

부모 자녀 간 시간에 관한 규칙 유무에 따른 일본 중학생의 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가의 차이

The Difference between Time Management Practices and Self-evaluation of
Time Use by Time Rules in Families, Focused on Middle School Students in Japan

히로사키대학(弘前大学) 교육학부
준교수 이 수 진*

Faculty of Education, University of Hirosaki
Associate Professor Lee, Sujin

〈목 차〉

- | | |
|--------------------|------------|
| I. 서론 | IV. 분석 결과 |
| II. 선행 연구 | V. 논의 및 제언 |
| III. 연구 문제 및 연구 방법 | 참고문헌 |

〈Abstract〉

This study aims to clarify the difference between scores for time management practice and the self-evaluation of time use according to time rules in families. This study used data obtained from the first survey on after-school activities in 2008, conducted by the Benesse Educational Research and Development Institute in Japan. The study sample consists of 3,372 middle school students. First, scores for independence and planning were highest in third grade, yet the score for regularity was also lowest in third grade. There will be different lifestyles even among middle school students of the same grade, so it is necessary to consider their characteristics and family rules. Second, the scores for independence, regularity and planning were lowest in groups whose families had rules about time (time rules for curfew, time rules for watching television, time rules for playing games), but in which those rules were not kept. These results were similar for both boys and girls and show that it is more important keep rules rather than to make rules.

* 주저자, 교신저자 : 이수진(pourtant22@gmail.com)

Key Words : 시간관리 행동(time management practice), 시간사용 자기평가(self-evaluation of time use), 귀가 시간 규칙(time rules for curfew), TV 보는 시간 규칙(time rules for watching television), 게임하는 시간 규칙(time rules for playing games).

I. 서론

청소년은 학업 중심의 생활을 하고 있는 특성상 수면 시간, 학습 시간, 여가 시간을 배분하는데에 불균형을 겪고 있다. 이런 생활상은 성별, 학교급별로 약간씩의 차이가 있기는 하지만 청소년기의 공통적인 특징이라고 하겠다. 실제로 중학생의 생활시간을 조사한 연구에 따르면 학년이 올라갈수록 수면 시간이 짧아지는 것으로 나타났다(정은주·장미, 2014). 중학생의 일상생활을 조사한 또 다른 연구에서도 조사 대상 중학생 3,142명의 평균 수면시간은 7시간 12분이었고, 이들 중학생들의 53.6%가 잠이 부족하다고 인식하고 있었다. 그런데 눈에 띄는 결과는 수면 시간이 부족한 이유로 ‘드라마/영화 시청/음악 청취로 인해서’라는 응답이 67.6%, ‘채팅/문자메시지를 하느라고’라는 응답이 55.9%, ‘게임 등으로 인해서’라는 응답이 49%를 차지하고 있다는 점이다(김영지·김경준·김지혜·이민희·유설희·최윤희, 2013). 또한, 중학생의 여가시간을 보면 평일의 여가시간이 1시간 미만이라는 응답은 21.8%, 1~2시간이라는 응답은 34.2%인 것으로 나타났으며(김영지 외, 2013), 여가활동 항목 중에서 TV 및 비디오 시청에 가장 많은 시간을 사용하고 있었다(정은주 외, 2014). 이는 여가시간의 문제 뿐만 아니라 여가활동 영역도 편중되어 있음을 알 수 있는 대목이다.

다음으로 시간사용에 대한 의식에 대해서 분석한 野澤(2009)에 따르면 초등학교 6학년에서 중학교 1학년에 걸쳐서 수면 시간을 늘리고 싶다고 응답한 비율은 41.0%에서 60.0%로 19.9% 포인트

증가하였고, 공부 시간을 늘리고 싶다는 응답 비율은 29.8%에서 46.6%로 16.8%포인트 증가하였다고 한다. 明石(2009)는 중학생의 52.9%가 일상생활에서 ‘바쁘다’고 느끼는 동시에 63.6%는 ‘시간을 허비하고 있다고 느끼고 있다고 보고하였다.

이처럼 중학생은 시간배분과 활동영역에 있어서 수면시간의 부족 및 미디어 접촉 등에 편중된 여가활동 등 불균형을 경험하고 있으며, 또한 시간사용에 대한 감각에 있어서는 일상생활이 바쁘다고 느끼면서도 시간을 허비하고 있다고 느끼는 등 시간소비에 대해 복합적인 인식을 하고 있다는 점을 알 수 있다.

중학생이 이렇듯 시간배분 및 활동영역의 불균형을 경험하고 시간소비에 대한 복합적인 인식을 하게 되는 배경으로 TV, 게임, SNS 등을 포함한 미디어 접촉시간에 대한 통제가 적절하게 일어나지 않고 있음을 지적할 수 있다. 이에 시간관리 교육을 통해 미디어 접촉시간 등을 포함한 생활 시간을 스스로 관리할 수 있도록 하는 것이 필요하다고 판단된다.

그렇다면 중학생들은 적절한 시간관리 교육의 기회를 가지고 있을까. 남경애와 고선강(2008)은 고등학생을 대상으로, 윤용옥과 김외숙(2007)은 대학생들을 대상으로 한 연구에서 시간관리 교육 경험이 없는 고등학생 및 대학생들이 각각 70%에 달함을 제시하였는데 이로 미루어 본다면 중학생도 사정은 별반 다르지 않을 것이라고 짐작할 수 있다. 이 연구들은 시간관리 교육으로 워크숍, 강연, 세미나 참여 및 시간관리 관련 독서 경험을 예로 들고 이들의 중요성을 강조하고 있

다. 그러나 이 시기에 시간관리를 하는 데 있어서 부모 혹은 가족 내 성인과의 상호작용을 통하여 규칙을 설정하고 규칙을 지키는 과정은 시간관리 교육과 유사한 역할을 할 것으로 생각되지만 부모와 중학생 자녀 간의 상호작용의 결과물로 간주할 수 있는 시간에 관한 규칙 유무에 주목한 연구는 찾아보기 힘든 등 시간관리 교육에 관한 연구는 아직은 부족한 상태이다. 이에 본 연구에서는 시간관리 교육 내용으로 부모를 포함한 가족 내 성인과의 상호작용을 통해 행동지침을 만들고 이러한 행동지침을 지키는 일련의 과정에 주목하고자 한다. 부모는 자녀를 둘러싼 중요한 사회 환경적 요인이며, 또한 청소년의 문제는 부모와의 관계를 반영하므로, 자녀의 특성을 살펴보기 위해서는 부모의 영향 요인을 살펴보는 것은 의미있는 일이다(선혜연·황매향·정애경, 2011). 또한 중학생은 아동기에서 청소년기로의 이행기인 만큼 자주성 및 독립성도 발달하게 되나 생활 관리에 있어서 아직까지는 부모나 가족 내의 성인의 도움이 필요한 만큼 시간관리 행동의 지침으로서 부모 자녀 간의 시간에 관한 규칙에 주목하는 것은 적절하다고 하겠다.

따라서 본 연구에서는 일본 중학생의 사례¹⁾를 가지고 부모와 중학생 자녀 간의 시간에 관한 규칙 유무에 따라 중학생의 시간관리 행동 및 시간사용에 관한 자기평가가 어떤 차이를 보이는지를 규명하고자 한다. 이를 위하여 시간에 대한 규칙을 미디어 접촉 규칙 및 귀가 시간에 대한 규칙으로 설정하고 남녀별 분석을 실시하고자 한다. 이를 토대로 가족 간의 규칙 형성을 통한 중학생들의 시간관리 능력 향상을 위한 제언을 하고자 한다. 학교에서 보내는 장시간의 구속시간과 8시간에 미치지 못하는 수면시간 등 시간배분은 물론 TV 및 비디오 시청 등에 편중된 여가시간을

보내는 점(佐藤, 2009; 정은주 외, 2014)등이 한국과 일본 중학생의 공통적인 생활상의 특징인 점을 감안하면 일본 중학생을 대상으로 한 분석 결과를 토대로 한국 중학생의 생활을 이해하는데 시사점이 있을 것으로 생각된다.

II. 선행 연구

본 연구에 대한 시사를 얻기 위해 시간관리 행동 및 가족 내 규칙과 청소년의 생활 습관에 관한 선행 연구를 중심으로 살펴보기로 한다. 또한, 연구 결과 분석에 도움을 얻기 위해 중학생을 대상으로 한 연구뿐만 아니라 초등학교, 고등학교 및 대학생을 대상으로 한 연구들을 포함하여 살펴보고자 한다.

1. 청소년의 시간관리 행동 및 관련 요인

청소년의 시간관리 행동에 대한 선행 연구(박경애·김택호, 1994; 이원희, 2000; 김외숙·Geistfeld, 2005; 오현진·정지윤, 2006)에서는 시간관리 하위 영역을 설정하여 각각 하위 영역의 점수 및 관련 요인을 분석하고 있다. 다수의 연구에서 남학생보다는 여학생이 시간관리를 잘하고 있는 것으로 나타났으며(박경애·김택호, 1994; 이원희, 2000), 미국 대학생을 대상으로 한 연구에서도 여학생의 시간관리 점수가 높은 것으로 확인되었다(김외숙·Geistfeld, 2005). 한편 시간관리 행동 전체를 두고 볼 때 남학생과 여학생의 시간관리에 차이가 없다는 연구도 있다(남경애·고선강, 2008).

시간관리 하위 영역을 설정하고 각각의 하위 영역별 분석을 시도한 연구들이 있는데 하위 영

1) 한국 중학생을 대상으로 한 분석을 하기에 앞서 일본 중학생을 대상으로 분석하는 이유 중 하나는 생활시간에 대한 정보 뿐만 아니라 본 연구에서 주목하고자 하는 시간 관련 규칙에 대한 직접적인 정보를 포함한 데이터를 확보하였기 때문이다.

역의 분류가 모두 일치하는 것은 아니지만 공통 점을 찾을 수 있었다.

대체로 계획성은 남학생보다는 여학생의 시간 관리 점수가 높다는 결과(이원희, 2000; 박경애·김택호, 1994)와 남녀 차이가 없다는 결과(오현진·정지윤, 2006)가 공존하였다. 한편, 우선순위를 결정하는 등 순서성에 있어서는 남학생보다 여학생이 점수가 높다는 공통된 결과가 나왔다(오현진·정지윤, 2006; 남경애·고선강, 2008; 박은정·김외숙, 2008).

자신의 생활시간에 대한 만족도에 대해서 강인자와 김혜연(2005)은 여학생보다 남학생이 생활시간 만족도가 높다고 하였다. 또한 같은 연구에서 취미 및 여가 시간이 상대적으로 긴 그룹의 생활시간 만족도가 낮다고 보고하고 이렇게 된 원인을 TV 시청과 컴퓨터 사용 등에 집중되어 있는 초등학생들의 여가의 불균형에서 기인한 것으로 보았다.

다음으로 학교급별 시간관리 행동에 관해서 살펴보면 중학생, 고등학생, 대학생 모두 학년이 높을수록 시간관리를 잘한다는 연구 결과가 나왔다(박경애·김택호, 1994; 김외숙·Geistfeld, 2005). 반면, 중학생의 학년에 따른 시간관리 점수는 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았고(박은정·김외숙, 2008), 미국 대학생들은 학년이 낮을수록 시간관리 점수가 더 높다는 연구 결과(김외숙·Geistfeld, 2005)도 있어서 학년에 따른 시간관리 행동에 관해서는 일관된 결과가 나오지는 않았다.

가정 배경에 따른 시간관리 행동에 대해서는 부모의 학력이 대졸 이상일 경우에 전체 시간관리 행동 점수가 높았다(남경애·고선강, 2008; 박은정·김외숙, 2008). 한편, 어머니의 취업 여부에 따른 시간관리는 유의한 차이가 나타나지 않았으며, 모든 하위 영역에서도 유의한 차이를 보이지 않았다(박은정·김외숙, 2008). 강인자와 김혜연(2005)의 연구에서는 어머니가 취업을 하고 있을 때, 초등학생의 생활시간 만족도가 높은 것

으로 나타났는데 이를 초등학생이 생활시간을 스스로 통제하는 것과 관련이 있을 것으로 해석하고 있다.

가정의 경제 수준과 관련해서는 남경애와 고선강(2008)의 연구에서 학생들이 지각한 가정의 주관적인 경제 수준이 상인 집단이 하인 집단에 비해 목표 설정, 시간 계획, 계획 수행, 평가, 시간관리 만족, 전체 시간관리 행동에서 점수가 높았다. Wolf, Aber와 Morris(2015)는 504명의 도시부 저소득층의 청년의 대상으로 시간사용 패턴을 조사한 결과, 거의 대부분을 TV 및 컴퓨터를 접하는 활동에 소요하는 그룹은 자발적 동기 부여 수준이 현저하게 낮은 것을 밝혀냈다.

2. 가족 내 규칙과 청소년의 생활 습관

부모와 아동 간의 규칙 유무에 관해서는 Zutphen, Bell, Kremer과 Swinburn(2007)의 연구가 있는데 4-12세의 아동을 대상으로 한 연구에서 조사 대상 아동의 41%가 TV 시청 시간을 제한하는 규칙이 없다고 응답하였다. 또한, 일본의 초, 중, 고 교생의 컴퓨터 이용 및 인터넷 이용에 관해서 가족 내에 규칙이 있는지를 살펴본 결과, 규칙이 정해져 있지 않다는 응답이 컴퓨터 이용에 대해서는 50.6%, 인터넷 이용에 대해서는 44.7%를 차지하는 것으로 나타났다. ‘이용할 시간이 정해져 있다’는 응답은 컴퓨터 이용에 대해서는 23.0%, 인터넷 이용에 관해서는 9.3%인 것으로 나타났다(内閣府, 2013). 또한, 12-15세 사이의 청소년을 대상으로 한 Velde, Horst, Oenema, Timperio, Crawford와 Brug(2011)의 연구에서는 통제적인 가족 규칙은 TV 시청 시간을 줄이는 것으로 나타났다. 선혜연과 그의 동료들(2011)은 텔레비전 보기, 컴퓨터 하기 등에 대해서 여학생의 부모가 남학생의 부모에 비해 가족 규칙을 더 많이 만드는 경향이 있다고 하였다.

자녀의 학습 활동에 대한 부모의 지원이 아동

의 학업 성취를 향상시킨다는 연구(김경근, 2000; 김연수, 2008)들이 있는데 보다 구체적으로 선행 연구와 그의 동료들(2011)은 텔레비전 보기, 컴퓨터 하기와 같은 가족 규칙이 많을수록 국어 및 수학 과목의 효능감 및 학습 동기가 높아진다고 하였고, 변수용과 김경근(2008)은 귀가 시간 정해 두기 등의 생활 지도는 수학 및 영어 학습 성취에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다.

김중운과 최미숙(2011)은 중, 고등학생들 대상으로 분석한 결과, 부모가 민주 규칙을 제공하는 것과 학습 동기 및 학습 전략과 정의 상관관계가 있음을 밝혔고, 부모의 공부 방법에 대한 조언, 생활 일정 관리, 학습 정보 제공 등은 아동의 자기주도적 학습에 긍정적 영향을 미친다고 하는 연구 결과도 있다(문은식·김충희, 2003; 조한익, 2011; 이영환·황신혜, 2013). 한편 반대의 결과를 제시한 연구도 있는데, 변수용과 김경근(2008)은 텔레비전 보기, 컴퓨터 하기 등에 대한 가족 규칙이 있을 경우 귀가 시간 정해 두기와는 달리 국어, 영어, 수학의 학업 성취에 부정적인 영향을 미친다고 하였다.

또한, 부모의 수용적 혹은 자율적 양육 태도가 자녀의 생활 습관에 정의 영향을 미친다는 연구도 있다(小杉·堀田, 2008). 보다 직접적으로 양육자의 취침 시각의 규칙성이 자녀의 취침 시각의 규칙성에 영향 미친다는 결과도 있다(松田·真鍋·園, 2007; 山本·堀田, 2009).

이상의 선행 연구에서 알 수 있는 것은 주로 시간관리 행동 특성을 다루고 있다는 점이며, 가정 배경과 시간관리 행동과의 관계를 살펴보는 데에는 부모의 학력과 어머니의 취업 여부 등에 한정하고 있다는 점이다. 뿐만 아니라 중학생의 시간관리 행동에 관한 연구 성과는 축적되어 왔으나 가족 규칙과의 관계에 대해서는 논의가 부족한 실정이라는 점이다. 또한, 본 연구는 학업 성취에 중점을 두는 것은 아니지만 시간관리라고 하는 목표가 있는 행동을 다룬다는 점에서 학업

성취를 다룬 선행 연구들도 아울러 살펴봄으로써 가족 규칙이 학업 성취와 관련이 있다는 시사를 얻었다. 다만, 이들 연구에서도 가족 규칙에 주목하고 있지만 가족 규칙과 학업 성취의 관계에 국한되고 있었고 그 결과도 가족 규칙이 학업 성취에 정의 영향을 미친다는 연구와 부의 영향을 미치거나 혹은 영향이 없다는 연구 결과가 혼재하고 있어서 일치된 결과가 얻어진 것은 아니다.

따라서 가족 규칙을 부모와 자녀 간에 시간에 관한 규칙 유무와 이들 규칙을 지키므로써 중학생 자녀의 시간관리 행동 및 시간사용에 관한 자기평가가 어떻게 달라지는지를 분석하여 살펴볼 필요가 있다. 이를 통하여 중학생들의 시간관리에서 부모 또는 가족 내 성인과의 상호작용이 시간관리를 효율적으로 하는 데에 어떤 영향을 미치고 효과가 있는지를 살펴볼 필요가 있다.

Ⅲ. 연구 문제 및 연구 방법

1. 연구 문제

<연구 문제1> 부모와 중학생 자녀 간의 시간에 관한 규칙 유무는 가족배경에 따라 차이가 있는가?

<연구 문제2> 중학생의 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가는 성별, 학년별 차이가 있는가?

<연구 문제3> 부모와 중학생 자녀 간의 시간에 관한 규칙 유무에 따라 중학생의 시간관리 행동 및 시간사용에 대한 자기평가는 차이가 있는가?

2. 분석 자료 및 분석 대상

분석에 이용하는 자료는 일본 베네세 교육중

합연구소가 실시한 「방과 후의 생활시간조사(2009년)」²⁾이다. 이 조사는 2008년 11월에 일본 전국의 초등학교 5학년부터 고등학교 2학년까지의 총 8,017명을 대상으로 실시되었으며 아동 및 청소년들의 생활시간 실태 및 시간에 관한 의식 등에 대한 정보를 포함하고 있다. 조사 대상이 된 아동 및 청소년들은 2008년 11월 10일부터 14일까지 5일간의 기간 중에서 하루를 택해서 하루생활 시간을 기입하였다. 이들 중 본 연구에서는 생활시간의 합이 1440분인 중학생 3,372명을 연구 대상으로 하였다.

3. 변수의 측정 방법

1) 시간관리 행동 및 시간사용에 관한 자기평가

시간관리 문항은 시간관리 하위 영역을 자립성, 규칙성, 계획성으로 구분하여 측정하였다. 자립성은 ‘아침에 스스로 일어난다’, ‘다른 사람이 말하지 않아도 스스로 공부한다’의 2문항으로 구성하였으며, 규칙성은 ‘규칙적인 생활을 하고 있다’, ‘약속 시간을 지키는 편이다’의 2문항, 계획성은 ‘계획적으로 공부를 한다’, ‘생각이 나면 바로 행동으로 옮기는 편이다’, ‘장래의 목표가 뚜렷하다’의 3문항으로 구성하였다. 각 척도의 신뢰도 Cronbach's α 값은 자립성 0.733, 규칙성 0.691, 계획성 0.725으로 신뢰할 만한 수준이었다. 각각의 문항은 4점 척도(매우 그렇다(1)~전혀 그렇지 않다(4))로 측정하였고 본 연구에서는 역코딩하여 사용하였으며 각각의 영역에 속하는 응답을 합산하여 문항 수로 나눈 값으로 정의하였다. 시간사용에 관한 자기평가는 ‘평소에 자신의 시간사용 행태를 평가한다면 100점 만점 중 대략 몇 점 정

도라고 생각하는가’라는 질문에 대해서 0점부터 100점까지를 10점 간격으로 구분하고 11개의 카테고리 설정하여 10점 만점으로 평가가 가능하도록 하였다.

2) 시간에 관한 규칙

시간에 대한 규칙은 귀가 시간, TV 보는 시간, 게임하는 시간 각각이 정해져 있는지 여부로 측정하였는데, 예를 들어 귀가 시간은 ‘가족(부모)과 집에 돌아오는 시간과 같은 시간의 규칙(약속)을 정해놓고 있습니까?’의 질문에 대해서 정해져 있지 않다(1), 정해져 있지만 지키지 않는다(2), 정해져 있고 지키고 있다(3)로 측정하였다. TV 보는 시간 및 게임하는 시간에 관해서도 동일한 방법으로 측정하였다.

3) 그 외 변수

그 외 변수로는 부모의 특성 중 아버지의 학력, 어머니의 학력, 어머니의 취업 형태를, 본인 특성 중 성별과 학년을 포함하였다.

4. 분석 방법

본 연구의 연구 문제를 해결하기 위해서 다음과 같은 절차로 분석을 진행하였다. 첫째, 분석대상 중학생의 일반적 특성을 살펴보기 위하여 빈도 분석 및 백분율, 평균, 표준편차 등의 기술 통계 분석을 실시하였다. 둘째, 부모의 학력 및 어머니의 취업 형태와 부모와 중학생 자녀 간의 시간에 관한 규칙 유무와의 관계를 살펴보기 위해 교차분석을 실시하였다. 셋째, 중학생의 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가가 성별, 학년별 차이가 있는지를, 또한, 부모와 중학생 자녀 간의

2) 이 조사의 특징으로는 아동 청소년의 기본 속성 및 생활시간의 실태 뿐만 아니라, 시간에 대한 의식과 스트레스, 장래 전망 등에 대해서도 질문하고 있다는 점을 들 수 있다. 따라서 아동, 청소년의 시간을 보내는 방법에 대한 실태 및 시간에 대한 의식과의 관계에 대해서 분석할 수 있다(일본 베네세 교육종합연구소의 「방과 후 생활시간조사 보고서(2009)」, p.4 참조).

시간에 관한 규칙 유무에 따른 중학생의 시간관리 행동, 시간사용에 관한 자기평가의 차이를 알아보기 위해 t-test 및 일원분산분석을 실시하였다. 수집된 자료는 STATA13 프로그램을 이용하여 분석하였다.

IV. 분석 결과

1. 분석 대상 중학생의 일반적 특성

분석 대상 중학생의 일반적 특성은 다음과 같다. 먼저 성별을 보면 남학생이 46.6%, 여학생이 53.4%로 여학생의 비율이 약간 높은 것으로 나타났다. 학년별 분포를 보면, 1학년 34.6%, 2학

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 특성

			(N=3372)	
			빈도/평균	%/SD
시간사용에 대한 자기평가			5.83	1.9
시간관리	자립성		2.51	0.8
	규칙성		2.98	0.6
	계획성		2.45	0.6
시간에 관한 규칙	귀가 시간 규칙	정해져 있지 않다	1697	50.6
		정해져 있지만 지키지는 않는다	295	8.8
		정해져 있고 지키고 있다	1361	40.6
	TV보는 시간 규칙	정해져 있지 않다	2752	82.0
		정해져 있지만 지키지는 않는다	330	9.8
		정해져 있고 지키고 있다	275	8.2
	게임하는 시간 규칙	정해져 있지 않다	1808	63.2
		정해져 있지만 지키지는 않는다	469	16.4
		정해져 있고 지키고 있다	585	20.4
가족특성	모의 취업형태	상근직(매일, 아침부터 저녁까지 일하고 있다)	982	31.3
		아르바이트/파트타임(시간을 정해서 일하고 있다)	1368	43.6
		전업주부(언제나 집에서 가족을 돌본다)	786	25.1
	부의 학력	기타	1579	53.6
		대학 및 2년제 대학졸업	1521	46.4
	모의 학력	기타	1908	58.2
대학 및 2년제 대학졸업		1372	41.8	
본인특성	성별	남학생	1553	46.6
		여학생	1779	53.4
	학년	1학년	1167	34.6
		2학년	1114	33.0
		3학년	1091	32.4

주: 결손치로 인해 빈도의 총합이 다를수 있음.

년 33.0%, 3학년은 32.4%로 분포하고 있음을 알 수 있다. 이들의 시간관리 행동에 대한 특성을 살펴보면, 먼저 시간사용에 대한 자기평가는 10 점 만점에 5.83점이었다. 시간관리 행동에 대해서는 자립성 2.51점, 규칙성 2.98점, 계획성 2.45점으로 나타나 규칙성 점수가 가장 높았고 계획성 점수가 가장 낮았다. 자세한 특성은 <표 1>에 제시하였다.

시간에 관한 규칙을 보면 귀가 시간에 대한 규칙은 ‘정해져 있지 않다’가 약 절반을 차지하였고, ‘정해져 있고 지키고 있다’는 응답은 40.6%였다. ‘정해져 있지만 지키지 않는다’는 응답은 8.8%였다. TV 보는 시간에 대한 규칙도 ‘정해져 있지 않다’는 응답이 82.0%로 가장 많은 비율을 차지하였다. 게임하는 시간에 대한 규칙에서 주목할 만한 점은 분석 대상 중학생 중 16.4%가 규칙이 ‘정해져 있으나 지키지 않는다’고 응답하고 있다는 점이다. 부모 관련 특성 중 어머니의 취업 형태를 보면 아르바이트 혹은 파트타임과 같이 시간을 정해서 일하고 있다는 응답이 가장 많은 것으로 나타났으며 그 비율은 약 44%였다. 그 다음으로 많은 취업 형태는 전일제로 31.3%인 것으로 조사되었다. 부모의 학력 중 아버지의 학력은 대학 및 2년제 대학 졸업 비율이 약 절반 정도를 차지하였고, 어머니의 학력은 대학 및 2년제 대학 졸업 비율이 약 41.8%를 차지하는 것으로 나타났다.

2. 부모의 학력 및 어머니의 취업 형태와

부모와 중학생 간 시간에 관한 규칙 유무

부모의 학력 및 어머니의 취업 형태와 시간에 관한 규칙 유무의 관계가 어떠한지 분석하였다. <표 2>에서 보는 것처럼 부모의 학력에 따라 TV 보는 시간과 게임하는 시간에 대한 규칙 유무에 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 부모의 학력이

대졸 이상이면 TV 보는 시간과 게임하는 시간에 대한 규칙이 정해져 있고 지키고 있다는 응답이 많은 것으로 나타났다. 부모의 교육 수준이 높을수록 인터넷 사용 시간, TV 시청 시간 및 컴퓨터 게임 시간 등 미디어 접촉 시간이 짧아진다고 보고한 연구(조성연, 2003; 강인자·김혜연, 2005; 박민자·손문금, 2007; 송유진, 2013; Wolf et al, 2015)와 부합하는 결과라고 할 수 있다. 한편, 어머니의 학력과 귀가 시간에 관한 규칙 유무는 대졸 이상일 때 정해져 있지 않다는 응답이 많은 것으로 나타났다. 또한, 귀가 시간의 규칙 유무만 어머니의 취업 형태에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으나 TV 보는 시간에 관한 규칙과 게임하는 시간에 관한 규칙은 어머니의 취업 형태에 따라 차이가 없는 것으로 나타났다<표 3 참조>. 즉, 전업주부의 경우 귀가 시간이 정해져 있다는 응답이 가장 많았고 어머니가 전일제로 취업하고 있는 경우 귀가 시간이 정해져 있지 않다는 응답이 가장 많았다. 어머니의 학력이 높고 전일제일 때 자녀의 자율성을 강조하는 태도를 취하고 있을 것으로 추측해 볼 수 있으며 어머니가 취업을 하고 있을 때, 초등학교 학생의 생활 시간 만족도가 높은 이유로 생활시간의 통제가 자기 자신에게 있기 때문일 것이라고 해석한 강인자와 김혜연(2005)의 연구와 같은 맥락에서 이해할 수 있는 결과로 보인다.

3. 성별, 학년별 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가의 차이

성별에 따른 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가에 대한 평균점은 <표 4>에서 제시한 바와 같다. 시간관리 행동 하위 세 영역과 시간사용에 관한 자기평가 모두 성별 차이가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 구체적으로는 자립성과 계획성은 남학생보다 여학생이 높은 것으로 나타

〈표 2〉 부모의 학력과 규칙 유무

		부의 학력		모의 학력			
		대학 및 2년제 대학 졸업	기타	대학 및 2년제 대학 졸업	기타		
귀가 시간 규칙	정해져 있지 않다	51.7	49.6	귀가 시간 규칙	정해져 있지 않다	52.5	49.2
	정해져 있지만 지키지는 않는다	7.7	9.7		정해져 있지만 지키지는 않는다	6.9	10.1
	정해져 있고 지키고 있다	40.6	40.8		정해져 있고 지키고 있다	40.7	40.7
	χ^2 값	4.427			χ^2 값	10.897**	
TV 보는 시간 규칙	정해져 있지 않다	79.1	84.2	TV 보는 시간 규칙	정해져 있지 않다	78.1	84.5
	정해져 있지만 지키지는 않는다	10.2	9.8		정해져 있지만 지키지는 않는다	11.0	9.2
	정해져 있고 지키고 있다	10.8	6.1		정해져 있고 지키고 있다	11.0	6.3
	χ^2 값	24.482***			χ^2 값	27.807***	
게임 하는 시간 규칙	정해져 있지 않다	60.7	65.1	게임 하는 시간 규칙	정해져 있지 않다	60.5	64.8
	정해져 있지만 지키지는 않는다	15.4	17.5		정해져 있지만 지키지는 않는다	16.3	16.7
	정해져 있고 지키고 있다	24.0	17.4		정해져 있고 지키고 있다	23.2	18.5
	χ^2 값	18.513***			χ^2 값	9.443**	

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

〈표 3〉 모의 취업형태와 규칙유무

		모의 취업형태		
		상근직	아르바이트	전업주부
귀가 시간 규칙	정해져 있지 않다	53.4	50.3	46.6
	정해져 있지만 지키지는 않는다	9.3	8.6	8.7
	정해져 있고 지키고 있다	37.3	41.2	44.7
	χ^2 값	10.292*		
TV 보는 시간 규칙	정해져 있지 않다	81.8	83.3	79.6
	정해져 있지만 지키지는 않는다	9.8	9.2	10.5
	정해져 있고 지키고 있다	8.4	7.5	10.0
	χ^2 값	5.201		
게임 하는 시간 규칙	정해져 있지 않다	65.9	62.9	59.1
	정해져 있지만 지키지는 않는다	16.0	16.6	16.9
	정해져 있고 지키고 있다	18.1	20.5	24.0
	χ^2 값	9.174		

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

〈표 4〉 성별에 따른 시간관리와 시간사용에 대한 자기평가

성별	자립성	규칙성	계획성	자기평가
남학생	2.43	2.99	2.40	5.95
여학생	2.57	2.97	2.51	5.72
t값	-5.263 ***	0.770 ***	-5.226 ***	3.557 ***

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

〈표 5〉 학년별 시간관리와 시간사용에 대한 자기평가

학년	자립성	규칙성	계획성	자기평가
1학년	2.43a	2.99	2.44a	6.05a
2학년	2.48a	2.99	2.41a	5.86a
3학년	2.61b	2.97	2.52b	5.55b
F값	16.38 ***	0.39 n.s	9.43 ***	19.78 ***

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

Scheffe의 사후검증을 실시함.

난 반면, 규칙성과 시간사용에 관한 자기평가는 남학생이 약간 높았다. 또한, 남학생과 여학생 모두 시간관리 행동 하위 영역 중 규칙성 점수가 가장 높은 것으로 났는데 각각 3점 정도로 나타났다. 여학생의 계획성이 높다는 점은 선행 연구(이원휘, 2000; 박은정·김외숙, 2008)의 결과와 일치하였다.

학년별로 시간관리 행동 및 시간사용에 대한 자기평가 점수를 확인한 결과는 <표 5>에 제시한 바와 같다. 시간관리 행동 중 자립성에 대해서는 학년이 높으면 자립성 점수도 높았는데 3학년의 평균점은 2.61점이었다. 학년별 차이는 1학년과 3학년, 2학년과 3학년 간 점수차가 통계적으로 유의하였다. 학년별 시간관리 행동 중 규칙성을 보면 3학년이 가장 낮은 것으로 나타났으나 학년별 규칙성의 차이는 통계적으로 유의하지 않았다. 계획성에 대해서는 3학년이 가장 높은 것으로 나타났는데 자립성과 마찬가지로 1학년과 3학년, 2학년과 3학년 간 점수차가 통계적으로 유

의한 것으로 나타났다. 시간사용 자기평가는 학년과 반비례하는 결과를 나타냈는데 학년이 높을수록 시간사용 자기평가가 낮은 것으로 확인되었다. 이는 중학생의 학년에 따른 시간관리 점수는 차이가 없다고 하는 선행 연구(박은정·김외숙, 2008)와는 차이가 나는 부분인데, 선행 연구 결과와 일치하지 않은 이유 중 하나로 시간관리 행동을 구성하는 하위 영역의 상이에서 오는 결과라고 추측해 볼 수 있다.

4. 부모와 중학생 간의 시간에 관한 규칙에 따른 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가-남녀별 분석

본 절에서는 부모와 중학생 간의 시간에 관한 규칙에 따라서 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가가 차이가 있는지를 살펴보았다. 앞 절에서 성별에 따른 시간관리 행동에 차이가 있는 것으로 밝혀졌으므로 남녀별 분석을 실시하였다<표

〈표 6〉 시간에 관한 규칙유무에 따른 시간관리 및 시간사용에 대한 자기평가

		자립성		규칙성		계획성		자기평가	
		남학생	여학생	남학생	여학생	남학생	여학생	남학생	여학생
귀가 시간 규칙	정해져 있지 않다	2.51a	2.60a	2.97b	2.93b	2.44a	2.50ab	5.93a	5.55b
	정해져 있지만 지키지는 않는다	2.14b	2.41b	2.75c	2.64c	2.18b	2.38b	5.36b	5.56ab
	정해져 있고 지키고 있다	2.42a	2.56ab	3.07a	3.08a	2.40a	2.53a	6.14a	5.95a
	F 값	16.73 ***	3.87 *	18.58 ***	32.46 ***	12.32 ***	3.54 *	11.04 ***	9.88 ***
TV 보는 시간 규칙	정해져 있지 않다	2.44b	2.58a	2.98b	2.96b	2.40b	2.51ab	5.96b	5.71b
	정해져 있지만 지키지는 않는다	2.22c	2.39b	2.90b	2.89b	2.26c	2.39b	5.54c	5.36b
	정해져 있고 지키고 있다	2.65a	2.65a	3.22a	3.17a	2.56a	2.63a	6.47a	6.19a
	F 값	13.21 ***	5.36 **	10.81 ***	8.69 ***	9.22 ***	5.56 **	8.74 ***	7.32 ***
게임 하는 시간 규칙	정해져 있지 않다	2.45b	2.59a	2.99b	2.95ab	2.39b	2.49b	5.95b	5.63b
	정해져 있지만 지키지는 않는다	2.19c	2.42b	2.81c	2.85b	2.21c	2.34c	5.46c	5.55ab
	정해져 있고 지키고 있다	2.62a	2.53ab	3.19a	3.01a	2.54a	2.59a	6.51a	5.94a
	F 값	26.90 ***	3.54 *	30.60 ***	3.54 *	23.16 ***	8.71 **	23.23 ***	3.42 *

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

Scheffe의 사후검증을 실시함.

6>. 시간에 따른 규칙 유무는 ‘정해져 있지 않다’는 집단(그룹 1로 명명), ‘정해져 있지만 지키지 않는다’는 집단(그룹 2로 명명), ‘정해져 있고 지키고 있다’는 집단(그룹 3으로 명명)으로 분류하였다.

먼저 귀가 시간에 관한 규칙 유무와 시간관리 행동의 자립성, 규칙성, 계획성과의 관계에 있어서는 그룹 2에서 점수가 가장 낮았으며 이는 남학생과 여학생에서 공통적으로 보이는 결과였다. 시간사용 자기평가는 남학생과 여학생에서 다른 경향을 보이고 있는데 남학생은 그룹 2에서 점수가 가장 낮았고 그룹 2와 그룹 1, 그룹 2와 그룹 3의 차이가 유의한 것으로 나타났다. 한편, 여학생의 경우에는 그룹 1에서 가장 낮았고, 그룹 3에서 가장 높은 점수를 보였으며 이 두 그룹의 차이는 유의한 것으로 나타났다. 이 결과만 가지

고 남녀의 어떤 특성이 이러한 차이를 가져왔는지를 논하기는 어렵지만 남학생은 귀가 시간 규칙이 있음에도 지키지 않는 것 자체가 시간사용 평가에 영향을 미친 것으로 보이며, 반면 여학생은 귀가 시간 규칙이 정해져 있지 않음으로 인해서 각 영역별 생활시간 배분에 있어서의 만족도가 낮은 것이 시간사용 자기평가에 영향을 미친 것으로 추론해 볼 수 있겠다.

다음으로 TV 보는 시간에 관한 규칙 유무와 시간관리 행동에 대해서 살펴보면 세가지 하위 영역인 자립성, 규칙성, 계획성과 시간사용 자기평가에서 그룹 2의 점수가 가장 낮은 것으로 나타났으며 남학생과 여학생에서 공통된 결과로 드러났다. 또한, 특히 주목할 만한 결과는 남학생과 여학생 모두 시간관리 행동의 규칙성에 있어서 그룹 3의 규칙성 점수가 가장 높은 것으로 나타

난 점이다. TV 보는 시간은 중학생이 스스로 통제하기 쉽지 않은 시간 영역이라고 볼 수 있으며 시간량에 대한 규칙이든, 시간대에 관한 규칙이든 규칙이 있으면 시간관리를 하는데 유용한 지침이 될 수 있을 것으로 판단된다. 한편, TV 보는 시간에 대한 규칙이 없는 경우 규칙이 없어도 스스로 통제가 가능한 상태일 가능성도 있다. 그런 면에서 규칙을 정했으나 지키지 않을 경우 스스로의 행동 통제가 안 될 가능성이 크며 이로 인해서 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가가 낮은 경향이 있을 것으로 추측해 볼 수 있겠다. 또한, 그룹3의 규칙성이 가장 높은 것은 TV 보는 시간에 대한 규칙을 정해놓고 규칙을 지키는 생활이 지속적으로 반복됨으로써 규칙성이라고 하는 시간관리 행동이 습관화되는 과정으로도 이해할 수 있겠다.

마지막으로 게임하는 시간에 관한 규칙 유무와 시간관리 행동의 관계를 보면 남학생의 경우, 자립성, 규칙성, 계획성, 시간사용 자기평가 모두 그룹 2가 가장 낮고 그룹 3의 평균점수가 가장 높았다. 또한 남학생의 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가의 집단 간 차이는 그룹 1과 그룹 2, 그룹 2와 그룹 3, 그룹 1과 그룹 3이 유의하게 차이가 있는 것으로 나타났다. 여학생의 경우, 남학생과 마찬가지로 시간관리 행동 및 시간사용 자기평가의 평균점수는 그룹 2에서 가장 낮은 것으로 나타났다. 한편, 집단 간 차이는 남학생과는 다른 양상을 보이는데 자립성에 있어서는 그룹 1과 그룹 2, 규칙성에 있어서는 그룹 2와 그룹 3, 계획성에 있어서는 그룹 1과 그룹 2, 그룹 2와 그룹 3, 그룹 1과 그룹 3의 집단 간 차이가 유의한 것으로 나타났다. 또한, 여학생의 시간사용 자기평가에 있어서는 그룹 1과 그룹 3에서 평균점수에 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

TV 보는 시간과 게임하는 시간에 관한 규칙에서 주목할 만한 결과는 규칙이 정해져 있지 않은 그룹 1보다 정해져 있지만 지키지 않는다고 하는

그룹 2에서 자립성, 규칙성, 계획성, 시간사용 자기평가 점수가 모두 낮다는 점이다. TV 보는 시간과 마찬가지로 게임하는 시간은 한번 시작하면 스스로 종료 시간을 설정하고 게임을 끝내기는 매우 어려운 시간 영역이라고 할수 있는데 이러한 시간 영역의 특성상 규칙 유무 자체보다는 규칙이 있고 그 규칙을 지킴으로써 시간을 통제할 수 있을 때 규칙이 규칙으로써 그 효과를 발휘하는 것으로 해석할 수 있다.

종합적으로 볼 때 규칙이 있고 이를 지키고 있는 중학생이 시간관리 행동 점수 및 시간사용 자기평가 점수가 높다는 점을 알 수 있다. 이를 통해 규칙 유무뿐만 아니라 규칙 준수 유무가 효과가 있다는 점을 알 수 있다. 이는 부모와 중학생 자녀 간에 상호작용을 통하여 시간에 관한 규칙을 만들고 이를 준수하는 과정을 거치는 것이 시간관리 교육의 역할을 하고 있다는 점을 보여주는 것으로 판단할 수 있는 것으로 생각된다.

V. 논의 및 제언

본 연구는 부모와 자녀 간에 정한 시간에 관한 규칙이 있음으로서 중학생 자녀의 시간관리가 달라지는지를 알아보기 위해 일본 중학생들을 대상으로 부모와 중학생 자녀 간의 시간에 관한 규칙에 따라 중학생의 시간관리 행동 및 시간사용에 관한 자기평가가 차이가 있는지를 남녀별 분석을 통해 검증한 것이다. 그 결과를 토대로 몇 가지 논의 및 제언을 하고자 한다.

첫째, 부모와 중학생 자녀 간의 시간에 관한 규칙 유무가 부모의 학력 및 어머니의 취업 형태 등의 가족배경과 관련이 있는지를 살펴본 결과, 부모의 학력이 높을수록 TV 보는 시간과 게임하는 시간에 대한 규칙이 정해져 있는 것으로 나타났다. 이는 한국의 청소년을 대상으로 한 연구(조성연, 2003; 강인자·김혜연, 2005; 박민자·손문

금, 2007; 송유진, 2013)에서도 부모의 교육 수준이 높을수록 인터넷 사용 시간, TV 시청 시간 및 컴퓨터 게임 시간 등이 짧은 것으로 나타난 것과 일치하는 결과였다. 부모의 학력이 높을수록 자녀 스스로 통제하기 어려운 TV 보는 시간과 게임하는 시간 등에 대한 지침을 만들고 이를 부모와 자녀 사이에 공유하고 있는 것으로 해석할 수 있으며, 이런 면은 한국과 일본 양국에서 공통적으로 보이는 특징이다.

둘째, 학년별로 시간관리 행동의 특징을 정리하면 자립성과 계획성은 3학년에서 높은 반면 규칙성은 3학년이 가장 낮았다. 시간사용 자기평가는 학년이 높을수록 낮은 것으로 확인되었다. 시간관리 하위 영역 별 양상이 학년별로 다르며 이와 더불어 시간사용 자기평가 양상도 다르게 나타났다. 이러한 결과를 토대로 같은 중학생이라고 하더라도 학년별 행동 및 생활 특성이 뚜렷한 만큼, 시간관리 행동에 있어서도 학년별 특징을 고려하여 가족 내 규칙을 정하는 방법도 고려되어야 할 것이다. 한편 한국의 중학생들을 대상으로 분석한 선행 연구(박은정·김외숙, 2008)에서는 학년에 따른 시간관리 점수는 차이가 없는 것으로 나타났다. 한국과 일본의 분석 결과가 일치하지 않은 이유 중 하나로 시간관리 행동을 구성하는 하위 영역의 차이로 볼 수 있을 것이고, 또 하나는 일본에서는 중학교 3학년의 경우 ‘고등학교 입학시험’이라고 하는 인생에 있어서의 커다란 관문의 존재가 시간관리 행동에 반영되고 있을 가능성도 고려해 볼 수 있다.

셋째, 귀가 시간, TV 보는 시간, 게임 하는 시간에 관한 규칙 유무와 시간관리 행동의 하위 영역인 자립성, 규칙성, 계획성과의 관계에 있어서는 규칙이 정해져 있으나 지키지는 않는다고 하는 그룹에서 점수가 가장 낮았으며 이는 남학생과 여학생에서 공통적으로 나타나는 결과였다. 이러한 결과는 규칙이 있기는 하지만 지키지 않아도 된다는 점을 학습하게 되면 규칙이 규칙으

로써 작용하지 않을 수 있음을 시사하는 결과이다. 즉, 시간관리 등 생활 규칙에 관해서는 규칙을 정하는 것뿐만 아니라 규칙을 정하고 지키도록 유도하는 것이 필요함을 시사하고 있다.

넷째, 또 하나 주목할 만한 결과로서 귀가 시간에 대한 규칙 유무와 시간관리 하위 영역 중 자립성과의 관계를 보면 남학생 여학생 모두 정해져 있지 않다는 그룹에서 점수가 가장 높은 것으로 나타났다. 그 이유를 찾자면 중학생이 되기 이전부터의 생활 습관으로 인하여 귀가 시간을 굳이 정해놓지 않더라도 충분히 스스로 관리를 할 수 있는 습관이 형성되어 있는 경우를 예상해 볼 수 있다. 부모와 자녀 간에 생활규칙을 정하고 정한 규칙은 지키는 과정이 반복됨으로써 생활 습관으로 정착할 수 있다는 점을 시사하는 결과이다.

이상의 결과들은 학교에서 보내는 장시간의 구속시간과 8시간에 미치지 못하는 수면시간 등 시간 배분은 물론 TV 및 비디오 시청 등에 편중된 여가시간을 보내는 점(佐藤, 2009; 정은주 외, 2014)등이 한국과 일본 중학생의 공통적인 생활상의 특징인 점과 이러한 불균형에도 불구하고 시간관리에 대한 교육을 받을 기회가 거의 없는 한국의 중학생의 생활에 대입해 보아도 시사점이 있을 것으로 생각된다. 본 연구의 결과를 토대로 가족 간의 규칙 형성을 통한 중학생들의 시간관리 능력 향상을 위한 제언을 해 보고자 한다.

가족 내의 시간에 관한 규칙 설정 및 이를 지키는 과정이 중학생의 시간관리 능력을 향상시키는 계기가 될 수 있을 것으로 보인다. 하나의 예로 TV 보는 시간에 대한 규칙은 정해져 있지만 지키지는 않을 경우, 규칙이 없는 경우보다 자립성이 더 낮음을 확인할 수 있었다. 규칙을 정하는 과정이 이러한 결과와 관계가 있을 가능성을 추측해 볼 수 있다. 가족 내 성인이 일방적으로 정해서 명령하달식으로 규칙을 전달하는 것이 아니라 본인과 가족 내 성인의 대화를 통해 규칙을

정한다면 정해진 규칙은 지켜야 하는 것이며 또한, 이를 통해 성취감을 맛볼 수 있는 계기가 될 것이며 이러한 과정이 반복되면서 중학생들의 시간관리 능력이 향상될 수 있을 것이다. 이 과정에서 특히 중요한 것은 부모가 모범을 보이며 자녀를 믿고 지지하는 의사소통 방식이 중요한 역할을 할 것으로 생각된다. 실제로, 어머니가 TV를 많이 볼수록 자녀의 TV 시청 시간이 길어질 뿐만 아니라 규칙 준수 의식이 낮은 어머니의 경우 그 자녀가 TV 시청을 많이 하는 것으로 나타났다. 이뿐만 아니라, 자녀에 대해서 자녀 스스로 큰 일을 결정할 수 없다고 생각하고, 자녀 스스로 고민거리도 해결하지 못한다고 생각하는 어머니의 경우, 자녀가 텔레비전 게임을 많이 하는 경향이 있다는 연구 결과도 있다(橋本, 2010).

더 나아가 아동 및 청소년기의 부모와의 커뮤니케이션 경험은 성인이 된 후의 자신의 생각을 알기 쉽게 설명하는 것, 자신의 감정을 잘 조절하는 것, 솔선해서 행동하는 것 등과 같은 일에 관련된 능력에 긍정적 영향을 미친다는 연구도 있다(內閣府, 2007). 시간에 관한 규칙 설정 과정을 자녀와의 커뮤니케이션 능력을 개발하고 이를 실천하는 장으로 활용하는 것도 자녀의 시간관리를 비롯한 생활 관리 능력을 향상시키는데 유용할 것이다.

마지막으로 연구의 제한점을 3가지 관점에서 제시하고자 한다. 첫째는 2차 자료 분석에 따른 한계이다. 본 연구에서 사용한 자료는 시간에 관한 규칙 유무에 대해서 ‘정해져 있지 않다’, ‘정해져 있으나 지키지 않는다’, ‘정해져 있고 지키고 있다’의 항목으로 나누어서 조사하였는데, 각각의 항목의 의미를 고려할 필요가 있을 것으로 보인다. 예를 들어 규칙이 정해져 있지 않은 경우, 잘하고 있어서 규칙을 정하지 않은 것인지, 그냥 규칙이 없는 것인지에 대한 명확한 구별이 필요하다 고 생각한다. 또한 TV 보는 시간, 게임하는 시간에 대한 규칙 유무를 조사하였는데, TV를

보는 시간대 및 게임을 하는 시간대에 대한 규칙 인지 시간량에 대한 규칙인지를 명확히 구분할 수 없었던 한계가 있었음을 밝혀둔다.

둘째는 분석 모델 구축에 관해서이다. 분석 과정에서 시간관리 행동과 시간사용 자기평가의 인과관계 모델에 관한 결과를 제시하지 못하였다. 시간사용 자기평가의 측정 방법으로 볼 때 본 연구에서 다룬 시간관리 행동 이외에 시간에 대한 의식 및 장래 전망 등의 영향을 아울러서 살펴볼 필요가 있다고 보인다. 따라서 인과관계 모델의 구축은 후속 연구의 과제로 삼고자 한다.

셋째는 본 연구의 결과를 한국 중학생들의 생활에 적용할 때에는 사회문화적 차이를 고려할 필요성이 있음을 밝혀둔다. 예를 들면 앞서도 언급하였듯이 일본의 경우, 초등학교, 중학교, 고등학교 각 학교급별로 입학시험이 존재하므로 아동 및 청소년들의 생활시간을 비롯한 생활습관 형성이 이러한 영향을 받을 수 있을 가능성이 있다는 점 등이다.

이러한 한계점에도 불구하고 본 연구에서는 중학생 스스로 통제하기 어려운 TV 보는 시간 및 게임하는 시간에 대해서 정해진 규칙의 유무 뿐만 아니라 정해진 규칙을 지키는 것이 중요하다는 시사점을 제시하였다. 또한, 선행 연구에서 시간관리에 관한 독서 경험 및 시간관리에 관한 TV 프로그램 시청 등이 시간관리 행동에 유용함을 밝혀내며 시간관리 교육의 효과가 입증되었는데 (김외숙·Geistfeld, 2005; 윤용욱·김외숙, 2007; 남경애·고선강, 2008), 가족 내 성인 특히 부모와의 상호작용을 통한 시간관리에 관한 규칙 설정 및 규칙을 지키는 과정이 시간관리 교육으로 기능할 수 있음을 시사하는 결과를 제시하였는데 본 연구의 의의가 있다.

Acknowledgement

The data for this secondary analysis, “First Survey on After-school Activities 2008 and Benesse Educational Research and Development Institute”, was provided by the Social Science Japan Data Archive, Center for Social Research and Data Archives, Institute of Social Science, The University of Tokyo.

【참 고 문 헌】

- 1) 강인자·김혜연(2005). 제주도 초등학교 학생의 생활시간사용 및 만족도. 한국가족자원경영학회지, 9(4), 1-19.
- 2) 김경근(2000). 가족내 사회적 자본과 아동의 학업성취. 교육사회학연구, 10(1), 21-40.
- 3) 김연수(2008). 어머니의 학습관여와 자기주도 학습능력과 학업 자기효능감과의 관계. 대구대학교 석사학위논문.
- 4) 김영지·김경준·김지혜·이민희·유설희·최윤호(2013). 한국 아동·청소년 인권실태조사 III. 세종 : 한국청소년정책연구원.
- 5) 김외숙·Geistfeld, L.(2005). 한국과 미국 대학생의 시간관리에 대한 비교 연구. 한국방송통신대학교논문집, 40, 487-500.
- 6) 김종운·최미숙(2011). 중, 고등학생이 지각한 부모학습관여와 학습동기 및 학습전략의 관계. 상담학연구, 12(5), 1645-1661.
- 7) 남경애·고선강(2008). 청소년의 시간관리행동과 생활만족도 : 인문계고, 특성화고, 평생교육시설 학생들을 중심으로. 한국가족자원경영학회지, 12(3), 103-117.
- 8) 문은식·김충희(2003). 부모의 학습지원행동과 초·중학생의 학업동기 및 학업성취도의 관계. 교육심리연구, 17(2), 271-288.
- 9) 박경애·김택호(1994). 청소년시간 및 정신에너지관리. 서울 : 청소년 대화의 광장.
- 10) 박민자·손문금(2007). 가족배경이 청소년의 교육성취와 관련된 생활시간사용에 미치는 영향. 가족과 문화, 19(2), 93-120.
- 11) 박은정·김외숙(2008). 중학생의 시간관리 : 관련변수 및 학업성취도와의 관계. 한국가족자원경영학회지, 12(1), 41-55.
- 12) 변수용·김경근(2008). 부모의 교육적 관여가 학업성취에 미치는 영향 : 가정배경의 영향을 중심으로. 교육사회학 연구, 18(1), 39-66.
- 13) 선혜연·황매향·정애경(2011). 부모의 관여가 중학생의 학업적 자아효능감과 내적 동기에 미치는 영향. 아시아교육연구, 12(1), 21-43.
- 14) 송유진(2013). 부모의 사회경제적 특성에 따른 청소년의 생활시간 비교. 가족과 문화, 25(3), 31-53.
- 15) 오현진·정지윤(2006). 초등학교생의 시간관리 능력에 따른 자기효능감 연구. 한국실과교육학회지, 19(3), 101-112.
- 16) 윤용옥·김외숙(2007). 대학생의 시간관리 : 관련변수 및 생활만족도와의 관계. 한국가정관리학회, 25(6), 71-82.
- 17) 이영환·황신해(2013). 부모의 교육적 관여와 아동의 학교생활 만족도가 아동의 자기주도적 학습능력에 미치는 영향. 아동과 권리, 17(3), 417-435.
- 18) 이원희(2000). 고등학생의 시간관리와 학업성취와의 관계. 서울대학교 석사학위논문.
- 19) 정은주·장미(2014). 「I. 청소년의 생활시간 추이 분석」 『한국 아동·청소년 패널조사 V. 기초분석보고서』, 세종 : 한국청소년정책연구원.
- 20) 조성연(2003). 부모양육방식과 태도 및 부모와의 대화시간에 따른 청소년 인터넷 사용시간. 청소년복지연구, 5(2), 47-59.

- 21) 조한익(2011). 초등학교생이 지각하는 부모의 학습관여가 자기조절학습에 미치는 영향: 성취목표의 매개효과. *청소년학연구*, 18(4), 241-259.
- 22) 明石要一(2009). 「序章 「子どもの生活時間」をどう考えるか」『放課後の生活時間調査報告書—小・中・高校生を対象に』, Benesse教育研究開発センター, 10-12.
- 23) Benesse教育研究開発センター(2009). 『放課後の生活時間調査報告書—小・中・高校生を対象に—』, (株)ベネッセコーポレーション.
- 24) 内閣府(2007). 平成19年版国民生活白書つながり築く豊かな国民生活. http://www5.cao.go.jp/seikatsu/whitepaper/h19/10_pdf/07sh_0102_2.pdf.
- 25) 内閣府(2013). 平成25年版子ども・若者白書. http://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/h25hopen/b1_06_01.html
- 26) 橋本良明(2010). 中学生のメディア利用と親子関係. *子ども研究*, 16, 20-22.
- 27) 小杉真由美・堀田法子(2008). 中学生・高校生の生活習慣に影響を及ぼす要因の研究—生徒のセルフコントロール・保護者の養育態度から—. *小児保健研究*, 67(5), 754-762.
- 28) 松田かおり・真鍋えみ子・園田悦(2007). 母親と4歳児の睡眠の実態. *京都府立大学看護紀要*, 16, 47-50.
- 29) 野澤亜伊子(2009). 「第3章 生活時間の実態と意識にみる「中1ギャップ」」『放課後の生活時間調査報告書—小・中・高校生を対象に』, Benesse教育研究開発センター, 35-44.
- 30) 佐藤香(2009). 「自由時間の使い方にみる男女の違い」『放課後の生活時間調査報告書—小・中・高校生を対象に』, Benesse教育研究開発センター, 25-34.
- 31) 山本聡子・堀田法子(2013). 幼児の就寝時刻の規則性に影響する要因. *小児保健研究*, 72(5), 706-712.
- 32) Velde, S-J., Horst, K., Oenema, A., Timperio, A., Crawford, D. & Brug, J.(2011). Parental and home influences on adolescents' tv viewing: A mediation analysis. *International Journal of Pediatric Obesity*, 6(2), 364-372.
- 33) Wolf, S., Aber, J. L. & Morris, P. A. (2015). Patterns of time use among low-income urban minority adolescents and associations with academic outcomes and problems behaviors. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(6), 1208-1225.
- 34) Zutphen, M. V., Bell, A. C., Kremer, P. J. & Swinburn, B. A.(2007). Association between the family environment and television viewing in Australian children. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 43(6), 458-463.

- 투 고 일 : 2015년 10월 1일
- 심 사 일 : 2015년 10월 19일
- 게재확정일 : 2015년 11월 19일