

## 노동시간이 개인의 행복도에 미치는 영향 연구

박라인<sup>1)</sup> · 손희전<sup>2)</sup> · 나현미<sup>3)</sup>

### 요약

본 연구는 행복도라는 지표를 주관적 삶의 질이라는 개념을 측정하는 지표로 간주하여 노동시간의 길이와 행복도간의 관계를 한국교육고용패널(Korean Education and Employment Panel) 10차 조사의 고3코호트 임금노동자를 대상으로 분석한다. 본 연구의 연구목적은 노동시간이 일-생활 균형에서 어떠한 영향을 주는지를 알아보려하는 것이며 이를 위해 기존의 연구들에서 주목받아온 일-가정, 일-여가의 관계를 매개변수로 하고 행복도를 최종 종속변수로 하는 연구모형을 설정한다. 분석결과 일-가정 관계에서 노동시간은 부정적인 영향을 주는 것으로 나타났으며 일-여가 관계에서는 창조적 여가의 가능성을 차단하는 것으로 나타났다. 행복도와와의 관계를 분석한 최종 모델에서는 매개변수들을 고려해도 노동시간 길이가 행복도에 직접 부정적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과를 종합하면, 노동시간의 길이는 삶의 질 전반에 영향을 주는 중요한 요인임이 밝혀졌으며 노동시간 축소 및 일-생활 양립을 위한 정책은 근로자들의 모든 생활 영역을 종합적으로 고려하는 관점의 정책이 되어야 한다는 결론을 내릴 수 있었다.

### I. 문제제기

최근 몇 년 동안 한국의 노동시간은 사회적으로나 정책적으로나 큰 화두가 되어 왔다. OECD 국가들 중 단연 압도적인 노동시간을 기록할 만큼 한국의 장시간 노동은 심각한 문제였고 이를 해결하기 위한 다양한 대책들이 제시되어 왔다. 전임 이명박정부는 노사정위원회 산하에 근로시간, 임금제도 개선위원회(2009~2010), 실근로시간 단축위원회(2012)를 설치해 제도개선을 모색했고 현정부 역시 최근에 노동시장구조개선특별위원회를 출범시키며 문제해결의 의지를 보여주고 있다.

그러나 이 과정에서 제시된 제도개선안과 대책들은 대부분 일자리창출, 생산성 향상과 같은 수량적, 경제적 측면에만 관심을 기울였을 뿐 노동시간에 영향을 받는 근로자들의 삶과 그 질에 대해서는 비교적 무관심했다. 문제는 이러한 접근이 일-생활의 균형을 갈망하는 근로자들

1) 한국직업능력개발원 연구원  
2) 한국직업능력개발원 연구원  
3) 한국직업능력개발원 연구위원

의 실질적인 요구를 전혀 반영하지 못하고 있다는 것이다. 노동시간의 영향력은 작업장과 일터에서의 삶에서 그치는 것이 아니라 가정과 여가, 사회관계 등 삶의 여타 다양한 영역에 미친다. 따라서 노동시간 문제에 대한 대책은 개인의 삶 전체를 고려하지 않으면 안 되며 그렇지 않다면 반쪽짜리 대책에 그칠 뿐이다. 노동시간의 단축에만 신경을 쓸 것이 아니라 노동시간 단축을 통해 어떻게 삶의 질을 향상시킬 수 있는가를 고민해야 하는 것이다.

생산성 향상의 측면에서도 수량적, 경제적 측면에만 주목하는 것은 한계가 있다. 일-생활의 균형은 생산성 향상의 전제 조건이기 때문이다. 국가별 노동관을 조사한 한 연구(최숙희, 2008)에 따르면 일-생활의 붕괴로 형성된 한국의 부정적인 노동관은 노동력의 질을 높이는 데 있어 장애물로 작용할 가능성이 높은 것으로 나타났다. 한국의 근로자들은 일을 단순히 생계유지를 위한 수단으로 받아들였고 일에 대한 흥미, 새로운 기술에 대한 관심, 일에 대한 만족도 등에서 매우 낮은 점수를 기록했다. 이런 상황이 지속된다면 창조적 잠재력을 갖춘 질 높은 노동력의 육성은 요원한 일이 되고 노동 생산성의 향상도 달성하기 힘들어 질 것이다.

이러한 문제의식에 따라 본 연구는 노동시간이 근로자들의 삶에 미치는 영향에 주목하고 이를 양적 자료를 통해 밝혀내려한다. 노동시간의 길이가 삶의 질에 미치는 영향을 경험적으로 밝혀냄으로써 노동시간 감축을 위한 올바른 정책대안 마련의 기초가 되려는 것이다. 구체적인 연구 과제는 다음과 같다. 먼저, 기존의 연구들에서 사례조사 등을 통해 주목해왔던 노동시간-가정, 노동시간-여가의 관계에 대한 경험적 분석을 실시한다. 두 번째로 일-가정-여가를 매개 변수로 하여 개인들의 궁극적인 삶의 만족도인 행복도와의 관계를 분석한다. 노동시간과 관련된 기존의 연구들이 대부분 일-가정, 일-여가의 관계에만 주목하고 행복도에 관한 연구들이 노동시간에 대해 무심했던 점을 비판하고 노동시간-가정, 여가-행복도로 이어지는 종합 연구 모형을 설정하고 이를 통해 노동시간이 개인의 삶에 어떠한 영향을 주고 있는지를 밝혀낼 것이다.

## II. 이론적 논의와 연구모형설정

### 1. 노동시간과 삶의 관계 전반에 관한 이론

노동시간-삶의 관계에 대해서는 많은 이론들이 제시되어 왔다. 먼저 전이이론(spillover theory)에 따르면 노동과정에서 생겨나는 감정과 정서들의 영향력은 일터의 경계를 넘어서서 가정과 여가로 전이된다(김정운 외, 2005). 일터에서의 피로감, 스트레스가 가정에서도 그대로 이어지는가하면 노동과정에서 얻게 된 책임감과 리더십이 가정에서도 그대로 이어질 수 있다는 것이다. 또 한편으로 보상이론(compensation theory)이라는 것이 제시되는데 이 이론은 일터에서의 피로와 스트레스를 보상받기 위해 개인들이 가정이나 여가에서 만족을 찾으려한다고

주장한다(Staines 1980). 마지막으로 일-가정 경계이론(work-family border theory)은 단순한 정서적 상호영향을 넘어서서 서로의 영역을 매일 넘나들며 균형을 관리하는 개인들의 경계왕래자로서의 성격을 강조한다(Clark 2000).

영향력의 방향이나 종류, 개인주체들의 능동성에 관해 약간의 이견들이 있기는 하지만 세 이론 모두 공통적으로 노동의 영역과 가정 및 여가 등 기타 삶의 영역이 분리되어 있지 않다는 전제에서 출발하고 있다. 노동과 삶의 나머지 영역은 서로 밀접한 영향을 주고받으며 전체 삶을 구성하고 있다. 문제는 어느 한쪽의 우위가 지속될 때이다. 특히, 유급 노동의 우위는 삶의 다른 영역을 노동의 논리대로 구성하게 만들 가능성이 높다(Rapoport and Gambles 2006). 자본주의 사회에서 유급노동은 생존을 위한 필요이며 최우선 과제이기 때문이다. 노동시간이 다른 시간들을 압도할수록 필요의 논리에 따라 다른 삶의 영역들은 노동의 요구에 종속되어 갈 것이며 이 과정에서 노동은 고통이 되고 일-생활의 균형은 깨어져 궁극적으로는 삶 전체가 피폐해져 간다. 특히 앞서 문제제기 부분에서 이야기했듯이 노동을 생계유지의 수단으로 보는 경향이 강한 한국의 근로자들은 노동시간의 우위 속에서 다른 삶들을 포획 당할 가능성이 더욱 높다는 점에서 매우 우려스럽다 하겠다.

## 2. 노동시간-가정 관계에 관한 이론

일-생활의 관계에서 학자들이 가장 먼저 주목한 영역은 일-가정의 균형 또는 양립이라는 주제였다. 일-가정 균형(work-family balance) 또는 양립(work-family reconciliation)이란 일반적으로 일과 가정/개인 영역 사이에서 지각된 균형감으로 정의된다(김정운 외 2005; 31). 여기서 균형이란 수량적 차원에서 조화를 의미하는 것이 아니라 주관적 기준에 따라서 자신의 시간과 에너지를 각 삶의 영역에 배분 할 수 있음을 의미하는 것이다. 이런 의미에서 일-가정 양립이란 철저히 주관적 개념으로도 볼 수 있다. 이에 본 연구는 개인의 일-가정 양립 정도를 측정하기 위한 개념으로 주관적인 가정 만족도를 사용하려 한다.

그동안 일-가정균형에 대한 기존의 논의들은 보육지원과 육아휴직, 여성의 가사노동 등 저출산에 대응하는 주제들이 주를 이루어 왔다(최은영 2007). 그런데 매우 의아스럽게도 노동시간의 문제는 그다지 큰 주목을 받지 못해왔다. 특히, OECD국가들 중에서 가장 긴 노동시간을 가지고 있는 국가임에도 불구하고 일-가정 양립 정책의 중심에는 노동시간과 관련된 문제의식과 대안들이 자리잡지 못하고 있으며 기껏해야 몇몇 연구들에서 노동시간과 가정의 양립문제에 대한 함의를 이끌어 낼 수 있는 수준이다. 허수연(2008)은 맞벌이가구 여성과 남성의 가사노동시간에 관한 연구를 통해 노동시간이 가사노동시간에 영향을 줄 수 있는 중요한 요인임을 밝혀내었고 손문금(2005)의 연구는 하위층 여성들이 경제적 필요를 충족시키기 위한 유급노동과 가정의 필요를 충족시키기 위한 무급가사노동 사이에서 이중의 부담을 겪는 상황을 지적했다. 그러나 노동시간, 특히, 장시간 노동의 문제가 가정생활전반과 관련하여 문제시 된 연구는 그다지 많지 않다. 이에 본 연구는 가정생활 전반과 노동시간 길이 사이의 관계에 주목한다.

노동시간이 길어질수록 노동에 대한 부정적인 인식은 강해지고 일-가정의 균형을 유지하는 것은 어려워질 것이며 그로 인해 가정생활에 대한 개인들의 만족도도 하락할 것이라는 가설을 설정한다. 가사노동, 출산뿐만 아니라 가정생활 전반에 대해 노동시간의 길이가 주는 영향을 분석하려는 것이다.

- 가설 1 노동시간이 길어질수록 일과 가정에 대한 개인의 주관적 만족도는 하락할 것이다  
 가설 1-1 노동시간이 길어질수록 전반적인 직장만족도는 하락할 것이다.  
 가설 1-2 노동시간이 길어질수록 전반적인 가정만족도는 하락할 것이다.

### 3. 노동시간-여가의 관계에 관한 이론

일-생활의 관계에서 학자들이 주목해온 또 다른 영역은 여가이다. 노동시간과 여가의 관계 또한 단순한 양적 반비례 관계를 넘어서는 복합적 관계이다. 일반적으로 생각할 수 있는 관계, 즉 노동시간의 증가가 여가시간의 감소로 이어지는 관계 이상의 관계가 있는 것이다. 많은 이들은 통념적으로 여가활동을 노동시간의 잔여물로 파악한다. 그러나 호이징하(Huizinga 2010), 엘리아스와 더닝(Elias and Dunning 1986) 등에 따르면 여가시간은 노동시간에 반대되는 개념이 아니라 인간의 다양한 잠재성을 발현하고 창조해나가는 생활의 영역이다. 생산적이지 못한 무의미한 시간이나 노동을 통해 얻게 된 스트레스와 긴장을 풀어나가는 휴식 시간에 그치지 않는다는 것이다. 우리는 다양하고 창의적인 여가활동 없이 풍부한 문화적 창조, 전인적 인간의 형성, 건전한 노동관의 형성이 있을 수 없음을 잘 알고 있다.

그러나 노동시간의 증가로 인해 줄어드는 가용 여가 시간은 개인들의 능동적인 여가기획을 방해한다. 여가시간이 짧아질수록 누릴 수 있는 여가활동의 종류는 줄어들며 여가활동을 통해 창조적인 성과를 얻어내기도 힘들어진다. 여가시간이 줄어들고 파편화됨에 따라서 개인의 의지만으로는 극복하기 힘든 물리적 장애가 생겨나며 개인들은 짧은 시간에 많은 자극과 만족을 얻을 수 있는 말초적인 여가를 즐기게 될 가능성이 높다. 노동시간과 비례해 피곤과 스트레스가 증가함에 따라 개인들은 능동적으로 창조해가는 보람을 느낄 수 있는 여가를 오히려 피하게 되며 피로회복과 스트레스 해소를 위한 단순한 여가를 선호한다. 실제로 몇몇 연구들(De Graaf 2003; Nazareth 2008)에 따르면 노동시간이 긴 국가일수록 시간 때우기 식의 여가인 TV 시청시간이 긴 것으로 나타났으며 국내 근로자들의 사례를 연구한 다른 연구들(박태주 2010; 안정옥 2010)도 장시간의 노동에 지친 노동자들이 다양한 여가활동을 적극적으로 즐기길 보다는 수면, TV 시청과 같이 피로회복과 스트레스 해소에 중점을 두고 있는 모습을 보여주었다. 기존연구들은 공통적으로 장시간 노동에 지친 근로자들이 말초적인 여가에 안주하고 있는 모습을 보여주고 있으며 이들의 여가생활 자체가 노동시간의 잔여물이 되고 파편화되어가는 양상을 지적하고 있다. 이를 종합해 보면 노동시간의 증가는 여가생활의 양은 물론이고 여가생활의 질도 결정하는 요인이 된다고 결론 내릴 수 있다. 따라서 두 번째 연구 가설은 다음과 같다.

가설 2 노동시간은 여가생활의 질에 영향을 줄 것이다.

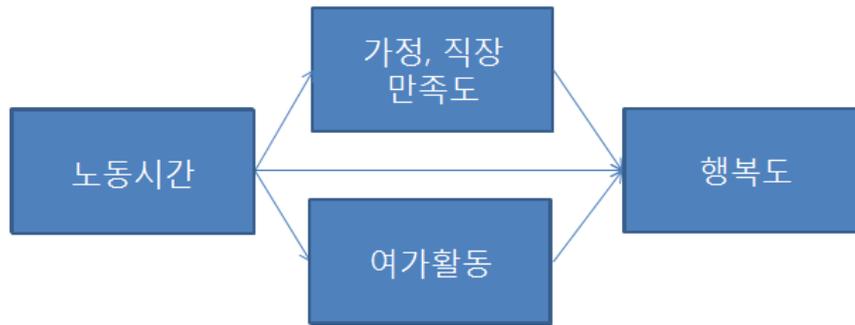
가설 2-1 노동시간이 길어질수록 수동적이고 소극적인 여가활동이 늘어날 것이다

가설 2-2 노동시간이 길어질수록 능동적이고 적극적인 여가활동이 줄어들 것이다

#### 4. 노동시간과 행복도

행복도에 대한 연구들에서 개인들이 느끼는 행복감이란 ‘주관적 삶의 질’ ‘주관적 안녕감’ ‘심리적 안녕’ 등의 뜻으로 사용되어 왔다(권세원 외 2012). 학자들에 따라서는 주관적 삶의 질이나 주관적 안녕감의 하위 항목으로 사용되어 오기도 했다(김신영, 백혜정, 2008). 그러나 행복감이란 개념이 가지는 포괄적인 성격을 감안해 볼 때 개인들이 느끼는 행복의 정도를 주관적인 삶의 질 개념과 등치시키거나 유사한 것으로 파악하는 것도 크게 틀리지는 않을 것이다. 실제로 행복도와 관련된 연구들에서는 매우 광범위한 요인들이 영향을 주는 것으로 나타나고 있기 때문이다. 마이어와 디너(Myers and Diener 1995)의 연구에 따르면 행복감은 경험, 문화, 신앙, 직업, 사회적 관계 등의 영향을 받는 것으로 드러났고 한국인의 행복결정요인을 분석한 연구들(김명소 외 2003; 김승권 외 2008; 정지범 2011)에 따르면 공동체의 유대, 개인의 신념과 가치, 친구, 고용상태, 배우자, 사랑, 여가, 봉사활동, 소득 등 매우 다양한 요인들이 행복도에 영향을 주는 것으로 나타났다.

그러나 행복도에 관한 많은 연구들 중에서 일-생활의 균형, 구체적으로는 노동시간에 대해 주목한 연구는 없었다. 노동시간에 관한 많은 연구들 중에서도 개인이 주관적으로 느끼는 만족도, 행복도와 연관시키는 연구는 그다지 많지 않았다. 즉, 가정, 사회생활, 여가 등 행복과 연관될 수 있는 삶의 다양한 영역들에 대한 연구는 그동안 많이 있어왔지만 이들을 종합해 노동시간과 전체 삶의 질 사이의 관계에 대해서 주목하는 경우는 많지 않았던 것이다. 다양한 사례연구들에서 일-생활의 균형 파괴가 전체 삶의 질을 좌우하는 중요한 문제라는 함의를 이끌어 낼 수 있었음에도 불구하고 노동시간과 삶의 질, 행복도의 문제는 이상하리만치 주목받지 못하고 있었다. 이에 본 연구는 행복도를 종속변수로 하는 최종모델을 상정한다. 기존의 연구들에서 행복도에 영향을 미치는 것으로 상정되어 온 가정과 직장에서의 만족도, 여가활동들을 매개변수로 하여 노동시간과 주관적 삶의 질을 측정하는 지표인 행복도와의 관계를 밝혀내려 하는 것이다. 아래의 [그림 1]은 연구 모형을 그림으로 나타낸 것이다.



[그림 1] 연구모형

연구모형은 노동시간의 매개효과뿐만 아니라 직접효과를 상정하고 있다. 노동시간이 길어질수록 일-생활의 균형을 유지, 달성하기 위한 요구조건은 높아지며 개인의 긴장도도 높아지기 때문이다. 이 과정에서 개인은 더 많은 노력을 요구받으며 더욱 많은 에너지를 쏟아내어야만 한다. 일-생활의 균형 달성 여부에 관계없이 노동시간의 증가만으로도 개인들은 삶의 질 유지에 어려움을 겪는 것이다. 그리고 자신들이 더 이상 시간을 통제할 수 없는 지경에 이르게 되면 무력감을 느끼며 자신의 삶의 질에 대해서도 부정적인 견해를 가지게 된다. 현대자동차 등 국내 근로자들의 실제 사례를 조사한 연구들(안정옥, 2010; 김영선 2013)에 따르면 장시간 노동에 시달리는 근로자들은 자신들이 통제할 수 있는 시간이 부족하다는 이유만으로도 자신들이 삶을 조율할 수 없다고 느끼고 있었다. 일터에서 보내는 시간이 너무 긴 탓에 일-생활의 균형을 달성하기 위한 절대적 시간이 부족하고 애초에 균형 있는 삶을 구성해 보려는 의지조차 상실해 버린 것이다. 따라서 마지막 가설은 다음과 같다.

가설3 노동시간은 행복도에 직접 부정적인 영향을 준다.

### Ⅲ. 변수, 방법론

#### 1. 분석대상

본 연구는 한국교육고용패널(Korean Education and Employment Panel)의 10차 년도 자료가 사용되었다. 한국교육고용패널은 1차 조사(2004) 당시 고등학교 3학년 코호트 4,000명과, 중학교 3학년 코호트 2,000명 씩 총 6,000명을 조사해오고 있으며 본 연구는 2004년 당시 고등학교 3학년 코호트에 속했으며 10차 조사 현재 임금근로자인 1,273명을 분석대상으로 삼는다. 고3코호트만을 연구대상으로 삼는 것은 징병제를 실시하는 한국의 특성상 군대로 인해 20대 중반 시기 남성이 여성에 비해 상대적으로 노동시장 진입 시기가 늦어지는 현상이 발생하는 탓

이다. 즉, 조사시기인 2013년 현재 20대 중반인 중3코호트의 임금노동자 성별분포 특성이 코호트 전체와 비교했을 때 왜곡되기 때문이다. 실제로 10차 조사의 중3코호트 전체 응답자 중 남녀는 각각 51.3%, 48.7%를 차지했지만 임금노동자는 42.3%, 57.7%로 역전되는 양상을 보여주었다. 반면 고3코호트의 경우 응답자 남녀 각각 57%, 43%의 비중을 차지하고 임금노동자의 경우도 비교적 비슷한 비율인 54.6%, 45.4%를 차지하고 있었다. 따라서 본 연구는 성별분포의 왜곡을 피하기 위해 고3코호트만을 분석대상으로 삼는다. 또, 비슷한 이유로 본 연구는 종단분석도 실시하지 않는다. 고3코호트의 경우 10차 자료에서는 문제가 없지만 이전 차수에서는 10차의 중3코호트와 같은 문제가 발생하기 때문이다. 따라서 본 연구는 10차 자료만을 대상으로 하는 횡단분석을 실시한다.

## 2. 변수와 분석 방법론

먼저 독립변수로는 노동시간을 사용하며 178번 질문인 ‘평균적으로 일주일 총 근무시간은 얼마나 됩니까?’에 대한 답을 사용하되 정규분포성을 확보하기 위해 로그값으로 변환하여 사용하였다. 종속변수로는 508-1번 질문인 ‘귀하는 얼마나 행복합니까?’(11점 척도)에 대한 답을 사용한다. 통제변수로는 만족도나 행복도, 여가생활에 영향을 미칠 것으로 예상되는 직장만족도, 성별, 자식여부, 배우자여부, 최종 학력수준, 임금소득, 고용지위를 사용하였다. 이 변수들 중 성별과 자녀여부는 더미코딩을 사용하였고 배우자 여부 변수는 결혼 전력과 상관없이 배우자 여부만을 따져 더미 코딩하였다. 학력은 4점 척도(고졸이하-전문대졸 이하-대졸이하-대학원졸 이하)로 재코딩하였으며 임금소득의 경우 정규임금에 초과수당과 특별급여를 모두 합친 실질 소득의 로그 값을 계산해 사용하였다. 마지막으로 고용지위의 경우 지위에 따른 고용 불안정성을 기준으로 코딩(상용정규직-상용비정규직-임시직-일용직)하였다.

매개변수들 중 가정만족도 변수는 433번 질문인 ‘현재 가정 생활 전반에 대해 만족합니까?’에 대한 답을 사용하였으며 가설에는 언급되지 않았으나 매개변수로 설정된 직장 만족도 변수는 189번 질문인 ‘현재직장에 대하여 전반적으로 만족하고 있습니까?’에 대한 답을 사용하였다. 여가관련 변수들의 경우 여가관련 활동들의 양을 측정하며 여가활동의 질은 여가활동의 형태에 따라 구분한다. 먼저 소극적, 수동적 여가로는 TV시청이 있으며 주말과 주중 시청시간을 합쳐 평균을 낸 일평균 TV시청시간을 측정변수로 삼는다. 능동적, 적극적 여가로는 동아리 활동, 자원봉사, 문화예술 관람, 대중문화 관람, 운동, 독서 등 사회교류, 교양 및 자기계발의 기회를 제공하는 활동들을 포함시켰다. 동아리 활동, 자원봉사, 운동 등은 주 평균 활동시간을 사용하였으며 독서의 경우 조사시점 이전 1년간 읽은 책의 양을 측정하였다. 문화예술과 대중문화공연 관람의 경우 질문 446번에 대한 답을 사용하였는데 8개의 세부 항목 중 비교적 높은 문화교양수준 또는 문화자본을 요구하는 것으로 여겨지는 1~4 항목(뮤지컬, 클래식 음악, 무용, 오페라, 전통예술, 미술전시, 박물관)은 모두 합산해 문화예술관람횟수 변수로 처리했으며 5~8항목(연극, 대중음악 콘서트, 영화, 스포츠)은 모두 합산해 대중문화관람횟수 변수로 처리

해 노동시간과 문화예술교양, 문화자본 간의 관계가 존재하는지 여부를 알아보려 하였다. <표 1>은 분석에 사용된 변수들과 기초통계이다.

**〈표 1〉 연구모형에 포함 된 변수와 기초통계**

	변수명	평균	표준편차	
종속변수	행복도(10점척도)	6.88	1.83	
독립변수	주당 총 노동시간	48.34	11.03	
매개변수	주당동아리활동시간	0.13	0.86	
	주당자원봉사시간	0.12	1.13	
	연간문화예술관람횟수	1.16	2.83	
	연간대중문화관람횟수	10.51	9.57	
	일평균tv시청시간	1.59	1.04	
	연간독서량	4.15	8.45	
	주당운동시간	2.44	3.14	
	전반적인가정만족도(5점척도)	3.66	0.74	
	전반적인직장만족도(5점척도)	3.40	0.79	
통제변수	월 총임금(백만원)	203.06	71.43	
	변수명		빈도	비중(%)
	고용지위	(상용정규직)	1045	82.1
		(상용비정규직)	113	8.9
		(임시직)	102	8
		(일용직)	13	1
	성별	(남)	695	54.6
		(여)	578	45.4
	배우자여부	(있음)	141	11.1
		(없음)	1132	88.9
	학력	(고졸이하)	216	17
		(전문대 이하)	488	38.3
		(4~6년제 대학 이하)	544	42.7
(대학원이상)		25	2	
자녀여부	(있음)	58	4.6	
	(없음)	1215	95.4	

방법론으로는 중다회귀분석을 실시한다. 먼저 매개변수들에 대한 독립변수의 영향력을 알아보기 위해 매개변수들을 종속변수로 하는 회귀분석을 실시하며 그 다음에는 매개변수들을 포함하고 행복도를 종속변수로 하는 분석을 실시한다. 행복도를 종속변수로 하는 분석에서는 각 매개변수의 영향력을 판별하기 위해 만족도와 여가관련 변수들을 단계적으로 투입하는 위계적 회귀분석을 실시한다.

## IV. 분석결과

### 1. 매개변수에 대한 노동시간의 영향력

아래의 <표 2>는 가정만족도를 종속변수로 하여 가설1을 검증한 결과이며 추가적으로 직장만족도 변수와의 관계도 검증한 결과이다. <표 3>은 여가활동의 형태와 그 횟수를 종속변수로 하고 가설2를 검증한 결과이다.

**<표 2> 노동시간과 만족도의 관계에 관한 분석 결과**

		종속변수(가정만족도)	종속변수(직장만족도)
독립변수	노동시간(log)	-0.071*	-0.146***
통제변수	임금(log)	0.079*	0.165***
	고용지위	0.031	0.083**
	성별	0.108***	-0.082**
	배우자	0.214***	-0.001
	학력	0.144***	0
	자녀	-0.064+	0.001
	상수		4.114***
F		15.139	10.206
R-squared		0.077	0.053
adj. R-squared		0.072	0.048

먼저 가정만족도를 살펴보면 통제변수 중 성별, 배우자 여부, 학력 등이  $p < 0.001$  수준에서 유의하고 임금이  $p < 0.05$  수준에서 유의한 가운데 노동시간 또한  $p < 0.05$  수준에서 유의한 것으로 나타났다. 표준화된 베타 값을 살펴보면 -0.071로 노동시간과 만족도는 부(-)의 관계를 가지며 노동시간이 증가할수록 가정만족도가 떨어지는 것으로 나타났다. 한편 직장만족도에 대한 분석에서도 비슷한 결과를 도출할 수 있었다.  $p < 0.001$  수준에서 유의한 가운데 노동시간의 표준화된 베타값은 -0.146이었으며 이는 노동시간의 길이가 가정만족도의 경우보다 더 강한 부적관계를 직장만족도와 갖는 것을 의미한다. 이상의 결과는 앞서 설정한 가설1과 부합하는 내용으로 노동시간의 증가는 일-가정 양립을 방해하고 직장에서의 업무량 부담을 가중시킴으로써 가정과 직장 모두에서 개인들의 만족도를 떨어뜨리는 의미있는 요인이 되고 있음을 보여주고 있다.

〈표 3〉 노동시간과 여가활동의 관계에 관한 분석 결과

		종속변수 (여가-동아리)	종속변수 (여가-자원봉사)	종속변수 (여가-tv시청)	종속변수 (여가-문화예술)
독립변수	노동시간(log)	0.088	0.011	-0.028	-0.095***
통제변수	임금(log)	-0.063	-0.026	-0.008	0.089***
	고용지위	0.118	-0.059*	0.01	-0.02
	성별	0.004	0.017	-0.199***	-0.179
	배우자	0.151	-0.001	0.073*	-0.066*
	학력	0.021	0.029	-0.078**	0.162***
	자녀	0.106	-0.012	-0.080*	0.029
상수		1.941	0.135	3.083***	-1.024
F		1.255	1.033	9.959	15.75
R-squared		0.07	0.006	0.052	0.08
adj. R-squared		0.014	0	0.047	0.075

		종속변수 (여가-대중문화)	종속변수 (여가-운동)	종속변수 (여가-독서)
독립변수	노동시간(log)	-0.055+	-0.111***	-0.039
통제변수	임금(log)	0.116***	0.044	0
	고용지위	0.031	0.006	-0.003
	성별	-0.104***	0.177***	-0.013
	배우자	-0.011	-0.006	0.008
	학력	0.047+	0.021	0.148***
	자녀	-0.085	-0.021	-0.03
상수		14.361***	4.278*	4.672
F		7.001	7.685	5.169
R-squared		0.037	0.041	0.028
adj. R-squared		0.032	0.035	0.022

만족도에 대한 분석결과와 달리 여가형태를 종속변수로 하는 분석은 다소 상반된 결과를 도출했다. 먼저 동아리 활동 시간과 자원봉사 활동 시간을 종속변수로 하는 분석의 경우 노동시간의 길이는 물론이고 대부분의 통제변수들도 유의하지 않은 결과를 보였다. tv시청시간, 독서량을 종속변수로 한 분석의 경우 통제변수인 성별과 학력이 유의한 영향을 주는 것으로 나타났지만 노동시간은 그다지 유의하지 않은 결과를 보여주었다. 반면 문화예술관람횟수, 운동시간 등을 종속변수로 하는 분석(p<0.1 수준까지 유의도를 확대한다면 대중문화관람횟수를 종속변수로 하는 분석도 포함해서)은 노동시간의 길이가 여가활동에 유의미한 영향을 끼치는 요인임을 보여주었다. 이 분석에서는 표준화된 베타값 역시 모두 마이너스 값을 가짐으로써 길어지는 노동시간은 문화예술관람횟수와 운동시간과 같은 능동적 여가활동의 기회와 시간을 줄이고 있음을 알 수 있었다. 이상과 같은 결과는 가설2의 일부만을 지지하는 것이다. 가설2-1(노

동시간이 길어질수록 수동적 여가를 즐기는 시간이 늘어날 것이다)은 완전히 지지되지 못했으며 가설2-2(노동시간이 길어질수록 능동적인 여가를 즐기는 시간이 줄어들 것이다)는 일부(문화예술관람, 운동시간)만 지지되었다.

## 2. 행복도에 대한 노동시간의 영향력

표-4는 행복도를 종속변수로 하고 만족도와 여가를 매개변수로 포함시킨 다중회귀분석의 분석결과이다. 모델은 총 4개이며 모델 1은 매개변수들이 포함되지 않고 독립변수와 통제변수들만이 포함된 모델, 모델 2는 매개변수 중 만족도만이 포함된 모델, 모델 3은 매개변수 중 여가 형태와 여가시간의 길이가 포함된 모델, 마지막 모델 4는 모든 매개변수들이 포함된 최종모델이다.

〈표 4〉 노동시간과 행복도의 관계에 관한 분석 결과

		모델1	모델2 (매개변수-만족도)	모델3 (매개변수-여가)	모델4 (최종)
독립변수	노동시간 (log)	-0.137***	-0.085**	-0.127***	-0.079**
통제변수	임금(log)	0.11***	0.051+	0.098**	0.042
	고용지위	0.04	0.014	0.037	0.012
	성별	0.076	0.025	0.054+	0.017
	배우자	0.195***	0.126***	0.203***	0.133***
	학력	0.067	-0.014	0.017	-0.022
	자녀	-0.035	-0.014	-0.038	-0.015
만족도	가정		0.322***		0.316***
	직장		0.2***		0.196***
여가	동아리			0.034	0.019
	자원봉사			-0.017	-0.014
	문화예술			0.023	0.017
	대중문화			0.048+	0.059*
	tv			0.012**	-0.052*
	독서			0.012	-0.004
	운동			0.066*	0.032
상수		9.303***	4.576***	9.588***	4.855***
F		12.491	42.051	8.047	24.653
R-squared		0.065	0.231	0.082	0.239
adj. R-squared		0.059	0.225	0.072	0.229

먼저 첫 번째 모델을 살펴보면 노동시간의 길이 변수는  $p < 0.001$  수준에서 유의하며 표준화된 베타 값은 -0.137로 행복도와 부(-)의 관계를 갖는 것으로 나타났다. 즉 노동시간이 길어

질수록 개인들이 느끼는 행복도의 정도는 낮아지는 것이다. 그러면 매개변수들을 포함한다면 이 관계가 어떻게 변할까? 먼저 만족도를 매개변수로 하는 모델 2를 보면 조정된 R제곱값의 변동(0.059⇒0.225)만 살펴봐도 만족도가 개인 행복도의 변동을 설명하는데 있어 매우 중요한 변수임을 알 수 있다. 만족도와 관련된 두 변수 모두  $p < 0.001$  수준에서 유의했으며 표준화된 베타값이 0.322, 0.2로 큰 편이었다. 하지만 노동시간 역시 모델2에서 여전히 유의했으며 ( $p = 0.002$ ) 표준화된 베타값이  $-0.137 \Rightarrow -0.085$ 로 변동하면서 부적 관계 또한 유지하고 있었다. 만족도라는 매개변수의 영향력을 감안하더라도 행복도에 대한 노동시간의 직접적인 영향 또한 여전히 무시할 수 없는 것이다. 특히, 주요통제변수인 소득변수가 모델1과는 다르게 유의성을 상실하는 것과 달리 노동시간변수는 유의성을 유지함으로써 그 중요성은 더욱 크게 드러난다.

여가관련 매개변수를 포함하는 모델 3 또한 동일했다. 모델1⇒3에서의 조정된 R제곱값 변동이 적기는 하지만(0.059⇒0.072) 상승했고 매개변수들 중 일부변수가 유의했지만(TV시청시간, 운동시간) 노동시간 변수 역시 여전히 유의한 변수로 남아있었다.

마지막으로 모든 변수들을 포함한 모델4에서도 노동시간 변수의 유의성은 유지되었다. 노동시간 변수는  $p < 0.001$  수준에서 유의했으며 표준화된 베타값은  $-0.079$ 로 매개변수들이 포함되지 않은 모델에서의 값  $-0.137$ 에 비해 42%가량 감소했다. 이는 노동시간 변수가 개인의 행복도에 직접 미치는 영향력이 만족도와 여가라는 매개변수를 통해 간접적으로 미치는 영향보다 크음을 의미한다. 단 여가관련 변수들의 경우 유의도와 계수들이 모델3과 다른 결과를 보여주고 있다는 점에 주의해야 한다. 모델3에서의 계수가 감소한 만족도 변수들(가정만족도 0.322⇒0.316 직장만족도 0.2⇒0.196)과 달리 여가관련변수들은 다소 상반되는 변화들을 보여주고 있다. 모델3에서 유의한 변수였던 tv시청시간의 경우 정(+)의 관계에서 부(-)의 관계로 반전되었으며 대중문화관람횟수의 경우에는 오히려 계수가 증가했다(0.048⇒0.059). 이러한 결과들을 감안하면 매개변수로서 여가관련 변수들의 역할은 분명하지 않다고 말할 수 있을 것이다.

## V. 요약 및 결론

지금까지의 분석결과를 정리하면 다음과 같다. 먼저 노동시간이 가정만족도, 직장만족도에 미치는 영향에 대한 가설 검증 결과 예상대로 노동시간이 길어질수록 직장 만족도는 물론 가정만족도도 떨어지는 것으로 나타났다. 노동시간이 길어짐으로 인해 늘어나게 될 업무부담은 일터뿐만 아니라 가정생활에도 악영향을 미친다.

여가와 관련된 가설의 검증에서는 예상한 만큼의 결과가 나오지는 않았으나 충분히 의미 있는 결과를 도출할 수 있었다. 노동시간이 길어질수록 수동적인 여가를 즐기게 될 것이라는 가설2-1은 지지되지 않았지만 노동시간이 길어질수록 능동적인 여가를 즐기지 못할 것이라는 가설2-2은 어느정도 지지되었다. 특히, 노동시간에 따라 문화예술관련 여가활동의 향유 가능성이 차이난다는 결과는 장시간의 노동이 지속될수록 인해 문화예술에 대한 교양과 경험의 축적이

방해받는다는 것을 의미한다. 이는 앞서 논의했던 것처럼 장시간의 노동이 여가시간의 양뿐만 아니라 여가시간의 질에도 영향을 준다는 것으로 해석할 수 있다. 장시간의 노동에 시달릴수록 능동적이며 자기계발, 교양축적의 기회를 제공하는 여가활동을 누릴 기회를 박탈당하는 것이다.

마지막으로 행복도와 관련된 분석에서는 행복도에 대한 노동시간변수의 직접영향이 매개변수들을 고려해도 크다는 것을 알 수 있었다. 즉, 노동시간 자체가 개인의 행복도에 미치는 영향 또한 무시할 수 없는 수준이라는 것이다. 왜 이러한 결과가 나왔는지에 대해서는 많은 해석이 있을 수 있다. 장시간의 노동으로 인한 업무강도와 스트레스가 가정만족도와 직장만족도에 영향을 미치는 것을 넘어서서 행복도에 직접 영향을 준다고 해석할 수도 있으며 이론적 논의를 통해 이야기 한 것처럼 노동시간이 늘어남으로 인해 개인이 생활시간을 주도적으로 조직하기 어려워져 시간압박감을 느끼고 이로 인해 행복도가 감소하게 된다고 해석할 수도 있다. 물론 우리가 미처 인지하지 못한 다른 매개변수가 존재한다고 생각해볼 수도 있다. 한가지 가능성을 이야기 하자면 노동시간의 길이에 비례해 줄어드는 가용시간으로 사회생활과 교류의 기회가 줄어들고 이것으로 인해 사회적 네트워크와 지지의 감소를 겪게 만들어 행복도에 영향을 미친다고 가정해볼 수도 있다. 물론 이를 밝혀내기 위해서는 다른 매개변수들을 포함하는 새로운 모델에 기초한 추후의 분석이 필요할 것이다. 또 하나 주목할 점이 있는데 매개변수가 없는 모델에서 유의성을 확보했던 임금 소득 변수가 매개변수의 투입과 함께 유의성을 상실하고 있다는 점이다. 일반적인 통념으로는 소득관련변수가 행복도와 관련해 지대한 영향을 미칠 것으로 예상되지만 분석결과에 의하면 소득수준 매개변수들을 통해 간접적으로 영향을 줄뿐이었다. 여기에 대해서도 다양한 해석이 있을 수 있겠지만 중요한 것은 소득변수의 유의성이 상실되는 과정에서도 노동시간변수의 유의성은 유지되었다는 점이다. 즉, 노동시간 변수는 개인의 행복도와 관련해서는 소득변수보다 더 중요한 설명변수라고 할 수 있는 것이다.

본 연구에는 한계가 존재하며 그것을 정리하면 다음과 같다. 첫째 종단분석의 부재이다. 분석대상이 된 자료는 한국교육고용패널의 10차 웨이브 자료로 이전의 자료들이 분석에 포함되지 않았다. 이는 연구의 목적 상 임금노동자만을 대상으로 하는 만큼 학생시절을 포함하고 있는 패널 자료에서 가용한 자료의 차수에는 한계가 있었기 때문이다. 비슷한 맥락에서 두 번째 한계도 지적할 수 있다. 한국교육고용패널이 코호트별로 조사된 자료라는 이점을 살리지 못하고 단일 코호트만을 분석대상으로 삼은 것이다. 이는 남성이 여성에 비해 상대적으로 늦게 노동시장에 진입하는 한국적 특성으로 인해 특정 코호트 분석대상의 인구학적 특성이 왜곡되는 문제 때문이었다. 마지막 한계는 노동시간의 단순한 양만을 변수화 했을 뿐 노동시간의 다양한 조직형태를 고려하지 못했다는 점이다. 야간노동, 교대제 등 노동시간이 삶에서 차지하는 형태는 다양하며 이는 곧 개인의 생활시간 조직에 영향을 준다. 특히 노동시간 유연화가 노동시간 단축의 한 대안으로 유력하게 제시되고 있는 상황에서 노동시간의 다양한 형태가 개인들의 삶에 어떠한 영향을 주고 있는지를 밝혀내는 것은 매우 중요한 연구 과제라 할 수 있다. 하지만 본 연구에서는 이러한 점을 고려하지 못했다. 같은 양의 노동을 수행한다고 해도 주간

노동만을 수행하는 이들과 주야간 교대제를 실시하는 이들의 생활은 분명 다르며 이들의 행복도나 생활의 질에 미치는 영향도 다를 것이다. 추후의 연구에서는 이러한 점을 고려해야 할 것이다.

마지막으로 분석결과를 바탕으로 정책 함의를 이끌어 낸다면 다음과 같이 정리할 수 있다. 첫째, 노동시간 단축 정책은 단순히 노동시간을 줄이는 정책에서 그치는 것이 아니라 다양한 일-가정 양립 정책과 양립할 수 있는 정책이어야 한다. 그동안 정부에서는 ‘새로마지 플랜’, ‘일-가정 양립 기본계획’ 등 많은 일-가정 양립정책을 펼쳐왔지만 노동시간 단축을 위한 대안 마련과정에서는 오로지 생산성과 일자리 창출에만 관심을 기울이는 모습을 보여 줌으로써 진정한 문제해결에 다가서지 못했다. 본 연구의 분석결과처럼 노동시간이 가정생활 전반에 미치는 영향이 명확함에도 불구하고 핵심적인 문제에 접근하기 보다는 경제적 지원 대책 위주로 정책을 구성함으로써 수요자들의 다양한 요구를 충족시키지 못했으며 가시적 성과도 크게 이끌어내지 못했다.

둘째, 일-생활 양립 정책의 대부분이 일-가정 영역에만 집중되어 있다는 점도 문제로 제기될 수 있다. 대부분의 정책이 가정의 저출산, 고령화에만 주목하는 탓에 가정 이외의 다른 삶의 영역들은 소외되고 있는 것이다. 분석을 통해 알 수 있었듯이 노동시간이 길어질수록 가정뿐만 아니라 여가를 비롯한 생활 전체는 부정적인 영향을 받는다. 이는 다시 노동에 대한 부정적인 시각을 형성하게 함으로써 삶의 질 저하는 물론 노동력의 질, 노동생산성 향상의 가능성을 차단해가고 있다. 창조적 잠재력을 갖춘 노동력의 형성은 일-생활의 조화가 이루어질 때 가능한 것이며 이를 위해서는 일-생활 균형을 위한 통합적 시각을 갖춘 정책이 필요하다 하겠다.

❖ 참고문헌 ❖

- 권세원 · 이해현 · 송인한, 2012 “청소년 행복감에 관한 연구: 청소년탄력성모델의 적용” 『한국청소년연구』 23(2) p. 39-72
- 김명소 · 김혜원 · 한영석 · 임지영, 2003 “한국인의 행복한 삶에 대한 인구통계학적 특성별 분석” 『한국심리학회지 일반』 22(2) p.1-33
- 김승권 · 장영식 · 조홍식 · 자명숙, 2008 『한국인의 행복결정요인과 행복지수에 관한 연구』 보건사회연구원
- 김신영 · 백혜정, 2008 “한국청소년행복지수 개발연구” 『한국사회학』 42(6) p. 140-173
- 김영선, 2013 『과로사회』 이매진
- 김정운 · 박정열 · 손영미 · 장훈, 2005 “일과 삶의 조화(work-life balance)에 대한 개념적 이해와 효과성” 『여가학연구』 2(3) p. 29-48
- 남은영 · 이재열 · 김민혜 2012 “행복감 사회자본 여가: 관계형 여가와 자원봉사활동의 함의를 중심으로” 『한국사회학』 46(5) p. 1-33
- 손문금, 2005 “맞벌이 부부의 무급노동분담에 대한 실증적 연구- ‘생활시간조사’ 자료를 중심으로” 『페미니즘 연구』 5, p. 239-287
- 박태주, 2010 “장시간노동이 일과 삶의 갈등에 미치는 효과 - 현대자동차 노동자들의 생활실태조사를 중심으로” 『산업노동연구』 17(2) p. 277-308
- 안정옥, 2010 “시간의 탈구와 일상의 비참: 울산 자동차 노동자의 사례” 『사회와 역사』 88 p. 345-386
- 정지범, 2011 『국민행복결정요인 분석 및 제도적 관리방안 연구』 한국행정연구원
- 최숙희, 2008 『근로관의 국제비교』 삼성경제연구소
- 최은영, 2007 “가족정책의 방향 - 일-가족 알립과 일-생활 균형의 추구” 한국가정관리학회 학술발표대회 자료집 p. 111-131
- 허수연, 2008 “맞벌이가구 여성과 남성의 가사노동시간에 관한 연구” 『한국여성학』 24(3) p. 177-210
- Clark, S. C. 2000 Work/Family Border Theory: Anew Theory of Work/Family Balance, *Human Relations* 53(6)
- De Graaf, J. 2003 *Take Back Your Time: Fighting overwork and Time Poverty in America*, Berrett-Koehler Publisher
- Elias, N. and Dunning, E. 1986 ‘The Quest for Excitement in Leisure’ in *Quest for Excitement - Sport and Leisure in Civilizing Process*, Blackwell
- Huizinga J. 2010 이종인 역 『호모 루덴스-놀이하는 인간』 연암서가
- Myers, D. G. and Diener, Ed. 1995 ‘Who is Happy?’ *Psychological Science* 6(1)
- Nazareth, L. 2008, 최성애 역 『레저경제학』 한국트렌드연구소
- Rapoport, R. and Gambles, R. 2006 ‘The Invasiveness of Paid Work’ in *The Myth of Work and Life Balance*, Wiley.
- Staines, G.L. 1980 Spillover Versus Compensation: A Review of the Literature on the Relationship between Work and Non-work, *Human Relations* 33