

저소득 중장년 1인 가구의 ‘방어적 고립’과 관계망 재건을 위한 질적 탐색: 경기도 원룸 밀집 지역 거주자를 중심으로*

김 수 경**

한신대학교

본 연구의 목적은 저소득 중장년 1인 가구의 서사를 통해 이들이 경험하는 사회적 고립 실태와 복지 욕구를 분석하는 것이다. 이를 위해 경기도 A시 B동에 거주하는 7명의 중장년 1인 가구에 대해 포커스그룹 인터뷰(FGI)를 실시하였다. A시는 경기도 내에서도 1인 가구의 비율이 높으며 그중에서도 B동은 1인 가구가 거주하는 원룸이 밀집된 지역으로 외국인 거주자 비율이 높은 특징을 가지고 있다. 연구 결과, 참여자들은 무질서한 거리 환경과 치안 불안, 주민 구성의 변화에 따른 낯섦이 증첩되면서 자신을 보호하기 위해 사회적 접촉을 줄이는 ‘방어적 고립’의 양상을 보였다. 또한 노동을 통한 사회적 역할 및 관계 회복의 열망을 가지고 있으나 수급권 상실의 우려로 자활 의지를 포기했다. 마지막으로, 유사한 생애사적 상처를 지닌 이웃에 대한 상호 경계심으로 의도적인 무관심이 일종의 예의이자 방어기제로 자리 잡고 있어 자생적 관계 형성에 어려움을 겪었다. 본 연구는 노동 참여를 통한 관계 회복이 가능하도록 수급 체계를 유연화하고, 지역 내 소규모 생활 거점 조성 및 관심사 기반의 관계 코디네이팅을 통해 사회적 자본의 재구축을 지원할 것을 제안한다. 본 연구는 중장년 1인 가구의 고립을 공간과 제도의 역설적 결합으로 규명함으로써 사회적 관계망 재건을 중심으로 한 통합적 지원 방향을 제시했다는 데 의의가 있다.

주요어 : 중장년, 1인 가구, 방어적 고립, 관계망 형성, 공적부조

* 본 논문은 한신대학교 교내학술연구비 지원을 받아 수행되었음.

** 주저자: 김수경/한신대학교 사회복지학과 조교수/경기도 오산시 한신대길 137
/E-mail: sookim@hs.ac.kr

I. 서론

오늘날 우리 사회에서 1인 가구의 증가는 일시적 현상이 아닌 구조적 변화로 인식되고 있다. 2024년 기준 1인 가구는 전체 가구의 36.1%를 차지하며 가장 보편적인 형태로 자리 잡았다(국가데이터처, 2025). 이러한 변화는 단순한 가구 구성의 변화를 넘어, 가족을 중심으로 작동해 온 전통적인 사회적 보호 체계가 더 이상 개인의 삶을 충분히 지지하지 못하고 있음을 시사한다. 이 가운데 중장년층 1인 가구는 청년층이나 고령층에 비해 정책적 논의에서 상대적으로 덜 주목받았으며, 그 결과 이들 삶의 특성과 욕구는 충분히 반영되지 못한 측면이 있다.

중장년층은 일반적으로 노동시장 참여와 사회적 역할 수행이 가능한 집단으로 간주되지만 실직, 이혼, 건강 악화와 같은 위기 사건을 경험하며 1인 가구로 전환될 경우 사회적 취약성이 급격히 증폭한다. 특히 저소득 중장년 1인 가구는 경제적 어려움과 더불어 사회적 관계의 단절, 역할 상실, 일상적 고립을 동시에 경험할 가능성이 크다. 이러한 취약성은 단순히 소득수준이나 빈곤 지표만으로는 충분히 설명되기 어려우며, 개인이 사회와 맺고 있는 관계의 밀도와 일상의 활동성이라는 비경제적 요소와 연관되어 있다.

그럼에도 불구하고 현재의 공적부조 체계는 저소득 중장년 1인 가구의 삶을 주로 경제적 차원에서만 지원하고 있다. 기초생활보장제도를 중심으로 하는 현행 소득 지원 정책은 생계유지라는 최소한의 안전망 기능을 수행하고 있지만, 수급권 유지 조건과 급여 산정 방식은 노동 참여와 사회적 활동을 오히려 제약하는 구조로 작동하기도 한다. 이에 따라 노동을 통해 사회적 관계를 회복하고 자기효능감을 재구성할 가능성이 축소되고 수동적인 수혜자 역할에 머물게 되는 경우가 발생한다. 즉, 공적부조 체계가 빈곤을 완화하는 동시에 사회적 고립을 고착하는 역설적 상황이 발생하는 것이다.

이러한 맥락에서 중장년 1인 가구에 대한 지원은 단순히 소득 보전의 차원을 넘어 재검토될 필요가 있다. 경제적 지원만으로는 중장년 1인 가구가 경험하는 고립과 무력감을 완화하기 어렵고, 비경제적 영역의 결핍을 간과할 경우 제도적 지원이 삶의 회복으로 이어지지 못하는 한계가 드러난다. 사회적 관계 형성, 일상적 활동 참여, 지역사회와의 연결성과 같은 비경제적 요소는 중장년 1인 가구의 삶의 질을 구성하는 핵심적인 요소임에도 불구하고 기존 정책 논의에서는 부차적으로 다뤄졌다.

중장년 1인 가구는 청년층과는 다른 노동 경험과 생애사, 그리고 고령층과는 구별되는 욕구와 생활 리듬을 지닌 집단이다. 따라서 이들을 동일한 1인 가구 범주로 포괄하는 접근보다는 생애 단계의 특성과 사회적 위치를 고려한 정책적 개입이 요구된다. 특히 공적부조 체계가 경제적 보호를 넘어 사회적 고립을 완화하고 중장년 1인 가구가 사회적 관계와 역할을 회복할 수 있도록 지원하기 위해서는 비경제적 영역을 포함하는 통합적 접근이 필요하다.

이에 본 연구는 저소득 중장년 1인 가구를 하나의 독립적인 정책연구 대상으로 설정하고, 이들의 생활 실태와 현행 지원체계가 지니는 한계를 검토하고자 한다. 특히 지역사회의 맥락과 공적부조 체계가 중장년 1인 가구의 삶에 개입하는 다차원적 방식을 분석함으로써, 경제적 지원만으로는 해소되지 않는 사회적 고립의 구조적 원인을 규명하고자 한다. 기존 연구들은 중장년 1인 가구의 고립을 생애사적 위기와 빈곤에 따른 수동적 결과로 이해하는 경향이 있다. 이러한 접근은 고립의 원인을 개인 수준의 취약성으로 환원시킴으로써, 개인을 둘러싼 지역사회의 공간적 환경과 제도적 맥락을 간과하게 만들 우려가 있다.

본 연구는 열악한 주거 환경, 지역사회에 대한 낮은 신뢰, 수급권 상실에 대한 불안 등 공간적, 제도적 조건 속에서 중장년 1인 가구가 사회적 접촉을 스스로 최소화하는 양상에 주목한다. 이들은 불

안정한 환경 속에서 자신을 보호하기 위해 관계와 활동의 범위를 제한한다. 이는 사회적 고립을 단순한 관계의 부재나 사회적 배제의 결과로 이해하는 기존 관점만으로 설명하기 어렵다. 오히려 고립이 외부 환경으로부터 자신을 보호하기 위한 불가피한 선택이 될 수 있다는 점에 주목할 필요가 있다. 이러한 문제의식에 기반하여 본 연구는 저소득 중장년 1인 가구의 고립 경험을 '방어적 고립'의 관점에서 재해석하고자 한다.

이를 위해 본 연구는 경기도 A시 B동에 거주하는 저소득 중장년 1인 가구를 대상으로 포커스그룹 인터뷰(FGI)를 실시하고, 이들의 일상적 경험과 그 배경에 놓인 심리적·환경적 맥락을 탐색한다. 나아가 사회적 고립이 형성되고 유지되는 과정과 이것이 관계 맺기에 대한 욕구로 연결되는 방식을 분석한다. 이는 중장년 1인 가구 지원 정책이 소득 중심의 보호에서 벗어나 삶의 질을 회복하는 방향으로 전환하는 데 실천적 시사점을 제공할 것이다.

II. 선행연구

국내 1인 가구에 관한 연구는 가구 구조의 변화가 통계적으로 가시화된 2010년대 초반부터 꾸준히 축적되어 왔다. 초기 연구들은 1인 가구 증가라는 새로운 사회적 현상에 주목하며 주거 실태 및 환경(김옥연, 문영기, 2009; 이창효, 이승일, 2010), 재정 상황 및 소비패턴(성영애, 2013; 신민경, 2014; 한혜진, 오은주, 정순희, 2014; 박문수, 정호근, 김화년, 고대영, 2015), 세대별 특징(강은나, 이민홍, 2016; 이미영, 이미경, 2023), 사회적 참여 및 연결망(이병호, 2014; 이명진, 최유정, 이상수, 2014), 여가생활(최선헌, 2014) 등 1인 가구의 특징을 설명하는 데 주력했다.

이후 1인 가구가 급증하며 보편적인 주거 형태로 자리 잡으면서 연구의 관심은 사회적 고립(김유진, 2018; 채미선, 이정화, 2018; 윤지영, 이소영, 2022),

우울감(임유진, 박미현, 2018; 고아라, 정규형, 신보경, 2018; 강유진, 2019), 빈곤(박소현, 박다현, 김자영, 2025; 주서운, 전희정, 2025) 등 이들이 겪는 다양한 어려움과 이에 대한 정책적 대응을 모색하는 방향으로 전개되었다. 또한 1인 가구 내에 존재하는 다양한 층위, 예를 들어 청년(최진환, 박정운, 2024; 송도훈, 정규형, 김이슬, 2025), 노인(주서운, 전희정, 2025; 이현민, 최미선, 2022), 여성(조소연, 김선숙, 진재찬, 2024; 김선희, 2022), 농촌(이수인, 최지훈, 유지영, 2021; 채미선, 이정화, 2018) 등에 대한 연구로 대상이 세분화되었다.

그중에서도 중장년 1인 가구에 대한 연구는 비교적 최근에 이루어지기 시작했다. 중장년층은 노동 가능 인구라는 사회적 인식 속에 상대적으로 복지 정책이나 연구 대상으로 주목받지 못했다. 그러나 노동시장의 불안정성이 심화하고 이혼 증가 등으로 가족의 해체가 가속화하면서, 중장년층 역시 1인 가구 형성의 예외적인 집단으로 보기 어려운 상황에 놓이게 되었다. 2024년 기준 대한민국에는 총 804만 4,948명이 1인 가구 형태로 살아가고 있으며 이중 중장년층(40~64세)은 292만 2,565명으로 36.3%에 해당한다(국가데이터처, 2025).

중장년 1인 가구 연구는 주로 실직이나 이혼, 홀혼, 별거 등 생애사적 위기 사건에 따른 1인 가구 형성 경로와 그로 인한 심리적, 경제적 어려움을 조명하는 차원에서 논의되어 왔다. 특히 사회적 고립감(윤지영, 이소영, 2022; 박선희, 최영화, 2020), 우울감(유수열, 조옥선, 2023; 강희순, 김지인, 2021), 자살생각(이소영, 2022; 이주은, 2024; 황영란, 2024) 등 정신 건강의 취약성에 대한 연구가 활발하게 이뤄졌다. 또한 최근 연구들은 사회적 자본이 삶의 만족도와 정신건강에 중요한 영향을 미친다는 점을 강조하며, 중장년 1인 가구에 대한 지원이 경제적 영역을 넘어 관계망 형성과 지역사회 연결을 포함하는 방향으로 확대될 필요가 있음을 주장하고 있다(신서우, 2025; 김요섭, 김새봄, 2023).

그러나 기존 연구들은 실제 일상생활에서 지역사회의 물리적 환경이 중장년 1인 가구의 고립에 어떠한 영향을 미치는지 충분한 관심을 기울이지 못했다. 특히 저가형 원룸 밀집 지역과 같이 주민 이동성이 높고 지역사회 유대가 약한 공간적 조건 속에서 고립 경험에 대한 질적연구는 제한적이었다. 또한 기존 연구들은 사회적 고립을 주로 관계망 결핍에 따른 수동적 결과로 이해하는 경향이 있으나 개인이 불안정한 지역사회 환경 속에서 자신을 보호하기 위해 사회적 접촉을 의도적으로 줄이거나 관계 형성을 회피하는 과정에 대해서는 상대적으로 주목하지 못했다.

사회적 고립이 단순한 개인의 심리적 문제나 관계망 부족의 결과가 아니라 구조적 불평등의 총체적 결과라는 점은 사회적 배제(social exclusion) 개념을 통해 설명될 수 있다. 사회적 배제는 단순한 경제적 빈곤 상태를 의미하는 것이 아니라, 경제, 사회, 문화, 정치 등 전 영역에서 개인이 참여와 기회를 제한받는 다차원적 과정을 의미한다(Silver, 1994; Levitas, 2005). 안정적 노동시장으로부터의 배제, 가족 및 사회적 관계망 약화, 지역사회 참여 기회 감소, 사회적 자원의 불평등한 분배 등이 복합적으로 작용하면서 개인은 점차 사회의 주요 관계와 활동으로부터 멀어지게 된다.

사회해체이론은 사회적 배제가 구체적인 지역사회 맥락 속에서 작동하는 방식을 이해하는 데 유용한 이론적 틀을 제공한다. 쇼와 맥케이(Shaw & McKay, 1972)는 지역사회의 빈곤, 높은 인구 이동성, 주민 구성의 이질성 등이 주민 간 상호작용과 사회적 결속을 약화시키고 결과적으로 공동체의 통합 기능을 저해한다고 설명한다. 특히 주민의 전출입이 빈번하고 정주성이 낮은 지역에서는 지속적 관계 형성이 어렵고 주민 간 신뢰와 상호부조의 기반 역시 약화될 가능성이 높다. 이러한 환경은 지역사회에 대한 소속감과 애착을 감소시켜 사회적 고립을 심화시키는 조건으로 작용할 수 있다.

사회해체이론이 지역사회의 구조적 특성이 공동체 결속에 미치는 영향을 설명한다면, 집합효능감 이론은 그러한 환경 속에서 주민 간 신뢰와 협력이 형성되는 방식에 주목한다. 샘슨(Sampson, 2004)은 '집합효능감'(collective efficacy)을 지역사회 구성원 간에 형성된 신뢰와 연대감, 그리고 공동체의 문제를 해결하기 위해 자발적으로 참여하고 협력하려는 역량으로 정의했다. 집합효능감이 낮은 지역에서는 주민 간 신뢰와 상호 협력에 대한 기대가 약화되고 공동체 문제에 대한 개입 역시 감소하게 된다. 주민들이 지역사회로부터 지지와 도움을 기대하기 어려워지면서 사회적 관계 형성과 지역사회 참여 역시 위축될 가능성이 높다. 이는 사회적 고립이 신뢰 관계 형성이 어려운 지역사회 환경과도 관련되어 있음을 시사한다.

이상의 논의를 종합하면 저소득 중장년 1인 가구의 사회적 고립은 사회적 배제라는 구조적 조건 위에서 형성되며, 사회 해체된 지역사회 환경과 낮은 집합효능감이 이를 더욱 심화시킬 수 있다. 더욱이 이러한 환경 속에서 개인은 잠재적인 갈등이나 위협으로부터 자신을 보호하기 위해 사회적 접촉을 최소화하거나 관계 형성을 유보하는 방식으로 대응할 수 있다. 즉, 사회적 고립은 사회로부터 배제된 결과일 뿐 아니라 불안정한 지역사회 환경 속에서 자신을 보호하기 위한 일종의 적응 전략으로 나타날 가능성도 존재한다.

이에 본 연구는 경기도 A시 B동에 거주하는 저소득 중장년 1인 가구의 서사를 통해 지역사회의 공간적 환경과 공적부조 체계가 이들의 사회적 고립 경험에 어떠한 영향을 미치는지를 분석하고자 한다. 나아가 이들의 고립을 단순한 사회적 관계의 부재가 아니라, 낮은 지역사회 신뢰와 불안정한 생활환경 속에서 자신을 보호하기 위한 대응 전략이라는 관점에서 해석하고자 한다. 이를 통해 저소득 중장년 1인 가구의 사회적 고립이 형성되고 유지되는 과정을 보다 입체적으로 이해하고, 경제적 지원

을 넘어 관계와 일상의 회복을 지원하는 통합적 중장년 지원 정책을 모색하는 데 시사점을 제공하고자 한다.

III. 연구방법

1. 연구대상 지역 선정

본 연구는 경기도 A시 B동을 연구 대상으로 선정하였다. 먼저 A시는 경기도 내에서도 1인 가구의 비율이 높은 편에 속한다. 2024년 기준 A시의 1인 가구는 전체 가구 중 37.2%를 차지하는데, 이는 경기도 평균인 31.7%를 크게 앞선 수치다(<표 1>). 특히 중장년(40원룸 밀집~64세) 1인 가구의 비중이 증가하는 추세에 있다. 2024년 기준 A시의 전체 1인 가구 중 중장년이 차지하는 비율은 41.9%로, 전국 36.3%, 경기도 40.1%에 비해 높은 편이다. 2020년과 2024년을 비교하면 전국과 경기도에서는 중장년 1인 가구의 비중이 줄어든 반면 A시에서는 증가했음을 알 수 있다.

<표 1> 1인 가구 비율 (단위: %)

		2020	2024
전국	1인 가구 ^a	31.7	36.1
	중장년 ^b	38.0	36.3
경기도	1인 가구	27.6	31.7
	중장년	42.0	40.1
A시	1인 가구	32.3	37.2
	중장년	38.3	41.9

a. 전체 가구 중 1인 가구가 차지하는 비율

b. 1인 가구 중 중장년이 차지하는 비율

출처: 국가데이터처, 「1인가구비율」

또한 A시는 외국인 거주민의 비율이 높은 편에 속한다. 전국 평균이 5.0%, 경기도 평균이 6.1%인 것에 비해 A시는 9.3%에 이른다(<표 2>). B동은

A시 내에서도 저가형 원룸 단지가 밀집한 대표적인 저소득 가구 지역이다. 이곳은 타 지역보다 주거비가 저렴해 경제적 위기를 겪거나 생애사적 전환기를 맞은 중장년 1인 가구의 유입이 활발하다. 또한 최근에는 중국 동포를 비롯한 외국인 거주민이 증가하면서 주민 구성의 변화가 나타나고 있다. 이러한 인구학적 특성과 높은 주민 이동성은 B동의 지역사회 환경을 이해하는 중요한 맥락으로 볼 수 있다.

<표 2> 외국인 거주 비율 (2024)

	총인구(명)	외국인 수(명)	비율(%)
전국	51,805,547	2,583,626	5.0
경기도	13,914,479	845,074	6.1
A시	254,071	23,550	9.3

출처: 행정안전부, 「2024 지방자치단체외국인주민현황」

2. 연구 참여자 선정

연구 참여자는 A시 종합사회복지관에서 근무하는 정보원(informant)의 도움을 받아 B동에 거주하는 중장년 1인 가구 중 공적부조를 받고 있거나 해당 지역 종합사회복지관의 서비스를 이용하고 있는 7명을 유의표집하였다. 참여자들의 평균 연령은 50대 후반이며, 이혼, 질병, 실직 등 복합적인 생애 위기를 경험한 공통점을 지닌다. 참여자의 특징은 <표 3>과 같다.

<표 3> 연구 참여자 특징

ID	성별	연령	특징
C	남	54	이혼, 뇌경색으로 노동능력 상실, 기초생활보장 수급
D	여	57	무직, 간간히 동생 일을 도와주며 생활비 보충
E	남	60	국제결혼 후 이혼, 시각장애, 기초생활보장 수급
F	남	67	기초연금 수급, 무직

ID	성별	연령	특징
G	남	66	이혼 후 33년간 1인 가구 생활
H	남	59	간암 투병 중, 청소년기부터 독립생활
I	여	40	회사원, 여성 1인 가구

3. 자료 수집 및 분석 방법

면접은 2022년 8월 B동에 위치한 한 종교시설의 회의실에서 포커스그룹 인터뷰(FGI) 형식으로 3시간 동안 진행되었다. 질문의 주제는 △주거 및 생활 환경 △치안 △심신 건강 △사회적 관계망 △경제 생활 △복지욕구 등 7개 영역으로 구성하였다. 면접 내용은 참여자의 동의 하에 녹음되었으며 이후 텍스트로 전사하였다. 자료 분석은 질적 내용분석 방법을 활용하였다. 전사된 텍스트를 반복적으로 읽으며 연구 질문과 관련된 핵심 의미 단위를 추출하고, 이를 유사한 속성끼리 분류하여 하위 범주와 상위 주제를 도출하는 귀납적 분석 과정을 거쳤다. 특히 참여자들의 발화 속에 나타난 공간적 불안과 복지 제도의 경직성이 이들의 고립을 고착하는 방식을 중점적으로 해석하였다.

IV. 연구결과

1. 주거환경의 물리적 특성과 사회적 위축

B동에 거주하는 중장년 1인 가구에게 ‘주거지’란 인식처라기보다는 경제적 파산 상태에서 선택할 수밖에 없었던 ‘최후의 보루’에 가까웠다. 실제로 참여자들은 이곳을 선택한 이유를 설명하면서 주거비가 싸기 때문에 어쩔 수 없이 이곳으로 오게 되었다는 점을 반복적으로 언급하였다. 아내와 이혼한 뒤 재산을 처분하고 B동 원룸으로 이사 온 지 3개월이 되었다는 참여자 C는 이곳의 생활을 “견딘다”

고 묘사하였다.

혼자 사니까 주거비용을 최대한 아끼려고 방값이 싼 B동을 선택했어요. 가족이 같이 사는 게 아니니까, 혼자만 견디면 되니까.(참여자 C)

그러나 이러한 주거 선택은 단순히 경제적 문제에만 그치지 않았다. 인터뷰 과정에서 드러난 것은 저가 주거 밀집 지역의 물리적 환경이 주민들의 일상 경험을 제한하는 공간적 조건으로 작동하고 있다는 점이다. 특히 원룸 밀집 지역의 무분별한 쓰레기 방치와 불법 주차 문제는 공적 행정 서비스가 제대로 작동하지 않는 현실을 보여준다. 참여자들은 이를 단순한 생활 불편으로 인식하기보다 자신의 거주지역이 행정적 관심과 관리의 대상에서 소외되어 있다는 신호로 받아들이고 있었다.

이 동네는 관리가 잘 안되는 것 같아요. 분리수거도 제대로 안 되고 쓰레기가 그냥 길가에 쌓여 있는 경우도 많고요. 골목이 좁은데 불법주차도 많아서 걸어도 니기도 불편하고... 그렇다 보니까 내 처지가 좀 속상할 때도 있죠.(참여자 E)

특히 주목할 점은 이러한 공간적 불안이 B동의 인구학적 특성과 결합하여 참여자들의 일상을 더욱 위축시키고 있다는 사실이다. B동은 외국인 거주 비율이 높고 주민 이동이 빈번한 지역으로, 참여자들은 지역사회 인적 구성의 변화 속에서 익숙했던 생활환경이 달라지고 있다는 인식을 갖고 있었다. 거리에서 들려오는 낯선 언어와 변화한 생활문화 환경은 단순한 ‘다름’의 경험을 넘어 지역사회에 대한 심리적 거리감과 소속감 약화로 이어지기도 하였다. 이들은 외국인 거주자들과 직접적인 마찰을 경험한 것은 아니었으나, 지역사회 인적 구성이 변화하는 과정에서 자신의 생활환경을 낯설고 예측하기 어려운 공간으로 인식하고 있었다. 이는 지역사회에 대한 심리적 거리감을 확대시키고 사회적 접

축을 최소화하는 태도로 이어지기도 했다.

여기에는 중국 사람들이 많이 살거든요. 길에 무리 지어 서 있으면 좀 무서워요. 저는 눈도 안 마주치고 앞만 보고 걸어가요. 자기들끼리 뭐라고 막 떠드는데 괜히 불안한 느낌이 있어요. 특별히 무슨 일이 있는 것도 아닌데... 그래서 밤에는 더 조심하게 되고 괜히 골목길 같은 데는 잘 안 다녀요.(참여자 D)

이러한 공간적 불안은 젠더적 맥락에서 더욱 심화된다. 여성 1인 가구 참여자의 경우, 새벽 시간대의 소란과 잦은 경찰 출동, 택배 분실 경험 등 일상에서 접하는 불안 요소들로 인해 범죄 피해에 대한 두려움을 느끼고 있었다. 이로 인해 불가피한 경우가 아니면 야간 외출을 자제하고 집 안에 머무르는 경향을 보였다.

싸움이 나거나 사고가 나서 새벽에 경찰이 출동하는 경우가 많아요. 택배가 자주 없어지는데도 괜히 보복 당할까 봐 신고를 못해요. 밤에는 집 앞 편의점 가는 것도 무서워서 무조건 배달만 시키고 문을 꼭 걸어 잠가요. OO구에서는 여성 1인 가구에겐 호신용 스프레이 같은 안전용품을 준다고 하던데 우리도 그런 게 있으면 좋겠어요.(참여자 E)

B동에 사는 저소득 중장년 1인 가구에겐 주거지란 인식치가 아닌 방어적 고립의 장소로 변모해 있었다. 열악한 주거 환경과 지역사회 구성원의 급격한 변화는 공간에 대한 불신을 고착화하고, 이는 다시 지역사회로부터 스스로를 격리하는 심리적 경계선을 형성했다. 참여자들은 자신이 사는 곳을 타인과 교류하며 정주하는 '동네'가 아니라, 낯선 외부 환경으로부터 자신을 보호하기 위해 단절을 선택해야 하는 폐쇄적 거점으로 인식하고 있었다.

2. 돌봄의 부재와 죽음에 대한 공포

참여자들은 이혼이나 사별로 인한 가족 해체, 질병

병으로 인한 노동 능력 상실 등 생애사적 위기 사건을 겪으며 신체적, 정신적 건강이 취약해져 있었다. 많은 경우 사회적 관계망으로부터 이탈해 대인 접촉 없이 하루 종일 TV나 스마트폰을 보거나(참여자 H), 놀이터 벤치에 앉아 있거나(참여자 C), 뚜렷한 목적지 없이 전철을 타고 이동하면서(참여자 G) 시간을 보냈다. 이들의 고립감은 단순한 우울감을 넘어 죽음에 관한 생각으로 이어지는 병리적 양상을 보이기도 했다. 실제로 자살 시도 경험이 있는 경우(참여자 E)도 있었다. 이들이 토로하는 심리적 불안은 죽음에 대한 생각과 사후 처리에 대한 통제 상실에 있었다.

다른 동네는 주민센터 같은 데서 안부 전화도 해준다던데 여기는 그런 게 없더라고요. 내가 죽어도 아무도 모를까 봐, 한참 있다 발견될까 봐, 그런 게 무섭죠.(참여자 F)

내가 여기서 잘못돼도 누가 시신이라도 거둬줄까 싶고... 죽는 것도 무섭지만, 죽고 나서 방치될까 봐 그게 더 무서워요. 최소한 내가 죽었다는 건 누가 제때 알아줬으면 좋겠어요.(참여자 H)

이러한 발언은 신체적 노화와 질병을 경험하는 중장년 1인 가구에겐 '고독사'가 막연한 미래의 일이 아닌 실존적 위협으로 다가가 있음을 보여준다. 참여자들은 죽음의 순간 아무에게도 도움을 청하지 못할 것이라는 두려움과, 자신의 장례를 치러줄 가족이나 지인이 없다는 것에 대한 불안감을 표출했다. 특히 타 지자체의 안부 확인 서비스를 선포하는 모습은 위기 상황에서 자신을 보호해 줄 최소한의 안전망조차 마련되지 않은 현 지역사회에 대한 불만과 심리적 소외감을 드러낸다.

주목할 점은 참여자들의 나이나 성별, 질병 유무와 관계없이 대다수가 '죽음'을 핵심적인 대화 주제로 언급했다는 사실이다. 고독사에 대한 공포는 특정 위기 상황에서만 나타나는 일회적 감정이 아니라

참여자들의 일상을 지배하는 무거운 정서로 자리잡고 있었다. 특별히 위중한 병을 앓고 있지 않은, 신체적으로 건강한 참여자들조차 일상의 소소한 계획이나 기대감을 이야기하기보다는 홀로 맞이할 죽음의 순간을 끊임없이 상기하며 정서적으로 위축된 모습을 보였다.

아침에 눈을 뜨면 그제서야 아, 간밤에 죽지 않고 살았구나 생각하는 거죠. 고독사 문제가 좀 더 심각하게 다뤄졌으면 좋겠어요. 지역 복지관에도 건강에 대한 프로그램이 좀 더 많아졌으면 좋겠고요.(참여자 G)

참여자들의 이러한 발언은 겉으로 보기엔 죽음에 대한 공포를 드러내지만, 그 이면에는 역설적으로 건강한 삶을 지속하고 싶다는 강력한 생존 의지와 사회적 연결에 대한 욕구가 내포되어 있다. 이들이 지자체의 안부 확인 서비스를 바라고 복지관의 건강 증진 프로그램을 요구하는 이유는, 누군가와 연결된 상태에서 자신의 안녕을 확인받고 삶의 끈을 놓지 않으려는 의지로 해석할 수 있다. 즉, 죽음에 대한 공포는 역설적으로 현재의 삶을 가치 있게 유지하고 싶다는 욕구의 반증인 셈이다. 중장년 1인 가구의 고독사를 예방하기 위해서는 이들이 타인과의 상호작용 속에서 '살아 있음'을 감각적으로 회복할 수 있도록 돕는 실천적 개입이 필요하다는 것을 알 수 있다.

3. 노동을 통한 회복의 욕구

저소득 중장년 1인 가구에게 노동은 단순히 생계비를 충당하는 경제적 수단을 넘어 고립된 일상에 활력을 부여하고 사회적 구성원으로서의 효능감을 확인하는 기제로 드러났다. 참여자들은 죽음에 대한 공포와 일상에서 느끼는 무력감을 상쇄할 수 있는 대안으로 '일하는 삶'을 꼽았다. 그러나 현행 공적 부조 체계의 경직성으로 인해 노동시장에 선불리

진입하는 것을 주저했다.

돈 몇 푼 더 버는 것도 중요하지만 사람 대접받고 싶은 마음이 크죠. 그런데 일을 해서 조금이라도 돈을 벌면 수급비가 끊긴다고 하니 겁이 나서 손을 못 대겠어요. 나라에서 주는 돈으로 굶지는 않는데, 하루종일 할 일 없이 앉아 있는 게 더 고역이죠.(참여자 D)

이러한 언급은 기초생활보장 제도의 수급권 유지 조건이 역설적으로 이들의 자활 의지를 꺾고 사회적 고립을 고착화하는 기제로 작동하고 있음을 보여준다. 참여자들은 노동을 단순히 돈을 버는 수단이 아니라 사회와 연결되는 통로라고 생각했지만, 현행 제도는 '안정적인 수혜자'와 '불안정한 노동자' 가운데 양자택일해야 하는 딜레마를 던져주었다. 이들에게 경제적 안정과 사회적 자활은 양립할 수 없는 선택지로 작동했으며, 결국 생존을 위해 삶의 활기를 포기하는 결과로 이어졌다.

또한, 중장년이라는 생애주기적 특성과 건강상의 한계는 노동시장에서 배제당하는 경험을 누적시켰다. 참여자들은 일하고자 하는 의지가 있음에도 나이와 질병 이력을 이유로 단순 노무직에서조차 거부당하는 경험을 반복하며 좌절감을 토로했다.

나이가 많다고 건물 청소 일조차 안 시켜줘요. 우리가 무슨 거창한 일을 바라는 게 아니잖아요. 기초생활비는 겨우 생계만 가능한 수준이라 아주 조금의 여윌 돈을 벌고 싶은데 그조차 쉽지 않아요. 수급자라도 약간의 용돈벌이는 할 수 있게 해주면 좋겠어요. 꼭 돈이 아니더라도 일을 하며 삶의 목적의식을 느끼고 싶은 거거든요.(참여자 D)

결국 이들에게 노동의 결핍은 단순한 빈곤 문제를 넘어, 사회적 관계의 전면적 단절과 정서적 고립을 의미했다. 일자리가 없다는 것은 타인과 만날 기회가 사라짐을 의미하며, 이는 다시 앞서 언급한 죽음에 대한 공포로 회귀하는 악순환을 낳는다.

나라에서 나오는 기초생활수급비나 주거비용 지원 같은 것들로 나 하나 먹고 사는 데는 큰 불편이 없어요. 복지관에서 쌀도 주고 이것저것 많이 갖다줘. 그런데 일을 할 수가 없으니까 이 많은 남는 시간을 혼자서 무료하게 보내는 게 제일 힘들어요. 가만히 앉아 있으면 안 좋은 생각만 들거든. 우울해지고, 살기 싫고... 사람을 만나고 싶은 거야, 사람들.(참여자 C)

이처럼 참여자들은 경제적 생존을 넘어 사회적 존재로서 인정받기를 희망하고 있었다. 따라서 중장년 1인 가구 지원 정책은 소득의 사후 보전에 치중한 소극적 복지에서 벗어나, 수급 자격 및 근로 유지 조건을 유연화하는 방향으로 재설계될 필요가 있다. 특히 이들의 신체적, 정신적 건강 상태를 고려한 맞춤형 소규모 일자리 공급은 고립된 개인을 사회적 관계망 속으로 재진입시키는 실질적인 기제로 작동할 수 있다. 노동은 중장년 1인 가구의 심리적 위축을 해소하고 일상의 구조화를 돕는다는 점에서, 이들의 삶의 질 개선을 위한 핵심적인 실천적 개입 방안으로 검토될 필요가 있다.

4. 사회적 관계망에 대한 갈구

참여자들은 심리적 고립을 해소하기 위해 타인과 소통하고 취미를 공유하고자 하는 의지를 보였다. 그러나 B동의 지역적 특성은 이러한 욕구를 실현하는 데 구조적 장벽으로 작용했다. 이곳은 저소득 1인 가구가 밀집된 지역으로 거주자들이 각기 복잡한 생애사적 위기를 겪으며 이주해 온 경우가 많아 서로에 대한 심리적 거리감이 컸다. 특히 전출입이 잦아 주민들이 장기간 정착하기보다는 일정 기간 머물다 떠나는 경우가 많았으며, 이로 인해 전통적인 '동네'나 '골목'의 공동체 문화가 소멸된 상태였다. 그 결과 이웃 관계는 정주(定住)를 통해 형성되는 지속적인 유대라기보다 서로의 삶에 일절 개입하지 않는 양상을 보였다.

여기는 다들 사연이 있어서 흘러 들어온 사람들이잖아요. 서로 속사정을 모르니 다가가기도 조심스럽고, 또 언제 이사 갈지 모르니까 이웃으로 지내기가 어려워요. 옛날에는 골목에 나와 있으면 서로 오며 가며 인사하고 친해지고 그런 문화가 있었잖아요. 요즘은 그러기가 어렵죠. 변변히 나와 앉아 있을 곳도 마땅치 않아요.(참여자 G)

이러한 관계의 단절에는 상호 간의 경계심과 타인의 삶을 충분히 알지 못한다는 불확실성이 작용하고 있었다. 참여자들은 자신과 마찬가지로 이 지역에 거주하는 사람들 역시 각자의 어려운 사연을 가지고 있을 것이라고 짐작하고 있었지만, 그렇기 때문에 오히려 선불리 관계를 맺는 것을 조심스러워했다. 타인의 개인적인 사정을 건드리거나 예상치 못한 갈등이 발생할 가능성을 우려해 일정한 거리를 유지하는 것이 더 안전하다고 판단하는 것이다. 이러한 상황에서 주민들은 서로에게 지나치게 깊이 관여하지 않는 태도를 일종의 예의이자 자기 보호 방식으로 받아들이고 있었다.

솔직히 여기 혼자 사는 사람들 보면 무슨 일이 있었는지 모르잖아요. 다들 상처 있는 사람들이라 잘못 건드리면 괜히 골치 아파질 수도 있고.(참여자 I)

이러한 사회적 관계망의 단절은 정보의 소외로 이어졌다. 1인 가구들은 이웃과의 왕래가 적어 지자체의 복지서비스나 유익한 지역 정보를 접할 기회가 없었으며, 각자가 가진 파편화된 정보를 교환할 기회조차 얻지 못했다. 실제로 포커스그룹 인터뷰가 진행되는 동안 참여자들은 복지 프로그램 신청 방법이나 수혜 조건 등 실용적인 정보를 활발히 교환했다. 참여자D는 "이런 모임이 자주 있었으면 좋겠다"며 만족감을 드러냈다. 이러한 모습은 공식적 전달체계만큼이나 비공식적 정보 공유 네트워크가 절실함을 보여준다. 참여자들이 타인과의 연결을 갈망하면서도 동시에 경계하는 태도는 이들에게 필요한

복지적 개입이 사회적 자본의 재구축과 상호 신뢰의 회복에 맞춰져야 함을 시사한다.

복지관에 뭐가 있다고 해도 나만 모를 때가 많아요. 오늘 여기서 다른 사람들이랑 얘기를 나눠보니 새로 알게 된 게 많네요. 우리끼리라도 이런 정보를 좀 나누고 살면 좋을 텐데 말이죠. 이런 모임이 자주 있으면 좋겠어요.(참여자 D)

참여자들은 고립과 정보 소외를 해결하기 위한 최우선 과제로, 서로가 자연스럽게 마주치고 머물 수 있는 물리적 공간의 확보를 꼽았다. 이들에게 필요한 공간은 특정한 복지 프로그램이 수행되는 시설이라기보다, 일상 속에서 언제든 들러 타인의 존재를 확인하고 ‘안전하게’ 신뢰를 쌓아갈 수 있는 사회적 거점으로서의 장소였다.

갈 데가 없어요. 기껏해야 공원 벤치나 전철역인데, 거기서 누굴 사귀기는 어렵잖아요. 우리 같은 사람들이 눈치 안 보고 모여서 커피라도 한 잔 마시고 TV도 같이 볼 수 있는 그런 작은 방 하나만 있어도 좋을 것 같은데...(참여자 E)

나아가 참여자들은 타인과 관계를 맺을 수 있는 구체적인 계기를 마련해주길 제안했다. 거주자 간의 심리적 경계가 높은 지역의 특성상 공간만 마련된다고 해서 자연스러운 이웃 관계가 형성되기는 어렵다는 점을 참여자들 스스로 인지하고 있었기 때문이다. 이들은 복지관이나 사회복지사가 복지 수요 조사 단계부터 개인의 취미나 관심사를 파악하여 유사한 성향을 가진 이들을 연결해 주는 ‘관심사 기반의 소모임 조직화’를 제안했다.

저는 텃밭 가꾸는 걸 좋아하거든요. 햇빛 보면서 일하면 우울증도 없어진대요. 비슷한 취미 가진 사람들과 어울리면서 지내면 좋을 것 같아요. 그런데 누가 무슨 취미를 가졌는지 알 수가 없으니, 복지관이 이렇게 서로서로 매칭을 좀 해줬으면 좋겠어요.(참여자 D)

결국 참여자들이 원하는 것은 고립된 단칸방을 벗어날 수 있는 물리적 ‘장소’와, 만남을 성사시킬 ‘계기’였다. 공간은 정보를 유통하는 허브인 동시에 서로의 안부를 자연스럽게 확인하며 고독사에 대한 실존적 불안을 상쇄하는 비공식적 안전망의 거점을 의미한다. 참여자들이 직접 제안한 관심사 기반의 매칭시스템과 지역사회 내 소규모 공동체 공간의 확충은 고립된 개인을 사회적 존재로 재진입시키는 실효적인 처방이 될 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 경기도 A시 B동에 거주하는 저소득 중장년 1인 가구의 서사를 통해 이들이 경험하는 공간적 불안과 제도적 경직성, 그리고 사회적 고립 실태를 분석하였다. 특히 기존의 1인 가구 연구가 경제적 빈곤이나 심리적 취약성을 기술하는 데 집중했다면, 본 연구는 저소득 중장년 1인 가구의 고립이 특정한 지역사회의 공간적 맥락에서 어떻게 강화되는지에 주목하였다.

연구 결과, 저소득 중장년 1인 가구의 삶을 규정하는 핵심 경험은 단순한 경제적 빈곤이 아니라 사회적 관계의 약화와 일상의 위축이었다. 참여자들은 이혼, 질병, 실직 등 다양한 생애사적 위기를 겪으며 기존의 사회적 관계망으로부터 이탈한 상태였고, 이들의 고립은 공간적 환경과 제도적 조건이 결합되면서 더욱 고착되었다.

이러한 결과는 중장년 1인 가구가 사회적 고립과 관계망 약화, 정신건강의 취약성을 경험한다는 기존 연구 결과와 대체로 맥락을 같이한다. 그러나 기존 연구들이 사회적 고립을 주로 생애사적 위기나 빈곤에 따른 결과로 설명해 온 것과 달리, 본 연구는 지역사회의 공간적 환경과 주민 간 신뢰 수준, 그리고 공적부조 체계의 제도적 조건이 고립 경험에 어떠한 영향을 미치는지를 구체적으로 드러냈다는 점에서 차별성을 가진다. 특히 참여자들은 사회적 관

계에 대한 욕구를 두고 있음에도 지역사회에 대한 낮은 신뢰와 상호 경계 속에서 스스로 사회적 접촉을 제한하고 있었다. 이는 사회적 고립이 단순한 관계망 결핍의 결과를 넘어 자신을 보호하기 위한 대응 방식으로 나타날 수 있음을 보여준다.

특히 참여자들이 거주하는 지역의 물리적 환경은 이들을 집 내부에 머물게 하는 방어적 기제로 작동하였다. 쓰레기가 방치되고 불법 주정차가 일상이 된 무질서한 거리 환경은 단순한 생활 불편을 넘어 자신이 거주하는 공간이 적절한 관리와 관심의 대상이 되지 못하고 있다는 인식을 형성하였다. 이러한 경험은 지역사회로부터 방치되고 있다는 소외감을 심화시키는 요인으로 작용하였다. 여기에 외국인 거주 비율 증가로 주민의 인구학적 구성 변화가 더해지면서 참여자들은 익숙했던 생활환경이 달라지고 있다는 인식을 갖게 되었다. 이러한 경험은 지역사회에 대한 소속감 형성을 어렵게 만들었으며, 일부 참여자들은 지역사회를 편안한 생활 공간이 아니라 일정한 긴장 속에서 생활해야 하는 장소로 받아들이고 있었다.

또한 본 연구는 저소득 중장년 1인 가구의 고립을 이해하는 데 있어 노동의 의미가 중요하게 작용한다는 점을 확인하였다. 참여자들에게 노동은 단순한 생계 수단이 아니라 사람을 만나고 사회적 역할을 수행하며 삶의 활력을 유지하는 중요한 장치였다. 그러나 현행 공적부조 체계는 일정 수준의 생계보장을 제공하지만 동시에 수급권 유지 조건에 대한 불안으로 노동 참여를 주저하게 만들었다. 이로 인해 참여자들은 경제적 안정과 사회적 활동 사이에서 선택을 강요받는 상황에 놓였다고 느끼며, 결국 최소한의 생계를 유지하는 대신 사회적 활동의 기회를 포기하는 결과로 이어졌다. 이러한 경험은 공적부조 제도가 빈곤 완화라는 목적을 수행하는 동시에 사회적 고립을 강화하는 역설적 결과를 낳을 수 있음을 보여준다.

본 연구에서 특히 주목할 만한 발견은 저소득 중

장년 1인 가구의 고립이 상호 간의 경계심 때문에 증폭된다는 점이다. 참여자들은 타인과 소통하거나 취미를 공유하고 싶은 욕구를 분명히 표현했지만, 동시에 이웃에게 쉽게 다가가지 못하는 심리적 장벽을 경험하고 있었다. 이는 이 지역 주민들 다수가 실직, 이혼, 질병 등 복합적인 생애사적 위기를 겪은 뒤 이주해 왔을 것이라 짐작하는 점과 관련되어 있었다. 참여자들은 다른 주민들 역시 자신과 비슷한 처지일 것으로 생각하면서도, 그것이 상호이해와 연대로 이어지기보다 서로를 경계하는 기제로 작동하였다.

이는 이들의 고립이 단순히 사회로부터 격리된 수동적 상태가 아니라, 복잡한 생애사와 위태로운 거주 환경 속에서 자신을 보호하기 위해 선택한 방어적 고립임을 시사한다. 참여자들은 타인과의 접촉이 가져올지 모를 잠재적 갈등이나 감정적 소모를 차단함으로써 심리적 안정을 확보하려 했으며, 이러한 맥락에서 고립은 그들에게 일종의 생존 전략으로 기능하고 있었다. 선불리 서로의 사정을 건드리지 않고 일정한 거리를 유지하는 태도가 일종의 비공식적 규범처럼 형성되어 있는 이유도 바로 여기에 있다. 이는 신뢰를 형성하기 어려운 지역사회의 특성이 관계 형성의 장애물로 작용하고 있음을 보여준다.

이러한 연구 결과는 저소득 중장년 1인 가구에 대한 복지정책이 소득 보전 중심의 접근을 넘어, 관계 형성과 일상 회복을 포함하는 방향으로 재구성될 필요가 있음을 시사한다. 지금까지의 제도는 생계유지라는 측면에서 일정한 안전망 기능을 수행해 왔지만, 참여자들이 실제로 가장 절실하게 호소한 문제는 빈곤 자체보다 '사람을 만나지 못하는 삶', '아무도 나를 확인해 주지 않는 상태', '하루를 버티게 해주는 역할과 생활 리듬의 부재'에 가까웠다. 무엇보다 필요한 것은 안부 확인, 건강관리, 소규모 모임, 정기적 만남과 같은 '관계 기반 서비스'를 복지지의 핵심적 영역으로 인식하는 일이다. 참여자들에

게 안부 확인은 단순한 편의 서비스가 아니라 자신이 사회적으로 완전히 단절되지 않았음을 확인하는 최소한의 연결 장치이며, 건강 관련 프로그램이나 소모임 역시 여가 제공을 넘어 삶의 지속가능성을 지탱하는 중요한 기반이다.

그러나 관계 형성을 위한 정책은 단순히 프로그램을 늘리거나 주민들을 한자리에 모으는 것만으로는 충분하지 않다. 참여자들은 관계 형성을 원하면서도 동시에 서로가 어떤 삶의 이력을 가졌는지 알 수 없다는 점에서 경계하고 있었다. 주민들이 서로를 신뢰하기 어려운 상황에서는 공적 기관과 실무자가 신뢰의 중심축이 되어 주민 간 접촉을 연결하는 중재자 역할을 수행할 필요가 있다. 특히 참여자들이 보여준 상호 경계심을 고려할 때, 주민들의 자발적 관계 형성을 기대하기보다 공공부문이 신뢰 형성의 초기 단계를 지원할 필요가 있다.

또한 노동과 복지를 상충적인 선택지로 만드는 현행 제도의 경직성 역시 재검토될 필요가 있다. 참여자들에게 노동이란 단순히 소득 확보 수단이 아니었다. 이들에게 일은 사람을 만나고, 하루의 시간을 구조화하며, 사회 속에서 여전히 쓸모 있는 존재라는 감각을 확인하는 통로였다. 그럼에도 불구하고 수급권 유지에 대한 불안은 노동 참여 자체를 망설이게 만들었고, 이는 결과적으로 생계의 안정과 사회적 고립 사이에서 후자를 감수하게 하는 구조로 작용하였다. 따라서 저소득 중장년 1인 가구에 대해서는 소득 기준만으로 노동 참여를 억제하는 방식이 아니라, 제한적으로 노동을 통해 관계와 역할을 회복할 수 있도록 제도의 방향을 조정할 필요가 있다. 중요한 것은 단순히 ‘일할 기회’ 또는 ‘돈 벌 기회’를 제공하는 것이 아니라, 노동이 이들의 사회적 재연결과 정서적 회복에 기여할 수 있도록 설계하는 일이다.

관계 형성을 위한 물리적 공간의 확보 역시 중요한 과제로 보인다. 연구 참여자들은 반복적으로 “갈 데가 없다”, “눈치 보지 않고 머물 곳이 없다”라고

언급하였다. 특히 저소득 1인 가구 밀집 지역과 같이 전출입이 잦고 주민 간 경계심이 높은 환경에서는 대규모 행사나 일회성 프로그램만으로 지속적인 관계망이 형성되기 어렵다. 오히려 부담 없이 드나들 수 있는 소규모 공간, 자주 마주치며 안면을 익힐 수 있는 생활 거점, 정보를 나누고 서로의 안부를 자연스럽게 확인할 수 있는 지역 내 관계의 플랫폼이 필요하다. 복지관, 행정복지센터, 유희 공공시설, 주민 모임 공간 등을 활용해 중장년 1인 가구가 일상적으로 접근할 수 있는 공동체 거점을 마련하는 것은 단순한 편의 제공이 아니라 고립 예방을 위한 핵심적 개입이 될 수 있다.

본 연구는 특정 지역에 거주하는 저소득 중장년 1인 가구를 대상으로 수행된 질적 연구라는 점에서 일정한 한계를 지닌다. 연구 참여자는 총 7명으로 규모가 제한적이며, 특정 지역(A시 B동)에 거주하는 주민들을 대상으로 이루어졌기 때문에 연구 결과를 모든 저소득 중장년 1인 가구에게 일반화하는 데에는 신중함이 필요하다. 또한 참여자 대부분이 남성이었으며, 복지관을 이용하거나 복지기관과 일정한 접점을 가진 사람들을 중심으로 표집이 이루어졌다는 점에서 제도적 지원과 완전히 단절된 집단이나 여성 중장년 1인 가구의 경험을 충분히 반영하지 못한 한계가 있다. 향후 연구에서는 보다 다양한 지역과 성별, 그리고 복지서비스 이용 여부를 포괄하는 참여자를 대상으로 비교 연구를 수행할 필요가 있다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 저소득 중장년 1인 가구의 고립을 경제적 빈곤의 결과로 단순화하지 않고, 공간적 위축, 돌봄의 부재, 노동을 통한 회복의 좌절, 상호 경계 속에서의 관계 단절이라는 복합적 맥락 속에서 드러났다는 점에서 의의를 지닌다. 또한 중장년 1인 가구의 사회적 고립을 관계망 결핍에 따른 수동적 결과로 이해하는 데서 나아가, 불안정한 지역사회 환경 속에서 자신을 보호하기 위해 선택되는 방어적 고립의 관점에서 해석했다는

점에서도 의의를 가진다.

결국 저소득 중장년 1인 가구에 필요한 것은 더 많은 현금 급여만이 아니다. 이들에게는 자신이 사회 속에서 여전히 연결되어 있다는 감각, 하루를 견디게 하는 역할과 리듬, 위험한 순간에 자신을 확인해 줄 최소한의 관계망, 그리고 혼자가 아니라는 확신이 필요하다. 이러한 점에서 중장년 1인 가구 지원 정책은 생계보장 중심의 소극적 보호를 넘어, 관계와 일상의 회복을 핵심 목표로 삼는 방향으로 전환되어야 한다. 그럴 때 비로소 복지는 빈곤을 완화하는 장치에 머무르지 않고, 고립된 개인이 다시 사회적 존재로 살아갈 수 있도록 돕는 실질적인 기반이 될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강은나, 이민홍 (2016). 우리나라 세대별 1인가구 현황과 정책과제. 보건복지포럼, 234, 47-56.
- 강유진 (2019). 1인가구 우울과 관련요인: 연령집단별 비교를 중심으로. 생애학회지, 9(1), 1-19.
- 강희순, 김지인 (2021). 중년 1인가구의 우울에 영향을 미치는 요인. 인문사회21, 12(5), 31-46.
- 고아라, 정규형, 신보경 (2018). 중장년 1인 가구의 사회경제적 박탈이 우울에 미치는 영향에 관한 종단 연구: 다인 가구와의 비교를 중심으로. 한국가족복지학 59, 55-79.
- 국가데이터처 (2025). 2025 통계로 보는 1인가구. 세종: 국가데이터처.
- 김선희 (2022). 중장년세대 1인가구 여성의 해방경험에 관한 연구. 한국사회복지질적연구, 16(3), 33-58.
- 김옥연, 문영기 (2009). 1인가구 주거실태 분석: 서울시 1인가구를 중심으로. 주거환경, 7(2), 37-53.
- 김요섭, 김새봄 (2023). 중장년층 1인가구의 사회자본이 삶의 만족도에 미치는 영향. 한국과 국제사회, 7(5), 271-296.
- 김유진 (2018). 「독거노인 친구만들기」를 통해 살펴본 '숨겨진 이웃', 사회적 고립이 심각한 노인 1인 가구에 대한 사회복지사의 인식과 경험에 관한 연구. 한국노년학, 38(4), 1149-1171.
- 박문수, 정호근, 김화련, 고대영 (2015). 1인가구의 품목별 소비지출 분석. 한국산학기술학회논문지, 16(2), 987-994.
- 박선희, 최영화 (2020). 중장년 남성 고독사 고위험군의 사회적 고립에 대한 탐색적 사례연구: 긴급복지지원 대상자들을 중심으로. 비판사회정책, 68, 45-78.
- 박소현, 박다현, 김자영 (2025). 청년 1인 가구의 다차원적 빈곤 유형이 소진에 미치는 영향. 청소년학연구, 32(8), 1-28.
- 성영애 (2013). 군집분석을 통해 살펴본 1인 가구의 연령대별 소비지출패턴. 소비자학연구, 24(3), 157-182.
- 송도훈, 정규형, 김이슬 (2025). 청년1인가구의 사회적 배제유형 결정요인에 관한 연구. 보건사회연구, 45(3), 168-192.
- 신민경 (2014). 1인가구의 특성에 따른 재무구조의 특징. Financial Planning Review, 7(1), 1-24.
- 신서우 (2025). 중장년과 노인 1인 가구의 사회적 자본과 우울의 종단 연구: 사회적 신뢰와 네트워크 잠재집단별 우울 변화의 차이를 중심으로. 노인복지연구, 80(1), 115-147.
- 유수열, 조옥선 (2023). 저소득층 중·장년 1인 가구의 사회적 관계 만족도가 주관적 행복감에 미치는 영향: 우울감의 매개효과 및 성별 차이를 중심으로. 산업융합연구, 21(9), 77-87.
- 윤지영, 이소영 (2022). 중장년 1인가구의 음주와 고립감이 삶의 만족도에 미치는 영향: 우울의 매개효과 검증. 생명연구, 63, 97-126.
- 이명진, 최유정, 이상수 (2014). 1인 가구의 현황과 사회적 함의에 관한 탐색적 연구. 사회과학연구, 27(1), 229-253.

- 이미영, 이미경 (2023). 청·중년층 1인가구와 다인 가구의 신체적, 정신적 건강인식 비교: 2021년 지역사회건강조사를 중심으로. *미래사회*, 14(2), 87-96.
- 이병호 (2014). 중장년층 1인 가구의 사회활동 참여: 다인 가구와의 비교. *보건사회연구*, 34(3), 348-373
- 이소영 (2022). 중장년 1인가구의 주거와 건강이 자살생각에 미치는 영향. *인문사회*21, 13(2), 2473-2488.
- 이수인, 최지훈, 유지영 (2021). 농촌1인가구의 삶의 만족도 영향요인: 전라북도 지역을 중심으로. *한국사회복지조사연구*, 70, 123-144.
- 이주은 (2024). 장기간 홀혼생활에서 경험한 심리적 고립감에 따른 자살생각에 관한 현상학적 연구: 1인가구 중·장년 남성을 중심으로. *복지상담교육연구*, 13(2), 253-283.
- 이창효, 이승일 (2010). 서울시 1인 가구의 밀집지역 분석과 주거환경 평가. *서울도시연구*, 11(2), 69-84.
- 이현민, 최미선 (2022). 노인1인가구의 삶의 만족에 영향을 미치는 고령친화 지역사회환경 요인. *보건사회연구*, 42(2), 262-279.
- 임유진, 박미현 (2018). 1인가구 중년의 사회경제적 박탈이 우울에 미치는 영향. *사회과학연구*, 34(1), 187-206.
- 조소연, 김선숙, 진재찬 (2024). 고학력 여성 1인가구로 살아가기: 생활경험과 욕구를 중심으로. *가족과 문화*, 36(1), 41-70.
- 주서윤, 전희정 (2025). 노인 1인가구의 주거빈곤이 정신건강에 미치는 영향: 사회적 자본의 조절 효과와 성별 차이를 중심으로. *주택연구*, 33(4), 147-173.
- 채미선, 이정화 (2018). 사회적 배제가 농촌 노인의 우울에 미치는 영향: 노인 1인가구와 노인부부 가구 비교를 중심으로. *한국지역사회생활학회지*, 29(4), 553-569.
- 최셋별 (2014). 1인 가구의 문화활동 참여에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 다인 가구와의 비교를 중심으로. *여가학연구*, 12(2), 1-24.
- 최진환, 박정윤 (2024). 청년 1인 가구의 외로움에 영향을 미치는 변인에 관한 연구. *한국가족관계학회지*, 29(1), 37-60.
- 한혜진, 오은주, 정순희 (2014). 1인 가구의 주관적 경제인식 및 경제적 노후준비와 재정만족도 관계 연구. *Financial Planning Review*, 7(1), 173-198.
- 행정안전부 (2025). 2024 지방자치단체 외국인주민 현황. 세종: 행정안전부.
- 황영란 (2024). 1인 가구 중·장년 성인의 자살행동 정도의 변화 및 자살행동 예측요인: 2013년 지역사회조사와 2021년 지역사회건강조사 자료 분석. *보건교육건강증진학회지*, 41(5), 63-80.
- Levitas, R. (2005). *The Inclusive Society? Social Exclusion and New Labour*. Macmillan.
- Sampson, R. J. (2004). Neighborhood and community: Collective efficacy and community safety. *New Economy*, 11, 106-113.
- Shaw, C. R. & McKay, H. D. (1972). *Juvenile Delinquency and Urban Areas* (ReV. ed.). University of Chicago Press.
- Silver, H. (1994). Social exclusion and social solidarity: Three paradigms. *International Labour Review*, 133, 531-578.

투고일자: 2026. 4. 2.

심사일자: 2026. 5. 26.

게재확정일자: 2026. 6. 4.

Defensive Isolation among Low-income Middle-aged Single-person Households: A Qualitative Study on Network Reconstruction in a Studio-dense Neighborhood in Gyeonggi Province

Sookyung Kim

Hanshin University

This study analyzes social isolation and the welfare needs among low-income, middle-aged single-person households through their personal narratives. Focus group interviews (FGI) were conducted with seven individuals from a studio-dense neighborhood in Gyeonggi Province. This area is characterized by a high concentration of single-person households and a significant foreign population. The findings show that isolation is not merely a result of economic deprivation but is produced through the interaction of neighborhood disorder, perceived insecurity, and welfare system constraints. Participants reported that unsafe and culturally unfamiliar environments led them to withdraw into their homes as a form of self-protection. This “defensive isolation” is an active coping strategy rather than passive exclusion. Although participants expressed a desire to rebuild social ties through work, fear of losing public assistance benefits discouraged labor participation. This result reveals a paradox in which the welfare system sustains basic livelihood while reinforcing social isolation. In addition, mutual distrust among residents further limited local network formation. This study suggests shifting from income-centered support to relationship-oriented interventions, including flexible welfare policies, small-scale community spaces, and interest-based social programs. By highlighting the interaction of spatial and institutional factors, the findings offer an integrated understanding of social isolation and implications for rebuilding social networks.

Key words: Middle-aged adults, Single-person households, Defensive isolation, Social network, Public assistance