

# 노동시간이 삶 만족도에 미치는 영향

## The Effects of Working Hour on the Worker's Subjective Well-being

주은선

경기대학교 사회복지학과

Eun-Sun Joo(skyesjoo@kyonggi.ac.kr)

### 요약

이 연구는 노동시간이 노동자의 삶 만족도에 미치는 영향을 실증적으로 규명함으로써, 한국 장시간 노동 체제가 가지는 의미의 일단을 규명하고자 한 것이다. 이 연구의 분석자료는 통계청의 2014년 생활시간조사 자료이며, 노동시간 요인은 '하루 노동시간 길이'와 '주당 휴일 수준' 두가지이다. 먼저 노동시간이 삶 만족도에 미치는 영향을 검증하고, 이어서 돌봄을 필요로 하는 가족원이 있는지 여부에 따라 노동시간이 삶 만족도에 미치는 영향이 달라지는지 여부를 살펴보았다. 분석 결과, 통상 행복 수준에 영향을 미치는 소득, 교육, 고용형태, 성별 등의 요인들을 통제하는 경우에도 노동시간 길이가 길수록, 휴가 수준이 낮을수록 한국인의 삶 만족도는 저하된다. 그러나 돌봄을 요하는 가족원이 있는 경우 노동시간이 삶 만족도에 미치는 영향은 달라진다. 돌봄을 필요로 하는 가족원이 있는 경우, 노동시간 길이와 휴가 수준은 삶 만족도에 더 이상 유의미한 영향을 미치지 않으며, 성별이 삶 만족도에 미치는 영향력의 유의미성 역시 사라진다. 이는 돌봄을 요하는 가족원이 없는 경우에, 노동시간이 미치는 영향 및 여성이 남성보다 삶 만족도가 높은 것과 대조된다. 이는 한국 가족의 돌봄시간 성별 격차와 깊이 관련되어 있는 것으로 추정된다.

■ 중심어 : | 노동시간 | 주당 휴일 수준 | 삶 만족도 | 가족 돌봄 | 생활시간조사자료 |

### Abstract

This study is to demonstrate the effects of working hour on the workers' subjective well-being. Working hour, in this study, means working time per a day and the generosity of weekly holiday. Firstly, the effects of working hour on the worker's well-being will be analyzed. Secondly, it will be investigated if the effects of working hour on the worker's well-being change according to the existence of the family member who needs care. The results of the analysis show that longer working hour and the lower generosity of weekly holiday decrease workers' well being. If workers have family member who needs care, the effects of working hour and the generosity of weekly holiday on the worker's well-being are not significant. It contrasts to the result that women are more satisfactory to their lives than men in cases they don't have family member who needs care. It is supposed that these results are closely related with the enormous gender gap of care time in Korea.

■ keyword : | Working Hour | Generosity of Weekly Holiday | Subjective Well-being | Family Care | The Time Use Survey Data |

\* 본 연구는 2012학년도 경기대학교 학술연구비(신진연구과제) 지원에 의하여 수행되었음.

접수일자 : 2016년 05월 18일

심사완료일 : 2016년 06월 07일

수정일자 : 2016년 06월 07일

교신저자 : 주은선, e-mail : skyesjoo@kyonggi.ac.kr

## I. 서론

이 연구는 노동시간과 행복의 관계에 대한 탐색의 일환으로 노동시간이 노동자의 삶 만족도에 미치는 영향을 살펴본 것이다. 특히 본 연구에서는 노동시간과 삶 만족도의 일반적인 관계에 더해, 돌봄을 필요로 하는 가족원이 있는지 여부 등에 따라 노동시간과 삶 만족도의 관계 양상이 어떻게 달라지는지 살펴보고자 하였다.

노동은 생산영역에서 뿐만 아니라 재생산영역에 걸쳐 삶에 큰 비중을 차지하고 있다. 대부분 사회성원은 생계를 일자리에 의존하고 있으며, 일은 일상생활의 많은 시간을 할애하는 영역이자 자신의 사회적 정체성을 확인하는 매개이다.

특히 일의 여러 측면 중 노동시간은 삶 만족도의 핵심 요소가 될 수 있는데, 우선 시간 균형이란 면에서 그러하다. 노동시간과 여가시간이 적절하게 배분되지 않는다면 일 스트레스 심화, 소진, 나아가 일과 가정 사이의 불균형이 초래될 수 있다. 즉, 노동시간 문제는 생산의 영역을 넘어서서 정신적, 신체적 건강, 가족 등 삶 전반과 직접적으로 연관된다. 더불어 노동시간은 노동 현장과 일상생활에서 개인이 얼마만큼의 자율성을 확보할 수 있느냐에 관한 문제이기도 하다. 요컨대 노동시간은 건강, 가족생활의 질, 개인의 자율성 측면에서 삶의 만족감과 연관될 수 있다.

한국사회에서는 장시간 노동이 오랫동안 생존 방식이자 일의 문화로 자리 잡아 왔다. 한국에서 “장시간 노동 문화는 하나의 자연적 질서처럼 굳어버렸다”(김영선, 2011). 이에 장시간 노동은 한국사회 성원들의 삶 만족도를 떨어뜨리는 주요 요인으로 지속적인 문제제기 대상이 되었다. OECD(2015)의 Family Database에 따르면 한국인의 주관적 삶 만족도는 42개국 중 30위였고 행복 수준이 높은 나라들은 노르웨이, 스위스, 덴마크, 등 연간 노동시간이 적은 나라들이었다[1]. 또한 익스피디아의 2015년 26개국 조사 결과 한국 노동자의 실제 사용 연차휴일은 연평균 6일에 불과하여 가

장 적으며 조사대상국 평균의 1/3에 불과한 것으로 나타났다[2]. 이렇게 적은 휴일 역시 긴 노동시간과 결부되어 삶 만족도를 떨어뜨리는 주요 요인이 될 수 있다.

그러나 한국 노동자들의 삶 만족도와 노동시간의 관계를 직접 검증한 연구는 많지 않다. 직업보전 등의 영역에서 장시간 노동이 건강에 나쁜 영향을 미치고 있음을 검증한 연구들이 존재한다[3][4]. 그러나 한국에서 노동시간과 삶 만족감의 직접적인 관계를 다룬 실증 연구는 찾아보기 어렵다.

이는 무엇보다도 삶에 대한 만족이란 이슈가 갖는 다면성과 관련된 것으로 보인다. 삶 만족도는 일, 소득, 결혼상태, 건강 등 다양한 요소에 의해 영향받으며, 일에 국한시켜보더라도 노동시간뿐만 아니라 보상 수준, 성취, 동료 관계, 노동통제 정도 등에 의해 영향 받을 수 있다[5]. 특히 일 관련 가치관 역시 중요한데, 미국과 유럽 비교연구는 미국인들이 일의 과정보다 성공 가능성을 중요시하는 가치관을 갖고 있기 때문에, 미국에서 노동시간 증가가 삶 만족도를 낮추는 효과가 유럽보다 적음을 보여준다[6]. 또한 일정 수준 이하 소득구간에서 행복과 소득이 정의 상관관계를 가지며, 그 이상의 소득구간에서는 그렇지 않다는 연구 결과를 고려할 때, 노동시간 증가와 삶 만족도의 관계는 소득에 대한 필요나 선호에 따라 반드시 뚜렷한 역의 관계를 나타내지 않을 수 있다[7]. 이는 노동시간과 삶 만족도의 관계를 살펴본다는 것이 단순하지 않을 수 있음을, 그리고 노동자들의 다양한 특성 및 조건을 고려할 때 그 결과가 달라질 수 있음을 의미한다.

이 연구에서는 특히 가족 돌봄이란 노동자의 역할이 노동시간과 삶 만족도의 관계를 단순하지 않게 만들 수 있다는 점에 주목한다. 돌봄을 필요로 하는 가족원이 있다는 것은 추가소득과 돌봄시간 양자에 대한 필요가 있다는 것을 의미한다. 또한 한국사회에서는 돌봄 부담이 상당히 성별화되어 있다는 점에서, 가족돌봄 필요가 가져오는 노동시간과 삶 만족도의 관계 변화 문제는 젠

2 Easterlin(1974)의 “Does Economic Growth Improve the Human Lot?”은 행복경제학 연구를 촉발시켰으며, 소득수준과 행복의 관계에 관한 많은 반론을 낳았다. Stevenson and Wolfers(2008)의 연구는 소득과 행복수준의 정의 관계는 특정 소득구간 이상에서도 여전히 있다고 주장한다[8].

1 2012년 대통령 선거에서 한 후보의 ‘저녁이 있는 삶’이란 구호가 불어 일으킨 대중적 반향과 최근 노동시간 관련 연구들의 증가는 삶의 질 측면에서 한국사회의 장시간 노동이 갖는 의미에 대한 관심이 증가하고 있음을 보여준다.

더 역할을 고려하여 살펴 볼 필요가 있다. 이에 노동자들이 갖고 있는 여러 특성 중, 돌봄을 필요로 하는 가족원이 있는지 여부에 따라 노동시간과 삶 만족도의 관계가 어떻게 달라지는지 살펴보고자 한다. 본 연구의 연구문제를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 노동시간(하루 노동시간 길이, 휴일 수준)은 삶 만족도에 어떤 영향을 미치는가?

둘째, 돌봄 필요 가족원 유무에 따라, 노동시간(하루 노동시간 길이, 휴일 수준)이 삶 만족도에 미치는 영향은 달라지는가?

## II. 이론적 배경: 노동시간과 삶의 만족

### 1. 노동과 삶의 만족: 노동-소외와 노동중독

노동시간과 삶 만족도의 관계를 논의하기에 앞서 노동 자체와 삶 만족의 관계를 논해 보자. 우선 노동 자체는 외부 대상을 통한 자아실현의 통로이자 소득 확보 수단으로서 삶 만족을 구성하는 중요한 요소로 인정하는 주장이 있다. 대표적으로 인간으로서의 자아충족을 위해 반드시 일이 필요하다는 견해이다[9]. 유사한 맥락에서 독일의 Bernd Rafflhuschen과 Klaus-Peter Schoppner(2012)는 만족스러운 삶을 위해 가장 중요한 열 가지 요인으로 일을 설명한다[10]. 즉, 일 자체는 행복의 필요 요소라는 것이다.

그러나 생계를 위해 의무화된 노동은 삶을 피폐하게 하는 요인으로 지적된다[11]. 원래 노동이란 것은 행동 욕구와 원초적 기쁨을 만들어낼 수 있으나, 중독된 노동이 문제라고 말한다. 즉, 의무화된 노동, 타율적 노동이 행복 수준을 떨어뜨린다는 것이다. 이 경우 일은 ‘자유’와 대립된다. 이러한 일과 자유의 대립은 노동소외론과 그 현대적 논의인 ‘피로사회론’[12] 및 Heide(2000)와 강수돌(2015) 등의 ‘일중독사회론’ 등으로 이어진다[13][14]. 이 논의들은 공통적으로 일 중독은 성공에 관한 주류적 규범을 내면화한 결과로서, 과거와 달리 현대의 장시간 노동은 외부 규율에 대한 복종의 형태가 아니라, 사회적으로 권장되는 근면과 성취라는 규율을 자신의 것으로 내면화한 결과라고 주장한다. 일 중독은 주체

성의 상실과 연관된다.

피로사회, 시간 빈곤이라는 용어가 공통적으로 가리키는 것은 장시간 노동이 휴식, 여가, 돌봄과 같은 다른 활동을 압박하고 그로 인해 신체적, 정신적 소진이 나타난다는 것이다. 이를 통해 장시간 노동이 삶의 균형을 무너뜨려 삶 만족도에 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 추론할 수 있다. 그러나 장시간 노동이 타율에 의해 강제되는 것이 아니라, 여러 가지 이유로 자율적인 형식으로 선택된다면, 예를 들면 장시간 노동이 실업과 도태의 불안을 잠재우는 수단으로, 혹은 소비를 보장하는 수단으로 선택된다면 장시간 노동이 삶 만족에 어떤 의미를 가지게 될지 불분명하다. 특히 장시간 노동이 노동세계에서의 여전히 강력한 외부적 규율로 존재하는 한국사회에서, 장시간 노동과 삶 만족은 어떤 관계를 보이고 있는지는 검증이 필요하다[15].

### 2. 노동시간과 삶의 만족

노동시간은 여러 면에서 노동자의 삶 만족도에 중요한 영향을 미칠 수 있다. 우선 산업보건 영역의 연구들은 장시간 노동과 야간노동이 건강에 미치는 영향에 대해, 생체리듬 파괴, 암, 심혈관계질환 발생가능성 증가, 수면장애, 만성피로, 임신장애 등의 위험이 있음을 지적하며 결국 장시간 노동은 수명단축을 유발하고 생명을 위태롭게 만든다고 지적한다. 또한 노동시간에 따른 시간압박으로 인해 노동시간이 길어질수록 여가 중 건강 행동 투여 시간이 감소하며, 이에 노동시간이 건강에 부정적인 영향을 미친다는 연구 결과가 제시된 바 있다[16]. 또한 여가가 삶 만족감에 갖는 의미를 고려할 때[17], 노동시간 증가는 건강수준과 함께 여가시간 감소를 가져와 역시 삶에 대한 만족감을 떨어뜨릴 수 있다. 또한 노동시간 증가는 돌봄시간을 압박하고 가족관계의 질을 떨어뜨리는 중요한 요인으로서 일-가정 양립을 어렵게 할 수 있다.

다른 한편 노동시간 증가가 삶 만족도를 떨어뜨리는지 여부는 확실치 않다는 연구들 역시 존재한다. 효용이론에 따르면 여가보다 일에 더 많은 시간을 할당하는 것은 각 개인이 효용을 최대화하는 전략을 추구한 결과이다[18]. 효용이론은 노동시간 추가에 따른 소득 증가

의 효과에 주목한다. 이 맥락에서 Prescott(2004)은 미국인들이 유럽인들보다 장시간 노동에 더 수용적이며, 노동시간 증가가 삶 만족도를 떨어뜨리는 정도가 낮은 것은 더 낮은 한계세율 때문이라고 말한다. 유럽에 비해 미국에서, 단위노동시간 증가로 인한 효용 감소보다 소득증가로 인한 효용 증가 폭이 더 크기 때문이라는 것이다[19].

한편 효용이론의 틀이 아닌 문화, 가치 등의 차원에서 노동시간과 삶 만족감이 역의 관계가 아니라는 견해가 있다. 유럽인과 미국인의 장시간 노동과 삶의 만족감의 관계에는 차이가 있는데, 이는 일에 대한 가치 차이에서 비롯된다는 것이다. 미국인들이 일의 가치를 성공에 두고, 장시간 노동이 성공가능성을 높인다고 간주하기 때문에, 장시간 노동이 삶 만족도를 떨어뜨리는 정도가 유럽인에 비해 덜하다고 설명한다[6]. 또한 행복이 여가시간에 의해서만 확보되는 것이 아니라 높은 소득, 직업 지위, 명예와도 관련 된다면[5], 노동시간 감소가 반드시 삶 만족도 증가를 가져올지는 불분명하다. 이는 개인의 소득 선호, 일에 부여하는 가치 등에 따라 영향을 받는다.

한편 가족내 돌봄 필요와 관련해서도, 돌봄 필요 가족원이 있는 경우 노동시간 증가가 돌봄시간을 압박하여 삶 만족도에 부정적인 영향을 미칠 것으로 예측할 수 있지만, 이에 대해서도 다른 측면을 볼 필요가 있다. 돌봄을 요하는 가족원이 있다는 것은 한편으로는 소득 확보를 위한 노동시간 증가를 요구하며, 다른 한편 돌봄시간 확보를 위한 노동시간 감소를 요구한다. 돌봄을 요하는 가족이 있다는 것이 소득증가와 돌봄시간 확보 필요성을 모두 높일 때, 노동시간 증가가 삶 만족도에 미치는 영향력의 방향은 불확실하며 검증이 필요하다.

또한 가족돌봄은 '의무'의 속성을 가진다는 측면에 주목할 필요가 있다. 여가시간과 달리 의무이자 또다른 형태의 노동이란 속성을 갖는 돌봄시간이 일정량 이상으로 증가하는 것이 삶의 만족감에 어떤 영향을 미치는지에 대해서는 아직 알려진 바가 많지 않다. 노동시간 감소가 무급노동시간인 돌봄시간 증가로 바로 이어진다면, 노동시간 감소가 그대로 삶 만족도 상승을 가져오지 않을 수 있다. 즉, 이미 긴 가사노동시간이나 돌봄

시간을 보내고 있는 경우에, 노동시간 감소가 돌봄시간 증가로 이어진다면 이것이 직접 삶 만족도 증가로 이어지지 않을 수 있다는 것이다.

이런 면에서 Hochschild(2001)의 논의는 참고할만한데 그녀는 유급노동시간과 가사노동시간에 대해 노동자들은 젠더화되어 있고 통제하기 어려우며 감정노동을 요구하는 가정시간보다 노동시간을 선호할만한 대안으로 여긴다고 주장한다[20]. 이러한 가사의 특징은 노동자들이 장시간 노동을 선택하게 하는 또다른 요인이 될 수 있다는 것이다. 이러한 이유에서 돌봄 필요가족원이 있는 경우에, 노동시간 감소가 삶 만족도 증가를 가져오지 않을 가능성이 있다.

앞의 논의는 가족돌봄 필요가 있을 때의 노동시간과 삶 만족도 문제는 젠더 역할과 함께 조명할 필요가 있음을 보여준다. 돌봄 요구에 대응하는 가족내 돌봄시간 분담 방식을 고려하여 노동시간과 삶 만족도의 관계를 살펴볼 필요가 있다. 돌봄 요구와 소득증가 요구가 모두 존재하는 경우에 이에 대응하는 방식에 성별 차이가 크다는 것은 이미 알려져 있다<sup>3</sup>. 돌봄 역할의 여성편향으로 인해, 여성의 노동시간 감소가 돌봄시간 장시간화로 이어지는 경우에 노동시간 감소는 여성의 삶 만족도를 증가시키지 않을 수 있다. 다만 남성의 경우 노동시간 감소가 돌봄시간 증가로 바로 이어지지 않고 여가시간 등의 증가로 이어진다면 이는 삶 만족도를 높이는 효과가 있을 수 있다. 즉, 돌봄 필요 가족원이 있는 경우에 생기는 노동시간과 삶 만족도의 변화 양상은 성별에 따라 달라질 수 있다.

### 3. 행복에 관한 기존연구와 주요 결정요인들

삶 만족도에 관한 기존 연구들의 초점은 결정 요인이 무엇인가 하는 것이다. 심리학 분야 행복연구에 따르면, 개인의 성격과 문화, 사회적 자본 등이 행복에 대한 주요 영향 요인으로서, 특히 종교, 결혼, 친구관계 등은

3 2009년 생활시간조사자료로 미취학자녀를 둔 전일제 임노동자의 하루 평균 돌봄시간을 보면, 어머니는 평균 91.58분, 아버지는 36.04분으로 차이가 크다. 평균 노동시간은 어머니 425.25분, 아버지 459.5분이다. 돌봄시간 젠더 차이는 노동시간 차이 이상으로 여가시간 젠더 차이에 반영되어 있다. 어머니의 하루 여가시간은 96.40분, 아버지의 여가시간은 157.41분이다[21].

사회적 자본을 제공하여 삶 만족도를 높인다[22]. 한편 젠더, 연령 등과 행복도 사이의 관계에 대한 검증 결과는 엇갈린다.<sup>4</sup>

소득은 행복과의 관계 탐구에서 중요한 연구대상이 되었다. 통상 소득 증가는 행복, 혹은 삶 만족도를 증가시킬 것으로 예상된다. Easterlin(1974)에 따르면 일정 수준 이하 소득구간에서 행복과 소득은 정의 상관관계를 가지지만, 소득이 어느 지점 이상으로 올라가게 되면 행복과 소득의 관계는 달라진다. 소득과 행복의 관계는 하위 소득계층에서 더 강력하며, 가난한 나라(GNP \$8,000 이하)에서 더 중요한 것으로 나타난다[23]. 즉, 사람들이 어느 정도 필요를 채우면 소득의 행복에 대한 기여 정도는 떨어지며, 여가, 가족 등의 다른 요소들이 행복에 중요한 요인이 된다는 것이다.

또한 교육은 삶 만족도와 정의 관계를 가지는 것으로 예상된다. 교육이 더 높은 소득에 대한 기대와 연관된다는 점에서, 교육과 행복의 상관관계는 소득계층이 낮은 경우에, 그리고 가난한 나라에서 더 강력해질 수 있다.

정리하면, 삶 만족도에 대한 기존의 결정 요인 연구들을 통해 성, 연령, 교육수준, 소득계층, 결혼상태(배우자 유무) 등이 삶 만족도에 영향을 미칠 수 있는 주요 변수들이며, 이들이 노동시간과 삶 만족도의 관계 분석에서 통제되어야 할 요소들임을 알 수 있다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구대상과 분석자료

이 연구의 대상은 현재 휴가 중이지 않은 노동자(피용자)로서 정기적인 휴일이 있는 사람이다. 즉, 무급가족종사자와 자영자는 연구대상에서 제외되며, 피용자 중에서도 조사 당일 노동시간이 없는 사람으로, 휴가 중이거나 휴가가 불규칙한 경우는 분석에서 제외하였다.

4 일부 연구들은 연령과 삶 만족도의 관계에 대해 U자형 관계를 형성한다고 주장한다. 이 경우 삶 만족도가 최저로 떨어지는 연령대가 언제인지가 쟁점이 되는데, 30세 즈음이 최저라는 견해, 45세 즈음이라는 견해가 있다. 한편 젠더와 삶 만족도의 연관성에 대한 연구결과는 일관되지 않다[6].

분석 자료는 통계청이 발표한 2014년 한국생활시간조사자료이다. 생활시간조사는 시간일지(Time Diary) 방식으로, 매 10분마다 응답자가 수행동과 함께 동시행동을 기입하고, 함께 행동한 사람을 적도록 하여 시간 사용에 대한 상세한 정보를 제공한다. 통계청 생활시간 조사는 1999년부터 시작되어 5년 주기로 조사가 이루어졌는데 이 연구에서는 가장 최근 자료인 2014년 조사 자료를 활용한다. 2014년 생활시간조사 대상자 수는 총 26,988명인데, 앞에 설명한 기준에 따라 추출한 본 연구의 분석 대상 사례 수는 6,608개이다.

본 연구의 분석 대상인 노동시간은 평일 기준 노동시간 길이(10분 단위 측정)과 주당 휴일 수준이다. 노동시간 길이는 평일이 이를 연속되는 경우에는, 생활시간조사 둘째날 자료의 신뢰성이 더 높다는 기존 연구의 견해를 따라 둘째날을 기준으로 하였다[24].

#### 2. 분석방법과 주요변수

본 연구에서는 노동시간이 삶만족도에 미치는 영향을 회귀분석을 통해 살펴보고자 한다. 분석에 포함된 주요 변수들과 각 변수의 측정방식은 아래 [표 1]과 같다. 삶 만족도, 가구소득, 건강상태 측정은 생활시간조사자료의 측정방식을 그대로 따랐다. 노동시간은 생활시간조사에서 실제 일에 투여한 시간을 합산하였다. 즉, 본 연구에서 노동시간은 주업시간뿐만 아니라 부업시간, 연수, 일 준비시간 등 일 관련 시간을 모두 포함하여 측정하였다.

표 1. 주요 변수의 개념과 측정

구분	변수	개념	측정
종속 변수	삶 만족도	평소 삶에 대한 주관적 인식	1 매우 불만족 2 약간 불만족 3 보통 4 약간 만족 5 매우 만족
	노동 시간	유급노동 및 일 관련 행동 실제투여 시간	'주업+부업+일관련연수+ 기타 일관련 행동' 에 사용한 시간
독립 변수	주당 휴무	주당 정기휴일 수	0.5 2주마다 1일 휴무 0.75 일주일 1일 휴무와 토요일 겨주 휴무 1 일주일에 1일 휴무 2 일주일에 2일 휴무

통제 변수	성별	-	0 남성 1 여성
	연령	-	만 나이
	배우자 유무	결혼관계 배우자 유무	0 배우자 없음:미혼,이혼 등 1 배우자 있음
	교육 수준	초등~대학원 교육연수	교육연수
	가구 소득	지난 1년간 세전 총가구소득	1 100만원 미만 2 100~200만원 미만 3 200~300만원 미만 4 300~400만원 미만 5 400~500만원 미만 6 500~600만원 미만 7 600~700만원 미만 8 700만원 이상
	종사상 지위	고용계약 한시성	0 상용직 1 임시직, 일용직
	건강 상태	주관적 건강상태	1 매우 나쁨 2 나쁨 3 좋음 4 매우 좋음
기타	요돌봄 가구원유무	-	10세 미만 가구원이 있거나 돌봄 필요 가구원이 있다고 한 경우, 요돌봄가구원 있음 의미

본 연구에서 회귀분석은 연구대상 전체를 대상으로, 그리고 돌봄 필요 가족원이 있는 경우와 그렇지 않은 경우에 대해 각각 이루어지며, 특히 돌봄 필요 가족원이 있는 경우와 돌봄 필요 가족원이 없는 경우 분석결과를 비교한다.

#### IV. 분석 결과

##### 1. 기술분석

본 연구의 분석대상인, 2014생활시간조사의 대상자 이자 조사 당일 휴가 중이지 않은, 실제로 일을 한 피용자(6,608명)의 기본 특징은 다음과 같다. 이들의 평균적인 삶 만족도는 3.19점(1~5점)이며, 평균 노동시간은 하루 437.58분으로 8시간을 넘는다. 주5일제는 대상자의 61%에게 적용된다. 평균연령은 41.82세이며, 평균교육연수는 13.49년으로 90% 가까이가 고졸 이상이며, 상용직 비중이 78.65%로서 한국 노동시장 전체에 대해 보고되고 있는 정규직 비중에 비해 높다. 이는 조사자료의 상용직 범주와 통상적인 정규직 범주와의 개념 차이에서 비롯된 것으로 보인다. 한편 이 중 돌봄 필요 가족원이 있는 경우는 전체의 27.68%이다.

표 2. 분석 대상의 기본 특성

변수명	속성	빈도	비율(%)
삶 만족도	매우 불만	202	3.06
	약간 불만	1041	15.75
	보통	3107	47.02
	약간 만족	1822	27.57
	매우 만족	436	6.60
	평균	3.19	
노동시간 길이	평균	437.58분	
주당휴무일	2주마다 1일 휴무	189	2.86
	일주일에 1일 휴무	1830	27.69
	일주일에 1일 휴무와 토요일 겨주 휴무	558	8.44
	일주일에 2일 휴무(주5일제)	4031	61.00
성별	남	3752	56.78
	여	2856	43.22
연령	평균 연령	41.82세	
교육수준	무학	49	.74
	초등학교	228	3.45
	중학교	411	6.22
	고등학교	2168	32.81
	대학(4년제미만)	1494	22.61
	대학교(4년제이상)	1833	27.74
	대학원(석사)	340	5.15
	대학원(박사)	85	1.29
	평균 교육연수	13.49년	
배우자 유무	없음	2019	30.55
	있음	4589	69.45
가구소득	100만원 미만	159	2.41
	100만 이상 200만 미만	625	9.46
	200만 이상 300만 미만	1104	16.71
	300만 이상 400만 미만	1360	20.58
	400만 이상 500만 미만	1170	17.71
	500만 이상 600만 미만	827	12.52
	600만 이상 700만 미만	524	7.93
700만원 이상	839	12.70	
종사상지위	상용직	5197	78.65
	임시/일용직	1411	21.35
건강상태	매우 나쁨	58	.88
	나쁨 편	616	9.32
	보통	3298	49.91
	좋은 편	2256	34.14
	매우 좋음	380	5.75
	평균	3.35	
돌봄 필요 가족원	없음	4779	72.32
	있음	1829	27.68
	요돌봄 가족원 수 평균	0.4명	

노동시간 길이와 삶 만족도의 관계를 우선 평균을 통해 살펴보자. [그림 1]은 노동시간과 삶 만족도는 대체로 역의 관계임을 보여준다. 5단계로 구분된 삶 만족도 수준에 따른 하루 노동시간 길이 분포를 보면, 삶 만족도가 매우 높은 경우 하루 평균 노동시간은 418.27분이며, 삶 만족도가 매우 낮은 경우에는 하루 평균 노동시간이 460.34분으로 차이가 있다.

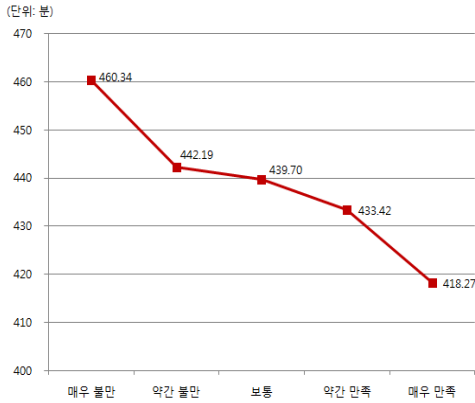


그림 1. 노동시간과 삶 만족도의 관계

2. 노동시간과 삶 만족도의 관계

1) 노동시간이 삶 만족도에 미치는 영향: 전체

주요 변수 상관관계 검토 결과 [표 3]과 같이 상관관계는 모두 .4 이하로 다중공선성을 우려할 수준은 아니다.

표 3. 상관관계 분석(피어슨 상관계수)

	삶 만족도	노동 시간	성별	만나이	교육 연수	배우자 유무	가구 소득	주당 휴무일	중사상 지위	건강 상태
삶만족도	1									
노동 시간	-.054 *	1								
성별	-.021	-.206 *	1							
만나이	-.024	-.116 *	-.048 *	1						
교육 연수	.189 *	.084 *	-.134 *	-.373 *	1					
배우자 유무	.095 *	-.004	-.140 *	.409 *	.032	1				
가구 소득	.184 *	.060 *	-.012	-.102 *	.380 *	.167 *	1			
주당 휴무일	.161 *	-.095 *	.043 *	-.060 *	.284 *	.066 *	.223 *	1		
중사상 지위	-.102 *	-.269 *	.214 *	.111 *	-.319 *	-.143 *	-.240 *	-.157 *	1	
건강 상태	.284 *	-.053 *	-.098 *	-.012	.095 *	-.001	.065 *	.073 *	-.047 *	1

\* p<.001

이제 노동시간 길이 및 주당 휴무일이 삶 만족도에 미치는 영향을 살펴보자. 회귀분석 결과 성별, 연령, 교

육, 배우자 유무, 가구소득, 건강상태 등 삶 만족도에 대한 주요 영향요인들을 통제한 경우에도, 노동시간이 길어질수록 삶 만족도는 유의미하게 감소하며, 주당휴무일이 길어질수록 삶 만족도는 높아진다.

이렇게 한국 노동자들의 노동시간이 길어질수록 삶 만족도가 낮아지는 것은, 효용이론에서 설명하는 것처럼 한국노동자들이 소득과 여가 선호에 따라 만족도를 최적화하는 방식으로 노동시간을 정하고 있지 않음을 보여준다. 한국의 노동시간은 노동시간 증가로 인한 추가소득 확보나 성취 가능성 증가보다는 이로 인한 시간 압박 등으로 삶 만족감 하락이 더 크게 발생하는 지점에 위치해 있다. 주당 휴무 수준 역시 마찬가지이다.

한편 아래 [표 4]에 따르면 연령을 제외한 모든 통제 변수들은 삶 만족도에 유의미한 영향을 미친다. 유배우자인 경우, 상용직인 경우에, 교육수준이 높을수록, 건강상태가 좋을수록 삶 만족도가 높아진다는 회귀분석 결과는 기존의 행복연구 결과 및 통상적인 예상과 일치한다. 또한 한국 노동자의 가구소득과 삶 만족도의 관계는 정비례에 더 가깝다. 한편 유의수준 .1에서 남성에 비해 여성이 삶 만족도가 높은 것으로 나타났다.

표 4. 노동시간이 삶만족도에 미치는 영향(OLS)

모형	비표준화 계수		표준화 계수	t	유의 확률	VIF
	B	표준 오차	베타			
(상수)	1.337	.114		11.689	.000	
노동시간	.000	.000	-.051	-4.161	.000	1.15
성별	.040	.022	.022	1.828	.068	1.13
만나이	.000	.001	.002	.160	.873	1.49
교육연수	.031	.004	.103	7.238	.000	1.54
배우자유무	.133	.025	.069	5.225	.000	1.33
가구소득	.044	.006	.095	7.464	.000	1.25
주당휴무일	.141	.023	.077	6.274	.000	1.15
중사상지위	-.066	.028	-.030	-2.357	.018	1.27
건강상태	.303	.013	.261	22.467	.000	1.03

F=114.806 (p=.000)

2) 노동시간이 삶 만족도에 미치는 영향: 돌봄필요 가족원 유무에 따른 차이

돌봄필요 가족원이 있는 집단과 돌봄필요 가족원이 없는 집단 각각에 대해 노동시간이 삶 만족도에 미치는 영향이 어떻게 다른지 [표 4]를 통해 비교해 보자.

돌봄 필요 가족원이 없는 경우 분석 결과는 앞서 본 전체 노동자에 대한 분석 결과와 유사하다. 노동시간이 길어질수록, 주당 휴무일이 짧아질수록 삶 만족도는 낮아지며, 연령을 제외한 다른 요인들의 영향력은 모두 유의미한 영향을 미친다.

그러나 돌봄 필요 가족원이 있는 노동자들에 대한 분석 결과는 전체 노동자 혹은 돌봄필요 가족원이 없는 노동자에 대한 분석 결과와 몇 가지 점에서 대조된다. 우선 돌봄 필요 가족원이 있는 노동자들의 경우, 노동시간 길이와 주당 휴무 수준이 삶 만족도에 유의미한 영향을 미치지 않는다. 즉, 돌봄 필요 가족원이 있는 경우 돌봄시간 확보를 위해 노동시간 축소가 필요할 것으로 예상되지만, 정작 노동시간 축소와 주당휴무일 증가가 유의미한 삶 만족도 상승효과를 갖지 않는다.

이는 우선 노동시간 감소를 통한 추가 시간여유보다 추가소득에 대한 필요 혹은 효용이 커지기 때문인 것으로 추정할 수 있다. 또 다른 설명은 일 노동시간 감소 및 주당 휴무의 증가가 돌봄시간 등 기타 가사시간 증가로 이어지는 경우 노동시간 감소가 가져오는 삶 만족도 증가 효과가 떨어질 수 있다는 것이다. 앞서 Hochschild(2001)의 설명처럼 감정노동이자 통제하기 어려운 돌봄에 시간을 투자하는 것에 대한 선호가 낮고, 노동시간 감소가 돌봄시간 증가로 이어지게 된다면 이는 유력한 설명이 될 수 있다. 이에 돌봄 필요 가족이 있는 경우 노동시간과 삶 만족도 관계에 대한 설명은

돌봄시간 분포를 고려하여 이루어질 필요가 있다.

또한 돌봄 필요 가족원이 있는 경우 성별은 삶 만족도에 대해 더 이상 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않는다. 돌봄 필요 가족원이 없는 경우 여성은 남성에 비해 유의미하게 삶의 만족감이 높지만, 돌봄 필요 가족원이 있는 경우, 삶 만족도의 젠더 차이의 유의미성은 사라진다. 이 현상과, 돌봄 필요 가족원이 있을 때 노동시간 감소가 삶 만족도를 유의미하게 높이지 못하는 현상은 앞서 언급한 것처럼 돌봄시간 분포를 고려하여 설명할 여지가 있다. 즉, 기존에 알려져 있는 돌봄시간의 성별화를 고려하고자 하는 것이다. 돌봄 필요 가족원이 있는 경우에 노동시간 감소가 누구에게 더욱 긴 돌봄을 의미하게 될지, 성별 노동시간 및 돌봄시간 차이를 통해 추정해 볼 수 있다. 구체적으로는 돌봄역할 수행 여부의 성별 차이, 유급노동시간과 돌봄시간의 성별 차이를 살펴보면 아래 [표 6]과 같다.

표 6. 돌봄필요 가족원 있는 경우 노동시간과 돌봄시간 (단위: %, 분)

성별	남			여		
	돌봄 수행	돌봄 안 함	계	돌봄 수행	돌봄 안 함	계
빈도	623	613	1236	499	94	593
비율	50.4	49.6	100.0	84.2	15.8	100.0
노동시간	442.2	499.8	470.8	383.0	438.5	391.8
돌봄시간	56.4	0	28.4	92.7	0	78.0

표 5. 노동시간이 삶 만족도에 미치는 영향: 돌봄 필요 가족원 유무에 따른 차이(OLS)

	요돌봄가구원 없음					요돌봄가구원 있음				
	비표준화 계수		표준화 계수	t	유의 확률	비표준화 계수		표준화 계수	t	유의확률
	B	표준오차	베타			B	표준오차	베타		
(상수)	1.386	.134		10.307	.000	1.114	.245		4.544	.000
노동시간2	.000	.000	-.059	-4.098	.000	.000	.000	-.038	-1.597	.110
성별	.058	.025	.033	2.322	.020	-.010	.047	-.005	-.214	.830
만나이	.001	.001	.010	.530	.596	-.002	.003	-.014	-.593	.553
교육연수	.026	.005	.091	5.460	.000	.049	.009	.136	5.269	.000
배우자유무	.112	.031	.062	3.627	.000	.168	.078	.049	2.146	.032
가구소득	.048	.007	.107	6.998	.000	.040	.013	.077	3.127	.002
주당휴무일	.164	.026	.091	6.323	.000	.067	.046	.035	1.480	.139
종사상지위	-.064	.031	-.031	-2.057	.040	-.066	.063	-.026	-1.051	.294
건강상태	.288	.016	.251	18.295	.000	.354	.026	.295	13.471	.000



돌봄 필요 가족원이 있는 경우에 하루돌봄시간이 0인 남성 노동자 비율, 즉, 돌봄 역할을 전혀 하지 않는 비중이 남성은 49.6%에 달하지만 여성은 15.8%로 그 차이가 크다. 노동시간과 돌봄시간의 성별 격차 및 돌봄역할 수행 여부에 따른 노동시간 격차는 모두 상당히 크다. 돌봄 역할을 수행하는 남성의 노동시간은 442.2분이며, 돌봄시간은 56.4분이다. 반면 돌봄 역할을 하지 않는 남성의 노동시간은 거의 500분에 달한다. 즉, 돌봄시간 감소분은 거의 노동시간 증가분으로 옮겨갔다고 해도 과언이 아니다. 여성의 경우 돌봄 역할을 하는 경우 노동시간은 383분으로 가족돌봄을 하지 않는 경우인 438.5분보다 약 55분 짧지만, 돌봄시간은 92.7분으로 그 격차보다 더욱 길다.

이러한 돌봄 역할의 여성 편향은 돌봄이 필요한 가족원이 있는 경우 삶 만족도에 대한 젠더 영향이 달라지는 이유를 일부 짐작하게 한다. 특히 앞서 언급한 노동시간 감소가 그 이상의 돌봄시간 증가로 이어지는 경우가 남성이 50.4%인데 비해 여성은 84.2%에 달하는 것은 노동시간 감소가 돌봄시간 장시간화로 이어지는 경우가 여성에게 더욱 빈번하다는 것을 보여준다. 물론 남성의 경우에도 노동시간 감소와 돌봄시간 증가의 관계는 마찬가지로 노동시간 감소가 바로 삶 만족도 증가로 이어지지 않는 이유를 일부 설명한다.

## V. 결론

통상 행복 수준에 영향을 미치는 건강, 교육수준, 배우자 유무, 종사상 지위, 가구소득 등 여러 요인들을 통제하더라도 노동자들은 노동시간 길이가 길어지고 휴가 수준이 낮을수록 삶 만족도가 저하된다. 이는 한국의 노동자들이 효용이론에서 주장하는 바와 같이 소득, 성취기대 등에 따른 선호에 따라 노동시간을 배분하고 있지 않을 가능성이 높다는 것과, 한국에서 삶의 만족도를 높이기 위한 중요한 수단 중 하나는 노동시간 길이와 주당 휴무일을 늘리는 것임을 보여준다.

또한 돌봄을 요하는 가족원이 있는 노동자의 경우 노동시간 길이와 주당 휴무, 그리고 성별이 삶 만족도에 미치는 영향에 큰 변화가 나타난다. 이는 추가소득에

대한 선호와도 관련되지만, 개인의 노동시간 감소가 바로 가족 돌봄시간 증가로 이어지는 현상, 그리고 한국 가족에 뿌리 깊이 존재하는 돌봄 역할 및 돌봄시간 배분에 대한 성별 격차와 관련되어 있는 것으로 보인다. 이는 앞서 삶 만족도에 대한 젠더 영향이 돌봄이 필요한 가족 유무에 따라 달라지는 것을 통해서도 설명한 바 있다. 이는 역시 한국사회의 개인들의 삶에 대한 만족, 즉 행복 수준을 높이기 위해서는 돌봄에 대한 가족과 사회의 역할 배분, 그리고 성별 역할 변화가 필요함을 보여준다.

노동시간과 삶 만족도의 관계에 대한 이러한 검증은 한국 장시간 노동체제가 가지는 의미의 일단을 밝힘으로써 이후 한국 노동시간 논쟁과 정책 구상에 구체적인 논거 중 하나를 제공할 수 있을 것으로 기대된다. 다만 본 연구는 분석자료의 한계로 노동시간과 '주관적 삶 만족도'의 관계만을 다루었고, 노동시간과 가족관계, 소득, 여가, 사회참여 등 삶의 여러 측면들과 관련된 만족도, 혹은 행복과의 연관성을 세부적이고 심층적으로 다루지 못하였다. 이는 향후 다른 분석자료를 사용한 연구를 통해 보완될 필요가 있다.

## 참고문헌

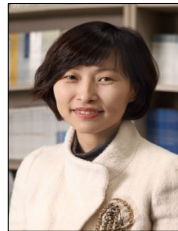
- [1] OECD, LMF2.7: Subjective well-being and satisfaction with work-life balance, [https://www.oecd.org/els/family/LMF\\_2\\_7\\_Subjective\\_well-being\\_and\\_satisfaction\\_with\\_work-life\\_balance.pdf](https://www.oecd.org/els/family/LMF_2_7_Subjective_well-being_and_satisfaction_with_work-life_balance.pdf), 2015.
- [2] 헤럴드경제, “한국 직장인 유급휴가 연간 6일, 5년 연속 세계 꼴찌...익스피디아 26개국 조사,” 2015.11.16.
- [3] 손미아, “한 자동차공장에서 연속 12시간 주야 2교대 근무 노동자들의 노동시간 및 노동강도와 수면장해의 연관성,” 대한직업환경의학회지, 제16권, 제1호, pp.13-24, 2004(3).
- [4] 김인아, “장시간 노동이 건강에 미치는 영향,” 대한직업환경의학회 제 45차 추계학술대회 자료집, pp.16-20, 2010(11).

- [5] Golden, Lonnie and Barbara Wiens-Tuers, "To your happiness? Extra hours of labor supply and worker well-being," *The Journal of Socio-Economics*, Vol.35, pp.382-397, 2006.
- [6] A. Okulicz-Kozaryn, "Europeans Work To Live and Americans Live To Work (Who is Happy to Work More: Americans or Europeans?)," *Journal of Happiness Studies*, Vol.12, No.2, pp.225-243, 2010.
- [7] Easterlin, "Does Economic Growth Improve the Human Lot? Some Empirical Evidence," In Paul A. David and Melvin W. Reder, eds., *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramovitz*, New York: Academic Press, 1974.
- [8] Stevenson, Betsey and Justin Wolfers, "Economic Growth and Subjective Well-Being: Reassessing the Easterlin Paradox," *Brookings Papers on Economic Activity Spring*, pp.1-87, Brookings Institution Press, 2008.
- [9] Gini, AI, 공보경 역, *My job, My Self, 일이란 무엇인가*, 들녘, 2007.
- [10] Joachim Bauer, 전진만 역, *Warum Unser Gluck Von Ihr Abhangt Und Wie Sie Uns Krank Macht, 왜 우리는 행복을 일에서 찾고 일을 하며 병들어갈까*, 서울: 책세상, 2015.
- [11] Svenja, 장혜경 역, *Wir Genussarbeiter: Uber Freiheit und Zwang in der Leistungsgesellschaft, 우리의 노동은 왜 우울한가*, 서울: 로도스, 2013.
- [12] 한병철 저, 김태환 역, *Mudig Keits Gesellschaft, 피로사회*, 서울: 문학과 지성사, 2012.
- [13] Heide, Holger, 강수돌 역, *Wege aus der Arbeitsgesellschaft, 노동 사회에서 벗어나기*, 경기: 박종철출판사, 2000.
- [14] 강수돌, *여유롭게 살 권리*, 다시봄, 2015.
- [15] 김영선, *잃어버린 10일: 경영 담론으로 본 한국의 휴가정치*, 이학사, 2011.
- [16] 차승은, "노동시간에 따른 시간압박과 여가제한, 건강행동의 선택 혹은 희생?," *한국인구학*, Vol.34, No.2, pp.65-90, 2011.
- [17] 한국노동연구원, "통계 프리즘: OECD 회원국의 여가시간과 삶의 질," *월간노동리뷰*, 2009년 8월호, pp.69-71, 2009.
- [18] M. Gray, L. Qu, D. Stanton, and R. Weston, "Long work hours and the wellbeing of fathers and their families," *Australian Journal of Labour Economics*, Vol.7, No.2, pp.255-273, 2004.
- [19] E. C. Prescott, "Why Do Americans Work So Much More Than Europeans?," *Federal Bank of Minneapolis Quarterly Review*, Vol.28, pp.2-13, 2004.
- [20] Hochschild, *The Time Bind-When Work Becomes Home and Home Becomes Work*, Holt Paperbacks, 2001.
- [21] 주은선, "노동인가, 돌봄인가, 여가인가? -전일제 임노동자 맞벌이 부모의 시간배분에 대한 젠더 영향과 학력의 조절효과-," *사회복지연구*, 제45권, 제3호, pp.5-34, 2014.
- [22] D. G. Myers and E. Diener, "Who is happy?," *Psychological Science*, Vol.6, pp.10 - 19, 1995.
- [23] E. Diener, E. M. Suh, and R. E. Lucas, "Subjective well-being: three decades of progress," *Psychological Bulletin*, Vol.125, pp.276-302, 1999.
- [24] 손문금, "맞벌이 부부의 무급노동분담에 대한 실증적 연구: '생활시간조사' 자료를 중심으로 페미니즘연구," Vol.5, pp.239-287, 2005.

저 자 소 개

주 은 선(Eun-Sun Joo)

정회원



- 2004년 2월 : 서울대학교 사회복지학과(사회복지학박사)
- 2007년 9월 ~ 2011년 8월 : 대구대학교 사회복지학과 교수
- 2011년 9월 ~ 현재 : 경기대학교 사회복지학과 교수

<관심분야> : 복지국가, 시간, 연금