

1인 가구 중년여성의 시간 사용 인지에 따른 생활시간 실태 연구

The Study on the Pattern of Using Daily Behaviors by Time-Use Perception of Middle-Aged Women in One-Person Households

문경아*, 조원지**
전주대학교 예술심리치료학과*, 전북연구원**

Kyung-Ah Moon(berlinmoon@jj.ac.kr)*, Won-Jee Cho(wonjee@gmail.com)**

요약

본 연구는 2019년 통계청의 생활시간조사 데이터를 활용하여 도시에서 거주하고 있는 1인 가구 40, 50대 중년여성 594명을 대상으로 시간 부족과 여유로 구분하여 시간인지 정도에 따라 일상생활-주 활동의 수행에 소비하는 시간량 패턴에 대하여 알아보았다. 일상생활 행동별 시간량의 차이에서는 두 그룹 모두 개인 관리에 상대적으로 많은 시간을 소비하고 있음을 알 수 있었다. 시간 부족 그룹은 일, 문화 및 여가활동, 가정관리 순, 시간 여유 그룹은 문화 및 여가활동, 일, 가정관리 등의 순으로 일상 시간을 사용하였다. 1인 중년여성의 시간인지는 일상생활의 주요 행동 패턴의 차이를 보이며, 문화 및 여가활동과 일은 이들의 중요한 일상 행동으로 보인다. 이 연구는 중년층 내 1인 가구 중년여성의 시간 사용을 살펴봄으로써, 향후 노년기 삶의 질 제고를 위한 생활시간 활용 방향과 정책 지원의 기초자료를 제시하고자 한다.

■ 중심어 : | 1인 가구 중년여성 | 시간인지 | 생활시간 |

Abstract

This study was conducted using data from the 2019 National Statistical Office's Life Time Survey, It was to investigate the effect of time-perception on the time-use pattern of 594 single middle-aged women in the city. This study found that there were differences of time management for daily behaviors between the insufficiently-percieved group and the sufficiently-percieved group. The both spent the most time with personal management. Secondly, the sufficiently-perceived group spent the more time with leisure activities than the insufficiently one did; the insufficiently-perceived one did the more work than the sufficiently-perceived one. The founding suggested the difference of time-use pattern by time-perception of the middle-aged women in the city. Also, the leisure activities and work were key factors to understand the daily life of the city-living middle-aged women.

■ keyword : | Middle-aged women in one-Person Household | Time-Use Perception | Life Time According |

I. 연구목적 및 필요성

중년기는 사회 전반적으로 개인 역량이 최대한 발휘 되는 중요한 시기이다[1]. 중년기는 청년기나 노년기와

다르게 생애주기 상 역할이 확연하게 차이를 보이는 발달단계임에도 불구하고 타 발달단계보다 상대적으로 부각 되지 못했다[2]. 중년기는 일상생활에서 신체 변화나 노화를 경험하기 시작하는 시기이다. 시간과 관련하여

여 자신의 역량이 발휘되는 시기인 동시에 노년기를 준비해야 하는 시기로, 시간 인지에 있어 양가적인 생각과 감정을 경험하게 되는 시기이다[3]. 인간발달은 이전 삶의 경험이 현재, 미래 삶의 형태와 질을 결정하게 된다[4]. 이에 수명 연장으로 길어진 노년기 삶에 영향을 미치게 될 현재 중년기 생활양식에 주목할 필요성은 더욱 중요해졌다. 중년기는 일과 가정 병행의 부담도 크지만, 여가와 자기개발 등 개인적 성장을 추구하고자 하는 욕구를 보이는 것으로 나타났다[5]. 중년기는 현재와 노년기 삶의 질을 결정하는 중요한 시기로 일상은 중요한 열쇠가 될 것이다.

현대사회에서 자본(capital)의 기본으로 경제적 자본이 언급되지만, 그 외 사회적·문화적 자본과 함께 시간을 중요한 자본으로 강조하였다[5]. 개인의 욕구와 가족 형태의 변화는 다양한 삶의 모습을 형성하게 되었다. 시간은 단순히 24시간이 아닌 개인의 욕구가 반영되어 구성되며, 일상생활 시간의 활용에 다양한 모습을 보이게 된다. 일상은 개인의 시간 활용에 따라 다양한 유형을 보이며, 욕구에 따라 시간 압박을 느끼게 된다. 시간 자본의 결핍을 시간 빈곤(time poverty)이라는 용어가 등장하는데[7], 시간 빈곤은 소득과 관련한 문제뿐 아니라 여가와 같은 활용 시간이 부족한 상태를 의미하기도 하며 삶의 질을 낮추는 결정적 요인으로 간주하고 있다[8]. 개인의 시간 활용은 현대인의 삶의 질을 좌우하는 것이다. 2000년대 초반 주 40시간 근무제의 도입과 함께 시간 빈곤과 일, 생활 균형에 관한 관심이 증가하며, 개인의 시간 활용은 일상생활의 시간 부족을 넘어 여러 형태의 불평등한 요소로 이어지며 성별과 계급 등에 따라 차이를 보인다[7].

중년층에서 특히 여성의 1인 가구율은 급격하게 증가하고 있다. 배우자, 자식이 있는 중년여성과 1인 가구 중년여성의 일상의 모습은 상이하며, 중년기 삶이 영향을 미칠 노년기 삶은 다른 경로, 패턴 형성을 의미한다.

서울시 여성 1인 가구 생활실태에 조사에 따르면 중년기 40, 50대에서는 이혼 비율이 증가하며, 여성 1인 가구는 2인 이상 가구보다 노동시장에서 소득이 낮은 취약한 계층으로 간주 되어왔다. 1인 중년여성 가구는 기초 생활 수급자 비중이 8%를 넘을 정도로 빈곤계층이 높으며 근로 능력이 있는 비취업자 비중도 높다는

연구 결과에 집중하며 경제 상태 및 활동이 시간 사용과 연관성이 있는 것으로 접근하였다[9].

중년기 여성의 시간 연구는 일-가정 양립에 대한 관심이 주를 이루었으나, 최근 1인 중년여성 가구의 증가는 기존 중년기 여성의 시간 사용과 빈곤에 대한 논의의 변화를 의미한다. 이들 1인 중년여성 가구의 일상생활을 인지하는 방식과 사용에 대한 논의가 필요한 시점이다. 기존 선행연구를 살펴보면 기혼여성의 시간 사용에 관한 연구는 존재하지만, 1인 중년여성 가구의 시간 사용 연구가 부재하다. 1인 중년여성 가구의 시간 사용에 주목해야 할 이유는 바로 시간 빈곤이 소득과 함께 성별, 혼인 여부 등 다양한 인구 사회학적 요인에 영향을 받는 것으로 나타났다[6][8][11-13]. 여성은 남성에 비해 시간 빈곤에 취약하며, 그중 소득이 낮은 여성이 더 시간 빈곤에 취약하다는 결과와 기혼 또는 이혼이나 사별한 경우 시간 빈곤과의 상관관계가 있다고 제시하였다[11][12]. 한국의 취업 기혼여성의 경우 총 노동시간이 다른 나라 여성들과 비교하여 가장 길어 수면시간과 자유시간의 제약을 받는 것으로 나타났으며, 비취업 상태 여성의 경우 무급노동 시간이 역시 적지 않다는 결과를 보여주었다. 즉, 취업/비취업에 따라 시간 배분에 대비되는 현상으로 자유시간의 절대적 양이나 활동의 종류, 각 활동에 투자되는 시간 차이를 보인다고 하였다[14].

시간 빈곤은 가족 유형과 관계없이 개인의 삶에 영향을 미치는 중요한 요인으로 강조하며[12], 최근 증가하고 있는 1인 여성 가구의 삶의 질을 결정하는 일상생활 시간 활용에 주목할 필요가 있다. 중년 1인 가구에 대한 연구는 노인 또는 청년 1인 가구에 비해 상대적으로 덜 주목받고 있으며, 이들은 곧 노년층에 편입된다는 점[15]에서 다각적으로 살펴볼 필요가 있다. 이 연구에서는 1인 가구 중 특히 증가 현상이 두드러지는 중년여성 1인 가구를 대상으로 일상생활 시간 사용 인지 정도에 따라 다양한 일상생활 활동을 수행하는데 시간 사용의 양상을 파악하고자 한다. 1인 가구 중년여성의 시간 사용에서 교제 및 참여 활동, 문화 및 여가 활동을 파악하는 것은 노년기 삶의 질을 결정짓는 신체적, 정서적 생활 설계에 필요한 자료로 제공할 수 있는 근거를 마련할 것이다.

II. 연구 방법

1. 연구대상 및 자료

이 연구는 도시에 거주하고 있는 1인 가구 중년여성의 시간 사용 인지와 주 행동 시간량과 관계를 살펴보기 위해 통계청에서 수행한 '2019 생활시간' 데이터를 활용하여 진행되었다. 이 연구는 도시에 거주하고 있는 40대와 50대 여성 중 1인 가구만을 선택하여 분석하였다.

농촌에 거주하는 중년여성을 제외한 이유는 중년기 여성의 경우 기혼인 경우가 다수이며, 1인 여성 가구주는 노년기의 여성이 대부분을 차지하고 있기 때문이다.

'2019년 생활시간조사'는 통계청에서 5년마다 수행하고 있는 생활시간조사의 가장 최근 조사로, 2014년 이후 5년 동안 한국인의 일상생활 변화를 확인할 수 있다.

이 연구에서 추출하여 사용된 도시 1인 가구인 중년 여성은 594명으로 파악되었으며, 이들의 일반적 특성은 [표 1]에 제시하였다.

연구대상자 총 594명 중 44.1%가 일상생활 시간 사용에 있어 부족하다고 인지하였으며, 55.9%는 시간 사용에 여유가 있다고 응답하였다. 연령을 살펴보면, 40대 여성은 218명, 50대 여성은 376명으로 50대 여성이 63.3%로 40대보다 상대적으로 더 많이 차지하였다. 분석대상의 교육 수준을 살펴보면, 고졸이 278명으로 전체 46.8%로 가장 많았으며, 대졸(전문대 이상) 26.9%, 중졸 15.8% 등 순으로 나타났다. 도시 중년여성의 46.5%가 별거를 포함하여 이혼에 따른 1인 가구가 형성되었으며, 비혼 32.7%, 사별 20.9%로 차지하였다. 이혼(별거 포함)이 도시 여성의 1인 가구 형성의 주요 요인으로 나타났으며, 결혼하지 않은 경우는 도시 중년여성의 1/3을 넘는 것으로 확인할 수 있었다.

연구대상자의 가구소득을 보면 200만원 미만이 70.4%로 가장 큰 비중을 차지하였으며, 200만원~400만원 미만은 23.7%로 나타났다. 직업 유형의 비율은 서비스종사자가 30.1%로 가장 높고, 단순노무직 19.4%, 전문가 및 관련 종사자 15.3%, 사무종사자 13.4%, 판매종사자 11.6% 등 순으로 나타났다. 분석대상인 여성의 대부분은 취업 형태가 전일제로 71.0%를 차지하였다.

2. 변수설명 및 분석 방법

이 연구는 1인 가구를 형성하고 나아가고 있는 도시 중년여성의 일상생활 중 생활시간이 부족 또는 여유가 있다고 인지 정도에 따라 주 행동 시간량에 차이가 있는지를 살펴보고자 한다.

1인 가구인 중년여성의 '시간 사용 인지'를 살펴보기 위하여 '평소 시간을 어떻게 느끼십니까?'의 문항을 활용하였다. 4점 리커트 척도로 1~4점의 점수 범위를 가지며 '항상 부족하다고 느낌'은 1점, '가끔 부족하다고 느낌'은 2점, '약간 여유 있다고 느낌'은 3점, '항상 여유 있다고 느낌'은 4점으로 시간 사용 인지를 측정하였다. 분석대상의 시간 사용 인지 수준을 '여유'와 '부족'을 구분하기 위하여 1점과 2점으로 응답한 여성은 '부족' 그룹으로 1로, 3점과 4점은 '여유' 그룹으로 2로 재코딩하여 사용하였다.

2019 생활시간조사는 10분 단위로 모든 행위 시간을 측정하였다. 이 연구에서 사용된 '주 행동 시간량'은 시간일지에서 주 행동으로 기록된 시간으로 분 단위로 측정하였다. '주 행동 시간량'은 '개인 유지', '일', '학습', '가정관리', '가족 및 가구원 돌보기', '자원봉사 및 무급 연수', '교제 및 참여 활동', '문화 및 여가활동', '이동'을 주 행위로 기록된 시간을 의미한다.

표 1. 분석대상 중년여성의 일반적 특성

구분	특성	N	%
시간사용 인지	부족	262	44.1
	여유	332	55.9
연령그룹	40대	218	36.7
	50대	376	63.3
교육수준	무학	4	0.7
	초졸	32	5.4
	중졸	94	15.8
	고졸	278	46.8
	대졸(전문대 포함)	160	26.9
	대학원 이상	26	4.4
혼인상태	미혼	194	32.7
	사별	124	20.9
	이혼(별거포함)	276	46.5
가구총소득	200만원 미만	146	70.4
	200만원~400만원 미만	90	23.9

	400만원~600만원 미만	16	3.7
	600만원 이상	10	2.0
직업	관리자	12	2.8
	전문가 및 관련종사자	66	15.3
	사무종사자	58	13.4
	서비스종사자	130	30.1
	판매종사자	50	11.6
	장치 기계조작 및 조립 종사자	14	3.2
	단순노무직	84	19.4
	기타	18	4.2
취업형태	전일제	240	71.0
	시간제	98	29.0

‘개인 유지’는 수면, 식사 및 간식 섭취, 개인 건강관리, 개인위생 및 외모 관리 행동을 포함하며, ‘일’은 법·정부 기관·비영리단체 등의 일, 가계비법인의 일, 무급가족 일, 기타 일 관련 활동, 구직 및 창업 활동, 자가 소비를 위한 일로 구성되었다. ‘학습’은 학교 활동, 학교 활동 외 학습활동을, ‘가정관리’는 음식 준비, 의류 관리, 청소 및 정리, 주거 및 가정용품 관리, 차량 관리 및 유지, 반려동물 및 식물 돌보기, 상품 및 서비스 구입, 기타 가정관리로 포함하였다. 만 10세 미만 아이 돌보기, 만 10세 이상 미성년자 돌보기, 장기 돌봄 필요 성인 돌보기, 독립적인 성인 돌보기로 구성된 ‘가족 및 가원 돌보기’, 비조직 기반 자원봉사, 조직 및 공동체 기반의 자원봉사, 무급연수 및 관련 활동인 ‘자원봉사 및 무급연수’, 교제 활동, 참여 활동, ‘종교활동’과 같은 의례 활동, 문화 및 관광 활동, 미디어를 이용한 여가활동, 스포츠 및 레포츠, 게임 및 놀이, 휴식 관련 행동, 기타 여가활동인 ‘문화 및 여가활동’ 시간량을 사용하였다.

평소 일상생활 수행 시 시간 부족하다는 중년여성과 여유가 있다고 응답한 여성 간 ‘교육 수준’, ‘혼인상태’, ‘가구 총소득’, ‘직업’, ‘취업 형태’의 차이를 살펴보았다. 교육 수준은 무학, 초등학교 졸업, 중학교 졸업, 고등학교 졸업, 대학교 졸업(전문대 포함), 대학원 이상으로 구분하였다. 혼인상태는 미혼, 사별, 이혼(별거 포함)으로 구성하였으며, 가구소득은 200만원 미만, 200만원~400만원 미만, 400만원~600만원 미만, 600만원 이상으로 재구성하였다. 직업 유형은 관리자, 전문가 및 관련 종사자, 사무종사자, 서비스종사자, 판매종사자,

장치 기계조작 및 조립 종사자, 단순노무직, 기타로, 취업 형태는 전일제와 시간제로 구성되었다.

이 연구의 데이터 통계분석은 SPSS 25를 사용하였다. 일상 시간 사용에 부족하다고 인지하거나 여유가 있다고 인지하고 있는 도시 1인 가구 중년여성 간의 일반적 특성인 교육 수준, 혼인상태, 가구 총소득, 직업, 취업 형태 분포별 차이가 있는지 살펴보기 위해 교차분석을 실시하였다. 도시 1인 가구 중년여성을 시간 사용 부족 그룹과 여유 그룹으로 나누어 일상 주 행동간 평균 시간량에 차이가 있는지 t-test를 수행하였다.

III. 연구 결과

1. 연구대상 및 자료

이 연구대상자 594명 중 시간 사용 부족 그룹 262명과 시간 사용 여유 그룹 332명 간의 교육 수준, 혼인상태, 가구 총소득, 직업, 취업상태 요인별 분포가 통계적으로 차이가 있는지를 확인하였다.

첫째, 연령별 분포의 차이를 살펴본 결과, 부족 그룹의 연령대는 55.0%가 50대였으며, 40대는 45.0%를 차지하였다. 여유 그룹은 전체 332명 중 69.9%가 50대, 40대는 30.1%로 시간 사용 인지 그룹별 연령대 분포는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 시간 사용 인지 그룹의 교육 수준의 분포에서 부족하다고 인지하는 집단은 전체 중 45.0%가 고졸로 가장 높은 비율을 차지하였으며, 다음으로 전문대를 포함하여 대졸이 29.8%, 중졸 이하 18.5% 등으로 나타났다. 여유를 느끼는 그룹은 48.2%가 고졸이었으며 중졸 이하와 전문대 포함 대졸은 각각 24.7%를 차지하여 통계적으로 유의미한 시간 사용 인지 그룹별 교육 수준 분포를 보여주었다. 통계적으로 유의미한 분포는 가구소득, 직업, 취업 형태에서 나타났다. 가구소득은 부족 그룹에서 절반 이상인 55.7%가 200만원 미만으로 나타났으며, 다음으로 200만원~400만원 미만은 34.3%를 차지하였다. 여유 그룹에서 200만원 미만은 81.9%로 상대적으로 큰 비중을 차지하였으며, 15.7%는 200만원~400만원 미만으로 응답하였다. 직업 유형은 부족 그룹 전체 중 28.1%가 서비스종사자로 가장 많은 비율을 차지하였으며, 다음

으로 전문가 및 관련 종사자 18.2%, 단순노무직 17.4%, 판매종사자 13.2%, 사무종사자 12.4% 등으로 나타났다. 반면, 여유 그룹은 32.6%가 서비스종사자로 응답하였으나, 단순노무직이 22.1%, 사무종사자 14.7%, 전문직 및 관련 종사자 11.6% 등 순으로 나타났다. 부족 그룹에서 전일제로 취업한 비율은 76.6%, 시간제는 23.4%로 나타났으며, 여유 그룹에서 전일제와 시간제는 각각 64.0%, 36.0%를 차지하였다.

표 2. 시간사용 인지그룹별 일반적 특성 분포 (단위:%, 명)

구분		시간사용 인지		x ²
		부족	여유	
전체		262	332	
연령	40대	45.0 (118)	30.1 (100)	14.03***
	50대	55.0 (144)	69.9 (232)	
교육 수준	중졸 이하	18.5 (48)	24.7 (82)	13.93*
	고졸	45.0 (118)	48.2 (160)	
	대졸 (전문대 포함)	29.8 (78)	24.7 (82)	
	대학원	6.9 (18)	2.4 (8)	
혼인 상태	미혼	37.4 (98)	28.9 (96)	5.91
	사별	17.6 (46)	23.5 (78)	
	이혼(동거포함)	45.0 (118)	47.6 (158)	
가구 소득	200만원 미만	55.7 (146)	81.9 (272)	51.16***
	200~400만원미만	34.4 (90)	15.7 (52)	
	400~600만원미만	6.1 (16)	1.8 (6)	
	600만원 이상	3.8 (10)	0.6 (2)	
직업	관리자	2.5 (6)	3.2 (6)	15.71*
	전문가 및 관련종사자	18.2 (44)	11.6 (22)	
	사무종사자	12.4 (30)	14.7 (28)	
	서비스종사자	28.1 (68)	32.6 (62)	
	판매종사자	13.2 (32)	9.5 (18)	
	장치 기계조작 및 조립 종사자	5.0 (12)	1.1(2)	
	단순노문직	17.4 (42)	22.1 (42)	
취업 형태	기타	3.2 (8)	5.3 (10)	6.43*
	전일제	76.6 (144)	64.0 (96)	
	시간제	23.4 (44)	36.0 (54)	

주: *p<.05, **p<.01, ***p<.001

하루 생활시간 사용에 부족 또는 여유가 있다고 인식하는 그룹별 주 행동별 시간량의 차이를 살펴보았다. 주 행동은 개인 유지, 일, 학습, 가정관리, 가족 돌봄, 자원봉사 및 무급연수, 교제 및 참여 활동, 문화 및 여가 활동, 이동 9개로 구분하여 각 그룹의 평균 시간량을 통계적으로 유의미한지 비교 분석하였다.

부족 그룹과 여유 그룹 모두 일상생활 중 수면, 식사 및 간식 섭취, 개인위생 및 외모 관리 등 개인 관리에 상대적으로 많은 시간을 소비하였다. 다음으로 부족 그룹은 일, 문화 및 여가활동, 가정관리 등 순으로 시간으로 소비하였다. 반면, 여유 그룹은 문화 및 여가활동, 일, 가정관리 등 순으로 일상 시간을 사용하였다.

통계적으로 유의미한 주 행동은 개인 유지, 일, 학습, 가정관리, 자원봉사 및 무급연수, 교제 및 참여 활동, 문화 및 여가활동으로 나타났다. 개인 유지를 위해 부족 그룹은 702.48분을 사용한 반면, 여유 그룹은 725.78분으로 21.3분을 더 사용한 것으로 나타났다. 일의 평균 시간량의 그룹 차이는 156.38분으로 부족 그룹은 평균 296.11분, 여유 그룹은 139.73분을 소비하였다. 가정관리의 경우, 여유 그룹은 135.42분을 평균적으로 소비하였으며, 부족 그룹은 이보다 33.21분이 적은 102.21분을 사용한 것으로 나타났다. 교제 및 참여 활동 부문에서 부족 그룹은 57.21분을 소비하였으며, 여유 그룹은 90.12분으로 교제 및 참여 활동에 부족 그룹보다 32.91분을 상대적으로 많은 시간을 사용하였다. 문화 및 여가활동에 부족 그룹은 172.33분, 여유 그룹은 254.19분을 각각 시간을 소비하였으며, 여유 그룹은 부족 그룹에 비해 상대적으로 81.86분을 더 소비하는 것으로 나타났다. 그 외 학습, 가족 돌봄, 자원봉사 및 무급연수는 두 그룹이 소비하는 시간량이 상대적으로 적었으나, 두 집단 간 평균 시간량은 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다.

표 3. 시간 사용 인지 그룹별 주행동 시간량

구분	N	평균	표준편차	df	t
개인유지	부족	262	702.48	592	-2.44*
	여유	332	725.78		
일	부족	262	296.11	517.50	9.01***
	여유	332	139.73		

	여유	332	139.73	192.63		
학습	부족	262	11.79	50.80	361.32	2.50*
	여유	332	3.22	25.18		
가정관리	부족	262	102.21	93.68	592	-4.15***
	여유	332	135.42	99.23		
가족돌봄	부족	262	1.18	10.38	592	-0.84
	여유	332	2.23	18.01		
자원봉사 및 무급연수	부족	262	0.65	6.72	388.70	-2.42*
	여유	332	4.16	25.35		
교제 및 참여활동	부족	262	57.21	66.75	571.68	-4.70***
	여유	332	90.12	103.02		
문화 및 여가활동	부족	262	172.33	127.48	591.57	-7.01***
	여유	332	254.19	157.27		
이동	부족	262	96.03	71.644	592	1.85
	여유	332	86.15	71.06		

주: *p<.05, **p<.01, ***p<.001

시간 부족 그룹과 시간 여유 그룹의 하루 시간을 소비한 후 느끼는 피곤함 정도를 살펴본 결과, 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 부족 그룹은 평균 1.64점으로 피곤한 것으로 나타났으나, 여유 그룹은 2.12점으로 부족 그룹에 비해 상대적으로 피곤함 정도가 낮게 나타났다.

여가만족도는 여유 그룹 2.81점, 부족 그룹 3.17점으로 유의미한 결과를 보였다. 여유 그룹의 평균 여가만족도는 보통보다 높게 나타났으며, 부족 그룹에 비해 여가만족도가 상대적으로 높게 나타났다.

표 4. 시간 사용 인지 그룹별 피곤함과 여가만족도

구분	N	평균	표준편차	df	t	
피곤함	부족	262	1.64	0.04	586.03	-8.16***
	여유	332	2.12	0.05		
여가만족도						

부족	262	3.17	0.05	592	4.85***
여유	332	2.81	0.05		

주: *p<.05, **p<.01, ***p<.001

IV. 결론 및 제언

이 연구는 도시 거주 1인 가구 중년여성의 시간 사용을 분석하여 이들의 생활세계를 구체적으로 알아보는 것에 목적을 두었다. 기존 중년여성에 대한 논문들은 주로 기혼여성을 대상으로 하거나 비혼여성의 삶의 인식도 및 만족도를 주로 다루고 있다. 그러나 1인 가구 중년여성이 지속적으로 늘고 있다는 점을 고려한다면, 삶의 인식 만족도 외에 이들의 생활시간을 구체적으로 파악하는 것도 중요한 것이다. 가장 최근에 이루어진 2019년 생활시간조사에서 1인 가구 중년여성 594명은 모두 취업상태에 있었으며, 연구 결과에서 매우 유의미하게 나타난 부분은 일, 가정관리, 교제 및 참여 활동, 문화 및 여가활동으로 나타났다. 이와 같은 연구 결과에 미루어보아 1인 중년여성 가구의 시간인지에 따른 취업 형태 분포의 차이는 시간인지에 따라 일에 소비하는 시간량의 차이를 보이며, 그 외 일상생활 활동의 시간 사용 양상의 차이를 보일 것으로 예측할 수 있다. 자식을 돌보는 가족 돌봄에서는 기혼여성에 비해 비교적 자유로운 것으로 해석할 수 있으나 원 가족 돌봄의 의무가 어느 정도 존재하는 것으로 보인다. 그리고 음식 준비, 세탁, 청소, 반려동물 돌보기와 같은 가정관리와 관련하여 삶의 질과 직접적으로 연결되는 주거환경 돌봄에 타 1인 가구보다 생활에서 상대적으로 중요한 일상 행동으로 볼 수 있다. 이는 여성의 기타 개인 관리와 가사노동시간이 남성에 비해 높고, 특히 1인 가구에서는 가족 구성원의 도움 없이 가사노동을 혼자 수행해야 하므로 시간 부족이 높은 경향을 보이며 여가에 남성보다 적은 시간을 사용한다는 연구 결과[16]와 연결 지을 수 있다. 또한 중장년 여성 1인 가구에 주거환경과 치안은 삶의 질에 중요한 요인이라는 연구 결과[15]는 사회 정책적인 지원 방안의 필요성을 보여준다.

교제 활동과 여가활동에서 크게 유의미한 결과는 1인 가구의 시간 인지에서 노동시간을 제외하고 개인을

위한 시간을 어떻게 보내는지는 차이를 보인다. 1인 가구는 다인 가구와는 상이한 생활방식과 활동 영역별 시간 사용의 차이를 보이며 일상생활 활동 수행을 위한 시간량의 차이를 보인다[16]. 1인 가구의 여가활동은 주로 혼자서 보내는 비중이 높고 가족과 보내는 비중은 가장 낮으며, 취미 및 자기개발 그리고 문화예술 참여 비율이 높다는 결과[15]를 뒷받침한다. 시간 여유 그룹이 시간 부족 그룹보다는 더 많게 분포하고 있으나 경제활동 등으로 인해 다른 1인 가구에 비해 문화적 요인에 열악한 것으로 보여진다. 실제로 1인 가구의 삶의 질에 대한 한성민의 연구[15]에 따르면 혼밥, 혼술에 익숙한 청년 1인 가구에 비해 중장년 1인 가구의 경우 혼자서 문화생활을 하는 것에 큰 불편감을 가지고 있다고 보고하였다. 시간 부족 그룹이나 시간 여유 그룹 모두 시간상의 제약과 상관없이 교제 및 참여 활동 그리고 문화 및 여가 활동에 대하여 추후 구체적으로 알아보는 것은 노년기 여가 시간의 질과도 연결되므로 1인 가구 중년여성의 일상을 어떻게 소비하고 있는지 개괄하는 것은 중요하다.

시간 부족 그룹과 시간 여유 그룹의 피곤함 정도와 여가만족도의 유의미한 결과는 삶의 질과 직접적으로 연결되는 부분으로 1인 가구 중년여성의 특정 생활 양상을 파악하여 대처할 필요가 있음을 보여준다. 교육 수준에서는 시간 여유 그룹과 부족 그룹 간 차이는 중졸과 고졸의 중년여성들이 시간 여유에 높은 결과를 보여 전일제가 아닌 시간제 직장의 비중이 높으며, 학력이 높을수록 전문직을 비롯한 전일제에 종사하는 여성이 많은 것으로 예측할 수 있다. 또한 현재 중년여성들은 주로 이혼으로 인해 1인 가구를 형성하는 경향을 보였다. 이혼율이 높아지는 현상을 반영하는 것으로 볼 수 있으며, 비혼을 추구하는 현 젊은 세대의 사회적 추세를 고려한다면 앞으로도 1인 가구 수는 지속적으로 늘어날 것으로 예측할 수 있다. 1인 가구의 증가는 사회구조의 변동을 가져오며 다양한 생활 형태에서 여러 욕구나 문제점이 발생하게 되며, 이는 경제적 문제와 함께 사회적 고립으로 연결된다는 본질적인 문제이다[16]. 다양한 수요에 대한 경제적 대응뿐만 아니라 사회적 대응이 필요한 시점이다. 1인 가구의 삶의 질이 상대적으로 다인 가구에 비해 낮게 나타나고 있

나 이에 비해, 1인 가구의 생활실태 파악과 함께 법적·행정적 지원 기반을 갖추고 있지 않다[15][18]. 중장년 1인 가구의 경우 문화적 여건이 취약하며[18], 삶의 질에 영향을 미치는 사회적 관계망과 문화·여가 활동 지원을 위한 다양한 지원프로그램의 필요성을 주목할 필요가 있는 것이다.

이 연구는 1인 중년여성 가구에서 시간 부족 그룹과 시간 여유 그룹으로 구분하여 이들의 일상생활을 시간 소비방식을 통해 살펴보았다. 시간 사용 비교 분석 외 추후 연구에서는 가장 유의미하게 현재 삶의 질에 영향을 미칠 수 있는 시간 소비의 패턴 요인을 파악하고 삶의 만족도, 시간 소비에 따른 스트레스 등을 살펴볼 필요가 있다. 우선적으로 이 연구는 1인 가구 중년여성의 일상생활 활용 패턴을 통해 현재 삶의 질을 높일 수 있는 정책 마련에 기초자료로 활용될 수 있다. 또한 1인 가구의 형성은 세대별 각기 다른 요인이 반영되고 있으므로 세분화된 자료수집이 필요하다. 그러므로 세대 간 생활양식 차이를 살펴보기 위해서 생활시간 실태를 비교, 분석하는 것은 앞으로도 중요할 것으로 예상된다. 구체적인 실태연구를 통해 자료를 활용하여 도시 1인 가구뿐 아니라 지역사회의 특성이 반영된 구체적이고 정책적인 대안 마련이 필요하다. 특히 1999년부터 시작된 5개년 생활시간조사의 1인 가구 중년여성의 일상 생활시간 소비 패턴의 시계열분석은 이들의 삶의 변화를 유추하여 노년기 삶의 변화 또한 예측할 수 있을 것이다. 추후 생활시간 실태연구를 위해서 도시 거주 노인의 생활시간 분석과 도시·농촌 노인의 생활시간 비교 분석 등 성별 및 세대를 아우르는 여러 연구가 필요할 것으로 사료된다.

참 고 문 헌

- [1] D. J. Levinson, *여자가 겪는 인생의 사계절*, 김애순 역, 이화여자대학교 출판부, 2012.
- [2] P. B. Baltes, U. Lindenberger, and U. M. Staudinger, "Die zwei Gesichter der Intelligenz im Alter," *Spektrum der Wissenschaft*, Vol.2, pp.78-87, 1998.
- [3] D. Bainbridge, *중년의 발견*, 이은주 역, 청림출판,

2013.

- [4] 이도희, 정명자, 유영설, “중장년의 삶의 사다리 인식에 대한 영향요인 분석,” 한국콘텐츠학회논문지, 제21권, 제1호, pp.511-519, 2021.
- [5] 김선숙, *노년기 비혼여성의 노부모돌봄 경험에 관한 질적연구*, 서울기독대학교 대학원, 박사학위논문, 2019.
- [6] 노혜진, “시간빈곤과 시간불평등의 의미와 실태,” 월간복지동향, 제225권, pp.5-13, 2017.
- [7] 은기수, “시간빈곤의 사회학적 접근,” 한국가족자원경영학회 학술대회논문집, pp.3-12, 2015.
- [8] 김교성, 노혜진, *한국의 빈곤. 다차원적 접근과 재생산 메카니즘*, 서울의 집, 2011.
- [9] 박진, 김연재, *서울 1인가구 여성의 삶 연구: 4050 생활실태 및 정책지원방안*, 서울시 여성가족재단 연구사업보고서, pp.1-204, 2016.
- [10] 노혜진, “시간빈곤과 이중빈곤의 실태와 영향요인,” 사회복지정책, 제46권, 제4호, pp.65-90, 2019.
- [11] 박세정, “소득 계층에 따른 시간 빈곤 결정요인 분석,” 보건사회연구, 제40권, 제1호, pp.206-237, 2020.
- [12] 박예은, 윤미, 이예슬, 이효진, 정익중, “시간빈곤이 일가족양립 만족도에 미치는 영향-미취학자녀를 둔 기혼취업여성을 중심으로,” 사회과학연구, 제32권, 제2호, pp.35-56, 2016.
- [13] 오혜은, “시간과 소득의 동시 빈곤에 관한 연구-남녀 가구주를 중심으로,” 사회복지정책, 제44권, 제1호, pp.161-185, 2017.
- [14] 차승은, 은기수, 전지원, Kimberly Fisher, “한국 기혼여성의 시간사용과 일-삶의 균형의 실태,” 통계연구, 제20권, 제1호, pp.24-48, 2015.
- [15] 한성민, *1인 가구 삶의 질 영향요인에 관한 연구*, 성균관대학교 대학원, 박사학위논문, 2018.
- [16] 박은정, “1인가구와 다인가구 미혼자의 전일제임금 근로자의 시간사용과 시간부족감에 관한 연구,” 한국가정관리학회지, 제37권, 제3호, pp.1-18, 2019.
- [17] 박미석, 전지원, “비혼 1인가구의 생활불안 및 사회적 지지가 삶의 질에 미치는 영향,” 한국가정관리학회지, 제35권, 제4호, pp.25-42, 2017.
- [18] 김순정, *1인 가구주의 생활만족도 및 우울에 영향을 미치는 생태학적 변인에 관한 연구*, 청주대학교 대학원, 석사학위논문, 2019.

저자 소개

문 경 아(Kyung-Ah Moon)

정회원



■ 현재 : 전주대학교 예술심리치료학과 조교수

〈관심분야〉 : 미술심리치료학, 중년여성

조 원 지(Won-Jee Cho)

정회원



■ 현재 : 전북연구원 산업경제연구부

〈관심분야〉 : 노년학, 가족학, 농촌사회