅을 받은 사람들이 부족함을 암시하며, 만약 생애설계 컨설팅을 받은 사람들의 숫자가 증가할수록 개인의 삶의 만족도는 더욱 향상될 것이라는 예상을 할 수 있다.

V. 결 론

5.1 연구결과의 요약과 시사점

본 연구의 결과를 요약해 보면, 성공적인 삶을 살아가기 위해서는 먼저 개인 별 인생의 목표를 설정하고, 설정된 목표에 도달할 수 있도록 실천에 옮기는 행동들이 구체적이고 체계적으로 계획되어야 하겠다. 이에 필요한 일련의 내용들이 생애설계라고 할 수 있겠는데, 생애설계에 대한 중요성의 관심들은 사회적, 개인적으로 계속해서 증가 추세에 있는 반면, 생애설계 내용별 준비정도는 매우 미흡한 것으로 나타나고 있다. 이에 본 연구를 통해 자신의 삶에 대한 이해를 토대로 하는 생애설계의 필요성과 삶의 만족도간의 영향 요인에 대해 살펴봄으로써 생애설계 컨설팅의 중요성 인식의 확산과 생애설계 컨설팅의 바람직한 방향에 대해 모색해 보고자 하였고, 중요성 인식의 확산을 통해 생애설계를 준비할 시간과 여력이 충분하지 않은 개인에게만 제2의 삶에 대한 준비를 맡기기보다 국가, 사회, 기업이 앞장서서 적극적으로 개입함으로써 삶의 만족도를 향상시키는 것이 바람직할 것임을 제시하고자 하였다.

이를 목적으로 본 연구에서는 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성이라는 독립변수 생애설계가 비재무적 영역의 직업과 경력 컨설팅 및 건강관리 컨설팅, 컨설팅을 받은 경험 등의 매개변수를 통해 종속변수인 삶의 만족도에 어떻게 영향을 미치는지 실증적 연구를 진행하였으며, 유의미한 결과를 요약 정리하면 다음과 같다.

첫째, 생애설계에 대해 이해하고 있는 수준이 높은 사람일수록 생애설계의 필요성에 대한 인식이 높은 것으로 나타났다. 즉, 생애설계의 필요성에 대한 인식의 확산은 생애설계의 이해로부터 시작 된다고 할 수 있겠다.

둘째, 생애설계에 대해 이해하고 있는 수준이 높고 생애설계의 필요성에 대한 인식이 높을수록 직업 및 경력 컨설팅이 중요하다고 생각하는 것으로 나타났다. 이를 통해 생애설계에 직업 및 경력 컨설팅이 매우 중요하게 영향을 미치는 요인임을 알 수 있다.

셋째, 생애설계에 대한 이해는 건강관리 컨설팅의 중요성에 있어서 긍정적인 영향을 미치는 요인이지만, 생애설계의 필요성은 건강관리 컨설팅의 중요성에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 생애설계에 대한 이해도가 높은 사람의 경우 건강을 중요하다고 인식하고 있지만, 생애설계가 필요하다고 생각한다고 해서 반드시 건강관리 컨설팅이 중요하다고 인식하지는 않는 것으로 볼 수 있겠다.

넷째, 생애설계의 이해, 생애설계의 필요성, 직업 및 경력 컨설팅의 중요성, 건강관리 컨설팅의 중요성은 모두 컨설팅 받은 경험에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 직업 및 경력 컨설팅과 건강관리 컨설팅이 아직은 보편화 되어 있지 않아서 컨설팅을 접할 수 있는 기회가 없기 때문에 나타나는 현상이라고 풀이할 수 있다.

다섯째, 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성은 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났지만 컨설팅을 받은 경험은 삶의 만족도에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 생애설계의 이해수준이 높으면 삶의 만족도가 높고, 생애설계의 필요성에 대한 인식이 높아도 삶의 만족도는 높으나, 앞서 말한 바와 같이 아직 생애설계 컨설팅이 보편화 되어 있지 않은 이유로 인해 컨설팅을 받아본 경험의 부재로 삶의 만족도와 무관하다고 생각하는 것으로 볼 수 있다.

본 연구의 결과들을 통해 얻게 된 시사점은 생애설계에 대한 지금까지의 선행 연구들은 대부분 재무 영역에 지나치게 치중되어 있었다. 이러한 한계를 넘어 비 재무적 영역에 대한 연구로 방향을 설정하여 접근하였고, 조화로운 삶을 위한 생애설계는 비재무적 영역도 반드시 필요하다는 결과를 도출하게 되었다. 또한 삶의 만족도 향상에 생애설계의 이해와 생애설계의 필요성이 긍정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었으나, 생애설계 컨설팅은 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 생애설계 컨설팅의 중요성과 필요성에 대한 인식의 확산을 통해 많은 사람들에게 생애설계 컨설팅의 기회를 제공함으로써 생애설계 컨설팅이 삶의 만족도에 영향을 미칠 수 있도록 하며, 생애설계 컨설팅에 대한 구체적 실천 방안의 수립은 시대적 요구이며, 절실히 필요한 과제로 생애설계 컨설팅에 대한 다양한 연구는 앞으로 지속되어야 할 것이다.

5.2 연구의 한계점 및 향후 연구방향

본 연구의 한계점과 연구방향에 대해 다음과 같이 제시한다.

첫째, 표본 특성의 연령적 측면에서 볼 때 설문지 응답자 가운데 40대 이상의 장년층 비율이 136부 응답 중 116명으로 85.3%의 대다수 비중을 차지하고 있으므로 40대 이하 청년층 세대의 응답 결과가 반영되지 못하여 장년층과의 의견이 차이가 있을 경우, 전 연령층에 대한 연구 결과로는 볼 수 없다는 한계점이라 하겠다.

둘째, 설문지 응답자 가운데 남성의 비율도 136부 응답 중 116명으로 85.3%의 대다수 비중을 차지하고 있으므로 여성의 응답 결과가 소수 반영되어 남성과의 의견이 차이가 있을 경우, 전 성별에 대한 연구로는 볼 수 없다는 한계점도 있다.

셋째, 설문지 대상자가 기업이나 기관 등에 재직 중인 임·직원 및 퇴직자들을 대상으로 하였으나, 소기업과 소상공인은 제외되어 모든 직업 환경에 대한 연구로는 볼 수 없다는 한계점이 있다.

넷째, 설문지 지역적인 범위는 서울, 경기도와 수도권 등의 지역을 중심으로 하였고, 지방거주자를 대상으로는 설문지 실시하지 못하여 전국의 거주자에 대한 연구 결과로는 볼 수 없다는 한계점도 있다.

향 후 연구에서는 전 연령층에 대한 연구, 전 성별에 대한 연구, 모든 직업 환경에 대한 연구, 전국 거주자에 대한 연구가 진행되어야 하겠으며, 이와 함께 생애설계 컨설팅의 구체적 실행 방안과 더불어 재무 영역과 비재무적 영역들의 조화를 위해 두 가지 영역에 대해 균등하게 연구를 진행함으로써 영역간의 균형을 이룰 수 있는 연구로 확장 되었으면 한다.

참고문헌

1. 국내문헌

- 강순희. (2016). “세대별 일자리만족이 삶의 만족도에 미치는 영향”. 경기대학교 대학원 박사학위 논문
- 강철희·최명민·김수연. (2012). 기부노력에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 「한국사회복지행정학」, 14(2), 57-82.
- 금재호 외. (2005). “일자리창출 지원을 위한 고용안정사업 개편방안”. 「한국노동연구원 노동보험연구센터」
- 김광연. (2010). “생활체육테니스 동호회 활동참여와 생활만족도”. 한국교원대학교 석사학위논문
- 김규리. (2010). “근로자의 건강수준과 여가활동”. 을지대학교 임상간호대학원 석사학위논문
- 김동규. (2002). “노인의 종교 및 사회활동이 삶의 만족도에 미치는 영향에 관한 연구”. 목원대학교 석사학위논문
- 김란영. (2013). “결혼연령 증가에 영향을 미치는 경제사회적 변수”. 고려대학교 대학원 석사학위논문
- 김명진. (2008). “직장인의 학습동기가 생애진로설계에 미치는 영향”. 경기대학교 행정대학원 석사학위논문
- 김명환. (2014). “청년실업에 관한 연구”. 목포대학교 경영행정대학원 석사학위논문
- 김봉환. (2009). 청소년의 선호 직업 편중 현상과 진로지도의 과제. 「진로교육연구」, 22(4), 63-83.
- 김선희. (2016). “청소년이 지각한 가족탄력성과 삶의 만족도에 관한 연구”. 목포대학교 대학원 석사학위논문
- 김성은. (1995). “저임금 근로자의 여가활성화를 위한 방안”. 경희대학교 대학원 석사학위논문

- 김성희. (2009). “여성의 경제활동 증가와 가족의 변화에 관한 연구”. 서울시립대학교 도시과학대학원 석사학위논문
- 김수현. (2012). “청년 일자리 월간 복지동향”. 청년일자리의 현황과 과제-청년고용문제: 줄어드는 청년취업자.
- 김승수. (2012). “대학생의 여가활동 동기와 관여도가 심리적 안녕감, 여가몰입 및 생활만족에 미치는 영향”. 우송대학교 대학원 박사학위논문
- 김승철. (2008). “중년기 운동 참가자의 신체활동 수준과 건강관련 삶의 질 관계”. 인천대학교 교육대학원 석사학위논문
- 김안나. (2003). “국가수준의 생애능력 표준 설정 및 학습체제 질 관리방안 연구(Ⅱ)”. 한국교육개발원. pp24-26
- 김은순. (2017). “은퇴 후 생애설계를 위한 교육프로그램 모형 개발”. 전북대학교 대학원 박사학위 논문
- 김정아. (2003). “댄스활동이 중년여성의 여가 만족도에 미치는 영향”. 군산대학교 대학원 석사학위논문
- 김정희. (2000). “중년의 댄스스포츠 프로그램 참여에 따른 여가만족이 생활만족에 미치는 영향”. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문
- 김종모. (2014). “노후생활인식과 재무교육이 은퇴준비와 만족예측정도에 미치는 영향”. 한국항공대학교 대학원 박사학위논문
- 김지선. (2008). “경찰공무원의 퇴직준비 프로그램에 관한 연구 : 생애설계요인을 중심으로”. 원광대학교 대학원 박사학위 논문
- 김혜수. (2014). “대학생의 자아존중감과 사회적지지가 삶의 만족도에 미치는 영향”. 서남대학교 대학원 석사학위 논문
- 남지은. (2011). “경력개발지원이 조직몰입과 주관적 경력성공에 미치는 영향”. 중앙대학교 글로벌인적자원개발대학원 석사학위논문
- 박선영. (1999). “사회적 지지가 저소득층 노인의 생활만족도에 미치는 영향에 관한 연구”. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문
- 박윤희. (2010). “성공적인 커리어코칭 과정에 관한 연구”. 숭실대학교 일반대학원 석사학위논문

- 박인혜. (2003). “중년의 댄스스포츠 참여가 여가만족에 미치는 영향”. 동아대학교 교육대학원 석사학위논문
- 박정은. (2015). “미용계열학과 전공 만족도와 직업 선호도에 관한 연구”. 가천대학교 경영대학원 석사학위논문
- 박주언·심수진·이희길. (2012). “주관적 웰빙 측정 방안”. 「통계개발원」
- 박춘홍. (2016). “재능기부활동만족도가 삶의 질에 미치는 영향”. 성결대학교 사회복지대학원 석사학위논문
- 방하남. (2000). “직무만족도와 생활만족도의 결정요인과 상호작용효과에 관한 연구”. 「노동경제논집」 23. pp133-154
- 배재덕. (2013). 베이비붐 세대의 은퇴에 따른 노후소득보장제도 개선 방안 연구. 「한국사회복지지원학회」, 8(1), 101-119.
- 백현자. (2009). “고령화 사회의 노후준비를 위한 재무설계에 관한 연구”. 동아대학교 경영대학원 석사학위논문
- 사염평. (2014). “한·중 여가활동의 비교 연구”. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문
- 송양민·우재룡. (2014). “100세 시대 은퇴대사전”. 서울: 21세기북스.
- 신경화. (2011). “베이비붐 세대의 성공적 노후를 위한 노후생애설계서비스 활성화 방안에 관한 연구”. 중부대학교 원격대학원 석사학위논문
- 오종윤. (2011). “재무설계상담이 가계재무복지에 미치는 영향에 관한 연구”. 서울대학교 대학원 박사학위논문
- 우재영. (2013). 경제·사회적요인이 여성의 생활만족도에 미치는 영향. 「한국농촌 지도학회지」, 20(2), 555-585.
- 유동균. (2003). “강북지역 대학생들의 여가활동 참여 실태 및 여가장애 조사”. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문
- 이기영·조영희·송혜림·이승미. (1998). “생활설계론”. 교문사.
- 이병관. (2013). 내외통제성과 우연에 대한 지각이 대학생 삶의 만족도에 미치는 효과 연구. 「인간이해」, 34(1), 37-54.
- 이소리. (2017). “삶의 만족도가 기부행동에 미치는 영향 연구”. 이화여자대학교 사회복지대학원 석사학위논문

- 이승신. (2012). “생애설계와 진로탐색 기술과 과정”. 서울: 천재교육.
- 이승신. (2013). 베이비부머의 노후준비여부에 관한 연구. 「소비자 문제연구」, 44(2), 73-95.
- 이신숙. (2002). “문화적 규범, 가족지지, 공적지지와 기능손상의 심리적 복지 간의 관계연구”. 충남대학교 대학원 석사학위논문
- 이현진. (2014). “베이비붐세대와 에코세대의 삶의 만족도와 관련 변수”. 고려대학교 대학원 가정학과 석사학위논문
- 이형중·박홍민. (2012). “베이비붐 세대의 은퇴와 취업지원”. 「한국고령자복지학회」. pp102-123
- 이희만. (2017). “청년실업 원인 및 해결방안에 관한 연구”. 목원대학교 대학원 석사학위논문
- 임계희·주소현·원영웅·최승우. (2010). “재무설계원론”. 서울: 한국FPSB.
- 임만수. (2008). “직장 내 대인관계능력향상에 관한 연구”. 동아대학교 경영대학원 석사학위논문
- 임미리. (2012). “에코부머세대의 경제활동을 바탕으로 한 재무관리 효율화 제고방안 연구”. 고려대학교 정책대학원 석사학위논문
- 장주효. (2011). “노인의 생활영역만족이 삶의 만족도에 미치는 영향관계 연구”. 대구대학교 대학원 박사학위논문
- 정주현. (2010). “지속적인 건강관리를 위한 정보인터페이스 기기 디자인 연구”. 홍익대학교 대학원 석사학위논문
- 정지미. (2003). “여성의 경제활동과 소비성향에 관한 연구”. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문
- 조은주. (2012). “보육교사의 전문성 인식 및 직무만족도, 삶의 만족도에 관한 연구”. 중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문
- 천재교육 학습백과 자습서. (2017).
- 최문선. (2014). “국내외 경력개발 연구 및 프로그램 동향 분석”. 단국대학교 대학원 석사학위논문
- 최보아. (2003). “은퇴자의 생활설계를 위한 교육프로그램 개발”. 성균관대학교 대학원 박사학위논문

- 최성윤. (2017). “재무상담 서비스품질과 컨설턴트 역량이 재무상담 성과와 재계약의도에 미치는 영향에 관한 연구”. 한성대학교 대학원 석사학위논문
- 최용호·전성남. (2013). “베이비 부머세대의 노후생애설계 교육에 관한 연구”. 「한국컴퓨터정보학회논문지」
- 최혜경. (1987). “만성관절염환자의 가족지지, 치료지시이행 및 삶의 만족도간의 관계연구”. 연세대학교 대학원 간호학과 석사학위논문
- 최호. (2017). “통제소재유형에 따른 노인의 삶의 만족도 향상에 관한 연구”. 대구대학교 대학원 박사학위논문
- 한국교육과정평가원. (2007). “초·중학교 실과(기술·가정) 교육과정 해설연구 개발”.
- 한영란. (1997). “만성정신장애인의 삶의 질을 결정하는 요인추출에 관한 이론적 고찰”. 「한국정신보건 사회사업학회」. pp27-48
- 허균석. (2013). “경제적 은퇴준비 특성과 은퇴생활수준”. 전남대학교 대학원 박사학위논문

2. 국외문헌

- Baltes, P. & Baltes, M, (1990). Successful aging : Perspectives from the behavioral sciences. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J. & Griffin, S, (1985). Satisfaction with Life Scale. Journal of Personality Asserssment, 49, 71-75.
- George, L.K, (1979). The Happiness Syndrome: Methodological and Substantive Issues in the Social Study of Social Psychological Well being in Adulthood. The Gerontologist, 19(2), 210-216.
- Kalish, R.A, (1975). Late Adulthood : Perspectives on Human Development. CA.: Cole Publishing Co.

부록

〈설 문 지〉

안녕하십니까?

바쁘신 가운데 귀한 시간을 내어 설문에 응해주셔서 진심으로 감사드립니다.

본 설문지는 “생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향에 관한 분석”에 관한 연구 목적으로 작성된 것입니다.

설문에 대한 귀하의 모든 응답 내용은 오직 본 연구의 목적을 위해서만 사용하며, 그 외의 목적으로는 사용하지 않습니다. 아울러 귀하의 모든 응답 내용은 통계법 13조 규정에 의거하여 비밀이 보장됩니다.

본 연구의 결과는 생애설계가 삶의 만족도에 미치는 영향에 대한 실증분석을 통하여 생애설계가 얼마나 중요한지를 살펴봄으로써, 향후 삶의 질 향상에 도움을 주고자 합니다.

본 설문조사는 연구의 일환으로 실시되는 것이며, 각 질문에 대한 정답은 없으며, 오직 귀하가 느끼고 생각하시는 대로만 답변해 주시면 되며, 귀하의 성의 있는 응답 결과는 연구에 매우 귀중한 자료가 되겠습니다.

설문조사에 응해 주신데 대해 감사드리며, 건승을 기원합니다.

지도교수 : 주 형 근 (한성대학교 지식서비스 & 컨설팅 대학원)

연구자 : 정 태 식 (한성대학교 지식서비스 & 컨설팅 대학원 컨버전스
컨설팅학과 석사과정)

eugenepp1@naver.com

* 본 설문의 구성 및 설문 체크 방법

본 설문지는 리커트 5점 척도로서, 각 항목에 대하여 귀하의 의견에 해당하는 번호를 선택하여 주십시오.

《예》 ①전혀 그렇지 않다. ② 그렇지 않다. ③보통이다. ④그렇다. ⑤매우 그렇다.

1. 생애설계에 대한 설문 항목입니다.

1.1 .다음은 생애설계 전반에 대한 질문입니다.

순번	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이 다	그렇다	매우 그렇다
1.	생애설계의 의미를 알고 있다.	①	②	③	④	⑤
2	생애설계가 중요하다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
3	생애설계를 잘 준비하고 있다.	①	②	③	④	⑤
4	향 후 생애설계가 지금보다 더 중요해질 것이다.	①	②	③	④	⑤
5	생애설계는 누구에게나 반드시 필요하다.	①	②	③	④	⑤

1.2 다음은 생애설계 중요도에 대한 질문입니다.

순번	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이 다	그렇다	매우 그렇다
1.	자신의 삶에서 직업과 경력은 중요하다.	①	②	③	④	⑤
2	자신의 삶에서 재무관리는 중요하다.	①	②	③	④	⑤
3	자신의 삶에서 건강관리는 중요하다.	①	②	③	④	⑤
4	자신의 삶에서 대인관계는 중요하다.	①	②	③	④	⑤
5	자신의 삶에서 여가와 취미는 중요하다.	①	②	③	④	⑤

1.3 다음은 직업과 경력에 대한 질문입니다.

순번	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이 다	그렇다	매우 그렇다
1.	직업과 경력에 대한 이해를 하고 있다.	①	②	③	④	⑤
2	직업과 경력에 대한 컨설팅/교육을 받은 경험이 있다.	①	②	③	④	⑤
3	직업과 경력에 대한 컨설팅/교육은 직업과 경력 관리에 도움이 된다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
4	직업과 경력에 대한 컨설팅/교육을 받을 기회가 온다면 적극적으로 참여하겠다.	①	②	③	④	⑤
5	직업과 경력에 대한 컨설팅/교육은 내 삶의 만족도에 영향을 미칠 것이다.	①	②	③	④	⑤

1.4 다음은 재무관리에 대한 질문입니다.

순번	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이 다	그렇다	매우 그렇다
1.	재무관리에 대한 이해를 하고 있다.	①	②	③	④	⑤
2	재무관리에 대한 컨설팅/교육을 받은 경험이 있 다.	①	②	③	④	⑤
3	재무관리에 대한 컨설팅/교육은 재무관리에 도 움이 된다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
4	재무관리에 대한 컨설팅/교육을 받을 기회가 온 다면 적극적으로 참여하겠다.	①	②	③	④	⑤
5	재무관리에 대한 컨설팅/교육은 내 삶의 만족도 에 영향을 미칠 것이다.	①	②	③	④	⑤

1.5 다음은 건강관리에 대한 질문입니다.

순번	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이 다	그렇다	매우 그렇다
1.	건강관리에 대한 이해를 하고 있다.	①	②	③	④	⑤
2	건강관리에 대한 컨설팅/교육을 받은 경험이 있다.	①	②	③	④	⑤
3	건강관리에 대한 컨설팅/교육은 건강관리에 도 움이 된다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
4	건강관리에 대한 컨설팅/교육을 받을 기회가 온 다면 적극적으로 참여하겠다.	①	②	③	④	⑤
5	건강관리에 대한 컨설팅/교육은 내 삶의 만족도 에 영향을 미칠 것이다.	①	②	③	④	⑤

1.6 다음은 대인관계에 대한 질문입니다.

순번	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이 다	그렇다	매우 그렇다
1.	대인관계에 대한 이해를 하고 있다.	①	②	③	④	⑤
2	대인관계에 대한 컨설팅/교육을 받은 경험이 있다.	①	②	③	④	⑤
3	대인관계에 대한 컨설팅/교육은 관계 관리에 도 움이 된다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
4	대인관계에 대한 컨설팅/교육을 받을 기회가 온 다면 적극적으로 참여하겠다.	①	②	③	④	⑤
5	대인관계에 대한 컨설팅/교육은 내 삶의 만족도 에 영향을 미칠 것이다.	①	②	③	④	⑤

1.7 다음은 여가와 취미에 대한 질문입니다.

순번	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이 다	그렇다	매우 그렇다
1.	여가와 취미에 대한 이해를 하고 있다.	①	②	③	④	⑤
2	여가와 취미에 대한 컨설팅/교육을 받은 경험이 있다.	①	②	③	④	⑤
3	여가와 취미에 대한 컨설팅/교육은 여가와 취미 관리에 도움이 된다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
4	여가와 취미에 대한 컨설팅/교육을 받을 기회가 온다면 적극적으로 참여하겠다.	①	②	③	④	⑤
5	여가와 취미에 대한 컨설팅/교육은 내 삶의 만족도에 영향을 미칠 것이다.	①	②	③	④	⑤

2. 삶의 만족도에 대한 설문 항목입니다.

2.1 .다음은 삶의 만족도 전반에 대한 질문입니다.

순번	항 목	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이 다	그렇다	매우 그렇다
1.	직업과 경력 영역의 생애설계에 따라 삶의 만족도는 향상될 것이다.	①	②	③	④	⑤
2	재무 영역의 생애설계에 따라 삶의 만족도는 향상될 것이다.	①	②	③	④	⑤
3	건강 영역의 생애설계에 따라 삶의 만족도는 향상될 것이다.	①	②	③	④	⑤
4	대인관계 영역의 생애설계에 따라 삶의 만족도는 향상될 것이다.	①	②	③	④	⑤
5	여가와 취미 영역의 생애설계에 따라 삶의 만족도는 향상될 것이다.	①	②	③	④	⑤

3. 다음은 인구통계학적 질문입니다.

학력은? : ①고졸 ②초대졸 ③대졸 ④석사 ⑤박사
성별은? : ①남 ②여
나이는? : ①20대 ②30대 ③40대 ④50대 ⑤60대
직장 경력은? : ①3년 미만 ②3-5년 미만 ③5-10년 미만 ④10-15년 미만 ⑤15년 이상
본인의 최종 직무 분야는?: ①경영,재무 ②인사,조직,노무 ③ 마케팅 ④생산,기술 ⑤기타

- 설문에 응답하여 주셔서 대단히 감사 합니다 -

ABSTRACT

An analysis on the effect of Lifetime design
on the life satisfaction
- Focusing on Lifetime design consulting -

Jeong, Tai-Sig
Major in Convergence Consulting
Dept. of Knowledge Service & Consulting
Graduate School of Knowledge Service & Consulting
Hansung University

The Republic of Korea shows unprecedented rate of aging in history, and it also means that life should be prepared in advance along with the positive aspect that the life span of human beings is extended due to the development of medical science and technology.

Elements of lifetime design, a prerequisite for a happy life, consist of five main areas of life, financial and non-financial areas such as career and career, health, relationship, leisure and hobby. When doing so, life satisfaction will be improved.

Most of previous studies have focused on finance, but this study intends to focus on non-financial areas from the perspective of consulting.

As the satisfaction of life is extremely personal and subjective judgment and evaluation, it is not possible to quantify the improvement of satisfaction or the decrease of satisfaction. However, the study on the effect of lifelong design on the improvement of life satisfaction will be necessary.

Fortunately, in recent years, awareness of the importance of life-cycle design has become widespread at the national level. In August 2017, the government finally came up with policies related to implementation plans emphasizing the importance of lifetime design.

This study analyzed the effect of lifetime design on life satisfaction. With the proliferation of awareness of importance, the state, society, and corporation should take the initiative and actively intervene rather than just prepare for life only for individuals who do not have enough time and resources to prepare for lifetime design.

【Key word】 Lifetime design, life satisfaction, lifetime design consulting