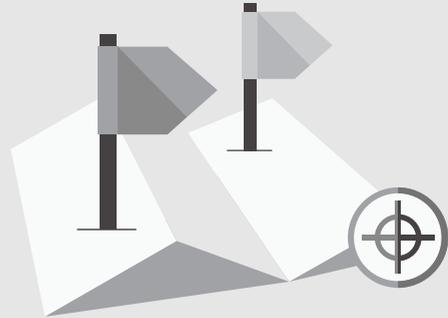


# 이달의 초점

가족과 인구 행동 변화의 정책적 함의:  
〈2021년도 가족과 출산조사〉를 중심으로



‘가족과 출산 조사’ 개편의 주요 내용과 의의  
박종서

혼인 관계와 동거 관계의 주요 특징  
변수정

출산 행동의 주요 특징과 함의  
장인수

자녀 돌봄 실태와 정책 함의  
김은정

생활시간 배분과 일·생활 균형  
조성호

부모와의 동거 여부와 세대 간 자원 이전: 비혼 성인의 특징을 중심으로  
최선영



### 〈2021년도 가족과 출산 조사〉

한국보건사회연구원은 3년 주기로 '가족과 출산 조사'를 실시하고 있으며, 2021년도 조사부터 조사 명칭을 '전국 출산력 및 가족 보건·복지 실태조사'에서 '가족과 출산 조사'로 변경하였다. 이 조사의 목적은 결혼과 출산 등 인구학적 행동을 중심으로 개인의 생애과정과 가족 변화를 관찰할 수 있는 자료를 수집하는 것이다. 이를 위해 결혼, 임신, 출산, 자녀 양육과 같은 생애사건을 중심으로 이행-지연-미이행과 관련되는 다양한 생애경로를 개인 단위와 가족 단위로 파악하고, 이 과정에 영향을 미치는 요인을 분석하여 종합적인 작용 기제를 분석할 수 있는 자료를 구축하였다.

이 조사는 전국 700개 조사구에서 추출한 표본 가구에 거주하는 19~49세 성인과 그의 배우자를 대상으로 조사원이 가구를 방문하여 CAPI(Computer-Assisted Personal Interviewing) 방법으로 조사하였다. 최종 완료 표본은 9,999가구, 1만 4,538명이었고, 배우자와 애인 및 파트너가 응답한 가구는 전체 가구의 57.1%였다. 이 조사는 한국보건사회연구원 생명윤리위원회(URB: Institutional Review Board)의 심의를 거쳐 IRB 승인(제2021-070호)을 받아 진행하였다.

이번 호 이달의 초점, '가족과 인구 행동 변화의 정책적 함의 〈2021년도 가족과 출산 조사〉를 중심으로'에 게재된 원고는 2021년 한국보건사회연구원에서 발간한 보고서 『2021년도 가족과 출산조사-(구)전국 출산력 및 가족보건·복지실태조사』의 내용을 일부 수정·보완, 재구성한 것이다.

# 생활시간 배분과 일·생활 균형<sup>1)</sup>

Time Allocation and Work-Life Balance

조성호 | 한국보건사회연구원 부연구위원

이 글에서는 일·생활 균형 관점에서 생활시간 배분 현황을 분석하여 정책적 시사점을 도출하고자 하였다. 육아·가사도 가정에서의 일이라는 관점에서 일, 육아, 가사에 투입하는 시간의 총합을 산출한 결과, 유배우 응답자의 남녀 차이가 무배우 응답자보다 더 큰 것으로 나타났고, 특히 유배우 여성의 총시간이 가장 많은 것으로 나타났다. 생활시간 사용에서는 여가, 기타, 필수시간이 비교적 부족하였고, 일·생활 균형의 어려움은 유배우 응답자가 큰 것으로 나타났다. 이러한 결과는 2000년대 이후 일·가정 양립 지원 정책이 지속적으로 추진되어 왔음에도 여전히 유배우 여성의 이중 부담이 해소되지 않고 있다는 것을 의미한다. 따라서 앞으로 육아와 가사를 하는 부모들이 유연한 시간 구조를 갖고 생활할 수 있는 환경 만들기가 필요할 것으로 생각된다.

## 1. 들어가며

최근 들어 일·가정 양립 및 일과 생활의 균형이 우리 사회의 중요한 이슈로 떠오르고 있으며, 특히 청년층에서는 일을 중요시했던 이전 세대보다 일과 생활 간의 균형을 더 중시하는 경향이 있

는 것으로 나타나고 있다(이진한, 2021; 차창희, 2021). 이뿐만 아니라 그동안 국가적으로도 일·생활 균형을 실현하기 위하여 2004년 7월 1일부터 주 5일 근무제가 시작되었고, 2018년 7월 1일부터는 주 52시간 근무제가 시작되었다. 그리고 최근에는 주 4일 근무제도 조금씩 거론되고

1) 이 글은 박종서 외(2021). 『2021년도 가족과 출산 조사-(구) 전국 출산력 및 가족보건·복지 실태조사』의 제8장 내용 일부를 수정·보완한 것이다.

있다. 이것은 우리 사회가 장시간 노동을 지양하고 개인의 여가 활용 등 직장 밖에서의 여가 생활 및 가정에 가치를 두는 방향으로 변화되어 온 것이라 생각해 볼 수 있다.

이처럼 우리 사회는 가정에서의 생활을 중요시하는 방향으로 변하고 있으나, 가정 내부의 변화는 크게 나타나지 않는 것으로 보인다. 그동안 여자가 주로 가정에서의 일(육아·가사)을 도맡아 해 온 경향이 있고, 게다가 부부가 모두 경제활동을 하더라도 아내가 가정에서의 일을 주로 하는 것으로 나타난다. 실제로 시간 자료를 이용하여 맞벌이 부부의 시간 사용 경향을 산출해 보면, 남편이 아내보다 유급 노동시간이 1.3배 긴 것에 비하여 가사시간은 아내가 남편의 7.4배, 육아시간도 아내가 남편의 3.5배 긴 것으로 나타났다(조성호, 김지민, 2018).

이 글은 2021년에 실시한 ‘가족과 출산 조사’ 자료를 이용하여 조사 전체 응답자와 배우자가 있는 응답자를 구분하고, 이들의 생활시간 사용 현황과 사용 시간이 적절한지에 대해 분석하여 이들에 대한 정책적 시사점을 도출하는 것을 목적으로 한다. 또한 이 글에서는 대상의 특성을 강조하기 위하여 기혼이 아닌 유배우자를 별도로 추출하여 전체 표본과 비교 분석하였다. 전체 표본의 수는 1만 4,149명, 유배우 표본 수는 7,647명이지만<sup>2)</sup>, 각 시간의 특성에 따라 표본 수는 달라지므로 이 글에서는 각각의 표본 수를

기재하지 않는 것으로 한다.

## 2. 시간 배분 현황 및 적절성

일·생활 균형과 일·가정 양립은 유사한 의미로 사용되는 경향이 있다. 그러나 일·생활 균형을 직장, 가족, 개인의 세 가지 영역 중 직장과 나머지 가족·개인 간의 균형이라 한다면, 일·가정 양립은 직장과 가족 간의 균형으로(조성호, 김지민, 2018), 개인 영역이 완전히 배제된다고 하긴 어렵지만 상대적으로 적게 포함된 개념이다. 즉, 일·생활 균형이 일·가정 양립을 포괄하는 큰 개념이라고 할 수 있다. 보통 일·생활 균형의 측정 은 일과 생활에 사용하는 시간의 양과 시간 사용의 충분성 등의 주관적인 지표를 이용한다(조성호, 김지민, 2018).

이 글에서 생활시간은 일, 육아, 가사, 여가, 자기 계발 등의 기타, 식사·수면 등의 필수시간으로 나누었다. 다만, 주 5일 근무제에 따라 주말에 일하지 않는 경우가 많고, 일하는 시간이 변동되면 그 이외의 시간도 매우 다르게 나타날 가능성이 있으므로 평일과 주말을 나누어 분석한다. 다만, 학생의 경우 공교육 시간은 일하는 시간에 포함되며, 육아시간은 자녀(초등학생 이하)를 양육하는 이들에게 묻고 있으므로 미혼이라도 자녀를 양육하고 있다면 육아시간에 응답할 수 있다. 일하는 시간은 일하는 응답자만을 대상으로 하여

2) ‘가족과 출산 조사’에서는 혼인 상태를 ① 미혼 ② 배우자 있음 ③ 이혼 ④ 별거 ⑤ 사별로 조사하고 있는데, 이 글에서는 ‘② 배우자 있음’으로 응답한 표본으로 대상을 한정하였다.

시간을 산출하였으며, 육아시간은 자녀가 있는 응답자 중에서도 초등학교 이하의 자녀가 있는 경우로 한정하였다. 여가시간은 일하는 시간(출퇴근 시간 포함), 의무적 활동 시간(육아·가사시간 등), 자기 계발 등에 투입한 시간, 필수시간(생존에 필요한 시간으로 수면, 식사 등 포함)을 제외한 자유시간을 의미한다.

### 가. 시간 배분 현황

먼저 전체 응답자의 평일 시간 배분 현황을 살펴보면, 일 8.9시간, 육아 3.4시간, 가사 1.6시간, 여가 3.9시간, 기타 1.5시간, 필수 9.1시간으로 분포하였다.<sup>3)</sup> 세부 특성별로 보면, 지역에 따른 큰 차이는 나타나지 않았고, 성별에 따른 일하는 시간은 남자가 여자보다 1.1시간 많지만, 육아와 가사시간은 여자가 남자보다 각각 3.2시간, 1.4시간 많은 것으로 나타났다. 또한 육아시간은 연령대가 높을수록 적고, 기타시간은 연령대가 낮을수록 많은 경향이 있다. 그리고 교육 수준이 낮을수록 여가시간이 많은 경향이 있는 것으로 나타났다. 육아·가사·여가·기타시간은 취업자보다 비취업자가 더 많고, 가구소득이 낮을수록 육아·여가·기타시간이 많은 경향이 있는 것을 볼 수 있다.

다음으로 주말의 시간 배분 현황을 살펴보면, 일 1.6시간, 육아 5.4시간, 가사 2.1시간, 여가

6.6시간, 기타 1.9시간, 필수 10.2시간으로 분포하였다. 평일의 시간과 비교하면, 일하는 시간이 대폭 감소하였고, 그만큼 여가시간과 육아시간이 큰 폭으로 증가하였으며, 필수시간도 소폭 증가한 것으로 나타났다. 세부 특성별로 보면, 일하는 시간은 동부보다 읍면부에서 많고, 여자보다 남자가 더 많았다. 그러나 육아와 가사시간은 평일과 마찬가지로 주말에도 여자가 남자보다 많은 경향이 있었으나 평일에 비하여 그 격차는 조금 감소하였다. 육아시간은 평일과 유사하게 연령대가 높을수록 적고, 기타시간은 연령대가 낮을수록 많은 경향이 있는 것으로 나타났다. 그 외의 특성도 평일과 유사하게 나타났는데, 교육 수준이 낮을수록 일과 여가시간이 많고, 육아·가사·기타시간은 취업자보다 비취업자가 더 많았다. 그리고 가구소득이 낮을수록 일·육아·여가·기타시간이 많은 경향이 있고, 필수시간이 적은 경향이 있는 것을 볼 수 있다. [그림 1]은 평일 및 주말 시간 배분 현황의 성별 차이를 시각적으로 확인할 수 있도록 그림으로 나타낸 것이다.

앞서 언급한 바와 같이 혼인 관계에 따라 시간 사용에 많은 차이가 있을 수 있으므로, 이 글에서는 그 차이를 자세히 살펴보기 위하여 유배우자 표본으로 한정하여 동일 특성에 따른 시간 사용 경향을 분석한다. 먼저 전체 시간을 보면, 평일의 경우 일 9.1시간, 육아 3.4시간, 가사 2.1시간,

3) 이 글에서는 분석 대상 전체를 일정 특성을 가진 경우로 한정하지 않았기 때문에 전체 시간의 합이 24시간이 될 수 없다. 즉, 일하는 시간은 일하는 표본에서 산출된 것이고, 앞서 언급한 바와 같이 육아시간은 초등학교 재학 이하의 자녀가 있는 경우로 산출되어 각 시간 사용의 표본 수가 다르기 때문이다.

표 1. 전체 응답자(19~49세)의 생활시간 배분 현황: 평일 및 주말

(단위: 시간)

구분	평일						주말					
	일	육아	가사	여가	기타	필수	일	육아	가사	여가	기타	필수
전체	8.9	3.4	1.6	3.9	1.5	9.1	1.6	5.4	2.1	6.6	1.9	10.2
지역												
동부	8.9	3.4	1.6	3.9	1.5	9.1	1.5	5.5	2.1	6.6	2.0	10.1
읍면부	8.8	3.2	1.6	3.7	1.3	9.2	2.2	4.9	2.2	6.1	1.7	10.3
성별												
남자	9.3	1.6	0.9	3.8	1.5	9.1	1.9	4.4	1.5	7.0	2.1	10.3
여자	8.2	4.8	2.3	4.1	1.4	9.1	1.3	6.2	2.8	6.1	1.7	10.0
연령												
19~24세	7.7	5.7	0.9	4.9	2.7	9.6	1.5	6.6	1.1	7.7	3.3	10.6
25~29세	9.1	5.5	1.2	4.1	2.2	9.3	1.6	6.8	1.6	7.4	2.7	10.4
30~34세	9.2	4.6	1.6	3.5	1.3	9.0	1.5	6.5	2.1	6.3	1.8	10.1
35~39세	9.2	3.5	1.9	3.1	0.8	8.9	1.6	5.8	2.6	5.2	1.2	9.9
40~44세	9.1	2.7	1.9	3.6	0.9	8.9	1.8	4.8	2.5	5.7	1.3	9.9
45~49세	9.0	2.3	2.0	4.2	1.0	9.1	1.9	4.0	2.7	7.0	1.4	10.1
교육												
고졸 이하	8.9	3.4	1.8	4.3	1.3	9.3	2.3	5.1	2.3	6.6	1.6	10.2
대졸	8.8	3.3	1.5	3.8	1.6	9.1	1.4	5.4	2.0	6.6	2.1	10.2
대학원졸	8.9	3.3	1.6	3.1	1.2	8.9	1.2	5.6	2.3	5.9	1.8	9.9
취업 여부												
취업	9.1	2.4	1.3	3.0	0.9	8.9	1.8	4.9	2.0	6.6	1.6	10.2
비취업	6.8	5.8	2.2	5.9	2.8	9.6	0.7	6.6	2.3	6.5	2.7	10.1
가구소득												
60% 미만	8.5	4.0	1.6	4.7	1.9	9.4	2.0	5.5	2.0	7.0	2.2	10.4
60~80% 미만	8.9	3.7	1.8	4.0	1.4	9.2	1.9	5.3	2.2	6.2	1.7	10.2
80~100% 미만	8.9	3.4	1.7	3.9	1.4	9.1	1.8	5.3	2.2	6.3	1.8	10.1
100~120% 미만	8.8	3.1	1.6	3.6	1.4	9.0	1.5	5.2	2.2	6.3	2.0	10.0
120~140% 미만	9.0	3.1	1.5	3.6	1.3	9.1	1.2	5.3	2.1	6.6	2.0	10.2
140~160% 미만	9.0	3.0	1.4	3.6	1.3	9.0	1.5	5.3	2.1	6.7	1.8	10.1
160% 이상	9.0	3.1	1.4	3.5	1.4	8.9	1.4	5.7	1.9	6.7	2.0	10.0

주: 1) 가구소득은 3분기 가구(2인 이상)당 월평균 소득(약 571만 원)을 100%로 하여 분석하였음.

2) 가중치 적용으로 합이 일치하지 않을 수 있음.

3) 학생의 경우, 공교육 시간은 일하는 시간에 포함되며, 육아시간은 자녀를 양육하는 경우에 응답하므로 미혼이라도 자녀를 양육하고 있다면 응답할 수 있음.

4) 여가시간은 일하는 시간(출퇴근 시간 포함), 의무적 활동 시간(육아·가사시간 등), 자기 계발 등에 투입한 시간, 생존에 필요한 시간(수면, 식사 등)을 제외한 자유시간을 의미함.

5) 분석 대상 전체를 일정 특성을 가진 경우로 한정하지 않았기 때문에 전체 시간의 합이 정확히 24시간이 되지 않을 수 있음.

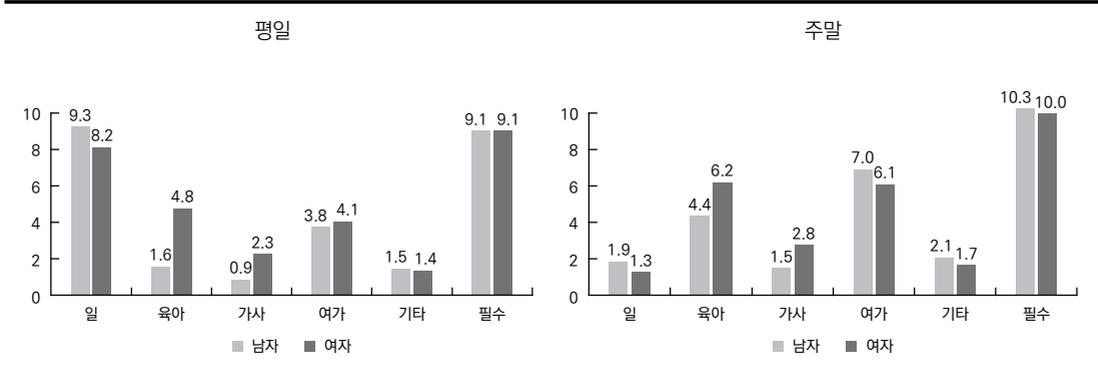
자료: 박중서, 임지영, 김은정, 변수정, 이소영, 장인수, ... 송지은. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사-(구) 전국 출산력 및 가족보건·복지 실태조사. p. 292 (표 8-10), p. 293 (표 8-11) 재구성.

여가 3.3시간, 기타 0.8시간, 필수 8.9시간으로 분포하였다. 세부 특성별로 살펴보면, 전체 응답자의 결과와 유사하게 지역별 차이는 크지 않았

으나, 성별에 따른 차이는 매우 크게 나타났다. 일하는 시간은 남자가 여자보다 1.8시간 많았으나, 육아시간은 여자가 3.3시간, 가사시간은 2.0

그림 1. 전체 응답자(19~49세)의 생활시간 배분 현황: 성별, 평일 및 주말

(단위: 시간)



자료: 한국보건사회연구원. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사. 원자료를 이용해 작성.

시간 더 많은 것으로 나타났다. 그러나 여가시간은 남자가 여자보다 1시간 적었고, 기타시간은 0.2시간, 필수시간도 0.1시간 적은 것을 볼 수 있다. 그리고 육아시간은 연령대가 높아질수록 적어지지만, 기타시간은 연령대가 높을수록 많아지며, 여가시간은 교육 수준이 낮을수록 비교적 많아지는 경향이 있다. 육아·가사·여가·기타시간은 취업자보다 비취업자가 더 많고, 가구소득이 낮을수록 육아·여가·기타시간이 많은 경향을 볼 수 있다.

다음으로 주말의 시간 배분 현황을 살펴보면, 일 1.5시간, 육아 5.4시간, 가사 2.7시간, 여가 5.5시간, 기타 1.2시간, 필수 9.9시간으로 분포하였다. 세부 특성별로 보면, 일하는 시간은 동부보다 읍면부에서 많고 여자보다 남자가 더 많았으나, 육아와 가사시간은 평일과 마찬가지로 주말에도 남자보다 여자가 더 많은 경향이 있었다. 육아시간은 평일과 유사하게 연령대가 높을수록

적고, 기타시간은 연령대가 높을수록 많은 것으로 나타났으며, 그 외의 특성도 평일과 유사하게 나타났다.

앞서 살펴봤던 전체 응답자와 유배우 응답자의 평일 생활시간을 비교해 보면, 유배우 응답자가 전체 응답자보다 일하는 시간이 0.2시간, 가사시간이 0.5시간 더 많았으나 여가시간, 기타시간, 필수시간은 전체 응답자가 유배우 응답자보다 각각 0.6시간, 0.7시간, 0.2시간 적은 것으로 나타났다. 세부 특성 중에서는 성별에 따른 차이가 매우 크게 나타났는데, 남녀 간 일하는 시간의 차이는 유배우 응답자가 전체 응답자보다 0.7시간 많았고, 육아시간은 0.1시간, 가사시간은 0.6시간 더 많은 것을 알 수 있다. 분석 결과에서 일하는 시간은 대부분 남자가 높게 나타났지만, 육아와 가사 또한 가정에서의 일로 생각한다면 일, 육아, 가사에 투입하는 시간의 총합을 일·생활 균형 관점에서 비교할 필요가 있다. 이를 산출하

표 2. 유배우 응답자(19~49세)의 생활시간 배분 현황: 평일 및 주말

(단위: 시간)

구분	평일						주말					
	일	육아	가사	여가	기타	필수	일	육아	가사	여가	기타	필수
전체	9.1	3.4	2.1	3.3	0.8	8.9	1.5	5.4	2.7	5.5	1.2	9.9
지역												
동부	9.1	3.4	2.0	3.3	0.9	8.9	1.4	5.5	2.7	5.6	1.2	9.9
읍면부	8.9	3.2	2.1	3.2	0.8	9.1	2.3	4.9	2.8	5.1	1.1	10.0
성별												
남자	9.8	1.6	0.9	2.7	0.7	8.9	1.8	4.4	1.7	5.9	1.3	10.0
여자	8.0	4.9	2.9	3.8	0.9	9.0	1.1	6.2	3.4	5.2	1.1	9.7
연령												
19~24세	8.6	6.2	2.1	3.8	0.6	9.5	1.5	7.3	2.6	5.3	0.7	10.4
25~29세	9.4	5.5	2.1	3.3	0.9	9.2	1.8	6.7	2.5	5.6	1.2	10.3
30~34세	9.1	4.6	2.0	3.0	0.8	8.8	1.4	6.5	2.5	5.2	1.1	9.8
35~39세	9.1	3.6	2.1	2.8	0.7	8.8	1.4	5.8	2.8	4.6	1.0	9.7
40~44세	9.1	2.7	2.0	3.3	0.9	8.9	1.5	4.8	2.7	5.4	1.2	9.8
45~49세	9.0	2.2	2.1	4.0	1.0	9.1	1.8	4.0	2.8	6.7	1.5	10.0
교육												
고졸 이하	9.1	3.4	2.2	3.8	0.8	9.1	2.3	5.1	2.8	5.6	1.1	10.0
대졸	9.1	3.4	2.0	3.2	0.9	8.9	1.3	5.5	2.7	5.5	1.2	9.9
대학원졸	8.9	3.3	1.8	2.9	0.9	8.8	1.1	5.6	2.5	5.4	1.5	9.7
취업 여부												
취업	9.1	2.4	1.6	2.6	0.6	8.8	1.5	4.9	2.4	5.7	1.2	9.9
비취업	6.2	5.8	3.5	5.4	1.4	9.4	0.2	6.6	3.6	4.9	1.0	9.7
가구소득												
60% 미만	8.7	4.2	2.3	4.3	1.2	9.3	2.6	5.6	2.6	5.4	1.2	10.0
60~80% 미만	9.0	3.8	2.3	3.7	0.9	9.1	1.9	5.3	2.7	5.1	1.1	9.9
80~100% 미만	9.0	3.4	2.1	3.4	0.8	9.0	1.8	5.3	2.7	5.4	1.1	9.9
100~120% 미만	9.1	3.2	2.0	3.1	0.8	8.9	1.5	5.3	2.7	5.5	1.2	9.8
120~140% 미만	9.2	3.1	2.0	3.0	0.8	8.8	1.1	5.3	2.7	5.8	1.3	9.9
140~160% 미만	9.1	3.0	1.9	3.0	0.8	8.8	1.3	5.3	2.7	5.7	1.3	9.9
160% 이상	9.3	3.1	1.9	2.9	0.7	8.7	1.2	5.7	2.7	5.6	1.2	9.7

주: 1) 가구소득은 3분기 가구(2인 이상)당 월평균 소득(약 571만 원)을 100%로 하여 분석하였음.

2) 가중치 적용으로 합이 일치하지 않을 수 있음.

3) 학생의 경우, 공교육 시간은 일하는 시간에 포함되며, 육아시간은 자녀를 양육하는 경우에 응답하므로 미혼이라도 자녀를 양육하고 있다면 응답할 수 있음.

4) 여가시간은 일하는 시간(출퇴근 시간 포함), 의무적 활동 시간(육아·가사시간 등), 자기 계발 등에 투입한 시간, 생존에 필요한 시간(수면, 식사 등)을 제외한 자유 시간을 의미함.

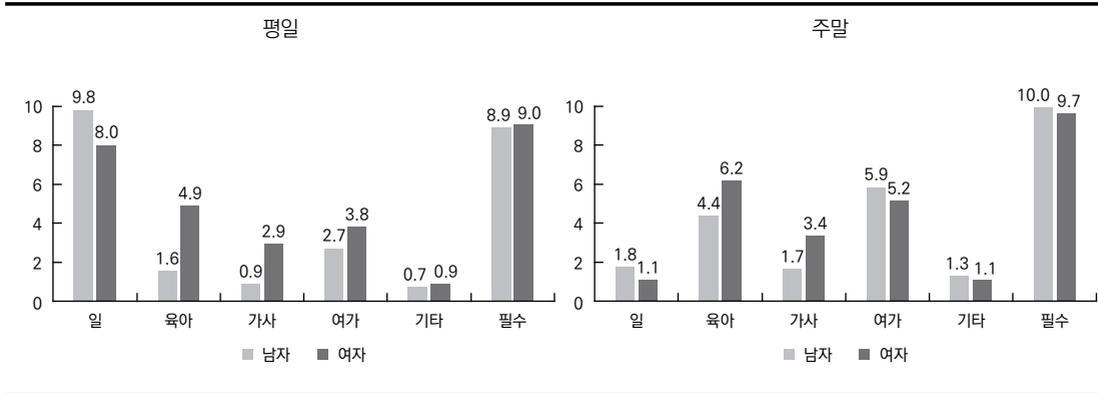
5) 분석 대상 전체를 일정 특성을 가진 경우로 한정하지 않았기 때문에 전체 시간의 합이 24시간이 되지 않을 수 있음.

자료: 한국보건사회연구원. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사. 원자료를 이용해 작성.

면 전체 응답자의 남자는 11.8시간, 여자는 15.3 시간으로 둘의 차이는 3.5시간으로 나타나며, 이 여자 15.8시간으로 둘의 차이는 전체 응답자와 같이 3.5시간이 된다. 한편, 주말은 유배우 응답자를 유배우 응답자로 한정하면, 남자 12.3시간, 여자의 여가시간이 전체 응답자보다 1.1시간 적고

그림 2. 유배우 응답자(19~49세)의 생활시간 배분 현황: 성별, 평일 및 주말

(단위: 시간)



자료: 한국보건사회연구원. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사. 원자료를 이용해 작성.

기타시간도 0.7시간 적었으나, 가사시간은 0.6시간 많은 것으로 분석되었다. [그림 2]는 유배우 응답자의 평일 및 주말 시간 배분 현황을 성별로 구분하여 나타낸 것이다.

#### 나. 시간 사용의 적절성

앞 소절에서는 생활시간(일, 육아, 가사, 여가, 기타, 필수시간)의 절대적 시간량을 분석하였으나, 이 소절에서는 6개의 생활시간 중 평일을 기준으로 각각의 시간이 적절한지를 분석해 보려 한다.

먼저 전체 응답자의 시간 적절성(평일)에 대해 살펴보면,<sup>4)</sup> 일하는 시간은 94.5%, 육아시간은 77.4%, 가사시간은 83.4%, 여가시간은 75.3%, 기타시간은 58.3%, 필수시간은 81.8%의 응답자

가 적당하거나 충분하다고 하였다. 다음으로 유배우 응답자의 시간 적절성(평일)에 대해 살펴보면, 일하는 시간은 95.7%, 육아시간은 77.9%, 가사시간은 82.8%, 여가시간은 65.1%, 기타시간은 46.8%, 필수시간은 76.4%의 응답자가 적당하거나 충분하다고 하였다.

전체와 유배우 응답자의 시간 적절성을 비교 분석해 보면, 일하는 시간이 충분한지에 대해서는 전체 응답자와 유배우 응답자의 차이가 1.2%포인트로 큰 차이는 없는 것으로 나타났다. 육아시간의 차이는 0.4%포인트, 가사시간은 0.7%포인트로 작은 차이가 있는 것으로 나타났다. 그러나 여가시간은 전체 응답자의 75.3%, 유배우 응답자의 65.1%가 충분하다고 응답하였고, 그 차이는 10.2%포인트로 유배우 응답자의 여가시간

4) 적당, 충분, 매우 충분한 비율을 종합한 숫자로 서술하였으며, 소숫점 이후의 수치를 포함하여 종합하였으므로 소숫점 둘째 자리에서 반올림하여 산출한 <표 3>의 수치와 다를 수 있다.

표 3. 시간 적절성: 전체 응답자(19~49세), 유배우 응답자(19~49세)

(단위: %)

생활시간 구분	전체 응답자					유배우 응답자				
	매우 부족	부족	적당	충분	매우 충분	매우 부족	부족	적당	충분	매우 충분
일	0.4	5.1	63.4	24.0	7.1	0.4	4.0	62.0	26.0	7.6
육아	2.2	20.4	56.9	16.7	3.8	2.1	20.1	57.2	16.8	3.8
가사	1.5	15.0	70.9	11.0	1.5	1.6	15.7	68.5	12.5	1.8
여가	4.8	20.0	51.4	20.5	3.4	7.2	27.7	49.4	14.2	1.4
기타	10.8	30.8	50.0	7.5	0.8	15.1	38.1	41.8	4.7	0.3
필수	1.7	16.5	62.4	17.4	2.0	2.4	21.2	63.7	11.9	0.7

주: 가중치 적용으로 합이 일치하지 않을 수 있으며, 지면 관계상 표본 수를 제외하였음.

자료: 전체 응답자 - 박종서, 임지영, 김은정, 변수정, 이소영, 장인수, ... 송지은. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사 - (구) 전국 출산력 및 가족보건·복지 실태조사. p. 295 (표 8-12).

유배우 응답자 - 한국보건사회연구원. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사. 원자료를 이용해 작성.

이 비교적 충분하지 않은 것으로 나타났다. 기타 시간은 전체 응답자의 58.3%가 충분하다고 응답하여 다른 시간에 비하여 낮은 수준이었으나, 유배우 응답자는 46.8%로 나타나 절반 이상의 유배우 응답자가 기타시간이 부족하다고 느끼고 있었으며, 그 차이는 11.5%포인트였다. 마지막으로 필수시간은 전체 응답자보다 유배우 응답자가 5.4%포인트 낮은 수준으로 나타났다.

### 3. 일·생활 균형의 어려움

이 조사에서는 일하는 응답자를 대상으로 하여 일과 생활의 균형 정도에 대해 7개 척도로 조사하였는데, 이 절에서는 일과 생활을 병행하는 것에 대한 어려움의 정도를 분석하려 한다. 응답한 숫자가 클수록 일과 생활의 균형을 유지하기 어렵다는 것을 의미하며, 전체 응답자와 유배우

응답자를 나누어 분석하였다. 먼저 전체 응답자 분석 결과를 살펴보면, 1점 19.0%, 2점 22.6%, 3점 17.1%, 4점 17.2%, 5점 13.3%, 6점 7.0%, 7점이 3.8%로 분포하였다. 4점이 중앙값이므로 4점을 기준으로 이보다 어렵다고 한 비율은 24.1%로 나타났다.

세부 특성별로 살펴보면, 지역별로는 읍면부보다 동부, 남자보다 여자의 일·생활 균형이 더 어려운 경향이 있는 것으로 나타났다(남자: 19.6%, 여자: 30.2%).<sup>5)</sup> 그리고 대체로 연령대가 낮을수록 일·생활 균형이 어렵지 않은 반면, 교육 수준이 높을수록 어려운 경향이 있고, 가구소득이 높을수록 일·생활 균형이 어려운 것을 볼 수 있다. 마지막으로 주당 근로시간이 길수록 일·생활 균형을 유지하기 어려운 경향이 있는 것으로 나타났다.

다음으로 유배우 응답자 분석 결과를 보면, 1

5) 5, 6, 7점을 선택한 응답자 비율의 합을 나타낸다.

표 4. 일·생활 균형의 어려움: 전체 응답자(19~49세), 유배우 응답자(19~49세)

(단위: %)

구분	전체 응답자							유배우 응답자						
	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
전체	19.0	22.6	17.1	17.2	13.3	7.0	3.8	11.3	19.9	18.7	19.7	16.7	8.5	5.2
지역														
동부	18.9	22.6	16.9	17.0	13.3	7.3	3.9	11.5	20.3	18.3	19.1	16.5	9.0	5.3
읍면부	19.1	22.4	18.1	18.5	13.3	5.2	3.4	10.4	17.9	20.5	22.6	17.6	6.4	4.6
성별														
남자	21.9	24.1	17.4	17.0	11.5	5.3	2.8	12.8	22.9	20.0	20.1	14.4	6.3	3.5
여자	15.0	20.4	16.7	17.6	15.7	9.2	5.3	9.2	15.8	16.8	19.3	19.9	11.6	7.5
연령														
19~24세	30.6	26.5	13.8	13.4	10.1	4.6	1.0	2.2	16.8	37.5	18.2	13.1	9.6	2.5
25~29세	28.4	26.9	15.7	13.4	8.5	5.0	2.2	17.4	20.6	14.9	17.5	16.9	7.1	5.7
30~34세	21.2	21.2	17.3	16.6	11.4	7.7	4.6	13.3	18.6	19.2	17.3	14.8	10.4	6.5
35~39세	14.7	18.5	17.4	18.4	17.7	7.4	5.9	10.3	16.7	17.8	19.8	19.5	8.9	7.0
40~44세	12.2	21.1	19.4	19.0	15.2	8.3	4.8	9.6	20.3	19.8	20.3	16.7	8.8	4.6
45~49세	14.2	23.7	17.2	20.1	14.5	7.4	2.9	11.9	23.1	18.3	21.0	15.3	7.1	3.2
교육														
고졸 이하	20.3	22.7	16.5	17.9	12.3	6.5	3.9	12.1	20.9	18.4	20.4	15.6	7.1	5.6
대졸	18.4	22.9	17.5	16.8	13.6	6.9	3.8	10.6	20.0	19.3	19.4	16.9	8.7	5.1
대학원졸	18.9	18.0	16.0	19.0	15.2	9.2	3.7	14.8	15.4	14.4	20.7	18.7	11.6	4.3
가구소득														
60% 미만	27.2	23.6	16.5	14.7	9.5	5.4	3.0	14.9	21.6	22.9	16.5	12.8	6.0	5.3
60~80% 미만	19.5	23.9	16.0	19.2	13.1	5.4	2.9	12.3	21.5	16.1	23.6	16.5	6.3	3.7
80~100% 미만	18.5	21.8	17.8	18.9	14.1	5.2	3.7	13.0	18.9	19.7	19.9	17.7	6.4	4.4
100~120% 미만	14.2	22.5	19.8	15.5	15.0	8.3	4.7	9.7	20.4	21.0	17.1	16.6	9.5	5.7
120~140% 미만	15.0	20.9	19.1	19.3	14.4	7.3	4.1	9.7	17.8	18.5	21.3	17.9	9.3	5.6
140~160% 미만	15.7	22.5	14.1	17.8	15.6	9.1	5.2	8.4	21.3	15.0	18.7	19.1	11.0	6.5
160% 이상	19.0	22.5	15.8	16.8	13.3	8.9	3.8	12.5	19.3	17.8	20.3	15.1	9.7	5.2
주당 근로시간														
40시간 미만	21.4	25.0	15.1	16.2	12.9	6.0	3.4	14.1	20.7	16.4	18.9	16.6	8.7	4.7
40시간	20.5	23.6	17.4	17.6	12.0	6.1	2.9	11.8	21.3	19.5	19.9	15.8	7.5	4.3
40시간 이상	15.7	20.0	17.7	17.2	15.4	8.7	5.2	9.4	17.5	18.4	19.9	18.1	10.0	6.7

주: 1) 가구소득은 3분기 가구(2인 이상)당 월평균 소득(약 571만 원)을 100%로 하여 분석하였음.

2) 가중치 적용으로 합이 일치하지 않을 수 있으며, 지면 관계상  $\chi^2$ 과 표본 수는 제외하였음.

자료: 전체 응답자 - 박종서, 임지영, 김은정, 변수정, 이소영, 장인수, ... 송지은. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사 - (구) 전국 출산력 및 가족보건·복지 실태조사. p. 307 (표 8-19).

유배우 응답자 - 한국보건사회연구원. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사. 원자료를 이용해 작성.

점 11.3%, 2점 19.9%, 3점 18.7%, 4점 19.7%, 5점 16.7%, 6점 8.5%, 7점 5.2%로 분포하였다. 유배우 응답자의 결과를 전체 응답자와 비교하면, 일·생활 균형이 어렵다고 한 비율은 30.4%

로 전체 응답자보다 6.3%포인트 높은 것으로 나타났다. 세부 특성별 경향은 정도의 차이는 있으나 전체 응답자의 경향과 대체로 유사하게 나타났다.

#### 4. 나가며

이 글은 최근 우리 사회가 일·생활 균형을 중시하는 방향으로 나아가고 있으나 여전히 가정에서의 일·생활 균형이 이루어지지 않는다는 것을 배경으로 하여 우리나라 국민의 생활시간 배분 현황과 시간 사용의 적절성, 그리고 일·생활 균형의 어려움 정도를 분석하였다. 특히 이 글에서는 미혼 남녀를 포함한 전체 응답자를 분석하고, 유배우 응답자와의 비교를 시도하였다.

평일의 평균 생활시간에 대해 전체 응답자와 유배우 응답자를 비교한 결과, 일·가사시간은 유배우 응답자가 전체 응답자보다 많았고, 여가·기타·필수시간은 전체 응답자가 많은 것으로 나타났다. 특히 일하는 시간에서 성별에 따른 차이가 매우 크게 나타났다. 일·생활 균형 관점에서 육아와 가사 또한 가정에서의 일로 고려할 필요가 있고, 따라서 일, 육아, 가사에 투입하는 모든 시간을 일하는 시간으로 산출한 결과, 여자가 남자보다 더 많은 시간을 일에 투입하고 있다는 결과가 나타났으며, 이는 유배우 응답자에서 매우 크게 나타나는 특징이 있었다. 즉, 일하는 여자는 직장에서의 노동과 더불어 퇴근하고 집에 돌아오게 되면 또다시 육아·가사노동을 하게 되는 이중부담(second shift or double shift)을 지게 된다는 것을 의미한다(Hochschild, 2012).

또한, 평균 생활시간에 대해 전체 응답자와 유배우 응답자를 비교해 보면 자연스럽게 무배우 응답자의 경향도 어느 정도 유추가 가능하다. 분석 결과에서 유배우 응답자의 남녀 간 차이와 전체 응답자의 남녀 간 차이와 유사한 것을 볼 수 있었는데, 이것은 결국 유배우 응답자와 무배우 응답자의 차이가 크다는 것을 의미한다.<sup>6)</sup> 즉, 이것은 곧 유배우 여자의 일·가정 양립 상황이 아직 남자에 비하여 좋지 않은 것을 시사한다. 다만, 일·생활 균형 측면에서 생각하면 여자의 여가시간이 남자보다 1시간 정도 많으므로 약간은 상쇄될 것으로 생각되지만, 그렇다 해도 평균적으로 3시간 이상의 차이가 있는 것으로 나타나기 때문에 여자의 일·생활 균형이 남자에 비하여 열악한 것으로 볼 수 있다.

시간 적절성에 관하여 전체 응답자와 유배우 응답자를 비교 분석한 결과, 일하는 시간, 육아시간, 가사시간은 혼인 상태와 관계없이 충분한 것으로 분석되었으나, 여가시간과 기타시간은 유배우 응답자가 비교적 충분하지 않은 것으로 나타났다. 특히 절반 이상의 유배우 응답자가 기타시간이 부족하다고 느끼고 있는 것을 볼 수 있었다. 생활시간의 부족한 측면을 기준으로 보면, 정도의 차이는 있으나 혼인 상태와 관계없이 기타시간이 제일 부족하고 여가·필수시간이 부족한 경향이 있는 것으로 나타났으나, 일하는 시간은 대

6) 예를 들어, 남녀 간 차이가 전체 응답자에서는 2시간이 도출되었고 유배우 응답자가 2시간이면, 무배우 응답자는 0시간이라는 것을 유추할 수 있다. 따라서 전체 응답자와 유배우 응답자의 차이는 0시간이지만, 유배우 응답자와 무배우 응답자의 차이는 2시간으로 커지는 것을 의미한다.

체로 충분한 것을 알 수 있었다. 마지막으로 일·생활 균형의 어려움을 분석한 결과는 유배우 응답자의 어려움 정도가 매우 높은 수준이라는 것을 알 수 있었다.

이러한 분석 결과를 종합하면, 일·생활 균형을 유지하는 것은 무배우 응답자보다는 유배우 응답자, 유배우 응답자 중에서는 유배우 여자가 더 힘들다는 것을 알 수 있다. 이것은 2000년대 이후 「근로기준법」 및 「남녀고용평등과 일·가정 양립 지원에 관한 법률」의 모성보호 및 일·가정 양립 관련 제도 등 관련 정책이 다양하게 추진되었음에도 큰 효과가 나타나지 않았다는 것을 의미하며, 특히 2006년 제1차 저출산·고령사회 기본계획(이하, 기본계획) 시행 이후 최근의 제4차 기본계획까지 20여 년간 일·가정 양립 지원 정책이 집중적으로 추진되었는데도 불구하고 여전히 유배우 여자들의 일·생활의 어려움은 크게 해소되지 않은 결과라고 볼 수 있다. 따라서 일·생활 균형을 위해서는 무엇보다 분석 결과에서도 제시된 바와 같이 유배우 여자에게 편향된 육아·가사의 이중 부담을 해소하는 것이 중요하다고 할 수 있다.

물론 이러한 정책 목표는 오랫동안 매우 다양하게 추진되어 왔으므로 새로운 정책이 필요하다고 주장하는 것은 아니다. 다만, 우선순위를 정하여 집중적으로 추진해야 할 목표는 생각해 볼 수 있을 것이다. 이와 관련해 가장 중요한 목표를 생각해 보면, 육아와 가사를 하는 부모들이 유연한 시간 구조를 갖고 생활할 수 있는 환경 만들기가 할 수 있다. 우선 일하는 부모들은 일과 육아·

가사가 상충되지 않게, 일하는 시간을 유연하게 설정할 수 있도록 보육 제도가 유연화되어야 할 것이다. 즉, 출근하고 싶은 시간에 자녀를 맡기고, 퇴근하고 싶은 시간에 자녀를 데리고 올 수 있는 구조를 만드는 것이다(조성호, 이지나, 김근태, 2021). 또한 유배우 여자의 가사 부담을 완화할 수 있는 가사도우미 등의 파견을 정책화하여 유배우 여자의 가사시간을 줄이고, 줄어든 시간만큼 여가시간 및 기타시간으로 전환될 수 있도록 하는 것도 필요할 것이다. 마지막으로 중요한 것은 남자 배우자의 육아·가사 참여일 것이다. 분석 결과에서도 남자 배우자의 육아·가사시간이 여자보다 적은 것을 볼 수 있었다. 다만, 남자 배우자의 일하는 시간이 여자보다 많으므로 육아·가사 참여를 활성화하기 위해서는 일하는 시간이 어느 정도 완화되어야 한다.

2020년에 시작된 코로나19 팬데믹은 일하는 형태 및 환경을 의도치 않게 다양하게 만들었다. 물론 자녀들이 학교 및 어린이집에 갈 수 없어 일하러 나가는 부모들의 돌봄 부담이 증가한 측면도 있으나, 한편으로는 재택근무 등을 통하여 자녀 돌봄을 병행할 수 있는 경우도 발견되었다. 재택근무는 출퇴근을 위한 시간(세면 등의 출근 준비 및 출퇴근 이동 등)이 절약된다는 측면에서 매우 유연한 시간 구조를 만들 수 있는 최적의 방법 중 하나라고 할 수 있다. 다만, 재택근무가 가능한 업종과 그렇지 않은 업종의 격차를 해소하는 것이 과제라고 할 수 있다.

이상에서 논의한 바와 같이 일·생활 균형을 달

성하기 위해서는 다양한 각도에서 다양한 정책이 함께 지속적으로 추진되는 것이 필요하고, 고려해야 할 사안도 많다고 할 수 있다. 따라서 앞으로 우선적으로 추진해야 할 사안을 면밀하게 검토하고, 다양한 상황에서의 파급효과 등을 분석하여 정책을 추진해 나갈 필요가 있다. 그러나 무엇보다 일·가정 양립 및 일·생활 균형을 위해서는 여성에게 편중되어 있는 육아·가사시간이 완화되어야 할 것으로 보인다. 또한 이러한 제도는 일하는 여자만을 위한 것이 아니라 자녀를 키우는 모든 부모를 대상으로 해야 할 것이며, 남자의 장시간 유급 노동시간을 완화하여 감소한 노동시간이 육아·가사 등으로 전환될 수 있도록 하는 정책을 추진하는 것도 필요할 것으로 생각된다. ■

차창희. (2021. 8. 21.). “승진 욕심 없고요, 편하고 싶습니다.” MZ세대 워라벨에 밀린 ‘별’. 매일경제. <https://www.mk.co.kr/news/society/view/2021/08/808846/>에서 2022. 5. 1. 인출.

한국보건사회연구원. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사. 원자료. 한국보건사회연구원.

Hochschild, A. (2012). *The second shift: Working families and the revolution at home* (Revised ed.). Penguin Books.

---

## 참고문헌

- 박종서, 임지영, 김은정, 변수정, 이소영, 장인수, ... 송지은. (2021). 2021년도 가족과 출산 조사 -(구) 전국 출산력 및 가족보건·복지 실태조사. 세종: 한국보건사회연구원.
- 이진한. (2021. 8. 4.). “돈보다 여가” 워라벨 확고한 MZ세대. 매일경제. <https://www.mk.co.kr/news/society/view/2021/08/755658/>에서 2022. 5. 1. 인출.
- 조성호, 김지민. (2018). *일·생활 균형을 위한 부부의 시간 배분과 정책과제*. 세종: 한국보건사회연구원.
- 조성호, 이지나, 김근태. (2021). *기혼부부의 무자녀 선택과 정책과제*. 세종: 한국보건사회연구원.

# Time Allocation and Work-Life Balance

**Sungho Cho**

(Korea Institute for Health and Social Affairs)

The purpose of this study is to suggest policy implications by analyzing the distribution of time use from the perspective of work-life balance. Measured in terms of the total time spent on work, childcare, and housework, the gender gap was greater among those married than among those unmarried. Respondents found themselves relatively short for time to spend on “leisure,” “other activities,” and “essential activities like eating and sleeping.” The difficulty of work-life balance was felt more among the married than among the unmarried. These results mean that the double burden of married women has not been resolved even though the policy of work-life balance has been continuously promoted since the 2000s. Therefore, it is necessary to create an environment in which parents who do childcare and housework can live with a flexible time structure.