

# 여성 근로자의 일과 삶의 균형 유형화 : 전일제 여성 임금근로자를 중심으로\*

A Typology of Female Workers' Work-Life Balance:  
Focused on Full-Time Female Paid Workers Using the 2009 Korean Time Survey

서울과학종합대학원  
조 교 수 박 정 열\*\*  
서울과학종합대학원  
전임연구원 손 영 미\*\*\*

Seoul School of Integrated Science & Technologies  
*Assistant Professor* Park, Cheong Yeul  
Seoul School of Integrated Science & Technologies  
*Full-time Researcher* Sohn, Young Mi

## 〈 목 차 〉

I. 서론	IV. 연구결과
II. 선행 연구	V. 논의 및 결론
III. 연구 방법	참고문헌

## 〈Abstract〉

This study classified the current work-life balance of full-time female paid workers and tested the typology by using the 2009 Korean Time Survey. The categorization demographic and psychological characteristics of women belonging to each type were comparatively analyzed. It was found that full-time female paid workers used an average of 435.7 minutes for work, 146.4 minutes for family, 104.5 minutes for leisure, and 17.7 minutes for growth. On the basis of times used in each area of work and life, individuals were classified into family-oriented type, work-leisure parallel type, work-oriented type, work-growth parallel

\* 이 논문은 2013년 정부(교육부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임  
(NRF-2013S1A3A2043322)

\*\* 주저자 : 박정열(cypark@assist.ac.kr)

\*\*\* 교신저자: 손영미(shonym@hanmail.net)

type, and work-family parallel type. Psychological characteristics were examined by type. The work-oriented type women experienced feelings of lack of time and fatigue the most compared with women of other types. From examining the influence that the amount of time used in each area of work and life had on psychological characteristics, it was shown that the activity time relevant to leisure influenced psychological characteristics the most. Lastly, based on the limitations of this study, future assignments are discussed.

**Key Words** : 일과 삶의 균형(work-life balance), 전일제 여성 임금근로자(full-time female paid workers), 생활시간(time use), 유형(typology)

## I. 서론

통계청(2012)이 발표한 경제활동인구조사에 따르면, 지난해 사상 처음으로 20대 여성의 경제활동 참가율이 20대 남성을 앞선 것으로 조사되었다. 그러나 다른 여러 수치들은 많은 여성들이 경제활동에 참가하고 있으나 이들이 자신의 일을 지속하는 것이 얼마나 어려운지를 보여주고 있다. 우리나라 여성들의 경제활동 참가형태를 살펴보면, 20대에 가장 높은 비율을 보이다가 30-34세에 떨어지기 시작하여, 40대를 전후하여 다시 증가하는 M자형을 따르고 있다. 그리고 고학력 여성들의 경우에는 30-34세에 떨어지기 시작하여 나이가 들수록 더욱 더 떨어지는 L자 패턴을 보인다. 이는 결혼과 출산, 육아가 본격적으로 시작되는 시기에 다수의 여성이 일과 삶의 불균형으로 인해 경력단절을 하게 됨을 의미한다. McRae(2003)는 중단연구를 통해 여성들이 둘째 아이를 낳은 후에는 직장에 복귀하는 확률이 급격히 감소하는 모습을 보이며, 첫째 아이가 11살이 될 때까지 정규직을 유지하고 있는 여성들은 10%에 불과하였다는 결과를 보고하였다. 실제 매년 190만 명 이상의 여성이 결혼(46.9%), 육아(24.9%), 임신 및 출산(24.2%) 등의 이유로 경력이 단절되고 있다(통계청, 2011, 2012).

‘일과 삶의 균형(work-life balance)’이란 일과 일 이외 삶의 영역에서 시간과 심리적·신체적 에너지를 적절히 분배함으로써 부정적 전이를 줄이고, 긍정적 전이를 확대하며, 삶에 대한 통제감을 가지고, 삶에 대해 만족스러워 하는 상태를 의미한다(김정운, 박정열, 손영미, 장훈, 2005). 일과 삶의 균형에 대한 많은 연구들이 일과 삶의 균형이 근로자의 삶의 질과 행복, 직무만족, 몰입 등의 생산성에 긍정적인 영향을 미침을 보여주고 있다(김정운 외, 2005; 유계숙, 최성일, 2007; 전서영, 박정운, 김양희, 2008; Prognos, 2005).

그러나 일과 삶 특히 가족(육아, 가사 등) 영역 간에 매일 줄타기(혹은 저글링)를 하고 있는 여성근로자의 관점에서 일과 삶의 균형을 바라본 연구는 많이 부족한 상황이다. 여성근로자 특히 미취학 아동이 있는 맞벌이 여성근로자에게 있어 일과 삶의 균형은 지금 자신의 삶의 질을 높이기 위해서 그리고 일에 더 집중하고, 만족스러운 성과를 내기 위해서라기보다 생존 즉, 내가 경력을 지속하고, 일의 영역에서 살아남느냐의 문제와 직결된다.

통계청(2010) 자료에 따르면, 맞벌이 부부의 경우, 남성의 시장노동시간은 6시간 20분, 여성은 5시간 06분이었으나, 무급노동시간은 남성은 37분, 여성은 3시간 20분으로 드러나 총 노동시간

은 여성이 남성보다 1시간 29분 더 긴 것으로 드러났다. 이와 유사하게 장미나와 한경혜(2011)의 연구에서도 부부 모두 경제활동을 수행하는 맞벌이 가구임에도 불구하고 아내는 남편에 비해 가사 및 자녀돌봄 등 가족영역에 보내는 시간비율이 더 높고, 유급활동과 여가활동비율은 남편보다 낮아 부부간 상이한 일상시간구조를 가지고 있음이 드러났다.

Hochschild(1997)은 남녀가 일과 가정생활에 대해 바라보는 관점이 점점 유사해지고 있다고 하였으며, 가사노동 분담구조에 대한 이론들은 기혼여성이 취업할 경우, 남성들이 가사노동을 더 분담하여 아내의 노동부담이 줄어들거나(협조적 적응가설), 당장은 줄어들지 않아도 장기적인 관점에서는 이 차이가 상당히 줄어들 것이다(적응지체가설)라고 주장하기도 한다. 그러나 아직까지 한국사회는 여성은 일의 영역에 있어서도 주 책임자이며, 삶(가정)의 영역에 있어서도 주 책임자이다(김진욱, 2005). 어느 영역 하나 소홀히 할 수 없고, 둘 다 잘 꾸려나가야 하는 책임을 지고 있다.

이러한 현실을 반영하듯 많은 연구물은 여성이 남성에 비해 일과 삶의 불균형이 심하며, 부정적 정서수준이 높음을 보고하고 있다. 즉, 여성들이 남성에 비해 일-가정 갈등의 수준이 더 높으며(Grandey & Cropanzano, 1999), 61개의 연구물을 메타분석한 Byron(2005)은 어머니가 아버지보다 더 높은 수준의 일-가정 갈등을 경험하고, 표본의 수가 증가할수록 일-가정 갈등에서의 성차는 더욱 커지는 경향이 있음을 보고하였다. 몇몇 연구들은 남성과 여성의 일과 삶의 불균형 수준이 통계적으로 유의하지 않음을 보고하고 있기도 하나(Frone, 2003; Winslow, 2005), 우리나라와 같이 성역할고정관념이 강한 집단주의 문화권의 경우 남성보다 여성이 일과 삶의 균형에 어려움을 겪고 있음을 보여준다(Korabik, Lero & Ayman, 2003).

이에 본 연구는 여성근로자들에게 일과 삶의 균형은 매일 매일 시시각각 당면하는 시급하고 중요한 과제라는 점을 기반으로, 여성근로자의 일과 삶의 균형을 개선하기 위한 방안을 모색하고자 한다. 이를 위해 먼저 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형을 추출하고자 한다. 유형화는 다양한 특성을 지닌 여성근로자들을 이해하기 쉽게 바라볼 수 있는 틀을 제공하며, 각 유형에 적합한 접근방안을 마련하는데 매우 필요한 작업이 될 것이다.

일과 삶의 균형에 관한 연구들은 주로 그것에 영향을 미치는 인과적 요인들이 무엇이며 그 영향력은 어느 정도인지를 확인하는 것(김효선, 차운아, 2009; 손영미, 박정열, 김정운, 2011; 이유덕, 송광선, 2009; 이해정, 2012; Guest, 2002)과 일과 삶의 균형이 개인 및 기업에 미치는 효과성을 살펴보는 연구들이 다수이다(유계숙, 최성일, 2007; Prognos, 2005). 그리고 일과 삶의 균형에 대한 정책적 접근과 함의를 살펴본 연구들이 있다(정영금, 김희형, 2009).

이에 비해 일과 삶의 균형에 있어 성별이 주요한 변인임에도 불구하고, 여성의 일과 삶의 균형에 초점을 맞춘 연구는 많지 않으며, 이들의 일과 삶의 균형 유형을 추출하여 그 특성을 살펴본 연구는 소수에 해당한다(이승미, 구혜령, 2013; 최윤정, 2011). 여성과 남성은 일과 삶의 균형 수준(Byron, 2005; Korabik, Lero & Ayman, 2003) 뿐만 아니라 일과 삶의 균형 유형이나 양태 등에 있어서도 질적인 차이가 있을 수 있으나 기존 연구(차승은, 2008)는 남녀를 구분하지 않고 연구가 진행되었다. Emslie와 Hunt(2009)는 남성보다 여성이 일과 삶의 균형을 맞추는 어려움을 더 오래 지속하고 더 복잡한 형태로 경험하는 경향이 있다고 하였으며, 남녀 간 일과 삶의 균형 유형을 살펴본 김주희(2012)의 연구는 남성과 여성이 취업집중형과 취업과소형의 유형은 동일하게 추출되었으나, 남성은 취업-여가병행형, 여성

은 취업-가사병행형이 구별되게 추출되어 남녀 간 일과 삶의 균형 유형이 다름을 보여주었다.

한편 일과 삶의 균형 유형에 대한 연구는 대부분 일과 가정을 삶의 주요 영역으로 삼아 수행되었다(김신희, 양은주, 2012; 이승미, 구혜령, 2013; 최윤정, 2011). 예컨대, 김신희와 양은주(2012)는 유자녀 직장여성을 대상으로 다중역할경험의 질에 따른 군집을 추출하였으며, 이승미와 구혜령(2013)은 일과 가정의 관계를 갈등과 향상의 수준에 따라 유형화하였다.

여성근로자에게 일과 가정의 균형을 맞추는 것이 가장 어렵고 중요한 당면과제라 하더라도 여가와 성장 등의 영역도 여성의 삶에 매우 중요하다. 여가에 대한 여성주의적 관점의 연구들은 여가영역은 남성과 여성의 불평등한 관계가 오히려 강화되는 영역일 수 있으며, 남녀, 기혼과 미혼, 자녀유무 등에 따라 여가생활 양상의 뚜렷한 차이가 있다고 하였다(윤대혁, 2008; Harrington, 2006; Larsen, Gilman & Richards, 1997).

여성의 일과 성장 및 자기계발에 대한 연구들도 여성에게 성장욕구가 중요하며, 특히 결혼여부에 따른 성장 및 자기계발 영역의 경험차를 보여주고 있다. 즉, 기혼여성이 미혼여성에 비해 성장욕구가 낮고, 해당 활동에 참여하는 빈도가 낮지만(천은아, 2008), 실제 미혼보다 기혼의 경우, 성장욕구의 충족 및 그와 관련한 활동에 참여하는 것이 경력만족 및 삶의 질 등에 미치는 영향은 더 큰 것으로 드러났다(이수진, 2009). 이는 비록 많은 시간을 할애하거나 참여할 수는 없어도 성장 및 자기계발은 기혼여성에게 매우 중요한 삶의 영역임을 시사하고 있다.

그러나 여성의 일과 삶의 대한 연구의 상당수가 여성의 일과 가정의 균형에 초점을 맞추고 있으며, 여가와 성장에 대한 관심은 매우 부족한 실정이다. 최근 들어 차승은(2008)과 김주희(2012) 등이 여가를 포함하여 일과 삶의 균형 유형을 살펴보고 있으나 일과 삶의 균형 유형에 따

라 여가가 지니는 의미를 이해하는 분석까지는 진행되지 못하였으며, 성장의 영역까지 삶의 영역을 확대하여 살펴본 연구는 거의 전무하다.

한편 생활시간조사 자료를 활용한 연구들의 경우, 분석시 직업상의 지위(전일제 임금근로자, 시간제 임금근로자, 고용주, 자영업자, 무급가족종사자)와 조사 날짜(업무가 있는 평일이나 휴일이나), 이틀분의 조사 자료 중 어느 자료를 선택할 것인지 등 분석대상이 되는 자료의 선정이 결과에 중요한 영향을 미칠 수 있다. 그러나 기존의 연구들은 직업상의 지위를 구분하지 않고 전체 근로자를 대상으로 유형화를 시도하거나, 평일과 휴일을 구분하지 않고 일주일 전체 자료를 분석하는 등 분석대상 자료를 선정함에 있어 엄밀성이 부족한 경향이 었보였다.

본 연구는 이 같은 필요성을 기반으로 2009년 실시된 통계청의 생활시간조사 자료를 활용하여 일과 삶(가족, 여가, 성장)의 영역에 소요하는 시간을 중심으로 전일제 여성근로자의 일과 삶의 균형유형을 추출하고, 유형간 인구통계학적·심리적 특성의 차이를 살펴보고자 한다. 또한 일, 가족, 여가, 성장이 개인의 심리적 특성에 미치는 영향을 분석함으로써 삶의 각 영역이 개인에게 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

본 연구에서 다루고자 하는 연구문제를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

1. 전일제 여성 임금근로자의 일과 삶의 영역에서의 시간배분과 시간배분이 심리적 특성에 미치는 영향은 어떠한가?
  - 1-1. 전일제 여성 임금근로자의 일과 삶의 주요영역(일, 가족, 여가, 성장)에서의 시간배분은 어떠한가?
  - 1-2. 일과 삶의 영역에서의 시간배분이 전일제 여성 임금근로자의 심리적인 특성에 미치는 영향은 어떠한가?
2. 전일제 여성 임금근로자의 일과 삶의 균형

유형은 어떠한가?

3. 일과 삶의 균형 유형에 따른 전일제 여성임금근로자의 인구통계학적·심리적 특성은 어떠한가?
  - 3-1. 일과 삶의 균형 유형에 따른 전일제 여성 임금근로자의 인구통계학적 특성에는 어떠한 차이가 있는가?
  - 3-2. 일과 삶의 균형 유형에 따른 전일제 여성 임금근로자의 심리적 특성에는 어떠한 차이가 있는가?

## II. 선행 연구

### 1. 일과 삶의 균형에 대한 개념적 이해

1) 일과 삶의 균형과 균형 유형에 대한 정의  
현재 서구의 선진국에서는 근로자, 특히 여성의 직장과 가정생활을 중심으로 일과 삶의 균형 정책을 다양한 방식으로 시도하고 있다. 예컨대, 영국은 일과 삶의 균형을 위한 정책을 지속적이고 체계적으로 추진 중이며, 법률과 제도 등도 지속적으로 정비하고 있다(김정운, 박정열, 2004). 특히, 국민들의 일과 삶의 균형을 위해 법규(고용관계법, 노동권 등)와 제도(유연근무제 실시 등) 그리고 국민의 인식을 고양시키기 위한 국민적 차원의 일과 삶의 균형 캠페인을 병행하고 있다.

국내에서도 2000년을 전후하여 여성근로자의 노동시간 진출 가속화, 취업률 제고의 필요성, 일과 가정의 양립 어려움으로 인한 경력단절, 저출산 고령화의 문제 등이 중요한 사회문제로 떠오르게 됨에 따라 국가적 차원에서 여성의 일과 삶의 균형을 중요한 의제로 다루고 있다.

일과 삶의 균형이란 일과 일 이외 삶의 영역에서 시간과 심리적·신체적 에너지를 적절히 분배함으로써 부정적 전이를 줄이고, 긍정적 전이를 확대하며, 삶에 대한 통제감을 가지고, 삶에

대해 만족스러워 하는 상태를 의미한다(김정운 외, 2005). Greenhaus, Collins 그리고 Shaw(2003)는 일과 삶의 균형을 삶의 각 영역에 높은 수준의 시간과 주의 및 관심을 분배하는 것이라고 정의하였으며, Kirchmeyer(2000)와 Tausing과 Fenwick(2001)도 균형잡힌 삶(balanced life)이란 시간과 관여도의 적절한(질적인) 배분을 통해 만족감과 통제감을 느끼는 것이라고 하였다. 이러한 정의는 공통적으로 일과 삶의 영역에 대한 시간과 심리적 에너지(주의, 관심)의 분배를 균형의 주요 요소로 간주하고 있다.

그런데 기존의 일과 삶의 균형에 대한 정의는 전술한 바와 같이 심리적인 측면을 강조하고 있다. 즉 일과 삶의 균형은 일과 삶의 각 영역에서 사용하는 시간의 양에 대한 절대적인 기준이 있다기보다는 개인의 주관적 판단에 의존하는 측면이 강하다. 따라서 일과 삶의 균형에 대한 측정에서도 개인의 주관적인 평가가 주요한 기준이 된다. 이러한 이유로 기존의 연구들에서는 실제로 사람들이 일과 삶의 각 영역에서 사용하는 시간량과 그것의 양상에 대해서는 소홀한 측면이 있다.

그러나 손영미, 박정열, 김정운(2011)의 연구는 일과 삶의 영역에 할애하는 시간의 양이 조직문화나 지원제도보다 일과 삶의 균형에 더 큰 영향을 미치는 중요한 요인임을 밝히고 있다. 또한 시간확보와 필요할 때 재량으로 사용할 수 있는 시간조절 능력은 일과 삶의 균형을 맞추는데 중요한 변인으로 밝혀 지고 있다(김성천, 탁진국, 2010; 박예송, 박지혜, 2013; Barnett, 1994; Presser, 1995).

이에 본 연구에서는 생활시간조사 자료를 활용하여 사람들이 일과 삶의 각 영역에서 사용하는 시간량과 이를 바탕으로 한 유형화를 통해 각 유형에 속하는 사람들의 특성을 살펴보고자 하였다. 구체적으로 본 연구에서는 일과 삶의 각 영역에 대해 사람들이 배분하는 시간의 양상을 일

과 삶의 균형 유형으로 정의하고 각각의 유형간 인구통계학적 특성과 심리적 특성을 비교 분석하였다.

## 2) 일과 삶의 균형의 주요 영역

국내의 일과 삶의 균형에 대한 연구는 1980년대 초반부터 ‘일과 가정의 양립과 갈등’이라는 측면에서 진행되어 왔다(천혜정, 이지선, 2010). 일과 삶의 균형은 일과 가정생활의 균형, 일과 가정의 양립(조화), 가정친화 등의 용어와 유사한 의미를 갖는 것으로 혼용되어 왔다(박현미, 이승협, 2009). 그러나 엄밀한 의미에서 ‘일과 삶의 균형’은 ‘일과 가족 균형’의 확장된 개념이다. 확장이란 삶의 영역을 마치 가족과 등치관계로 생각하던 것에서부터 가족 이외의 자유시간, 여가생활, 자기개발 및 학습 등과 같은 포괄적인 개념으로 확장함으로써 개인의 삶의 영역을 다각도에서 바라본다는 것을 의미한다(Hyman & Summer, 2004).

삶의 주요 영역에 대해서는 학자마다 강조하는 영역에 다소 차이가 있으나 상당한 공통점을 보이고 있다. 임희섭(1996)은 삶의 질에 관한 연구에서 일, 재정, 직업, 자아실현, 가족, 여가 등을 삶의 주요 6영역으로 구분하였다. 김정운 외(2004), 김정운과 박정열(2008)은 일, 가족, 여가, 성장 및 자기개발(자기)을 삶의 주요 영역으로 전제하고, 이에 대한 실증적 연구를 실시하였으며, Hyman과 Summer(2004)도 일, 가족, 자유시간/여가생활, 자기개발 및 학습 등이 중요하다고 하였다. 중년의 일과 삶의 균형을 살펴본 차승은(2008)은 일과 가족뿐만 아니라 중년의 일과 삶의 균형 유형을 구성하는데 여가가 주요한 영역임을 강조하였다. 한편 Kofodimos(1993)는 만족스럽고, 건강하며, 생산적인 삶을 영위하는 것의 중요성을 강조하면서 일과 사랑 그리고 놀이 등의 영역 간 조화를 강조하고 있다.

결국, 많은 연구자들이 일과 가족 이외에 친구,

자유시간, 놀이 등과 같은 여가의 영역과 자기개발과 성장 등을 포함하는 자기(self)를 중요하게 다루고 있다. 이러한 맥락에 따라 본 연구도 일과 가정 이외에 여가와 자기성장의 영역을 포함하여 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형을 살펴보고자 한다.

먼저, 여가는 일과는 독립된 주체적이며, 개인의 심리적 잠재력을 성장시킬 수 있는 삶의 독특한 영역이다(김정운, 박정열, 2004). 많은 연구들은 만족스러운 여가경험과 삶의 질 간의 비교적 일관성있는 정적 상관관계를 논하고 있다(강현옥, 한동유, 김지태, 2010; 이누미야 요시우키, 김정운, 2003; Coleman & Iso-Ahola, 1993). 그러나 남녀에 따라 여가경험의 질과 의미가 다를 수 있는데, 윤대혁(2008)은 맞벌이 여성근로자들은 경제적 욕구보다 여가활동에 대한 참여욕구가 더욱 강했으며, 자신의 여가시간을 자신보다는 가족을 위해 사용하는 반면 남성근로자들은 자신의 취미활동에 보내고 있는 것으로 드러났다. 이는 Larsen, Gilman과 Richards(1997)의 연구와도 맥을 같이 하는데 여성들은 자녀 양육과 가사활동으로 여가를 즐기기가 어려우며, 가족과 여가활동을 공유할 때조차 아이와 가족을 돌보는 도구적 역할을 수행하는 경향이 있는 반면, 남성(아버지)은 가족여가를 휴식, 기분 전환, 자기표현의 기회로 여기며 개인의 휴식이나 자기개발에 투자하는 경향이 있다고 하였다. 이는 남녀, 기혼과 미혼, 자녀유무 등에 따라 여가생활 양상의 뚜렷한 차이가 있음을 시사하고 있다(Harrington, 2006).

다음으로 성장의 영역이다. 성장욕구는 조직구성원이 도전적인 일을 원하고, 새로운 것을 배우고 싶어 하며, 독립적으로 활동하고, 다양한 일을 좋아하는 것으로 좀 더 주도적으로 일을 구성해 나가고 발전하고 싶은 자아실현의 욕구를 말한다(박내희, 1989). 자아실현은 인간이 궁극적으로 추구하고자 하는 욕구이며, 자기의 내면적 핵심을 수용하고, 표현하며, 잠재적 능력 및 가능성을

완전히 발휘하는 상태를 의미한다(Maslow, 1954). 성장의 욕구는 충족하지 못한다고 살아갈 수 없는 것은 아니나 성장의 욕구를 충족시킬 수 있을 때 삶의 의미와 자기본연의 모습을 느낄 수 있으며(Maslow, 1968), 기본적 욕구의 충족, 삶에 대한 만족도, 주관적 활력, 긍정적 정서를 더욱 느낀다(김혜영, 2009).

한편 천은아(2008)는 30대 기혼, 입사 7년차 이상의 여성이 20대 미혼, 입사 3년차 미만의 여성들에 비해 고용불안과 이직의도가 높고, 성장 욕구가 낮으며, 외국어를 배우는 등의 자기개발 활동에 참여하는 비율이 낮음을 보고하였다. 또한 자신의 경력에 대해 생각하고 계획을 세우는 것(경력계획)이 경력만족에 미치는 영향을 살펴본 이수진(2009)의 연구는 미혼의 경우 경력계획이 경력만족에 미치는 영향이 유의하지 않으나, 기혼의 경우 0.01수준의 높은 유의도를 가짐을 보여주었다. 이들 연구를 종합해보면, 현실적으로 기혼이 성장욕구가 저하되고, 해당 활동에 참여하는 빈도가 낮지만 실제 경력만족 및 삶의 질 등의 영역에는 더욱 주요하게 영향을 미칠 가능성이 높음을 시사한다.

일본정부는 기업과 지역사회를 중심으로 일과 가정의 양립을 넘어, 근로자와 지역주민의 성장(평생학습)과 여가를 포함한 일과 삶의 균형 정책에 관심을 기울이고 있다(김정운, 손영미, 박정열, 2007). 본 연구는 여성근로자를 대상으로 일과 삶(가족, 여가, 성장)의 영역에서의 균형유형을 살펴보고자 한다. 이와 함께 일, 가족, 여가와 성장이 여성들의 삶의 질에 어떤 영향을 미치는지를 살펴보고자 한다. 이러한 시도는 여성근로자를 (일과 가정의 균형을 맞추는 것이 가장 어렵고 중요한 당면과제라 하더라도) 일과 가정의 두 영역에 국한하여 해석하려는 관점을 확대하는데 기여할 것이다.

## 2. 여성근로자의 일과 삶의 균형

2012년 통계청 발표에 따르면 배우자가 있는 가구 중 맞벌이 가구는 43.5%(507만 가구)에 달해 외벌이 가구 42%(491만 가구)를 앞섰다. 2013년 통계청이 조사한 여성 취업에 대한 견해를 살펴보면 남성의 81.2%가 여성의 취업을 원했으며, 여성도 87.7%가 결혼 후 일자리를 갖기를 원했다. 맞벌이가 남편이 경제를 책임지는 전통적인 일반 가정의 모습을 대체하고 있는 상황이며, 일과 가족의 다중역할의 책임이 남녀 모두에게 요구됨에도 불구하고 여성들은 여전히 가사와 아이 양육 그리고 가족들에게 일어나는 대부분의 정서적인 일들의 주된 책임을 갖고 있다(최윤정, 2011; Tang & Cousins, 2005).

여성외벌이든 맞벌이든 여성근로자들은 일과 가정 모두에서 주 책임자의 역할을 맡는 경향이 높고, 이는 여성근로자의 일과 삶의 균형이 현실적으로 매우 어려우면서도 중요한 문제임을 시사한다. 여성들의 경우 일과 삶의 균형이 이직에 유의하게 영향을 미쳤으며, 직장동료의 도움과 같이 일과 삶의 균형을 맞출 수 있는 직접적인 도움이 있느냐가 이직에 중요하게 영향을 미치고 있었다(Walsh, 2013). 그리고 초기 양육기의 여성들은 평균 노동시간, 남편의 가사노동시간 등 절대적이고 직접적인 노동과 가사분담의 양이 시간갈등에 직접적인 영향을 미쳤다(박기남, 2009). 반면 남성은 일과 삶의 균형과 관련한 요소가 이직에 영향을 미치지 않고, 업무유형, 업무상 지위 등이 이직에 유의하였으며(Walsh, 2013), 가족요인이 시간갈등과 유의한 관계성이 없는 것으로 드러났다(박기남, 2009). 이는 여성들이 남성에 비해 일과 삶의 균형을 맞추는 것은 직접적인 개입과 도움이 필요한 현실적인 문제이며, 일과 삶의 불균형은 이직, 경력단절로 이어질 가능성이 높음을 보여주고 있다.

국내외 여성근로자의 일과 삶의 균형 수준에

대한 연구는 주로 성차연구를 통해 진행되어 왔다. 어떤 연구들은 여성이 남성보다 일과 삶의 갈등이 더 높다(윤대혁, 2008)고 보고하는 반면 어떤 연구물들은 둘의 수준이 비슷하다고 보고하고 있으나(Winslow, 2005), 대체적으로 여성이 남성에게 비해 일과 삶의 균형을 맞추는 것이 더 어렵거나 복잡하다는 결과를 보여주고 있다. 예컨대, 61개의 연구물을 메타분석한 Byron(2005)은 어머니가 아버지보다 더 높은 수준의 일-가정 갈등을 경험하며, 표본의 수가 증가할수록 일-가정 갈등에서의 성차는 더욱 커지는 경향이 있음을 보고하였다.

8,593명의 표본을 대상으로 일과 삶의 균형과 성차를 살펴본 Veldhoven과 Beijer(2012)는 여성이 남성에게 비해 일-가정 갈등수준이 전반적으로 높으며, 특히 아이가 있는 맞벌이 부부가 일반 남성과 여성에 비해 상대적으로 더 높은 수준의 일-가정 갈등을 경험하고 있다고 하였다. 여성들 중 맞벌이를 하는 어머니가 가장 높은 수준의 일-가족 갈등 수준을 보고하며, 남성들 중에는 싱글 아버지가 가장 높은 수준의 갈등을 보여주고 있어, 아버지라도 일과 가정에 대한 주 책임을 맡고 있다면 일-가정 갈등이 높을 수 있음을 보여주었다.

여성과 남성의 일과 삶의 균형은 양적인 차이뿐만 아니라 양태의 차이를 지니고 있다(Gutek, Searle, & Klepa, 1991). Emslie와 Hunt(2009)는 아이의 출산은 남녀 모두에게 일과 삶의 균형을 맞추기 어려운 요인이지만 이러한 어려움은 남성보다 여성이 더욱 오래 지속되고 더 복잡한 형태로 경험하는 경향을 발견하였다. Jayanthi와 Vanniarajan (2012)는 여성관리자가 남성에게 비해 역할갈등과 역할과부하 수준이 높고, 이것이 남녀의 일과 삶의 불균형을 판별하는 주요 요인이라고 하였다. 전서영, 박정운, 김양희(2008) 그리고 황혜원과 신정아(2009)의 연구는 부부모두 일-가정갈등을 느끼고 있으며, 일→가정보다는 가정

→일이 가족건강성에 더 부정적인 영향을 미침을 보여주고 있다. 그러나 남편과 아내가 일과 가정의 영역에서 느끼는 갈등의 양상은 다름을 보여준다. 즉, 남편은 직장역할갈등이 높은 반면 아내는 가정역할과 부모역할 등 가정내 역할수행이 일의 영역에 부정적인 영향을 미치는 경향이 있었다.

지금까지의 논의를 통해 여성근로자가 남성에게 비해 일과 삶의 불균형 수준이 높으며, 여성들에게 일과 삶의 균형을 맞출 수 없다는 것은 아직 혹은 경력단절로 이어질 수 있는 현실적인 문제임을 알 수 있었다(Walsh, 2013). 그러나 대부분의 연구들이 일과 가정의 균형에 초점을 맞추고 있어 여성근로자의 일과 삶의 영역을 지나치게 단순화하고 있는 경향을 보이고 있다. Taylor(2001)는 ‘일하는 부모’에만 초점을 맞추는 논의는 일과 삶에 대한 논쟁의 중요성을 이해하기에는 너무 협소한 관점임을 강조하였다. 이에 본 연구에는 여성근로자에게 일과 삶의 균형이 더욱 필요하다는 기존 연구의 취지를 수용하되, 가정의 영역에서 가정-여가-성장이 포함된 삶의 영역으로 확대하여 여성근로자의 일과 삶의 균형 현황을 살펴보고자 한다.

### 3. 여성근로자의 일과 삶의 균형과 관련한 인구통계학적 특성

여성근로자의 일과 삶의 균형과 관련한 인구통계학적 특성으로 기존 연구들은 연령, 교육 수준, 소득 수준, 결혼 여부, 미취학 자녀 유무, 맞벌이, 직업 종류 등(김진옥, 2008; 남수정, 유현정, 2006; 손문금, 2005; 손영미, 박정열, 김정운, 2011; 이승미, 이현아, 2011; 차성란, 2008; 차승은, 2011, 2012)을 언급하고 있다.

그 중 미취학자녀의 유무는 여성근로자의 일과 삶의 균형에 매우 주요한 변인으로 다루어지고 있다. 일-가족 갈등에 대한 메타분석을 실시한



Ford, Heinen 그리고 Langkamer(2007)의 연구에서 미취학자녀가 있는 기혼 맞벌이 여성의 경우 일-가족 관련 갈등을 더 많이 겪을 수 있으며, 미취학자녀의 존재가 가사노동을 증가시킨다(성지미, 2006). 김진옥(2005)의 연구에서도 여성의 총 노동시간과 무급가사노동 시간 모두에 있어서 미취학자녀 유무는 매우 강력한 설명 변수였으며, 미취학 자녀가 있을 경우 총 노동시간과 무급가사노동시간이 증가됨을 보여주었다. 한편 박기남(2009)의 연구는 여성에게는 6세 미만 자녀의 유무가 시간갈등에 유의하게 영향을 미치지만, 남성에게는 가족요인이 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 드러났다.

이상의 연구결과는 여성근로자에게 있어 미취학자녀의 양육과 취업이 서로 상충되며, 일-가족 갈등을 야기하는 경향이 있으며, 이것은 거의 여성근로자만의 문제일 가능성이 있음을 시사한다. 이와 맥을 같이 하여 Maume(2006)은 평등적인 가족에게 조차도 일과 가족 갈등이 발생했을 경우에는 남성에 비해 여성이 자신의 직무제한 및 조절을 더 많이 하며, 여성이 우선적으로 일과 가족의 책임을 갖게 된다고 하였다.

여성근로자의 교육수준은 직업선택에 주요하게 영향을 미치며, 직업선택은 여성근로자의 일과 삶의 균형과 밀접한 관련을 맺는다. 이재경, 이은아, 조주은(2006)은 질적 연구를 통해 대학/대학원 졸업 이후 20대 중반 이후에 전문직·중간관리직에 들어가는 여성들과 달리, 중고등학교 졸업 이후 저연령으로 노동시장에 진입하는 여성들은 대부분 한국 사회에서 연령이 낮은 여성들이 일할 수 있는 직종인 서비스·생산직에 진입하는 경향이 있음을 발견하였다. 젊고 교육수준이 높으며, 안정적인 사무전문직에 종사하는 고소득 여성들의 상황은 가사노동을 전담하지 않아도 되는 자원을 가지고 있으며, 직장-가정-삶의 만족도 역시 높은 편에 속하는 반면 연령이 높고 학력이 낮은 여성근로자들은 다른 집단의 여성들에 비해

과중한 유급 노동과 가사부담으로 인해서 일-가족 양립의 어려움에 훨씬 더 노출된 양상을 보인다(박기남, 2009). 결국 서비스·생산직에 종사하는 비정규직 여성근로자들이 전문직·관리직·사무직의 정규직 여성들에 비해 일과 삶의 불균형을 더 많이 경험하며, 가족의 정서적 지원도 더 낮은 경향이 있고(박홍주, 이은아, 2004), 일과 가족에 대해 부정적인 태도를 갖는 경향이 있다(이재경, 장미혜, 2004).

교육수준은 여성근로자의 여가영역에도 영향을 미친다. 기혼여성의 교육수준이 높을수록 가사노동시간의 소비가 적고, 반면에 여가시간의 양은 많아지는 경향이 있다(한경미, 1991). 서비스·생산직 여성의 경우 여가시간을 밀린 가사노동을 하거나 신체적 휴식을 취하는 것으로 주로 보내는 것과 달리 전문직·중간관리직 여성들은 자녀와 함께 문화생활을 누리려는 노력을 하는 경향이 있다(이재경, 이은아, 조주은, 2006).

미취학자녀, 맞벌이, 교육수준 등 몇몇 인구통계학적 특성은 일과 삶의 균형에 주요한 영향을 미칠 수 있지만, 한 두 개의 인구통계학적 특성으로 여성근로자의 일과 삶에 대해 갖는 태도나 경험 그리고 일과 삶의 균형 유형을 구분하는 것은 어렵다. 그리고 점차 여성집단의 내적인 차이는 확대될 것이다(이재경, 이은아, 조주은, 2006). 이에 본 연구는 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형을 탐색하고 각 유형에 어떤 인구통계학적 특성을 지닌 여성근로자들이 분포되는지 그 경향성을 파악하고자 한다.

### III. 연구방법

#### 1. 분석자료 및 분석방법

본 연구는 2009년 통계청에서 실시한 생활시간조사 자료를 활용하였다. 생활시간조사는 자기

기업식 시간일지를 통해 일반 국민들이 하루 24 시간을 어떤 형태로 보내고 있는지를 10분 단위로 조사함으로써 국민의 생활방식과 삶의 질을 측정할 수 있는 기초자료로 제공되고 있다. 생활시간조사는 1999년 처음 조사가 시행된 이후 5년 단위로 조사되고 있다. 2009년 생활시간조사는 3월과 9월 2차례에 걸쳐 전국 8,090가구의 만 10세 이상 가구원 20,263명을 대상으로 한 사람 당 이틀씩 조사되었다. 본 연구에서는 전일제 여성 임금근로자 2,295명을 대상으로 조사된 이틀 분의 시간일지 4,590부 중에서 둘째 날 조사된 자료를 바탕으로 조사 당일의 기준으로 주업(主業)에 참여한 것으로 응답한 2,058부의 자료를 최종 분석에 채택하였다.

본 연구에서 이와 같이 전일제 여성 임금근로자를 대상으로 둘째 날 조사된 자료를 바탕으로 조사당일 주업(主業)에 참여한 사람들을 채택한 이유는 다음과 같다. 취업여성의 직업상 지위(전일제 임금근로자, 시간제 임금근로자, 고용주, 자영업자, 무급가족종사자)는 취업유무 자체보다 그들의 행동양식에 더 큰 차이를 유발하는 요인이다(이용학, 1985; 한경미, 1991). 즉 전일제 임금근로자와 시간제 임금근로자는 회사업무에 따른 노동시간에 근본적인 차이가 있으며, 이와 연동하여 가사활동, 여가활동, 학습활동 시간에도 차이를 보일 수밖에 없다. 따라서 취업자를 대상으로 일과 삶의 각 영역별 시간 사용량에 따른 유형화를 시도하는 연구에서는 동일한 직업상 지위를 가지고 있는 집단별로 별도의 분석을 실시할 필요가 있다. 이에 본 연구에서는 전체 여성 취업자의 다수를 차지하고 있는 전일제 임금근로자(2009년 생활시간조사 기준, 전일제 임금근로자 48.76%, 시간제 임금근로자 18.72%, 고용주 2.97%, 자영업자 15.36%, 무급가족종사자 14.19%)를 분석의 대상으로 삼았다.

이와 동일한 이유에서 조사 당일을 기준으로 주업에 참여한 것으로 응답한 사람들만을 조사

대상으로 채택하였다. 통계청의 생활시간조사는 토요일과 일요일을 포함하여 일주일 전체 중 무작위로 조사가 진행되었다. 따라서 전일제 임금근로자 중에서 근무를 하지 않는 토요일과 일요일, 혹은 주중이라도 업무 특성 상 근무를 하지 않는 평일에 생활시간조사에 응답한 사람들은 분석의 대상에서 제외하였다.

생활시간조사에서 얻어 진 이틀 분의 자료 중 어떤 것을 사용할 것인지는 중요한 이슈가 될 수 있다. 이와 관련하여 손애리(2000)는 이틀 분의 자료를 비교 분석한 결과, 첫째 날 얻어진 자료보다 둘째 날 작성된 자료가 좀 더 성실한 것으로 평가하였다. 이러한 결과를 바탕으로 본 연구에서도 생활시간조사의 둘째 날 자료를 분석의 대상으로 한정하였다.

자료의 분석을 위해 SPSS 21.0을 사용하였다. 조사대상자의 일, 가족, 여가, 성장 영역에 따른 시간 사용 현황을 살펴보기 위하여 기술적 분석을 실시하였으며, 일과 삶의 균형에 따른 유형화를 위하여 군집분석을 실시하였다. 분산분석과 교차분석을 통해 유형에 따른 군집별 인구통계학적 특성과 심리적 특성의 차이를 확인하였다. 끝으로, 일과 삶의 각 영역에서 사용하는 시간 사용량이 심리적인 특성에 미치는 영향을 파악하기 위하여 회귀분석을 실시하였다.

## 2. 측정도구의 구성

### 1) 일과 삶의 균형 유형화를 위한 생활시간 영역의 활동분류

전일제 여성 임금근로자의 일과 삶의 균형 현황과 그에 따른 유형화를 위하여 그들이 하루 중 일, 가족, 여가 및 성장과 관련하여 보내는 활동시간을 주행동(主行動)을 기준으로 측정된 자료를 사용하였다. 2009 통계청 생활시간조사에서는 9개 대분류, 50개 중분류, 144개 소분류를 통해 주행동을 분류하고 있다. 본 연구에서는 일, 가

족, 여가 및 성장과 관련한 활동을 다음과 같은 기준으로 선정하였다.

**일 관련 활동시간:** 일 관련 활동에는 고용된 일 및 자영업에 종사한 시간, 무급가족 종사일, 자가소비를 위한 농림어업일, 구직활동, 일관련 물품구입, 기타 일 관련 행동 등 일에 해당하는 세부 항목과 일 관련 이동 시간이 포함되었다.

**가족 관련 활동시간:** 가족 관련 활동에는 음식 준비 및 정리, 의류 관리, 청소 및 정리, 집 관리, 가정관리 관련 물품구입, 가정경영, 기타 가사일 등 가정관리에 해당하는 세부 항목과 가정관리 관련 이동이 포함되었다. 이와 더불어 미취학 아이 보살피기, 초·중·고등학생 보살피기, 배우자 보살피기, 부모 및 조부모 보살피기, 그 외 가족 보살피기 등 가족 보살피기에 속하는 세부 항목과 가족 보살피기 관련 이동이 포함되었다. 이 밖에 가족과의 식사 시간과 가족·친척과의 교제가 포함되었다.

**여가 관련 활동시간:** 여가 관련 활동에는 미디어 이용, 종교활동, 관람 및 문화행사 참여, 스포츠 및 집밖의 레저활동, 취미 및 그 외 여가활동, 여가활동 관련 물품구입, 기타 여가 관련 행동, 그리고 여가활동 관련 이동이 포함되었다.

**성장 관련 활동시간:** 성장 관련 활동에는 일반인의 학습에 포함되어 있는 세부 항목인 외국어 관련 학습, 컴퓨터 관련 학습, 자격증/취업 관련 학습, 취미 관련 학습, 기타 일반인의 학습 등이 포함되었다. 이 밖에 일 관련 연수, 인터넷 정보 검색, 독서, 그리고 일반인의 학습 관련 이동이 포함되었다.

## 2) 인구통계학적 변인

전일제 여성 임금근로자의 일과 삶의 균형 유형에 따른 인구통계학적 특성의 차이를 살펴보기 위하여 연령, 교육 수준, 소득 수준, 결혼 여부, 미취학 자녀 유무, 맞벌이 여부, 직업 종류 등 기존 연구들(김진옥, 2008; 남수정, 유현정, 2006;

손문금, 2005; 이승미, 이현아, 2011; 차성란, 2008; 차승은, 2011, 2012)에서 취업 여성의 생활시간에 영향을 미치는 것으로 지적되어 온 관련 변인들을 분석에 포함하였다.

### 3) 심리적 변인

인구통계학적 변인과 더불어 전일제 여성 임금근로자의 일과 삶의 균형 유형에 따른 심리적 변인 상의 차이 및 일과 삶의 각 영역에서 소비하는 시간량이 심리적 특성에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 생활시간사용 만족도, 시간 부족감, 피로도 및 성역할 태도 등 기존의 생활시간조사 연구들(김진옥, 2008; 남수정, 유현정, 2006; 이승미, 이현아, 2011; 주익현, 2012; 차승은, 2008, 2010; 허수연, 2008)에서 채택되어 사용된 심리적 변인과 관련한 측정치를 분석에 포함하였다. 각 변인의 측정은 다음과 같은 방식으로 이루어졌다.

**생활시간사용 만족도:** ‘시간일지를 작성한 지난 이틀 동안 당신의 시간사용에 대해 어느 정도 만족하십니까?’라는 한 문항을 통해 측정되었다. 5점 척도 상에서 점수가 낮을수록 만족도가 높은 것으로 해석된다.

**시간부족감:** ‘평소 바쁘거나 시간이 부족하다고 느끼는 경우가 있습니까?’라는 단일 질문을 통해 측정되었다. 4점 척도로 측정되었으며 점수가 낮을수록 시간에 대한 부족감을 더 많이 느끼는 것을 의미한다.

**피로도:** ‘평소 업무가 끝난 후 피곤함을 느끼십니까?’라는 한 문항의 4점 척도로 측정되었다. 점수가 낮을수록 피곤함을 더 많이 느끼는 것으로 해석된다.

**성역할 태도:** ‘남자는 일, 여자는 가정이라는 말에 대해 어떻게 생각하십니까?’라는 단일 문항을 통해 측정되었으며, 4점 척도 상에서 점수가 낮을수록 가부장적 성역할 태도를 가지고 있는 것으로 해석된다.

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 특성

(빈도(%), 평균(표준편차))

변수	구분	전체	
		n = 2,058	
연령 (평균: 39.3세)	18~19세	13	(.6)
	20~29세	514	(25.0)
	30~39세	536	(26.0)
	40~49세	604	(29.3)
	50세 이상	391	(19.0)
교육 연한 (평균: 12.4년)	중학교 이하	384	(18.7)
	고등학교	754	(36.6)
	전문대 및 대학	848	(41.2)
	대학원 이상	72	(3.5)
월평균 개인소득 (평균: 142.2만원)	100만원 미만	704	(34.2)
	100~200만원 미만	1,027	(49.9)
	200~300만원 미만	212	(10.3)
	300~400만원 미만	86	(4.2)
	400만원 이상	29	(1.4)
결혼여부	미혼	568	(27.6)
	배우자 있음	1,271	(61.8)
	사별 및 이혼	219	(10.6)
미취학 자녀 유무	있음	248	(12.1)
	없음	1,810	(87.9)
맞벌이 여부	맞벌이	960	(46.6)
	외벌이	1,098	(53.4)
직업	관리직/전문직	531	(25.8)
	사무직	519	(25.2)
	서비스직/판매직	482	(23.4)
	농림/기능/장치기계직	182	(8.9)
	단순노무직	343	(16.7)
생활시간사용 만족도		2.86	(.74)
시간부족감		1.68	(.70)
피로도		1.59	(.62)
성역할 태도		2.90	(.63)

주. 제시된 수치는 범주형 변수의 경우 빈도(백분율)이고 연속형 변수의 경우 평균(표준편차)임. 각 변수마다 결측값으로 인해 사례 수에 있어서 약간의 차이가 있을 수 있음.

주. 교육연한과 개인소득은 범주형 변수로 측정되었으나 분석의 다양성과 이해의 편의성을 높이기 위하여 연속형 변수로 전환하였다. 교육정도의 경우 예를 들어, 초등학교를 졸업하였으면 교육연한 6년, 중퇴하였으면 중앙값인 3년 등으로 환산하였다. 중퇴의 경우 3년 이상인 사람과 이하인 사람이 혼재할 수 있으나, 대규모 조사로 인해 서로 상쇄가 가능하다고 판단되었다. 개인소득의 경우, 예를 들어 100만원~150만원 미만의 경우 동일한 논리로 중앙값인 125만원으로 환산하였다.

## IV. 연구결과

### 1. 조사대상자의 일반적 특성

본 연구의 조사대상자로 선정된 전일제 여성 임금근로자들에 대한 일반적인 특성은 다음과 같다(표 1 참조). 연령대별로는 40대가 전체의 29.3%로 가장 많고, 다음으로 30대와 20대대가 26.0%, 25.0%로 유사한 비율을 차지하였다. 평균 연령은 39.3세로 나타났다. 평균 교육연한은 12.4년으로 나타났으며, 대졸, 고졸, 중졸 이하의 순으로 나타났으나 대졸과 고졸이 전체의 77.8%로 대다수를 차지하였다. 개인소득은 월평균 142.2만원으로 나타났는데, 100~200만원 미만이 전체의 절반을 차지하였다. 그러나 100만원 미만의 소득을 번다고 응답한 사람도 전체의 34.2%로 나타났다. 결혼여부를 살펴보면 61.8%가 배우자가 있는 것으로 나타났으며, 미혼의 비율도 27.6%를 차지하였다. 전일제 여성 임금근로자들 중에서 미취학 자녀를 둔 경우는 12.1%에 불과하였으며, 대다수(87.9%)는 미취학 자녀가 없는 것으로 조사되었다. 맞벌이와 외벌이의 비율은 46.6%와 53.4%로 외벌이의 비율이 조금 더 높은 것으로 나타났으나, 절반에 가까운 전일제 여성 근로자는 맞벌이를 하는 것으로 조사되었다. 직업에 있어서는 관리직/전문직, 서비스/판매직, 사무직이 각각 25% 정도를 차지하여 비슷한 양상을 나타내 보였다.

생활시간사용 만족도는 5점 척도(점수가 낮을수록 만족도가 높음) 상에서 2.86점으로 나타나 대체적으로 만족도는 높지도 낮지도 않은 수준으로 평가되었다. 시간부족감은 4점 척도(점수가 낮을수록 시간에 대한 부족감을 더 많이 느낌) 상에서 1.68점으로 나타나, 대다수의 사람들이 평소 바쁘거나 시간이 부족하다고 응답하였다. 피로감은 4점 척도(점수가 낮을수록 피곤함을 더 많이 느낌) 상에서

1.59점으로 나타나, 대부분의 응답자들이 평소 업무가 끝난 후 피곤함을 느끼는 것으로 나타났다. 성역할 태도는 4점 척도(점수가 낮을수록 가부장적 성역할 태도를 가지고 있음) 상에서 2.90점으로 나타나, 대다수의 전일제 여성 임금근로자들은 ‘남자는 일, 여자는 가정’이라는 전통적인 성역할에 동의하지 않는 것으로 조사되었다.

### 2. 일과 삶의 주요 영역의 시간배분이 심리적 특성에 미치는 영향

1) 일과 삶의 주요 영역에서의 시간배분  
전일제 여성 임금근로자의 생활시간을 일 관련 활동, 가족 관련 활동, 여가 관련 활동 그리고 성장 관련 활동으로 구분하고, 각 영역에서의 평균 시간을 살펴보았다(표 2 참조). 전일제 여성 임금근로자들은 일과 관련한 활동(일 관련 이동 시간 포함)에 하루 평균 435.7분, 약 7.26시간을 사용하고 있는 것으로 나타났다. 전술한 바와 같이 본 연구에서는 조사 당일을 기준으로 주업(主業)에 참여한 것으로 응답한 사람들만을 분석에 포함시켰기 때문에 본 자료에는 휴일이 포함되지 않은 순수한 근무일 동안의 일과 관련한 활동시간만이 계산되었다. 가정관리와 가족보살피기, 가족 관련 이동시간, 가족과의 식사 및 교제 시간이 포함된 가족과 관련한 활동 시간은 하루 평균 146.4분, 약 2.44시간으로 나타났다. 여가와 관련한 시간은 하루 평균 104.5분, 약 1.74시간을 사용하는 것으로 조사되었다. 끝으로 성장과 관련한 활동시간은 하루 평균 17.7분으로 나타나 다른 영역의 활동에 비해 가장 적은 시간을 사용하는 것으로 나타났다.

### 2) 일과 삶 영역의 시간배분이 시간사용만족도, 시간부족감, 피로도에 미치는 영향

일과 삶의 영역에서 보내는 시간 사용량(일,

〈표 2〉 일과 삶의 균형 현황: 일, 가족, 여가, 성장 영역에서의 시간 사용량

(단위: 분)

	일 관련 활동시간	가족 관련 활동시간	여가 관련 활동시간	성장 관련 활동시간
평균	435.7	146.4	104.5	17.7
표준편차	119.1	112.2	81.0	42.5

가족, 여가, 성장 관련 활동시간이 조사대상자의 심리적인 특성(생활시간 사용만족도, 시간부족감, 피로도)에 미치는 영향력을 살펴보기 위하여 회귀분석을 실시하였다(표 3 참조). 회귀분석을 위해 투입된 독립변수들 간의 다중공선성(multicollinearity)

을 확인한 결과, 모든 독립변인의 공차한계(Tolerance)는 0.1이상으로 나타났으며, 분산팽창요인(VIF, Variance Inflation Factor)은 모두 10.0 미만으로 나타나 다중공선성에는 특별한 문제가 없는 것으로 확인되었다(이학식, 임지훈, 2013).

〈표 3〉 일과 삶의 영역에서의 시간 사용량이 심리적인 특성에 미치는 중다회귀분석

종속변인	독립변인	표준 오차	베타	t	유의 확률	공선성 통계량	
						공차한계 (TOL)	분산팽창요 인(VIF)
생활시간 사용만족도	(상수)	.114		24.059	.000		
	일 관련 활동시간	.000	-.002	-.052	.959	.559	1.787
	가족 관련 활동시간	.000	-.051	-1.904	.057	.676	1.479
	여가 관련 활동시간	.000	-.059	-2.282	.023*	.733	1.364
	성장 관련 활동시간	.000	-.040	-1.729	.084	.895	1.117
R <sup>2</sup> = .006, 수정된 R <sup>2</sup> = .004 F = 3.305, p = .010, Durbin-Watson = 1.713							
시간부족감	(상수)	.106		18.607	.000		
	일 관련 활동시간	.000	-.116	-3.981	.000***	.559	1.787
	가족 관련 활동시간	.000	-.091	-3.429	.001**	.676	1.479
	여가 관련 활동시간	.000	.101	3.991	.000***	.733	1.364
	성장 관련 활동시간	.000	-.021	-.914	.361	.895	1.117
R <sup>2</sup> = .032, 수정된 R <sup>2</sup> = .031 F = 17.231, p = .000, Durbin-Watson = 2.010							
피로도	(상수)	.094		17.609	.000		
	일 관련 활동시간	.000	-.083	-2.862	.004**	.559	1.787
	가족 관련 활동시간	.000	.031	1.169	.243	.676	1.479
	여가 관련 활동시간	.000	.097	3.806	.000***	.733	1.364
	성장 관련 활동시간	.000	.055	2.376	.018*	.895	1.117
R <sup>2</sup> = .029, 수정된 R <sup>2</sup> = .027 F = 15.438, p = .000, Durbin-Watson = 2.010							

\* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001

또한 Durbin-Watson 통계량을 살펴 본 결과, 생활시간 사용만족도, 시간부족감, 피로도를 각각의 종속변인 측정치로 분석한 모든 경우에서 정상분포곡선을 의미하는 2에 근접한 값을 나타내 보임으로써 잔차의 독립성을 확인할 수 있었다(송지준, 2011).

일과 삶의 각 영역에서 보내는 시간 사용량(일, 가족, 여가, 성장 관련 활동시간)이 생활시간 사용만족도에 미치는 영향을 살펴본 결과, 여가와 관련한 활동 시간이 많을수록 생활시간 사용만족도가 높은 것으로 나타났다( $t=2.282, p<.05$ ). 가족( $t=-1.904, p=.057$ ) 및 성장( $t=-1.729, p=.084$ )과 관련한 활동 시간은  $p<.05$  수준에서 유의미하지는 않았으나 이에 근접한 수준에서 생활시간 사용만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 시간부족감의 경우, 일( $t=3.981, p<.001$ )과 가족( $t=3.429, p<.01$ )에 대해서는 더 많은 시간을 투자할수록 시간이 부족하다고 느끼는 것으로 나타났다. 반면, 여가활동에는 시간을 사용하더라도 시간이 부족하다고 느끼지 않는 것으로 나타났다( $t=3.991, p<.001$ ). 끝으로 피로도의 경우, 일은 많이 할수록 피로를 더 많이 느끼는 반면( $t=2.862, p<.01$ ), 여가( $t=3.806, p<.001$ )와 성장( $t=2.376, p<.05$ )을 위해 시간을 사용하는 것은 피로감을 느끼지 않는 것으로 나타났다.

### 3. 군집분석을 통한 전일제 여성 임금근로자의 일과 삶의 균형 유형

일과 삶의 각 영역에서 사용하는 시간량을 바탕으로 군집분석을 실시하여 유형화를 시도하였다. 일과 삶의 균형 현황에 따른 유형화를 위해 비계층적 군집분석방법(nonhierarchical clustering)인 K-평균 군집분석(K-means cluster analysis)을 사용하였다. 분석 결과 군집간의 수가 균형을 이루며, 인구통계학적 특성과 심리적 특성을 좀 더 의미 있게 설명하는 것으로 판단되는 가장 적절

한 군집의 개수는 5개로 확인되었다(표 4 참조).

유형 1은 가족 관련 활동과 여가 관련 활동 시간이 전체 전일제 여성 임금근로자의 평균치보다 높게 나왔으며, 반면 일 관련 활동시간은 평균치의 절반 정도로 나타났다. 전체 조사대상자 2,058명 중 12.5%가 해당되는 본 유형을 “가족중심형(일보다 가정의 행복)”으로 명명하였다.

유형 2는 타 유형에 비해 여가 관련 활동시간이 가장 긴 것으로 나타났으며, 일 관련 활동은 전체 평균치에 근접하였다. 전체 조사대상자 중 21.2%가 이 유형에 속하고 있으며, 본 연구에서는 “일-여가병행형(일도 나의 행복도 포기 못해)”으로 명명하였다.

유형 3의 가장 큰 특징은 일 관련 활동이 타 유형에 비해 가장 많은 것으로 나타났으며, 가족, 여가, 성장 관련 활동 등 일을 제외한 여타 활동 시간은 평균치보다 현격하게 낮은 것으로 조사되었다. 전체 조사대상자 27.5%가 속해 있는 본 유형을 “일중심형(일이 우선)”으로 명명하였다.

유형 4는 타 유형에 비해 성장과 관련한 활동에 압도적으로 많은 시간을 할애하고 있는 특징을 가지고 있으며, 일 관련 활동은 전체 평균치에 근접하였다. 반면 가족 및 여가시간은 평균치보다 훨씬 미달한 것으로 나타났다. 전체 조사대상자 중에서 9.3%를 차지하고 있을 정도로 가장 인원이 적은 유형으로 “일-성장병행형(일도 나의 성장도 포기 못해)”으로 명명하였다.

마지막으로 전체 조사대상자의 29.5%를 차지함으로써 가장 많은 사람들이 속해 있는 유형 5는 유형 1과 더불어 가족 관련 활동이 평균치보다 높게 나타났다. 그러나 유형 1과는 달리 여가 관련 활동시간은 평균치보다 낮은 반면, 일 관련 활동시간은 평균치를 상회하였다. 따라서 본 연구에서는 본 유형을 “일-가족병행형(일도 가정도 포기 못해)”으로 명명하였다.

〈표 4〉 전일제 여성 임금근로자의 일과 삶의 균형 현황을 통한 유형화

(단위: 분)

시간사용량	유형	유형 1 257명(12.5%)	유형 2 436명(21.2%)	유형 3 566명(27.5%)	유형 4 192명(9.3%)	유형 5 607명(29.5%)	F
일 관련 활동시간		234.32 <sub>a</sub>	405.87 <sub>b</sub>	558.07 <sub>d</sub>	400.94 <sub>b</sub>	439.23 <sub>c</sub>	1038.54***
가족 관련 활동시간		305.37 <sub>d</sub>	77.09 <sub>b</sub>	69.70 <sub>ab</sub>	57.97 <sub>a</sub>	228.48 <sub>c</sub>	1069.46***
여가 관련 활동시간		155.21 <sub>b</sub>	193.72 <sub>c</sub>	59.93 <sub>a</sub>	64.06 <sub>a</sub>	73.46 <sub>a</sub>	431.28***
성장 관련 활동시간		15.33 <sub>a</sub>	11.88 <sub>a</sub>	8.34 <sub>a</sub>	93.02 <sub>b</sub>	7.92 <sub>a</sub>	248.95***

\*\*\* p<.001, a, b, c, d는 scheffe 사후검정 결과

4. 일과 삶의 균형 유형에 따른 인구통계학적  
· 심리적 특성 분석

1) 유형별 인구통계학적 특성에 대한 차이  
검증

유형별 인구통계학적 특성과 관련하여(표 5, 표 6 참조), 연령대별 특징을 살펴보면 가족중심형과 일-가족병행형은 상대적으로 30대와 40대의 비율이 높은 것으로 나타났다. 반면 일-성장병행형과 일-여가병행형은 20대가 상대적으로 높은 비율을 차지하였다. 특히 일-성장병행형의 경우 20대의 비중이 절반(57.3%)을 넘는 것으로 나타났다. 일중심형은 20대와 40대에서 높은 빈도를 나타내 보였다. 한편 각 유형별 평균 나이를 살펴보면, 일-성장병행형의 평균 연령은 30대 초반인 32.0세로 가장 젊은 것으로 나타났으며, 다음으로 일-여가병행형(37.6세)과 일중심형(38.7세)은 30대 후반대로 나타났다. 일-가족병행형(42.3세)과 가족중심형(42.5세)은 평균 연령이 40대 초반으로 나타나 다른 유형에 비해 상대적으로 높은 연령층이 분포하였다. 전반적으로 보면 일과 삶을 기준으로 볼 때, 연령대가 높아짐에 따라 일 지향적(일-성장병행형, 일-여가병행형, 일중심형) 생활양식에서 가족 지향적(가족중심형, 일-가족병행형) 생활양식으로 변화해 가고 있음을 발견할 수 있다.

이러한 생활양식의 변화는 결혼여부 및 미취

학 자녀유무와도 함께 연결되어 있는 것으로 파악된다. 즉 가족 지향적 생활양식을 보이는 가족중심형과 일-가족병행형은 미혼의 비율은 낮고, 미취학 자녀의 비율은 상대적으로 높은 것으로 나타났다. 반면, 일 지향적 생활양식을 보이는 일-성장병행형, 일-여가병행형, 일중심형에서는 미혼의 비율이 월등히 높고, 상대적으로 미취학 자녀의 비율은 낮은 것으로 파악되었다.

학력을 보면, 일-성장병행형의 교육 연한이 평균 14.5년으로 가장 높은 것으로 나타났는데, 이는 그들의 연령과도 관련이 있는 것으로 파악된다. 즉 일-성장병행형에 속하는 사람들은 평균 연령이 가장 낮은 집단으로 연령대가 높은 이전 세대들보다 남녀평등 의식, 적은 자녀 수 등으로 인해 상대적으로 고등교육을 받을 기회를 늘어난 때문으로 해석된다. 반면, 일중심형의 경우 타 유형에 비해 중졸 이하의 학력을 가진 사람들의 비율이 상대적으로 높았으며, 교육 연한은 평균 11.9년으로 가장 짧은 것으로 나타났다.

월평균 개인소득에 있어서는 상대적으로 나이가 가장 젊고, 교육 연한이 가장 길며, 관리직/전문직, 사무직의 비중이 높은 일-성장병행형의 소득이 172.3만원으로 가장 높게 나타났다. 반면 서비스직/판매직의 비율이 높고, 교육 연한이 상대적으로 가장 짧은 일중심형은 일 관련 활동시간(558.07분)이 타 유형에 비해 가장 많음에도 불구하고 월평균 개인소득은 142.8만원으로 그리 높



〈표 5〉 유형별 인구통계학적 특성

(빈도(%), 평균(표준편차))

		가족 중심형	일-여가 병행형	일 중심형	일-성장 병행형	일-가족 병행형	$\chi^2/F$
연령	20代(25.0%)	24(9.3)	169(38.8)	172(30.4)	110(57.3)	39(6.4)	350.70***
	30代(26.0%)	82(31.9)	80(18.3)	112(19.8)	43(22.4)	219(36.1)	
	40代(29.3%)	91(35.4)	94(21.6)	165(29.2)	22(11.5)	232(38.2)	
	50代 이상(19.0%)	60(23.3)	89(20.4)	109(19.3)	16(8.3)	117(19.3)	
	전체 평균	42.5(10.7) <sub>c</sub>	37.6(13.0) <sub>b</sub>	38.7(12.4) <sub>b</sub>	32.0(9.9) <sub>a</sub>	42.3(9.7) <sub>c</sub>	
교육 연한	중학교 이하(18.7%)	48(18.7)	82(18.8)	132(23.3)	5(2.6)	117(19.3)	172.55***
	고등학교(36.6%)	104(40.5)	128(29.4)	215(38.0)	29(15.1)	278(45.8)	
	전문대 및 대학(41.2%)	89(34.6)	213(48.9)	204(36.0)	147(76.6)	195(32.1)	
	대학원 이상(3.5%)	16(6.2)	13(3.0)	15(2.7)	11(5.7)	17(2.8)	
	전체 평균	12.4(3.6) <sub>a</sub>	12.7(3.3) <sub>a</sub>	11.9(3.6) <sub>a</sub>	14.5(2.0) <sub>b</sub>	12.1(3.3) <sub>a</sub>	
월평균 개인 소득	100만원 미만(34.2%)	122(47.5)	135(31.0)	168(29.7)	36(18.8)	243(40.0)	96.14***
	100~200만원 미만(49.9%)	95(37.0)	247(56.7)	318(56.2)	103(53.6)	264(43.5)	
	200~300만원 미만(10.3%)	20(7.8)	42(9.6)	51(9.0)	39(20.3)	60(9.9)	
	300~400만원 미만(4.2%)	16(6.2)	7(1.6)	21(3.7)	9(4.7)	33(5.4)	
	400만원 이상(1.4%)	4(1.6)	5(1.1)	8(1.4)	5(2.6)	7(1.2)	
전체 평균	131.7(89.5) <sub>a</sub>	138.1(68.3) <sub>a</sub>	142.8(77.2) <sub>a</sub>	172.3(91.3) <sub>b</sub>	139.6(86.2) <sub>a</sub>	8.09***	
결혼 여부	미혼(27.6%)	18(7.0)	205(47.0)	191(33.7)	133(69.3)	21(3.5)	537.45***
	배우자 있음(61.8%)	215(83.7)	181(41.5)	291(51.4)	53(27.6)	531(87.5)	
	사별 및 이혼(10.6%)	24(9.3)	50(11.5)	84(14.8)	6(3.1)	55(9.1)	
미취학 자녀 유무	있음(12.1%)	49(19.1)	7(1.6)	37(6.5)	10(5.2)	145(23.9)	161.79***
	없음(87.9%)	208(80.9)	429(98.4)	529(93.5)	182(94.8)	462(76.1)	
맞벌이 여부	맞벌이(46.4%)	161(62.6)	132(30.3)	202(35.7)	43(22.4)	422(69.5)	273.70***
	외벌이(53.4%)	96(37.4)	304(69.4)	364(64.3)	149(77.6)	185(30.5)	
직업	관리직/전문직(25.8%)	76(29.6)	120(27.5)	131(23.2)	80(41.7)	124(20.4)	139.65***
	사무직(25.2%)	60(23.3)	122(28.0)	105(18.6)	75(39.1)	157(25.9)	
	서비스직/판매직(23.4%)	60(23.3)	92(21.1)	167(29.6)	27(14.1)	136(22.4)	
	농림/기능/장치기계직(8.9%)	10(3.9)	41(9.4)	75(13.3)	2(1.0)	54(8.9)	
	단순노무직(16.7%)	51(19.8)	61(14.0)	87(15.4)	8(4.2)	136(22.4)	

\*\*  $p < .001$ , a, b, c는 scheffe 사후검정 결과

주. 제시된 수치는 범주형 변수의 경우 빈도(백분율)이고 연속형 변수의 경우 평균(표준편차)임. 각 변수마다 결측값으로 인해 사례 수에 있어서 약간의 차이가 있을 수 있음.

〈표 6〉 유형별 시간사용 및 인구통계학적 특성 요약

유형	시간사용 특성	인구통계학적 특성
유형 1. 가족중심형(12.5%) “일보다 가정의 행복”	상대적으로 일하는 시간이 가장 적으면서 가족과 여가를 위해 많은 시간을 할애하는 유형	주요 연령층: 30대, 40대(평균 연령: 42.5세) 주요 학력층: 고졸, 대졸(평균 교육연한: 12.4년) 월평균 개인소득: 131.7만원 미혼 비율: 7.0%, 미취학 자녀 비율: 19.1% 맞벌이 비율: 62.6% 주요 직업군: 관리직/전문직, 사무직, 서비스직/판매직
유형 2. 일-여가병행형(21.2%) “일도 나의 행복도 포기 못해”	일에 대부분의 시간을 보내지만 본인과 가족과의 여가를 위해서도 많은 시간을 할애하는 유형	주요 연령층: 20대(평균 연령: 37.6세) 주요 학력층: 대졸(평균 교육연한: 12.7년) 월평균 개인소득: 138.1만원 미혼 비율: 47.0%, 미취학 자녀 비율: 1.6% 맞벌이 비율: 30.3% 주요 직업군: 관리직/전문직, 사무직, 서비스직/판매직
유형 3. 일중심형(27.5%) “일이 우선”	일에 대부분의 시간을 보내는 유형	주요 연령층: 20대, 40대(평균 연령: 38.7세) 주요 학력층: 고졸, 대졸(평균 교육연한: 11.9년) 월평균 개인소득: 142.8만원 미혼 비율: 33.7%, 미취학 자녀 비율: 6.5% 맞벌이 비율: 35.7% 주요 직업군: 관리직/전문직, 서비스직/판매직
유형 4. 일-성장병행형(9.3%) “일도 나의 성장도 포기 못해”	일에 대부분의 시간을 보내면서도, 가족과 여가를 위해 할애하는 시간은 가장 적음. 자기계발을 위해 많은 시간을 할애하는 유형	주요 연령층: 20대(평균 연령: 32.0세) 주요 학력층: 대졸(평균 교육연한: 14.5년) 월평균 개인소득: 172.3만원 미혼 비율: 69.3%, 미취학 자녀 비율: 5.2% 맞벌이 비율: 22.4% 주요 직업군: 관리직/전문직, 사무직
유형 5. 일-가족병행형(29.5%) “일도 가정도 포기 못해”	일에 대부분의 시간을 보내지만 가족을 위해서도 많은 시간을 할애하는 유형	주요 연령층: 30대, 40대(평균 연령: 42.3세) 주요 학력층: 고졸, 대졸(평균 교육연한: 12.1년) 월평균 개인소득: 139.6만원 미혼 비율: 3.5%, 미취학 자녀 비율: 23.9% 맞벌이 비율: 69.5% 주요 직업군: 사무직, 서비스직/판매직, 단순노무직

지 않은 것으로 나타났다. 예상되는 바대로, 일 관련 활동시간(234.32분)이 가장 짧은 가족중심형의 소득은 131.7만원으로 가장 낮게 나타났다.

2) 유형별 심리적 특성에 대한 차이검증

유형별 심리적 특성과 관련하여 살펴보면(표 7 참조), 생활시간사용 만족도(점수가 낮을수록 만족도가 높음을 의미)에서는 일중심형(2.92점)이

가장 낮은 것으로 나타났으며, 상대적으로 일-성장병행형(2.78점)의 만족도가 가장 높은 것으로 파악되었다. 그러나 통계적으로는 유형별 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

시간부족감, 피로도 등 나머지 심리적 특성에 있어서는 일원분산분석 결과 집단간 통계적으로 유의미한 차이를 나타내 보였다. 시간부족감의 경우(점수가 낮을수록 시간부족감을 강하게 느낌

〈표 7〉 유형별 심리적 특성

	평균(표준편차)					F
	가족 중심형	일-여가 병행형	일 중심형	일-성장 병행형	일-가족 병행형	
생활시간사용 만족도	2.80(.74)	2.84(.70)	2.92(.75)	2.78(.71)	2.87(.76)	1.87
시간부족감	1.81(.71) <sub>b</sub>	1.81(.75) <sub>b</sub>	1.61(.67) <sub>a</sub>	1.70(.70) <sub>ab</sub>	1.60(.65) <sub>a</sub>	9.69***
피로도	1.72(.62) <sub>b</sub>	1.66(.63) <sub>b</sub>	1.46(.57) <sub>a</sub>	1.65(.65) <sub>b</sub>	1.58(.62) <sub>ab</sub>	10.97***

\*\*\* p<.001, a, b는 scheffe 사후검정 결과

을 의미), 일-가족병행형과 일중심형이 가족중심형과 일-여가병행형에 비해 시간부족감을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다. 피로도의 경우(점수가 낮을수록 업무가 끝난 후 피곤함을 강하게 느끼는 의미) 일중심형이 일-가족병행형을 제외한 나머지 유형에 비해 피로도가 높은 것으로 나타났다. 종합해 보면, 예상되는 바대로 일과 관련한 활동시간이 가장 많은 일중심형에 속하는 사람들이 타 유형에 비해 시간부족감과 피로도를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다.

## V. 논의 및 결론

스웨덴, 뉴질랜드, 미국 등과 같은 나라들은 여성의 경제활동참가율과 출산율이 동시에 매우 높다(김민정, 2013). 우리나라 여성들의 경제활동패턴은 30대 이후 경력단절이 급격히 일어나는 M자형인데 반해 이들 나라는 고원형(역U자형)으로, 결혼, 임신, 출산, 육아, 가사 등으로 인한 경력단절 없이 지속적인 경제활동에 참여하는 경향을 보이고 있다(여유진, 김수정, 김은지, 최준영, 2013). 여성의 경제활동참가율과 출산율이 동시에 높은 이들 OECD 국가의 공통점은 여성이 안고 있는 일과 삶의 균형의 어려움을 개인적인 문제로만 취급하지 않았다는 점이다. 임신, 출산, 육아로 인한 여성의 부담을 덜어주고, 직장서 마음 편하게 일할 수 있는 환경을 만들어 주기

위한 다양한 일과 삶의 균형 제도와 정책을 정부와 기업 차원에서 오랜 기간 동안 지속적으로 추진해 오고 있다(김정운 외, 2005).

본 연구는 일과 삶의 균형을 맞추는 것은 모든 사람들에게 어렵지만 특히 여성근로자들에게 일과 삶의 균형은 더욱 어렵고 치열한 생존의 문제라는 전제 하에, 여성근로자들의 일과 삶의 균형 유형을 추출하고, 각 유형의 특성을 확인하고자 하였다. 그리고 일, 가족, 여가, 성장 등 삶의 각 영역이 개인에게 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 여성근로자들의 심리건강 및 일과 삶의 균형 제고를 위한 의미 있는 결과들을 도출할 수 있었다.

먼저, 여성근로자의 일과 삶의 영역에 대한 시간 사용량을 살펴본 결과, 일 관련 활동시간이 435.7분(分)으로 가장 높았으며, 가족과 여가가 146.4분과 104.5분으로 뒤를 이었다. 한편 성장관련 활동시간은 17.7분에 불과해, 여성근로자들의 성장관련 활동참여가 매우 미진함을 알 수 있다.

여가와 성장은 여성근로자들의 삶의 질과 일과 삶의 균형에 주요한 영향을 미치는 삶의 영역이다. 많은 연구들은 여가 및 성장관련 활동의 참여와 삶의 질 간의 비교적 일관성 있는 정적 상관관계를 논하고 있다(강현욱, 한동유, 김지태, 2010; 김혜영, 2009; 이누미야 요시우키, 김정운, 2003; 이수진, 2009; 천은아, 2008; Coleman & Iso-Ahola, 1993; Harrington, 2006; Maslow, 1954).

이러한 결과는 본 연구에서도 여실히 드러났는데, 여성근로자들의 생활시간사용 만족도, 시간

부족감, 피로도에 미치는 일과 삶의 영역에 대한 시간소비의 영향력을 살펴본 결과, 여가시간은 생활시간사용 만족도를 높이고, 시간부족감을 낮추는데 유의하게 영향을 미치며, 여가와 성장관련 활동시간은 피로도를 낮게 느끼는데 유의한 요인으로 드러났다. 반면 일과 가족은 시간부족감을 더욱 느끼도록 하며, 특히 일은 피로도를 더욱 느끼도록 하는 주요 요인이었다. 이는 여성근로자들이 일과 가족에 할애하는 시간이 많지만, 조금이라도 개인의 여가와 성장을 위해 할애하는 시간을 늘리거나 확보할 때 시간에 쫓기지 않고 삶을 균형있고 만족스럽게 조절하고 있다는 느낌을 가지며, 일과 삶의 균형을 위한 신체적·심리적 에너지의 재생산에 기여할 수 있음을 보여준다.

다음으로, 일과 삶의 시간 사용량을 기준으로 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형을 살펴본 결과, 5개의 유형이 추출되었다. 제 1유형(가족중심형)은 타 군집에 비해 상대적으로 일하는 시간이 가장 적으면서 가족과 여가를 위해 많은 시간을 할애하는 것을 특성으로 하고 있다. 제 1유형에 속하는 여성근로자의 주된 특징은 평균 연령 42.5세로 30~40대의 비율이 높고, 기혼에 맞벌이 비율이 높은 것으로 드러났다. 미취학자녀의 비율도 제 5유형 다음으로 높다.

제 2유형(일-여가병행형)은 일에 대부분의 시간을 보내지만 여가를 위해서도 많은 시간을 할애하는 경향이 있다. ‘일-여가병행형’은 ‘일중심형’과 함께 20대와 30대의 비율이 약 50%를 웃돌며, 미혼의 비율이 높고, 미취학 자녀가 있는 경우가 1.6%에 불과하다. 즉, ‘일-여가병행형’은 평균 연령 30대 후반의 미혼이거나 혹은 기혼이라 하더라도 미취학 자녀가 없어 여가에 많은 시간을 할애하는 경향을 보인다.

제 3유형은 일에 대부분의 시간을 보내는 ‘일중심형’으로, 타 유형에 비해 서비스직/판매직의 비율과 중졸이하의 학력분포 비율이 높은 경향이 있다. 그리고 외벌이의 비율이 64.3%로 드러나,

여성근로자가 가족의 경제적 책임을 지는 경향이 높음을 알 수 있다. 서비스직/판매직의 비정규직 여성근로자들은 상당수가 중고등학교 졸업 후 저연령으로 노동시장에 진입하는 경향이 있으며(이재경, 이은아, 조주은, 2006), 일-가족 시간갈등을 더 많이 경험하며, 가족의 정서적 지원은 더 낮은 경향이 있다(박기남, 2009; 박홍주, 이은아, 2004). 이로 인해 고용이 불안정한 서비스직, 생산직 여성노동자들은 일과 가족갈등이 야기되면 쉽게 일을 그만둘 수 있다. 이러한 점을 고려할 때, ‘일중심형’은 서비스직/판매직에 종사하는 미혼 혹은 육아로 경력단절되었다가 이후 생계를 위해 서비스직/판매직에 재취업을 한 기혼여성들이 포함될 가능성이 높다.

제 4유형(일-성장병행형)은 타 군집에 비해 일과 자신의 성장을 위해 많은 시간을 할애하는 경향이 높은 집단이다. 이 유형은 10명중 7명이 미혼이며, 10명중 9명이 이상이 미취학아동이 없고, 10명 중 8명이 전문대 이상의 고학력자이다. 즉, ‘일-성장병행형’은 고학력의 미혼여성근로자 혹은 결혼을 했어도 미취학 아동이 없는 고학력의 기혼 여성근로자로, 80% 이상이 고연봉의 관리직/전문직, 사무직에 종사하고 있다. 인간이 추구하고자 하는 최상의 욕구는 스스로를 성장-개발시키고자 하며, 동시에 이를 확인하고자 하는 ‘자기개발 및 성장의 욕구’이다(Maslow, 1954). 성장은 단순 학습의 의미를 넘어, 자신의 독특한 특성과 잠재력을 개발하고, 자기 존재의 핵심에 더 가까워지는 성숙하고, 개별화되고 충분히 기능하는 인간으로의 발달을 의미한다(Rogers, 1962).

이런 측면에서 ‘일-성장병행형’은 다른 유형들에 비해 자기 자신의 성장과 자기의 표현을 중요시하며, 일도 생계를 위한 수단이라기보다 개인을 성장시키고, 자기를 표현하는 삶의 영역으로 간주할 가능성이 높다. 이들 유형은 타 군집에 비해 피로도는 높은 편이나 생활시간사용 만족도도 가장 높게 나타났는데, 이는 여성근로자들이 개인의 개별성

을 경험하면서 성장감을 느끼는 것의 중요성을 보여주는 것이다. 그러나 안타깝게도 본 유형에 속하는 여성근로자의 비율이 겨우 9.3%에 불과하여, 대부분의 여성근로자들이 자기성장의 부분을 신경 쓰지 못하고 있음을 알 수 있다.

마지막으로, 응답자의 가장 많은 수(전체의 29.5%)가 해당되는 제 5유형(일-가족병행형)은 ‘일중심형’을 제외한 나머지 군집에 비해 일에도 많은 시간을 할애하면서 동시에 가족에도 ‘가족중심형’을 제외한 나머지 군집에 비해 월등히 많은 시간을 할애하고 있다. 제 5유형에 포함되는 대부분의 여성근로자는 제 1유형과 유사하게 30~40대(평균 연령 42.3세) 기혼이며, 약 10명 중 7명은 맞벌이를 하고 있으며, 타 군집에 비해 미취학자녀가 있는 비율이 가장 높다. ‘일-가족병행형’은 전형적으로 미취학자녀를 둔 맞벌이 여성의 유형을 갖는다. 미취학 자녀를 둔 맞벌이 부부의 가사분담을 연구한 유계숙(2010)은 평일에 남편이 34분, 아내가 4시간 4분, 주말에는 남편이 2시간 53분, 아내가 9시간 16분으로, 맞벌이를 하고 있음에도 불구하고 아내가 가사노동의 주담당자 역할을 하고 있음을 보여주고 있다. 즉, 이 유형에 속하는 여성들은 수면, 식사 등의 기본적인 시간을 제외한 나머지의 시간의 대부분은 일하거나 미취학 자녀 등 가족을 돌보는데 사용하며, 일과 가족 간의 균형을 위해 두 영역을 분주하게 옮겨 다니면서 시간에 쫓기는 경험을 자주 한다. ‘일-가족병행형’에게는 일도 일이고, 가족도 일이 된다.

여성근로자에게 미취학자녀, 맞벌이, 교육수준 등 몇몇 인구통계학적 특성은 일과 삶의 균형과 밀접하게 관련이 있는 변수들이다. 그렇기에 많은 연구들은 인구통계학적 특성으로 집단을 구분하여 여성근로자를 설명하는 경향을 보여주고 있는데, 본 연구는 비슷한 인구통계학적 특성을 지니고 있다 하더라도 서로 다른 일과 삶의 유형을 지니고 있는 것으로 드러나 흥미롭다.

예컨대, 제 1유형(가족중심형)과 제 5유형(일-가족병행형)은 평균연령 40대 초반으로, 교육연한 약 12년, 미취학 자녀의 비율이 높은 맞벌이 여성근로자의 특성을 갖는다. 제 1유형과 제 5유형의 구분을 더 명확히 하기 위해 집단간 성역할태도에 차이가 있는지 추가분석을 실시한 결과, 제 1유형이 제 5유형에 비해 남자는 일, 여자는 가정이라고 생각하는 경향이 통계적으로 유의하게 높은 것으로 드러났다( $t=2.311, p<.05$ ). 여성의 일과 삶의 균형과 성역할태도, 삶의 지향에 대한 연구들은 이들 변인이 가사노동분담, 일-가족 갈등 및 촉진 등에 유의하게 관련되어 있음을 보여주고 있다(김주현, 문영주, 2010; 한지숙, 유계숙, 2007). 결국, 제 1유형과 제 5유형은 미취학자녀를 둔 맞벌이 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형을 대표하며, 성역할태도나 삶의 지향(일 지향, 삶 지향) 등에 따라 유형이 구분된다.

유형 2와 유형 3은 평균연령 30대 후반의 미혼 혹은 미취학자녀가 없는 기혼, 외벌이의 비율이 높은 특성을 갖는다는 점에서는 유사하나, 학력과 직업유형에서 구별된다. 즉, 유형 3(일중심형)은 학력이 낮고, 서비스직/판매직에 종사하는 비율이 높은 반면 유형 2(일-여가병행형)는 사무직에 종사하는 비율이 상대적으로 높았다. 인구통계학적 특성 이외에 이들 집단을 구분하는 요인에 대해 추가분석을 한 결과, 두 집단간 성역할태도에 있어서는 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 시간을 부족하다고 느끼는 주요 이유에 대해 ‘일중심형’은 일 때문인가 76.4%인 반면 ‘일-여가병행형’은 일때문에 67.9%, 교제 및 사회활동 때문에 10.7%로 드러났다. 이는 ‘일-여가병행형’은 일 이외에 개인의 여가생활에 많은 시간을 할애하는 경향이 있으며, ‘일중심형’이 생계를 위해 일 이외의 다른 삶의 영역에 거의 시간을 할애하지 않는 경향이 있음을 함축한다.

이재경, 이은아, 조주은(2006)은 앞으로 점차 인구통계학적 특성으로 여성근로자를 설명하기

어려우며 여성집단의 내적인 차이는 확대될 것이라고 하였다. 본 연구는 인구통계학적 특성에도 불구하고 성역할태도, 삶에 대한 가치와 지향 등과 같이 일과 삶의 균형과 관련한 개인의 심리적인 특성이 집단을 구분하는 주요한 준거가 되고 있음을 보여준다.

본 연구결과가 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형을 횡적인 측면에서 살펴본 것이기는 하나 종적인 측면에서 조심스럽게 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형의 발달과정을 추론해볼 수 있다. 즉, 연령과 결혼여부 등을 고려할 때, 입사초기의 저연령, 미혼일 때에는 ‘일-성장병행형(제 4유형)’에 포함될 가능성이 높다가 시간이 지남에 따라 일-여가병행형과 일중심형으로 발달하며, 자녀출산 이후 가족중심형과 일-가족병행형으로 발달하는 모습을 추론할 수 있다.

이는 결혼여부에 따라 일과 삶의 균형 유형을 추출한 추가분석을 통해 더욱 명료화되는데, 기혼집단의 경우, ‘가족중심형’, ‘일-여가병행형’, ‘일중심형’, ‘일-가족병행형’이 추출되었으며, 미혼집단의 경우, ‘일-여가병행형’, ‘일중심형’, ‘성장중심형’이 추출되었다. 즉, 기혼집단의 경우, 성장영역이 유형추출에서 제외되었으며, 미혼은 가족영역이 제외되었다. 그리고 ‘일중심형’과 ‘일-여가병행형’은 공통적으로 추출되었다. 이는 ‘성장중심형’은 미혼만의 유형이며, 일중심형과 일-여가병행형은 미혼과 기혼 모두의 유형이고, ‘가족중심형’과 ‘일-가족병행형’은 기혼만의 유형임을 보여준다.

이상의 내용을 종합해보면, 여성근로자들의 일과 삶의 균형 유형의 발달이 점차 성장영역에서는 멀어지게 되며, 자녀를 출산하게 되면 여가영역 마저 소홀해지고, 일과 가족 중 하나를 선택하거나 둘 다 포기하지 않기 위해 더욱 부단히 애를 써야 하는 기로에 직면하게 될 가능성이 높음을 시사하고 있다.

한편 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형과 심리적 건강 간의 관계성을 살펴본 결과, ‘가족중심형’

과 ‘일-여가중심형’이 타 군집에 비해 시간부족감을 덜 느끼며, 피로도도 낮게 지각하는 경향이 있었다. 이에 반해 ‘일중심형’과 ‘일-가족병행형’은 타 군집에 비해 가장 바쁘고 촉박하게 지내고 있으며, 피곤하고 탈진할 가능성이 가장 높은 것으로 드러났다. 특히 ‘일중심형’은 타 군집에 비해 생활시간사용에 대해 가장 불만족스럽게 평가하고 있어, 자신의 삶에 대해 매우 불만족스러워하고 있음을 추측할 수 있다. 그리고 ‘일-성장병행형’은 피곤하지만 자신의 생활시간사용에 대해 가장 만족하는 경향이 있는 것으로 드러났다.

여기서 ‘일중심형’과 ‘일-가족병행형’에 주목할 필요가 있는데, 많은 연구자들이 여성근로자의 이중노동부담에 대해 강조하였으며, 김진옥(2005)은 이론의 실증적 검증을 통해 여성근로자에게 아동양육과 취업은 서로 상충되고 있음을 시사하였다. 즉, ‘일중심형’이나 ‘일-가족병행형’은 일을 하는 삶의 영역은 다르지만 모두 (유무급)노동에 대부분의 시간을 할애하는 양상이며, 항상 시간에 쫓기며 고단하고 지친 하루를 보내고 있음을 의미한다.

특히 여성근로자의 가장 많은 수가 포함되어 있는 ‘일-가족병행형(29.5%)’과 ‘일중심형(21.2%)’이 시간부족감과 피로도가 높고, 생활시간사용 만족도가 낮다는 점에 주목할 필요가 있다. 이는 여성근로자의 상당수가 안절부절함, 긴장감, 피곤함, 탈진, 삶에 대한 불만족감 등 부정적인 심리상태를 경험하고 있음을 시사하며, 이들 집단이 타 집단에 비해 관심이 더욱 필요함을 보여준다.

본 연구에서는 추가분석을 통해 성장 및 여가시간의 확보가 ‘일-가족병행형’과 ‘일중심형’의 심리건강과 일과 삶의 균형을 개선할 수 있으며, 특히 유형에 따라 더욱 우선적으로 개입할 삶의 영역이 다를 수 있음을 확인하였다. 구체적으로, ‘일-가족병행형’과 ‘일중심형’의 시간부족감, 피로도, 생활시간만족도에 미치는 일과 삶의 영역에 대한 시간소비의 영향력을 살펴보기 위해 추가분

석을 실시하였다.

그 결과, ‘일-가족병행형’은 성장영역의 시간소비량( $t=2.073$ ,  $p<.05$ )만이 피곤함에 유의하게 영향을 미치는 변인으로 드러나, 성장영역의 시간소비량이 많을수록 덜 피곤하게 느끼는 경향이 있음을 보여주고 있다. 이는 현실적으로 기혼이 성장육육가 저하되고, 해당 활동에 참여하는 빈도가 낮지만(천은아, 2008), 실제 경력만족 및 삶의 질 등의 영역에는 더욱 주요하게 영향을 미칠 가능성이 높음을 보여주었던 이수진(2009)의 연구와 맥을 같이 하는 것으로, ‘일-가족병행형’은 일-가족 영역에서의 의무들을 수행하느라 성장의 영역이 희생 및 포기되는 경향이 높은 경향이 있지만, 오히려 개인적인 성장을 위해 약간이라도 시간을 할애한다는 것이 이들의 심리적 에너지를 더욱 회복시켜 일과 삶의 균형을 지향할 수 있음을 시사한다.

‘일중심형’의 경우, 일( $t=-2.555$ ,  $p<.01$ )과 가족( $t=2.023$ ,  $p<.05$ )에 할애하는 시간이 많을수록 시간부족감을 높게 느끼는 것으로 드러났다. 그리고 피로도의 경우, 일에 할애하는 시간은 피로도에 정적 상관이 있는 반면 여가( $t=2.287$ ,  $p<.05$ )와 성장( $t=2.117$ ,  $p<.05$ )에 할애하는 시간은 피로도와 부적 상관이 있음을 보여주었다. 즉, ‘일중심형’은 일과 가족영역에 할애하는 시간으로 인해 시간부족감을 느끼나, 실제 피로도에는 일의 영역만이 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 드러나 ‘일중심형’의 일과 삶의 균형과 삶의 질에 미치는 주요 삶의 영역이 일임을 보여준다.

한편 ‘일중심형’의 경우 여가와 성장에 할애하는 시간이 이들의 심리적 에너지의 회복에 주요하게 영향을 미칠 수 있으며, 특히 여가가 성장보다 t값이 높다는 점을 볼 때, 여가활동을 통한 신체적인 에너지의 회복과 기분전환 등이 ‘일중심형’의 일과 삶의 균형과 삶의 질 개선에는 더욱 중요한 요인임을 알 수 있다.

본 연구는 2009년에 실시된 생활시간조사 자

료를 활용하여 여성근로자의 일과 삶의 균형을 살펴보았다. 현 정부가 들어서면서 여성근로자의 일과 삶의 균형과 경력단절 여성의 일자리 창출과 경력지원 등 여성의 일과 삶의 균형과 관련한 주요 정책들이 도입·실천되고 있다. 본 연구가 가장 최근의 대단위 국가 자료를 활용하고 있기는 하나 이러한 현 정부의 일과 삶의 균형정책과 실천이 반영되지 못한 5년 전의 자료를 활용하고 있다는 점은 한계로 지적될 수 있다.

또한 본 연구가 생활시간조사 자료를 기반으로 수행되다보니, 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형을 이해하기 위한 풍부한 분석의 제약이 있었다. 구체적으로, 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형에 영향을 미칠 수 있는 주요한 변인들(일과 삶의 균형과 관련한 주요 가치관, 가족관계 등)을 살펴보기 어려웠고, 일과 삶의 균형 유형에 따라 여성근로자의 직장경험(직무만족, 몰입 등)과 심리경험(삶의 질, 행복, 만족 등), 심리건강(스트레스, 탈진 등) 간 차이를 보다 구체적이고 면밀하게 살펴보지 못하였다. 추후 연구를 통해 이들에 대한 다차원적이며(직장경험, 심리경험, 심리건강 등), 생태체계학적(개인/가족/조직/지역사회 변인 등)으로 접근하는 연구가 수행되기를 기대한다.

마지막으로, 본 연구는 미혼을 포함한 전일제 여성근로자의 일과 삶의 균형유형을 살펴봄으로써 황적으로 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형을 살펴보면서 종적으로 여성근로자의 일과 삶의 균형유형의 발달을 추론해보고자 하였으며, 여성근로자의 일과 삶의 균형 유형이 ‘일-성장’에서 ‘일-여가’, ‘일중심’ 그리고 ‘가족중심’, ‘일-가족’으로 발달하는 모습을 유추할 수 있었다. 본 연구에서도 드러났듯이 여성은 연령, 결혼여부, 자녀출산 등 생애주기적 요인들이 주요하게 영향을 미치고 있다. 추후연구를 통해 생애주기적/발달적 관점에서 여성의 일과 삶의 균형 유형의 발달과 각 발달 단계마다의 주요 이슈에 대한 연구들이 진행된다면 점차 일과 가족의 영역으로 협소화되

는 여성의 삶이 여가와 성장이 포함된 보다 풍부하고 질적인 삶으로 확대될 수 있는 가능성을 탐색할 수 있으리라 사료된다.

### 【참 고 문 헌】

- 1) 강현옥·한동유·김지태(2010). 우수선수의 운동참여정도의 여가몰입 및 삶의 질의 관계. 대한무도학회지, 12(1), 135-145.
- 2) 김민정(2013). 여성 경제활동 증가의 긍정적 효과. 현대경제연구원.
- 3) 김성천·탁진국(2010). 역할과부하 및 일-가정 갈등과 직무스트레스와의 관계: 시간 통제감을 매개변인으로. 한국심리학회지: 건강, 15(1), 35-49.
- 4) 김신희·양은주(2012). 유자녀 직장여성의 다중역할 경험의 질에 따른 군집별 심리적 및 환경적 특징의 차이. 한국심리학회지: 여성, 17(1), 73-93.
- 5) 김정운·박정열(2004). 주40시간 근무제 실행 후 노동자의 생활양식 변화와 학습에 대한 태도변화 연구. 대통령자문 정책기획위원회, 2004년 정책기획과제.
- 6) \_\_\_\_\_(2008). 일과 삶의 균형(Work-Life Balance) 척도개발을 위한 연구. 여가학연구, 5(3), 53-69.
- 7) 김정운·박정열·손영미·장훈(2005). 일과 삶의 조화(Work-life balance)에 대한 개념적 이해와 효과성. 여가학연구, 2(3), 29-48.
- 8) 김정운·손영미·박정열(2007). 일과 삶의 균형정책 도입방안 연구. 중앙인사위원회.
- 9) 김주현·문영주(2012). 맞벌이 여성의 성역할 태도가 결혼생활 만족과 일 만족에 미치는 영향: 일-가정 갈등과 일-가정 강화의 매개효과를 중심으로. 한국가족자원경영학회지, 14(2), 109-126.
- 10) 김주희(2012). 맞벌이 부부의 시간배분을 통해 본 일-생활 유형 연구. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 11) 김진욱(2005). 근로기혼여성의 이중노동부담에 관한 실증연구: 가사노동분담에 대한 협조적 적응, 이중노동부담, 적응지체 가설의 검증. 한국사회복지학, 57(3), 51-72.
- 12) \_\_\_\_\_(2008). 일하는 어머니들의 이중노동부담에 관한 실증연구. 사회복지정책, 35(12), 197-220.
- 13) 김혜영(2009). 직장인의 자기계발 동기와 심리적 안녕감의 관계. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 14) 김효선·차운아(2009). 직장-가정 간 상호작용과 가족친화적 조직직원이 근로자의 조직몰입과 이직의도에 미치는 효과. 한국심리학회지: 산업 및 조직, 22(4), 515-540.
- 15) 남수정·유현정(2006). 취업주부의 시장소득에 따른 생활시간 분석. 한국생활과학회지, 15(6), 985-997.
- 16) 박기남(2009). 기혼 취업여성의 일·가족 양립을 위한 시간 갈등 연구: 연령계층별, 성역할태도별 차이를 중심으로. 한국여성학, 25(2), 37-71.
- 17) 박내회(1989). 조직행동론. 서울 : 박영사.
- 18) 박예송·박지혜(2013). 일-생활 균형(Work-Life Balance)에 관한 국내 연구 동향: 2000년 이후 학술논문을 중심으로. HRD연구, 15(1), 1-29.
- 19) 박현미·이승협(2009). 일과 생활균형제도의 현황과 과제. 한국노총 중앙연구원.
- 20) 박홍주·이은아(2004). 기혼여성노동자의 일·가족 경험과 직업의식. 한국여성학, 20(2), 141-178.
- 21) 성지미(2006). 맞벌이 여성의 시간분배 결정요인. 노동정책연구, 6(4), 1-30.
- 22) 손문금(2005). 여성의 이중부담과 유급노동시간의 주변화: 맞벌이부부를 중심으로. 한국인



- 구학, 28(1), 277-311.
- 23) 손애리(2000). 시간연구의 특성과 생활시간조사 발과정. 조사연구, 1(1), 135-148.
  - 24) 손영미·박정열·김정운(2011). 중앙공무원의 일과 삶의 균형에 대한 조직 및 개인변인의 영향력 검증 연구. 여가학연구, 9(1), 101-131.
  - 25) 송지준(2011). 논문작성에 필요한 SPSS/AMOS 통계분석방법. 경기 : 21세기사.
  - 26) 여유진·김수정·김은지·최준영(2013). 여성 고용 활성화 방안 연구. 한국보건사회연구원.
  - 27) 유계숙(2010). 맞벌이부부의 가사분담이 부인의 일-가정 전이와 결혼생활만족도에 미치는 영향. 아시아여성연구, 49(1), 41-70.
  - 28) 유계숙·최성일(2007). 가족친화적 기업정책이 근로자의 일-가족 조화, 성과, 삶의 질에 미치는 효과에 관한 경로모형 검증. 한국가족관계학회지, 12(2), 1-26.
  - 29) 윤대혁(2008). 맞벌이부부의 가정-직장 균형과 여가활동에 관한 연구. 인적자원관리연구, 15(1), 87-109.
  - 30) 이누미야 요시유키·김정운(2003). 여가생활은 삶의 질을 향상시키는가? 여가학연구, 1(1), 41-56.
  - 31) 이수진(2009). 경력계획과 일-삶의 균형이 경력성공에 미치는 영향. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
  - 32) 이승미·구혜령(2013). 자녀양육기 기혼취업 여성의 일-가정 상호작용 유형과 유형별 특성. 한국생활과학회지, 22(4), 575-591.
  - 33) 이승미·이현아(2011). 맞벌이 임금근로자 남녀의 생활시간구조분석. 대한가정학회지, 49(5), 81-96.
  - 34) 이용학(1985). 우리나라 취업주부의 소비자행동에 관한 실증적 연구. 고려대학교 박사학위논문.
  - 35) 이유덕·송광선(2009). 가족친화경영, 직무특성, 가족특성, 그리고 일과 삶의 조화. 인적자원관리연구, 16(4), 213-236.
  - 36) 이재경·이은아·조주은(2006). 기혼 취업여성의 일·가정생활 변화와 한계: 계층간 차이를 중심으로. 한국여성학, 22(2), 41-79.
  - 37) 이재경·장미혜(2004). 고용조건이 일과 가족에 대한 태도에 미치는 영향. 경제와 사회, 64, 172-206.
  - 38) 이학식·임지훈(2013). SPSS 20.0 매뉴얼. 서울 : 집현재.
  - 39) 이혜정(2012). 다수준 분석을 통한 일과 삶의 균형에 관한 연구: 세대별 일의 가치와 제도 및 지원분위기의 효과. 한양대학교 박사학위논문.
  - 40) 임희섭(1996). '삶의 질'에 있어서의 현황과 과제; '삶의 질'의 개념적 논의. 한국행정연구, 5(1), 5-18
  - 41) 장미나·한경혜(2011). 어린 자녀를 둔 맞벌이부부들의 일상생활경험: 경험표집법(ESM)으로 살펴본 남녀의 일상시간 구성과 정서경험 비교. 가족과 문화, 23(1), 1-39.
  - 42) 전서영·박정운·김양희(2008). 기혼남녀의 일-가족갈등에 따른 가족건강성의 차이에 관한 연구. 한국가족자원경영학회지, 12(3), 59-79.
  - 43) 정영금·김희형(2009). 일-생활균형을 위한 가족지원체제와 정책대안을 위한 연구. 대한가정학회지, 47(6), 109-120.
  - 44) 주익현(2012). 한국 맞벌이 부부 가사시간 결정요인 탐색: 아내의 남편에 대한 경제의존도와 남편의 가사참여 여부를 중심으로. 한국사회학회 사회학대회 논문집, 2012(6), 1099-1113.
  - 45) 차성란(2008). 기혼취업여성의 종사상지위에 따른 시간사용비교 연구: 자영업종사자의 관점에서. 기초과학연구소 논문집 자연과학, 19(1), 123-147.
  - 46) 차승은(2008). 중년의 일, 가족, 여가시간 배분유형과 유형결정요인: 취업한 기혼 남녀를

- 중심으로. 대한가정학회지, 46(1), 103-116.
- 47) \_\_\_\_\_(2010). 남녀의 시간압박인식 차이와 관련요인 탐색. 한국인구학, 33(1), 27-49.
- 48) \_\_\_\_\_(2011). 취업남녀의 시간부족인식과 시간활용: 1999년과 2009년의 생활시간자료 비교. 한국가족자원경영학회지, 15(3), 131-151.
- 49) \_\_\_\_\_(2012). 기혼 취업자의 주말여가패턴: 2009 생활시간자료를 중심으로. 여가학연구, 9(3), 61-90.
- 50) 천은아(2008). 직장 여성의 자기계발과 피부관리 행동 패턴 연구. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 51) 천혜정 · 이지선(2010). 취업여성의 일과 삶의 조화에 관한 연구: 경험과 의미를 중심으로. 한국가족관계학회지, 15(3), 25-41.
- 52) 최윤정(2011). 대졸기혼직장 여성이 지각한 사회적 지지와 다중역할 현실성에 따른 집단 분류와 일-가족 갈등의 차이. 한국심리학회지: 여성, 16(2), 219-241.
- 53) 통계청(2010). 2009년 생활시간조사 결과: '시태크(時tech)'의 첫발! 통계청.
- 54) \_\_\_\_\_(2011). 경제활동인구조사. 통계청.
- 55) \_\_\_\_\_(2012). 경제활동인구조사. 통계청.
- 56) 한경미(1991). 취업주부의 시간사용과 영향요인. 한국가정관리학회지, 9(2), 171-190.
- 57) 한지숙 · 유계숙(2007). 기혼근로자의 성역할 태도와 일-가족 지향성이 일-가족 갈등/축진 및 가족친화제도 이용에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 25(5), 143-166.
- 58) 허수연(2008). 맞벌이가구 여성과 남성의 가사노동시간에 관한 연구. 한국여성학, 24(3), 177-210.
- 59) 황혜원 · 신정미(2009). 자녀를 둔 맞벌이부부의 역할갈등과 삶의 질에 관한 연구. 한국가족복지학, 14(1), 45-71.
- 60) Barnett, R. C.(1994). Home-to-work spillover revisited: A study of full-time employed woman in dual-earner couples. Journal of Marriage and Family, 56, 647-656.
- 61) Byron, K.(2005). A meta-analytic review of work-family conflict and its antecedents. Journal of Vocational Behavior, 67(2), 169-198.
- 62) Coleman, D. & Iso-Ahola, S. E.(1993). Leisure and health: The role of social support and self-determination. Journal of Leisure Research, 25, 111-128.
- 63) Emslie, C. & Hunt, K.(2009). Live to work or work to live? A qualitative study of gender and work-life balance among men and women in mid-life. Gender, Work and Organization, 16(1), 151-172.
- 64) Ford, M. R., Heinen, B. A. & Langkammer, K. L.(2007). Work and family satisfaction and conflict: A meta analysis of cross-domain relations. Journal of applied psychology, 92(1), 57-80.
- 65) Frone, M. R.(2003). Work-family balance. In J. C. Quick & L. E. Tetrick (Eds.). Handbook of occupational health psychology. Washington, DC: American Psychological Association, 143-162.
- 66) Grandey, A. A. & Cronpanzano, R.(1999). The conservation of resources model applied to work-family conflict and strain. Journal of Vocational Behavior, 54, 350-370.
- 67) Greenhaus, J. H., Collins, K. M. & Shaw, J. D.(2003). The relation between work-family balance and quality of life. Journal of Vocational Behavior, 63, 510-531.
- 68) Guest, D. E.(2002). Perspectives on the study of work-life balance. Social Science Information, 41(2), 255-279.
- 69) Gutek, B. A., Searles, S. & Klepa, L.(1991). Rational versus gender role explanations for

- work family conflict. *Journal of Applied Psychology*, 76(4), 560-568.
- 70) Harrington, M.(2006). Sport and leisure as context for fathering in Australian families. *Leisure Studies*, 25(2), 165-183.
- 71) Hochschild, A. R.(1997). *The time bind: When work becomes home and home becomes work*. NY: Metropolitan/Holt.
- 72) Hyman, J. & Summers, J.(2004). Lacking balance? Work-life employment practices in the modern economy. *Personnel Review*, 33(4), 418-429.
- 73) Jayanthi, B. & Vanniarajan, T.(2012). Work-life imbalance among executives: A gender focus. *Global Management Review*, 6(2), 24-35.
- 74) Kirchmeyer, C.(2000). Work-life initiatives: Greed or benevolence regarding worker' time. In C. L. Cooper & D.M. Rousseas(Eds.). *Trends in Organizational Behavior*. West Sussex, UK: Wiley, 7, 79-93.
- 75) Kofodimos, J. R.(1993). *Balancing Act*. San Francisco: Jossey-Bass.
- 76) Korabik, K., Lero, D. & Ayman, R.(2003). A multi-level approach to cross-cultural work family research. A micro and macro perspective. *International Journal of Cross-Cultural Management*, 3, 289-330.
- 77) Larson, R. W., Gillman, S. A. & Richards, M. H.(1997). Divergent experiences of family leisure: Father/mothers, and young adolescents. *Journal of Leisure Research*, 29(1), 78-97.
- 78) Maslow, A. H.(1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row.
- 79) Maslow, A. H.(1968). *Toward a Psychology of Being*. John Wiley & Sons, 존재의 심리학, 정태연, 노현정(역). 서울: 문예출판사.
- 80) Maume, D. J.(2006). Gender differences in restricting work efforts because of family responsibilities. *Journal of Marriage and Family*, 68, 859-869.
- 81) McRae, S.(2003). Constraints and choices in mothers' employment careers: a consideration of Hakim's Preference Theory. *British Journal of Sociology*, 54, 317-338.
- 82) Presser, J. B.(1995). Job, family and gender: Determinants of nonstandard work schedules among employed Americans in 1991. *Demography*, 32, 577-595.
- 83) Prognos A. G.(2005). Work-Life-Balance als Motor für wirtschaftliches Wachstum und gesellschaftliche Stabilität.
- 84) Rogers, C. R.(1962). *Counseling and Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- 85) Tang, N. & Cousins, C.(2005). Working time, gender and family: An east-west European comparison. *Gender, Work and Organization*, 12(6), 527-550.
- 86) Tausing, M. & Fenwick, R.(2001). Unbinding time: Alternate work-schedules and work-life balance. *Journal of Family and Economic Issues*, 22(2), 101-119.
- 87) Taylor, R.(2001). *The future of work life balance*. Swindon: ESRC Future of Work Programme Seminar Series.
- 88) Veldhoven, M. & Beijer, S. E.(2012). Workload, work-to-family conflict, and health: Gender differences and the influence of private life context. *Journal of Social Issues*, 68(4), 665-683.
- 89) Walsh, J.(2013). Gender, the work-life interface and wellbeing: A study of hospital

doctors. *Gender, Work and Organization*,  
20(4), 439-453.

90) Winslow, S.(2005). Work-family conflict,  
gender and parenthood, 1977-1997. *Journal  
of Family Issues*, 26(6), 727-755.

- 투 고 일 : 2014년 4월 1일
- 심 사 일 : 2014년 4월 7일
- 심사완료일 : 2014년 4월 25일