팟캐스트

노후가 행복해지는 습관

행복한 은퇴 발전소

김과장도 박차장도 이부장도 궁금한
연금과 투자, 노후준비의 모든 것
매주 30분 팟캐스트 '행·은·발'에서 들어보세요!

팟캐스트 '행복한 은퇴 발전소'를 만나는 법

안드로이드 폰 : '팟빵' 앱 설치 후 은퇴 로 검색

아이폰 : podcast 앱에서 은퇴 로 검색

MIRAE ASSET 미래에셋은퇴연구소

2018_Vol. 03

행복한 은퇴발전소

2018_Vol. 03

SUPPORTED BY MIRAE ASSET 미래에셋은퇴연구소

행복한 은퇴 발전소

연금 투자엔진으로 자동항해 하라

연금 투자, 자산은 멀티플하게 방법은 심플하게

포커스
연금계좌 평생 절세통장으로 활용하기

해외 전문가 인터뷰
일본 사회를 바꾸고 있는 '새로운 어른'이 궁금하다

힐링 라이프
중년통을 이겨내는 힘, 수용과 몰입에서 나온다

한국금융투자협회 심사필 제 17-05277호 (2017.12.05 ~ 2018.12.04)

저금리의 어려움이 노후의 어려움이 되지 않도록, **미래에셋**이 있습니다

수백만 고객께 투자를 통해 수익을 드리는 투자전문그룹

투자를 통해 고객과 사회, 국가에 기여하겠다는 신념은
미래에셋 창업 이래 한번도 변한 적이 없습니다
평생 열심히 일해온 분들께 의지가 되는 퇴직연금과 개인연금,
부를 키울 수 있는 좋은 상품을 위해
저희는 다양한 우량자산을 찾고 해외에 진출합니다

저금리를 넘어, 투자를 통해 수익을 돌려드리는 것-
그것이 은행과 다른 투자전문그룹의 방식입니다
좋은 수익과 안정성으로 기여하겠습니다

■ 집합투자증권을 취득하기 전에 투자대상, 보수·수수료 및 환매방법 등에 관하여 (간이)투자설명서를 반드시 읽어 보시기 바랍니다 ■ 집합투자기구는 운용결과에 따라 투자원금의 손실이 발생할 수 있으며 그 손실은 투자자에 귀속됩니다 ■ 이 상품은 예금자 보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않습니다

원칙을 지키는 투자 – MIRAE ASSET 미래에셋

한국금융투자협회 심사필 제17-02748호 (2017.06.26 ~ 2018.06.25)

구글, 아마존, 알리바바를 미래에셋대우에서 사실 수 있습니다

고객께 더 많은 부의 기회를 드리기 위해 미래에셋의 지혜와 경험을 모았습니다.
지금 미래에셋대우에서 세계의 우량주식을 쉽게 만나십시오.
준비된 미래에셋대우 웰스매니저들이 여러분을 기다리고 있습니다.

33개국 해외주식거래 서비스

- 해외네트워크 기반의 강력한 글로벌 리서치
- 매월 우량종목 정보와 트렌드 정보 제공
- 24시간 해외투자 전용 주문 데스크

[미래에셋대우 고객센터 1588 – 6800] ■ 당사는 이 주식거래에 관하여 충분히 설명할 의무가 있으며, 투자자는 투자에 앞서 그러한 설명을 충분히 들으시기 바랍니다. ■ 주식거래 등 금융투자상품은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않으며, 원금손실이 발생할 수 있습니다. ■ 해외주식 등 외화자산은 환율변동에 따라 손실이 발생할 수 있습니다. ■ 해외주식거래시 수수료는 온라인 0.25~0.45%, 오프라인 0.50~1.00%(국가별 거래수수료 상이)이며, 기타 자세한 사항은 홈페이지를 참조하시기 바랍니다.

글로벌 투자 파트너 – MIRAE ASSET 미래에셋대우

행복한 은퇴발전소

2018_Vol. 03

독립 투자전문그룹, 미래에셋

한국금융투자협회 심사필
제17-04760호
(2017.10.26 ~ 2018.10.25)

미래에셋 연금, 클래스가 다릅니다

경험과 지혜는 어느날 갑자기 생기지 않습니다.
투자전문그룹 미래에셋이
오랜 시간 쌓아온 연금노하우와 함께 하십시오.
일류 파트너가 일류 연금을 만듭니다.

증권업계 최다 퇴직연금펀드 보유
(금융투자협회 / 2017.02.01 기준)

국내최초 부동산 임대수익 포함
연금펀드 출시
(금융감독원 전자공시시스템, 모펀드 기준)

변액연금 해외투자비중 업계 평균의 4배
(생명보험협회 공시실 / 2017.07.31 기준)

운용업계 최대 연금펀드 라인업 구축
(제로인 / 2017.07.31 기준)

운용업계 1위 개인연금 수탁고
(금융투자협회 / 2017.07.31 기준)

국내최초 TDF펀드(생애주기펀드) 개발

미래에셋생명 MVP 펀드
총자산액 7,200억원 돌파
(생명보험협회 공시실 / 2017.10.15 기준)

증권업계 1위 퇴직연금 적립금
(금융투자협회 / 계열사 실적 제외 / 2017.06.30 기준)

글로벌 자산배분으로 차별화된
변액보험 운용

국내최초 IRP비대면계좌 개설 서비스

국내최초 투자교육연구소,은퇴연구소

미래에셋자산운용
평생소득연금 혼합자산자투자신탁 (인출식연금)

- 국내의 부동산 임대수익, 주식배당금, 글로벌채권수익을 더해 더 커진 안정성 기대
- 금리+a의 꾸준한 수익 추구, 인출 뒤에도 원금손실 가능성을 최소화

종류C-P 기준 ■설정일: 2017.06.23 ■환매방법: 17시 이전(경과후) : 제5(6)영업일 기준 제9(10)영업일 환매대금 지급 ■선취수수료: 없음 ■환매수수료: 없음 ■총보수: 연 0.82% (운용보수: 0.30%, 판매보수: 0.48%, 신탁보수: 0.02%, 사무관리: 0.02%) ■펀드등급: 4등급 (보통위험) ■증권거래비용 등 추가발생 가능

미래에셋대우
글로벌 자산배분 퇴직연금랩

- 글로벌 시황에 맞추어 자산배분, 상품선정, 리밸런싱 등 대응 및 사후관리 서비스 제공
- 전문가가 짠 모델포트폴리오(MP)를 바탕으로 지속적인 고객 수익률 관리

미래에셋생명
투자전문가의 변액연금보험 "글로벌자산관리"

- MVP펀드 및 총 38개 펀드를 통해 글로벌 자산배분 가능
- 투자 성향에 따라 안정형 / 투자형 계좌 분리 운영 가능
- 최저연금액 보증(매년 생존시 지급 받는 연금액의 총액기준 120% 까지)
  ※ 단, 최저연금액 보증형의 안정형 계좌 100% 선택 및 60세 연금개시시
  ※ 최저연금액 보증형에 한함

■ 집합투자증권을 취득하기 전에 투자대상, 보수·수수료 및 환매방법 등에 관하여 간이투자설명서를 반드시 읽어 보시기 바랍니다 ■ 집합투자기구는 운용결과에 따라 투자원금의 손실이 발생할 수 있으며 그 손실은 투자자에 귀속됩니다 ■ 투자대상 국가의 시장, 정치 및 경제상황 등에 따른 위험과 자산가치의 손실이 발생할 수 있습니다 ■ 증권거래비용, 기타 비용이 추가로 발생할 수 있습니다 ■ 외화표시 자산의 경우 환율 변동에 따라 투자손실이 발생할 수 있습니다 ■ 이 상품은 예금자 보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않습니다 ■ 랩어카운트 계약 전에 투자대상, 운용내용, 투자위험, 수수료 등에 관한 약관, 계약권유문서 등을 반드시 읽어 보시기 바랍니다 ■ 퇴직연금 랩어카운트 수수료 연 0.06% (단, 집합투자상품의 보수, 수수료, 비용 및 투자 일임수수료 별도 부담) ■ 변액보험은 특별계정의 운용결과에 따라 납입원금의 손실이 발생할 수 있으며, 그 손실은 가입자에게 귀속됩니다 ■ 변액보험은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않습니다. 다만, 약관에서 정한 최저연금적립금 및 특약에 한하여 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하되, 보호 한도는 본 보험회사에 있는 귀하의 모든 예금보호대상 금융상품의 해지환급금(또는 만기시 보험금이나 사고보험금)에 기타지급금을 합하여 1인당 "최고 5천만원"이며, 5천만원을 초과하는 나머지 금액은 보호하지 않습니다 (다만, 보험계약자 및 보험료납부자가 법인이면 보호되지 않습니다) ■ 과거의 수익률이 미래의 수익을 보장하지 않으며 해외투자의 경우 환율변동에 따라 자산가치가 변동되거나 손실을 볼 수 있습니다 ■ 기존계약 해지후 신계약 체결시 보험인수가 거절되거나 보험료 또는 보장내용이 달라질 수 있습니다 ■ 보험계약 체결 전에는 반드시 상품설명서 및 약관을 참고하시기 바랍니다 ■ 특별계정 투입시에 사업비가 차감됩니다 생명보험협회 심의필 제2017-4945호(2017.10.27)

원칙을 지키는 투자 – MIRAE ASSET 미래에셋

Contents

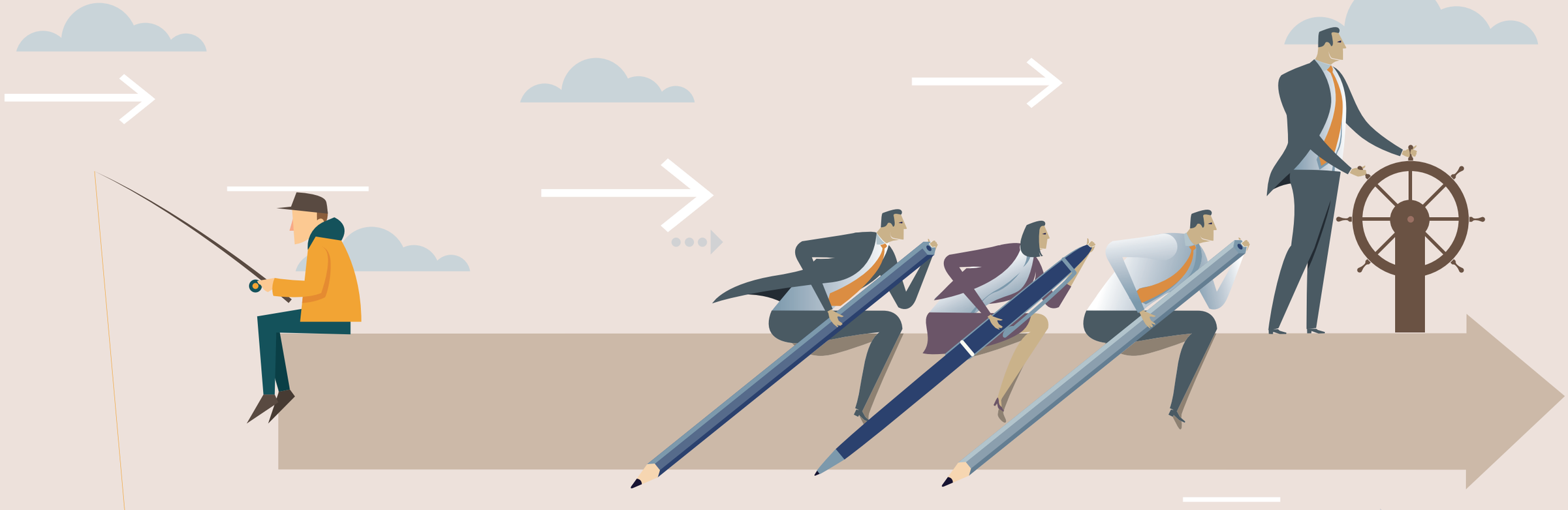
행복한 은퇴발전소

커버스토리

망망대해 노후, 연금으로 안전하게 건너라
연금 투자, 자산은 '멀티플'하게 방법은 '심플'하게!

08 **01** 연금, 투자엔진으로 자동 항해하라
16 **02** Why Multiple? _ 연금 투자, 자산은 다양하게!
19 **03** Why Simple? _ 연금 투자, 방법은 간단하게!
30 **04** 노벨 경제학상 수상자 세일러 교수가 말하는 '심플의 힘'

36 **포커스** | 연금계좌(연금저축·IRP) 평생 절세통장으로 활용하기
40 **글로벌 은퇴 이야기** | 일본 단카이 세대들의 '은퇴 후 10만 시간' 활용법
46 **특집** | 웰다잉법, 어떤 의미인가?
54 **인터뷰** | 일본 사회를 바꾸고 있는 '새로운 어른'이 궁금하다
60 **힐링 라이프** | 중년통을 이겨내는 힘, 수용과 몰입에서 나온다
65 **책과 함께** | 소설로 읽는 은퇴학 교과서 〈끝난 사람〉



망망대해 노후, 연금으로 안전하게 건너라

연금 투자, 자산은 '멀티플'하게 방법은 '심플'하게!

연금은 어떻게 운용하는 것이 좋을까?
연금은 초장기 운용상품이고, 시간이 지남에 따라 적립과 인출 과정을 거치게 된다. 또한 장기간에 걸쳐 운용해야 하므로 변동성을 낮추기 위해 분산 투자가 요구된다. 연금 포트폴리오에 들어가는 상품도 스스로 골라야 한다. 문제는 개인투자자들이 연금의 이런 특성을 모두 반영해 스스로 운용하기란 쉽지 않다는 것이다.
행동재무학 등 최근 연구 결과들이 보여주는 바는 투자자산은 '멀티플'하게, 방법은 '심플'하게 운용하는 것이 개인투자자들에게 가장 적합한 전략 중 하나라는 점이다. 다양한 자산에 분산되어 있는 멀티플 상품에 간단하게 자동으로 투자하라는 얘기다. 평안한 노후라는 기착지에 빨리 도착하기 위해서는 연금이라는 배에 투자 엔진을 장착하고 자동항해를 하는 것이 바람직하다.

1 연금, 투자엔진으로 자동 항해하라
2 Why Multiple? _ 연금 투자, 자산은 다양하게!
3 Why Simple? _ 연금 투자, 방법은 간단하게!
4 노벨 경제학상 수상자 세일러 교수가 말하는 '심플의 힘'

연금, 투자엔진으로 자동항해하라

연금은 우리에게 노후라는 바다를 건너게 해주는 배와 같다. 폭풍우와 거센 파도가 몰아닥칠지 모르는 망망대해를 건너려면 타고 갈 배에 어떤 엔진을 달고 어떻게 항해하느냐가 관건이다. 연금의 특성을 살펴보고 안전 항해를 보장해줄 연금의 운용법을 찾아보자.

글 **김경록** 미래에셋은퇴연구소 소장

연금 운용을 잘하려면?

연금의 4가지 특징을 알면 그 답이 보인다!

거제 휴게소에서 잠시 쉬는 중에 멀리 바다에 컨테이너를 적재한 큰 화물선이 태평양으로 향하는 것을 보았다. 사람들이 대형 화물선에 물건을 가득 싣고 대양을 건너다니게 된 것은 배의 동력원을 돛과 노에서 증기기관으로 바꾸면서부터다. 항해 기술도 물론 한몫했다. 노후라는 큰 바다를 건너갈 수 있는 저런 튼튼한 배는 없을까? 천만다행으로 우리에겐 연금이 있다. 하지만 이 연금이라는 배에 어떤 엔진을 달고 어떻게 항해할지가 관건이다. 적토마도 주인을 잘못 만나면 비루먹은 말이 된다. 연금 운용을 잘하기 위해서는 먼저 연금의 특성을 파악한 뒤 연금에 적합한 엔진과 항법이 무엇인지 알아보는 것이 중요하다.

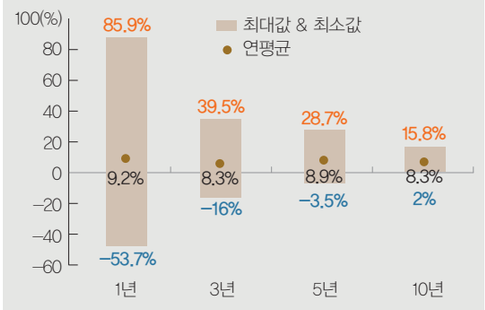
첫째 연금은 초장기 운용 상품이다.

25세에 취직해서 60세에 퇴직을 한다고 치면 35년간 연금을 부어야 한다. 여기에 그치지 않고 노후엔 연금에서 생활비를 인출하기 때문에 연금이 모두 소진되려면 퇴직 후에도 30년 정도의 시간이 걸린다. 따라서 연금은 적립할 때 35년, 인출할 때 30년, 이 둘을 합치면 65년간 운용되는 상품인 셈이다. 40세부터 정신을 차려 연금 운용을 해보겠다고 해도 이때부터 50년간 운용해야 하는 것이다.

사람들은 '땅에 투자하려면 20년 정도 묻어둔다는 각오로 사놓은 뒤 까먹고 있어야 한다'는 말을 한다. 이는 투자기간에 따라 투자하는 상품이 다르다는 것을 말해준다. 땅은 장기로 투자해야 한다는 걸 알면서 주식은 장기로 투자하는 걸 잊는 사람들이 많다. 주식과 같은 자산을 장기로 운용하면 위험이 줄어든다.

기대수익은 그대로인데 위험이 줄어들면 자연스레 투자수익이 높아진다. 2000년 1월부터 2017년 8월까지 우리나라 주식지수를 보면 투자기간이 1년 단위일 경우 최대수익률과 최소수익률이 각각 86%, −54%였다. 투자기간 단위를 5년으로 늘리면 최대수익률과 최소수익률은 각각 29%, −4%가 되고, 10년으로 늘리면 16%, 2%가 된다. 이 세 경우에서 평균 수익률은 비슷하다. 그러면 위험이 적은 10년 투자의 수익이 가장 높게 된다. 그래서 연금상품 운용의 가장 첫 번째 원칙은 투자자산을 편입하는 것이다. 이것이 지켜지지 않은 채 다른 것을 시도해봐야 헛일이다.

국내 코스피 지수의 투자기간별 수익률(최대·최소·평균)



* 기간 : 2000년 1월 ~ 2017년 8월

둘째 연금은 적립과 인출 과정을 거친다.

연금은 얼마의 돈을 넣어두고 65년간 가만히 두는 상품이 아니다. 퇴직하기 전까지는 적립을 통해 자산을 쌓으면서 운용하고, 퇴직 후에는 적립된 자산에서 돈을 빼 쓰면서 운용한다. 적립할 때는 근로소득에서 생활비를 충당하고 남은 돈을 쌓지만, 인출할 때는 근로소득 없이 인출한 돈으로 생활비를 충당해야 한다. 쓰고 남은 돈을 저축하는 것과 축적된 돈에서 생활비를 찾아 쓰는 두 단계가 들어가 있는 것이다. 이 두 단계에서 자산 운용 방식이 달라져야 한다.

포커를 예로 들어보자. 포커는 판을 달리할 때마다 앞으로 나올 패를 생각하며 가능성에 돈을 걸어야 한다. 그런데 패가 좋은지 여부뿐 아니라 밑천에 따라 돈을 거는 방식이 달라진다. 새 판이 시작될 때마다 누군가 밑천을 계속 주는 경우를 생각해보자. 이때는 밑천이 바닥날 염려가 적으니 우리는 기회가 올 때 좀 더 과감하게 돈을 걸 수 있다. 계속 돈을 걸다 보면 딸 가능성이 커진다. 반면 판마다 돈을 얼마씩 빼앗기는 경우를 생각해보자. 몇 판을 계속 실패하면 나중에 돈을 걸 밑천도 적어진다. 20판을 연달아 돈을 잃고 이후 20판을 계속 딸 수도 있다. 그런데 과감하게 베팅을 하다가 20판을 내리 지면서 돈이 바닥나면 다음 20판에서 돈을 딸 기회를 잡을 수 없다. 신중하게 돈을 걸어야 하는 이유다. 그래서 적립시기에는 위험한 자산에 투자하고, 인출시기에는 상대적으로 안정성이 높은 자산을 택한다.

연금은 적립할 때와 인출할 때 관리를 다르게 해주어야 한다. 비행기가 이륙하고 비행하다가 착륙하는 전 과정을 관리하는 것과 마찬가지다. 유감스럽게도 일반 개인이 수십 년에 걸쳐 이를 관리하기란 쉬운 일이 아니다. 위험자산의 비중을 적립과

인출시기에 각각 다르게 자동으로 배분해주는 상품을 편입하는 게 좋다. 이는 마치 비행기를 자동항법장치에 맡기는 것과 마찬가지다.

셋째 연금은 자기가 직접 운용해야 한다.

연금 운영과 연금자산 운용에 관한 권리와 책임은 모두 본인에게 귀속된다. '권리와 책임이 모두 당신에게 있습니다'라는 말보다 무서운 말이 어디 있겠는가. 연금에 어떤 상품을 포함시킬지, 연금을 중도에 찾아 쓸지, 인출할 때는 종신연금을 구입할지 투자자산에서 자동 인출을 할지, 모든 것들을 자신이 결정해야 한다. 국민연금과 같은 공적연금은 개인이 개입할 여지가 없지만 개인연금, 퇴직연금과 같은 사적연금은 개인이 결정해야 한다. 자신에게 주어진 권리를 어떻게 활용해 효과를 극대화할 수 있을까? 연금에서 정말 중요한 질문이다.

이에 답하려면 먼저 자기 자신을 알아야 한다. 소크라테스의 '너 자신을 알라'라는 경구는 여기서도 유효하다. 대부분의 사람들은 반세기가 넘는 기간 동안 연금의 모든 과정을 제대로 관리하지 못한다. 이는 올해에 노벨 경제학상을 수상한 미국 시카고대의 세일러(R. Thaler) 교수가 밝힌 바 있다. 사람은 목돈이 있으면 중간에 찾고 싶고, 한번 잘못 가입돼 있어도 계속 그대로 두는 경향이 강하다. 실제로 확정기여형(DC형) 퇴직연금을 처음 가입하는 사람들의 행동을 보면, 주식시장이 좋지 않을 때는 원리금 보장상품에 많이 가입하고 주식시장이 좋을 때는 투자 상품을 선택하는 비율이 높다. 문제는 이렇게 선택을 하고 난 뒤에는 쭉 그대로 둔다는 점이다. 퇴직연금 최초 가입 시점에서의 주식시장 분위기가 평생 자산 배분에 영향을 준다는 뜻이다. 이처럼 연금을 관리해야 할 권한과 책임이 있는 '나'라는 존재는 비합리적인 면이 많다. 그래서 연금은 자기가 운용하는 권리의 상당 부분을 자동항법장치에 위임해야 한다. 오디세우스가 사이렌의 유혹에 넘어가지 않기 위해 돛대에 자신을 묶어놓듯이 스스로를 묶어야 한다.

> 연금을 관리해야 할 권한과 책임이 있는 '나'라는 존재는 비합리적인 면이 많다. 그래서 연금은 자기가 운용하는 권리의 상당 부분을 자동항법장치에 위임하는 게 좋다.

넷째 연금은 분산된 상품을 운용해야 한다.

연금은 세제 혜택까지 주면서 정부가 사람들의 노후자금 마련을 위해 만든 제도이다. 마음대로 운용을 하다가 노후자금 마련에 차질이 생기면 안 된다. 정부가 이를 방지하기 위해 개입하는 것을 부권주의(Paternalism · 아버지가 자식을 위해 정한 통금시간 같은 것이라고 보면 된다) 혹은 개입주의라 부르기도 한다. 가장 대표적인 것이 연금을 중간에 마음대로 찾지 못하게 하고, 자산은 개별 주식 종목이 아닌 분산된 상품인 펀드에 투자하는 것이다. 펀드의 특징은 분산이다. 주식펀드에는 50~100종목이 들어가 있고 해외 채권은 미국, 유럽, 브라질, 인도 등의 나라뿐 아니라 국채, 회사채, 모기지 채권 등 다양한 채권들이 편입돼 있다. 이러한 펀드들을 또 여러 개 편입하니 이중삼중으로 분산되는 셈이다. 물론 시장에 큰 충격이 올 때는 자산 가격이 비슷하게 움직이지만 장기적으로는 분산 효과가 나타나게 된다. 연금자산이 잘 분산돼 있다는 것에는 두 가지 함의가 있다.

우선 인식을 고쳐야 할 부분이 있다. 자국의 금융자산을 고루 가지는 것으로 충분히 안전하다는 생각을 하는 점이다. 하지만 국내 자산을 모두 가지는 것 역시 한 국가의 위험을 가지는 셈이 되므로 잘 분산된 포트폴리오는 아니다. 연금은 초장기로 운용하기 때문에 어떤 위험이 있을지 모른다. 분산의 개념을 글로벌하게 폭넓은 시야로 볼 필요가 있다. 연금에는 자기가 속한 국가에 집중 투자하지 말고 글로벌하게 분산하라는 식의 규제가 없다 보니 자국에 집중적으로 투자하는 경향이 있다. 연금 규정도 충분한 분산을 유도할 수 없다. 연금에서 정한 분산 원칙보다 한 걸음 더 나아가 글로벌로 분산해야 한다.

다른 하나는, 분산이라는 특징을 연금에서 충분히 활용해야 한다는 점이다. 분산된 자산은 안정성이 높아지기 때문에 투자자산으로 구성하는 게 좋다. 여러 나라의 정기예금을 갖는 것은 분산 효과를 누리지 못한다. 분산은 성격이 다른 위험 자산의 결합에서 효과가 발휘된다. 충분히 분산된 연금의 특성을 효과적으로 살리기 위해서는 투자자산을 가져야 한다.

노후라는 바다를 어떻게 건너나?

연금이라는 배에, 투자엔진을 장착하고, 자동항해를 하라!

지금까지 살펴본 연금의 네 가지 특징을 간추려 보자. 우선 초장기로 운용하고 자산은 분산돼 있다. 이 두 가지 특징에 가장 잘 맞는 자산이 투자자산이다. 투자자산은 야생마와 같아서 힘은 좋지만 다루기 어렵다. 야생마인 투자자산을 길들이는 두 가지 장치는 바로 '장기 투자'와 '분산'이다. 연금은 이 두 가지 장치를 모두 갖고 있으므로, 연금과 투자는 찰떡궁합이다. 연금이라는 배의 동력원은 투자자산으로 해야 하는 이유다. 그리고 연금은 적립과 인출, 중도 해지, 연금화 결정 등 많은 의사결정을 개인이 해야 한다. 그 과정이 복잡할 뿐 아니라 의사결정을 해야 하는 개인도 분위기에 휩쓸리고, 비합리적이고, 변화를 싫어하고, 게으르다. 그래서 연금 운용의 일정 부분은 자동항법장치에 맡겨두는 것이 좋다. 투자엔진과 자동항해, 이 둘이 좋은 연금을 만드는 키워드이다.

연금은 노후라는 태평양을 건너게 하는 배와 같다. 우리는 운전이 서툴다. 연금이라는 배의 엔진은 확정금리 상품과 같은 단기성 자산이 아닌 투자자산이라는 장기성 자산이어야 한다. 이 배의 운행을 출발할 때 전문가의 도움을 받아 몇 가지 의사결정을 한 뒤에는 자동항법장치에 맡겨두는 게 낫다. 이렇게 하면 노후라는 태평양의 파도도 우리를 집어삼키지 못할 것이다.

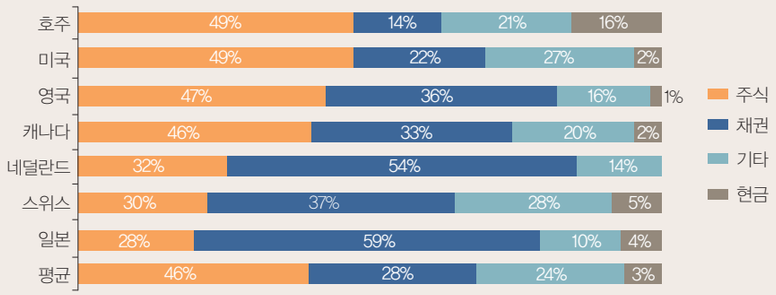
연금 선진국들은 어디에 투자할까?

연금의 역사가 길고 투자가 생활화된 선진국에서는 연금자산을 어디에 어떻게 투자하고 있을까? 통계를 통해 알아보자.

먼저 해외 주요 국가 중 대표적인 연금 선진국인 미국, 호주, 영국, 캐나다, 네덜란드, 스위스, 일본의 연금 투자 현황을 살펴보았다. 투자 대상 자산군은 크게 주식, 채권, 기타, 현금 네 가지로 나눴다. 분석 결과 이들 국가에서는 적어도 연금 자산의 3분의 1 이상을 주식에 투자하고 있었다. 주식 투자 비중이 가장 낮은 곳은 일본(28%), 가장 높은 곳은 호주(49%)였다.

연금 선진국의 연금 투자 특성을 좀 더 세밀하게 들여다보기 위해 7개국 가운데 연금의 역사가 상대적으로 길고 투자 문화가 발달한 미국, 호주, 영국 세 국가의 퇴직연금 투자 현황을 면밀히 분석해보기로 하자.

7개 연금 선진국의 연금 투자 현황



* 자료 : Willis Towers Watson, Global Pension Assets Study, 2017 * 분석 대상 연금에는 공적연금도 포함됨

미국 TDF를 적극적으로 활용하는 밀레니엄 세대

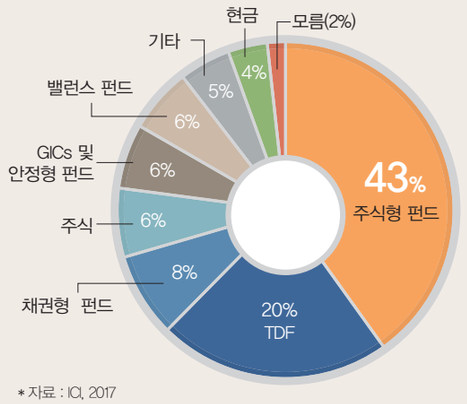
미국의 대표적인 사적연금인 401(k) 가입자들의 연금 투자 방법을 살펴보면 주식형 펀드(43%) 투자 비중이 가장 높고, 그다음이 TDF(20%), 채권형 펀드(8%), 주식(6%) 순서로 나타났다. 주식형 펀드와 TDF, 주식을 합하면 전체 투자의 절반 이상을 주식에 투자하고 있는 셈이다. **(그림 1)**

특히 주목할 만한 것은 밀레니엄 세대(1980년대에서 2000년대 사이에 출생한 세대)가 TDF를 적극 활용하고 있다는 점이다. TDF란 생애주기에 따라 투자 비중이 조절되는 펀드다. 미국 401(k) 가입자들의 연령대별 투자 방법을 살펴보면, 60대 가입자의 경우 투자자산의 16.9%를 TDF에 투자하고 있었다. **(그림 2)** 하지만 연령이 낮아질수록 TDF 투자 비중은 점점 높아지는 경향을 보였다. 40대는 20.5%, 30대는 31%를 TDF에 투자했고 20대의 경우 투자 자산의 절반에 가까운 46.6%를 TDF를 통해 투자하고 있었다. 이것은 TDF 투자 비중이 가장 낮은 60대(16.9%)의 세 배에 달한다. 밀레니엄 세대가 미래의 핵심 경제 주체로 부상하면서 이들과 함께 성장해나갈 TDF의 미래 역시 기대된다.

401(k)
미국의 주요 퇴직연금 제도다. 1981년 도입돼 근로자의 노후 안정을 성공적으로 이끈 동시에 주식 투자를 활성화해 미국 주식시장의 성장에도 공헌한 것으로 평가된다. 401(k) 운용의 핵심은 세제 혜택인데, 적립금 투자로 얻은 이익에 대해서는 과세를 최대한 유예해 401(k) 자금을 장기 투자하도록 유인하고 있다.

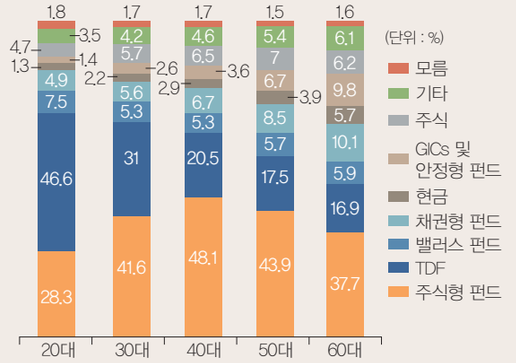
TDF(Target Date Fund)
가입 시 목표한 은퇴 연령에 맞춰 자동으로 투자 비중을 조절해주는 펀드다. 예를 들어 투자자의 연령이 20대이고 목표 은퇴 연령이 60세라면 가입 초기에는 주식 투자 비중을 늘려 높은 수익률을 추구하고, 60세가 다가올수록 주식 투자 비중을 줄여 안정성을 추구한다.

〈그림 1〉 미국 401(k) 가입자들의 투자 방법



* 자료 : ICI, 2017

〈그림 2〉 미국 401(k) 가입자들의 연령대별 투자 방법



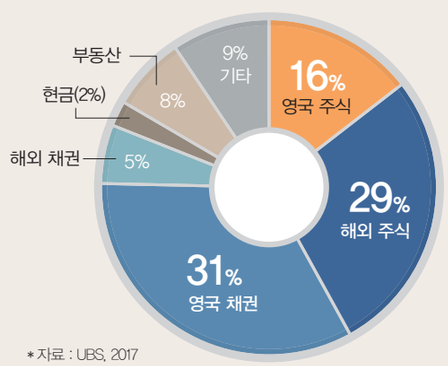
* 자료 : ICI, 2017

영국 국내보다 해외 주식 투자 선호

영국 퇴직연금 시장의 투자 현황에서 가장 먼저 눈에 띄는 것은 높은 해외 주식 비중이다. 영국 국내 주식 투자 비중은 16%에 불과한 반면, 해외 주식 투자 비중은 29%로 두 배에 달한다. 이런 경향이 나타난 것은 비교적 최근의 일이다. 지난 2001년에는 영국 국내 주식 투자 비중이 46%, 해외 주식 투자 비중이 25%로 국내 주식 비중이 두 배 가까이 높았다. 그러나 2008년 글로벌 금융위기를 겪으면서 연금 자산 포트폴리오에도 변화가 나타났다. 성장성이 낮은 자국 주식 투자 비중은 줄이고, 해외 주식 투자 비중은 유지하거나 늘리면서 자연스레 국내보다 해외 투자 비중이 높아졌다.

영국의 퇴직연금(Occupational Schemes) 시장
확정급여형(DB형)이 주도하고 있다. 2016년 기준 퇴직연금의 80% 이상이 DB형이며, 확정기여형(DC형) 비중은 20%에 미치지 못한다. 기존에는 법적 의무 조항이 없었으나 2012년에 자동가입 제도가 도입되면서 가입률이 급증했다.

영국의 자산 배분



* 자료 : UBS, 2017

외 주식 투자 비중이 높아졌다.

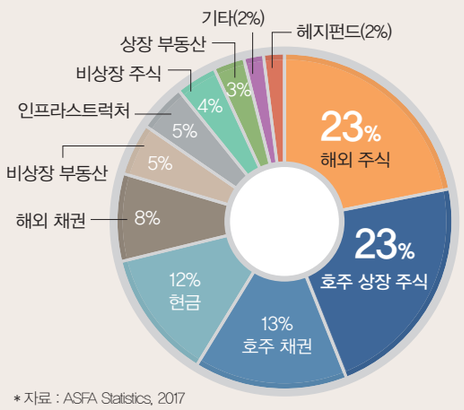
이렇게 연금 자산에서 자국 투자 비중을 축소하고 해외 투자 비중을 확대하는 것은 세계적인 흐름이다. 2001년과 2016년 사이에 미국(자국 주식 투자 비중 47%→28%), 호주(38%→21%), 일본(34%→12%), 스위스(19%→13%) 역시 같은 변화를 겪었다. 금융시장의 글로벌화와 함께 연금 투자 역시 글로벌하게 성장하고 있는 모습이다.

호주 인프라·부동산 대체투자 활성화

호주 연금제도의 핵심은 슈퍼애뉴에이션이라고 불리는 퇴직연금이다. 슈퍼애뉴에이션 투자의 가장 큰 특징은 자산이 다양한 자산군에 고루 분산 투자돼 있으며, 대체투자 역시 활성화돼 있다는 점이다. 먼저 주식 투자 비중을 살펴보면 국내 주식과 해외 주식이 각각 23%로 가장 높고, 그다음이 호주 채권(13%), 현금(12%), 해외 채권(8%)순으로 나타났다. 대체투자의 비중도 높았다. 비상장 부동산(5%) 및 상장 부동산(3%), 인프라스트럭처(5%), 헤지펀드(2%) 등 기타 투자 자산의 비중이 21%에 달했다. 이 가운데 인프라와 부동산 투자 자산은 유동성이 부족한 대신 큰 프리미엄을 얻을 수 있는 대표적인 자산이다. 초장기로 투자하는 연금에 적합한 투자 방식이라 하겠다.

슈퍼애뉴에이션
1992년 시작돼 현재는 호주 근로자의 대부분이 가입하고 있는 의무 가입 연금이다. 우리나라의 DC형 연금과 유사하지만 60세 이전에는 특수한 상황(사망, 심각한 재해 등)을 제외하고는 인출할 수 없다. 주식 위주의 장기·분산 투자 문화가 형성된 이유 중 하나다.

호주 퇴직연금 '슈퍼애뉴에이션'의 자산 배분

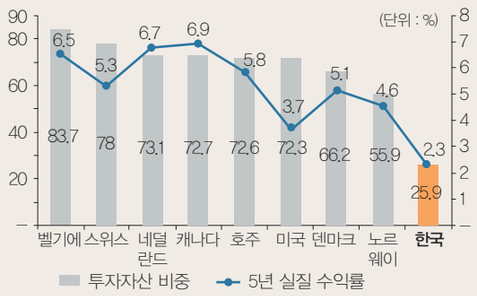


* 자료 : ASFA Statistics, 2017

한국 소극적 연금 투자, 낮은 수익률로 이어져

그렇다면 한국은 어떨까? OECD 국가 중 투자자산 비중이 높은 8개국의 성과와 한국의 투자 성과를 비교해보았다. 그 결과 벨기에, 스위스, 네덜란드 등 투자비중이 70% 이상을 차지하는 국가들의 5년 실질 수익률은 3.7~6.9%에 달했다. 글로벌 금융위기 파동의 중심이었던 미국을 제외하면 대부분 연 5%를 넘는 수익을 거뒀다. 반면 우리나라는 연금 중 투자자산 비중이 25.9%로 낮았고, 5년 실질 수익률은 2.3%에 그쳤다. 원리금 보장상품 위주의 연금 투자는 저조한 성과로 이어질 수 있다는 결과를 보여준 셈이다.

OECD 국가의 연금 투자 비중과 5년간 실질 수익률



* 자료 : OECD, Pension Markets in Focus, 2017

펀드의 위험등급 1 2 3 4 5 6 2등급-높은위험

원칙을 지키는 투자 – MIRAE ASSET 미래에셋자산운용

미래에셋
TIGER 글로벌 4차산업혁신기술
(합성 H) ETF

사물인터넷(IoT), 인공지능, 3D 프린팅에서 바이오까지
미래에셋이 글로벌 4차 산업혁명 기업들을 하나로 모았습니다.
4차 산업혁명의 미래, TIGER ETF와 함께하세요.

스마트폰으로 QR코드를 스캔하시면 펀드의 상세정보를 확인하실 수 있습니다.

한국금융투자협회 심사필 제17-03126호 (2017.07.28 ~ 2018.07.27)

● ETF 명칭 : TIGER 글로벌 4차산업 혁신기술 (합성 H) ● ETF 유형 : 투자신탁, 증권(주식파생형), 개방형, 추가형, 상장지수집합투자기구(ETF) ● 기초지수 : 모닝스타 기하급수적 성장기술 지수(Morningstar Exponential Technologies Index) ● 종목코드 : 275980 ● 상장일 : 2017년 8월 1일 ● 환헷지 : 환헤지형 (USD) ● 세금 : 배당소득세 (보유기간과세) ● 상장거래소 : 한국거래소 유가증권시장 ● 총보수 : 연 0.40% (운용 : 0.30%, 지정참가 : 0.045%, 신탁 : 0.025%, 일반사무 : 0.03%) ※ 특정금전신탁이나 랩어카운트 편입 시 신탁보수 또는 랩보수가 부과됩니다.

■ 집합투자증권은 운용결과에 따라 투자원금의 손실이 발생할 수 있으며, 그 손실은 투자자에게 귀속됩니다. ■ 집합투자증권을 취득하시기 전에 투자대상,보수 ·수수료 및 환매 방법 등에 관하여 (간이)투자설명서를 반드시 읽어보시기 바랍니다. ■ 보수·수수료 외에 증권거래 비용 등이 추가로 발생할 수 있습니다. ■ 이 집합투자증권은 예금자보호법에 따라 예금보험공사가 보호하지 않습니다. ■ 환율변동에 따라 손실이 발생할 수 있습니다.

TIGERETF 더 쉬운 투자 솔루션

연금을 여러 자산에 분산해야 하는 이유?

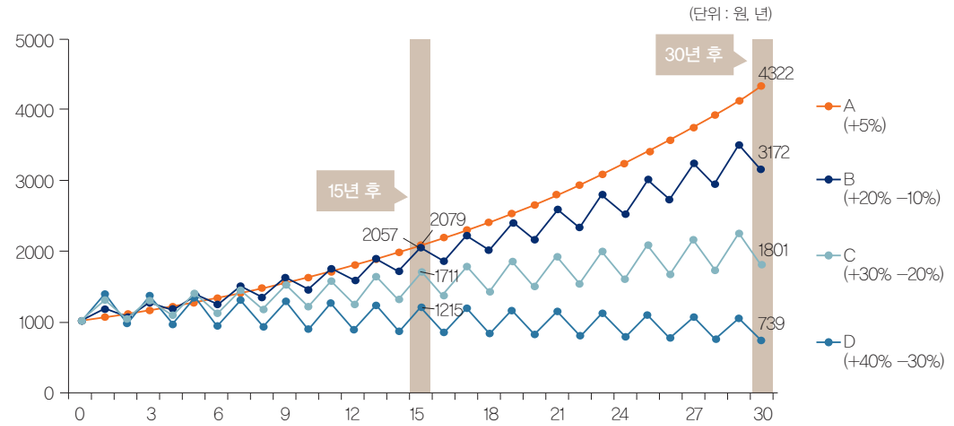
초장기 상품인 연금은 투자자산 위주로 배분하는 것이 바람직하다. 그렇다면 그냥 내가 좋아하거나 익숙한 투자자산, 예를 들어 국내 주식형 펀드 같은 것을 적당히 하나 골라서 장기 투자하면 되는 것일까? 아쉽게도 연금 투자는 그렇게 간단하지는 않다.

높은 변동성은 장기적으로 낮은 성과를 초래한다

한 국가, 한 종류의 위험자산에만 집중 투자할 경우 그 투자안은 지나치게 높은 변동성을 가지게 된다. 그리고 잘 분산되지 않아 변동성이 높은 연금 포트폴리오는 장기적인 성과가 떨어진다. 오른쪽 **〈그림〉**은 산술평균 수익률이 연 5%로 동일하지만 각각 다른 변동성을 보여주는 투자안 A, B, C, D의 장기 투자 성과를 비교한 것이다. A는 연 5%로 변동 없이 일정하게 상승하는 투자안이다. 반면 B는 상승할 경우 +20%, 하락할 경우 −10%의 수익률을 보여주는 변동성(표준편차)이 15%인 투자안이다. C는 상승과 하락폭이 각각 +30%, −20%로 25%의 변동성을 가지고 있다. 마지막 투자안 D는 상승 시 +40%, 하락 시 −30%의 성과를 나타내며 변동성은 35%에 달한다.

최초 투자금액이 1000원이라고 가정할 경우 30년이 지난 후의 투자 성과는 어떻게 될까? 변동성이 없는 A투자안의 투자 성과는 4322원이 된다. 그러나 변동성이 15%인 B투자안은 3172원, 변동성 25%인 C투자안은 1801원, 변동성이 35%인 D투자안은 739원이

수익률의 변동에 따른 장기 투자 성과 차이



* A, B, C, D 모두 연평균수익률 5%

다. 30년이라는 초장기 투자 상황에서 변동성이 큰 투자안은 최악의 성과를 보여줄 가능성이 높다는 것을 알 수 있다.

변동성을 낮추는 방법은 '분산'

집중 투자에 따른 위험을 피하고 변동성을 낮추기 위한 가장 효율적인 방법은 분산이다. 자산군 분산, 자산군 내에서의 분산, 지역별 분산 등을 통해 철저하게 위험을 분산할 필요가 있다. 자산군 분산은 주식, 채권, 부동산 등 서로 다른 수익과 위험구조를 가진 자산들에 나눠 투자하는 것을 의미한다. 자산군 내에서의 분산은 동일한 자산군 내에 속해 있는 여러 자산들에 나눠 투자하는 것을 말한다. 예를 들어 주식에 투자하더라도 해외 주식, 가치주, 배당주 등으로 분산하는 방법이다. 지역별 분산은 한국, 아시아, 미국, 유럽 등 서로 다른 국가와 지역의 자산에 나눠 투자하는 것을 뜻한다.

아래 **〈표〉**는 국내 주식에만 투자했을 경우와 해외 선진국 주식에도 분산 투자할 경우의 변동성 변화를 비교해 보여주고 있다. 10년을 투자할 경우 글로벌 분산 투자로 인해 변동성이 거의 절반 가까이 줄어드는 것을 확인할 수 있다.

국내 투자 vs 글로벌 분산 투자 변동성 비교

구분	1년	10년
분산 전(KOSPI)	38.7%	6.8%
분산 후(KOSPI+MSCI World)	24.5%	3.5%

* 자료 : KOSPI 및 MSCI World(America, Europe & Middle East, Pacific 지역의 선진시장), 1985~2015

* **변동성(표준편차) 산출 방법**
분산 투자 이전 변동성은 1985~2015년의 실제 KOSPI 수익률을 이용해 월별로 기간을 이동해가며 반복 측정한 수익률의 표준편차를 구한 값임. 분산 투자 이후는 KOSPI와 MSCI World에 50:50으로 투자했을 때 마찬가지 방법으로 구한 값임

연금자산을 투자할 수 있는 상품, 어떤 것이 있나?

연금에서 투자 가능한 상품은 수없이 많다. 하지만 해당 상품이 주로 투자하는 자산군 혹은 고유 특성을 기준으로 묶어보면 크게 세 가지 유형으로 구분할 수 있다.

첫째, 한 종류의 자산군에 투자하는 상품이다. 주식형 펀드가 대표적인 예이다. 이러한 상품들은 전통적인 자산군인 주식이나 채권에 투자하는 '전통자산' 투자상품과 부동산이나 절대수익을 추구하는 자산 등에 투자하는 '대체자산' 투자상품으로 나눌 수 있다. 또한 전통자산 투자상품은 '주식형'과 '채권형'으로 구분되며, 그 안을 들여다보면 수많은 세부 유형으로 나눠진다. **둘째, 여러 종류의 자산군에 투자하는 상품이다.** 이 유형은 두 개 이상의 다른 종류의 자산에 분산 투자한다. 주식과 채권에 투자하는 '일반 혼합형 펀드', 다양한 자산에 투자하는 '멀티에셋 펀드', 서로 다른 펀드에 분산 투자하는 '재간접 펀드'가 이 유형에 포함된다. **셋째, ETF(Exchange Traded Funds)이다.** ETF는 주로 지수를 추종하는 펀드로 최근에는 다양한 지수가 개발되면서 ETF만으로도 자산 배분을 할 수 있게 되었다. 뿐만아니라 AI(인공지능)가 운용하는 ETF도 있다. 거래소에 상장되어 주식처럼 자유롭게 거래된다.

연금자산 관리, Simple is beautiful!

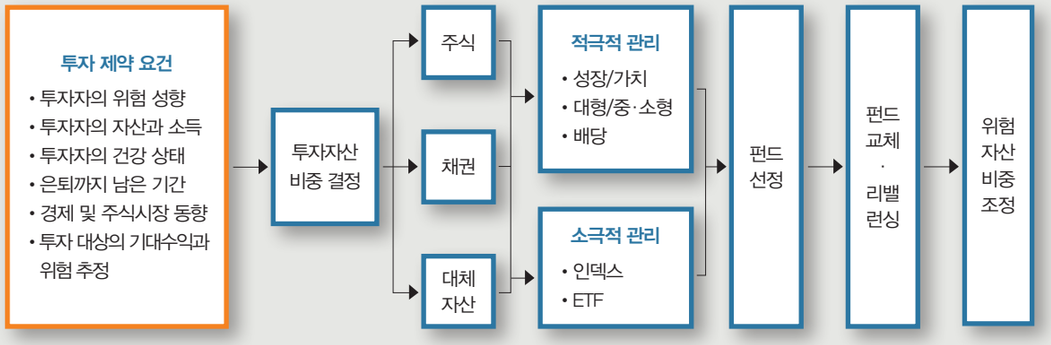
사마천이 쓴 〈사기(史記)〉에는 '다다익선(多多益善)'이라는 말이 나온다. 한나라 고조 유방이 한신에게 "얼마나 많은 장수를 거느릴 수 있느냐"고 묻자, 한신이 "많으면 많을수록 더 좋습니다(多多益善)"라고 답했다고 한다. 장수에게 병사가 많을수록 좋은 것처럼, 연금 가입자 입장에서도 투자 대상 자산이 다양한 것은 좋은 일이다. 자신의 투자 성향에 맞는 펀드를 골라 입맛대로 투자할 수도 있을뿐더러, 다양한 자산에 분산 투자하면 장기적으로 변동성은 줄이면서 복리 효과를 극대화할 수 있기 때문이다.

하지만 무조건 투자 대상이 많다고 좋은 일은 아니다. 선택할 게 많다 보니 부작용도 따르기 때문이다. 얼마 전, 퇴직연금에 가입한 직장인 A 씨와 상담할 때 일이다. 확정기여형(DC형) 퇴직연금에 가입해 있던 A 씨는 정기예금에 맡겨두었던 본인의 퇴직급여를 펀드로 변경하려고 금융기관 홈페이지를 방문했다가 곧바로 포기했다고 했다. "왜 그랬냐"고 이유를 물었더니, "펀드 종류가 너무 많아서"라고 답했다. 자신에게는 수많은 펀드를 일일이 검토할 시간도 능력도 없다는 것이다. 너무 많은 선택권을 준 것이 '다다익선'이 아니라 '과유불급(過猶不及)'이 된 셈이다.

단순히 펀드 종류만 많은 것이 아니라, 연금자산 투자 과정에서 투자자들은 복잡한 의사결정 과정을 거쳐야 한다. 무엇보다 투자자 자신부터 파악해야 한다. 자신의 위험 성향, 소득, 자산, 건강 상태, 은퇴까지 남은 기간 등을 살핀 다음, 경제 환경과 주식시장 동

향을 종합적으로 고려해 투자자산 비중을 결정해야 한다. 또 주식과 채권, 대체자산과 같은 투자자산의 비중을 결정한 다음 투자 방법을 결정해야 한다. 주식시장의 평균 수익을 좇아 소극적인 투자 방법을 택할 것인지, 아니면 주식시장보다 나은 수익을 추구할 것인지를 결정해야 한다. 이런 과정을 모두 거친 후 비로소 펀드를 선택한다.

연금자산 투자 과정에서 의사결정 프로세스



이 같은 과정을 통해 투자할 펀드를 골라 포트폴리오를 구성한 다음에도 여러 가지 할 일이 많다. 투자하고 있는 펀드가 제대로 운용되고 있는지 살펴야 하고, 필요하면 펀드를 교체해야 한다. 그리고 정기적으로 포트폴리오의 위험자산 비중을 재조정하는 일도 해야 하다. 정기적으로 포트폴리오를 평가해 상대적으로 성과가 좋아 비중이 커진 자산을 처분해 비중이 줄어든 자산을 추가로 취득하는 것이다. 이렇게 하면 포트폴리오 내에서 위험자산 비중을 일정하게 유지할 수 있다. 투자자 중에서는 은퇴시기가 다가올수록 포트폴리오 내 위험자산의 비중을 차츰 낮추길 원하는 사람도 있을 것이다.

처음만 정해주면, 자동으로 알아서 굴러가는 상품들

그런데 이 모든 일들을 알아서 척척 할 수 있는 사람이 얼마나 될까? 많지는 않을 것이다. 설령 그만한 능력을 갖췄다고 해도, 바쁜 직장인들이 연금자산 관리에 충분한 시간을 쏟을 만한 여유가 있을지도 의문이다. 하지만 투자 경험이 일천하다고 해서, 투자 관리를 할 시간이 모자란다고 해서 노후자금을 모두 원리금 보장상품에 맡겨둬야 하는 건 아니다. 그리고 투자자가 투자 과정에 일일이 개입한다고 해서 투자 성과가 더 좋아진다는 보장은 없다. 오히려 분위기에 휩쓸려 투자를 망칠 때도 많다.

이런 사람들에게는 투자 자산은 다양하되, 절차는 심플한 것이 좋다. 처음에 연금자산을 투자할 상품을 고를 때는 전문가에게 간단한 도움을 받더라도, 이후부터는 관리에 크게 신경 쓰지 않아도 되는 그런 금융상품이 적합하다. 예를 들면 자신의 투자 성향에 맞춰 위험자산 투자 한도만 정하면 되는 자산 배분 상품이나, 은퇴시기만 정하면 알아서 자산 배분 비중을 조정해나가는 TDF 같은 상품이 여기에 해당한다. 이러한 상품이 어떤 것들이 있는지 구체적으로 살펴보자.

내게 맞는 연금 투자상품 고르는 법

01 생애주기 자산 배분 투자상품/TDF

연금 투자자의 연령과 은퇴시기 등의 생애주기에 맞춰 위험자산과 안전자산의 자산 배분 비율이 자동적으로 조정되는 상품으로 TDF가 대표적이다.

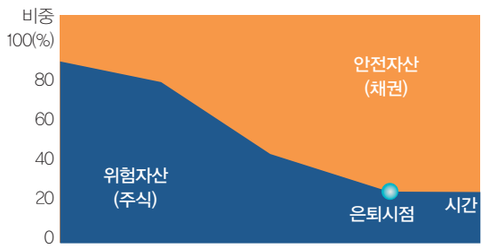
어떤 상품인가?

개인별 생애주기에 맞춰 자동적으로 자산을 배분하는 상품을 의미한다. TDF(Target Date Fund)가 대표 상품이기 때문에 동의어처럼 사용되기도 한다. TDF는 투자자의 은퇴시점(Target Date)에 맞춰 위험자산과 안전자산의 투자 비중을 자산배분곡선(Glide Path)에 따라 자동으로 조정한다. 예를 들어 투자자의 연령이 20대이고 목표 은퇴연령이 60세라면 가입 초기에는 주식 투자 비중을 높여 고수익을 노리고, 60세가 다가올수록 주식 투자 비중을 낮추는 대신 채권 투자 비중을 높여 안정성을 추구하는 식이다. 일반적인 자산배분펀드가 자산 배분 비율을 주로 시장 상황 등에 따라서만 변화시키는 점과 비교해보면 TDF의 이런 방식은 매우 독특한 것이다.

글라이드 패스

TDF는 은퇴시점이 다가올수록 위험자산의 비중을 줄여나가는 펀드다. 이때 위험자산 비중은 '글라이드 패스(Glide Path)'에 따라 조정된다. 본래 글라이드 패스는 비행기가 활주로에 착륙할 때 활용하는 비행 각도를 말한다. 비행기가 안전하게 활주로에 착륙할 때 완만한 하강곡선을 그리는 것이 TDF에서 은퇴시점에 맞춰 위험자산의 비중을 차츰 줄여나가는 것과 닮았다고 해서 붙은 이름이다. 일반적으로 글라이드 패스는 펀드 가입자의 은퇴연령과 기대수명, 임금상승률과 물가상승률 등을 반영해서 만든다. 여기에 은퇴시점을 얼마 남겨 두지 않고 원금 손실을 입었을 때를 대비해, 손실을 회복하는 데 걸리는 시간까지 고려해 글라이드 패스를 정하기도 한다.

TDF의 자산배분곡선(Glide Path) 예시



* **예시** TDF 2045 : 은퇴시점이 2045년으로 은퇴 잔여기간이 28년(2045년 – 2017년)인 투자자에게 추천

TDF는 투자자들에게 남은 은퇴까지의 기간에 맞춰 5~7개의 펀드를 제공한다. 대개는 투자자들이 직관적으로 어떤 펀드인지 알 수 있게 펀드 이름에 은퇴 예정 연도를 넣는다. 예를 들어 1975년생인 투자자가 60세에 은퇴를 예정하고 있다면, 해당 투자자의 은퇴 예정 연도는 2035년(=1975년+60년)이 될 것이다. 이럴 경우 TDF 2035 펀드에 가입하면 된다.

TDF 선택 예시

1975년 출생자	55세에 은퇴를 예정한다면, 1975+55=2030	은퇴시점이 2025년 근처	TDF 2025
		2030년 근처	TDF 2030
	60세에 은퇴를 예정한다면, 1975+60=2035	2035년 근처	TDF 2035
		2040년 근처	TDF 2040
		2045년 근처	TDF 2045

어떤 특징이 있나?

한국의 TDF는 2011년 첫 출시됐고, 2016년 이후 점차 관심이 높아지고 있다. 2017년 10월 기준 국내 TDF 상품은 15개이고, 순자산은 4381억 원 정도이다. 2016년 말 순자산이 661억 원이었음을 감안하면 최근의 급격한 관심 증가를 실감할 수 있다.

TDF는 세 가지 방식으로 위험을 관리한다.

첫째 은퇴시점에 맞춰 주식 등의 위험자산 비중을 축소하고 안전자산 비중을 확대한다. 이는 급격한 시장 변화로 연금자산에 큰 손실이 발생한 채 은퇴를 맞이하는 것을 방지하기 위한 것이다. 위험자산에 거의 대부분의 자산을 투자한 연금 투자자가 있다고 가정해보자. 은퇴가 1년 남은 투자자가 거의 대부분의 자산을 위험자산에 투자한 채로 금융위기를 맞았다면 어떻게 될까. 이 은퇴자는 비자발적으로 은퇴를 못 하게 될 수도 있다. 그러나 이 은퇴자의 자산이 TDF에 주로 투자됐다면 상당수의 자산이 안전자산으로 운용되고 있을 것이고, 경제위기가 닥쳐도 큰 어려움에 빠지지는 않을 것이다.

둘째 전 세계 다양한 지역의 주식과 채권, 원자재 등에 분산 투자한다. 특정 시장에 지나치게 많은 자산을 투자할 경우 발생할 수 있는 위험을 회피하기 위해서다. TDF는 일반적으로 적게는 5개, 많게는 10개 이상의 다른 유형의 펀드에 분산 투자한다. 그만큼 변동성은 낮아지게 마련이다.

셋째 지속적으로 구성하고 있는 펀드들의 비중을 조정하고 필요할 경우 펀드를 교체한다. 시장 상황의 변화에 대응하기 위함이다. 같은 주식형 펀드라고 해도 세부적으로는 종류가 다양하다. 그리고 시장 상황에 따라 성과가 좋아지는 펀드도 있고, 나빠지는 펀드도 있다. 이런 상황을 개인이 일일이 대응한다는 것은 어려운 일이다. 그러나 TDF는 전문 펀드매니저가 시장 상황을 주시하면서 필요한 경우 펀드 간 투자 비율을 바꿔 위험을 방어하고 추가수익을 추구한다.

어떤 투자자에게 적합한가?

체계적인 투자에 대해 자신이 없거나, 적극적 투자를 행할 시간적인 여유가 없는 사람들에게 적합하다. TDF는 퇴직연금 전용펀드도 있고 연금저축 전용펀드도 있으므로, 투자자가 가입하고 있는 연금의 종류에 맞게 선택하면 된다.

다만 주의할 점도 있다. 일단 10년 이상은 투자할 생각을 갖고 있어야 한다. 투자기간이 짧으면 생애주기에 따라 자산 배분을 해준다는 TDF의 장점을 누릴 시간이 부족하기 때문이다. 시장 상황에 따라 위험자산과 안전자산의 자산 배분 비율을 적극적으로 조정하고 싶은 공격적 투자자에게도 맞지 않다. TDF도 시장 상황에 따라 자산 배분 비율을 조정하기는 하지만, 어디까지나 자산 배분 비율을 투자자의 생애주기에 맞추는 것을 기본으로 한다.

주의할 점은?

TDF를 고를 때는 본인의 성향에 맞는 것을 골라야 한다. TDF도 운용하는 회사별로 여러 가지 면에서 차이가 발생하기 때문이다. 일단 고려해봐야 할 것은 수수료다. 장기적으로 투자하는 펀드는 가급적 수수료가 저렴해야 유리하다. TDF는 운용기간이 경과하면서 펀드 내 주식 비중이 감소하는데, 이때 운용수수료도 줄어든다.

운용 대상도 차이가 난다. 어떤 TDF는 해외 자산 위주로만 투자하고, 어떤 TDF는 국내외를 가리지 않고 투자한다. 헤지펀드나 절대수익추구펀드 등을 편입시켜서 수익률의 다변화와 리스크 관리를 추구하는 TDF도 있다. 일반적으로 자산들이 적절하게 분산된 것이 안정적인 수익률을 보인다.

02 일반 자산 배분 투자상품

시장 상황에 따라 펀드의 자산 배분이 자동적으로 이뤄지는 상품이다. 운용사의 자산배분펀드, 증권사의 랩어카운트, 보험사의 MP보험 등이 대표적이다.

어떤 상품인가?

자산 배분 투자상품은 투자할 펀드들을 고르고, 펀드별 투자 비중을 정하고, 시장 상황에 따라 해당 비율을 조정하는 등 일련의 모든 투자 과정을 금융회사가 알아서 해주는 상품을 말한다.

어떤 특징이 있나?

자산 배분을 금융회사가 알아서 해준다는 점만 보면 앞서 설명한 TDF와 비슷하다. 그러나 TDF와 일반 자산 배분 투자상품은 분명한 차이가 있다. 그것은 바로 위험자산과 안전자산 간 자산 배분 방식이다. TDF는 투자자의 은퇴시점이 가까워질수록 위험자산 투자 비중을 줄이고 안전자산 투자 비중을 늘리는 방식을 사용한다. 그러나 일반 자산 배분 투자상품은 위험자산과 안전자산 간의 투자 비율이 어느 정도 고정돼 있다. 오른쪽 페이지의 그림은 금융회사가 투자자에게 제시하는 일반 자산 배분 투자상품의 예이다. 회사마다 차이는 있지만 일반적으로 고수익 추구형, 중수익 추구형, 안정 추구형 중 하나의 유형을 투자자가 선택하게 하는 경우가 많다.

그리고 이렇게 선택된 유형에 따른 위험자산과 안전자산의 투자 비율은 거의 그대로 유지된다. 이 비율을 바꾸고 싶다면 투자자가 직접 금융회사에 의사를 표시해 상품을 변경하면 된다.

일반 자산 배분 투자상품은 해당 상품을 운용하는 금융회사가 운용사인지, 증권사인지, 보험사인지에 따라 각각 자산배분펀드, 랩어카운트(Wrap Account), MP보험(Model Portfolio 보험)으로 나눌 수 있다. 이 세 유형 중 자산배분펀드는 증권사, 보험사, 은행 등 모든 연금 판매사에서 구매가 가능하다. 그러나 랩어카운트는 증권사에서만 가입할 수 있으며, MP보험은 보험사만 취급한다.

세 가지 유형 모두 운용을 하는 방식 자체는 비슷하다. 그러나 수익률에서는 차이가 난다. 이는 상품을 운용하는 회사별로 운용 역량이 서로 다르기 때문이다.

어떤 투자자에게 적합한가? 주의할 점은?

일반 자산 배분 투자상품은 나이에 관계없이 일정한 위험자산 비율을 가져가려는 사람, 나이에 따라 위험자산 비율을 스스로 바꾸려는 사람, 투자에 자신이 없거나 투자를 할 시간이 없는 사람들에게 적합하다.

일반 자산 배분 투자상품의 종류 예시

유형	고수익 추구형	중수익 추구형	안정 추구형
자산 배분	(주식 비중 70% 이내)	(주식 비중 40% 이내)	(주식 비중 20% 이내)
적합 고객	향후 투자 가능 기간이 많이 남아 있거나, 적극적으로 수익을 추구하는 고객	수익과 변동성 간 균형을 추구하면서, 적정 수준의 수익이 필요한 고객	은퇴를 앞두고 있거나, 안정적인 수익이 필요한 고객

타겟리스크펀드와 리밸런싱 효과

TDF는 '은퇴시점(Target Date)'에 맞춰 위험자산의 비중을 차츰 줄여나간다. 이에 반해 자산배분펀드나 랩어카운트는 위험자산과 안전자산 간 비중을 투자기간 내내 일정하게 유지해나가는데, 이와 같은 상품을 '타겟리스크펀드(Target Risk Fund)'라고도 부른다.

예를 들어 주식 등 위험자산 비중이 40%인 중수익 추구형 랩어카운트 상품에 가입했다고 치자. 가입한 다음 주식 투자 성과가 좋아 위험자산 비중이 40%를 초과하면 이를 처분해 안전자산을 취득한다.

반대로 위험자산의 비중이 줄었을 때는 안전자산을 처분해 위험자산을 취득하는 방식으로 투자자산의 비중을 일정하게 유지해나간다.

이와 같은 작업을 주기적으로 하면서 목표로 한 위험자산 비중을 유지해간다. TDF에 대응해서 TRF라 부르기도 한다.

자산 배분 투자상품을 고를 때 가장 중요한 것은 해당 상품을 운용하는 회사의 자산 배분 능력이다. 똑같은 위험자산 투자 비율을 가진 같은 종류의 자산 배분 상품이라도 어떤 회사가 운용하는지에 따라서 수익률은 천차만별이다. 각 상품을 비교하여 장기적으로 안정적인 성과를 내고 있는 금융회사와 상품을 선정해야 한다.

위험자산 비율을 결정하는 일도 중요하다. 위험자산의 비중이 서로 다른 자산 배분 투자상품 중에서 자신의 투자 목적에 가장 잘 맞는 것을 골라야 한다. 예를 들어 은퇴를 앞두고 있는 투자자라면 위험자산 투자 비중이 적은 안정추구형 상품을 골라야 할 것이고, 투자 기간이 길고 적극적인 투자 성향을 가진 사람이라면 고수익추구형 상품을 선정하는 것이 더 나은 성과를 기대할 수 있다.

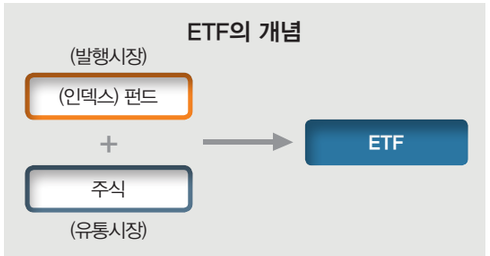
자산 배분 투자상품은 유형별로 가입할 수 있는 연금의 종류가 다르다. 자산배분펀드는 퇴직연금과 연금저축 모두 매수가 가능하다. 그러나 랩어카운트와 MP보험의 경우는 퇴직연금에서만 선택할 수 있고, 연금저축에서는 제도적 이유로 가입이 어렵다.

03 새로운 연금 투자 수단, ETF

지수를 추종하는 상품이다. 거래소에서 주식처럼 거래할 수 있다는 점에서 다른 상품과 차이가 있다.

어떤 상품인가?

ETF(Exchange Traded Funds)는 지수를 추종한다는 면에서 보면 인덱스 펀드와 닮은 점이 많다. 그러나 거래소에 상장돼 일반 주식과 같은 방법으로 거래할 수 있다는 차이가 있다. 즉 장중 거래시간에 증권사를 통해 전화 주문을 하거나 홈트레이딩 시스템(HTS), 모바일 트레이딩 시스템(MTS) 등으로 실시간 매매를 할 수 있는 것이다. 시장에서 사고팔 수 있기 때문에 일반 인덱스 펀드에 비해 현금화 기간이 짧다. 인덱스 펀드와 주식의 장점이 합쳐진 상품이라고 할 수 있다.



어떤 특징이 있나?

ETF가 다른 상품들과 구별되는 특징은 크게 두 가지다. 첫째는 수수료가 싸다는 점이다. 일단 직접 투자를 하기 때문에 일반 펀드에서 징수하는 판매보수와 수수료가 없다. 그만큼 일반 펀드에 비해 전체 수수료가 저렴해진다. 펀드 운용비용 자체도 일반 펀드보다 적다. 지수를 추종하기 때문에 불필요한 펀드 내 자산의 매매가 더 적어서이다. 장기 투자를 할 때 ETF의 이러한 특징은 전체 수익률에 긍정적인 영향을 미친다.

ETF와 일반 펀드 간의 차이점

구분	ETF	(일반) 펀드
거래소시장 거래	가능	불가
거래비용	증권사 위탁수수료 및 보수(~0.99%)	보수(1~3%) 및 판매·환매수수료
결제일	T+2	T+2~8
운용투명성	자산 구성 내역(PDF) 매일 공개	자산운용보고서 등에 운용 내역 공개

ETF의 두 번째 특징은 시장 상황에 빠르게 대응할 수 있다는 점이다. 일반 펀드는 투자하거나 환매할 때 하루 이상의 시간이 걸린다. 그러나 ETF는 투자 혹은 환매하는 당일에 거래를 종결할 수 있다. 따라서 시장의 급격한 변화가 발생했을 때 즉시 대처할 수 있다.

어떤 투자자에게 적합한가? 주의할 점은?

ETF의 이러한 특징들은 연금 투자자 모두에게 매력적이다. 포트폴리오를 자주 교체하는 적극적 투자자에게는 매매가 편하고 매도대금이 빨리 들어와서 좋고, 진득하니 투자하는 장기 투자자에게는 수수료가 저렴해서 좋다.

다만 연금에서 모든 종류의 ETF를 투자할 수 있는 것은 아니다. ETF 중에는 지수를 1.5배 혹은 2배의 비율로 추종하는 '레버리지 ETF'도 있고, 지수를 거꾸로 추종하는 '인버스형 ETF'도 있다. 금융위원회는 이 두 유형의 경우 수익률 변동이 심해 장기 투자에 적합하지 않다고 보고 연금 투자 가능 대상에서 제외했다. 퇴직연금에서는 일부 다른 파생형 ETF에 대한 투자도 불가능하다.

또한 연금을 판매하는 모든 금융회사가 ETF 투자를 할 수 있는 것은 아니다. ETF 투자가 가능하려면 해당 금융회사가 관련 시스템을 제공해야 한다.

연금 전용 ETF에 대한 오해와 진실

연금에서 투자 가능한 ETF는 그 수가 적다?

결론부터 말하면 **지금은 그렇지 않다.** 퇴직연금에서 ETF를 처음 살 수 있었던 2011년 말 경에는 투자 가능한 ETF가 적었던 것이 사실이다. 그러나 점차 그 수가 증가하다가 합성 ETF의 연금 투자가 허용된 2016년 7월 이후로 급격하게 그 수가 늘어났다. 다만 연금계좌를 개설한 금융회사가 어디인지에 따라 차이가 크다. 일단 증권회사가 아닌 곳은 불가능하다. 주식 거래 시스템 자체가 없기 때문이다. 그리고 증권회사별로도 거래 가능한 연금 전용 ETF의 수는 차이가 있다. 많은 곳은 200개가 훨씬 넘는 다양한 ETF를 거래할 수 있지만, 적은 곳은 약 100개 내외의 ETF를 거래할 수 있고, 어떤 증권사는 관련 시스템을 구비하지 않아 연금계좌의 ETF 매매 자체가 안 되는 곳도 있다. 따라서 연금계좌에서 ETF 매매를 하려 한다면 사전에 잘 알아보는 것이 좋다.

연금 전용 ETF는 대부분 코스피 200 지수 같은 대형주 지수를 추종한다?

그렇지 않다. 연금계좌에서도 다양한 유형의 ETF를 거래할 수 있다. 국내 주식형만 예를 들어도 배당, 헬스케어 업종, 소비재 업종, 반도체 업종, 금융 업종, 중·소형 업종, 바이오 업종, IT 업종 등 매우 다양한 유형의 지수를 추종하는 ETF를 매매할 수 있다. 해외도 마찬가지다. 중국 본토, 미국, 유럽, 신흥국, 일본, 인도네시아 등 한국 투자자가 관심을 가질 만한 대부분의 국가에 투자가 가능하다. 요즘 유행하는 4차 산업혁명 관련 국내외 주식에 투자하는 ETF도 있다. 심지어 주식형이 아닌 ETF의 거래도 가능하다. 국내 채권지수 ETF, 글로벌 하이일드 지수 ETF 등도 투자 대상이 될 수 있다.

연금저축은 ETF 매매가 안 된다?

이제는 아니다. 연금저축 투자자들의 경우 2017년 10월까지는 실질적인 ETF 투자를 할 수 없었던 것이 사실이다. 제도적으로는 연금저축도 ETF 투자를 허용했었지만, ETF 매매 시 발생하는 위탁매매수수료를 비용이 아닌 연금저축에서의 자금 인출로 적용해 기타소득세 16.5%를 부과할 소지가 있었기 때문이다. 그러나 2017년 11월에 금융당국과 기획재정부가 협의를 통해 이 위탁매매수수료를 비용으로 인식하게 하는 것을 명확히 하면서 연금저축에서도 ETF 투자의 시대가 열리게 됐다. 이미 발 빠른 금융사들은 연금저축 전용 ETF를 오픈해 운영하고 있다.

나는 TDF나 자산배분상품을 선호하기 때문에 ETF 투자와는 관련이 없다?

당신도 간접 ETF 투자자일 확률이 높다. 매매가 편하고 특히 수수료가 저렴하다는 ETF의 장점은 일반 투자자뿐 아니라 펀드들을 활용해 자산 배분을 하는 매니저에게도 매우 매력적으로 느껴지는 요인이다. 실제로도 TDF, 자산배분펀드, 랩어카운트 등에서 ETF를 활용하는 경우가 상당히 많다. 당신이 자동으로 운용되는 자산배분상품을 선호한다면 자신도 모르게 ETF의 간접적인 투자자가 돼 있을 가능성이 높은 것이다.

해외의 디폴트 투자 옵션과 자동 운용 상품

주요 선진국에서는 퇴직연금 가입자가 투자상품을 선택할 때 느끼는 어려움을 덜어주기 위해 디폴트 옵션을 이용한다. '디폴트 투자 옵션'이란 가입자가 별도의 운용 지시를 하지 않으면 미리 정해둔 금융상품에 투자하는 것이다.

컴퓨터나 스마트폰은 처음 기기를 구입한 뒤 일정한 시간 동안 사용하지 않으면 절전 모드로 전환되거나 화면 보호기가 실행된다. 물론 사용자가 원하면 대기시간을 바꿀 수 있고, 기능 자체를 사용하지 않아도 되지만 대개는 구입할 때 설정된 값을 잘 바꾸지 않는다. 이처럼 디폴트 옵션이란 사용자의 지시나 조정이 없으면 당초 정해진 값을 그대로 사용하도록 하는 것을 말한다.

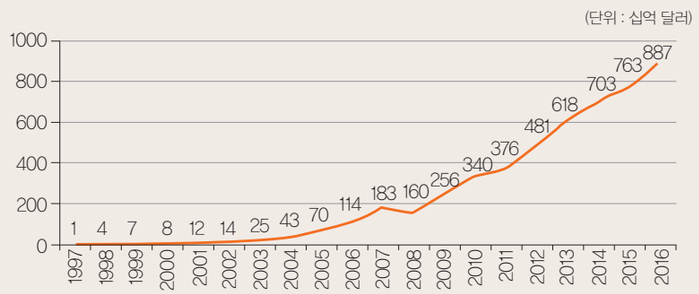
주요 선진국에서는 퇴직연금 가입자가 투자상품을 선택할 때 이런 디폴트 옵션을 이용하고 있다. '디폴트 투자 옵션'이란 연금 가입자가 별도의 운용 지시를 하지 않으면 미리 정해둔 금융상품에 투자하는 것을 말한다. 이것을 도입한 이유는 연금 가입자가 투자상품을 선택할 때 느끼는 어려움을 덜어주기 위해서다. 2017년 노벨 경제학상을 수상한 행동경제학자 리처드 세일러 교수는 디폴트 투자 옵션을 활용하면 개인의 선택권을 제한하지 않으면서도 가입자들이 좀 더 손쉽게 투자를 할 수 있다고 얘기한다.

미국 TDF가 디폴트 옵션 투자의 88% 차지

디폴트 투자 옵션은 이미 여러 연금 선진국에서 실행되고 있다. 먼저 미국에서는 근로자들을 퇴직연금에 가입시키고 투자상품을 선택할 때 디폴트 투자 옵션을 활용할 수 있도록 하고 있다. 근로자가 스스로 금융상품을 선택하지 않으면 회사가 제시하는 금융상품에 투자하도록 하는 것이다. 회사가 디폴트 투자 옵션으로 제시할 수 있는 적격 투자상품으로는 ▲나이가 들어갈수록 위험자산 편입 비중이 낮아지는 TDF(Target Date Fund) ▲적정한 투자 리스크를 유지하는 혼합형 펀드(Balanced Fund) ▲개별 근로자의 특성을 고려한 맞춤형 자산관리계좌(Managed Account) ▲채권 등 안전자산 위주로 운용하는 안정형 펀드(Stable Fund)가 있다.

미국의 디폴트 투자 옵션 중에서 가장 큰 비중을 차지하는 것은 TDF다. 투자 컨설팅 기업 칼란(Callan)사에 따르면, 2016년 디폴트 투자 옵션 중 TDF가 차지하는 비중이 88%나 된다고 한다.

미국 타깃데이트펀드(Target Date Funds)의 규모



* 자료 : ICI, Investment Company Fact Book, 2017

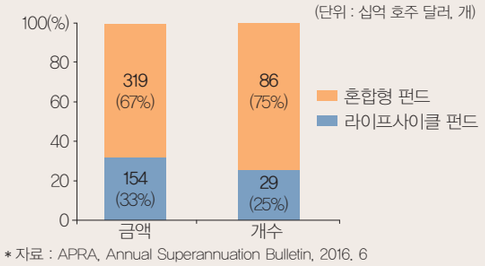
1997년만 하더라도 10억 달러에 불과하던 TDF의 자산 규모는 연평균 143%씩 성장해 현재는 8870억 달러에 이르고 있다. TDF 시장이 성장하면서 상품의 가짓수도 많아졌다. 1997년 당시만 해도 9개에 불과하던 TDF 상품이 2016년에는 641개에 달한다.

호주 혼합형 펀드 비중 60% 넘어

호주의 퇴직연금인 슈퍼애뉴에이션(Superannuation)에도 1992년부터 마이슈퍼(MySuper)라고 하는 디폴트 투자 옵션을 도입하고 있다. 마이슈퍼는 근로자로부터 별도의 운용 지시가 없을 때 퇴직연금 운영 책임자가 적립금을 운용할 수 있도록 미리 정해두는 투자상품이다. 운영 책임자는 가입자들에게 라이프사이클 펀드(Lifecycle option)와 혼합형 펀드(Balanced option) 중 하나를 마이슈퍼 상품으로 설정해야 한다. 호주 건전성감독청의 통계에 따르면, 마이슈퍼 적립금 가운데 혼합형 펀드가 차지하는 비중이 67%이고, 나머지 33%는 TDF와 유사한 라이프사이클 펀드인 것으로 나타났다.

호주의 마이슈퍼에서 제공하는 상품 가운데 가장 큰 비중을 차지하는 것은 혼합형 펀드이지만, 가입자의 정보에 따라 자산 배분을 달리하는 라이프사이클 펀드도 인기가 상당하다. 라이프사이클 펀드는 가입자의 연령을 기초로 계좌 잔액, 기여율, 현재 급여, 성별, 은퇴까지 남은 기간 등을 고려한 종합적 자산배분펀드다. 2016년 6월 기준으로 마이슈퍼의 적립금은 4740억 호주달러인데 이 중 33%에 해당하는 1540억 호주달러가 라이프사이클 펀드에서 운용되고 있다. 마이슈퍼에서 제공하는 상품은 115개인데 이 가운데 29개가 라이프사이클 펀드다.

호주 마이슈퍼(MySuper) 중 디폴트 옵션 상품별 비중

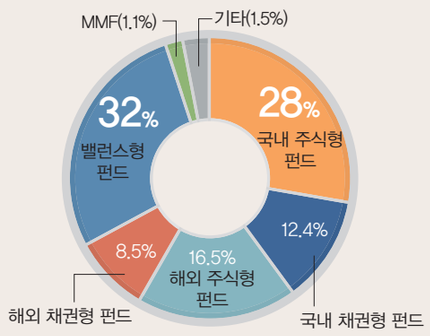


* 자료 : APRA, Annual Superannuation Bulletin, 2016. 6

일본 원리금 보장상품 족쇄에서 벗어나려 노력

일본에서도 2002년부터 디폴트 투자 옵션을 활용 중이다. 그런데 디폴트 투자 옵션 선택을 각 회사의 자율에 맡기다 보니 디폴트 상품의 96%가 원리금 보장상품에 쏠리고 말았다. 아무래도 투자 성과에 대한 책임에서 자유롭지 못한 회사가 원리금 보장상품을 디폴트 상품으로 선택했기 때문이다. 최근 일본에서는 이를 개선하자는 논의가 진행 중이다. 회사와 근로자가 미리 합의하면 어떤 유형의 투자상품이라도 디폴트 상품으로 정할 수 있도록 명시하는 것이다. 원리금 보장상품에 적립금을 방치할 경우 초저금리로 말미암아 근로자들의 노후자금이 부족할 수 있기 때문이다. 최근 우리나라도 퇴직연금에서 디폴트 투자 옵션 도입을 두고 활발한 논의가 진행되고 있는데, 이 같은 일본의 경험을 반면교사로 삼을 만하다. 참고로 일본의 DC형 퇴직연금에서 투자상품이 차지하는 비중은 46.1%이다. 이 중에서는 밸런스 펀드가 차지하는 비중이 32%로 가장 높다. 밸런스 펀드에는 투자기간 동안 정해진 자산 배분 비율을 일정하게 유지하는 고정형, 시간 경과와 시장 상황에 따라 자산 배분 비율을 조정해가는 변동형 2가지가 있다.

일본 기업형DC 펀드자산 구성



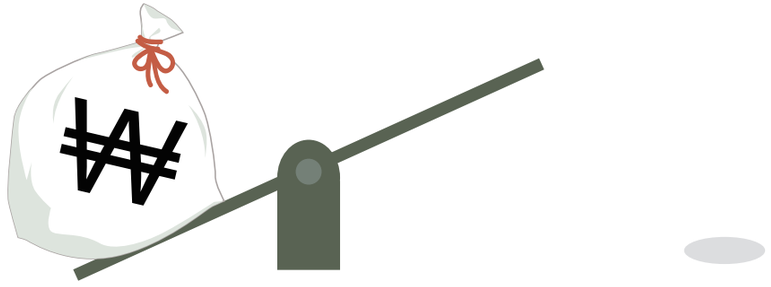
* 자료 : 운영관리기관연락협의회, 확정각출연금통계자료, 2017. 3

노벨 경제학상 수상자 세일러 교수가 말하는

심플의 힘

강제하거나 지시하지 않고도 부드러운 개입으로 사람들이 더 좋은 선택을 할 수 있도록 이끄는 힘을 뜻하는 말 '넛지'. 국내에서 〈넛지〉라는 베스트셀러 저자로 알려진 행동경제학자 리처드 세일러 교수가 이 단순(Simlpe)하고 쉬운 '넛지'를 활용해 퇴직연금 투자금액을 높인 공로로 노벨 경제학상을 받았다. 그는 근로자들이 퇴직연금에 충분한 돈을 투자하지 못하는 이유에 대해 연구하고, 이를 극복할 수 있는 방법으로 넛지 프로그램을 설계했다. 그가 발견한 퇴직연금 투자를 가로막는 장애물은 어떤 것인지, 또 퇴직연금 투자를 많이 하도록 유도하는 4가지 넛지는 무엇인지 들어보자.

글 **김동엽** 미래에셋은퇴연구소 상무



2017년 노벨 경제학상은 행동경제학자인 리처드 세일러(Richard H. Thaler) 미 시카고대 경영대학원 교수에게 돌아갔다. 세일러 교수는 국내에서는 〈넛지(Nudge)〉라는 베스트셀러의 저자로 더 잘 알려져 있는 인물이다. 본래 '넛지'란 '팔꿈치로 슬쩍 찌르다'라는 뜻을 가진 말인데, 부드러운 개입을 통해 특정 행동을 유도할 때 주로 사용한다. 즉, 사람들에게 어떤 일을 하라고 강제하거나 지시하지 않으면서도 원하는 방향으로 이끄는 것이 넛지다.

남자들은 넛지라고 하면 공중화장실에서 잔뇨가 튀는 것을 막기 위해 소변기 중앙에 그려둔 파리 그림을 떠올린다. 피아노 계단을 연상하는 사람도 있을 것이다. 피아노 계단은 건강을 위해 에스컬레이터 대신 계단을 이용하라는 뜻으로, 건반 모양으로 계단을 만들고 밟을 때마다 소리가 나게 한 것이다. 하지만 소변기 밖으로 잔뇨가 덜 튀게 하고, 에스컬레이터 대신 계단을 이용하도록 하게 했다고 해서 노벨상을 주지는 않을 것이다. 세일러 교수가 노벨 경제학상을 수상한 것은 넛지를 활용해 미국과 서구사회의 퇴직연금 저축률을 획기적으로 높인 공로를 인정받았기 때문이다.

연금 투자를 가로막는 3가지 장애물

관성, 손실회피, 현재편향

고전경제학에서는 인간을 합리적이고 이성적인 '호모 이코노미쿠스(Homo Economicus)'라고 전제한다. 이들은 인간이 아인슈타인처럼 사고하고, IBM 컴퓨터처럼 뛰어난 기억 용량을 가지고 있으며, 마하트마 간디와 같은 의지력을 가진 존재라고 여긴다. 정말 그렇다면 굳이 입 아프게 노후 대비 저축을 하라고 떠들 필요가 없을 것이다. 이미 사람들은 평생 동안 얼마나 많은 돈을 벌고 또 노후를 위해 얼마나 저축해야 하는지에 대해 잘 알고 있을 뿐만 아니라, 그런 계산에서 도출된 최적의 계획을 한 치 흐트러짐 없이 실천할 수 있을 만큼 강력한 자기 통제력을 가지고 있을 것이기 때문이다.

하지만 세일러 교수와 같은 행동경제학자들은 인간을 그저 제한된 합리성을 가진 존재로 바라본다. 대다수의 사람들은 계산기가 없으면 나눗셈을 할 때 어려움을 겪고, 주식시장의 단기수익에 휘둘리기도 한다. 세일러 교수는 인간이 불완전한 존재라는 전제하에 은퇴를 앞둔 사람들이 충분한 저축을 하지 못하는 이유에 대해 밝히고, 이를 극복할 수 있는 넛지 프로그램을 설계했다. 그러면 세일러 교수가 말하는 연금투자를 가로막는 장애물부터 살펴보자.

첫 번째 장애물은 '관성'이다. 외부의 힘이 작용하지 않는 한 정지한 물체는 계속 정지해 있고, 움직이는 물체는 계속해서 운동 상태를 지속하려 하는 것이 '관성의 법칙'이다. 그런데 물리학 법칙이 노후 준비에 영향을 미친다니 흥미롭지 않을 수 없다. 연구 결과에 따르면 미국 퇴직연금 가입자들 중 68%가 저축률이 '너무 낮다'고 생각하고 있다고 한다. 그리고 이들 대다수는 지금보다 더 많은 금액을 저축해야 한다고 생각하고 있고, 조만간 행동으로 옮기겠다고 얘기한다. 하지만 거기까지다. 대다수의 근로자는 이직이나 퇴직을 하거나 월급에 큰 변화가 생겨서 신청서를 새로이 작성해야 하는 일이 생기면 몰라도 웬만해서는 과거 정해둔 저축률을 스스로 바꾸려고 하지 않는다.

우리나라도 크게 다르지 않다. 처음 가입할 때 금융상품을 정한 다음 변경을 하는 사람은 의외로 적다. 금융투자협회가 실시한 2014 퇴직연금 운용실태 조사에 따르면, 확정기여형(DC형) 퇴직연금에 가입한 근로자 가운데 41%가 가입 이후 한 번도 운용 지시를 하지 않은 것으로 나타났다. DC형 퇴직연금은 가입자가 직접 자신의 퇴직급여를 운용하고 있는 금융상품을 중도에 변경할 수도 있음에도 대부분의 근로자들은 가입 후 아무런 조치도 취하지 않은 것이다.

현재 DC형 퇴직연금 적립금의 80%가 정기예금 등 원리금 보장 상품에 투자돼 운용되고 있다. 과거 5, 6년 전만 해도 정기예금 금리가 4, 5%는 됐기 때문에 그나마 괜찮았다. 하지만 지금은 금리가 1% 중반대로 떨어졌다. 금융기관에서는 원리금 보장 상품의 만기가 도래할 때마다 새로이 운용 지시를 해야 한다고 알리고 있지만, 나중에 변경해야지 하는 생각만 하고 행동으로 옮기지 않는 근로자가 의외로 많은 셈이다.

두 번째 장애물은 '손실회피'다. 사람들은 손실을 싫어한다. 특히 소득이 줄어드는 것은 끔찍이 싫어한다. 문제는 이 같은 손실회피 심리가 저축으로 가처분소득이 줄어들 때도 나타난다는 점이다. 노후 대비 저축을 늘리면 당장 쓸 수 있는 돈이 줄

어들기 때문이다.

세일러 교수의 동료이자 노벨 경제학상 수상자인 대니엘 카니먼 교수는 다음과 같은 질문을 통해 사람들의 손실회피 정도를 가늠해봤다. "득실 확률이 50 대 50인데, 100달러의 손실을 볼 수 있다면 최소 얼마의 이득을 올릴 수 있어야 이 도박에 참여하겠는가?" 이 질문에 많은 사람들이 "손실 가능 금액인 100달러의 2배에 해당하는 200달러 정도는 되어야 한다"고 답했다고 한다. 몇몇 실험에서 추정된 손실회피율은 1.5~2.5배로 나타났다.

우리나라 퇴직연금 가입자들의 원리금 보장 상품 가입 비중이 높은 것도 손실회피 심리와 관련이 있다. 근로자가 퇴직급여를 운용할 금융상품을 스스로 결정해야 하는 확정기여형(DC형) 퇴직연금의 경우 전체 적립금의 80%가 원리금 보장 상품에 맡겨져 있다. 이는 사람들이 투자를 통해 얻는 이득보다는 손해에 더 민감하게 반응하기 때문이다.

세 번째 장애물은 '현재편향'이다. 당장 눈앞의 유혹을 떨쳐내지 못하는 현재편향 때문에 사람들은 노후 대비 저축과 같이 장기적으로 득이 되는 일을 하지 못한다. 세일러 교수는 사람들이 가진 현재편향을 '사과 실험'을 통해 적나라하게 보여준다. 세일러 교수는 실험 참가자들에게 1년 후 사과 1개와 1년이 지난 바로 다음 날 사과 2개 중 어떤 것을 선택하겠느냐고 물었다. 그랬더니 참가자 대다수가 이익을 2배로 키우기 위해 하루를 더 기다리겠다고 답했다. 하지만 오늘 사과 1개와 내일 사과 2개 중 하나를 선택하라고 했더니 결과는 판이하게 달랐다. 앞서 이왕 1년 기다렸으니 하루를 더 기다리겠다고 답했던 사람들 중 상당수가 태도를 바꿔 오늘 사과 1개를 받겠다고 했다. 에덴동산의 아담과 이브가 그랬듯 대다수의 인간들은 눈앞의 사과를 두고 참지 못하는 것 같다.

연금 투자금액을 올리는 방법

4가지 '넛지'

빛이 있으면 그림자가 있고, 음이 있으면 양이 있는 법이다. 관성, 손실회피, 현재편향이 연금에 대한 투자를 가로막는 장애물이라고 하지만, 이를 근로자들이 연금 투자금액을 늘리도록 하는 넛지로 활용할 수도 있다. 어떠한 방식으로 근로자들의 연금 투자금액을 높일 수만 있다면, 관성은 노후 대비의 적이 아니라 친구로 작동할 것이다. 월급이 오른 만큼 투자를 늘려나가면 가처분소득은 줄어들지 않기 때문에 손실회피 심리를 누그러뜨릴 수 있다. 그리고 미래에 투자금액을 높이겠다는 결정을 지금 해두면 현재편향에서 벗어날 수 있다. 그러면 세일러 교수가 연금에 대한 투자를 더 많이 하도록 하기 위해 개발한 넛지 4가지를 구체적으로 살펴보자.

1 초기값(디폴트 옵션) 설정을 잘해야 한다

근로자가 급여의 6% 한도 내에서 저축금액을 결정하면, 회사가 이 중 절반(3%)을 지원해주는 퇴직연금 플랜이 있다면 당신은 어떻게 하겠는가? 합리적인 인간이라면 가입하지 않을 이유가 없지만, 당시 미국에서는 겨우 절반만 이 플랜에 가입했다고 한다. 그 이유가 무엇일까?

우리나라의 퇴직연금에 해당하는 미국의 401(k)에 가입한 근로자들은 본인이 저축한 금액에 대해서는 세금을 공제받고 늘어난 운용수익에 대해서 일부 세금을 면제받을 수 있다. 게다가 근로자들이 저축한 금액에 비례해 회사에서 일정한 금액을 추가로 저축해주기도 한다. 예를 들어 근로자가 급여의 6% 한도 내에서 저축금액을 결정하면, 회사가

이 중 절반(3%)을 지원해주는 방식이다.

만약 회사가 이 같은 퇴직연금 플랜에 가입하라고 하면 어떻게 해야 할까? 합리적인 인간이라면 이 플랜에 가입하지 않을 이유가 없다. 가입이 문제가 아니라 제도가 허용하는 범위 내에서 최대한 저축을 많이 하는 게 유리하다. 하지만 현실은 그렇지 못했다. 가입 자격을 갖춘 근로자 가운데 겨우 절반(51%)만 이 플랜에 가입했다고 한다.

왜 근로자들은 자신에게 유리한 플랜에 가입하지 않은 걸까? 이는 '초기값(Default Option)'이 퇴직연금에 가입하지 않는 것으로 설정돼 있기 때문이다. 퇴직연금에 가입하려는 근로자들은 매달 얼마를 기여할지, 기여금을 어떤 펀드에 얼마만큼 할당할지 스스로 결정해야 한다. 하지만 복잡한 가입 절차를 골칫거리로 여긴 근로자들이 슬그머니 가입 서류를 옆으로 밀쳐놓았던 것이다.

한 가지 대안은 자동가입을 채택하는 것이다. 근로자가 원하면 퇴직연금에 가입시키는 것이 아니라, 반대로 조건이 되는 근로자는 무조건 퇴직연금에 가입시키고 본인이 원하면 빼주는 것이다. 이 같은 자동가입 방식을 적용했더니 퇴직연금 가입자가 큰 폭으로 늘어났다. 연구 결과에 따르면, 이전에는 입사한 지 3개월이 됐을 때 근로자의 퇴직연금 가입률이 20%에 불과했지만, 자동가입 옵션을 채택하자 그 비율이 65%로 상승했다. 참고로 우리나라에선 미국과 달리 퇴직연금은 의무적으로 가입해야 한다. 근로자 입장에서는 자동가입을 하게 되므로 이런 강제 조항이 노후를 준비하는 데 도움이 된다고 말할 수 있다.

자동가입과 더불어 가입 상품도 초기에 잘 설정하는 것이 중요하다. 미국에서 초기에 퇴직연금 자동가입 제도를 채택한 기업들은 저축률 3%, 투자상품은 머니마켓펀드(MMF)를 디폴트값으로 정했다. 당시 미국 노동부가 디폴트 펀드로 승인한 상품이 MMF밖에 없었던 데다, 근로자에게 소송을 당하지 않으려고 기업들은 보수적으로 상품을 선택할 수밖에 없었다. 하지만 낮은 저축률과 저조한 수익률로 말미암아 근로자들의 노후자금은 더디게 증가할 수밖에 없었다. 이후 미국 노동부는 MMF 이외에 다양한 투자상품을 디폴트 펀드로 승인했고, 지금은 근로자가 은퇴시점이 가까워질수록 점진적으로 주식 투자 비중을 줄여나가는 TDF(Target Date Fund)가 주를 이루고 있다. 현재 디폴트 펀드에서 TDF가 차지하는 비중은 88%나 된다. 최근 우리나라도 퇴직연금에서 디폴트 펀드를 도입하는 것을 두고 활발한 논의를 하고 있는데, 미국의 경험을 타산지석으로 삼을 만하다.

2 선택을 빠르고 쉽게 한다

잼이 6가지 있을 때와 24가지 있을 때 구매 비율은 어느 쪽이 높을까? 24가지 있을 때 사람들이 더 많이 몰리긴 했지만 실제 구매율은 6가지가 있을 때보다 낮았다. 그 이유가 무얼까?

흔히 사람들은 선택권이 많으면 자율성이 늘어난다고 생각한다. 하지만 너무 많은 대안을 검토하느라 과부하 상태에 이르게 되면 도리어 선택 자체

를 포기할 수도 있다. 미국 컬럼비아 비즈니스스쿨의 시나 아이엔가(Sheena S. Iyengar) 교수가 잼 가게에서 한 실험은 이와 같은 '선택의 역설'을 잘 보여준다.

아이엔가 교수는 진열대에 고급스러운 잼을 진열하고 고객들에게 맛보게 한 다음, 잼 한 병을 사면 1달러를 깎아주는 쿠폰을 주었다. 첫 번째 상황에서는 6가지 잼을, 다른 상황에서는 24가지의 잼을 진열했다. 결과는 어땠을까? 예상했듯이 6가지보다 24가지 잼을 전시했을 때 더 많은 사람들이 몰려들었다. 하지만 구매 결과는 정반대로 나타났다. 잼이 6개일 때 구매 비율은 30%였던 반면, 24개일 때 구매 비율은 3%에 불과했다. 이에 대해 아이엔가 교수는 "대안이 많은 선택은 소비자들에게 결정과 관련된 노력을 더 많이 요구하기 때문에 만족감을 떨어뜨릴 수 있다"고 하면서, 이렇게 되면 "소비자들은 결정을 포기하고 제품을 사지 않는다"고 했다.

세일러 교수는 아이엔가 교수의 실험을 바탕으로 퇴직연금 가입 절차를 단순화할 것을 주장했다. 실제 퇴직연금 신청 양식을 단순화하는 것만으로 가입률을 극적으로 끌어올린 기업의 사례도 함께 소개했다. 미국의 한 기업이 신입사원 오리엔테이션에서 저축률과 자산 배분 방식이 미리 정해진 은퇴연금 플랜에 가입할 것인지 묻는 등록카드를 나눠주고 가입 여부만 체크하게 했다. 종전에는 신규 입사자가 퇴직연금에 가입하려면 저축률과 자산 배분 방식을 일일이 선택해야만 했다. 가입 양식만 단순하게 바꿨을 뿐인데도 신입사원의 가입률이 9%에서 34%로 껑충 뛰어올랐다.

최근 국내 금융기관들도 투자자들에게 3~5가지 운용전략을 제시하고 있다. 한꺼번에 수십 종의 펀드를 제시해봐야 몇몇 소수의 투자자를 제외하고 나면 이들 상품을 전부 검토할 능력도 시간도 부족하기 때문이다. 퇴직연금에서 제공되고 있는 랩어카운트 상품이 대표적이다. 이 상품은 투자자의 위험성향을 고수익추구형, 중수익추구형, 안정추구형 등으로 나누고 여기에 맞춰 주식과 채권의 비중을 조정해준다.

3 어림수를 이용한다

A 회사는 근로자가 월급의 6% 한도 내에서 저축금액을 결정하면 이 중 절반을 회사가 지원해주기로 했다. B 회사는 근로자가 월급의 10% 한도 내에서 저축률을 결정하면 이 중 30%를 지원해주기로 했다. A, B 회사 중 근로자의 저축률이 더 높은 곳은 어디이며, 그 이유는 뭘까?"

'월급의 몇 %를 퇴직연금에 적립하겠습니까?' 미국에서는 새로이 퇴직연금 가입 자격을 갖춘 직원들에게 이 같은 질문을 한다. 이때 대다수 직장인들은 수입의 5%, 10%, 15%와 같은 '어림수' 중 하나를 선택한다. 노후에 필요한 자금이 얼마나 되는지 계산한 다음, 이를 마련하기 위해 매달 얼마씩 저축해야 할지 계산해서 저축률을 정하지는 않는다는 얘기다. 실제 미국 퇴직연금 가입자 가운데 58%가 저축률과 투자 종목을 결정하는 데 한 시간 이상을 쓰지 않는다는 조사 결과가 있다. 스마트폰이나 정장 한 벌을 고를 때도 이보다는 많은 시간을 투자할 것이다.

근로자들이 대충 어림짐작으로 저축률을 결정하는 것을 보고, 세일러 교수는 근로자들의 저축률을 높일 수 있는 넛지를 고안했다. 어떤 회사에서 근로자가 월급의 6% 한도 내에서 저축금액을 결정하면 이 중 절반을 고용주가 지원해주기로 했다고 해보자. 이 같은 제안을 하면 근로자들은 별 생각 없이 월급의 6%를 저축하기로 결정한다.

이번엔 회사의 기여 방법을 살짝 바꿔보자. 근로자가 월급의 10% 한도 내에서 저축률을 결정하면 이 중 30%를 지원해주기로 했다. 이때도 근로자들은 대부분 별 고민 없이 월급의 10%를 저축하기로 한다. 두 경우 모두 회사가 지원하는 금액은 월급의 3%로 같다. 하지만 근로자의 저축률은 6%에서 10%로 올라가게 된다.

4 미래의 저축률을 미리 결정해둔다

만약 당신에게 "노후 준비를 위해 지금 당장 저축률을 몇 % 더 올려야 한다", "나중에 월급이 올라갈 때마다 몇 %씩 저축을 더 하면 된다"라는 2가지 선택지가 있다면, 어떤 것을 선택하겠는가?

자동가입 옵션을 도입한 기업들은 근로자들의 반발을 적게 하기 위해 낮은 저축률을 디폴트값으로 정한다. 문제는 근로자들이 처음 정한 저축률을 계속 유지하려는 데 있다.

세일러 교수는 이 문제를 해결하기 위해서 '점진적 저축 증대(Save More Tomorrow)' 프로그램을 개발했다. 이 프로그램의 핵심은 '나중'에 저축률을 올리는 것을 '지금' 결정하도록 하는 데 있다. 앞서 사과 실험에서 살펴봤듯이 사람들은 눈앞의 유혹은 쉽게 못 물리쳐도 먼 미래의 유혹은 쉽게 물리칠 수 있기 때문이다.

'점진적 저축 증대'로 종업원 저축률을 4배나 끌어올린 기업

1998년 미국의 한 중소 제조회사에서 '점진적 저축 증대' 프로그램을 처음으로 도입했다.

당시 근로자들이 원하는 노후자금을 마련하기 위해선 저축률을 월급의 15%로 높여야 했다. 하지만 한 번에 저축률을 크게 높이면 근로자들이 이를 거절할 게 뻔했기 때문에 일단 5%포인트만 늘리라고 제안했다. 결과적으로 이 같은 조언을 받아들인 근로자는 25%에 불과했다. 나머지 사람들은 저축률을 그렇게까지 높이면 생활을 할 수 없다고 했다.

이때 머뭇거리는 사람들에게 '점진적 저축 증대' 프로그램을 제안했다.

당장 저축률을 높이는 것이 아니라 월급이 인상될 때마다 3%포인트씩 높이는 것이다. 그러자 저축률을 높이지 않겠다고 했던 근로자들 가운데 무려 78%가 급여 인상에 따라 저축률을 높이는 프로그램에 가입했다. 앞서 저축률을 5%포인트 올리라는 조언을 받아들였던 근로자들은 저축률이 4%에서 9%로 올랐지만, 관성에 젖어 계속해서 그 상태에 머물렀다. 반면 점진적 저축 증대 프로그램에 가입한 근로자들은 월급이 네 번 인상되는 동안 저축률이 3~5%에서 13.6%로 거의 4배나 올랐다.

세일러 교수는 〈사이언스〉에 발표한 논문에서 2011년을 기준으로 미국에서 약 410만 명의 사람들이 점진적 저축 증대 프로그램과 같은 방식을 활용하고 있으며, 2013년을 기준으로 이 프로그램 덕분에 전체적으로 연간 저축 규모가 76억 달러 증가했을 것이라고 밝혔다.

연금계좌〈연금저축·IRP〉 평생 절세통장으로 활용하기

연말연시만 되면 직장인들은 연말정산을 준비하느라 바쁘다. 이때 무시할 수 없는 것이 연금저축, 개인형 퇴직연금(IRP)과 같은 연금계좌다. 연금계좌를 활용하면 최대 700만 원이나 세액공제를 받을 수 있는 데다 공제율도 13.2%(저소득자 16.5%)나 된다. 700만 원을 저축하면 100만 원 안팎의 세금을 돌려받을 수 있으니 적지 않은 혜택이다. 하지만 세액공제 관련 내용만 지나치게 부각되다 보니 연금계좌로 얻을 수 있는 다른 혜택을 놓치는 것 같아 아쉬운 면이 있다. 나만 몰랐던 절세 팁, 알수록 놀라운 연금계좌의 절세 효과를 알아보자.

글 **김동엽** 미래에셋은퇴연구소 상무

연금계좌 절세 꿀팁 1

과세 이연으로 더욱 높아진 복리 효과

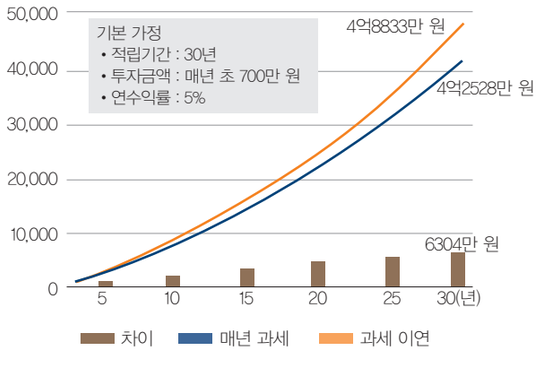
노후자금 마련과 같은 장기 투자를 할 때 빼놓지 않고 얘기하는 것이 복리 효과다. '복리 효과'란 투자원금에서 발생한 수익에 수익이 또 얹어지면서 투자기간이 늘어날수록 투자금액이 기하급수적으로 증가하는 것이다. 따라서 제대로 된 복리 효과를 얻으려면 투자기간이 길어야 하고, 중간에 돈을 빼 쓰지 말아야 한다. 이 밖에 세금이 복리 효과에 미치는 영향도 무시할 수 없다.

이 같은 점을 고려하면 연금계좌(연금저축, IRP)야말로 복리 효과에 최적화된 금융상품이라고 할 수 있다. 우선 적립기간이 최소한 5년 이상 돼야 하고 55세가 지나야 연금을 수령할 수 있다. 그리고 연금 이외에 다른 방법으로 적립금을 인출하면 상대적으로 세 부담이 큰 기타소득세(세율 16.5%)를 부과함으로써 되도록이면 중도에 돈을 빼 쓰지 못하도록 하고 있다. 게다가 운용수익에 대한 과세를 수령시점까지 미룰 수 있도록 해서(과세 이연) 복리 효과를 극대화할 수 있다.

일반 금융상품의 경우 매년 결산 때마다 이자소득과 배당소득에 대한 소득세(15.4%)를 납부해야 한다. 이렇게 세금을 떼고 남은 금액만 재투자하면 그만큼 복리 효과는 줄어들 수밖에 없다. 하지만 연금계좌에서는 이자와 배당수익이 발생해도 인출할 때까지는 세금을 부과하지 않는다. 이렇게 되면 투자수익을 고스란히 재투자할 수 있기 때문에 훨씬 빠른 속도로 적립금이 불어나게 된다.

그러면 실제 운용수익에 대한 과세 이연 효과가 얼마나 되는지 살펴보자. 아래 **〈그림〉**은 연금계좌와 일반 금융상품에 매년 초 700만 원을 투자했을 때의 적립금을 비교한 것이다. 매년 투자수익에 15.4%의 소득세를 떼고 남은 금액만 재투자하면, 30년 후 적립금은 4억2528만 원이다. 하지만 투자수익에서 세금을 떼지 않고 고스란히 재투자하면 적립금이 4억8833만 원이나 된다. 과세 이연으로 적립금이 6304만 원이나 더 늘어난 셈이다. 연금을 수령하는 동안에도 운용수익에 대해서는 과세하지 않고 인출금액에 대해서만 연금소득세(3.3~5.5%)를 부과한다. 따라서 일반 금융상품에 투자해서 매년 이자와 배당에 15.4%의 세금을 납부하는 것에 비해 세부담이 적다.

매년 초 700만 원씩 30년을 투자했을 때 적립금 비교



금융소득종합과세
이자와 배당을 합친 금융소득이 연간 2000만 원을 초과하면 금융소득을 다른 종합소득과 합산해 누진세율(종합소득세율)을 적용, 종합 과세하는 제도를 말한다.

아울러 연금계좌를 이용하면 금융소득종합과세도 피할 수 있다. 연금계좌에서는 운용수익을 찾아 쓰기 전까지는 소득세를 전혀 납부하지 않으므로 금융소득종합과세를 피할 수 있다. 연금을 수령하는 기간에도 운용수익과 세액공제받은 원금에서 인출한 금액이 1200만 원을 넘지 않으면 다른 소득과 합산하지 않는다.

연금계좌 절세 꿀팁 2

해외 펀드에 투자할 때 절세 효과 더욱 커지는 '연금계좌'

연금계좌가 가진 과세 이연 효과는 해외 펀드에 투자할 때 더욱 배가된다. 국내 펀드에서 얻은 주식매매(평가)차익에는 배당소득세가 부과되지 않지만, 해외 펀드 투자에서 얻은 매매(평가)차익과 환차익에는 배당소득세(15.4%)가 부과된다. 게다가 이 같은 배당수익이 연간 2000만 원 이상이면 금융소득종합과세를 당할 우려도 있다. 하지만 연금계좌 내에서 해외 펀드에 투자하면 이 같은 걱정을 덜 수 있다. 앞서 살펴봤듯이 연금계좌에서 발생한 수익은 그 종류와 크기에 상관없이 이를 빼 쓰기 전에는 세금을 부과하지 않기 때문이다.

과세시기만 뒤로 미루는 것이 아니라 인출할 때 세 부담도 적다. 연금계좌를 중도에 해지하면 그동안 발생한 운용수익에 기타소득세(16.5%)가 부과되지만, 이를 55세 이후에 연금으로 받으면 비교적 낮은 세율(3.3%~5.5%)의 연금소득세가 부과된다.

연금계좌 VS 비과세해외주식투자전용펀드

해외 펀드 투자할 때 절세효과 얼마나 되나?

해외 펀드에 투자했을 때 절세 효과를 얻을 수 있는 금융상품으로는 펀드 자산의 60% 이상을 해외 상장주식에 투자하는 '비과세해외주식투자전용펀드(이하 비과세해외펀드)'가 있다. 연금계좌를 통해 해외 펀드에 투자하는 것과 비과세해외펀드에 투자하는 것은 어떤 차이가 있을까?

과세 대상 & 방법

먼저 과세 대상과 방법에 차이가 있다. 비과세해외펀드의 경우 주식매매(평가)차익과 환차익에는 소득세를 부과하지 않는다. 하지만 배당과 이자, 채권매매차익에는 세금을 부과한다. 반면 연금계좌는 소득 종류를 불문하고 운용기간 중에는 세금을 부과하지 않다가 인출할 때 세금을 징수하는데, 55세 이후에 연금으로 수령하면 낮은 세율(3.3~5.5%)의 연금소득세가 부과된다.

투자기간 & 한도

다음으로 투자기간과 한도에도 차이가 난다. 비과세해외펀드에는 3000만 원까지만 투자할 수 있고, 가입 후 10년 동안만 비과세 혜택이 주어진다. 이에 반해 연금계좌는 투자기간이 따로 정해져 있지 않은 데다, 매년 1800만 원씩 적립할 수 있다.

주식매매차익과 환차익에 세금을 전혀 부과하지 않는다는 점에서 보면 비과세해외펀드의 절세 혜택이 크다고 할 수 있지만, 투자 한도와 기간 등을 종합적으로 고려하면 연금계좌를 활용해 해외 투자를 할 때도 상당한 절세 효과를 누릴 수 있다.

미국과 호주에서는 왜 연금계좌에 '최소 인출 의무'를 부과할까?

우리나라에서는 연금계좌의 적립금을 은퇴생활 초기에 너무 많이 찾아 쓰지 말라는 의미로 '연금 수령 한도'를 정해놓고 있다. 이에 반해 미국과 호주에서는 "부디 일정 금액 이상을 찾아가라"며 최소 인출 의무를 부과하고 있다.

미국에서 최소 인출 의무가 도입된 것은 1962년 자영업자를 위한 퇴직연금인 키오 플랜(Keogh Plan)이 도입되면서부터다. 키오 플랜 가입자들은 70.5세가 되면 이듬해부터 매년 적립금에서 일정 금액을 의무적으로 꺼내 쓰도록 되어 있다. 우리나라와 마찬가지로 미국도 퇴직연금에서 적립금을 꺼내 쓰기 전까지 운용수익에 대해 세금을 부과하지 않는다. 그런데 이 같은 과세 이연 혜택을 누리다 적립금을 자녀에게 상속하는 경우를 방지하기 위해 최소 인출 의무를 두고 있는 것이다. 최소 인출 금액은 남아 있는 적립금을 기대여명으로 나누는 방식으로 정하며, 최소 인출 의무를 위반할 경우 인출하지 않은 금액의 절반을 세금으로 납부하도록 하고 있다.

호주의 퇴직연금제도라 할 수 있는 슈퍼애뉴에이션에도 최소인출률이 정해져 있다. 최소인출률은 65세 미만 4%에서 시작해 14%까지 연령에 따라 차츰 높아진다. 슈퍼애뉴에이션 가입자가 60세 이전에 적립금을 인출하면 소득세(15%)를 납부해야 하지만, 60세 이후에는 세금을 전혀 납부하지 않는다. 이 같은 비과세 혜택만 누리며 적립금을 찾아 쓰지 않는 경우를 방지하기 위해 최소 인출 의무를 두고 있는 것이다.

미국과 호주가 연금계좌에서 최소 인출 의무를 두고 있는 것은, 역설적으로 이들이 연금계좌를 평생 절세통장으로 활용하면서 자산을 관리하고 있다는 것을 보여준다.

연금계좌에서는 이자와 배당수익이 발생해도 인출할 때까지는 세금을 부과하지 않는다. 이렇게 되면 투자수익을 고스란히 재투자할 수 있기 때문에 훨씬 빠른 속도로 적립금이 불어나게 된다.

통상 이자소득이나 배당소득에 15.4%의 세금이 부과되는 것과 비교하면 절세 효과가 상당하다고 할 수 있다.

연금계좌 절세 꿀팁 3

퇴직자의 평생 절세통장 '연금계좌'

근로자들이 퇴직할 때 받는 퇴직급여에는 퇴직소득세가 부과된다. 이때 퇴직급여를 연금계좌로 이체한 다음 55세 이후에 연금으로 수령하면 퇴직소득세를 30% 경감받을 수 있다. 대부분의 퇴직자들이 여기까지는 알지만, 연금계좌에서 퇴직급여를 운용해 얻은 수익에도 절세 혜택이 돌아간다는 사실에 대해서는 잘 모른다.

퇴직급여를 일반 금융상품에 투자하면 매년 발생한 이자와 배당에 소득세(15.4%)가 부과된다. 한 직장에 오래 근무한 근로자나 고액 연봉을 받던 임원은 퇴직할 때 상당한 액수의 퇴직급여를 수령하게 된다. 희망퇴직을 할 때도 법정퇴직금과 함께 명예퇴직금으로 거액을 수령하는 경우가 있다. 이 같은 거액의 자금을 일반 금융상품에 투자하면 금융소득종합과세를 걱정하지 않을 수 없다.

하지만 퇴직급여를 연금계좌에 이체하면 이 같은 걱정을 덜 수 있다. 연금계좌에서 퇴직급여를 운용해 이자나 배당소득을 얻었다 하더라도 이를 찾아 쓰기 전까지는 소득세를 납부하지 않아도 되기 때문이다. 당연히 금융소득종합과세를 걱정할 필요도 없다. 그리고 운용수익을 55세 이후에 연금 수령 한도 내에서 찾아 쓰면 낮은 세율의 연금소득세만 내면 된다. 따라서 퇴직자들이 연금계좌를 잘만 이용한다면 평생 퇴직급여를 넣어두고 운용하면서 절세도 하는 절세통장으로 활용할 수 있다.

일본 단카이 세대들의 '은퇴 후 10만 시간' 활용법

현역 은퇴라는 인생의 최대 터닝 포인트에 서 있는 한국의 베이비부머(1955~1963년생) 세대들. 그들은 은퇴 이후 주어지는 10만 시간을 어떻게 보낼 것인가. 이 시간을 어떻게 보내느냐에 따라 제2의 황금기를 누릴 수도, 고통의 시간을 보낼 수도 있다. 노인대국 일본에서는 일본의 전후 베이비부머 세대(일명 단카이 세대)들이 적극적이고 주도적인 시간 활용으로 자신을 가꾸고 즐길 뿐만 아니라, 일본을 친고령자 사회로 변모시키고 있다. 그들을 통해 한국의 베이비부머들이 10만 시간의 자산을 어떻게 활용할지 힌트를 얻어보자.

글 · 사진 **김웅철** 전 매일경제 도쿄특파원 · 〈초고령사회, 일본에서 길을 찾다〉 저자

은퇴 후 10만 시간, 어떻게 보낼 것인가?

'상품이 아니라 시간을 팝니다.'

일본의 대형 유통회사 '이온(AEON)'이 야심차게 추진하고 있는 중 · 장년층 시니어를 대상으로 하는 마케팅 문구다. 시간을 판다? 도쿄 동쪽의 가사이(葛西)라는 곳에 있는 '이온 가사이점'을 가보면 절로 고개가 끄덕여진다.

4층 건물인 이곳의 맨 위층에는 'G.G몰'로 불리는 시니어 맞춤형 쇼핑몰이 있다. 'G.G'는 '그랜드 제너레이션(Grand Generation)'의 줄임말로, 일본의 한 유명 방송작가가 55~69세 장년층을 '위엄 있는 최상층(Grand) 세대'라는 뜻을 담아 'GG세대'라고 명명한 데서 유래한 말이다.

시니어들이 즐길 수 있는 다양한 체험 서비스를 제공해 그들이 즐거운 시간을 보낼 수 있게 한다는 게 이 쇼핑몰의 핵심 전략이다. 체험을 즐기다 보면 쇼핑몰에 머무는 시간이 늘어날 것이고 매출 증대로 자연스럽게 이어질 수 있다는 생각이다.

G.G몰에는 편히 앉아서 책을 읽을 수 있는 서점이 있으며, 애완동물과 함께 쉴 수 있는 식당과 카페가 있고, 피트니스 클럽, 컬처 교실, 365일 다양한 공연이 펼쳐지는 이벤트 홀까지 갖춰져 특별히 물건을 사거나 쇼핑을 하지 않아도 고객들은 이곳에서 하루 종일 즐거운 시간을 보낼 수 있다. 컬처 교실에서는 매달 150개의 강좌가 열리는데, 어른들의 클래식 발레, 건강체조, 50세부터 시작하는 중국어, 건강 마사지, 장기·바둑, 스타 소믈리에가 안내하는 세계 와이너리 탐방, 수제 소바 제조법까지 다양하다. 악기 전문점은 악기 판매와 함께 음악 스튜디오와 음악교실을 제공한다. 스튜디오에서는 중·장년 남성 아마추어 밴드들이 공연을 하기도 한다. '시니어 고객에게 나를 즐기는 장소를 제공한다'는 것이 이곳 가사이점의 캐치프레이즈다.

이온이 이처럼 시간과 체험을 파는 마케팅 전략을 도입한 데는 자신의 자유시간을 최대한 즐기고 활용하려는 일본의 '젊은 노인'들이 있기 때문이다. 젊은 노인, 그러니까 '단카이 세대'로 불리는 전후 베이비부머들은 젊은이들 못지않게 시간을 즐기려 하고 경험하려고 한다. 더구나 이들은 건강할 뿐만 아니라 생각도 젊고 지식과 재력도 갖췄다.

10만 시간술의 핵심은 '평생 현역'

보통 은퇴 후에는 10만 시간(혹자는 8만 시간)이라는 긴 자유시간이 주어진다고 한다. 일본의 젊은

1 도쿄 신주쿠의 게이오백화점은 친고령자 백화점으로 유명하다. 에스컬레이터가 천천히 움직이고 키 작은 노인들을 위해 계단의 손잡이가 낮게 설치돼 있다. 노인들이 선호하는 생활용품이 많고 무료 셔틀과 배달 서비스도 하고 있다. 멋지게 차려입은 여성 고령자가 이 백화점에서 중년 점원과 말을 주고받고 있다.

2 도쿄 신주쿠에 있는 '시니어들의 아지트' 게이오백화점 전경.

3 '시간과 체험을 판다'는 슬로건을 내걸고 고령자들의 발길을 사로잡고 있는 일본의 대형 유통업체 이온의 가사이점. 이곳 4층에 있는 널찍한 서점을 찾은 고령자들이 독서삼매경에 빠져 있다.

4 일본 고령자들은 다양한 취미클럽에 가입해 노후의 자유시간을 즐기고 있다. 고령자 그림모임의 한 여성 회원이 도쿄 시내의 와세다대학 건물에서 교실 내부를 스케치하고 있다.

노인들이 10만 시간에 어떻게 도전하고 있는지, 그들의 '노후 시간술(術)'을 들여다본다. 환갑을 목전에 둔 한국 베이비부머의 대표주자 '58년 개띠'들에게도 참고가 될 듯하다.

일본 단카이 세대 10만 시간술의 주요 키워드 중 하나는 '평생 현역'이다. 말 그대로 평생 일한다는 것이다(물론 건강이 허락할 때까지만). 일본도 은퇴자들이 일하는 이유 중 가장 큰 부분을 차지하는 것이 '생계를 위해서'다. 그래서 하류노인이네 과로노인이네 하는 부정적인 말들이 서점가에 자주 등장한다. 하지만 '넉넉한 은퇴자'들도 일 없는 무료함의 고통을 알기에 몸이 허락할 때까지 일하고 싶어 한다.

평생 현역으로 사는 길 1 재취업

日 2013년 법 개정… 정년 65세 이상 연장
숙련 노동자는 정년 70세, 또는 無정년

일본에서의 평생 현역은 크게 3가지 틀에서 실천되고 있다. 대표적인 것은 역시 재취업이다. 일본은 법(고령자고용안정법)을 개정해 2013년 4월부터 정년을 사실상 65세 이상으로 끌어올렸다. 60세 정년 이후에도 정년자가 희망할 경우 65세까지 계속 고용을 의무화한 것.

하지만 정부의 정책이 나오기 이전부터 정년을 70세로 하거나 아예 정년을 없앤 기업들이 적지 않다. 주로 기술을 보유한 숙련 노동자를 대상으로 한 경우가 많다. 에어컨 제조업체인 다이킨공업은 시니어 직원을 위한 유연근무제를 적극 도입하고, '시니어 스킬 스페셜리스트'라는 제도를 통해 70세 이상 고령자도 계속 일할 수 있도록 하는 등 친고령자 채용의 모범사례로 꼽힌다.

평생 현역으로 사는 길 2 창업

신설 중소기업 10곳 중 3곳은 60세 이상 창업
대부분 고정비 최소화하고 소소한 수입에 만족하는 '프티 창업'

평생 현역의 또 하나의 수단은 창업이다. 일본의 2016년 중소기업 백서에 나오는 연령별 창업자를 보면 60세 이상 시니어가 전체의 32%를 차지해 가장 큰 비중을 점하는 것으로 조사됐다. 하지만 이들의 상당수는 인생 2막에 성공 신화를 쓰겠다는 '과욕'을 부리기보다는 무리하지 않고 자기가 하고 싶은 일을 하면서 소소한 수입을 올리는 데 만족한다. 이른바 '로 리스크, 로 리턴(Low Risk, Low Return)'형 기업인 셈이다. 일본에서는 이를 '프티(Petit, 소규모란 뜻) 창업'이라 부르기도 하는데, 대부분 1인 기업이 많고 사무실은 공유 스페이스를 이용하면서 고정비를 최소화한다. 분야는 현역 시절 했던 일이나 자기가 좋아하는 분야에 한정되는 경우가 많다.

평생 현역으로 사는 길 3 사회적 기업

환경, 간병, 교육 등 NPO 법인 설립 활발
추억의 미니 영화관, 시니어 기자 등 분야 다양

NPO(Non Profit Organization) 법인을 설립하는 사회공헌형 비즈니스도 일본의 젊은 노인들이 주목하는 평생 현역 일자리다. 일본은 지난 1998년 '특정비영리활동촉진법'을 제정해 환경, 간병, 교육 등 몇 개 분야에서 NPO 법인 설립을 촉진해왔다.

현재 전국에 4만 개가 넘는 NPO 법인이 활동 중인데, 주로 고령자 간병과 같이 지역이 주체가 되어 지역사회의 문제를 해결하는 사회적 기업으로서의 역할을 하고 있다. 자가 임종을 지원하거나, 추억의 미니 영화관을 운영하거나, 시니어 기자 활동을 지원하는 등 그 분야는 매우 다양하다.

10만 시간의 특권과 자유, '나만을 위한 시간'

물론 일이 삶에 보람을 주고 무료함을 덜어주기는 하지만 그것만으로 10만 시간의 특권과 자유를 누리기에는 턱없이 부족하다. 그래서 일본 단카이 세대들은 은퇴 후 10만 시간을 가족이나 사회가 아닌 '나만을 위한 시간'으로 만끽하려고 한다.

직장이라는 굴레에서 벗어나 자유를 찾은 만큼 대담하게 시간을 쓰고, 직장에서 일하던 시절에 억눌렀던 욕구를 과감히 분출하며, 자신의 장례도 스스로 챙기는 등 시간을 주도적으로 쓴다.

단카이 세대의 이 같은 적극적인 활동을 일본에서는 '시활'(時活)이라 부르기도 한다. '시활'은 시간을 잘 활용한다는 것으로, 물질적인 것보다 시간이나 체험에 가치를 둔다는 뜻이다. 일본에서는 '활'(活)자를 사용해 시대의 트렌드를 반영하는 경향이 있는데, 예를 들면 취업활동을 '취활'(就活), 결혼을 위한 노력이나 활동을 '혼활'(婚活)이라고 부른다.

단카이 세대의 '시활'을 구성하고 있는 요소들은 어떤 것이 있을까? 3가지 정도의 키워드를 꼽을 수 있다. 학습, 취미, 웰다잉이 그것이다.

시활(時活) 1 배움

시니어 해외 단기 연수 프로그램 인기
외국어 학원 수강자 3명 중 1명은 60세 이상

일본의 젊은 노인들은 기존의 선배 노인들에 비해 지적 호기심이 강하다. 또 지적 활동을 통해 얻은 만족감을 소중하게 여긴다. 그래서 배움에 돈과 시간 등 적잖은 노후 자원을 아낌없이 투자한다.

요즘 일본에서는 시니어들의 해외 유학 열기가 뜨겁다. 퇴직 후 시간에 여유가 생긴 60대 이상 고령자들이 해외 유학에 도전장을 내밀고 있다. 여기서 말하는 해외 유학이란 영어 등 어학을 배우는 해외 단기 어학연수 프로그램을 말하는데, 3주에서 길게는 3개월 정도 현지에서 생활하면서 어학 공부와 문화 체험을 하는 것이다. 한 달 기준으로 약 500만 원 정도가 들어가는데, 그야말로 시간과 돈을 대담하게 쓰는 대표적 사례인 셈이다. 요즘 학령인구 감소로 어려움을 겪고 있는 도심 학원가에는 50세 이상의 장년층이 젊은 학생들의 빈자리를 메워주고 있다. 특히 영어 등 외국어 회화 학원의 경우 수강자 3명 중 1명이 환갑을 넘긴 시니어들이라고 한다.

지자체에서도 이들 단카이 세대의 배움에 대한 열정에 대응해 지역 대학과 연계해 퇴직 후 지역으로 귀환한 젊은 노인들을 위한 다양한 학습 프로그램을 제공하고 있다. 도쿄 스기나미구의 '스기나미 지역대학'이나 기타큐슈시의 '평생 현역의 꿈 실현 학원' 등은 주로 퇴직 후 지역으로 돌아온 베이비부머들이 참여하고 있다. 이 학교들은 단순히 학습을 제공하는 데 그치지 않고 학업 수료 후 지역의 관련 일자리를 연결해주는 매칭 사업까지 제공하고 있다.

시활(時活) 2 취미

활동적이고 과감한 취미 활동 증가
65세 이상 대상 오토바이 강습, 승마 강습 등 인기

시활의 두 번째 키워드는 취미다. 무엇보다 흥미로운 점은 은퇴한 일본 단카이 세대의 취미 활동이 의외로 젊고 과감하다는 것. 젊은이들도 동경하는 최고급 오토바이 할리 데이비슨을 강습하는 도쿄의 한 자동차 교습소에 개설된 65세 이상 고령자 대상 코스에는 매년 1000여 명의 수강생이 몰리고 있다.

과거 고령자들이 안전과 체력을 이유로 거리를 뒀던 승마에 도전장을 내미는 겁 없는 고령자도 적지 않다. 이 때문에 승마클럽에서는 65세 이상 고령자의 체력에 맞는 기초운동과 기술 습득을 가르치는 고령자 상품을 내놓고 있다.

시활(時活) 3 웰다잉

자신의 죽음을 미리미리 준비하는 '종활'
묘 친구, 후견인 선정, 사후 애완동물 케어까지

단카이 세대의 시활에서 자신의 장례를 준비하는 웰다잉 활동은 빼놓을 수 없는 중요한 항목이다. 일본에서는 자신의 죽음을 미리미리 준비하는 것을 '종활(終活)'이라고 부르는데, 젊은 노인들은 자신의 죽음마저도 주도적이고 적극적으로 준비하고 있는 것이다.

자신의 묏자리를 미리 정하고 묘지의 이웃이 될 이들과 생전에 '묘 친구'가 되는가 하면, 혼자 사는 젊은 노인들은 '생전 계약(生前契約)'을 통해 자신의 사후에 필요한 장례 절차를 미리 계약해두기도 한다. 불시에 병고가 발생했을 때 자신의 의사결정을 대신해줄 후견인을 선정하거나, 자신이 죽은 후 홀로 남겨질 애완동물의 케어에 관한 대응책까지도 마련해두는 세심한 노인들도 있다.

소중한 재산 10만 시간 '더 대담하고 즐겁게'

요즘 일본에서는 1970~80년대 일본의 청춘들을 열광시켰던 디스코 붐이 중·장년층을 중심으로 부활하고 있다. 호텔이나 DJ들이 기획한 '디스코 이벤트'에는 수백 명에서 천 명이 훌쩍 넘는 남녀 시니어들이 몰려들고 있는데, 추억의 댄스곡에 맞춰 환호성을 지르며 격렬하게 몸을 흔들어대는 등 열광적인 분위기가 연출된다고 한다.

황혼의 사랑을 위해 적극적으로 새로운 짝을 찾아나서는 시니어들도 눈에 띄게 늘고 있다. 혼자된 '젊은 노인'이 수십 년의 여생을 홀로 지낸다는 것은 고문에 가깝다. 신체가 건강한 젊은 실버들은 사랑도 추구하고 싶어 한다. 이 때문에 '시니어 싱글', 즉 독신 장년층이 결혼시장의 주요 고객으로 등장했고, 결혼 정보 업체들은 커플이 함께 걷는 워킹 프로그램, 가라오케(노래방) 소개팅, 남녀 동반 골프 등 다양한 이벤트를 통해 커플 성사율을 높이기 위해 안간힘을 쓰고 있다.

최근에는 도심 러브호텔의 주 고객층으로 시니어 커플들이 부상하고 있다. 커플 중 어느 한쪽이 60세 이상이면 요금을 할인해주는 시니어 요금제가 등장하는가 하면, 안전사고를 막기 위해 계단에 난간을 설치하거나 호텔 룸의 테이블을 곡선으로 교체하고 TV 리모컨도 글씨가 큰 것으로 바꾸는 등 시설 면에서도 고령자 맞춤형 서비스를 제공한다.

은퇴 후 10만 시간은 직장에 몸담고 있던 시절의 시간과는 질적으로 차이가 있다. 이 시간은 오롯이 나만을 위해 주도적으로 쓸 수 있는 시간이다. 어떻게 보내느냐에 따라 황금의 시간이 될 수도, 고통의 시간이 될 수도 있다. 은퇴를 전후한 한국의 베이비부머들도 대담하고, 젊고 즐겁게, 그리고 주도적으로 10만 시간이라는 재산을 활용하길 바란다.

평안한 노후를 위한 자산관리 5원칙

저성장·저금리·고령화로 과거와는 다른 상황이 전개되고 있습니다.
변화된 환경 속에서 은퇴자산을 성공적으로 운용하고 평안한 노후를 준비하려면
지금까지 익숙했던 것과 다른 은퇴자산 관리 원칙이 필요합니다.

01 은퇴자산은 글로벌로 분산투자해야 합니다
저성장·고령화로 인해 국내 자산에만 투자할 경우 기대수익률이 낮아질 수 있습니다.
은퇴자산에서 안정적인 수익을 얻기 위해서는 글로벌 분산투자가 반드시 필요합니다.

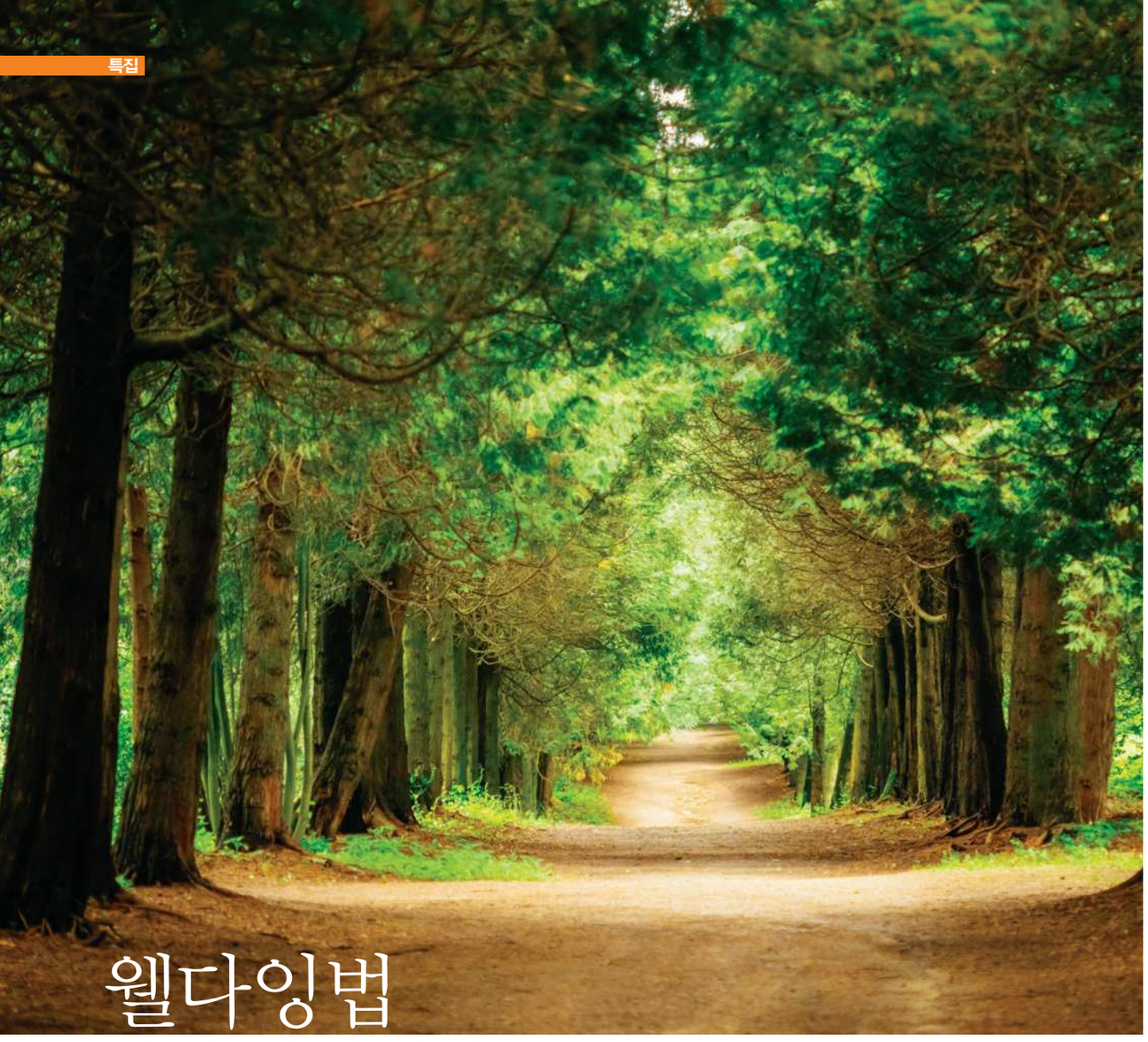
02 은퇴자산은 안정성에 초점을 두고 다양한 자산에 투자해야 합니다
집중투자에 따른 손실은 장기투자로도 회복되지 못할 수 있습니다.
자산운용의 안정성을 위해서는 은퇴자산을 '자산군 간, 자산군 내, 지역별'
이렇게 3중으로 철저하게 분산해야 합니다.

03 은퇴자산은 장기적인 관점에서 우량자산에 투자해야 합니다
은퇴자산은 장기간 운용해야 하므로 사회·경제적 트렌드의 변화에 맞는 우량자산을
선별하여 투자해야 합니다.

04 은퇴자산은 질병·사고 등으로 인한 경제적 손실로부터 보호되어야 합니다
질병 및 사고는 은퇴자산의 형성을 막고 소진을 앞당기는 원인으로 작용하므로,
보장성 보험 등을 통해 철저하게 대비해야 합니다.

05 은퇴자산은 적립에서 인출까지 통합적 관점에서 운용되어야 합니다
길어진 수명과 낮아진 금리는 은퇴자산 관리에 있어서 새로운 생각을 요구합니다.
자산규모보다는 현금흐름을 중시하는 관점을 가져야 하며, 자신에게 맞는 인출계획을
세우고 적립시기부터 그에 맞게 은퇴자산을 운용해야 합니다.

MIRAE ASSET 미래에셋은퇴연구소
03159 서울시 종로구 종로 33, 그랑서울 Tower1 13층
대표전화 : (02) 3774-6644
홈페이지 : retirement. miraeasset.com



웰다잉법 어떤 의미인가?

회생 가능성이 없는 환자가 자기의 결정이나 가족의 동의로 연명치료를 받지 않을 수 있도록 하는 법(일명 웰다잉법)이 2016년 1월 8일 국회 본회의를 통과했다. 이에 따라 2017년 8월 4일부터 호스피스가 시행 중이고, 연명의료 분야는 2017년 10월 16일부터 2018년 1월 15일까지 시범사업 기간을 거친 후 2월 4일부터 본격 시행된다. 임종기를 맞은 환자가 연명의료를 거부하는 자기결정권을 행사한다면 그의 마지막 소원이 이뤄지도록 국가가 보호·지원해야 한다는 것이 웰다잉법 제1조의 내용이다. 대한민국도 자기결정권에 의해 존엄사를 선택할 수 있는 시대를 맞은 것이다.

글 **최철주** 전 중앙일보 논설고문·웰다잉 강사

"웰다잉법을 아시나요?"

15년간 국민 합의 이뤄 결정…
존엄사 선택이 가능한 시대

웰다잉법은 '존엄사법'이나 '연명의료결정법'이라고도 불린다. 정부의 공식 문서에는 후자가 자주 쓰인다. 어느 쪽이든 죽음의 냄새가 가장 덜 나는 용어를 선택하려고 한다. 이 법률의 정식 명칭은 '호스피스·완화의료 및 임종 과정에 있는 환자의 연명의료 결정에 관한 법률'이다.

이 법률에 담긴 두 가지 큰 줄기는 '호스피스 의료 서비스'와 '사전연명의료의향서'이다. 호스피스 의료 서비스는 이미 2017년 8월부터 시행되고 있으며, 사전연명의료의향서 작성 등록에 관한 부분은 2018년 2월 4일 시행을 앞두고 있다. 그러나 의료 현장에서 적잖은 마찰과 오해, 갈등이 일어날 수 있는 여지가 있기 때문에 정부는 이런 부작용을 최소화하기 위해 2017년 10월 16일부터 사전연명의료의향서에 관한 시범사업을 벌이고 있다. 말하자면, 어느 누구나 환자 본인이 희망한다면 존엄사 선택이 가능한 시대로 접어들었다는 의미를 가진다. 미국이나 유럽의 여러 선진국들의 일상생활에서 나타나고 있는 존엄사가 웰다잉법에 의해 우리나라에서도 받아들여진 것이다.

존엄사법 시행으로 말기 환자뿐 아니라 건강한 사람도 만약의 경우를 생각해서 사전연명의료의향서(이하 의향서)를 미리 작성해 공식기관에 등록할 수 있다. 정부 공인 양식으로 만들어진 의향서는 인터넷으로 내려받아 그 내용을 미리 확인할 수 있다. 연명의료를 희망하지 않는다면 그 뜻을 분명히 밝히고 본인의 주소와 이름을 적고 서명한 다음 등록기관의 확인을 거치면 접수가 완료된다.

연명의료
임종 과정에 있는 환자에게 하는 심폐소생술, 인공호흡기 착용, 혈액 투석, 항암제 투여 등 네 가지 의학적 시술로 치료 효과는 없이 임종 과정만 늘리는 것을 의미한다. 환자들은 연명의료계획서를 쓰거나 이를 쓰지 못한 채 임종기에 접어들었을 때 가족 2명 이상의 일치된 진술, 환자 가족 전원의 합의 등을 통해 존엄사를 선택할 수 있다.

"나도 연명의료 중지 의사를 미리 밝히고 싶어요"

가족과의 대화는 필수!
등록 후 마음 바뀌면 언제든 취소 가능

의향서를 작성하려면 무엇보다 가족과의 대화가 필수다. 만약 이런 과정을 생략하고 혼자 서류를 만들어 등록했다면 마지막 순간 모든 것이 혼란에 빠지게 될 공산이 크다. 환자 본인의 진짜 생각이 무엇인가를 둘러싸고 다툼이 벌어질 것이다. 이 같은 잡음이 생기지 않도록 가족 모임에서 자신의 생각을 밝히고 다른 구성원의 의견을 확인한 다음 의향서를 작성하는 것이 옳은 순서다.

그러나 가족들이 죽음이라는 문제에 자신의 생각을 적극적으로 털어놓거나 개입하기 어려운 측면도 있다. 잘못 말했다가 작성자의 노여움을 사거나 서운한 감정을 일으키게 할 수도 있다. 대부분의 경우 "뭐 그렇게까지…"라는 말로 의향서 작성을 만류하는 가족도 있을 것이다. 아니면 "아직 그럴 시기가 아니다. 좀 더 있다가 생각해보자"라고 브레이크를 거는 가족도 있을 것이다. 그만큼 타이밍을 잡기가 꽤 어려운 일이다. 그러나 지금까지 필자가 경험한 바로는 한번 기회를 놓친 뒤 다음 기회를 잡기란 더더욱 어렵다. 어느 누구도 죽음의 문제를 다시 거론하는 용기를 내기 쉽지 않기 때문이다.

이런 상황에서 당사자가 말기 환자를 거쳐 임종

기에 이르렀을 때는 의식불명 상태에 빠져 아무런 의사표시도 하지 못한다. 이때 연명의료 중지 또는 보류 결정을 내려야 하는 일은 온전히 남아 있는 가족의 몫이다. 가족이 환자의 최후의 인생에 개입해서 결정을 내린다는 것은 매우 부담스럽고 어려운 일이다. 결국 가족들은 마지막까지 도리를 다해야 한다는 의무감에 아예 환자를 연명의료 과정으로 몰아가는 사태가 벌어진다. 환자가 평소에 생각했던 것과 전혀 다른 방향으로 일이 전개돼버리는 것이다.

환자 또는 19세 이상의 건강한 사람이 의향서를 만들어놓기로 작정했다면, 우선 시범기관으로 지정된 곳에 서류를 접수시켜야 한다. 신촌세브란스병원, 충남대병원, 사전의료의향서실천모임(사실모), 각당복지재단, 대한웰다잉협회 등 5곳이 우선 지정됐다.

서울에서는 사실모라는 이름을 내건 비영리단체가 가장 많은 상담 경험을 쌓아왔으며 지방 곳곳에 협력사무소도 운영하고 있다. 의향서를 작성하고자 하는 사람은 시범기관을 방문해 상담자로부터 신분 확인과 연명의료 보류 의사 확인을 받아야 한다. 그곳에 근무하는 상담자는 웰다잉 등에 관한 기본교육을 받고 현장에서 활동해온 전문가들이다. 2018년 2월부터는 전국 주요 의료기관과 사회단체들이 정부로부터 등록기관으로 추가 지정을 받아 똑같은 서비스를 제공할 예정이다. 이에 대한 정부의 예산 지원도 뒤따른다.

어떤 환자가 등록기관에 의향서를 접수시킨 뒤 등록지에서 멀리 떨어진 곳에서 요양치료를 받는다고 해보자. 긴급 상황이 발생해 환자가 지방 소재지 병원 응급실에 입원한 뒤 임종기를 맞이할 경우, 당직 의사는 건강보험공단 등 관련 전산망을 통해 환자가 작성한 의향서가 있는지 우선 확인한다. 의향서를 확인한 주치의는 당사자의 뜻에 따라 연명의료 보류 결정을 내린다. 마지막 순간 인공호흡기를 부착하거나 심폐소생술을 시도하는 일을 하지 않는다. 그러나 환자가 숨을 거둘 때까지 영양과 수분 공급은 계속된다. 자연의 섭리에 따라 마지막 숨을 거두는 환자의 죽음을 우리는 존엄사라고 부른다. 사실상 자연사인 것이다.

바로 이런 점이 미국이나 유럽 등에서 시행되고 있는 존엄사와 다르다. 그곳에서는 대부분 의향서를 작성한 환자가 임종기가 되면 미리 영양 및 수분 공급을 중단하는 경우가 많다. 그래도 그들은 이러한 삶의 마무리를 존엄사로 받아들인다. 이것을 두고 결코 소극적 안락사 등으로 문제 삼지 않는다.

우리나라에서는 비록 의향서 등록을 마쳤다 하더라도 당사자의 마음이 바뀌어 연명의료 중지를 취소하고 싶다면 언제라도 담당기관을 찾아가 의향서를 취소하면 된다. 여기에는 아무런 제재나 규제도 없다.

"의향서 신청은 어떻게 하나요?"

19세 이상 등록 가능… 전국 의료 현장에서 활용

먼저 등록기관을 찾아가서 의향서에 관한 법적 서식을 받고 상담자의 설명을 들어야 한다. 상담자는 민원인이 연명의료를 하지 않겠다는 의사가 확실한지를 체크한다.

- 임종기에 심폐소생술을 중단·보류하시겠습니까?
- 임종기에 인공호흡기 착용을 중단·보류하시겠습니까?
- 임종기에 혈액투석도 중단·보류하시겠습니까?
- 임종기에 항암제 투여도 중단·보류하시겠습니까?

각각의 질문에 '예', '아니요'를 분명히 답변해야 한다. 이때 상담자는 의료 상황이 어떻게 전개될 것인지를 구체적으로 설명해줘야 한다. 이 밖에 환자가 호스피스 시설을 이용할 의사가 있는지 확인하는 절차도 밟아둔다.

이상의 서식이 완성되면 민원인은 연명의료를 중단하거나 보류하는 내용에 주소와 날짜, 이름을 적고 직접 서명해야 한다. 이때 민원인에게 구체적인 사항을 설명해준 상담자의 이름도 넣는다. 그만큼 상담자의 충실성이 요구된다. 민원인의 개인정보제공동의서도 필요하다. 의향서라는 법적 문서를 제출하면 등록기관은 민원인에게 접수증을 발급해준다. 이 접수증으로 민원인은 자신이 의향서를 작성했음을 가족에게 확실히 알려줄 수 있다.

각 등록기관은 민원인이 작성한 의향서를 받아 국가생명윤리정책연구원(국생연)에 보내고, 국생연은 전국에서 보내온 이들 자료를 데이터베이스 시스템에 올려 의료 현장에서 활용할 수 있도록 한다.

다른 나라와 마찬가지로 우리나라도 19세 이상 성인이면 누구나 상담을 거쳐 의향서를 작성할 수 있다. 이에 대한 구체적인 정보가 필요하다면 국생연 안에 설치돼 있는 국립연명의료관리기관 설립추진단(02-778-7595)에 문의할 수 있다.

사전연명의료의향서·연명의료계획서 비교

* 자료 : 보건복지부

"당신은 정말 연명의료를 중단하시겠습니까?"

마지막 치료 과정에서 의사가 작성하는 '연명의료계획서'

사전연명의료의향서(의향서)는 환자가 미리 작성해둔 서류인 반면 연명의료계획서(이하 계획서)는 의사가 작성하는 것이다. 말기 환자 치료를 맡은 의사는 환자에게 연명의료를 보류 또는 중단할 것인지에 관한 의사를 확인하고 호스피스 정보도 제공한다. 이때 환자가 '저는 연명의료를 하지 않겠습니다'라는 뜻을 분명히 밝히면 의사는 이를 관련 서류에 반영한다. 환자의 뜻을 확인한 의사와 환자의 서명이 동시에 들어간 서류이다. 이를 계획서라고 한다. 이 서류 역시 의료기관에 등록돼 어디서나 확인이 가능하다. 환자는 자신의 생각이 바뀔 경우 언제라도 의사를 번복할 수 있다.

사전연명의료의향서를 신청하려면
먼저 등록기관을 찾아가서
의향서 서식을 받고 상담자의
설명을 들어야 한다. 상담 후 서식이
완성되면 민원인은 연명의료를
중단하거나 보류하는 내용에 주소와
날짜, 이름을 적고 직접 서명한다.
이후 등록기관에 의향서를
제출하면 절차가 완료된다.

환자가 연명의료를 하지 않겠다는 고뇌의 결정을 내리는 것만큼 담당 의사에게도 어려움이 따른다. '환자는 지금 말기 상태입니다'를 통보하고, 임종기에 이르면 '연명의료를 중단하거나 보류하시겠습니까'를 질문하고 환자의 반응을 기록해야 한다. 이를 위해 의사는 의학적 관점에서 치료 과정과 앞으로 예상되는 문제를 상세히 설명해야 하는 부담을 안게 된다. 아무리 법적 성격을 갖춘 서류라 하더라도 계획서를 작성하는 의사로서는 환자의 심리적 안정을 해치지 않도록 부드럽고 자상하게 설명해줘야 한다. 때로는 상황이 매우 난감해 주치의가 직접 하지 못하는 경우도 있을 것이다. 웰다잉법은 의사의 계획서 작성을 반드시 해야 할 의무사항으로 지정하지 않고 있다.

서류 작성 시기를 감안했을 때 의사의 계획서가 환자의 마지막 치료 과정에서 작성되는 것이므로 이보다 훨씬 이전에 작성된 의향서보다 우선적으로 적용된다. 물론 계획서가 없다 하더라도 당초에 환자가 작성한 의향서에 따라 같은 조치가 취해진다.

계획서 작성과 이행을 위해 우선 시범사업자로 지정된 상급종합병원은 가톨릭서울성모병원, 고려대학교구로병원, 서울대학교병원(혜화), 신촌세브란스병원, 영남대학교의료원, 울산대학교병원, 충남대학교병원, 강원대학교병원, 국민건강보험일산병원, 제주대학교병원 등 10곳이다.

"생의 마지막 시간을 잘 마무리할 수 있게 돕는 호스피스"

환자나 가족의 불안을 없애는 게 가장 중요...
재택 서비스로까지 확대

'호스피스'라는 말 자체에 죽음의 냄새가 풀풀 난다고 생각하는 사람들이 의외로 많다. 불치병에 걸린 환자들이 들어갔다가 곧 장의차에 실려 나간다는 선입견 때문이다. 호스피스란 의사들이 말기 환자들과 상담하며 육체적, 정신적 고통을 최대한 줄여주는 의료행위나 시설을 말한다. 따라서 매우 인간적이며, 환자의 존엄을 최우선으로 생각한다. 성직자들과 자원봉사자들이 호스피스 시설에서 봉사하는 이유도 여기에 있다.

호스피스는 환자가 생의 마지막 시간을 편안하게 보내며 남은 삶을 잘 마무리할 수 있도록 거들어주는 곳이다. 의식불명 상태로 연명의료를 통해 생명을 연장하며 가족과의 대화도 거의 불가능한 환자의 삶과 비교하면 하늘과 땅만큼의 차이가 있다. 호스피스 의료는 환자를 사람답게 대접하는 것이 기본이다.

어떻게 하면 호스피스 서비스를 잘 받을 수 있을까. 물론 이 서비스는 말기 환자들을 위한 것이다. 환자와 그 가족들이 이에 대한 정보를 많이 얻고 관련 시설을 충분히 활용한다면 환자에게 다가오는 생의 마지막 시간이 덜 고통스러울 수 있다는 것에 유념할 필요가 있다. 의료 현장에서 경험한 바에 따르면, 이에 대한 사전 지식이 부족한 가족일수록 환자들이 매우 불행한 시기를 맞게 된다.

환자가 더 이상 치료가 어려워진 말기 상태에 이르면 웰다잉법에 따라 담당 의사가 환자에게 호스피스를 통해 통증 관리 등 증상 조절과 영적 지원 등을 받을 수 있다는 것을 설명해주거나, 아니면 환자와 가족이 이를 요청할 수 있다. 환자가 일단 호스피스를 선택하면 담당 의료인은 이용 절차를 구체적으로 설명해줘야 할 의무를 진다. 환자나 가족의 불안을 없애는 것이 첫 번째다. 환자가 호스피스에 대한 거부감이 강하다면? 이는 대개 호스피스를 오해하기 때문인데, 가족과의 충분한 대화를 통해 이를 풀어줘야 한다. 현장을 미리 둘러보면서 이해의 폭을 넓혀주는 것도 좋은 방법이다.

LW = 연명치료 중지

의향서나 계획서라는 말이 매우 어렵게 들리는 건 당초에 관련 용어를 만들 때 전문가들이 법적 또는 의료적 오해를 없애기 위해 한자 투의 단어를 조합했기 때문이다. 미국 등에서는 이를 'Living Will(LW)'이라고 부른다. 생전 유언 또는 사전 유언이라고 번역되지만 누구나 알기 쉬운 말들이다. 일본은 아직 관련법이 만들어지지 않았으나 정부 가이드라인에 의해 존엄사를 시행하고 있다. 그들은 LW라는 단어로 연명치료 중지 의사를 나타내곤 한다. 소통이 쉽고 자연스러운 언어를 선택하는 것은 해당 정책을 잘 시행하기 위한 지름길이 될 수 있다.

가끔 호스피스 병동 안팎에서 승강이를 벌이는 환자 가족들을 목격한다. 노령의 환자가 가족들에게 "나를 이곳에 넣어두고 고려장을 하려고 그러느냐"며 화를 내는 모습도 보았다. 어떻게 설명할 방도를 찾지 못하는 가족의 안타까움이 행인의 발걸음을 멈추게 한다. 가족 간에 충분한 대화가 이뤄지지 못한 탓이다.

환자가 주치의와 상담을 통해 호스피스를 선택한다는 것은 심폐소생술이나 인공호흡기, 혈액투석, 항암제 등으로 연명의료를 하지 않는다는 것을 전제로 한다. 이러한 일련의 조치는 웰다잉법에서 임종기에 한정하고 있다.

호스피스 시설 이용은 2017년 8월부터 시행돼왔다. 정부는 외부 병동에 설치된 시설 이외에 가정에서도 호스피스 서비스를 받을 수 있는 길을 열어놓았다. 2016년 2월부터 시범 시행해오고 있는데 이번에 더욱 확대 적용하고 있다. 재택 의료 서비스가 바로 그것이다. 말기 환자가 병원보다 가정에서 마지막 시기를 보내고 싶어 한다면 건강보험 등을 통해 이를 적극 지원해주는 제도이다. 담당 주치의에게 이 서비스를 신청하면 의사와 간호사 등

의 의료진과 사회복지사 및 자원봉사자 또는 종교인 등이 말기 환자 가정을 방문해 육체적, 정신적 통증 완화를 위해 노력한다.

거의 모든 민주국가는 헌법에서 국민의 존엄과 가치를 지켜야 한다고 밝히고 있다. 그런데 우리에게 존엄은 과연 무엇일까. 왜 죽음에까지 존엄을 이야기하는 것일까. 이것은 너무 추상적인 데다 때로는 윤리적이고 도덕적인 언어로 느껴져 우리와는 상관없는 먼 나라 이야기로 들린다.

그러나 삶의 질이 개선돼 웰빙과 힐링을 실천하며 살면서도 우리가 여전히 고달픈 이유를 한 번쯤은 짚어봐야 한다. 웰빙은 있는데 웰다잉이 없다. 우리는 지금껏 잘 먹고 잘 사는 데만 열중해왔다. 모든 생물이 그러하듯 삶의 마지막에는 죽음이 기다리고 있는데 이에 대한 준비가 안 돼 있기 때문에 남은 삶이 망가져버리는 일이 허다하다. 그 마지막을 고통스럽지 않고 존엄하게 맞아들이기 위해 마음의 준비를 해야 하는 것이다.

웰다잉법 시범사업 기관

〈시범사업 기간 : 2017. 10. 16~2018. 1. 15〉 ※ 2018년 2월 4일부터 전국 확대 시행

사전연명의료의향서 작성(5곳)

• 일반인(19세 이상) 대상

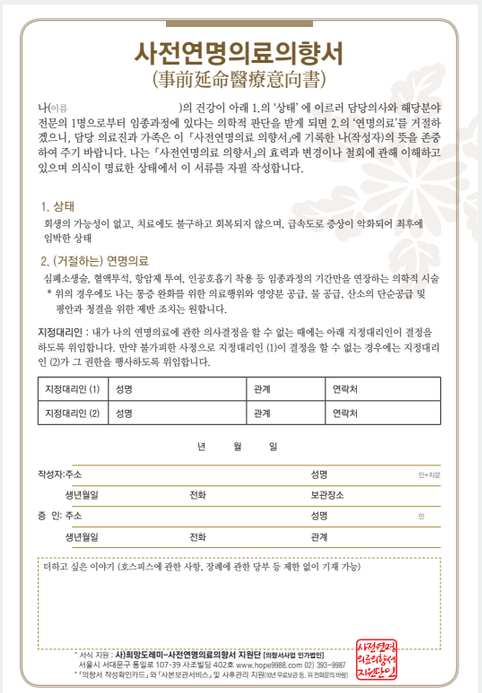
신촌세브란스병원 02-2228-4302
충남대병원 042-280-7106

• 환자 대상

사전의료의향서실천모임(사실모) 02-2281-2670
각당복지재단 070-7166-5583
대한웰다잉협회 041-911-5556

연명의료계획서 작성 & 이행 병원(10곳)

가톨릭서울성모병원 02-1588-1511
고려대학교구로병원 02-2626-1570
서울대학교병원(혜화) 02-2072-2114
신촌세브란스병원 02-2228-4302
영남대학교의료원 1522-3114, 053-623-8001
울산대학교병원 052-250-7000
충남대학교병원 1599-7123
강원대학교병원 033-258-2000
국민건강보험일산병원 1577-0013
제주대학교병원 064-717-1114


사전연명의료의향서
(事前延命醫療意向書)

나(이름)의 건강이 아래 1.의 '상태'에 이르러 담당의사와 해당분야 전문의 1명으로부터 임종과정에 있다는 의학적 판단을 받게 되면 2.의 '연명의료'를 거절하겠으니, 담당 의료진과 가족은 이 「사전연명의료 의향서」에 기록한 나(작성자)의 뜻을 존중하여 주기 바랍니다. 나는 「사전연명의료 의향서」의 효력과 변경이나 철회에 관해 이해하고 있으며 의식이 명료한 상태에서 이 서류를 자필 작성합니다.

1. 상태
회생의 가능성이 없고, 치료에도 불구하고 회복되지 않으며, 급속도로 증상이 악화되어 최후에 임박한 상태

2. (거절하는) 연명의료
심폐소생술, 혈액투석, 항암제 투여, 인공호흡기 착용 등 임종과정의 기간만을 연장하는 의학적 시술
* 위의 경우에도 나는 통증 완화를 위한 의료행위와 영양분 공급, 물 공급, 산소의 단순공급 및 평안과 청결을 위한 제반 조치는 원합니다.

지정대리인 : 내가 나의 연명의료에 관한 의사결정을 할 수 없는 때에는 아래 지정대리인이 결정을 하도록 위임합니다. 만약 불가피한 사정으로 지정대리인 (1)이 결정을 할 수 없는 경우에는 지정대리인 (2)가 그 권한을 행사하도록 위임합니다.

지정대리인 (1)	성명	관계	연락처
지정대리인 (2)	성명	관계	연락처

년 월 일

작성자:주소		성명	인
생년월일	전화	보관장소	
증 인: 주소		성명	인
생년월일	전화	관계	

더하고 싶은 이야기 (호스피스에 관한 사항, 장례에 관한 당부 등 제한 없이 기재 가능)

* 서식 지원 : 사)희망도레미-사전연명의료의향서 지원단 (의향서사업 연구분야)
서울시 서대문구 통일로 107-39 사조빌딩 402호 www.hope9988.com (02) 393-9987
* 「의향서 작성확인카드」와 「사본보관서비스」 및 사후관리 지원(10년 무료보관 등, 유 전화문의 바람)

※**웰다잉법 관련 문의** 국립연명의료관리기관 설립추진단(02-778-7595)

독립 투자전문그룹, 미래에셋

러브에이지는
나이를 사랑하는
방법입니다
LOVE AGE

은퇴 뒤 10만 시간
준비하면
행복해집니다

1만 시간

■ 은퇴 뒤 가용시간 108,463시간(미래에셋은퇴연구소, 2015. 10)

행복한 은퇴설계의 시작!
미래에셋생명

은퇴, 미리미리 준비해야 합니다
은퇴 뒤에 보낼 시간은 무려 10만 시간!
연금전문 보험회사와 함께, 은퇴 뒤 10만 시간의 행복을 설계하세요

준법감시인심사필 – 02 – 201704 – 027

행복한 은퇴설계의 시작 –
MIRAE ASSET
미래에셋생명

일본 사회를 바꾸고 있는 '새로운 어른'이 궁금하다

인터뷰어 **심현정** 미래에셋은퇴연구소 선임연구원
인터뷰이 **사카모토 세쓰오**
통역 **사카이 준페이**

사카모토 세쓰오 하쿠호도(博報堂) 새로운어른문화연구소(新しい大人文化研究所) 총괄프로듀서.
1975년 와세다대 상학부를 졸업한 후, 광고회사인 하쿠호도에 입사했다. 2000년 엘더 비즈니스 추진실 창설을 추진했으며, 2011년 봄에는 '새로운어른문화연구소'를 설립해 현재 총괄프로듀서를 맡고 있다. 저서로는 〈50세를 넘긴 뒤에 더는 나이를 먹지 않는 46개 법칙〉, 〈세대론의 교과서〉, 〈시니어 마케팅은 왜 실패했나-새로운 어른의 소비가 일본을 움직인다〉 등이 있다.

지금 일본에서는 이전과는 확연히 다른 새로운 중·노년이 주목받고 있다. 보통 나이가 들면 활동성이 떨어지고 소비를 줄일 것이라 여긴다. 하지만 '새로운 어른(新しい大人)'은 이런 편견을 과감히 깨버린다. 이들은 은퇴 후의 삶을 인생의 내리막길이 아닌 새로운 시작으로 생각한다. 젊었을 때 동경했던 고급 바이크 '할리 데이비슨'을 구입하기도 하고, 비용이 1인당 500만 원에 가까운 호화 크루즈 열차를 타고 여행을 다니기도 한다. 이에 따라 새로운 어른들을 위한 새로운 시장이 등장하고 있다. '새로운 어른'의 라이프스타일과 소비가 만들어내는 변화는 초고령사회 일본을 흔들어놓을 만큼 잠재력이 있다.

구체적으로 '새로운 어른'의 사고방식과 라이프스타일은 어떠할까? 이에 대해 알아보기 위해 도쿄 미나토구에 위치한 세계적인 광고회사 하쿠호도(博報堂) 본사를 찾아갔다. '새로운어른문화연구소(新しい大人文化研究所)'의 사카모토 세쓰오 총괄프로듀서를 만나기 위해서다. 사카모토 총괄은 '새로운 어른'을 정의하고, 이들의 사고방식과 라이프스타일을 연구해온 전문가다.

초고령사회 일본에 변화의 바람을 일으키고 있는 새로운 어른들. 이들의 등장이 고령화가 가장 빠르게 진행되고 있는 대한민국 사회에 시사하는 점이 있지 않을까? 여러 궁금증과 기대를 안고 하쿠호도 본사 로비에 들어섰다.

'새로운 어른', 과거의 노인들보다 긍정적이고 문화 친화적

과거의 노인과 다른 '새로운 어른(新しい大人)'의 출현을 어떻게 발견하게 되었나?

일본은 지난 2006년에 65세 이상 인구가 전체 인구의 20%가 넘는 초고령사회에 접어들었다. 당시만 해도 초고령사회는 힘없는 노인들로 가득찬 시들시들한 사회일 거라고 생각하는 사람들이 많았다. 그러나 2000년 초반부터 중·노년의 삶을 꾸준히 지켜봐온 나는 통념대로 노인들이 활력 없는 모습으로 전락할 것 같지 않았다. 그렇게 생각한 계기는 2000년경 실시했던 설문조사였는데, 조사 결과 50대 이상의 미디어 활용 비율이 매우 높게 나타났다. 새로운 문물에 뒤처지고 옛날 방식을 고집하는 노인이 아닌, 컴퓨터와 인터넷을 활용하고 미디어를 즐기는 새로운 중·노년층이 생겨나고 있었던 것이다. 그 이후 중·노년에 대한 선입견을 버리고 이들이 '변화한다'는 관점을 가지고 바라보게 됐다. '새로운 어른' 역시 변화의 관점에서 그들의 삶을 분석했기에 발견할 수 있었다.

먼저 개념부터 얘기해보자. '새로운 어른'은 어떤 사람들인가?

나는 '새로운 어른'의 핵심적인 특징으로 두 가지를 꼽는다. 하나는 젊은 감각을 유지하려 한다는 것이고, 다른 하나는 인생 후반기를 새로운 시작으로 여긴다는 것이다. 즉 긍정적이다. 예전에 중·노년

초고령사회
총 인구 중 만 65세 이상 인구가 차지하는 비율이 20%를 넘는 사회. 만 65세 이상 인구 비율이 14% 이상이면 고령사회, 7% 이상이면 고령화사회라 부른다. 일본은 1995년에 고령사회, 2006년에 초고령사회에 진입했다. 한국은 2017년 고령사회에 진입했다.

들은 '성숙한 사람'이라고 평가받기를 좋아했다. 그런데 2003년에 단카이 세대를 대상으로 조사했더니 남에게 들어서 기분 좋은 말로 '생기발랄하다', '센스가 좋다'를 응답한 비율이 높고, '성숙한 사람이다'를 꼽은 사람은 드물었다. 그후에 이뤄진 조사에서도 거의 비슷한 결과가 나왔다.

'새로운 어른'은 또한 인생에 대해 상대적으로 긍정적이다. 예전의 시니어, 중·노년들은 50대 이후가 되면 '절반쯤 포기'하고 사는 것을 당연하게 여겼고, 소위 '나잇값'을 해야 한다고 생각했다. 반면 '새로운 어른'은 마음속에 '몇 살이 되더라도 젊게, 긍정적인 마음으로 살아야겠다'고 생각한다. 나이에 맞게 사는 게 그리 중요하지 않다. 실제로 설문조사를 하면 50, 60대의 80% 가까이가 그렇게 응답한다. 50세가 넘어서면 직장에서 물러나고 자녀들도 독립해 나간다. 또 건강에는 적신호가 들어온다. 이런 상황 자체는 과거나 지금이나 크게 다르지 않다. 하지만 과거의 중·노년들이 이 상황을 '인생 내리막길의 시작'이라 보았다면, '새로운 어른'은 '지금부터 시작'이라는 마음으로 긍정적으로 풀어가려 한다.

'새로운 어른'은 일본의 베이비붐 세대인 단카이 세대를 말하는 것인가?

'새로운 어른'은 사고방식, 문화, 소비 양식에서 과거와 다른 새로운 경향을 보이는 중·노년층을 지칭한다. 지금 60대 초·중반인 단카이 세대는 그 특성상 '새로운 어른'에 가깝다. 이들이 청소년일 때 남자의 장발(長髮), 청바지, 미니스커트가 등장했고 포크송이나 비틀즈 같은 해외 문화도 들어왔다. 베이비붐 세대는 그 수가 많은 만큼 단번에 새로운 문화를 만들어냈고, 이들이 만든 청소년 문화는 이전 세대와 전후 세대를 구분하는 분수령이 됐다.

'새로운 어른'의 시초가 되는 단카이 세대는 노인의 개념을 바꾸고 있다. 단카이 세대 이후 중·노년에게서 나이 들어 활력 없고, 돈 쓰는 데 인색하며, 새로운 문화와 문물에 뒤처지는, 흔히 알던 그런 노인의 모습은 찾기 어렵다. 이들은 선호가 분명하고 조금 비싸더라도 더 좋은 것, 더 좋아하는 것을 산다. 자신의 시간을 즐기며, 젊은 시절 하지 못했던 것에 도전하길 주저하지 않는다.

단카이(團塊) 세대
제2차 세계대전이 끝난 후 1947~1949년에 태어난 일본의 베이비붐 세대를 말한다. 단카이 세대의 인구수는 약 680만 명에 이르며, 이들은 1970~90년대 일본의 경제 중흥기를 경험했다.

'새로운 어른', 저축보다 투자에 적극적

'새로운 어른'의 라이프스타일은 어떠한가? 구체적인 사례를 듣고 싶다.

먼저 여행시장의 풍경이 달라지고 있다. '새로운 어른'의 라이프스타일은 새로운 여행시장을 만들어내고 있다. 중·노년층이 은퇴 후 삶을 즐기려고 할 때 먼저 생각하는 것이 '여행'이라는 설문조사 결과가 있다.

JR규슈의 호화관광 열차 '세븐스타스 in 규슈'는 '새로운 어른'의 니즈를 잘 공략했다. 3박 4일 일정으로 규슈를 둘러보는 이 크루즈 열차의 1인당 비용은 48만 엔(약 462만 원)에 이르지만 예약 경쟁률이 30 대 1에 달한다. 열차 여행자의 평균 연령은 52세다. 최근 호쿠리쿠 신칸센 개통 이후 주목받고 있는 여행지인 가나자와는 50, 60대 여성들이 친구끼리 함께 가는 여행지로 인기를 끌고 있다. 시간과 돈이 있는 중·노년층이 제2의 인생을 즐기고자 여행길에 나서면서 JR규슈를 비롯한 일본 철도회사 수익이 눈에 띄게 증가했다.

사카모토 세쓰오

'새로운 어른' 중에는 은퇴한 후에 다시 기타를 치려고 악기점에 가서 '마틴'이나 '깁슨' 등 30만 엔 이상의 고급 기타를 사는 사람도 있고, 은퇴 후 시간과 돈의 여유가 생기자 과거 동경의 대상이었던 100만 엔 넘는 '할리 데이비슨'을 사는 '리턴 라이더'도 등장했다. 고급 바이크가 잘 팔리면서 제3차 바이크 붐이 일어날 정도다. '새로운 어른'은 겉으로 보기에는 나이가 많지만 마음은 젊은이들이며, 은퇴 후 다시 시작하는 삶에 주저하지 않는다.

'새로운 어른'이 향유하는 문화가 있다면?

'새로운 어른'은 그야말로 문화 친화적이며, 음악은 이들을 관통하는 코드다. 40~60대에게 '구조조정', '엔고(円高) 불황' 등 세태를 표현하는 다양한 단어를 주고 '자기 세대를 표현하는 말'이 무엇인지 선택하라고 한 적이 있다. 60대는 포크송과 비틀즈를, 50대는 사잔 올스타즈와 마쓰토야 유미를, 40대는 B'z를 꼽았다. '새로운 어른'은 음악과 관련된 단어를 가장 많이 선택했다. 단카이 세대 이후 일본 주류 음악은 가요와 트로트에서 팝과 록으로 변모했다. 이런 문화적 변화를 일으켰다는 것에 '새로운 어른'은 자부심을 느낀다. '새로운 어른' 세대를 대표하는 가수들은 여전히 활동 중이며, 이들의 콘서트는 요즘도 성황을 이룬다.

문화 영역 외에 '새로운 어른'이 보여주는 또 다른 특징이 있다면?

'새로운 어른'은 기존의 중·노년 세대와 다른 경제관을 갖고 있다. 특히 저축, 투자에 대한 관점이 많이 다르다. 70대 이상은 기본적으로 퇴직금을 받으면 무조건 저축으로 쌓아두었다. 일본의 1800조 엔에 달하는 개인 자산이 거기에서 기인했다. 그러

사잔 올스타즈
1978년 데뷔해 2017년까지 39년째 활동하고 있는 일본의 록밴드로 일본 대중음악을 대표한다고 평가된다. 일본 록밴드 대중화에 크게 기여했다.

마쓰토야 유미
1972년 데뷔한 일본의 국민 여가수이자 싱어송라이터. 2016년 새 앨범 '우주도서관'이 주간 1위를 차지해 62세 나이에도 여전한 인기를 구가하고 있다.

B'z
일본 음악계 역대 음반 판매량 1위를 기록 중인 전설적인 J-Rock 2인조 밴드. 1988년 데뷔해 2017년까지 29년째 활동을 계속하고 있다.

> '단카이 세대 이후 중·노년에게서 나이 들어 활력 없고, 돈 쓰는 데 인색하며, 새로운 문화와 문물에 뒤처지는 모습은 찾기 어렵다. 이들은 선호가 분명하고 조금 비싸더라도 더 좋은 것, 더 좋아하는 것을 산다. 자신의 시간을 즐기며, 젊은 시절 하지 못했던 것에 도전하길 주저하지 않는다.

나 단카이 세대에게 퇴직금 사용처를 물어봤더니 반은 저축을 하지만, 나머지 반은 투자, 소비, 대출 상환에 나눠 썼다고 응답했다. 단카이 세대는 투자에 적극적이다. 이것이 아베노믹스의 뒷받침이 되기도 했다. 50대에서 40대로 갈수록 투자 마인드가 확산되는 경향이 있고, 이들로 구성된 새로운 어른은 돈을 불리기 위해 투자를 하고, 불린 돈은 쌓아두기만 하지 않고 활기찬 삶을 위해 여행, 취미를 위해 과감히 쓴다.

'새로운 어른'만의 독자적인 문화가 생겨난 배경은 무엇인가?

사회적 배경을 꼽을 수 있을 것이다. 이들이 살아온 시간은 여성의 주체성이 강화되고 유교문화의 영향이 약화된 시기였다. 제2차 세계대전 종전 직후 태어난 단카이 세대와 그 이전 세대는 인종이 다르다고 비유할 만큼 다른 세대다. 현재 70대 이상인 단카이 세대 윗세대들은 중매로 결혼을 했고, 단카이 세대부터 연애결혼이 대세가 되었다. 결혼 방식의 변화는 여성의 삶에 많은 영향을 주었다. 연애결혼이 보편화되면서 여성들은 결혼 상대방을 고르는 데서부터 주체성을 발휘할 수 있게 됐다. 여성, 아내의 주체성이 생기며 '친구 같은 부부'가 출현했고, 이 경향이 확산되면서 친구 같은 부모, 친구 같은 가족이 등장했다. 이와 더불어 '자녀는 부모에게 순종'해야 하고, '어른을 공경'해야 한다는 유교적 가치관이 힘을 잃으면서 중·노년에게 요구되는 역할과 미덕에 변화가 생겼다고 본다. 성숙하고 나잇값을 해야 하는 웃어른이 될 필요가 없어진 것이다.

활력 있는 초고령사회의 열쇠 '크로스 제너레이션'

'새로운 어른'의 문화나 소비양식이 일시적인 유행이거나, 특정 세대에 국한되는 트렌드라고 볼 수도 있지 않나?

그렇지 않다. '새로운 어른'의 문화와 이들이 만드는 시장은 10~20년 동안은 계속될 것이다. 지금의 40~60대가 초고령 일본 사회의 중핵으로 자리 잡는 시간이다. 구체적인 문화 현상이나 소비 트렌드는 바뀌더라도, 그 저변의 '새로운 어른'의 정체성은 변하지 않을 것이다. 또 '새로운 어른' 문화는 이미 중·노년만의 문화가 아니라고 볼 수 있다. 더 어린 세대들도 이를 자연스럽게 받아들일 수 있을 정도로 융화됐다.

'새로운 어른' 문화가 더 어린 세대에게 융화된다는 점이 흥미롭다. 구체적인 예를 들어준다면?

유명 배우이자 희극인인 기타노 다케시는 올해 70세가 되었지만 요즘도 그가 나와야 TV 시청률이 높게 나온다고 알려져 있다. 사잔 올스타즈 출신의 구와타 게이스케도 60세가 넘었지만 여전히 활동 중인데 그의 음악은 20, 30대에게도 인기를 끌고 있다. 젊은 세대들이 '새로운 어른'의 문화를 거부감 없이 받아들이고 있다. 최근 일본에서 열린 폴 매카트니, 롤링스톤스 콘서트는 50, 60대와 젊은 세대들이 자연스럽게 어우러져 함께 즐겼다.

'새로운 어른'에게 초고령사회 일본을 변화시킬 수 있는 잠재력이 있다고 보는가?

그렇다. 앞서 소개한 사례에서 보듯 '새로운 어른'의 소비는 이미 여행, 엔터테인먼트 산업에서 새로운 시장을 만들 정도로 강력한 영향력을 행사하고 있다. 무엇보다 '새로운 어른' 세대의 특징인, 좀 더 젊게 살고자 하고 긍정적으로 생각하려는 경향이 사회를 더욱 활기차게 변모시키는 동력이 될 수 있을 것이다. '새로운 어른'은 간병이 필요한 상태가 되기 전에 미리미리 건강을 잘 관리한다거나, 사회적 보살핌을 받아야 하는 사회적 약자나 수혜자가 되기보다 사회에 공헌할 수 있는 역할을 찾아 행하는 주체가 되려 한다. 이들은 사회에 활력을 불어넣을 것이다.

'새로운 어른'의 잠재력을 더 잘 발현시키기 위해 필요한 환경이나 노력해야 할 점이 있다면?

'크로스 제너레이션'을 통한 '새로운 어른'과 젊은 세대의 공존, 공조(共助)가 활성화될 필요가 있다. '새로운 어른'이 좀 더 적극적으로 젊은 세대를 지원할 수 있다면 일본 사회의 많은 문제가 해결되고 변화가 시작될 것이다. 구체적으로 나이 많은 여성이 젊은 여성의 육아를 지원하거나 중·노년 선배들이 그간의 경험을 바탕으로 젊은이의 창업을 돕고, 프리터족과 니트족의 취업을 지원하는 방법이 있다.

일본 정부는 지난 2012년 '고령사회 대책 대강(高齡社會對策大綱)'을 개정했다. 이를 통해 고령자를 '지원 받는 쪽'에서 '지원하는 쪽'으로 여기는 의식 전환이 우선돼야 한다고 강조했다. 앞서 말했듯 '새로운 어른'들은 스스로 주체가 되고 사회에 공헌하길 바라며, 젊은 세대들과의 교류를 지향하는 마음을 갖고 있다. '새로운 어른' 세대로부터 젊은 세대를 지원하고자 하는 마음을 잘 이끌어내는 정책이 필요하며, 젊은이들과 만나 교류할 수 있는 환경을 마련할 필요도 있다.

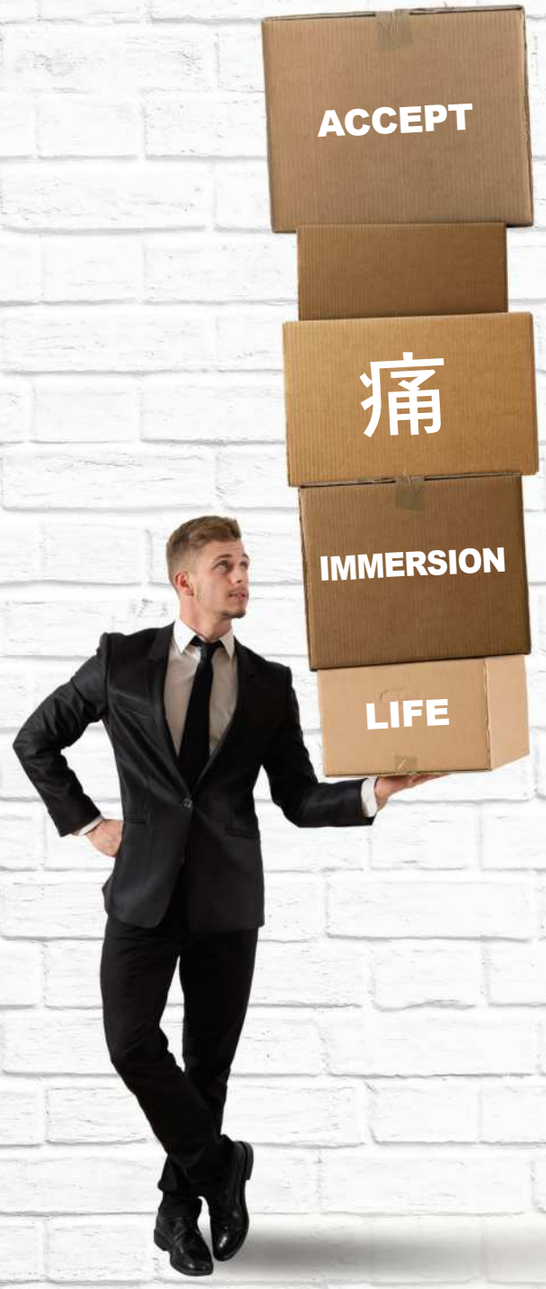
지금 일본은 '새로운 어른'의 출현에 주목하고 있다. 이들이 가진 삶에 대한 긍정적인 시각과 적극적인 활동은 침체됐던 소비시장을 되살리고 있고, 중·노년에 대한 기존의 고정관념을 허물어 젊은 세대와 공유하는 문화를 확산시키고 있다. '새로운 어른'의 활약은 초고령사회 일본에 활기를 불러일으키는 동력이 될 것이다.

한국 사회에서도 고령화가 본격적으로 진행되고 있다. 일본과는 대략 15~20년 정도의 시차가 존재한다. 2026년이면 우리나라도 전체 인구의 20%가 65세 이상인 초고령사회에 진입할 것으로 예측된다. 일본에서 등장한 '새로운 어른'은 미래에 한국 노인들의 모습이 될 가능성이 높다. 긍정적이고, 문화 친화적이고, 투자에 적극적인 '새로운 어른'의 특성을 머잖아 한국에서도 보게 될 날이 오고 있는 것이다.

프리터족(Free+Arbeiter族)
프리랜서와 아르바이터의 합성어로 아르바이트만으로 생활을 꾸려나가는 사람들을 말한다.

니트(NEET)족
유휴 청년층. 나라에서 정한 의무교육을 마친 뒤에도 진학이나 취직을 하지 않고 직업훈련도 받지 않는 사람을 가리키는 말로 'Not currently engaged in Education, Employment or Training'의 첫 글자를 따왔다.

노후 준비를 위해서는 재무적 준비와 심리적 준비가 균형을 이뤄야 합니다. 몸과 마음의 조화가 필요합니다. 그런데 대부분의 노후 관련 조언들은 재무적 준비나 가족 관계에 대한 것이 주를 이룹니다. 내면의 준비에 대한 조언은 발견하기 쉽지 않습니다. 그래서 이번 호 〈행복한 은퇴발전소〉에서는 전 아산병원 정신과 교수였던 김병수 박사가 이 땅의 중년들에게 보내는 진심 어린 조언을 준비했습니다. 이 글이 위로와 희망이 되기를 바랍니다.
_편집자 주



중년통을 이겨내는 힘

수용과 몰입에서 나온다

글 **김병수** 정신과 전문의·전 아산병원 정신과 교수

중년이 되면 몸도 마음도 예전 같지 않습니다.
가속 페달을 몇 번씩 밟아주어야 시동이 걸리는
중고차가 된 듯한 느낌이 듭니다.
아침에 커피를 한 사발 넘기지 않으면 정신이 맑아지지도
않습니다. 중년은 누구에게나 고통스러운 시기입니다.
몸도 예전 같지 않고, 마음도 지치고. 중년이라는
'사추기'를 어떻게 뚫고 나가야 할지 혼란스럽다고 합니다.
이는 중년이 '지금까지의 삶을 돌아보고,
인생의 궤도를 수정하라'는 메시지를 받는
시기이기 때문입니다.
이런 메시지가 신체와 마음으로 전달돼 허무하고,
괴롭고, 지치고 늘어지는 느낌으로 찾아오는 겁니다….

중년이 되면 마음이 이전보다 더 튼튼해질 것 같지만, 꼭 그렇지는 않습니다. 소위 '연예인 병', '잘나가는 사람의 병'이라고 알려진 공황장애만 하더라도 40, 50대 중년에서 유병률이 가장 높습니다. 저를 비롯한 모든 중년은 심리적 고통과 스트레스에서 자유로울 수 없습니다. 그런데 '세상에 나만큼 힘든 사람은 없다'거나 세상의 고통은 오직 자신만 짊어지고 가는 듯한 착각에 빠져 있는 사람도 있습니다.

아픔이 찾아왔을 때 우리는 그것이 자신에게만 생기는 일처럼 여기는 경향이 있기 때문입니다. 하지만 나와 남이 다르지 않고 모두 비슷한 고통을 겪어야만 합니다. 다른 사람을 부러워할 필요도 없습니다. 속을 자세히 들여다보면 나와 별반 다르지 않은 고뇌를 가지고 있음을 금방 알게 됩니다.

중년의 힘은 '수용'에서 나온다

- '수용'은 깊은 성찰과 지혜를 필요로 하는 적극적인 대처 방식
- 새로운 길은 언제나 수용에서 시작… 받아들이지 못하면 변화 못 해

중년의 고통을 이겨내는 힘은 '수용'에서 나옵니다. 피할 수도, 해결할 수도 없는 삶의 문제를 담담하게 받아들일 수 있어야 합니다. 피할 수 없는 현실을 벗어나는 데에만 집착하면 더 괴로워집니다.

우리가 할 수 있는 것은 해결할 수 없는 것에 매달려 힘을 빼지 않고 묵묵히 자기 길을 가는 겁니다. 마음을 다잡고, 당장 자기 자신에게 중요한 일을 놓치지 않고 일상을 챙겨나가는 겁니다. 우는 아이를 끌어안아 달래듯 고통을 품어 안는 것, 가냘픈 꽃을 손에 살포시 쥐듯이 고통을 가볍게 움켜질 수 있을 때 "고통을 받아들였다. 내 삶을 있는 그대로 받아들였다"라고 말할 수 있습니다. '받아들인다'는 것은 수동적 태도가 아닙니다. 깊은 성찰과 지혜를 필요로 하는 적극적인 대처 방식입니다. 있는 그대로 받아들이고 그것을 바라볼 수 있다면 언젠가 그 속에서 통찰을 얻게 됩니다. 새로운 희망의 길은 언제나 수용에서 시작합니다. 받아들이지 못하면 변화할 수도 없습니다.

관찰하는 자아의 힘을 키우자

- 자신의 문제는 보지 않고 남 탓만 하면 중년의 위기 맞을 수도
- 자신의 삶을 3인칭 시점에서 관찰해보면 원하는 방향으로 달라질 수 있어

분노 조절이 안 된다고 하소연하는 사람이 많습니다. "요즘 화가 자주 난다. 부하 직원들 보기 민망할 정도로 화를 내고 있는 내 모습을 나중에 되돌려보면 창피하기까지 하다. 집에서 마누라와 아이들에게 별것 아닌 일로 소리를 지른다"고 토로합니다. 그러면서 "화 안 나게 도와달라"고 클리닉에 찾아오기도 합니다.

지금까지 멀쩡히 직장 생활 잘하던 사람이 갑자기 감정 조절이 잘 안 된다고 호소할 때는 원인이 단순한 경우가 많습니다. 무의식, 부모와의 관계, 어린 시절의 충격, 트라우마 등 복잡하고 심원한 원인도 있겠지만, 오히려 지금 현재의 삶에서 원인이 쉽게 찾아지는 경우가 훨씬 많습니다. 복잡하게 심리를 분석하지 않더라도 술, 불면증, 운동 부족 그리고 스트레스 이 네 가지만 잘 관리하면 감정 조절 문제가 쉽게 해결됩니다.

"술을 50%만 줄이고, 집에 조금 빨리 가서 일찍 잠자리에 드세요. 그러면 감정도 훨씬 잘 조절됩니다"라고 조언해주면 겉으로는 "알았다"고 하면서도

잘 지키지 않는 경우가 많습니다. '누군 몰라서 안 하냐!' 이런 마음인 거죠. "운동을 꾸준히 하고, 스트레스를 줄이면 좋아집니다"라고 하면 "뻔한 이야기 말고, 다른 해결책을 내놔라"고 심통 부리듯 말하기도 합니다. "술 줄이고 집에 일찍 들어가면 부부 관계도 좋아질 거예요"라고 하면 대뜸 "마누라가 바가지만 안 긁어도 나는 스트레스 받을 일 없다. 마누라가 문제다"라고 아내 탓을 합니다. "일찍 들어가봐야 스트레스만 더 받고, 마누라는 내 마음도 몰라준다"고 합니다. 자기 관점에서 보면 틀린 말은 아니지만, 이렇게 해서는 중년의 정신 건강을 제대로 지킬 수 없습니다. 내 문제는 보려 하지 않고, 남의 탓만 하면 중년의 위기가 찾아옵니다.

자신이 살아가는 모습을 3인칭으로 관찰해보세요. 내 행동을 누군가가 촬영해 보여준다고 상상해보세요. 일상을 영화처럼 본다고 상상해보세요.

상상력이라는 마음의 눈을 동원해 내 삶을 관찰하면 '내가 이런 모습으로 남들에게 보이는구나' 하는 걸 깨닫게 되고 '이건 내가 원했던 내 모습이 아니야'라는 걸 자연스럽게 알게 됩니다. 직장 동료 때문에 스트레스 받고, 아내가 나를 존중하지 않아 화가 나는 줄 알았는데 '내가 감정 조절을 못 해서 동료를 불쾌하게 만들고, 아내를 존중하지 않아서 아내도 스트레스를 받았겠구나' 하고 깨닫게 됩니다. '이렇게 해라, 저렇게 해라'라는 타인의 조언이 아니라, 내가 꿈꿔왔던 내 모습과 지금의 나를 비교해보는 것만으로도 '달라져야겠다'는 동기가 생깁니다.

사람은 누구나 '나는 그래도 꽤 괜찮은 사람이야'라는 믿음이 충족되기를 바랍니다. 그래서 3인칭으로 자기 모습을 관찰하기만 해도 '다음에는 조금 다르게 행동해보자'는 마음이 자연스럽게 따라옵니다. 관찰하는 자아의 힘을 키우면 나라는 사람이 내가 진정으로 원하는 방향으로 조금씩 달라집니다.

내 삶의 이야기를 만들자

- 과거를 어떻게 인식하느냐에 따라 현재와 미래의 삶은 달라져
- 나침반이 돼주고 실패해도 일어서게 해주는 내 삶의 이야기 필요

내 삶의 이야기가 필요합니다. 인생 서사가 깊고 풍부한 사람은 역경이 찾아와도 쉽게 쓰러지지 않습니다. 쓰러져도 다시 일어나고, 그 경험에서 의미를 발견합니다. 인생 경험을 의미 있는 내러티브로 구성할 수 있는 사람은 시간이 흐를수록 자아가 더 성숙해집니다. 트라우마를 경험한 뒤에도 그것을 의미 있는 스토리로 이야기할 수 있다면, 충격에서도 쉽게 벗어날 수 있습니다.

한 일간지에 실린 조치훈 9단의 인터뷰 기사를 봤습니다. 한 기자가 "당신에게 바둑이란 어떤 의미입니까" 하고 물었습니다. 조치훈은 이렇게 말했습니다. "만약 바둑이 없었다면 내 인생은 오히려 행복했을지도 모릅니다. 그런데 인생이 행복하기만 하면 사는 게 재미없었을 것 같아요. 불행하고 힘들기 때문에 인생이 재미있는 것입니다. 어렵고 힘든 바둑 때문에 내 인생은 재미있었습니다. 그래서 나는 바둑을 둡니다." 이 말을 듣고 저는 생각했습니다. '한 분야에서 대가가 된 사람은 인생에 대한 자기 이야기도 깊어지는구나' 하고 말이지요.

라이프 내러티브(Life Narrative, 삶의 이야기)는 마음속에 자리 잡고 있는 자기 자신에 대한 이야기입니다. 사람들은 자기 삶을 '계속되는 이야기'로 인식합니다. 시간의 흐름 속에서 라이프 내러티브를 계속해서 고쳐 써나가게 됩니다. 시간이 흘러도 계속되는 이야기는 삶의 방향을 알려줍니다. 살아가는 힘이 됩니다. 어려움이 닥쳐도 무너지지 않게 만들어줍니다. 좌절한 이후에도 다시 일어서게 만드

존 싱어 사전트의 그림 '엘 할레오(El Jaleo)'
그림 속 무희의 모습은 '몰입'이 무엇인가를 잘 보여줍니다. 작품 속 무희의 열정은 춤과 함께 무대를 집어삼킬 것만 같습니다. 벽을 물들이고 있는 그림자는 그녀가 무대와 관객을 향해 쏟아내는 에너지처럼 보입니다. 이 그림처럼 음악에 몸을 맡기고 그 소리에 맞춰 발장단을 치며 나를 잠시 잊어버리는 것이 몰입입니다. 열정은 이렇게 몰입하면서 다시 샘솟게 됩니다.

는 힘은 바로 이런 라이프 내러티브에서 나옵니다.

어떤 사람이 한 직장에서 30년 동안 근무했지만 자신이 원하는 직급에 오르지 못한 채 퇴직을 했습니다. 이것에 대해 '내 30년 직장 생활은 실패작이다'라는 주제로 이야기를 풀어내는 사람이 있을 것입니다. 반면에 똑같은 일을 겪고도 가혹한 경쟁사회에서 꿋꿋하게 버텨낸 인내의 이야기로 풀어내는 사람도 있을 것입니다. 직장을 자주 옮긴 것에 대해서도 자신이 한곳에 정착하지 못하는 부적응자인 것처럼 이야기할 수도 있고, 자기 능력을 인정해주는 곳에서 최선을 다해보고 싶어서 쉽지 않은 이직을 결심했다는 도전과 모험의 스토리로 풀어낼 수도 있습니다. 어느 쪽이 정신적으로 더 건강할까요? 당연히 후자가 훨씬 더 열정적인 삶을 살게 될 겁니다.

이미 벌어진 인생의 수많은 사건들을 없던 일로 만들 수는 없습니다. 시간을 되돌려 자신의 행동을 뒤집어놓을 수도 없습니다. 과거를 없는 것으로 잊어버리고 산다는 것은 불가능합니다. 하지만 이미 일어난 일이라도 그것에 대한 이야기는 얼마든지 편집하고 새롭게 바꿀 수 있습니다. 과거를 긍정적으로 이야기하느냐 부정적으로 풀어내느냐에 따라 지금의 내가 달라지고 미래의 삶이 달라집니다. 나 자신에 대해 어떤 이야기를 갖고 있느냐에 따라 나라는 사람의 가치가 달라집니다.

자기 삶의 의미를 가장 잘 표현해주는 이야기가 무엇인지, 스스로 만들어가야 합니다. 자기 삶의 가장 소중한 것을 품고 있는 이야기를 만들어야 합

니다. 이야기가 원칙이 되고, 이야기가 나침반이 되고, 이야기가 목표가 되는, 그런 이야기를 만들어야 합니다. 이런 이야기가 나를 지켜줍니다. 실패해도 다시 도전하게 만듭니다. 누군가가 성가시게 만들고, 나를 비난해도 꿋꿋이 견뎌낼 수 있게 해주는, 그런 나만의 이야기가 필요합니다.

멈추지 말고 내가 원하는 것을 향해 움직여라

- "이게 진짜 내가 원했던 삶인가?" 타인의 인생이 아닌 진짜 내 삶을 살아야
- "중년인데 아직도 해야 할 일이 많아?" 살아갈 이유와 열정이 많다는 것

안락하고 편안한 삶을 사는 사람들이 항상 행복한 것은 아닙니다. 제가 만난 돈 많고, 명망 있는 사람들도 다 나름의 스트레스와 마음의 고통을 갖고 있었습니다. 인생을 살면서 생기는 좋은 일과 나쁜 일은 모두 다 큰 스트레스입니다. 이혼을 하거나 실직을 해도 스트레스를 받지만, 결혼하고 애 낳고 승진해도 스트레스 받기는 매 한가지입니다.

거짓 행복을 추구하면서 인생을 낭비하지 마십시오. 지금 자신이 얻으려고 하는 행복이 과연 진정으로 원하는 것인지 확인해야 합니다. 사회나 언론에서 심어준 행복에 대한 거짓 환상에 현혹되고 있는 것은 아닌지 생각해봐야 합니다. 이런 행복은 아무리 추구해도 나중에는 허무해지게 마련입니다. 우리는 타인의 인생이 아니라 진짜 내 삶을 살아내야 합니다. 그래서 볼테르도 "(우리는) 우리의 정원을 가꾸어야 한다"고 말했던 것입니다.

저는 피렌체 태생의 미국 화가인 존 싱어 사전트의 '엘 할레오(El Jaleo)'라는 미술 작품을 좋아합니다. 한동안 제 노트북 바탕화면을 장식했던 그림입니다. 삶의 열정을 잃어버린 사람에게 꼭 이 작품을 보라고 권합니다. '엘 할레오'는 스페인 남부 안달루시아 지방의 격정적인 춤을 말합니다. 그림 속 무희의 모습은 몰입이 무엇인가를 잘 보여줍니다. 작품 속 무희의 열정은 춤과 함께 무대를 집어삼킬 것만 같습니다. 벽을 물들이고 있는 그림자는 그녀가 무대와 관객을 향해 쏟아내는 에너지처럼 보입니다. 이 그림처럼 음악에 몸을 맡기고 그 소리에 맞춰 발장단을 치며 나를 잠시 잊어버리는 것이 몰입입니다. 열정은 이렇게 몰입하면서 다시 샘솟게 되는 것이고요.

몰입이라는 것은 몸을 함께 쓸 때 이뤄집니다. 마음만 애쓴다고 몰입에 들어갈 수는 없습니다. '나를 바꾸겠다, 다른 사람이 되겠다'라고 한다면 몸을 움직여야 합니다.

행복은 마음만 먹는다고 얻어지는 게 아닙니다. 행복은 매일의 행동이 모여 생기는 부산물입니다. 자신의 인생 신념에 맞춰 행동하면 행복해집니다. 자기가 추구하는 가치와 멀어지는 행동을 하면 불행에 빠집니다.

"중년인데 아직도 해야 할 일이 많아"라고 푸념하겠지만, 이건 사실 행복한 하소연입니다. 중년이 됐지만 해야 할 숙제가 많이 남아 있다는 것은 즐거운 일입니다. 숙제가 많은 만큼 인생을 살아야 할 이유도 많다는 뜻이니까요. 아직 그만큼의 열정이 남아 있다는 뜻이기도 하니까요. 숙제 없는 중년은 생각할 수도 없습니다. 중년이라면, 당연히 아직도 풀어야 할 숙제가 많이 남아 있어야 합니다. 숙제가 남아 있다는 것은 우리에게 두 가지를 알려줍니다. 우리는 아직 죽지 않았으며, 당분간 숙제 무게만큼의 고통도 던져버릴 수 없다는 것을요. 그러니 중년이 되어 몸과 마음이 지치고 힘이 들어도, 뚜벅뚜벅 자기 길을 걸어가야만 합니다.

소설로 읽는 은퇴학 교과서 〈끝난 사람〉

나, 아직 끝나지 않았어

글 **윤영호** 동아일보 콘텐츠기획본부 전문기자

'언젠가는 우리 모두 죽는다.'

20세기의 가장 위대한 경제학자 존 메이너드 케인스가 남긴 유명한 말이다. 시장의 자기조정 능력을 믿고 기다리지 말고 정부가 개입해 경제를 살려야 한다는 점을 강조하려는 차원이었다. 20세기 초의 대공황도 그의 경제이론으로 극복할 수 있었다는 평가를 받는다.

일본의 TV 드라마 작가 우치다테 마키코의 〈끝난 사람〉을 읽은 후 가장 먼저 떠오른 사람은 엉뚱하게도 케인스였다. 그의 말을 조금 비틀어 '언젠가는 우리 모두 은퇴를 한다'고 강조하고 싶어서다. 이 소설에 나오는 표현을 빌리자면 '떨어진 벚꽃이나 남아 있는 벚꽃도 다 지는 꽃'이다.

누구나 다 아는 얘기다. 그러나 그렇다고 지금 당장 은퇴 준비를 시작하는 사람이 없는 것 또한 아이러니다. 이 소설은 이처럼 준비 없이 은퇴하는 사람들에게 그 끝이 얼마나 비참하고 초라한지 경종을 울려준다. 소설이라고 하기엔 너무나 현실적이고 절절한 얘기여서 한 편의 기록문학이라고 해도 손색이 없을 정도다.

그만큼 작가의 취재력이 놀랍다. 작가 역시 동시대 사람이어서인지 일본과 한국의 베이비부머라면 '내 얘기네' 하고 공감할 정도로 디테일 묘사도 뛰어나다. 작가는 그 공을 자신의 취재에 응한 주변 사람에게 돌렸다. 특히 주인공 다시로 소스케의 고향인 일본 이와테현 모리오카시 출신들에게 많은 것을 물어보았다고 했다.

퇴직, 파산 그리고 졸혼

소설은 다시로가 정년퇴직한 날로부터 시작해 은퇴 생활을 위해 모아놓은 돈을 대부분 날린 후 부인과 졸혼(卒婚)을 하기로 할 때까지의 과정을 그린다. 주인공 부부가

동아일보DB 김수진

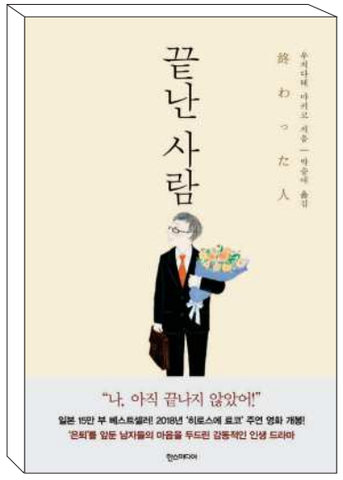
함께 주인공의 고향을 찾아 강에 놓인 다리 개운교(開運橋)를 걷는 장면으로 끝난다. 주인공에게 마지막까지 운이 열리기(開運)를 기대하는 작가의 마음은 동시대인에 대한 애정으로 읽힌다.

주인공 다시로는 1949년에 태어난 일본의 단카이 세대(1947~49년에 태어난 일본의 베이비붐 세대)로, 일본의 1970~80년대 고도성장을 이끈 주역의 한 사람이다. 그러니 오로지 일밖에 몰랐고, 그러는 와중에 평소 가족이나 친구를 챙길 엄두를 내지 못했다. 일에 중독된 '회사인간'이었던 셈이다. 우리나라 경제성장의 주역 베이비붐 세대와 거의 비슷하다.

어렸을 때부터 똑똑하다는 소리를 들으며 자란 다시로는 주변의 그런 기대에 부응하듯 명문고교인 현립 남부고등학교와 도쿄대 법학부를 거쳐 일본 굴지의 은행인 다치바나은행에 들어갔다. 그야말로 엘리트 코스를 거친 것이다. 입행 이후에도 최연소 지점장, 45세에 기획부 부부장 자리까지 올랐다. 임원 직전 단계까지 거침없이 달려간 것이다.

그러나 딱 거기까지였다. 입행 동기에게 밀려 임원 승진을 하지 못한 그는 49세 때 자회사인 다치바나시스템 총무부장으로 밀려나 그 회사에서 63세에 전무로 정년퇴직을 한다. 이후 그는 부인의 반대를 무릅쓰고 정보기술(IT) 업체 대표로 취임하지만 그 업체의 도산으로 모아놓은 재산마저 날리게 되고 부인과는 졸혼하게 된다.

우울한 결말이지만 자세히 보면 주인공의 실패는 어느 정도 예견된 일이라고 할 수 있다. 무엇보다 그는 현실을 받아들이지 못한다. 은퇴에 대비한 마음의 준비를 전혀 하지 않은 것. 그가 속으로 "63세면 아직 머리도 팽팽 돌아가고 몸도 건강하다. 그냥 이대로 전무로 남는다 해도 누구보다 잘할 자신도 있다"고 큰소리치는 것이 이를 말해준다.



끝난 사람 / 우치다테 마키코 지음 / 박승애 역 / 한스미디어 / 1만5000원

현실은 어떤가. 은퇴 이후 부인과 여행이나 영화, 외식 등을 함께하며 지내기로 마음먹지만 그마저도 뜻대로 되지 않는다. 40대 중반의 나이에 뒤늦게 미용전문학교에 들어갔던 부인은 미용사 자격증을 딴 후 조그만 미용실에 들어가 일하기 때문이다. 부인도 자기 나름대로 삶의 스타일을 구축해 놓은 걸 뒤늦게 깨달은 것이다.

마땅히 어울릴 사람도 없는 그에게 남아도는 시간은 축복이 아니라 재앙에 가깝다. 산책도 해보고, 급기야는 낮술을 입에 대기도 하지만 여전히 하루해는 길기만 하다. 사회적으로 '끝난 사람' 취급을 받는 것에 울분은 쌓여만 가고, 그럴수록 현실은 불만스럽기만 하다. 한편으론 자신감을 상실하고 의욕도 없는 나날을 보낼 수밖에 없다.

남아도는 시간, 축복일까 재앙일까

우리 주변에서도 흔히 볼 수 있는 사람들이다. 특히 속된 말로 현직에 있을 때 잘나갔던 사람일수록 후배들을 만나 후배들에게는 말할 틈도 주지 않고 과거 자기 자랑만 잔뜩 늘어놓는 경우가 많다. 변화된 환경에 적응하지 못하고 아직도 과거의 영광과 싸우는 한심한 사람들이다. 오죽했으면 나이 들수록 '지갑은 열고 입은 닫으라'고 했겠는가.

주인공의 이런 상황은 은퇴 준비에서 가장 중요한 것이 무엇인지를 웅변해준다. 연금 수입 등 경제력은 반드시 필요한 조건이지만 그것만으로는 부족하다. 남아도는 시간을 어떻게 보낼 것인지 미리 준비하지 않으면 낭패 보기 십상이다. 매일 등산이나 골프만으로 보낼 수는 없지 않은가.

이 소설은 '은퇴학 교과서'로도 충분하다. 주인공 다시로의 교교 시절 친구를 비롯한 다양한 군상의 은퇴 생활을 보여주기 때문이다. 남자 복싱 세계챔피언전 주심으로 활약하겠다는 목표를 실현하려고 회사에 다니면서도 꾸준히 준비해 회사를 나온 이후 뒤늦게 꿈을 이루는 고교 동창의 얘기는 우리나라 직장인에게도 많은 것을 시사한다.

방송국에서 일하는 부인과 황혼이혼을 하고 고향에 내려와 재능 기부를 하는 주인공의 고교 동창도 등장한다. 황혼이혼은 이미 우리나라에도 쉽게 목격할 수 있는 현상이 된 지 오래다. 주인공이 당하는 졸혼은 이혼과 달리 법적 부부 관계를 유지하되 각자 자신의 인생을 살려고 별거하는 것이다.

그뿐 아니라 초고령사회 일본의 한 단면도 엿볼 수 있다. 60세가 넘은 아들이 가족을 교통사고로 잃고 고향으로 내려와 홀로 90세가 넘은 치매 걸린 아버지를 부양하는 주인공 친구의 사례가 대표적이다. 고령사회에 진입한 우리나라에서도 이미 나타나는 현상이다. 정부 당국자들에게 정책 과제를 제공하는 셈이다.

소설은 아직 은퇴와는 거리가 먼, 한창 일할 나이의 40대에게도 교훈을 준다. "인생이란 아무리 미리 준비를 해도 생각대로는 안 되는 것"이라는 주인공 다시로 부인의 말에 어렴풋이나마 공감할 것이다. 그렇다면 하고 싶은 것은 은퇴 이후로 미루지 말고 지금 바로 해가면서 살아야 하지 않을까. 작가가 정작 강조하고 싶었던 것인지도 모른다.

소설에서 배우는 은퇴 생활 팁

가볍게 읽을 수 있는 소설이면서도 읽을수록 곱씹어볼 만한 내용이 많다. 이 소설에서 배울 수 있는 은퇴생활을 위한 팁을 간단히 정리해보면 다음과 같다.

첫째 은퇴 이후 집안에만 틀어박혀 살면서 부인에게 삼시세끼 요구하다가는 부부싸움으로 이어지고, 급기야 황혼이혼까지 당할 수 있다.

둘째 자신이 모르는 분야에는 절대 뛰어들지 말아야 한다. 주인공 다시로는 은행원 출신인데 IT 업체 최고경영자를 맡았다가 회사가 도산하자 어려움에 처하게 된다. 은퇴 이후 무작정 음식점 경영에 뛰어드는 우리나라 베이비부머가 명심할 대목이다.

셋째 제2 인생을 설계하려면 미리 오랫동안 준비하면서 핵심 역량을 키워야 한다. 주인공 다시로의 고교 동창 니노미야가 은퇴 이후 복싱 경기 주심이 될 수 있었던 것은 회사에 다니면서 꾸준히 준비를 했기 때문이다.

넷째 노후자금까지 탈탈 털어 자식 교육에 '올인'할 필요가 없다. 소설은 행복은 학창 시절 성적이나 명문대 졸업에 달려 있지 않다고 가르친다. 공부를 못해 고향에서 대학을 나왔지만 도쿄대 출신의 주인공보다 행복한 은퇴생활을 하는 친구도 많다.

다섯째 재능 기부에 노력하라. 주인공의 고교 친구 가운데는 고향으로 돌아와 비영리 민간단체(NPO)를 설립해 동일본 대지진 피해자들을 돕는 사람도 있다. 보람도 찾을 수 있을 뿐 아니라 의미 있는 시간을 보낼 수 있다는 점에서 적극 추천한다.

2018 _ Vol. 03

발행일 2017년 12월 20일 **발행처** (주)동아이앤디 **발행인** 김수곤
편집디렉터 김경화 **아트디렉터** 주영권, 전상미 **교열** 배영조
주소 (03187) 서울시 종로구 청계천로1 동아미디어센터 **인쇄** (주)중앙문화인쇄
가격 5000원

*이 책에 실린 어떤 내용도 무단복제해서 사용할 수 없습니다.

정기구독 안내

〈행복한 은퇴 발전소〉는 〈행복한 은퇴 발전소〉는 새로운 개념의 은퇴 매거진입니다.
종합적인 노후 준비에 도움이 될 만한 자산 관리 방법, 건강, 라이프, 문화 등 다양한 주제를 담고 있습니다.
정기구독을 신청하시면 원하는 곳에서 편하게 받아보실 수 있으며,
구독료가 인상되더라도 계약기간 만료 시까지 종전 가격으로 구독할 수 있습니다.

정기 구독료(4회)	1만9000원(택배비 포함)
정기구독 신청 및 문의	02-361-1030/psj09@donga.com
계좌번호	국민은행 870-01-0149-959, 예금주 동아일보(CMS코드 77777)