



4050 직장인 은퇴 자신감 높이려면 '건강·돈·외로움' 3가지부터 챙겨라

미래에셋투자외연금센터, 직장인 2000명 대상 설문조사
가계순자산·근로소득·연금소득 적을수록 자신감↓

Editor 박지혜 미래에셋투자외연금센터 연구원

“은퇴 후 삶에 자신 있습니까?” 이 같은 질문을 받으면 직장인들은 어떻게 답할까. 특히 본격적으로 노후준비에 관심을 갖기 시작하는 직장인의 대답이 궁금하다. 미래에셋투자외연금센터는 2022년 9월 4050 직장인 2000명을 대상으로 '은퇴 자신감' 조사를 실시했다. 설문 참여자들은 10점 만점에 평균 5.2점의 만족도를 보였다.

하지만 평균 점수만 가지고는 다양한 설문 참여자의 특성을 모두 파악할 수는 없다. 그래서 설문 참여자가 스스로 매긴 은퇴 자신감 점수를 기준으로 설문 참여자 집단을 하위·중위·상위 그룹으로 나눠서 분석했다. 은퇴 자신감 점수가 0~4점인 직장인은 하위, 5~6점이면 중위, 7~10점이면 상

위 그룹으로 나뉘었다. 설문조사 참여자 2000명 중에서 하위 그룹은 30%, 중위 그룹은 40%, 상위 그룹은 30%를 차지했다.

자산과 소득은 은퇴 자신감에 얼마나 영향을 미칠까

그렇다면 4050 직장인의 은퇴 자신감을 좌우하는 주된 요인은 무엇일까. 먼저 재무적 요인부터 분석해 봤다. 은퇴 자신감의 정도는 자산 규모와 상당한 상관관계가 있어 보인다. 그룹별로 가계순자산을 비교해 봤더니, 은퇴 자신감이 낮은 하위 그룹 가계순자산은 평균 4억3000만원인 데 반해, 중위 그룹은 6억2000만원, 상위 그룹은 9억4000만원으로 집계됐다.

자산뿐 아니라 소득도 은퇴 자신감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 은퇴 자신감 하위 그룹은 근로소득으로 한 달 평균 570만원을 버는 데 반해, 중위 그룹과 상위 그룹의 월 평균 근로소득은 각각 674만원, 749만원으로 나타났다. 따라서 현재 근로소득의 크기와 은퇴 자신감은 깊은 상관관계가 있다고 할 수 있다.

현재 근로소득뿐 아니라 미래 연금소득 또한 은퇴 자신감에 영향을 미치는 것으로 분석됐다. 은퇴 후 국민연금 수령액을 비교해 봤더니, 하위 그룹은 부부 합산 월평균 139만원, 중위 그룹은 161만원, 상위 그룹은 167만원의 연금을 받을 것으로 예상됐다. 노후소득원이 다양할수록 은퇴 자신감도 높았다. 은퇴 자신감 상위 그룹은 평균 5개의 노후소득원을 갖고 있는 데 반해, 중위 그룹은 4.5개, 하위 그룹은 3.8개를 보유하고 있었다.

은퇴 후 노후소득원을 다양화하려면 국민연금 이외에 퇴직연금과 개인연금도 갖춰야 한다. 전체 설문 참여자 중에서 퇴직연금을 보유한 근로자는 76%였는데, 하위 그룹은 67%, 중위 그룹은 79%, 상위 그룹은 81%가 퇴직연금에 가입하고 있다고 답했다. 개인연금도 비슷한 경향을 보였다. 전체 설문 참여자의 개인연금 보유 비중은 64%였는데, 하위 그룹은 50%, 중위 그룹은 68%, 상위 그룹은 74%가 개인연금에 가입하고 있다고 답했다. 퇴직연금과 개인연금을 보유

하고 있는 이들이 상대적으로 높은 은퇴 자신감을 보인다고 할 수 있다.

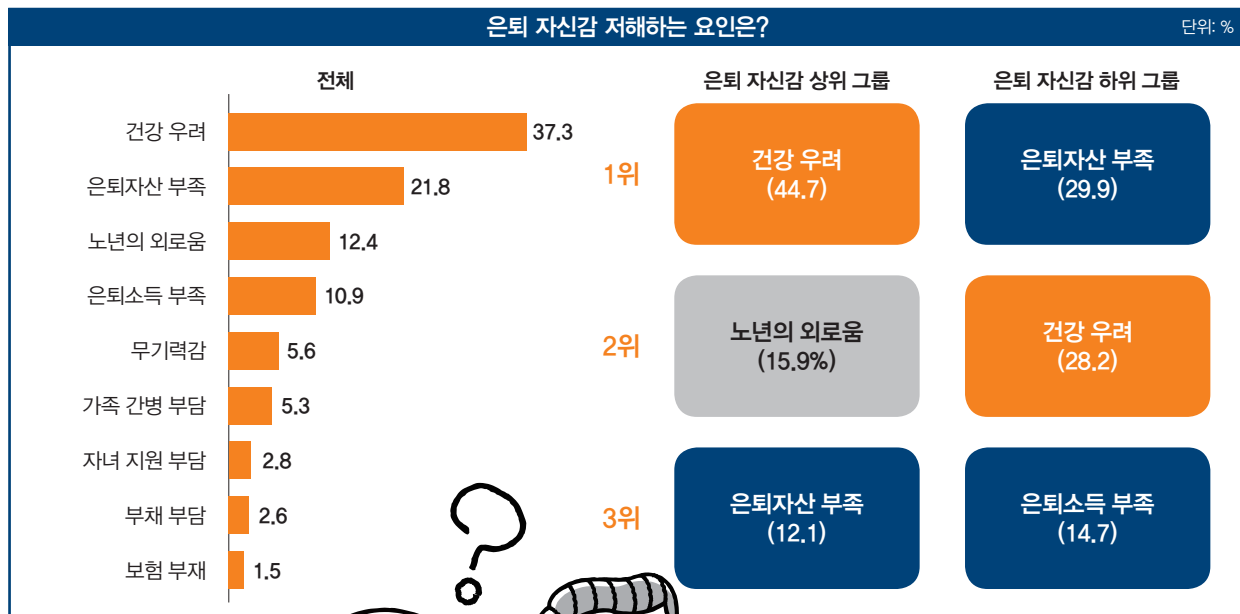
비재무적 요소들이 은퇴 자신감에 얼마나 영향을 미칠까

이번에는 비재무적 요소가 은퇴 자신감에 미치는 영향에 대해 살펴보자. 비재무적 요소 중에서는 건강에 대한 우려가 은퇴 자신감에 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 설문에서 “전반적으로 건강해서 앞으로 지출할 의료비 부담이 낮을 것 같은가”라고 물었더니, 응답자 중 49%가 “그렇다”고 답했다. 그러나 은퇴 자신감 상위 그룹은 70%가 “그렇다”고 답해 건강에 대해 강한 자신감을 보였다. 반면 중위 그룹은 45%, 하위 그룹은 30%만 “그렇다”고 답해 건강에 대한 우려를 드러냈다.

건강 이외에 가족관계가 은퇴 자신감에 미치는 영향이 얼마나 되는지 알아보기 위해 “가정이 화목하고 가족과 주변에서 어떠한 도움을 받을 수 있느냐”고 물었다. 이에 대해 응답자의 63%가 긍정적으로 답했다. 이를 그룹별로 분석해 보면 은퇴 자신감이 낮은 하위 그룹은 43%, 중위 그룹은 71%, 상위 그룹은 88%가 “그렇다”고 답했다. 가족관계가 원만할수록 은퇴 자신감도 높게 나타난 셈이다. 취미와 여가 활동도 은퇴 자신감에 적지 않은 영향을 미치고 있었다. “즐

은퇴 자신감에 영향을 미치는 재무적, 비재무적 요소

		전체	하위 30% (0~4점)	중위 (5~6점)	상위 30% (7~10점)
재무적 속성	가계순자산	6억6000만원	4억3000만원	6억2000만원	9억4000만원
	가계근로소득	월 665만원	월 570만원	월 674만원	월 749만원
	국민연금 예상 수령액(부부 합산)	월 156만원	월 139만원	월 161만원	월 167만원
	퇴직연금 보유 비중	76%	67%	79%	81%
	개인연금 보유 비중	64%	50%	68%	74%
비재무적 속성	노후소득 수단 개수*	4.5개	3.8개	4.5개	5.0개
	건강상태 긍정 응답 비율	49%	30%	45%	70%
	가족관계 긍정 응답 비율	63%	43%	71%	88%
	취미여가 긍정 응답 비율	52%	27%	55%	83%
	*노후소득 수단으로 국민연금, 퇴직연금, 개인연금, 주택연금, 기타 저축 및 투자자산, 근로소득, 부동산 임대소득과 이자·배당 등 금융소득, 가족의 자금지원 등 8개를 제시.				



길 만한 일이 있고, 은퇴 후 삶이 재미있을 것 같은가”라고 물었더니, 은퇴 자신감이 낮은 그룹은 27%만 “그렇다”고 답한 반면, 중간 그룹은 55%, 높은 그룹은 83%가 “그렇다”고 답했다.



건강에 대한 우려를 불식시키고 은퇴 자신감을 회복하려면 어떤 처방을 내려야 할까. 건강에 대한 우려는 상당 부분 돈 문제로 귀결될 때가 많다. 노후에 별다른 소득이 없는 상황에서 병치레 비용을 감당하려면 경제적인 어려움에 처할 수 있기 때문이다.

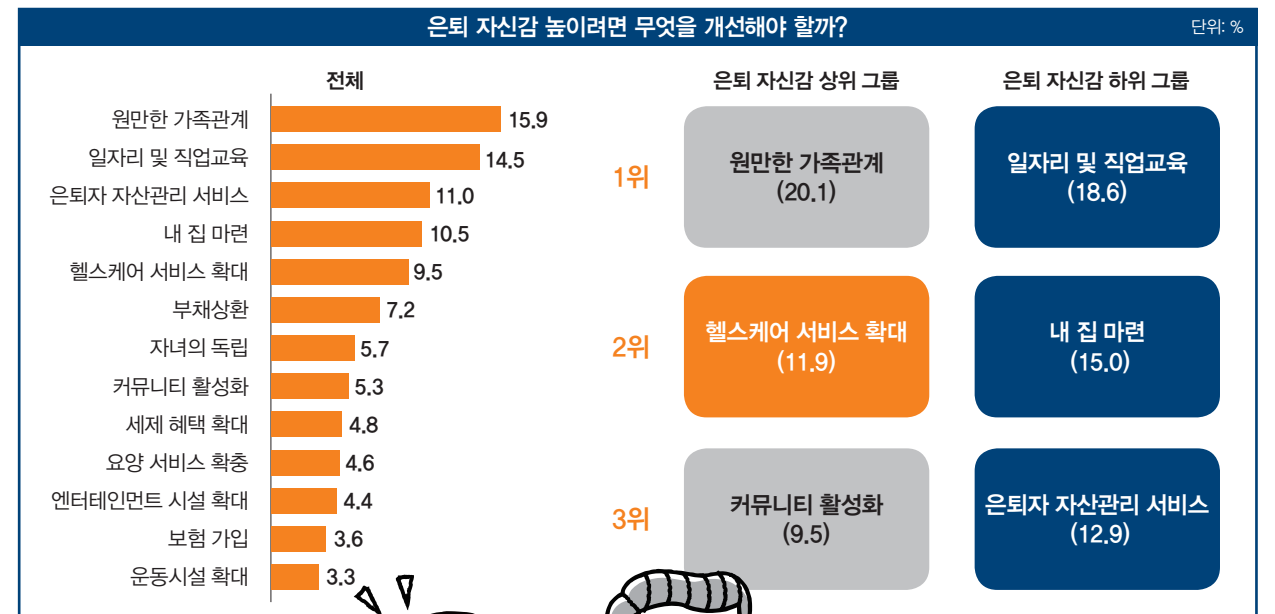
은퇴 자신감 높이려면 어떻게 해야 할까

은퇴 자신감을 높이려면 어떻게 해야 할까. 의사가 제대로 된 처방을 내리려면 병의 원인을 알아야 한다. 마찬가지로 은퇴 자신감을 끌어올리려면 이를 떨어뜨리는 요소가 무엇인지 파악해야 한다. 그래서 4050 직장인들에게 “은퇴 후 삶에 대한 자신감을 저해하는 요소는 무엇이라고 생각하느냐”고 물었다.

1위는 ‘본인 건강 우려’가 차지했다. 설문문에 참여한 4050 직장인 중 37.3%는 자신의 건강에 대한 우려 때문에 은퇴 자신감이 떨어진다고 답했다. 눈여겨봐야 할 것은 은퇴 자신감이 높은 그룹이다. 이들 중 44.7%가 ‘본인 건강 우려’ 때문에 은퇴 자신감이 떨어진다고 답했다. 은퇴 자신감을 저해

하는 요인으로 두 번째로 많이 지목한 것은 ‘노년의 외로움(15.9%)’과 같은 정서적 요인이다. 반면 ‘은퇴자산 부족’을 지목한 이들은 12.1%에 불과했다. 은퇴 자신감이 높은 그룹에서는 재무적 요소보다는 정서적 요소가, 돈보다는 건강이 은퇴 자신감을 많이 좌우하는 셈이다.

건강에 대한 우려를 불식시키고 은퇴 자신감을 회복하려면 어떤 처방을 내려야 할까. 건강에 대한 우려는 상당 부분 돈 문제로 귀결될 때가 많다. 노후에 별다른 소득이 없는 상황에서 병치레 비용을 감당하려면 경제적인 어려움에 처할 수 있기 때문이다. 그렇다면 보험에 가입하는 등 경제적 어려움에 대비해 두면 은퇴 자신감을 회복할 수 있지 않을까. 그래서 “보험에 가입하면 노후에 재정적 위험에 처할 걱정을 덜



수 있느냐”고 물었더니, 응답자의 42.1%가 “그렇다”고 답했다. 보험에 긍정적인 태도를 보인 이들의 은퇴 자신감 점수는 평균 6.2점으로 나타났다. 이는 전체 평균(5.2점)보다 1점이 높고, 보험에 부정적인 태도를 보인 이들(평균 4.5점)과 비교하면 1.7점이 높았다. 주목해야 할 것은 건강에 자신 있는 사람들도 같은 반응을 보였다는 점이다. ‘자신은 건강해서 노후 의료비를 걱정하지 않는다’고 답한 사람들 중에서 보험에 긍정적인 태도를 보인 이들의 은퇴 자신감 점수는 평균 6.4점으로, 보험에 부정적인 이들(평균 5.0점)보다 높았다.



은퇴 자신감을 떨어뜨리는 요소로 ‘본인 건강 우려’ 다음으로 많은 사람(21.8%)이 지목한 것은 ‘은퇴자산 부족’이다. 특히 은퇴 자신감이 낮은 그룹에서는 ‘은퇴자산 부족(29.9%)’을 지목한 이들이 ‘본인 건강 우려(28.2%)’를 지목한 이들보다 많았다. 그래서일까. “은퇴 자신감을 높이려면 어떤 점을 개선해야 하느냐”고 물었더니, 하위 그룹에 속한 이들은 일자리와 직업교육(18.6%), 내 집 마련(15.0%), 은퇴자

은퇴 자신감을 떨어뜨리는 요소로 ‘본인 건강 우려’ 다음으로 많은 사람이 지목한 것은 ‘은퇴자산 부족’이다. 특히 은퇴 자신감이 낮은 그룹에서는 ‘은퇴자산 부족’을 지목한 이들이 ‘본인 건강 우려’를 지목한 이들보다 많았다.

자산관리 서비스(12.9%)와 같은 재무적인 대책이 필요하다고 답한 이가 많았다.

은퇴 자신감을 저해하는 요소 3위를 차지한 것이 ‘노년의 외로움(12.4%)’이라는 점도 눈에 띈다. 가족 또는 주변 사람들과의 유대 관계 부족으로 인해 은퇴 자신감이 떨어진다고 답한 것이다. 이 같은 답변은 은퇴 자신감이 낮은 그룹보다는 높은 그룹에서 많이 나왔다. 은퇴 자신감 상위 그룹에서는 은퇴 자신감 저해 요인으로 ‘노년의 외로움’을 꼽은 사람이 15.9%로, ‘은퇴자산 부족’을 선택한 사람(12.1%)보다 많았다. 다만 상위 그룹에서는 은퇴 자신감을 회복하기 위한 방법으로 ‘원만한 가족관계(20.1%)’와 ‘커뮤니티 활성화(9.5%)’가 필요하다고 답한 이들이 많았다. **M**