

베이비부머의 기독교적 플로리시: SOC 모델을 적용한 바르실래 · 뵤뵤 서사를 중심으로

김 미 경*

국문초록

본 연구는 초고령 사회 진입을 앞두고 전환기를 맞이한 베이비부머 세대가 노년기 상실감에 대응하여 영적·심리적 안녕 상태인 기독교적 플로리시를 함양할 수 있는 방안을 모색하는 데 목적이 있다. 이를 위해 심리학적 적응 기제인 SOC 모델(선택, 최적화, 보상)을 분석 틀로 삼아, 성서 속 모델인 바르실래와 뵤뵤의 서사를 고찰하였다. 연구의 주요 내용은 다음과 같다. 첫째, 베이비부머 세대의 특성과 기독교적 플로리시의 개념을 정의하였다. 둘째, Baltes가 제안한 SOC 모델을 기독교적 관점에서 재해석하였다. 셋째, 성서의 인물 서사를 통해 SOC 모델의 실제적 적용 사례를 도출하였다. 바르실래의 서사에서는 자신의 한계를 인정하고 후대에게 자리를 양보하는 선택과 보상의 지혜를 확인하였다. 뵤뵤의 서사에서는 바울의 동역자로서 자신의 자원을 교회를 위해 집중하는 최적화된 헌신의 모델을 발견하였다. 결론적으로 본 연구는 베이비부머 세대가 과거의 역할에 집착하기보다 SOC 모델의 원리에 따라 삶의 우선순위를 재조정(선택)하고, 남은 은사를 갈고 닦으며(최적화), 신앙 공동체 내에서의 영적 영향력으로 한계를 극복(보상)할 때 비로소 기독교적 플로리시에 도달할 수 있음을 시사한다. 이는 향후 교회 내 노인 교육 및 기독교 상담을 위한 실천적 기초 자료가 될 것으로 기대한다.

주제어: 베이비부머, 기독교적 플로리시, SOC 모델, 바르실래, 뵤뵤

* 서울한영대학교 상담심리학과 부교수

• 이 논문은 2026년도 서울한영대학교의 학술연구비 지원을 받아 연구되었음.

I. 여는 글

현대 한국 사회는 세계에서 유례를 찾아보기 힘들 정도로 급격한 인구 구조의 변화를 겪고 있으며, 그 중심에는 이른바 신노년층으로 명명되는 베이비부머 세대(1955~1963년생)의 대규모 은퇴라는 거대한 사회적 전환점이 자리 잡고 있다. 이들은 과거의 노년 세대와는 확연히 다른 인구학적, 사회문화적 특성을 지닌다. 높은 교육 수준과 풍부한 경제적 자원을 보유하고 있을 뿐만 아니라, 은퇴 이후에도 수동적인 부양의 대상에 머물기를 거부하고 주체적인 자아실현과 지속적인 사회적 기여를 갈망하는 역동적인 주체들이다.

그러나 이들의 강한 열망에도 불구하고, 한국 사회의 제도적·구조적 관점에서 노년기는 여전히 역할 상실, 생산성 저하, 의존성 증가라는 부정적 프레임과 질병 및 빈곤이라는 결핍의 패러다임에 고착되어 있다. 평생을 바쳐온 직업적 역할로부터의 단절은 베이비부머 세대에게 극심한 심리적 공허함을 야기하며, 나아가 '나는 누구인가'에 대한 존재론적 위기를 초래할 수 있다. 특히 초고령사회로의 진입 가속화는 이들에게 단순한 생물학적 수명 연장을 넘어, 어떻게 인간답고 가치 있게 늙어갈 것인가라는 실존적 질문을 던지게 만든다.

이러한 문제의식 속에서 현대 긍정심리학의 거장 Martin Seligman은 인간의 삶의 질을 극대화하고 궁극적인 번영을 이루기 위한 대안으로 PERMA 모델을 제시하며 플로리시(flourish)의 중요성을 역설해 왔다. 긍정적 정서(P), 몰입(E), 관계(R), 의미(M), 성취(A)로 구성된 이 모델은 인간의 행복과 안녕을 설명하는 매우 유용한 지표로 활용되어 왔다. 그러나 세속적·일반 심리학적 모델이 제시하는 행복의 조건들이 신노년층이 마주한 근원적인 영적 갈급함과 죽음이라는 실존적 불안을 온전히 해소할 수 있는가에 대해서는 심층적이고 비판적인 고찰이 요구된다. PERMA 모델의 요소들은 다분히 수평적이며 현세 중심적인 자아 만족의 차원에 머물러 있다는 한계를 지니기 때문이다. 은퇴와 노화는 단순한 사회적 직무의 마감이나, 삶의 유한성을 직시하고 생애 최종 과제인 죽음을 향해 나아가는 영적 전환기이다. 이 시기에 노년층이 겪는 본질적인 허무와 고독은 세속적인 수평적 관계나 과거의 영광을 되풀이하려는 인위적인 성취만으로는 채울 수 없는 신성한 영적 공백을 만들어내기 때문이다.

기독교적 관점에서 볼 때, 노년기는 생의 하강기나 쇠퇴기가 결코 아니다. 오히려 육체의 연약함 속에서 속사람이 날로 새로워지며(고후 4:16), 하나님과의 깊

은 인격적 연합을 통해 신앙과 인격이 만개하는 영적 결실기이자 생애 최고의 성숙기이다. 따라서 기독교적 가치관을 공유하는 베이비부머 세대에게 진정한 플로리시는 인간 내면의 심리적 기제나 훈련을 넘어, 창조주 하나님과의 수직적 관계 회복과 신앙적 초월을 전제로 해야만 한다.

일반 심리학이 말하는 의미(meaning)가 주관적이고 환경적인 만족에 가깝다면, 크리스찬 노년이 추구해야 할 의미는 하나님이 부여하신 소명과 사명이라는 절대적 가치로 승화되어야 한다. 따라서 은퇴 이후의 삶을 기독교적 가치관 안에서 재구성하고, 이들이 영적 번영(spiritual flourishing)을 누리도록 돕는 것은 노년 개인의 안녕을 넘어 갈급한 시대 속에서 교회 공동체의 영적 역동성을 회복하기 위해서도 매우 시급하고 중대한 신학적·실천적 과제이다.

그동안 노년기 적응과 행복에 관한 선행 연구들은 발달심리학적 측면에서 Baltes의 SOC 모델(Selection, Optimization, Compensation; 선택, 최적화, 보상) 등을 활용하여 노화로 인한 자원 상실을 어떻게 극복할 것인가에 주목해 왔다. 그러나 이러한 기존의 노화 극복 모델들은 대개 신체 기능의 유지, 경제적 자원의 관리, 혹은 인지적 기능의 보완 등 외부적·물질적 자원 관리(Steverink et al., 2005)에 지나치게 치중되어 있다는 한계를 보여왔다. 노년기에 일어나는 급격한 상실을 신체적·환경적 보상만으로 대처하려는 시도는 인간의 영적·실존적 차원을 간과하는 결과를 낳는다.

본 연구는 이러한 기존 연구의 사각지대를 보완하고자, 베이비부머 세대의 내면적·영적 자원인 기독교적 플로리시에 초점을 맞춘다. 노년기에 겪는 필연적인 물리적 상실을 영적 도약의 계기로 삼기 위해서는 성경이 제시하는 구체적인 삶의 모델과 신앙적 원리가 제공되어야 한다. 이에 본 연구는 구약 성경의 바르실래와 신약 성경의 뢰비라는 두 인물의 서사에 주목한다. 나이가 들어 권력과 중심부로부터 명예롭게 물러나면서도 하나님의 사람을 신실하게 공궤했던 바르실래의 서사, 그리고 바울의 동역자이자 헌신적인 보호자로서 사명을 감당했던 뢰비의 서사는 신노년 세대가 취할 수 있는 구체적인 영적 플로리시의 역동을 보여준다.

본 연구는 이 두 인물의 생애와 결단을 노년기 적응 이론인 SOC 모델의 틀로 분석함으로써, 성경적 인물들이 어떻게 자신의 한계를 수용(선택)하고, 주어진 영적 자원을 극대화(최적화)하며, 상실을 신앙적 가치로 승화(보상)시켰는지를 규명하고자 한다. 이는 기존의 세속적 플로리시 담론과 물리적 노화 이론이 지닌 한계를 성경적·신학적 관점에서 통합하고 확장한다는 점에서 구별되는 학문적 차별성

을 지닐 것이다.

이를 달성하기 위한 구체적인 연구 목표는 다음과 같다.

첫째, Seligman의 PERMA 모델로 대변되는 일반 심리학적 플로리시 개념의 인본주의적 한계를 비판적으로 고찰하고, 이를 기독교 신학적 관점(수직적 관계성, 소명, 영적 결실)에서 재해석하여 기독교적 플로리시의 개념적·이론적 기틀을 확립한다. 둘째, 성경 속 인물인 바르실래와 뫼뵈의 서사를 심리사회적 노화 적응 이론인 SOC 모델(선택, 최적화, 보상)의 관점에서 텍스트를 분석하여, 노년기에 마주하는 신체적·사회적 상실을 영적 성숙과 초월로 대치·전환하는 구체적인 역동과 원리를 도출한다. 셋째, 분석된 결과를 바탕으로 은퇴기 베이비부머 세대가 단순히 교회 공동체 안에서 돌봄과 사역의 수혜자가 아닌, 하나님 나라의 사명자로 영적 플로리시를 이룰 수 있는 실천적 토대를 제공하고자 한다.

II. 펴는 글

1. 베이비부머(신노년) 세대의 특성

최근 노년학 및 사회학 학계에서는 은퇴 기로에 선 베이비부머 세대를 과거의 의존적 노인과 구별하여 신노년(new senior) 또는 액티브 시니어(active senior)로 재규정하고 있다. 이는 단순히 생물학적 연령 증가에 따른 신체적 노쇠와 기능저하를 수용하는 수동적 단계를 넘어, 삶의 제2막을 주체적으로 개척해 나가는 능동적이고 생산적인 시기로 노년기를 바라보는 패러다임의 전환을 의미한다. 특히 한국의 베이비부머는 전쟁 직후의 황폐함 속에서 태어나 고도의 경제성장과 정치적 민주화 과정을 온몸으로 체화한 역사적 고유성을 지닌 세대이다. 이들은 대한민국 사회 변혁의 중심에서 생산과 소비의 주역으로 살아왔기에, 이전의 선대 노년 세대와는 확연히 구별되는 사회·경제적·문화적 위상을 점유하고 있다. 고학력화의 첫 수혜자로서 높은 교육 수준을 자랑하며, 자녀 부양과 부모 봉양이라는 이중의 의무를 수행하는 동시에 자산 축적을 이뤄내어 상대적으로 풍부한 경제적 자원을 보유하고 있다. 따라서 이들은 은퇴 이후에도 사회적 영향력을 유지하며 능동적인 사회 참여와 기여를 희망하는 경향이 매우 강하다(정순돌, 이현희, 2012). 즉, 상실과 질병, 의존성으로 대변되던 전통적 노인상에서 과감히 탈피하여, 활동적·성공적·생산적 노화라는 새로운 노년

문화를 주도하는 핵심 주체로 부각되고 있는 것이다(최희경, 2010).

이러한 신노년 세대의 행동 양식을 지배하는 내면적 동력 중 가장 주목해야 할 발달적 특성은 바로 생성감(generativity)의 확장과 지속성이다(Wong, 1989). Erik Erikson이 중년기의 핵심 과업으로 제시한 생성감은 다음 세대를 확립하고 이끄는 데 관심을 두는 성향을 뜻하는데, 한국의 베이비부머에게 이 생성감은 은퇴 이후인 노년기까지 쇠퇴하지 않고 지속되는 경향을 보인다. 치열한 경쟁 사회와 조직 생활 속에서 성장한 이들은 은퇴 후에도 높은 수준의 자기 주도성과 성취지향성을 유지하며(신계수, 조성숙, 2011), 자녀 세대에게 짐이 되지 않고 경제적 자립을 바탕으로 한 독립적인 생활양식을 엄격히 지향한다(신경아, 한미정, 2013). 더욱이 이들은 정보통신기술의 발달을 적극적으로 수용한 디지털 시니어로서, 지식과 정보를 소비하고 유통하는데 막힘이 없다. 급변하는 사회적 격변기 속에서 삶의 질 향상을 위해 지속적으로 도전하고 적응해 온 이들의 경험적 자산과 구조적 유연성은 노년기에도 자아통합적이고 건강한 삶을 구성해 나갈 수 있는 강력한 발달적 잠재력이 된다. 나아가 이들은 은퇴 후 주어지는 여가 시간을 단순한 휴식이나 무목적적인 잉여 시간으로 낭비하지 않고, 평생교육, 취미 활동, 사회 봉사 등 자기계발과 자아실현을 위한 능동적 기회이자 대안적 생애 경로를 개척하는 역동적인 무대로 인식한다(최유진, 차미경, 2019).

그러나 이러한 높은 자존감과 다각적인 활동성, 풍부한 자원의 이면에는 역설적이게도 깊은 실존적 불안이 공존하고 있다. 평생을 일 중심적(work-oriented) 가치관으로 살아온 베이비부머에게 직업적 은퇴는 단순한 고용 관계의 종료를 넘어, 주된 사회적 정체성과 지위의 박탈을 의미한다. 거대 조직의 일원에서 개인으로 돌아오는 순간 마주하는 사회적 역할의 부재는 필연적으로 심리적 소외감과 무력감을 낳으며, 이는 결국 ‘나는 누구인가’ 혹은 ‘남은 삶을 무엇을 위해 살아야 하는가’라는 근본적인 실존적 질문과 정체성 위기를 촉발한다(김미경, 2023). 더욱이 신체 기능의 점진적 저하를 체감하고 동년배들의 죽음을 목도하면서, 이들은 삶의 유한성이라는 거대한 벽에 직면하게 된다. 이때 베이비부머 세대는 과거에 추구했던 세속적인 성공, 물질적 축적, 수평적인 인간관계의 확장만으로는 메울 수 없는 심연의 공허함을 느끼며, 이를 초월한 궁극적 의미 체계와 내면의 평안을 갈구하는 강한 영적 욕구(spiritual needs)를 표출하게 된다(김미혜, 신경림, 2005; Wong, 1989). 결과적으로 베이비부머는 풍부한 역량과 주체성을 지닌 준비된 세대인 동시에, 은퇴 후 구조적 상실감과 존재론적 고독을 동시에 경험하는 독특한 중층적(double-layered) 존재라는 양면성을 띤다.

이와 같은 맥락에서 기독교적 관점의 플로리시(Christian flourishing)는 신노년 세대가 겪는 실존적 상실감과 다층적인 위기를 영적 충만함과 새로운 사명으로 전환하는 강력한 다이내믹 기제가 될 수 있다. 일반 심리학적 웰빙이 개인의 심리적 안녕과 자아 만족에 초점을 맞춘다면, 기독교적 플로리시는 인간을 창조하신 하나님과의 수직적 연합 속에서 자신의 존재 의미를 재발견하고, 세속적 은퇴를 하나님 나라를 향한 새로운 소명의 시작으로 재구성하게 만들기 때문이다. 즉, 기독교적 플로리시는 베이비부머 세대가 이미 보유하고 있는 발달적 잠재력인 역동성과 생성감을 영적인 차원으로 승화시킴으로써, 삶의 제2막을 단순한 후퇴나 쇠퇴의 노후가 아닌, 영적으로 만개하고 신앙의 열매를 맺는 생애 최고의 황금기로 변혁하는 학술적·실천적 대안을 제시한다.

이러한 영적 플로리시의 성취는 단순히 관념적이거나 심리적인 지향에 머무는 것이 아니라, 노화로 인해 발생하는 자원의 한계를 인정하고 보완하는 구체적이고 능동적인 행동 적응 과정을 필연적으로 수반한다. 즉, 신노년 세대가 마주하는 신체적 제약과 사회적 자원의 손실 속에서, 자신이 보유한 영적 자원과 에너지를 어디에 집중하고 어떻게 최적화하여 신앙적 열매로 승화시킬 것인가에 대한 실천적 기제를 이해해야 한다. 이에 본 연구는 신노년 세대의 성공적 노화와 영적 변혁 과정을 설명하고 이들의 구체적인 삶의 행동 양식을 분석하기 위한 핵심적인 발달심리학적 역동 기제로서 Baltes의 SOC 모델에 주목하고자 한다.

2. Baltes의 SOC 모델과 기독교적 재해석

Baltes와 Baltes(1990)가 제안한 ‘보상을 수반한 선택적 최적화(Selective Optimization with Compensation: 이하 SOC) 모델’은 노년기에 직면하는 생물학적·심리사회적 자원의 상실과 제한에 대응하여 개인이 어떻게 삶의 질을 유지하고 성공적인 적응을 이루어내는가를 설명하는 역동적 조절 기제이다. 본 모델은 노화로 인한 기능 감퇴를 단순한 쇠퇴나 상실로 규정하지 않고, 주체적이고 적응적인 전략적 배분을 통한 성장의 가능성을 강조한다. Freund와 Baltes(1998)의 연구에 따르면, 성공적 노화의 핵심은 단순히 질병이 없는 소극적 상태가 아니라 개인이 보유한 자원을 어떻게 전략적으로 운용하느냐에 달려 있다. 생애 주기가 후기 노년기로 이행될수록 가용 자원이 급격히 감소하기 때문에, 젊은 층에 비해 노년층에서 SOC 전략의 효율적 활용은 삶의 만족도, 긍정적 정서, 목적 있는 삶과 같은 주관적 안녕감을 결정짓는

핵심 변인으로 작용한다. 이러한 심리학적 논거는 베이비부머 세대의 노년기 적응 과정을 설명하는 유용한 분석 틀을 제공하며, 나아가 기독교적 관점과의 학제적 융합을 통해 단순한 환경적 유능함을 넘어 영적 플로리시(spiritual flourishing)라는 차원 높은 정체성 변화를 규명하는 메커니즘으로 확장될 수 있다(김미경, 2024).

기독교적 관점에서의 SOC 모델은 일반 심리학이 제시하는 도구적·기능적 적응 기제를 초월하여, 자기 비움을 통해 영적 충만을 달성하는 역동적 과정으로 재해석된다. 첫째, 일반 심리학에서의 선택(selection)이 제한된 역량 내에서 효율적인 목표를 설정하고 비필수적 영역을 배제하는 전략적 위축을 의미한다면, 기독교적 선택은 영적 분별의 과정으로 전환된다. 이는 베이비부머 세대가 평생 추구해 온 성공, 축적, 체면이라는 세속적 목표를 내려놓고, 하나님 나라를 위한 본질적 사명에 집중하는 결단을 의미한다. 유한한 신체적·시간적 한계 앞에서 영원한 것과 소멸할 것을 구분하는 선택적 가치치기를 행할 때, 세속적 욕망이 제거된 자리에 내면의 영적 생명력이 만개하게 된다. 즉, 기독교적 맥락에서의 내려놓음은 단순한 포기가 아니라 더 가치 있는 본질을 담기 위해 내면의 공간을 창출하는 상황이나 자극을 능동적으로 선택하는 것이다(김미경, 2024). 평생 자신을 정의했던 직함이나 권력으로부터 자아를 분리해 낼 때 발생하는 영적 여백을 통해 비로소 초월적 존재와의 깊은 친밀함이 형성될 수 있다.

둘째, 일반 심리학에서의 최적화(Optimization)가 보유한 자원의 기능적 극대화와 기술적 숙련을 뜻한다면, 기독교적 최적화는 성령의 도우심과 은혜를 신뢰하는 가운데 개인이 가진 강점을 거룩한 도구로 드리는 은사의 발휘로 정의된다. 베이비부머 세대는 평생 축적해 온 전문 지식, 물질적 자산, 신앙의 연륜이라는 강력한 자원을 보유하고 있다. 기독교적 최적화는 이러한 자원을 은퇴 후 단순한 소일거리에 소비하지 않고, 하나님의 영광을 위해 가장 가치 있게 배분하고 재조정하는 동력이다. 구체적으로는 은퇴 후 잔여 시간을 깊은 중보기도나 성경 연구 등 내면의 영성을 심화하는 데 우선적으로 할애하는 영성 자원의 최적화와, 기업 경영의 노하우를 교회 행정에 접목하거나 풍부한 상담 경험을 청년 세대의 멘토링에 활용하는 사회적 자원의 사역적 전환을 포함한다. 자신의 삶의 궤적이 신앙적 가치와 유기적으로 연결될 때, 시니어는 단순한 노련함을 넘어 영적 권위를 획득하게 된다.

셋째, 일반 심리학에서의 보상(Compensation)이 보충기나 지팡이 등 외부 자원과 기술적 훈련을 통해 기능적 결손을 보완하는 기제라면, 기독교적 보상은 자신의 약함을 인정하고 다음 세대를 몸소 세워줌으로써 사명의 영속성을 확보하는 영적 계승의

단계이다. 이는 Erikson의 인간발달단계 중 생성감(generativity) 과업의 기독교적 완성으로 볼 수 있다. 개인이 직접 주역으로 뛰기보다는 조력자로서 다음 세대를 지원하고 축복할 때, 인간적 한계를 초월하여 지속되는 하나님의 사역에 동참하는 영적 재산의 보상을 경험하게 된다. 내가 주인공이 되려는 욕심을 선택적으로 내려놓음으로써 타인을 세워줄 수 있는 영적 여유가 발생하며, 나의 기력이 쇠함을 한탄하는 대신 경험과 지혜를 젊은 세대에게 수혈함으로써 사명의 영속성을 성취하는 것이다.

결론적으로 베이비부머 세대의 기독교적 플로리시는 내려놓음이라는 선택과 세움이라는 보상이 만나는 접점에서 완성되며, 최적화를 통해 그 구체적인 실현 동력을 얻는다. 선택이 과거의 성공 신화로부터 자신을 해방시키는 자기 비움의 과정이라면, 보상은 다음 세대를 통해 존재 의미를 확장시키는 영적 재생산의 과정이며, 최적화는 이 두 기제 사이에서 자원의 가치를 극대화하는 매개체이다. 이러한 삼자 간의 역동적 상호작용이 결합될 때 노년기는 자원의 고갈로 인해 비워지는 삶이 아니라, 새로운 영적 차원으로 확장되는 삶이 된다. 따라서 기독교적 SOC 모델은 베이비부머 세대가 노화의 불가피한 상실을 주체적으로 수용하고, 일반 심리학이 지향하는 환경 적응적 차원의 유능한 노인을 넘어 성경적 가치를 체현하는 복 있는 시니어로의 정체성 패러다임 전이를 견인하는 핵심적인 심리·영적 메커니즘이라 할 수 있다.

3. 심리학적 플로리시의 개념

일반 심리학에서 플로리시(flourishing)는 개인이 지닌 잠재력을 최대한 발휘하여 최적의 기능(optimal functioning)을 수행하고, 주관적 안녕과 만족감을 누리는 상태를 의미한다(Keyes, 2002). Keyes(2002)는 정신건강을 단순히 질병이 없는 상태로 규정하던 기존의 소극적·병리적 관점에서 벗어나, 이를 쇠약(languishing)과 번영(flourishing) 사이의 연속체(continuum) 모델로 재정의하였다. 그에 따르면, 진정한 플로리시의 성취는 정서적, 심리적, 사회적 안녕감이라는 세 가지 차원의 독립적이면서도 상호 유기적인 안녕감이 모두 높은 상태일 때 비로소 가능해진다. 구체적으로 정서적 안녕감은 삶에 대한 주관적 만족과 긍정적 정서 경험을 의미하며, 심리적 안녕감은 개인의 잠재력 실현, 자아수용 및 삶의 목적의식을 내포한다. 나아가 사회적 안녕감은 개인이 공동체의 일원으로서 발휘하는 기능과 기여도에 대한 인식을 의미한다. 이처럼 Keyes(2002) 모델은 행복의 개념을 개인 내적 수준에 국한하지 않고 공동체적 영역으로 확장함으로써 인간의 전인적 안녕을 다차원적으로 조명하였다. 이러한 학

문적 패러다임의 전환 속에서 플로리시는 단순히 정신적 질병이 없는 상태(absence of mental illness)를 넘어, 개인이 심리적·사회적으로 만발하고 번영하는 적극적 의미의 정신건강(mental health) 상태로 정의된다(Keyes, 2005). 즉, 플로리시는 주관적 행복감이라는 정서적 안녕(emotional well-being)과 더불어, 삶의 의미를 찾고 사회적으로 유능하게 기능하는 다차원적인 심리적 역동을 내포한다.

2000년대 이후 대두된 긍정심리학(Positive Psychology)도 인간의 강점, 미덕, 그리고 삶을 번영하게 만드는 요인들에 주목하기 시작했다(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). 긍정심리학의 개척자 Seligman(2011)은 삶에 단순히 만족하는 것은 평소의 기본과 밀접할 뿐, 진정으로 안녕한 삶을 영위하는 것과는 다르다고 보았다. 이에 따라 그는 삶의 전반적인 상태가 마치 아름다운 꽃이 활짝 핀 것처럼 만개한 상태를 뜻하는 플로리시(flourish)라는 개념을 도입하였다. 그는 플로리시의 구체적인 메커니즘을 설명하기 위해 PERMA 모델을 제시하였으며, 웰빙과 플로리시를 구성하는 핵심 요소를 다음의 다섯 가지 독립적이고도 상호보완적인 차원으로 분류하였다. 첫째 긍정적 정서(Positive emotion)는 기쁨, 감사, 희망 등 삶에 대한 긍정적인 감정을 경험하는 것으로, 이는 개인의 인지적 외연을 확장하고 심리적 회복탄력성을 강화하는 기초가 된다(Fredrickson, 2001). 둘째 몰입(Engagement)은 삶의 활동이나 과업에 깊이 빠져들어 시간의 흐름을 잊는 상태를 의미하며, 이는 Csikszentmihalyi 등(2003)이 제시한 플로우(flow)의 개념과 맥을 같이 한다. 셋째는 관계(Relationships)로 타인과 친밀하고 안전한 정서적 유대를 형성하고, 사회적 지지를 주고받는 능력이다. 양질의 사회적 관계는 인간의 안녕감을 예측하는 가장 강력한 외적 변인 중 하나로 간주된다(Diener & Seligman, 2002). 넷째는 의미(Meaning)로, 자신보다 더 큰 존재나 목적에 연결되어 있다는 감각으로, 삶의 가치와 실존적 당위성을 인식하는 과정이다. 마지막으로 성취(Accomplishment)는 내재적 동기에 기반하여 목표를 설정하고 이를 달성해 나가는 과정에서 느끼는 유능감과 역량의 발휘를 뜻한다. 이처럼 플로리시는 일시적으로 기분이 좋고 행복하다는 느낌을 갖는 것을 넘어, 삶의 의미와 가치를 고려하며 개인이 갖고 있는 강점과 자원을 활용하여 지속적으로 즐겁고 만족스러운 삶의 안녕감을 추구하는 것이다.

결과적으로 일반 심리학 관점에서의 플로리시는 이러한 쾌락적 안녕(hedonic well-being)과 실존적·자기실현적 안녕(eudaimonic well-being)이 유기적으로 결합하여 개인이 사회 속에서 최적의 발달을 이루어가는 과정을 의미한다(Ryan & Deci, 2001; Waterman, 1993). 그러나 이 모델은 인간을 독립적이고 자율적인 존재로 전

제하는 서구 인본주의적 프레임에 기반하고 있어, 인간의 유한성과 죽음이라는 실존적 한계 앞에 선 노년기의 심층적 내면을 온전히 설명하기 어렵다. 특히 PERMA 모델의 각 요소들은 다분히 수평적이며 주관적인 만족에 치중되어 있다. 예컨대 모델이 제시하는 관계는 사회적 연결망의 빈도나 심리적 유대감이라는 현세적 차원에 머물며, 의미 또한 개인의 가치관이나 환경에 따라 가변적인 주관적 만족의 성격이 강하다. 결국 이러한 세속적 플로리시 담론은 은퇴와 노화 과정에서 사회적 지위와 신체적 자원을 상실했을 때 발생하는 존재론적 공허함과 영적 사각지대를 메우지 못하며, 오히려 과거의 성취나 인위적인 관계 확장에 집착하게 만드는 한계를 노출한다.

4. 기독교적 플로리시의 개념

일반 심리학에서의 플로리시가 인간의 주관적 안녕과 사회적 기능에 초점을 맞춘다면, 기독교적 플로리시는 여기에 하나님과의 수직적 관계성과 영원성이라는 초월적 가치를 부여한다. 기독교적 맥락에서의 안녕은 개인의 내재적 성취나 환경적 조건에 의한 일시적 만족을 넘어, 하나님과의 친밀한 교제 속에서 주어지는 궁극적인 평강인 삶됨에 근거하기 때문이다. 이는 본질적으로 하나님 중심적 안녕으로 정의할 수 있다.

Lawler-Row와 Elliott(2009)에 의하면, 노년기의 영성은 심리적 안녕감을 예측하는 가장 강력한 변인 중 하나이며, 종교적 참여는 사회적 지지망 구축을 통해 신체적 건강 인식에 유의미한 정적 영향을 미친다. 이는 신노년 세대의 영적 플로리시가 내면의 본질적 의미 추구하고 공동체적 활동 간의 유기적 균형 속에서 발현됨을 시사한다. 인간의 최적 기능 상태를 실증적으로 규명하고자 한 VanderWeele(2017)의 인간 번영(human flourishing) 모델도 전인적 안녕을 구성하는 다섯 가지 영역의 상호작용에 주목한다. 첫째 영역은 행복과 삶의 만족(happiness and life satisfaction)으로, 이는 개인이 자신의 삶 전반에 대해 내리는 긍정적인 평가와 주관적으로 경험하는 정서적 즐거움을 의미한다. 둘째 영역인 정신 및 신체적 건강(mental and physical health)은 단순히 질병이나 병리적 증상이 없는 상태를 넘어, 신체적 활력과 정신적 안정성을 확보한 최적의 기능 상태를 내포한다. 셋째 영역은 의미와 목적(meaning and purpose)으로, 자신의 삶이 본질적으로 가치 있다고 인지하며 추구해야 할 명확한 삶의 이정표와 목표를 견지하는 상태를 뜻한다. 넷째 영역인 품성 및 덕목(character and virtue)은 도덕적 가치에 기반하여 올바른 행동을 실천하고 내재적인 선한 성품을 지속적으로 유지하려는 의지적 노력을 의미한다. 마지막 영역은 사회적

관계(close social relationships)로, 타인과 심층적으로 연결되어 있으며 상호 신뢰를 바탕으로 사랑을 긴밀히 주고받는 안정적인 사회적 지지망의 형성을 뜻한다.

이와 같이 VanderWeele(2017)의 실증 연구는 안녕감과 건강 수준이 높은 개인이 교회에 출석한다는 기존의 가설을 뒤집고, 정기적인 공동체적 예배 참여가 향후 개인의 전인적 건강과 플로리시를 유의미하게 증진시킴을 입증하였다. 이에 따르면 예배 공동체로의 참여는 단순한 사회적 지지의 차원을 넘어, 다음과 같은 두 가지 핵심 기제를 통해 성도의 전인적 성숙을 견인한다. 첫째, 종교적 가치의 내면화로, 성도들은 설교·기도·찬양 등의 의례를 통해 기독교적 세계관과 가치를 내재화한다. 둘째, 공동체적 규범의 강화로, 그리스도의 몸 된 교회라는 공동체적 맥락 안에서 도덕적·성경적 덕목을 상호 격려하며 실천에 이르게 된다. 이러한 발견은 기독교적 플로리시가 고립된 개인의 노력만으로는 성취될 수 없음을 시사하며, "모이기를 폐하는 어떤 사람들의 습관과 같이 하지 말고 오직 권하여 그날이 가까움을 볼수록 더욱 그리하자"는 히브리서 10장 25절의 권면이 인간의 실질적 플로리시에 필수 불가결한 요소임을 실증적으로 밝혀낸 것이다.

지금까지 VanderWeele(2017)의 플로리시 요인들을 Baltes의 SOC 모델과 유기적으로 결합하면, 노년기 베이비부머의 전인적 플로리시를 위한 구조적 실천 경로를 도출할 수 있다. 구체적으로, 개인이 생의 유한성을 인식하고 자원을 재배치하는 선택(S) 전략을 통해 삶의 궁극적인 의미와 목적에 집중하고, 보유한 역량을 집중하는 최적화(O) 과정을 통해 신앙적 품성 및 덕목과 정신·신체적 건강을 내실 있게 가꾸며, 노화로 인한 손실을 보완하는 보상(C) 기제를 통해 깊이 있는 사회적 관계를 다음 세대로 확장·계승해 나간다면, 그 결과로서 행복과 삶의 만족이라는 총체적 플로리시에 도달하게 될 것이다.

이런 맥락에서 Baltes의 SOC(Selection, Optimization, Compensation) 모델 중 최적화(Optimization) 기제는 기독교적으로 재해석될 수 있다. 기독교적 플로리시 관점에서의 최적화란, 단순히 개인의 기능적 효율성을 극대화하는 행동 양식을 넘어, 창조 섭리에 따른 본연의 소명을 발견하고 신성한 목적과 사명에 전인적으로 몰입하는 신앙적 성숙의 과정을 의미한다. 이처럼 영적 안녕의 역동성은 노년기 삶의 질을 규명하는 주요 기제로 작용한다(홍영준, 이정훈, 2014).

결론적으로, 은퇴와 신체적 노화 등 대대적인 생애주기적 전환기를 맞이한 베이비부머(신노년 세대)에게 기독교적 플로리시는 단순한 종교적 만족을 넘어선다. 제한된 자원 속에서 신앙적 소명에 집중하는 SOC 전략과 공동체적 예배 중심의 신앙 실천은,

베이비부머 세대의 신체적·정신적·사회적·영적 건강의 총체적 회복을 가져오는 핵심적인 역동이자 심리적, 영적 인프라 역할을 수행한다. Volf(2020) 역시 플로리시란 단순히 은퇴 후 안락한 환경을 누리는 삶에 국한되지 않으며, 하나님의 소명을 좇아 가치 있는 삶을 주체적으로 실천하는 것을 포괄해야 한다고 강조하였다. 이는 베이비부머 세대가 은퇴기에 직면하는 정체성 위기를 영적 소명으로 승화시켜 진정한 플로리시를 경험할 수 있는 중요한 이론적 근거를 제공한다. Volf는 인간의 플로리시를 단순한 정서적 안락이나 물질적 풍요로 환원하지 않고, 하나님의 비전 안에서 올바르게 살아가는 상태로 정의한 것이다. 그는 삶의 외적 조건이 우호적이지 않은 고난과 상실의 상황일지라도, 그리스도 안에서 올바른 삶을 지향할 수 있다면 이 또한 플로리시의 역설적 형태가 될 수 있다고 주장한다. 이러한 논거는 베이비부머 세대가 노년기에 필연적으로 겪게 되는 신체적 노화, 질병, 사회적 상실 속에서도 기독교적 플로리시가 충분히 발현될 수 있음을 강력히 시사한다.

Charry(2011)도 기독교 전통이 본래 인간의 행복과 플로리시를 지향하는 행복론적 성격을 지니고 있음을 역설한다. 그녀는 하나님을 아는 지식이 인간의 내면을 치유하고 영적 성장을 견인하여 궁극적인 번영에 이르게 한다고 보았다. 특히 하나님의 선하심을 닮아가는 덕(virtue)의 함양과 신앙적 순종은 번영에 도달할 수 있는 수단임을 가정하고 있다(김종원, 2025). 이 관점은 베이비부머가 노년기에 겪을 수 있는 실존적 상실감과 우울을 극복하고, 신앙 공동체 안에서 영적 성숙을 이루어 타인에게 영적 귀감이 되는 지혜로운 성인(elder)으로 만개할 수 있는 신학적 토대를 제공하고 있다.

5. SOC 모델을 통한 성경적 플로리시 사례 분석

바르실래와 뵤뵤의 서사는 현대 노년학의 성공적 노화 이론을 신앙적 차원으로 승화시킨 모델이다. 이들의 서사는 사회적 관계와 이타적 기여를 통한 기독교적 플로리시를 보여준다. 베이비부머 세대는 이 두 모델을 복합적으로 수용함으로써, 상실의 시기인 노년을 기독교적 플로리시의 황금기로 전환할 수 있을 것이다.

1) 바르실래 서사: 노년기 유한성 수용(S)과 청지기적 역량의 최적화(O)

구약성경 사무엘하 19장(31-40절)에 등장하는 바르실래의 서사는 Baltes(1990)의 SOC 모델을 기독교적 관점에서 재해석하고 구현한 성공적 노화(successful aging)의 전형적 귀감으로 볼 수 있다. 그는 연령 증가에 따른 자원의 상실을 수동적으로 수용

하는 데 그치지 않고, 제한된 자원 내에서 자기 삶의 주도권을 견지하며 영적 플로리시를 성취하였다. 다윗 왕이 제안한 예루살렘으로의 환궁을 거절하고 고향으로 돌아가는 그의 행동 양식은 SOC 모델의 세 가지 핵심 원리와 완벽한 병행론적 구조를 보인다.

첫째, 선택(Selection)의 관점에서 바르실래는 자신의 생물학적·기능적 한계를 명확히 인지하고 삶의 목표를 재조정하였다. 세속적 부와 명예가 보장된 왕의 제안에 대해, 그는 “어찌 음식의 맛을 알며 노래하는 자의 소리를 알아들을 수 있겠느냐”(삼하 19:35)라며 감각적 즐거움이나 세속적 보상이 더 이상 자신의 종착지가 아님을 선언한다. 그는 노화로 인한 신체적 쇠퇴를 인정하는 동시에, 화려한 왕궁 생활 대신 고향에서 부모의 묘 곁에 묻히는 삶의 마무리라는 본질적이고 영성적인 목표를 주체적으로 선택하였다.

둘째, 최적화(Optimization)의 관점에서 바르실래는 자신이 보유한 청지기적 역량과 자원을 가장 가치 있는 곳에 집중시켰다. 그는 다윗이 압살롬의 반역으로 곤경에 처했을 때 자신의 막대한 재원을 동원하여 왕의 일행을 공궤하는 등, 환대와 공급이라는 자신이 가장 잘할 수 있는 영역에 에너지를 집중하여 소명을 완수했다. 나아가 왕궁으로 들어가 왕에게 부담을 지우는 대신, 자신의 아들(혹은 종)인 김함을 대안으로 추천함으로써 다윗에 대한 충성과 세대 간 영향력의 계승이라는 가치를 최적의 방식으로 지속시켰다. 이는 자신이 구축한 사회적 자본을 다음 세대에게 성공적으로 전수하는 지혜로운 자원 배분이다.

셋째, 보상(Compensation)의 관점에서 바르실래는 미각과 청각의 감퇴라는 신체적 결핍을 부정하거나 슬퍼하는 대신, 이를 왕에게 폐를 끼치지 않아야 할 이타적 명분이자 겸손의 근거로 전환하였다(삼하 19:35). 그는 직접 왕을 보필할 수 없는 기능적 한계를 김함이라는 대리인을 통해 보완(보상)함으로써, 가문의 영광을 보존하였다. 훗날 다윗은 바르실래의 공궤를 잊지 않고 자신의 죽음 문턱에서도 솔로몬 세대까지 이어지도록 바르실래 후손에 대한 보상을 제도화하였다(김진수, 2012). 이는 바르실래가 노년의 무력감을 성숙한 물려남이라는 도덕적 승리로 승화시킨 결과인 것이다.

결론적으로 바르실래는 Baltes가 제시한 적응 기제로서의 노화를 넘어, 상실을 통한 본질로의 회귀라는 역설적 플로리시를 증명하였다. 이러한 청지기적 플로리시 모델은 은퇴로 인해 사회적 영향력의 상실을 경험하는 현대 베이비부머 세대에게 중요한 시사점을 제공한다. 자신의 한계를 수용하고(S), 사명에 자원을 집중하며(O), 다음 세대를 대안으로 세워 보상하는(C) 바르실래의 비움과 떠남의 영성은 나의 약함이 하나님

의 강함이 되는 영적 원리와 맞닿아 있으며, 베이비부머 세대가 내가 빛나는 삶에서 공동체와 다음 세대를 빛내는 삶으로 성공적인 삶의 궤도 전환을 이룰 수 있는 실천적 좌표를 제시하고 있다. 이처럼 바르실래는 자신의 한계를 수용함으로써(S), 최고의 헌신을 드렸고(O), 다음 세대를 대안으로 세움으로써(C) 영적 플로리시의 정점을 찍었다.

2) 뫼비우스의 띠: 보호자적 영성 발현과 사회적 제약의 전략적 보상(C)

로마서의 마지막 장 16장 1-2절에 등장하는 겐그리아 교회의 일꾼 뫼비우스의 서사는, 생애 주기적 전환기와 사회적 구조의 한계 속에서 개인이 가진 사회적·영적 자산을 어떻게 최적화하여 기독교적 플로리시를 구현할 수 있는지를 보여주는 실천적 표본이다. 신학적·역사적 고찰에 따르면 뫼비우스는 당대의 위험을 무릅쓰고 로마서를 로마 교회에 직접 전달하고 해설한 지적·영적 매개자였다. 그녀가 보여준 보호자적 영성은 Baltes (1990)의 SOC 모델을 통해 정교하게 구조화된다.

첫째, 선택(Selection)의 관점에서 뫼비우스는 세속적 안락에 머무는 삶 대신 복음의 확장과 교회의 일꾼이라는 영적 목표를 주체적으로 확립하였다. 그녀는 당대 최고의 신학적 정수인 로마서를 로마 교회에 이식하는 특수한 사명에 자신의 이동성, 시간, 지적 자산을 집중시켰다. 이는 노년기 및 생애 후반기에 자원의 분산을 막고 하나님 나라의 확장에 올인한 소명 기반 선택이자 선택적 집중의 전형이다. 은퇴 후 단순한 수혜자의 자리에 머물기 쉬운 신노년 세대에게 뫼비우스는 사명의 능동적 전달자라는 새로운 정체성을 선사한다.

둘째, 최적화(Optimization)의 관점에서 사도 바울이 뫼비우스를 여러 사람과 나의 보호자로 명명한 것은 그녀가 보유한 경제적 여유와 사회적 지위라는 자원을 복음 사역에 최적화했음을 의미한다. 뫼비우스는 자신의 소유와 공간을 개방하는 환대를 실천하고, 여행 경비를 부담하며 법적·사회적 보호를 제공하는 등 자신이 가진 문화적·사회적 자본을 가장 효율적인 방식으로 투입하였다. 이는 Erikson이 제시한 성인 후기의 생성감(generativity)이 신앙적 소명과 결합하여 어떻게 전인적 플로리시로 이어지는지를 보여주고 있다. 즉, 자신의 성취를 기반으로 타인과 공동체의 성장을 돕는 보호자적 역할을 수행할 때, 노년기는 쇠퇴기가 아닌 영적 절정기로 기능하게 된다.

셋째, 보상(Compensation)의 관점에서 뫼비우스는 1세기 가부장적 사회 구조가 지닌 여성으로서의 사회적 약점(김지철, 1997)과 장거리 여행의 위험이라는 장벽을 공동체적 협력과 사도적 권위를 통해 전략적으로 보완하였다. 바울이 로마 교회를 향

해 “주 안에서 성도들의 합당한 예절로 그를 영접하라”(롬 16:2)고 명시한 추천서는, 뉘뉘의 실존적·환경적 한계를 사도적 권위로 상쇄한 거룩한 보상 기제이다. 그녀는 개인의 한계를 공동체적 네트워크 속에서 보완함으로써 생산적 노화를 달성하고, 고립을 방지하며 공동체 내 필수적인 존재로 남는 영적·심리적 플로리시를 보여주었다.

결론적으로 SOC 모델을 통해 재해석된 뉘뉘는 당시, 여성은 공적 활동을 전할 수 없었을 것이라는 사회적 통념을 깨며 수동적인 후원자를 넘어, 제한된 자원을 신앙적 가치에 따라 선택(S)하였다. 또한 이를 최적화(O)하며, 발생 가능한 사회적 제약을 전략적으로 보상(C)함으로써 인생 후반기의 진정한 플로리시를 이뤄낸 전략적 신앙인이다. 그녀가 보여준 지성과 영성의 결합, 그리고 타인의 성장을 유도하는 멘토로서의 정체성은 오늘날 신노년 세대가 고립과 쇠퇴에서 벗어나 공동체의 약한 고리를 지탱하는 거룩한 후원자로 거듭나게 만드는 확실한 이론적·신학적 토대를 제공한다.

3) 베이비부머 세대의 플로리시 함양을 위한 기독교상담적 적용

(1) 실존적 상실의 재구조화: 본질적 가치 선택(S)

베이비부머 세대는 생애주기적 전환기에 접어들며 직업적 은퇴, 신체적 건강 저하, 사회적 역할 축소 등 급격하고 다차원적인 상실에 직면한다. 발달심리학적 관점에서 이 시기의 은퇴와 역할 상실은 자아정체성의 위기와 심리적 무력감, 나아가 노년기 우울증을 야기하는 주된 요인으로 작용한다. 이러한 맥락에서 바르실래가 세속적 부와 명예가 보장된 왕궁의 화려함을 내려놓고 고향으로 돌아가는 주체적 선택(S)을 감행한 서사는 현대 베이비부머 세대에게 중대한 시사점을 제공한다. 기독교적 플로리시의 관점에서 은퇴는 사회적 활동의 종말이나 기능적 폐기가 아닌, 사명의 지평이 확장되는 소명의 재배치 기회로 재정의되어야 한다.

베이비부머가 세속적 성취나 눈에 보이는 사회적 지위라는 가치 중심의 목표를 과감히 축소 및 조정(선택)하는 대신, 하나님 나라의 확장과 영원성이라는 본질적 가치에 정렬될 때, 은퇴 후 직면하는 실존적 공허감은 궁극적인 만족과 평강을 뜻하는 영적 살림으로 전환될 수 있다. 즉, 상실 기반 선택(loss-based selection)은 노년기 자원의 한계를 극복하고 영적 안녕을 도모하는 첫 단추가 될 것이다.

(2) 청지기적 자산 발현: 생성감(generativity)의 최적화(O)

Erikson의 심리사회적 발달이론에 따르면, 장노년기 성인이 성취해야 할 가장 핵심적인 발달 과업은 후속 세대를 양육하고 사회적 발전에 기여하는 생성감의 획득이다. 만약 이 시기에 생성감을 발현하지 못할 경우, 개인은 자아중심성에 함몰되어 실존적

침체기(stagnation)에 빠지게 된다. 대한민국의 베이비부머 세대는 역사상 가장 풍부한 유·무형의 자산(지식, 경험, 경제력, 인적 네트워크)을 축적하고 보유한 세대이다. 뫼비가 자신의 사회적·경제적 지위를 복음 사역과 공동체의 약한 고리를 지탱하는 데 아낌없이 투입하여 자원을 최적화(O)했듯이, 베이비부머 세대 역시 평생에 걸쳐 다듬어진 사회적 자원을 사적으로 독점하지 않고 공동체로 흘러보내는 청지기적 영성을 확립해야 한다. 자신이 축적한 지혜와 자산을 후배 세대의 성장과 교회의 번성을 위해 적극적으로 유통할 때, 베이비부머는 심리사회적 생성감의 획득과 더불어 VanderWeele(2017)이 제시한 의미와 목적, 사회적 관계를 아우르는 기독교적 플로리시의 정점을 경험하게 된다. 결국 자산의 청지기적 최적화는 노년기를 인생의 쇠퇴기가 아닌 영적 절정기로 견인하는 핵심 기제인 것이다.

(3) 세대 간 상생의 멘토링: 공동체 연대를 통한 보상(C)

노년기 성공적 적응과 생산적 노화(productive aging)는 고립된 개인의 내적 역량만으로는 불가능하며, 개인의 약점과 한계를 보완할 수 있는 사회적 관계망과 공동체적 지지 시스템이 필수적으로 요구된다. 바르실래가 자신의 신체적 한계를 인지하고 김함을 대안으로 추천하여 다윗 왕과의 신뢰 관계를 지속시켰듯이, 또한 뫼비가 여성이라는 당시 1세기의 사회적 제약을 사도 바울의 추천서와 로마 교회의 환대라는 공동체적 자원으로 보완했듯이, 현대 베이비부머 세대 역시 자신의 실존적 약함을 차세대 및 공동체와의 유기적 연대를 통해 보상(C)받아야 한다. 베이비부머 세대가 사역이나 공동체의 전면에 서서 주도권을 쥐려 하기보다, 한 걸음 물러서서 다음 세대를 격려하고 세워주는 보호자 및 영적 멘토의 역할로 패러다임을 전환할 때, 우리 사회와 교회의 고질적인 세대 갈등을 해소하는 가교가 될 수 있다. 이처럼 타인을 대안으로 세우고 격려하는 대안적 보상 전략은 그리스도의 몸 된 교회 안에서 세대 간 상생을 이루며, 개인과 공동체가 동시에 번영하는 전인적 플로리시를 구체화한다.

(4) 고난 속의 플로리시: 약함을 통해 완성되는 영적 안녕

일반 긍정심리학에서 논하는 안녕감과 플로리시는 대개 질병이 없고 외적 환경이 우호적인 상태를 전제로 성립된다. 그러나 Volf(2017)가 역설하였듯, 기독교적 플로리시는 외적 조건의 와해와 십자가의 고난 속에서도 하나님의 뜻에 부합하는 가치 있는 삶을 실천하는 것을 포괄하는 역설적 개념이다. 신체적 노화와 질병, 지위의 상실은 베이비부머 세대가 피할 수 없는 생물학적·사회적 한계 상황이다. 그러나 바르실래의 감각 상실과 뫼비가 직면했던 1세기 사회의 구조적 제약 속에서도 영적 플로리시가 만개했듯이, 베이비부머들이 마주하는 약함과 고난은 플로리시를 제한하는 장애물이

될 수 없을 것이다. 오히려 기독교적 플로리시는 “나의 약함이 곧 하나님의 강함이 된다”는 십자가의 신학적 역설을 실존적으로 경험하는 통로가 된다. 외적 조건의 쇠퇴 속에서도 사명에 충실한 삶을 지속할 때, 베이비부머 세대는 환경의 한계와 죽음의 공포를 초월하는 궁극적인 영적 안녕, 즉 창조주 안에서 누리는 참된 평강(shalom)을 성취하며 삶을 완성해 나갈 수 있을 것이다.

III. 닫는 글

지금까지 고령화 사회의 주역으로 부상한 베이비부머 세대(신노년)의 기독교적 플로리시를 도출하기 위해, 현대 노년학의 성공적 노화 이론과 성경 인물인 바르실래와 뢰뵈의 서사를 비교 분석하였다. 기독교적 플로리시는 일반 심리학의 자아 중심적·수평적 안녕을 넘어, 인간을 창조하신 하나님과의 수직적 연합과 관계 회복을 본질로 하는 전인적 변영으로 정의된다. 기독교적 관점에서 플로리시는 인간 내면의 심리적 훈련이나 환경적 조건의 결합으로 성취되는 산물이 아니라, 성령의 내주하심을 통해 속사람이 날로 새로워지는 영적 생명력의 현현이다. 이 개념은 일반 심리학의 의미를 하나님 나라의 절대적 가치인 사명으로 승화시킨다. 즉, 크리스찬 베이비부머에게 은퇴는 세속적 직무의 마감이나 삶, 삶의 주권을 하나님께 완전히 이양하고 그분이 부여하신 생애의 남은 사명을 향해 나아가는 거룩한 전환기이다.

그러므로 기독교적 플로리시는 노년기에 직면하는 신체적·사회적 쇠퇴 속에서도 하나님과의 깊은 친밀함을 통해 내면의 평안을 누리고, 자신에게 남겨진 제한된 자원을 교회를 비롯한 이웃 공동체로 흘러보냄으로써 신앙의 최종적 결실을 맺는 자아통합과 영적 초월의 상태를 의미한다. 이는 노년기를 상실과 퇴보의 시기가 아닌, 하나님의 구속사적 경륜 속에서 인격과 신앙이 가장 찬란하게 만개하는 생애 최고의 성숙기로 변혁시키는 핵심 동인이다.

지금까지의 연구를 정리해보면 다음과 같다. 첫째, 베이비부머 세대의 특성과 기독교적 플로리시의 개념을 정의하였다. 기독교적 플로리시는 단순한 행복을 넘어 하나님의 통치 안에서 전인적인 꽃을 피우는 삶을 의미하며, 신체적·사회적 자원이 감소하는 노년기에 더욱 강조되어야 할 가치임을 논하였다. 둘째, Baltes가 제안한 SOC (Selection, Optimization, Compensation) 모델을 기독교적 관점에서 재해석하였다. 내려놓는 선택(S)을 통해 세상적 성공이라는 가짜 의미를 버리고, 하나님 나라의

소명이라는 참된 의미를 선택할 수 있게 된다. 한정된 자원을 효율적으로 배분하여 성공적인 노화를 이끄는 이 모델이 신앙인의 삶에서 어떻게 영적 성숙과 연결될 수 있는지 분석하였다. 셋째, 성서의 인물 서사를 통해 SOC 모델의 실제적 적용 사례를 도출하였다. 바르실래의 서사에서는 자신의 한계를 인정하고 후대에게 자리를 양보하는 선택(S)과 보상(C)의 지혜를 확인하였다. 뵈뵈의 서사에서는 바울의 동역자로서 자신의 자원을 교회를 위해 집중하는 최적화(O)된 헌신의 모델을 발견하였다. 지금까지의 연구내용을 바탕으로 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 신노년의 기독교적 플로리시는 단순한 수명 연장이나 질병의 부재를 넘어, 하나님이 부여하신 소명의 지속성을 확립할 때 실현된다. 바르실래의 사례는 노년기가 쇠퇴의 시기가 아닌, 축적된 신앙의 유능감 발현이었다. 둘째, 신노년의 플로리시는 공동체적 관계 속에서 보호자적 기여를 수행할 때 완성된다. 뵈뵈의 서사는 베이비부머 세대가 보유한 사회적 자산과 신앙적 성숙을 다음 세대와 공동체를 위해 흘려보내는 생성감(generativity)의 실천이 영적 안녕감의 핵심 동력임을 보여준다. 셋째, 성공적 노화 이론의 핵심 기제인 SOC 모델(선택, 최적화, 보상)은 기독교 영성과 결합하여 노년기 상실의 위기를 영적 성장의 기회로 전환하는 유용한 틀을 제공함을 확인하였다.

SOC 전략은 노년기의 발달 과업을 수행하기 위한 핵심 기제로서 자원의 효율적 배분을 통해 활동 영역을 선택(S)하고, 선택된 영역의 역량을 최적화(O)하며, 기능 상실 시 대안적 수단을 동원하여 이를 보상(C)함으로써 성공적 노화의 가능성을 담보한다. 이와 같은 Baltes의 SOC 모델은 VanderWeele(2017)이 제시한 플로리시의 다차원적 요소들을 베이비부머의 삶 속에서 구체화하는 역동적 방법론이 된다. 영적·존재론적 의미와 목적을 우선순위로 선택(S)하고, 이를 달성하기 위해 개인의 품성과 건강을 최적화(O)하며, 노화의 한계를 극복하는 보상(C) 기제로서 사회적 관계를 세대 간 전수로 승화시킨다면, 이는 주관적 행복과 만족을 넘어서는 총체적 플로리시의 성취로 이어질 것이다. 이는 베이비부머가 노년기의 상실 속에서도 어떻게 전인적 플로리시를 이룰 수 있는지 그 실천적 경로를 보여준다.

오늘날 행복을 주관적 감정이나 물질적 풍요로 치환하는 세속적 관점과 달리, 기독교적 관점에서의 참된 플로리시는 하나님과의 수직적 관계성 속에서만 비로소 가능하다. 즉, 플로리시는 인간의 세속적 성취나 주관적 안녕감에 국한되지 않으며, 하나님의 통치와 복음의 가치가 개인과 사회 속에서 구현되는 상태를 의미한다. 따라서 기독교적 플로리시는 하나님 안에서, 하나님과 함께, 하나님의 뜻을

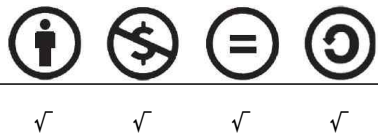
따라 수행하는 삶으로 정의할 수 있다. 인간의 변영은 창조주와의 올바른 관계성 안에서 궁극적으로 완성되며, 이는 타자를 향한 환대와 사회적 공의 실현이라는 실천적 삶으로 표출되어야 한다. 이처럼 플로리시는 인간의 능동적 쟁취가 아니라 창조주의 목적에 정렬될 때 주어지는 은혜의 산물이기에, 그 지향점은 사적 욕망이 아닌 하나님께 영광과 타자의 유익으로 귀결된다. 나아가 외적 조건이 악화되는 한계 상황 속에서도 그리스도를 따르는 실존적 삶이 지속된다면 이 또한 플로리시의 한 형태라 할 수 있으며, 그러한 맥락에서 베이비부머 세대가 직면한 노화와 상실의 조건 역시 기독교적 플로리시를 제약할 수 없다.

바르실래의 서사는 베이비부머 세대가 보유한 자원(시간, 물질, 경험)을 하나님 나라를 위해 어떻게 선용할 것인가를 보여주는 청지기적 플로리시의 실천적 원형이다. 바르실래의 삶의 궤적은 Baltes의 SOC 모델과 조우하면서 노년기 성공적 적응의 메커니즘을 명확히 규명한다. 퇴직은 단순한 항구 도시의 자산가에 머물지 않고 로마서 전달이라는 거룩한 특수 임무를 선택하였으며, 자신이 가진 문화적·사회적·경제적 자본을 사도 바울과 복음 동역자들을 돕는 보호자적 역할에 최적화하였고, 당대 가부장적 제약과 장거리 여행의 위험성을 바울의 사도적 권위와 공동체의 신뢰 체계를 통해 지혜롭게 보상하였다. 그녀는 단순히 성경의 변두리에 머무는 인물이 아니라, 복음이 한 개인의 삶을 어떻게 공적이고 이타적인 플로리시로 견인하는지를 보여주고 있다. 이런 맥락에서 베이비부머의 신앙 생활은 단순한 종교 활동을 넘어, 삶의 의미를 재구성하는 의미있는 과정이다. 이러한 영적 성숙은 개인의 내적 충만함인 플로리시를 이끄는 핵심 동인이 된다(Steverink et al., 2005).

끝으로, 신노년의 기독교적 플로리시를 위한 목회적·실천적 제언을 제시하고자 한다. 첫째, 노년 사역의 패러다임 전환이 필요하다. 기존의 경로 잔치나 수동적인 돌봄 위주의 사역에서 벗어나, 베이비부머의 전문성을 활용한 전문 사역자 양성 및 단기 선교 등 능동적인 사명 중심의 프로그램을 구축해야 할 것이다. 둘째, 세대 간 통합을 위한 영적 멘토링 시스템을 제도화해야 한다. 퇴직과 같은 영적 보호자를 세워, 신노년의 지혜가 청년 및 다음 세대에게 전수될 수 있는 플랫폼을 마련함으로써 공동체 전체의 플로리시를 도모해야 한다. 셋째, 부활 소망에 기초하여 삶의 마지막 순간까지 평온과 감사를 유지하는 영적 탄력성을 길러주어야 한다. 노화로 인한 신체적 제약은 끝이 아니라, 더 큰 존재인 하나님과 연결되는 과정이며, 은퇴 역시 직업의 종료이지 소명의 종료가 아님을 인식해야 한다. 나이가 들어도 하나님 나라를 위해 기여할 영역이 있다는 확신이 플로리시의 동력이 될 수 있을 것이다. 또한 자신의 안락을 넘어 후대와 공

동체의 성장을 돕는 과정에서 플로리시를 경험할 수 있게 된다. 따라서 신노년의 기독교적 플로리시는 상실에 대한 적응을 넘어 잠재력의 신령한 폭발로 이해될 수 있다. 그러므로 베이비부머 세대의 기독교적 플로리시는 한국 교회의 새로운 미래를 여는 거룩한 마중물이 될 것이다.

- 논문 투고일: 2026년 05월 30일
- 논문 수정일: 2026년 07월 02일
- 게재 확정일: 2026년 07월 10일



【참고문헌】

- 김미경 (2023). 베이비붐 세대(신노년)의 행복을 위한 기독교 상담적 담론. **복음과 상담**, 31(3), 5-27. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2023.31.3.5>
- 김미경 (2024). 나오미 내러티브 읽기: PERMA모델을 중심으로. **복음과 상담**, 32(3), 27-54. <http://dx.doi.org/10.17841/jocag.2024.32.3.27>
- 김미혜, 신경림 (2005). 한국 노인의 '성공적 노후 척도' 개발에 관한 연구. **한국노년학**, 25(2), 35-52.
- 김중원 (2025). '아שר리즘'에 대한 철학적 분석- 아리스토텔레스, 어거스틴, 버틀러를 중심으로. **칸트연구**, 56, 89-119. <https://doi.org/10.32333/KS.56.2.4>
- 김지철 (1997). 바울과 여성 선교 동역자들: 로마서 16장을 중심으로. **장신논단**, 13, 27-48.
- 김진수 (2012). 다윗의 유언: 상호본문 간 읽기에 의한 열왕기상 2장 1-9절의 이해. **성경과 신학**, 64, 1-31.
- 신경아, 한미정 (2013). 뉴시니어로서의 베이비붐세대: 은퇴후 삶에 대한 지향과 성공적인 적응을 위한 콘텐츠 수요에 관한 연구. **미디어, 젠더 & 문화**, 25, 113-144.
- 신계수, 조성숙 (2011). 베이비붐 세대의 직업만족도와 경제적 은퇴준비 실태 분석. **한국엔터테인먼트산업학회논문지**, 5(3), 41-50.
- 오두남 (2012). 노인의 성공노화 구조모형-선택, 최적화, 보상 전략을 중심으로. **간호과학회지**, 42(3), 311-321. <https://doi.org/10.4040/jkan.2012.42.3.311>
- 이상훈 (2025). 지속가능한 초고령사회를 위한 경제생활: 볼프의 '번영' 개념을 중심으로. **신학과 실천**, 93, 789-815. <https://doi.org/10.14387/jkspth.2025.93.789>
- 정순돌, 이현희(2012). 베이비붐세대의 삶의 만족도 : 1998년과 2008년의 비교. **노인복지연구**, 55, 105-131. <http://dx.doi.org/10.21194/kjgsw..55.201203.105>
- 최유진, 차미경 (2019). 노인의 공공도서관 이용 가치체계에 관한 연구. **한국비블리아학회지**, 30(1), 121-143. <http://dx.doi.org/10.14699/kbiblia.2019.30.1.121>

- 최희경 (2010). “신노년” 정책 담론에 대한 비판적 재검토. **한국사회정책**, 17(3), 41-65. <http://dx.doi.org/10.17000/kspr.17.3.201012.41>
- 홍영준, 이정훈 (2014). 은퇴베이비부머의 영적안녕감이 삶의 만족도에 미치는 영향: 우울감의 매개효과 중심으로. **한국가족복지학**, 45, 95-119. <http://dx.doi.org/10.16975/kjfs.2014..45.004>
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes & M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences* (pp. 1-34). Cambridge University Press.
- Charry E. T. (2011). God and the art of happiness. *Theology Today* 68(3), 238-252.
- Csikszentmihalyi M., & Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: The uses of experience sampling. *Journal of Happiness Studies*, 4, 185-199.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Freund, A. M., & Baltes, P. B. (1998). Selection, optimization, and compensation as strategies of life management: Correlations with subjective indicators of successful aging. *Psychology & Aging*, 13(4), 531-543. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.13.4.531>
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health & Social Behavior*, 43(2), 207-222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Keyes, C. L. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539-548. <https://doi.org/10.1037/>

0022-006X.73.3.539

- Lawler-Row, K. A., & Elliott, J. (2009). The role of religiousness and spirituality in the health and well-being of older adults. *Journal of Religion, Spirituality & Aging, 21*(3), 225-245. <https://doi.org/10.1080/15528030902803913>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology, 52*(1), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Seligman, M. E. P. (2014). **마틴 셀리그만의 플로리시: 긍정심리학의 웰빙과 행복에 대한 새로운 이해** (우문식, 윤상운 역, *Flourish*). 물푸레. (원전 2011 출판).
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist, 55*(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Steverink, N., Lindenberg, S., & Slaets, J. P. J. (2005). How to understand self-management of well-being in older adults: A theoretical framework. *Social Indicators Research, 74*(3), 449-468. <https://doi.org/10.1007/s11205-004-5585-1>
- VanderWeele, T. J. (2017). Religious communities and human flourishing. *Current Directions in Psychological Science, 26*(5), 476-481. <https://doi.org/10.1177/0963721417721526>
- Volf, M. (2019). Theology of flourishing: The quest for the good life. *The Christian Century, 136*(16), 22-25.
- Volf, M., & Croasmun, M. (2020). **세상에 생명을 주는 신학** (백지윤 역, *For the life of the world*). IVP. (원전 2019 출판).
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*(4), 678-691. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>
- Wong, P. T. P. (1989). Personal meaning and successful aging. *Canadian Psychology, 30*(3), 516-525.

[Abstract]**Christian Flourishing of Baby Boomers: Focusing on the Narratives of Barzillai and Phoebe Based on the SOC Model****Kim, Mi Kyung***

This study aims to explore ways to enhance Christian flourishing among the baby boomer generation facing a transition into a super-aged society. To this end, the study examines the biblical narratives of Barzillai and Phoebe through the analytical framework of the Selection, Optimization, and Compensation (SOC) model, a psychological adaptation mechanism. The main contents of this research are as follows: First, it defines the characteristics of the baby boomer generation and the concept of Christian flourishing. Second, it reinterprets Baltes' SOC model from a Christian perspective. Third, it derives practical applications of the SOC model through biblical character narratives. In the narrative of Barzillai, the wisdom of selection and compensation is identified through his acknowledgment of personal limitations and his yielding of position to the next generation. In the narrative of Phoebe, a model of optimized dedication as Paul's co-worker is discovered, characterized by the concentration of her resources for the benefit of the church. In conclusion, this study suggests that the baby boomer generation can achieve Christian flourishing not by clinging to past roles, but by readjusting life priorities(Selection), honing remaining spiritual gifts (Optimization), and overcoming limitations through spiritual influence within the faith community(Compensation) according to the principles of the SOC model.

Key words: baby boomers, Christian flourishing, SOC model, Barzillai, Phoebe

* Seoul Hanyoung University, Department of Counseling Psychology
/ Associate Professor