

20대 및 30대 장애인의 시간사용과 희망의 관계

이춘엽*, 장문영**

*가야대학교 작업치료학과

**인제대학교 의생명공학대학 작업치료학과

국문초록

목적 : 20대 및 30대 장애인의 시간사용을 알아보고 많은 시간을 소요하는 활동이 무언인지에 따라 희망이 어떻게 달라지는지를 분석하였다.

연구방법 : 본 연구는 2012년 11월 29일부터 12월 6일까지 부산 및 경남 지역의 재활병원에서 치료를 받고 있는 장애인 52명이 참여하였으며 주말과 평일의 일상생활시간조사를 포함한 설문지로 일대일 면접을 하였다.

결과 : 대상자들은 시간사용에서 주말에는 수면(10시간 47분)과 미디어 사용(3시간 41분), 평일에는 수면(9시간 43분)과 건강관리(5시간 12분)에 많은 시간을 소요하였다. 또한 시간사용과 희망의 관계에서는 가정관리가 주도사고와 양의 상관관계(.688)로 나타났다($p < .05$). 그러나 시간사용은 희망에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

결론 : 20대 및 30대 장애인의 시간사용과 희망을 확인할 수 있었다. 이는 향후 재활분야의 전문가들에게 20대 및 30대 장애인들이 참여할 수 있는 활동을 다양하게 제시해줄 것을 제안한다.

주제어 : 시간사용, 장애인, 희망

1. 서론

20대와 30대가 포함된 청년기는 전 생애에 걸쳐 사회의 구성원으로 살아가기 위해 많은 부분을 형성하고 확고히 하는 시기이다(윤정은, 2006). 이 시기는 주로 처음 직업을 갖게 되고 직업 정체성을 형성해 가는 시기로 이러한 과정에서 사회 진출의 불안정성을 경험하게 된다. 또한 더 나은 일자리를 위해 끊임없이 탐색 작업을 하는 과정에서 미래에 대한 불안을 겪는다(유은정, 2004).

특히 뇌졸중과 척수손상과 같이 손상 이후로 후천적인 장애를 갖게 되는 젊은 연령의 장애인은 더욱 큰 고통을 겪게 된다. 또한 이들은 바쁘게 살아가는 일반 젊은 연령의 또래와 자신의 일상을 비교하면서 우울감을 느끼기도 한다(Hoffman, 2011).

후천적인 장애가 생긴 대부분의 사람들은 실제적인 치료 시작 후 정체기에 도달한 경우에도 지역사회로 복귀하는 것이 아닌 퇴원을 지연하거나 타 병원으로의 전원을 하게 된다(김완호, 2004). 즉, 이들은 병원에 있는 동안 젊은 연령의 또래들이 하는 일이나 학업보다

는 치료에 소요되는 시간이 길어지므로 시간사용이 다를 것으로 예상된다.

하루 24시간은 생활을 시간으로 파악할 때 기본이 되는 기간이다. 하루 전체를 시간에 따라 자세하게 기록하는 것은 생활모습을 여과 없이 보여주고 그 안에 내포된 의미를 유추할 수 있게 한다(한지수와 이연숙, 2005). 효율적으로 시간을 사용하는 것은 시간을 잘 관리하는 것을 의미하고 이런 사람은 자기 관리 기술이 뛰어나다(Early, 2000). 또한 적절하게 시간을 사용하면 다양한 목적 있는 활동을 수행하게 된다(Bejerholm, 2010). 서창호(1997)는 직업적 재훈련이나 여가 시간을 의미 있게 보내려는 일반인들이 시간 관리에 대한 학습을 하면 생활 만족도가 높아진다고 하였다. 이와 같이 시간사용을 분석하는 것은 대상자의 심리사회적인 상황을 파악하는데 중요한 역할을 한다.

시간사용과 관련된 선행연구들을 살펴보면 단지 한 그룹의 시간사용 실태를 조사한 연구(이주현, 박수현, 유은영, 정민예와 조덕연, 2012; 이신숙, 2011), 두 개 이상 그룹의 시간사용 실태를 비교한 연구(박헌경, 2010; 한지수와 이연숙, 2005; 홍승표와 이지연, 2010), 시간사용과 작업수행의 관계를 분석한 연구(김영근, 2005; 홍승표, 이지은과 박선희, 2008), 시간사용의 중재에 관한 연구(김영근, 2010) 등이 있었다. 이상의 연구들은 대부분 연구대상자의 시간사용 실태를 집중적으로 다루고 있었고 시간사용에 의해 달라지는 심리의 특성과 같은 다른 요소의 관계를 고려한 연구는 부족하였다.

한편 Synder(1994)는 긍정심리학에 기반을 둔 희망 이론을 통해 희망을 조작 가능한 개념으로 정의하면서 희망은 어려운 환경이나 문제가 발생하는 상황에서만 필요한 것은 아니라고 하였다. 또한 삶에서 어려움과 장애는 누구나 경험하는 것이므로 이러한 위기를 잘 극복하기 위해서는 높은 희망수준을 유지하는 긍정적인 심리가 필요하다고 하였다. 즉, 희망수준이 높은 사람은 매사에 도전적이고 실패보다는 성공에 초점을 맞춘다. 또한 주로 목표를 달성할 것이라고 생각하고 긍정적인 정서 상태를 유지한다. 반면 희망수준이 낮은 사람은 최선을 다하지 않으면서 성공보다는 실패에 초점을 맞춘다. 또한 목표를 달성하지 못할 것이라고 생각하고 부정적인 정서 상태를 유지한다. 이와 같이 살아가는데 있어 그 희망수준이 높고 낮음에 따라 결과

물은 다르게 나타난다. 장애인들은 주어진 환경이 일반인보다 더 열악하게 다가오기 때문에 그들의 희망수준을 파악하고 높이는 것은 중요하다고 볼 수 있다.

희망과 관련된 선행연구들을 살펴보면 희망에 영향을 미치는 요소를 분석한 연구(조현주, 2010; 조한익, 2007; 조한익, 2010; 황혜민과 이명선, 2011), 희망 척도와 관련된 연구(권경희, 2008; 최윤희, 이희경과 이동귀, 2008), 희망과 관련된 연구동향이나 유형을 분석한 연구(김금숙, 2009; 정미나와 이창식, 2011), 희망 중재에 관한 연구(김정남, 신아미, 박경민, 박명화와 김영아, 2008; 장수열, 2010) 등이 있었다. 이상의 연구에서는 짧은 연령과 관련된 학업 중심의 연구가 많았고 이외에는 심리사회적인 측면 내에서의 관계를 보는 연구가 대부분이었다. 반면 희망 수준을 향상시킬 수 있는 요소에 대한 연구가 부족하여 장애인들의 희망수준을 향상시키기 위해 필요한 방법들을 생각해볼 필요가 있다.

따라서 본 연구는 20대 및 30대 장애인의 시간사용과 희망수준의 관계를 분석하고자 하였다. 이를 통해 그들이 긍정적인 수 있도록 희망수준을 향상시키기 위해 시간사용을 잘 관리하는데 필요한 기초 자료를 제시하는데 목적이 있다.

II. 연구 방법

1. 연구대상자의 일반적 특성

본 연구는 부산 및 경남의 재활병원에서 치료를 받고 있는 20대 및 30대 장애인 52명을 대상으로 하였다. 이들은 MMSE-K 24점 이상인 자로 인지능력과 의사소통에 문제가 없으며 질문내용을 잘 이해하였다. 또한 대상자들은 연구의 목적과 방법에 대하여 충분한 설명을 들었고, 자발적으로 연구 참여에 동의하였다.

연구대상자의 일반적 특성을 보면, 39명(75.0%)이 입원 상태였고, 13명(25.0%)이 외래로 재활치료를 받고 있었다. 성별은 남성이 28명(53.8%), 여성이 24명(46.2%)이었다. 연령은 30대가 35명(67.3%)으로 20대보다 더 많았다. 진단명은 척수손상이 31명(59.6%)으로 뇌졸중보다 많았고 장애등급은 3급에서 6급까지 있었다. 발병일은 1년 미만부터 3년 이상까지 고르게 나타났다. 학력은 고졸이 33명(63.5%), 대졸 이상이 19명

(36.5%)이었다. 가구당 월수입은 300만원 이상이 22명(42.3%)으로 가장 많았고, 발병 전 직업은 학생이 14명(27.0%)으로 가장 많았다. 결혼 여부는 미혼이 37명(71.2%)으로 기혼보다 더 많았다. 동거 가족 수는 장애인 본인을 포함했을 때 3명이 20명(38.5%)으로 가장 많았고, 독립수준은 최소도움이 32명(61.5%)으로 가장 많았다. 또한 이동기기는 사용하지 않는 경우가 40명(77.0%)으로 가장 많았고, 이외에는 휠체어와 지팡이를 사용하고 있었다(표 1).

2. 연구기간 및 방법

본 연구의 기간은 2012년 11월 29일부터 12월 6일까지였다. 본 연구는 설문지와 자기평가도구를 사용하

였다. 이를 위해 임상경력 5년 이상의 작업치료사 10명에게 연구의 목적과 취지를 설명하고 일상생활시간 조사와 희망측정도구의 사용방법에 관한 교육을 3회 이상 실시하였다. 이후 훈련된 작업치료사가 일대일 면접을 통해 총 52명의 장애인에 대한 자료를 수집하였다.

3. 연구 도구

본 연구에서 사용한 설문지는 연구 목적에 맞게 연구자들이 구성하였으며, 연구대상자의 일반적 특성에 관한 12개 문항, 외출 빈도에 대한 3개 문항, 희망에 관한 질문 12개 문항, 그리고 대상자가 주말과 평일 각각 이틀씩 총 4일 동안 참여한 활동을 기록하는 일

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

(N=52)

특성	구분	대상자수(명)	백분율(%)
입원유무	입원	39	75.0
	외래	13	25.0
성별	남	28	53.8
	여	24	46.2
연령	20대	17	32.7
	30대	35	67.3
진단명	척수손상	31	59.6
	뇌졸중	21	40.4
발병일	1년 미만	12	23.2
	1년 이상 ~ 2년 미만	15	28.8
	2년 이상 ~ 3년 미만	15	28.8
	3년 이상	10	19.2
학력	고졸	33	63.5
	대졸 이상	19	36.5
가구당 월수입	200만원 미만	14	26.9
	200만원 이상 ~ 300만원 미만	16	30.8
	300만원 이상	22	42.3
발병 전 직업	학생	14	27.0
	사무직	10	19.2
	생산직	10	19.2
	주부	7	13.5
	기타	9	17.3
결혼 여부	없음	2	3.8
	미혼	37	71.2
동거 가족 수	기혼	15	28.8
	2명	10	19.2
	3명	20	38.5
	4명	14	26.9
독립 수준	5명 이상	8	15.4
	최소도움	32	61.5
	중간도움 이상	20	38.5
이동 기기	사용하지 않음	40	77.0
	휠체어	6	11.5
	지팡이	6	11.5

상생활시간조사(통계청, 2009)로 구성되었다.

본 연구에서 사용한 희망척도는 Synder와 Harris (1991)가 개발한 희망척도(Dispositional Hope Scale: DHS)를 바탕으로 최유희 등(2008)이 개발한 한국판 희망척도(K-DHS)를 사용하였다. 이 척도는 개인의 희망을 기질적 특성으로 보고 이를 측정하는 도구로 모두 12문항으로 구성되어 있다. 하위항목은 주도사고를 측정하는 4문항, 경로사고를 측정하는 4문항, 허위문항

4문항으로 구성되어 있다. 주도사고는 “나는 이 일을 해낼 수 있다.”, “나는 열심히 노력할거야.”와 같이 자신이 원하는 목표에 이르기 위해 자신의 다양한 경로를 사용할 수 있다고 생각하는 능력이고, 경로사고는 “나는 이 일을 수행하는데 필요한 방법을 찾을 것이다.”와 같이 자신의 목표를 추구하는데 있어 가능한 방법들을 만들어낼 수 있다고 생각하는 능력이다 (Synder, LaPointe, Crowson & Early, 1998). 각 문항

표 2. 일상생활시간조사 활동분류표

대분류	중분류	소분류
개인유지	수면	수면, 낮잠, 졸음
	식사 및 간식 개인관리 건강관리(의료직) 기타 개인유지	가족, 혼자, 가족 외 사람과의 식사 개인위생, 외모관리, 이·미용관련 서비스 받기 자가치료, 의료서비스, 아파서 쉬
일	고용된 일 및 자영업 무급가족종사일(농림어업 제외) 농림어업의 무급가족종사일 자가소비를 위한 농림어업일 구직활동	주업, 부업, 일 중 휴식, 일 관련 행동
	일 관련 물품구입 기타 일 관련 행동	일 관련 직접, 무점포 쇼핑
학습	학생의 정규수업 학생의 정규수업 외 학습 학습 관련 물품구입	수업, 휴식, 학교에서 학습 및 행사 정규수업 외 수강, 학교 외에서 학습 학습 관련 직접, 무점포 쇼핑
	음식준비 및 정리 의류관리 청소 및 정리 집 관리 가정관리 관련 물품구입 가정경영 기타 가사일	식사준비, 설거지, 식후정리 세탁 및 널기, 옷 정리, 다림질, 의류수선 방·물품 정리, 집안청소, 그 외 청소 가재도구, 집 손질 및 관리, 세차 생활용품, 내구재 관련 직접, 무점포 쇼핑 가계부 정리, 가정계획, 은행 일보기
가족보살피기	미취학아이 보살피기 초·중·고등학생 보살피기 배우자 보살피기 부모 및 조부모 보살피기 그 외 가족 보살피기	신체적 돌보기, 공부 봐주기, 놀아주기, 간호 씻기기, 공부 봐주기, 학교방문, 간호 배우자 간호, 기타 배우자 보살피기 부모 및 조부모 간호, 보살피기 그 외 가족 간호, 보살피기
	이웃 및 친분이 있는 사람 돕기	소득이 있는 활동, 가사활동 돕기 의무적, 자발적 참여활동 재해 주민 돕기 및 시설복구 관련, 헌혈 전화, 가족·친척, 그 외 사람, 인터넷
참여 및 봉사활동	참여활동 자원봉사 교제활동	외국어, 컴퓨터, 자격증·취업, 취미 관련 학습 신문, 잡지, TV, 비디오, 라디오, 인터넷 개인적 종교 활동, 종교 집회·모임 참가 영화, 연극·콘서트, 박물관, 스포츠 관람 산책, 등산, 개인운동, 스포츠, 소풍 독서, 컴퓨터 게임, 놀이, 취미활동, 유희, 쉼 교제 및 여가활동 관련 직접, 무점포 쇼핑
	일반인의 학습 미디어의 사용 종교활동 관람 및 문화행사 참여 스포츠 및 집 밖의 레저활동 취미 및 그 외 여가활동 교제 및 여가활동 관련 물품구입 기타 여가 관련 행동	
이동	개인유지, 일, 학습, 가정관리, 가족보살피기, 봉사 및 여가활동을 위한 이동, 출퇴근	
기타	생활시간조사 조사표 기입(담당자와 전화통화, 조사관련 대화), 그 외 기타	

에 대해 4점 척도로 평정하게 되어 있으며 점수가 높을수록 희망수준이 높은 것을 의미한다. 본 도구의 검사-재검사 신뢰도는 $r=.80$ 이고 문항 간 내적 신뢰도는 $r=.83$ 이었다.

일상생활시간조사는 통계청이 1999년 제 1차 조사에 이어 5년 주기로 국민들의 생활방식을 알아보기 위해 수행하고 있는 조사로, 국민들이 이틀 동안 시간을 어떤 형태로 보내고 있는지를 파악하여 국민의 생활방식과 삶의 질을 측정할 수 있는 기초자료로 활용하고 있다(통계청, 2009). 2009년 일상생활시간조사에서 사용된 행동분류표는 행동 목적에 따라 행동을 9개 대분류, 50개 중분류, 144개 소분류로 구분해 놓고 있다(표 2). 본 연구에서 사용한 시간일지는 연구대상자가 설문지를 받은 당일 아침 6시부터 10분 간격으로 주로 한 행동을 주말과 평일을 포함하여 연속 4일 동안 총 92시간 동안의 일상생활 활동에 대해 일대일 면접을 진행하였다. 연구자는 기록된 시간일지의 행동들을 행동분류표를 보고 분류한 뒤 각각의 행동에 따른 이틀간의 총 시간사용량을 분으로 계산하였다.

4. 분석 방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 연구대상자의 일반적 특성은 빈

도분석을 실시하였다. 장애특성별 외출 빈도는 교차분석을 사용하였고, 장애특성별 시간사용과 희망은 독립표본 t검정을 실시하였다. 또한 활동참여시간과 희망의 관계를 알아보기 위해 Pearson's 상관관계분석을 하였고, 시간사용이 희망에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 각 변수들의 통계적 유의수준은 $p<.05$ 로 하였다.

III. 연구 결과

1. 장애인의 시간사용

시간사용은 주말과 평일을 각각 분석하였다(표 3과 4). 전체적으로 장애인은 주말에 일상생활시간조사 활동분류표에서 대분류 중 개인유지에 가장 많은 시간을 소요하였고(15시간 31분), 다음으로 교제 및 여가 활동(7시간 31분)에 많은 시간을 소요하였다. 중분류를 기준으로 살펴보면, 수면이 10시간 47분으로 가장 많았고, 다음으로 미디어 사용(3시간 41분), 식사 및 간식(2시간 55분) 순이었다. 대분류 중 평일에도 개인유지(18시간 41분)와 교제 및 여가 활동(5시간 5분)에 많은 시간을 소요하였다. 또한 중분류에서는 수면이 9시간 43분으로 가장 많았고, 다음으로 건강관리가 5시간 12분으로 많았다.

표 3. 장애인특성별 시간사용 - 주말

대분류	중분류	입원유무		t	성별		t	전체 (시:분)
		입원 (시:분)	외래 (시:분)		남 (시:분)	여 (시:분)		
개인유지	수면	11:02	09:48	1.980	11:07	10:24	1.713	10:47
	식사 및 간식	02:37	03:48	-3.882*	02:47	02:30	.251	02:55
	개인관리	00:54	00:53	.107	00:32	01:04	-2.266*	00:54
	건강관리	01:12	00:12	7.708*	00:59	00:43	.931	00:55
가정관리	음식준비 및 정리	00:03	00:09	-3.224	00:03	00:09	-2.387	00:06
	의류관리	00:03	00:02	1.205	00:01	00:03	-2.390	00:02
	청소 및 정리	00:04	00:03	.865	00:03	00:02	3.197*	00:02
가족 보살피기	가정관리 관련 물품 구입	00:04	00:01	3.116	00:03	00:01	3.873*	00:02
	미취학아이보살피기	00:03	00:04	-0.748	00:01	00:05	-3.982	00:03
교제 및 여가활동	일반인의 학습	00:08	00:18	-2.226	00:09	00:13	-1.247	00:11
	미디어 사용	03:48	03:02	.480	02:22	05:12	-3.248*	03:41
	스포츠 및 집 밖의 레저활동	02:19	02:32	-0.416	03:01	01:37	3.091*	02:23
이동	취미 및 그 외 여가활동	01:05	01:50	-1.621	01:48	00:39	3.160*	01:16
	이동	00:43	00:41	.099	00:56	00:29	1.854	00:43

* $p<.05$

표 4. 장애인특성별 시간사용 - 평일

대분류	중분류	입원유무		t	성별		t	전체	
		입원 (시:분)	외래 (시:분)		남 (시:분)	여 (시:분)		(시:분)	(시:분)
개인유지	수면	09:39	09:51	-298	09:58	09:24	1.036	09:43	18:41
	식사 및 간식	02:30	03:11	-2.867*	02:40	02:42	-.232	02:41	
	개인관리	01:09	00:53	1.546	01:07	01:02	.509	01:05	
	건강관리	05:35	04:00	2.992*	05:21	04:58	.799	05:12	
가정관리	음식준비 및 정리	00:04	00:06	-224	00:03	00:07	-1.221	00:05	00:05
교제 및	미디어 사용	02:00	01:38	1.247	01:12	03:16	-3.072*	02:10	
여가활동	스포츠 및 집 밖의 레저활동	01:10	02:40	-2.243*	01:55	01:12	1.485	01:35	05:05
	취미 및 그 외 여가활동	01:28	00:55	2.148*	01:30	01:07	1.323	01:20	
이동	이동	00:01	00:21	-8.222*	00:10	00:8	.086	00:09	00:09

*p<.05

장애인특성별로 보면 주말에 식사 및 간식은 외래(3시간 48분)가 입원(2시간 37분)보다 개인관리는 여성(1시간 4분)이 남성(32분)보다 건강관리는 입원(1시간 12분)이 외래(12분)보다 더 많은 시간을 소요하는 것으로 나타났다. 청소 및 정리와 가정관리 관련 물품 구입은 남성(3분, 3분)이 여성(2분, 1분)보다 더 많은 시간을 소요하였다. 미디어 사용은 여성(5시간 12분)이 남성(2시간 22분)보다 스포츠 및 집 밖의 레저활동과 취미 및 그 외 여가활동은 남성(3시간 1분, 1시간 48분)이 여성(1시간 37분, 39분)보다 더 많은 시간을 소요하는 것으로 나타났다(p<.05).

평일은 식사 및 간식에서 외래(3시간 11분)가 입원(2시간 30분)보다, 건강관리에서 입원(5시간 35분)이 외래(4시간)보다 더 많은 시간을 소요하였다. 미디어 사용은 여성(3시간 16분)이 남성(1시간 12분)보다, 스포츠 및 집 밖의 레저활동과 이동은 외래(2시간 40분, 21분)가 입원(1시간 10분, 1분)보다, 취미 및 그 외 여가활동은 입원(1시간 28분)이 외래(55분)보다 더 많은 시간을 소요하는 것으로 나타났다(p<.05).

2. 장애인의 희망

희망은 주도사고와 경로사고로 각각 분석을 실시하였으며 16점 만점에서 주도사고는 평균 11.5±2.91점이었고, 경로사고는 평균 12.0±2.56점이었다. 장애인특성별 희망은 성별과 결혼여부에 따라 차이가 없었지만(p>.05), 입원유무에 따라서는 유의한 차이가 있었으며(p<.05), 외래(13.38±1.33)인 경우 입원(11.08±2.99)보다 주도사고의 점수가 더 높았다(표 5).

3. 장애인의 시간사용과 희망의 관계

20대 및 30대 장애인의 시간사용과 희망의 관계를 살펴보면, 가정관리는 주도사고와 양의 상관관계(.688)가 나타났고 유의한 차이가 있었다(p<.05)(표 6). 또한 시간사용이 희망에 미치는 영향에 관한 다중회귀분석 결과 본 연구에서 조사된 시간사용의 변인들로는 주도사고와 경로사고를 설명할 수 없었다(p>.05)(표 7).

표 5. 장애인특성별 희망

구분	입원유무		t	성별		t	결혼여부		t	전체 (M ± SD)
	입원 (M±SD)	외래 (M±SD)		남 (M±SD)	여 (M±SD)		미혼 (M±SD)	기혼 (M±SD)		
주도 사고	11.08±2.99	13.38±1.33	-3.827*	11.71±3.22	11.58±2.39	.168	11.27±2.87	11.81±2.86	-.622	11.52±2.91
경로 사고	11.97±2.71	12.46±1.51	-.615	11.50±2.76	12.79±1.89	-1.994	11.20±2.40	12.46±2.42	-1.704	12.03±2.56

*p<.05

표 6. 시간사용과 희망의 관계

	개인유지	가정관리	교제 및 여가활동	이동
주도사고	-.034	.688*	-.013	.034
경로사고	-.183	.515	.189	-.015

* $p < .05$

표 7. 시간사용이 희망에 미치는 영향에 관한 다중회귀분석

종속변인	독립변인	β	SE	t	R^2	F
주도사고	개인유지	-.03	4.09	3.09	.15	.058
	가정관리	.38	.52	25.20		
	교제 및 여가활동	.04	1.26	8.99		
	이동	.04	.54	21.36		
경로사고	개인유지	-.18	3.48	4.78	.03	1.732
	가정관리	.69	.60	19.17		
	교제 및 여가활동	.17	1.08	10.07		
	이동	-.02	.47	25.87		

* $p < .05$

4. 장애인의 외출 빈도

성별, 학력, 결혼여부에 따라 외출 특성 별 외출 빈도의 차이를 조사하였다.

걸어서 다닐 수 있는 정도의 거리에서는 일주일에 한두 번 외출을 한다가 가장 높은 비율로 나타났다. 교차분석 결과 성별과 학력에 따라서는 차이가 없었지만($p > .05$), 결혼여부에 따라서는 유의한 차이가 있었으며($p < .05$), 미혼자는 거의 매일 외출하는 반면(73.3%), 기혼자는 일주일에 한두 번 외출하는 것으로 나타났다(54.1%).

또한 차를 타고 이동하는 정도의 거리에서는 한 달에 한두 번 외출을 한다가 가장 높은 비율로 나타났다. 교차분석 결과 성별과 학력에 따라서는 차이가 없었지만($p > .05$), 결혼여부에 따라서는 유의한 차이가 있었으며($p < .05$), 미혼자는 거의 매일 외출하는 반면(60.0%), 기혼자는 한 달에 한두 번 외출하는 것으로 나타났다(46.05).

입원 장애인의 경우 집에 가는 빈도는 거의 매주 주말에 간다가 가장 높은 비율로 나타났다. 교차분석 결과 결혼여부에 따라서는 차이가 없었지만($p > .05$), 성별과 학력에 따라서는 유의한 차이가 있었으며($p < .05$), 남성(45.0%)과 고졸(33.45)인 경우는 거의 집에 가지

않는 반면, 여성은 거의 매주 주말(42.0%), 대졸 이상은 한 달에 한두 번(50.0%) 집에 가는 것으로 나타났다(표 8).

IV. 고찰

본 연구는 20대 및 30대 장애인에게 희망수준을 높이기 위해 보다 의미 있는 형태로 시간 관리를 잘 하도록 하는데 기초자료를 제공하고자 하였다. 즉, 그들의 시간사용 실태와 희망수준, 그리고 시간사용과 희망의 관계를 분석하였다.

연구 도구로 사용된 일상생활시간조사는 2일 동안의 생활방식을 측정하게 되어 있으나 본 연구에서는 평일 2일과 주말 2일로 총 4일을 조사하였다. 이는 연구대상자들이 재활병원에서 치료를 받고 있으므로 평일에는 치료 일정으로 구성된 일상과 그렇지 않은 주말의 일상을 각각 알아보기 위한 것이었다.

연구 결과 시간사용 조사에서 대분류에서는 주말과 평일 모두 개인유지(주말 15시간 31분, 평일 18시간 41분)와 교제 및 여가활동(주말 7시간 31분, 평일 5시간 5분)에 소요되는 시간이 많게 나타났다. 일반인을 대상으로 조사한 결과에서는 20대와 30대 모두 장애인과 같

표 8. 장애인특성별 외출 빈도

특성	구분	성별		x ²	학력		x ²	결혼여부		x ²
		남	여		고졸	대졸이상		미혼	기혼	
		명(%)	명(%)		명(%)	명(%)		명(%)	명(%)	
걸어서	거의 매일	11(39.3)	7(29.2)		11(33.3)	7(36.8)		11(73.3)	7(18.9)	
다닐 수	일주일에 한두 번	13(46.4)	10(41.7)		16(48.5)	7(36.8)		3(20.0)	20(54.1)	
있는 거리	한 달에 한두 번	0(0.0)	2(8.3)	3.10	2(6.1)	0(0.0)	2.97	0(0.0)	2(5.4)	14.1*
정도의	거의 없음	4(14.3)	5(20.8)		4(12.1)	5(26.4)		1(6.7)	8(21.6)	
외출 빈도	합	28(100)	24(100)		33(100)	19(100)		15(100)	37(100)	
차를 타고	거의 매일	6(21.4)	7(29.2)		6(18.2)	7(36.8)		9(60.0)	4(10.8)	
이동하는	일주일에 한두 번	8(28.6)	8(33.3)		11(33.3)	5(26.3)		3(20.0)	13(35.1)	
거리	한 달에 한두 번	11(39.3)	8(33.3)	1.25	13(39.4)	6(31.6)	2.30	2(13.3)	17(46.0)	14.3*
정도의	거의 없음	3(10.7)	1(4.2)		3(9.1)	1(5.3)		1(6.7)	3(8.1)	
외출 빈도	합	28(100)	24(100)		33(100)	19(100)		15(100)	37(100)	
입원	거의 매주 주말	3(15.0)	8(42.0)		8(29.6)	3(25.0)		3(50.0)	8(24.2)	
장애인의	한 달에 한두 번	3(15.0)	6(31.6)		3(11.1)	6(50.0)		0(0.0)	9(27.3)	
경우	세 달에 한두 번	5(25.0)	4(21.1)	9.77*	7(25.9)	2(16.7)	7.84*	2(33.3)	7(21.2)	3.38
집에 가는	거의 없음	9(45.0)	1(5.3)		9(33.4)	1(8.3)		1(16.7)	9(27.3)	
빈도	합	20(100)	19(100)		27(100)	12(100)		6(100)	33(100)	

*p<.05

이 주말과 평일에 개인유지(평균 10시간 51분)와 교제 및 여가활동(평균 4시간 32분)에 소요되는 시간이 많았으나 이외에도 일(평균 3시간 52분)과 이동(평균 1시간 56분)에 소요되는 시간이 많게 나타났다(통계청, 2009). 또한 은퇴한 노인을 대상으로 조사한 결과에서 개인유지 시간이 주말은 12시간 51분, 평일은 12시간 52분으로 나타났다(이신숙, 2011). 즉, 장애인은 개인유지 시 일반인 또래보다 약 6시간 이상, 은퇴한 노인보다 4시간 이상의 시간을 더 소요하는 결과를 보여주었다. 이는 신체적인 어려움으로 인해 지역사회는 나가는 것에 대한 제한과 기본적인 일상생활을 하는 데 있어 어려움을 보여주었다. 즉, 장애가 심할수록 기본적인 일상생활활동에 대한 시간사용의 비중이 매우 많아서 상대적으로 여가, 교육, 일에 대한 할당 시간이 매우 적으므로 시간사용의 효율성이 낮은 결과를 보인 연구와 일치하였다(김영근, 2005).

중분류에서 주말에는 수면(10시간 47분)과 미디어 사용(3시간 41분)이, 평일에는 수면(9시간 43분)과 건강관리(5시간 12분)에 소요되는 시간이 많게 나타났다. 일반인들의 수면시간이 평균 7시간 52분인 것(통계청, 2009)과 비교하면 2~3시간 더 수면을 하는 것으로 나

타났다. 이는 지역사회 거주 노인(7시간 32분)과 시설 거주 노인(9시간 28분)을 비교했을 때 시설 거주 노인의 수면이 더 긴 것(박현경, 2010)과 같이 본 연구의 대상자 중 75.0%가 입원 중으로 그들이 수면에 평균 11시간 2분을 소요하고 있었기 때문인 것으로 보인다.

일상생활시간조사 활동분류표에서는 많은 항목들이 있음에도 불구하고 20대 및 30대 장애인들은 매우 좁은 영역의 활동에만 참여하고 있었다. 주말에는 낮잠과 TV시청이 주를 이루었는데 이는 많은 장애인의 여가활동이 TV시청과 컴퓨터 인터넷 사이트 검색하기라는 결과와 일치하였다(정연수, 2013). 다만 스포츠 및 집 밖의 레저활동에도 많은 시간을 할애하였으나 이는 재활치료의 연장으로 주로 동네 안에서 가벼운 산책을 하고 있었다. 또한 평일에는 치료받는 시간이 주를 이루고 있어 재활병원에서 치료를 받는 대상자들은 대부분 치료에 적극적인 참여를 보였으나 원래 정해진 일정 외의 시간에는 특별하게 다양한 활동을 하지 않는 것으로 나타났다.

특히 연구대상자의 외출 빈도를 살펴보면 대부분의 그룹에서 걸어서 다닐 수 있는 거리 정도의 외출 빈도에서는 일주일에 한두 번, 차를 타고 이동하는 거리

정도의 외출 빈도는 한 달에 한두 번이 많았다. 그러나 걸어서 다닐 수 있는 거리 정도의 외출 빈도에서 거의 없다는 응답도 대졸이상은 26.4%, 기혼은 21.6%, 여성은 20.8%로 다소 높은 수치를 나타내었다. 이를 통해 아직도 많은 장애인들이 밖에서 활동하는 것을 꺼린다는 것을 알 수 있었다. 즉, 연구대상자들이 실외 보다는 실내에서 생활하는 시간이 훨씬 많아 희망수준 또한 비장애인들에 비해 높지 않은 것으로 보인다.

본 연구에서 대상자의 주도사고는 평균 11.5 ± 2.91 점이었고, 경로사고는 평균 12.0 ± 2.56 점이었다. 이는 만성노숙자를 대상으로 한 연구(장수열, 2010)에서 실험 집단의 주도사고가 평균 5.55 ± 1.81 , 경로사고가 평균 8.55 ± 2.01 인 것과 척수손상 장애인을 대상으로 한 연구(황혜민과 이명선, 2011)에서 주도사고와 경로사고를 함께 본 희망의 평균이 10.24 ± 0.33 인 결과와 비교하면 상대적으로 높은 결과였다. 이는 본 연구의 대상자가 뇌졸중과 척수손상으로 비록 장애는 있지만 20대 및 30대의 젊은 연령층이고 대부분 재활병원에서 꾸준히 치료를 받으며 미래를 위해 노력하고 있기 때문에 더 긍정적인 것으로 보인다.

시간사용이 희망에 미치는 영향에 관한 다중회귀분석 결과 본 연구에서 조사된 시간사용의 변인들로는 주도사고와 경로사고를 설명할 수 없었다. 이는 노인들의 시간사용과 삶의 질과의 관계를 본 연구(이주현, 2011)에서도 개인유지, 일, 교제 및 여가활동 외에는 그것의 관계를 설명할 수 없었던 것처럼 시간사용 외의 요인들도 많은 영향을 끼쳤으리라 본다.

다만 가정관리에 많이 참여하는 대상자가 희망수준이 더 높은 것으로 나와 이는 자신이 해야만 하는 역할이 있고 그 일을 실제 수행하고 있을 때 희망수준이 높은 것으로 해석된다. 선행연구에서 생활스트레스, 삶의 만족도, 삶의 질, 성취목표지향성, 자아존중감과 같은 심리사회적인 측면과 희망의 관계만을 보았던 것(조현주, 2010)과 달리 시간사용을 통해 실제 생활을 구체적으로 살펴봄으로써 어떤 시간을 보내느냐에 따라 희망이 달라지는가를 나타내는 결과를 보여주었다. 김영근(2010)은 시간사용의 중재가 삶의 질, 만족도, 자아존중감, 활동패턴에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 이와 같이 본 연구결과를 토대로 20대 및 30대 장애인에게 의미 있는 작업(occupation)을 수행할 수 있도록 시간사용에 대한 중재를 해나간다면 장애인의

희망 수준도 향상시킬 수 있을 것으로 보인다.

본 연구의 제한점은 첫째, 본 연구의 도구로 한국판 희망척도와 일상생활시간조사가 포함된 설문지를 본 연구의 목적에 맞게 연구자들이 작성하였으나 설문지에 대한 타당도가 검증되지 않았다. 또한 희망척도는 선행연구에서 최근 가장 많이 다루고 있는 도구를 사용하였으나 대학생들에게 적용했을 때 적합하지 않을 수 있다는 제안을 했던 결과를 고려하지 못했다. 둘째, 재활병원에서 치료를 받고 있는 자를 대상으로 연구를 실시하여 20대 및 30대 장애인을 대표하는데 한계를 가진다. 그러므로 후속 연구에서는 조사 대상을 보다 다양하게 확대할 필요가 있다. 본 연구 결과를 바탕으로 앞으로 재활분야의 전문가들은 20대 및 30대 장애인들이 참여할 수 있는 활동을 다양하게 제시해야 할 것이다.

V. 결 론

20대 및 30대 장애인의 시간사용과 희망의 관계를 분석한 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 대상자들은 시간사용에서 주말에는 수면(10시간 47분)과 미디어 사용(3시간 41분), 평일에는 수면(9시간 43분)과 건강관리(5시간 12분)에 많은 시간을 소요하였다. 둘째, 시간사용과 희망의 관계에서는 가정관리가 주도사고와 양의 상관관계(.688)가 나타났으나 ($p < .05$) 시간사용은 희망에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

본 연구는 20대 및 30대 장애인의 시간사용을 확인할 수 있었고 이를 토대로 향후 재활분야의 전문가에게 젊은 연령층의 장애인들이 의미 있는 시간을 늘릴 수 있도록 참여할 수 있는 활동을 다양하게 제시해 줄 것을 제안한다.

참 고 문 헌

- 권경희. (2008). **청소년의 희망 측정도구 개발**. 충남대학교, 박사학위논문, 대전.
- 김금숙. (2009). **한국노인의 희망유형: Q방법론 적용**. 충남대학교, 박사학위논문, 대전.
- 김영근. (2005). 효율적 작업수행을 위한 라이프스타일

- 분석연구. **대한작업치료학회지**, 13(2), 51-61.
- 김영근. (2010). 장애노인을 위한 효율적인 시간사용증대 효과. **재활복지**, 14(4), 205-224.
- 김완호. (2004). 중증 뇌병변 장애인의 장애발생 후 입원 재활의료 기관 이용 현황. **재활의심**, 17, 79-91.
- 김정남, 신아미, 박경민, 박명화, 김영아. (2008). 희망중재가 보건소 관리 재가 암환자의 희망과 삶의 질에 미치는 효과. **지역사회간호학회지**, 19(2), 177-187.
- 박현경. (2010). **지역사회와 시설 노인의 시간사용에 관한 비교 연구**. 건양대학교, 석사학위논문, 대전.
- 서창호. (1997). **초등교원의 시간관리와 생활만족도의 관계분석**. 동아대학교, 석사학위논문, 부산.
- 유은정. (2004). **청년실업 장기화에 따른 고학력자의 진로행동에 관한 연구**. 이화여자대학교, 석사학위논문, 서울.
- 윤정은. (2006). **청년기 애착 안정성과 심리적 독립과의 관계**. 고려대학교, 석사학위논문, 서울.
- 이신숙. (2011). 은퇴한 노인의 생활시간 사용에 관한 연구. **한국생활과학회지**, 20(2), 311-325.
- 이주현. (2011). **도시 거주 일반노인들의 시간사용 형태 및 사회적 여가활동과 삶의 질간의 관계**. 연세대학교, 석사학위논문, 원주.
- 이주현, 박수현, 유은영, 정민예, 조덕연. (2012). 도시 거주 일반노인들의 시간사용 실태 조사. **대한작업치료학회지**, 20(2), 85-98.
- 장수열. (2010). **해결중심 집단상담 프로그램이 만성노숙자의 희망에 미치는 효과**. 경북대학교, 석사학위논문, 대구.
- 정미나, 이창식. (2011). 청소년의 희망에 관한 연구동향. **청소년학연구**, 18(3), 273-299.
- 정연수. (2013). 유형재편 후 직업재활시설 중증장애인의 여가활동에 대한 질적 연구. **재활복지**, 17(2), 173-198.
- 조한익. (2007). 대학생의 희망과 학습시간이 학업성취도에 미치는 영향. **교육심리연구**, 21(2), 349-365.
- 조한익. (2010). 성취목표지향성, 희망 및 학업성취도의 구조적 관계와 성별에 따른 잠재 평균분석. **교육심리연구**, 24(4), 853-873.
- 조현주. (2010). 희망이 생활스트레스와 정신병리, 삶의 만족도에 미치는 영향. **한국임상심리학회지**, 29(3), 839-852.
- 최유희, 이희경, 이동귀. (2008). Synder의 희망척도 한국 번역판의 타당화 연구. **한국심리학회지**, 22(2), 1-16.
- 통계청. (2009). **2009 생활시간조사**.
- 한지수, 이연숙. (2005). 부인과 남편의 시간사용 유형 분석. **한국가족자원경영학회지**, 9(2), 41-57.
- 홍승표, 이지연. (2010). 한국인의 생애주기별 작업영역에 대한 시간사용. **대한작업치료학회지**, 18(1), 95-106.
- 홍승표, 이지은, 박선희. (2008). 재활병원에 입원한 척수손상 환자들의 작업수행 문제들과 시간사용에 관한 연구. **대한작업치료학회지**, 16(4), 89-98.
- 황혜민, 이명선. (2011). 척수손상 환자의 희망, 자아존중감과 삶의 질에 관한 연구. **성인간호학회지**, 23(2), 189-197.
- Bejerholm, U. (2010). Occupational balance in people with schizophrenia. *Occupational Therapy in Mental Health*, 26(1), 1-17.
- Early, M. B. (2000). *Mental health concepts and techniques for the occupational therapy assistant*. Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins.
- Hoffman, J. M. (2011). A longitudinal study of depression from 1 to 5 years after spinal cord injury. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 92(3), 411-418.
- Synder, C. (1994). Hope and optimism. In V. S. Ramachandran (Eds.), *Encyclopedia of human behavior* (pp. 535-542), San Diego, CA: Academic Press.
- Synder, C., & Harris, C. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 570-585.
- Synder, C., LaPointe, A. B., Crowson, J., & Early, S. (1998). Preferences of high- and low-hope people for self-referential input. *Cognition and Emotion*, 12(6), 807-823.

Abstract

Correlation between Time Usage and Hope in 20s and 30s the Disabled

Lee, Chun-Yeop*, M.Sc., O.T., Chang, Moon-Young**, Ph.D., O.T.

*Dept. of Occupational Therapy, Kaya University

**Dept. of Occupational Therapy, College of Biomedical Science and Engineering, Inje University

Objective : This study was aimed to survey the correlation between time usage and hope in 20s and 30s the disabled.

Methods : From November to December 2012, 52 the disabled who have therapy in rehabilitation hospital in Busan and Gyeongnam, being diagnosed with spinal cord injury and stroke, were chosen. Semi-structured interview was carried out using a questionnaire involved time usage and hope.

Results : The followings are the results of this study. First, the participants spent most time sleeping (10:47) and using media (3:41) on weekends. In additions, they spent most time sleeping (9:43) and health management (5:12) on weekdays. Second, doing household chores were positive correlation (.688) between time usage and hope ($p < .05$). However, no significant differences in time usage and hope.

Conclusion : The results of this study would contribute to propose various activities for 20s and 30s the disabled.

Key Words : Disabled, Hope, Time usage