creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.

변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 이용허락규약(Legal Code)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

Disclaimer

dCollection

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

일부 생산직 근로자의 근로시간과 일-생활 균형의 관계

연세대학교 보건대학원

산업환경보건학과 산업보건전공

김 지 은

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

일부 생산직 근로자의 근로시간과 일-생활 균형의 관계

지도 원 종 욱 교수

이 논문을 보건학 석사학위 논문으로 제출함.

2020년 6월

연세대학교 보건대학원
산업환경보건학과 산업보건전공
김 지 은

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

김지은의 보건학 석사학위 논문을 인준함

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

연세대학교 보건대학원

2020년 6월

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

감사의 글

지난 2년 6개월간 따뜻한 응원과 격려를 보내주신 많은 분들께 감사의 말씀 드립니다. 군 복무 기간에 시작하여 전역 후 첫 이직한 직장에서 마무리하기까지 쉽지 않은 기간들이었지만, 제 인생 그 어느 때 보다 값지고 의미 있는 경험들이었습니다. 제가 무탈하게 잘 마무리하고 졸업할 수 있었던 건 여러분들의 소중한 도움 덕분입니다.

처음 도전하는 논문이라는 관문에 시작부터 완성까지 한 편의 논문을 1년간 성심으로 지도해주셨던 지도교수 원종욱 교수님, 수업 외에도 산업보건 전문가가 될 수 있도록 많은 가르침을 주신 김치년, 윤진하 교수님께도 감사 말씀 드립니다. 한 명도 휴학 없이 끝까지 함께 해준 동기 김광현 선생님, 임영빈 선생님, 김성진 선생님, 유난히 남다른 동기애 덕에 무사히 졸업할 수 있었다고 생각합니다. 항상 든든한 힘이 되어 주어 고마웠습니다.

막연했던 대학원 진학 고민뿐만 아니라 학업 중에도 각종 평가와 수강신청에 대한 조언까지, 저의 끝도 없는 물음표에 도움과 현실적인 조언을 아끼지 않았던 동 대학원 선배 내 친구 박진현, 김화진, 후배 남주령에게 정말 감사하다고 전하고 싶습니다. 저 바다 건너에서 시차의 벽에도 불구하고 논문 마무리에 큰 힘을 실어주었던 내 친구 손보영, 오평화에게도 진심으로 감사합니다. 군사안보지원사령부 동료들, 그리고 성남시의료원 신선영 파트장님, 주별 선생님께도 업무와 학업을 병행하도록 많은 배려 해주셔서 감사드립니다.

늘 저를 대견하고 자랑스러워해 주시는 부모님, 시어머님, 그리고 가족들 사랑하고 감사합니다. 마지막으로 그 누구보다도 제가 새로운 도전을 할 때마다 제 결정을 믿어주고 언제나 200%의 든든한 외조 내공을 보여주는 나의 남편 강지훈, 진심으로 사랑하고 감사합니다.

2020년 6월 김지은 올림

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

차 례

Ⅰ. 서론 ····· 1

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상 ····· 5
2. 변수의 선정 ····· 5
3. 분석방법 ····· 7

Ⅲ. 결과

1. 연구 대상자의 일반적 특성 ····· 8
2. 근로시간과 일-생활 균형 ····· 12
3. 근로형태와 일-생활 균형 ····· 13
4. 일-생활 균형 요인 로지스틱 회귀분석 ····· 15

Ⅳ. 고찰 ····· 17

Ⅴ. 결론 ····· 22

Ⅵ. 참고문헌 ····· 23

Abstract ····· 26

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

표 차 례

표1. 연구대상자의 일반적 특성에 따른 주당 근로시간 ·····9
표2. 일반적 특성에 따른 일-생활의 균형 ·····11
표3. 주당 근로시간별 일-생활의 균형 ·····12
표4. 근로형태별 일-생활의 균형 ·····14
표5. 일-생활 균형 요인 로지스틱 회귀분석 ·····16

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

국 문 요 약

일부 생산직 근로자의 근로시간과 일-생활 균형과의 관계

본 연구는 장시간 근로시간과 불규칙한 근로시간이 생산직 근로자의 일-생활 균형에 미치는 영향을 분석하는데 목적이 있다. 제5차 근로환경조사 (The Fourth Working Conditions Survey, KWCS) 자료를 이용하여 기능원 및 관련 기능 종사자, 장치/기계 조작 및 조립 종사자, 단순노무종사자 등 세 직군에 종사하는 생산직 근로자 14,789명을 연구 대상으로 하였다.

일반적 특성과 근무시간, 근무유형 등과 일-생활 균형 사이의 관계를 알아보기 위해 카이제곱 검정을 실시하고, 근로시간과 근무형태가 일-생활 균형에 미치는 영향을 알아보기 위해서 일-생활 균형 여부를 종속변수로 한 로지스틱 회귀분석을 실시하였다.

연구결과, 주당근로시간이 적을수록, 야간근로를 적게 할수록, 장시간 근로를 하지 않을수록, 근무형태가 규칙적일수록 일-생활 균형이 적당하였다. 결론적으로 일과 생활의 균형을 맞추려면 총 근무시간이 중요하고 규칙적인 근로시간 확보가 중요함을 알 수 있었다.

핵심어 : 근로환경조사, 근로시간, 장시간 근무, 근로 형태, 일-생활 균형

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

Ⅰ. 서 론

‘워라밸’이란 ‘Work-Life Balance(워크라이프 밸런스)’의 줄임말로, ‘일과 삶의 균형’을 의미한다(민경선, 2018). 균형(balance)의 사전적 의미는 어느 한쪽으로 기울거나 치우치지 아니하고 고른 상태이다. 그러나 ‘일과 삶의 균형’에서 ‘균형’은 그 의미가 확장되어 ‘일과 삶 두 역할을 잘 해내고 있다는 개인적인 지각’이라 정의할 수 있다(이혜정, 2012). 즉, ‘워라밸이 좋다’라는 것은 구성원이 지각하는 일과 일 이외의 모든 생활 간의 균형 및 조화가 좋다는 의미이며, 일과 삶을 모두 잘 해내고 있다고 느끼는 상태를 의미한다(강우란, 배노조, 정지영, 2006; 강용훈, 2017).

오늘날 삶의 질에 대한 관심이 높아지고 일과 삶에 대한 가치관이 변화하면서, 일에 중점을 두는 사회에서 가정과 개인의 생활을 중시하는 워라밸의 사회로 변화하고 있다(이정미, 강희경, 최수형, 2018). 1988년에서 1994년에 태어난 워라밸 세대는 일과 자기 자신, 여가, 그리고 자기 성장 사이의 균형을 추구한다(김난도, 2017). 취업포털 잡코리아가 직장인 1,007명을 대상으로 실시한 조사에 따르면 ‘회사를 선택할 때 가장 중요하게 생각하는 요건’으로 55.2%가 ‘워라밸이 가능한지를 본다’고 응답하였고, 다음으로 높은 연봉과 고용 안정성이 각각 28.6%와 27.7%에 그쳤다(박소정, 2018).

OECD(Organization for Economic Cooperation and Development, 경제협력개발기구)는 “How’s Life?” 라는 통계보고서에서 ‘일과 삶의 균형’이 포함된 지표를 활용해 국가별 웰빙(Well-being)을 측정하여 2년마다 발표해 오고 있다. ‘일과 삶의 균형’지표는 휴가(Time Off), 장시간 무임금노동(Long unpaid working hours), 총 근로시간에서의 성별 차이(Gender gap in total hours worked), 시간 사용 만족도(Satisfaction with time use) 등의 지표로 분석된다. 우리나라도 통계청의 「국민 삶의 질 지표」에서 고용·임금·문화·여가

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

영역이 삶의 질에 기여 하는 바를 근로시간, 여가 시간 등으로 측정하여 분석하고 있다. ‘남녀고용평등과 일-가정 양립 지원에 관한 법률’에서는 가족돌봄 휴직제도와 육아기 근로시간 단축제도의 사업주 수용 의무를 임의규정에서 강행규정으로 변경하였다(남녀고용평등과 일-가정 양립 지원에 관한 법률 제11274호). 2019년 8월에는 연간 최장 10일까지 가능한 가족 돌봄 휴가제도의 사업주 의무화도 신설되었다. 이러한 정책들을 흔히 ‘가족친화 근로법제’라고 하는데, 이때, ‘가족친화’라는 표현은 ‘일-가정 양립’으로만 국한되는 것은 아니며, 광의의 의미로 가족생활에 책임이 없는 근로자의 일반적인 생활까지 확대되는 ‘일과 생활의 균형’도 의미한다(강성태, 2011). 이렇듯 ‘일과 삶의 균형’은 우리 사회에 일시적으로 유행하는 하나의 용어라기보다, 삶의 질에 대한 국내외적 논의들이 주목하는 중요 개념이다(민경선, 2018).

OECD는 일-생활의 균형을 유지하고 만들어가는 것은 개인뿐만 아니라 가족의 전반적인 건강과 웰빙(Well-being)에 있어 가장 핵심이라고 하면서, 그 ‘균형’을 깰 수 있는 결정적인 요인으로 근로시간에 주목하였다(OECD, 2019). 근로시간이 줄어들면 상대적으로 여가시간의 양과 질은 늘어나기 때문이다. European Foundation(2001)은 27개 EU국의 일-가정 양립을 조사하였는데, 근로시간 단축 및 탄력적 근로시간제 등의 유연근무제가 일과 가정생활을 양립할 수 있도록 돕는데 중요한 요소라고 지적하였다. 이처럼 근로시간은 일-생활 균형의 주요 요인 중 하나로 볼 수 있다.

그러나 2018년 한국은 연간 평균 근로시간이 1,993시간으로 OECD 회원국 중 3위를 차지했다(OECD, 2019). 그동안 우리나라의 장시간 근로 관행은 경제성장 및 경제위기 극복의 원동력으로 평가받기도 했지만, 근로자의 삶의 질 저하를 발생시키는 주요 원인으로 지적되어왔다(이병기, 2000). 장시간 근로 관

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

행은 근로자가 '직장 중심의 삶'을 살아갈 수밖에 없기 때문에, 개인의 건강 및 자아실현은 물론 가족 구성원으로서의 삶에 대한 희생을 수반할 수 밖에 없다(김근주, 2012).

최근 대한민국 정부는 주당 노동시간을 휴일을 포함하여 최대 68시간이 가능하던 것을 52시간으로 단축하는 내용으로 근로기준법을 개정하였다(근로기준법, 2018). 이 법의 적용 시기는 사업장 규모에 따라 2020년 1월 1일부터 단계적으로 적용하여 2021년 7월부터는 5인 이상 사업장에 모두 적용한다(윤창훈, 2018). 이러한 사회적 변화와 근로기준법 개정안의 결과를 미루어볼 때, 일-생활의 균형에 대한 관심과 요구는 앞으로 더욱 증가할 것이다. 이에 개인, 조직, 기업 및 정부는 중요한 현안으로 다루어야 하며, 특히 우리나라 근로자들의 근로시간과 일-생활 균형에 대한 심도 깊은 연구는 더 필요하다.

한국문화관광연구원의 「우리나라 직장인들의 휴가실태」에 따르면, 직종별로 휴가를 가지 못한 비율이 농림어업 숙련 종사자가 74.2%로 가장 높았고, 그다음은 단순 노무 종사자(57.3%), 장치·기계 조작·조립 종사자(35.8%), 군인(35.4%) 순이었다(한국문화관광연구원, 2017). 표준직업분류 해설서(통계청, 2017)에 따르면 기능원 및 관련 기능 종사자, 장치/기계 조작 및 조립 종사자, 단순노무종사자 세 직군은 대부분 설치, 정비, 제품 가공, 장비 조작, 조립 등의 업무를 하는 생산직(비사무직)으로 분류할 수 있다.

이 연구는 산업안전보건연구원에서 실시한 『제5차근로환경조사』를 이용하여 기능원 및 관련 기능 종사자, 장치/기계 조작 및 조립 종사자, 단순노무종사자 등 세 직군에 종사하는 생산직 근로자를 대상으로 장시간 근로시간과 불규칙한 근로시간이 근로자의 일-생활 균형과 어떠한 관련이 있는지에 대한 평가를 위해 실시하였다. 그동안 서비스업이나 여성의 일-생활 균형에 관한 선행 연구는 많았으나(박연준, 2017, 정미숙, 2017) 남성이 다수인 직군 단순

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

노무 종사자, 장치·기계 조작·조립 종사자, 기능원 및 관련 기능 종사자들의 근로시간과 워라밸과의 관련성에 대한 연구는 거의 찾아볼 수 없었다. 이에 휴가를 잘 가지 못해 일-생활 균형이 잘 맞지 않을 것으로 예상되는 세 직군에 관심을 갖게 되어 그 대상으로 연구하게 된 것이다.

본 연구의 목적은 기능원 및 관련 기능 종사자, 장치/기계 조작 및 조립 종사자, 단순노무 종사자의 근로시간과 일-생활 균형의 관계에 대하여 알아보는 것이다.

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

Ⅱ. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구는 안전보건공단 산하 산업안전보건연구원에서 시행한 “2017년 제5차근로환경조사”의 자료를 이용하였다.

한국근로환경조사는 유럽근로환경조사(EWCS, Europe Working Condition Survey)와 영국노동력조사(LFS, Labour Force Survey)를 벤치마킹하여 전국의 만 15세 이상의 취업자를 대상으로 근로형태, 고용형태, 직종, 업종, 위험요인 노출, 고용안정 등 업무환경을 전반적으로 파악하기 위한 조사다(산업안전보건연구원, 2017). 조사모집단은 2010년 인구주택총조사를 기준으로 반영하였으며 아파트 조사구 및 일반 조사구 내 가구에 거주하는 만 15세 이상 근로자 50,000명의 특성이 반영되었다.

본 연구의 대상자는 한국 표준 직업 분류 대분류로 분류된 기능원 및 관련 기능 종사자 4,815명, 장치/기계 조작 및 조립 종사자 5,355명, 단순노무종사자 4,620명 등 현장근로자 총 14,789명으로 선정하였다.

2. 변수의 선정

1) 독립 변수

주요 독립 변수는 아래와 같이 분류하고 정의하였다.

① 주당 근로시간은 근로기준법에 근거하여 40시간 이하, 41~52시간, 53시간 이상으로 분류하였다.

② 근로 형태

㉠ 야간근무

- 밤 근무 : 밤 10시에서 새벽 5시 사이에 2시간 이상 근무하는 것이다.
- 저녁 근무 : 저녁 6시에서 밤 10시 사이에 2시간 이상 근무하는 것이며 2~3교대 근무가 포함된다.

㉡ 주말 근무

- 토요일이나 일요일에 사무실/공장/근무지 등에 출근하여 업무를 수행하는 것을 의미하며, 집에서 업무 관련 일을 수행하는 것은 제외하였다. 출퇴근을 포함하여 총 4시간 이상의 업무를 수행할 경우에 해당한다.

㉢ 장시간 근무

- 정규 근무에 포함되지 않지만, 출근하여 업무를 준비하고, 퇴근 전 업무를 정리하는 시간까지 포함하여 하루에 10시간 이상 일한 날이다.

㉣ 휴식시간이 11시간 미만인 경우의 유무

- 근로자의 건강을 위해 매 24시간마다 최소연속적인 11시간의 휴식시간이 확보되고 있는지를 파악하기 위해 퇴근 후부터 다음날 출근까지의 시간이 11시간이 되지 않았던 적을 물었다.

③ 근무 형태(스케줄)의 규칙성

- 근무형태의 규칙성을 보기 위해 매일 근무시간의 길이가 같은지, 매주 근무 일수가 같은지, 매주 근무시간대가 같은지, 출퇴근 시각이 정해져 있는지 등 4가지 유형으로 나누어 질문하였다. 이 중 네 가지 모두 ‘그렇다’라고 응답하면 근무형태가 규칙적인 것으로, 넷 중 어느 한 가지라도 ‘아니다’라고 응답하면 근무형태가 불규칙한 것으로 정의하였다.

2) 종속 변수 : 일-생활의 균형

‘근무시간이 가정생활이나 사회생활을 하기에 적당한가?’라는 질문에,

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

‘매우 적당하다’와 ‘적당하다’는 응답은 ‘근무시간과 생활 균형이 적당한 것’으로 정의하였고, ‘적당하지 않다’와 ‘전혀 적당하지 않다’는 ‘근무시간과 생활이 적당하지 않는 것’으로 정의하였다.

3. 분석방법

본 연구의 통계처리는 SPSS version 24.0 프로그램을 사용하였다. 일반적 특성과 근무시간, 근무유형 등과 일-생활 균형 사이의 관계를 알아보기 위해 카이제곱 검정을 실시하였다. 근로시간과 근무형태가 일-생활 균형에 미치는 영향을 알아보기 위해서 일-생활 균형 여부를 종속변수로 한 로지스틱 회귀분석을 실시하였다.

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

Ⅲ. 결 과

1. 연구 대상자의 일반적 특성

가. 일반적 특성에 따른 주당 근로시간

주당 근로시간에 따른 연구 대상자의 일반적 사항을 살펴보면 주당 근로시간 40시간 이하의 경우 60세 이상이 상대적으로 높았고, 41~52시간의 경우에는 30대와 40대가, 53시간 이상은 50대가 상대적으로 높았다(p<.001). 남성은 53시간 이상 근무한 사람이 많았고, 여성은 40시간 이하 근무가 많았다(p<.001). 교육수준의 경우 대졸 이상은 41~52시간이 상대적으로 높고, 중졸 이하는 40시간 이하가 상대적으로 높았다(p<.001). 월평균 소득의 경우 200~300만원은 53시간 이상이 상대적으로 높고, 200만원 미만은 40시간 이하가 상대적으로 높았다(p<.001). 직업군의 경우 기능원 및 관련 기능 종사자는 53시간 이상이 높았으며 단순 노무 종사자는 40시간 이하가 상대적으로 높았다(p<.001). 고용형태의 경우 자영업자는 53시간 이상이 높았으며, 임시근로자나 일용근로자는 40시간 이하가 상대적으로 높았다(p<.001).<표1>

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

표1. 연구대상의 일반적 특성에 따른 주당 근로시간

(단위 : %)

구분		주당근로시간				χ^2(p)
		40시간 이하	41 ~ 52시간	53시간 이상	총합	
연령	29세 이하	580(44.3)	422(32.3)	306(23.4)	1,308(100.0)	219.869***
	30~39세	967(45.1)	730(34.1)	446(20.8)	2,143(100.0)	
	40~49세	1,306(40.7)	1,111(34.6)	793(24.7)	3,209(100.0)	
	50~59세	1,742(39.8)	1,425(32.6)	1,205(27.6)	4,372(100.0)	
	60세 이상	1,965(52.3)	853(22.7)	939(25.0)	3,757(100.0)	
성별	남	4,417(39.6)	3,651(32.7)	3,093(27.7)	11,161(100.0)	433.375***
	여	2,142(59.1)	890(24.5)	596(16.4)	3,628(100.0)	
교육 수준	초졸 이하	778(71.5)	184(16.9)	126(11.6)	1,087(100.0)	479.992***
	중졸	969(49.4)	510(26.0)	484(24.6)	1,963(100.0)	
	고졸	3,126(39.4)	2,539(32.0)	2,269(28.6)	7,934(100.0)	
	대졸 이상	1,686(44.3)	1,309(34.4)	809(21.3)	3,805(100.0)	
월평균 소득	200만원 미만	3,222(54.6)	1,456(24.7)	1,224(20.7)	5,902(100.0)	472.222***
	300만원 미만	1,451(34.1)	1,563(36.7)	1,245(29.2)	4,259(100.0)	
	400만원 미만	877(38.3)	805(35.2)	608(26.5)	2,290(100.0)	
	400만원 이상	1,010(43.2)	717(30.7)	611(26.1)	2,337(100.0)	
직업군	기능원 및 관련 기능 종사자	1,676(34.8)	1,797(37.3)	1,342(27.9)	4,815(100.0)	522.312***
	장치/기계 조작 및 조립 종사자	2,236(41.8)	1,731(32.3)	1,388(25.9)	5,355(100.0)	
	단순노무종사자	2,648(57.3)	1,013(21.9)	959(20.8)	4,620(100.0)	
고용 형태	자영업자	703(24.1)	957(32.8)	1,256(43.1)	2,916(100.0)	1,266.285***
	상용근로자	3,546(44.2)	2,751(34.3)	1,720(21.5)	8,017(100.0)	
	임시근로자	1,261(62.5)	375(18.6)	381(18.9)	2,017(100.0)	
	일용근로자	923(62.5)	367(24.8)	187(12.7)	1,477(100.0)	
	기타	127(35.0)	91(25.1)	145(39.9)	363(100.0)	

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

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

나. 일반적 특성에 따른 일과 생활 균형

다음으로 일반적 특성에 따른 일과 생활의 균형을 살펴보았다<표2>. 60세 이상이 상대적으로 균형이 적당하였고, 50대는 적당하지 않다는 경우가 상대적으로 높았다(p<.001). 여성은 남성보다 균형이 적당하다가 높았다(p<.001). 이는 연구대상의 여성 근로자 주당근로시간이 대체로 남성보다 길지 않았기 때문에 상대적으로 일-생활 균형이 적당하다가 많았던 것으로 보인다. 교육수준별로는 학력이 낮은 초졸 이하가 균형이 적당하다는 응답이 높고, 고졸이나 중졸은 적당하지 않다가 높았다(p<.001). 월평균 소득별로는 200만원 미만이 적당하다는 응답이 높고, 200~300만원과 300~400만원은 적당하지 않다가 상대적으로 높았다(p<.001). 직업군별로는 단순노무 종사자의 경우 적당하다는 응답이 높고, 장치/기계 조작 및 조립 종사자의 경우 적당하지 않다는 응답이 높았다(p<.001). 고용형태별로는 임시근로자의 경우 적당하다는 응답이 높고, 자영업자나 기타의 경우에는 적당하지 않다는 응답이 상대적으로 높았다(p<.001).

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

표2. 일반적 특성에 따른 일-생활의 균형

(단위 : %)

구분		일과 생활의 균형		χ^2(p)
		적당하지 않음	적당함	
합계		4,605(31.2)	10,171(68.8)	
연령	20~29세	382(29.2)	925(70.8)	37.025***
	30~39세	688(32.1)	1,455(67.9)	
	40~49세	1,021(31.8)	2,187(68.2)	
	50~59세	1,472(33.7)	2,895(66.3)	
	60세이상	1,042(27.8)	2,709(72.2)	
성별	남	3,731(33.5)	7,420(66.5)	111.26***
	여	874(24.1)	2,750(75.9)	
교육 수준	초졸이하	210(19.3)	877(80.7)	131.81***
	중졸	645(32.9)	1,314(67.1)	
	고졸	2,707(34.2)	5,219(65.8)	
	대졸이상	1,043(27.4)	2,761(72.6)	
월평균 소득	200만원 미만	1,640(27.8)	4,261(72.2)	64.04***
	300만원 미만	1,480(34.8)	2,779(65.2)	
	400만원 미만	772(33.7)	1,518(66.3)	
	400만원 이상	712(30.6)	1,612(69.4)	
직업군	기능원/관련기능 종사자	1,546(32.1)	3,264(67.9)	33.76***
	장치/기계 조작/조립 종사자	1,770(33.1)	3,581(66.9)	
	단순 노무 종사자	1,289(27.9)	3,326(72.1)	
고용 형태	자영업자	1,024(35.1)	1,890(64.9)	62.34***
	상용근로자	2,488(31.1)	5,522(68.9)	
	임시근로자	510(25.3)	1,505(74.7)	
	일용근로자	444(30.1)	1,028(69.9)	
	기타	138(38.1)	225(61.9)	

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

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

2. 근로시간과 일-생활의 균형

<표3>의 주당 근로시간별 일-생활의 균형에 대하여 살펴보면, 주당근로시간이 길수록 일-생활 균형이 적당하지 않았다. 즉 주당 40시간 이하 근무자는 83%가 균형이 적당하다고 한 반면 53시간 이상 근무자는 45%만이 적당하다고 응답하였다.

표3. 주당 근로시간별 일-생활의 균형

(단위 : %)

구분		일과 생활의 균형		χ^2(p)
		적당하지 않음	적당함	
주당 근로시간	40시간 이하	1,108(16.9)	5,443(83.1)	1,566.82***
	41~52시간	1,486(32.7)	3,053(67.3)	
	53시간 이상	2,012(54.6)	1,675(45.4)	

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

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

3. 근로 형태와 일-생활 균형

야간/주말/장시간 근무시간별 일과 생활의 균형은 다음과 같다<표4>. 야간 근로를 3일 이하로 한 경우 상대적으로 적당하다는 응답이 높았으나, 11일 이상의 경우에는 상대적으로 적당하지 않다는 응답이 높았다(p<.001). 장시간 근로여부에 따라서는 장시간 근로를 하지 않은 경우에는 상대적으로 적당하다는 응답이 높았으며, 11일 이상인 경우에는 적당하지 않다는 응답이 높았다(p<.001). 주말 근무 여부에 따라서는 근무를 하지 않은 경우 상대적으로 적당하다는 응답이 높았으며, 4일 이상인 경우 적당하지 않다는 응답이 높았다(p<.001). 전날 퇴근 후부터 다음날 출근까지의 휴식시간이 11시간 미만인 경우 상대적으로 일과 생활의 균형이 적당하지 않다는 응답이 높았으며, 휴식시간이 11시간 미만인 경우가 없었던 응답자들은 상대적으로 일과 생활의 균형 적당하였다(p<.001). 근무형태가 규칙적인 근로자들은 일-생활 균형이 적당하는 응답이 높았고, 불규칙적인 근로자들은 균형이 적당하지 않다는 응답이 상대적으로 높았다.

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

표4. 근로형태별 일과 생활의 균형

(단위 : %)

구분		일과 생활의 균형			χ^2(p)
		적당하지 않음	적당함	합계	
야간근로여부	없다	2,172(23.2)	7,183(76.8)	9,355(100.0)	1,024.764***
	1~3일	150(23.7)	484(76.3)	634(100.0)	
	4~10일	827(39.3)	1,279(60.7)	2,106(100.0)	
	11일 이상	1,455(54.3)	1,225(45.7)	2,680(100.0)	
하루 10시간 이상 장시간 근로 여부	없다	2,456(23.3)	8,065(76.7)	10,522(100.0)	1,221.625***
	1~3일	186(31.3)	408(68.7)	594(100.0)	
	4~10일	544(45.1)	661(54.9)	1,206(100.0)	
	11일 이상	1,419(57.8)	1,036(42.2)	2,454(100.0)	
주말 근로 여부	없다	3,220(27.4)	8,538(72.6)	11,758(100.0)	389.267***
	1~3일	977(44.6)	1,212(55.4)	2,188(100.0)	
	4일 이상	408(49.2)	421(50.8)	829(100.0)	
휴식시간이 11시간 미만	아니오	3,800(28.6)	9,505(71.4)	13,306(100.0)	422.377***
	예	804(54.7)	665(45.3)	1,470(100.0)	
근무시간의 규칙성	규칙	2,554(26.8)	6,993(73.2)	9,546(100.0)	244.963***
	불규칙	2,051(39.2)	3,178(60.8)	5,679(100.0)	

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

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

4. 일-생활 균형 요인간 로지스틱 회귀분석

일-생활 균형 요인 분석 로지스틱 회귀분석을 실시한 결과는 다음과 같다 <표5>. 연령에서 30대는 29세 이하보다 일-생활 균형이 적당하다는 응답이 0.82로 낮았고, 성별에서 여성은 남성보다 일-생활 균형이 적당하다는 응답이 1.26로 높았으며 유의한 차이를 보였다. 교육수준에서 대졸 이상은 중졸 이하보다 균형이 적당하다는 응답이 1.41로 높았다. 고용형태로는 상용근로자를 기준으로 하였을 경우 자영업자가 균형이 적당하다는 응답이 1.39로, 임시근로자가 1.07로 높았고, 일용근로자가 0.93로 낮았다. 주당근로시간으로는 41~52시간보다 40시간 이하가 2.32로 균형이 적당하다는 응답이 높았고, 53시간 이상이 0.39로 낮고 유의한 차이를 보였다. 근무형태 규칙성에서도 규칙적인 근로자보다 불규칙한 근로자가 균형이 적당하다는 응답이 0.61로 낮고 유의한 차이를 보였다.

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

표5. 일-생활 균형 요인 로지스틱 회귀분석

구분		일-생활 균형 여부
		OR
연령	29세 이하	
	30-39세	.82* (.695~ .963)
	40-49세	.93 (.798~1.090)
	50-59세	.90 (.773~1.048)
	60세 이상	1.13 (.959~1.335)
성별	여성	1.26***(1.131~1.397)
교육수준	중졸 이하	
	고졸	1.08 (.956~1.208)
	대졸 이상	1.41***(1.218~1.626)
월평균소득	200만원 미만	
	300만원 미만	.99 (.885~1.095)
	400만원 미만	.95 (.831~1.078)
	400만원 이상	1.06 (.935~1.202)
직업군	기능원 및 관련 기능 종사자	
	장치/기계 조작 및 조립 종사자	.93 (.853~1.023)
	단순 노무 종사자	.96 (.859~1.068)
고용형태	상용근로자	
	자영업자	1.39***(1.248~1.540)
	임시근로자	1.07***(.937~1.215)
	일용근로자	.93***(.806~1.066)
	기타	.88***(.689~1.125)
주당근로시간	41~52시간	
	40시간 이하	2.32***(2.111~2.44)
	53시간 이상	.39***(.356~ .429)
근무형태 규칙성	불규칙	.61***(.562~ .659)

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

Ⅳ. 고 찰

본 연구는 근로자의 근로시간 및 근로 형태와 일-생활 균형과의 관계를 살펴보았다.

일-생활 균형에 영향을 주는 요인에는 연령, 교육수준, 건강상태 및 자녀수, 부모 동거 여부 등의 개인적 특성과, 근로형태, 직장 유형, 평균임금, 고용형태, 평균 근로시간 등의 근로 특성, 그리고 자율성, 모성보호, 양육서비스, 시간제 근무, 상사나 동료의 지원 유무와 같은 조직특성이 있다(정미숙 등, 2017).

많은 선행 연구에서는 이 중 특히 근로시간이 중요하다고 하였다. 정미숙 등(2017)은 간호사를 대상으로 한 연구에서 간호사의 일과 삶의 균형에 미치는 요인으로 주당 근무시간, 야간근무, 근무 유연성이라고 강조하였고, 이용관(2015)은 임금근로자 표본으로 한 연구에서 근로시간 단축은 근로자의 일과 삶의 부합도와 근로 환경 만족도 지표가 개선된다고 하였다.

그러나 우리나라의 근로시간은 다른 국가들에 비하여 매우 긴 편이다. 선행연구에 따르면 위계질서를 중요시하는 동양적 근로문화, 신규 고용보다는 초과근로를 선호하는 경직적인 노동시장, 여가보다 소득을 선호하는 근로자들의 인식, 유급휴가가 수당과 연계되어 있기 때문에 부여된 휴가를 적게 사용하는 문화 등이 그 원인이라고 하였다(산업안전보건연구원, 2005). 또한 노후, 자녀교육, 주택마련 등의 미래 사회문제에 대한 불안에서 기인한 것으로 ‘돈을 벌 수 있을 때 벌어야 한다’라는 의식을 갖고 장시간 근로를 할 수 밖에 없다는 것이다(박태주, 2011).

장시간 근로는 건강에 부정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 생산적 여가 활동 부족으로 삶의 질을 악화시킨다. 여가 시간의 부족은 근로시간에 다시 영향을 줄 수 있으므로 그 균형은 매우 중요하다. 특히 어린 자녀나 돌봄이 필요로

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

하는 가족이 있는 경우에는 일-생활 균형 문제가 더 중요하다(김연재, 2014).

본 연구는 기능원 및 관련 기능 종사자, 장치/기계 및 조작/조립 종사자, 단순 노무 종사자 등 일부 생산직 근로자를 대상으로 했는데, 주당 근로시간이 길수록, 근로 형태가 불규칙할수록 근로시간이 일-생활 균형에 적합하지 못했다. 종합적으로 결과를 분석하면 다음과 같다.

첫째, 주당 근로시간이 40시간 이하로 비교적 적게 일하는 근로자들은 근로시간이 일-생활 균형에 적당하다고 생각하며, 주당 53시간 이상으로 근로시간이 비교적 긴 근로자들은 근로시간이 일-생활 균형에 적당하지 못하다는 응답의 비율이 높았다. 주당근로시간이 증가할수록 일-생활 균형이 적당하지 않다는 응답이 증가하는 양상을 보였다. 정미숙(2017)의 연구에 따르면 장시간 이상 일하는 근로자들은 일-생활에 불균형을 초래한다고 하였는데, 이와 같은 결과이다.

둘째, 야간근로 여부와 일-생활 균형을 살펴보면, 야간근로가 없는 근로자와 야간근로가 한 달에 평균 1~3일 있는 근로자가 비슷한 비율(76%)로 근로시간이 일-생활에 적당하다고 하였다. 그러나 야간근로 횟수가 4일이 넘어가면서부터는 근로시간이 일-생활에 적당하다고 한 응답 비율이 현저하게 떨어짐을 보였고, 11일 이상인 근로자들은 54.3%가 근로시간이 일-생활에 적당하지 않았다. 이는 근로자들이 야간근로를 한 달에 평균 3일까지는 필요에 따라 할 수도 있지만, 그 이상은 원치 않는다는 인식을 보여주는 결과로 보인다.

셋째, 하루 10시간 이상 장시간 근로가 한 달에 11일 이상으로 많은 경우에 근로시간이 일-생활에 적당하지 않다는 응답이 압도적으로 많았다. 주말 근로를 하지 않는 근로자가, 퇴근 후 출근까지 휴식시간이 11시간 미만인 경우가 없던 근로자의 근로시간이 일-생활에 적당했으며, 반대로 주말 근로가 1일이라도 있는 근로자와 퇴근 후 출근까지 휴식시간이 11시간 미만이 1일이라도

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

있었던 근로자의 근로시간은 일-생활에 적당하지 않다고 하였다. 이렇듯 근로시간의 양은 일-생활 균형에 영향을 미친다는 점에서 중요하다(권소영, 2019)는 선행 연구와 일치한다.

넷째, 근무형태가 규칙적이어야 근로시간이 일-생활에 적당함을 알 수 있었다. 이렇듯 같은 시간을 일하더라도 언제 일하느냐에 따라 개인의 경험은 달라질 수 있다는 점에서 일-생활의 균형을 위해서 근로시간과 함께 근로 시간대를 고려하는 것은 중요하다(권소영, 2019).

다섯째, 일-생활 균형요인 로지스틱 회귀분석에서 주당근로시간과 근무형태의 규칙성은 근로시간이 일-생활 균형 적합 여부에 유의한 요인임을 확인할 수 있었다. 김효진, 문춘걸의 연구에 따르면 근로시간이 증가할수록 일-생활 균형이 유의하게 감소하였는데, 이와 같은 결과다(김효진, 문춘걸, 2019).

여섯째, 여성은 남성보다 근로시간이 일-생활에 적당하다는 응답이 높았다. 그러나 이는 생산직 근로자인 연구 대상의 특성상 여성 근로자 주당근로시간이 대체로 남성보다 길지 않았기 때문에 상대적으로 근로시간이 사회, 가정생활에 적당하다는 응답이 많았던 것으로 보인다.

한편 Hammig 등(2009)이 스위스 근로자를 대상으로 일-생활 불균형과 관련된 요인들을 분석한 연구를 보면 남성인 경우, 높은 교육수준인 경우, 전일제 근로자인 경우, 관리직인 경우, 초과근무를 하는 경우가, 그렇지 않은 경우에 비해 일-생활 불균형이 있다고 하였다. 이는 본 연구와 비교했을 때, 남성인 경우와 주당 근로시간이 길 경우를 제외하고는 나이가 50대인 경우, 학력이 고졸인 경우, 월평균 소득이 300만원 미만인 경우, 자영업자일 경우 일-생활 불균형이 높게 나타난 것과 조금 다른 양상을 보인다. 하지만 본 연구의 종속변수 질문 자체가 '근로시간이 일-생활 균형에 적당한가?'를 물었기 때문에 응답에 있어 시간 이외의 다른 변수들이 고려되지 않았을 가능성이 있다. 이

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

는 이 연구의 제한점이며 추가적인 연구가 필요할 것으로 생각한다.

또한 본 연구에서 일-생활 불균형이 있다고 응답한 비율은 31%로 유럽의 다른 연구에서 일-생활 불균형이 있다고 응답한 비율인 10-15% 이나(Hammig 등), European Working Conditions Survey(2007)의 20% 내외에 비교했을 때 높은 수치이다. 직접 비교는 어렵지만, 이러한 응답 비율은 국내 근로자들의 일-생활 불균형으로 인한 스트레스가 유럽에 비해 상당할 것이라 유추할 수 있었다(위지영, 2015). OECD(2017)에 의하면 한국인의 일과 삶의 균형 정도는 38개 조사대상국 중 35위로 나타났는데, 우리나라 근로자들의 워라밸 불균형이 심각한 수준임을 알 수 있다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 종속변수에 대한 정의가 '근로시간이 일-생활 균형에 적당한가?'에 대한 응답이기 때문에 일-생활 균형 자체에 대한 정보가 제한되어 있다. 둘째, 근로 환경 조사를 이용한 단면 연구로서 근로시간과 일-생활 균형의 인과적 관련성을 알아보는데 제한적일 수 밖에 없다. 셋째, 설문조사를 시행한 한 시점의 결과만을 반영하기 때문에 Recall bias의 가능성을 배제할 수 없다. 또한 하나의 문항으로만 묻는 일-생활 균형에 관한 설문이 우리나라의 상황을 잘 반영할 수 있는지 의문이다. 넷째, 근로시간 측정 시 임금이 지급되는 초과근무인지 아닌지의 여부를 고려하지 못하여 초과 근로에 대한 본인의 희망 여부를 측정할 수 없었다. 다섯째, 일-생활 균형의 요인이 될 수 있는 결혼 유무와, 기혼자라면 배우자와 동거 중인지, 자녀가 있는지 등을 파악하지 못했다. 설문지에 가구 구성원을 묻는 항목이 있었으나, 이는 조사 적격자를 파악하기 위한 질문으로 연구데이터 활용에 적절하지 않았으며 추후 추가적인 연구가 필요하다.

본 연구를 통해 근로시간 및 근로형태와 일-생활의 균형 관련성을 평가하는

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

데 주요한 근거 자료를 제공할 수 있다고 본다. 본 연구결과를 바탕으로 일-생활 균형을 위한 보건프로그램 개발 및 제공에 도움이 될 것이며, 이를 통해 건강한 근로 환경 조성을 위한 노력이 더욱 필요할 것이다.

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

Ⅴ. 결 론

본 연구는 제5차 근로 환경 조사 자료를 이용하여 기능원 및 관련 기능 종사자, 장치/기계 조작 및 조립 종사자, 단순 노무 종사자 세 직군의 생산직 근로자를 대상으로 근로시간과 근로 형태가 일-생활 균형에 미치는 영향을 분석하였다. 그 결과 주당 근로시간, 근로 형태 등이 일과 생활의 균형에 영향을 미치는 주요 변수임을 확인하였다. 즉, 주당근로시간이 적을수록, 야간근로를 적게 할수록, 장시간 근로를 하지 않을수록, 근무형태가 규칙적일수록 일-생활 균형이 적당하였다. 결론적으로 일과 생활의 균형을 맞추려면 총 근무시간이 중요하고 규칙적인 근로시간 확보가 중요함을 알 수 있었다.

근로시간의 단축으로 근로여건을 개선하여 근로자들의 일과 생활이 균형을 이루도록 해야 하는 것은 4차 산업혁명과 함께 맞이해야 하는 현실이다(윤창훈, 2018). 따라서 노동시간 단축에 의한 워라밸을 보다 효율적으로 확산하고 운용할 수 있는 시스템을 준비해야 할 것이다.

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

Ⅵ. 참고문헌

강용훈. 일과 생활의 양립에 미치는 근로조건에 대한 연구[석사학위 논문]. 서울: 고려사이버대학교; 2017

강우란, 배노조, 정지영. 경영의 새 화두: 일과 삶의 균형. 삼성경제연구소 CEO Information 2006; 558

권봉헌, 최현정. 호텔 여성 근로자의 일과 가정의 균형(Work-Family Balance)에 관한 연구. 관광레저연구 2013; 25(6): 121-42

권소영. 맞벌이 부부의 근로시간 유형화와 유형별 일-생활 균형[박사학위 논문]. 서울: 서울대학교; 2019

근로기준법. 2018

김근주. 일-가정 양립을 위한 근로시간 단축제도. 법학논총 2012; 29(3): 23-41

김난도. 트렌드 코리아. 서울: 미래의창, 2018

김연재. 판매서비스직 및 사무직 기혼 근로자의 근로시간 특성, 일-가족 갈등과 부부관계 만족도[석사학위 논문]. 서울: 성균관대학교; 2014

김효진, 문춘걸. 일과 삶의 균형에 대한 실증분석 : 제4차 및 제5차 근로환경조사 자료의 활용. 한국사회보장학회 2019; 35(2): 167-206

민경선. 워라밸 세대의 여가와 삶의 만족도. 한국웰니스학회지 2018; 13(3): 377-88

박소정. 회사 선택의 잣대로 떠오른 '일과 삶의 균형', 그러나 아직은 멀다, 비즈니스포스트 접속일시 : 2018-03-25 00:07:16 http://www.businesspost.co.kr/BP?command=article_view&num=76959,

박연준. 호텔 조리 직원의 시프트 스케줄 관리에 따른 일-생활 균형 및 이직

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

의도에 관한 연구[석사학위 논문]. 서울: 한성대학교; 2017

박태주. 장시간 노동이 일과 삶의 갈등에 미치는 효과 : 현대자동차 노동자들의 생활실태조사를 중심으로. 산업노동연구 2011; 17(2), 277-308

산업안전보건연구원. 근로시간 단축이 산업재해에 미치는 영향에 관한 연구, 2005

산업안전보건연구원. 제5차 근로환경조사, 2017.

위지영. 국내 근로자의 일-생활 균형과 직업성 손상 및 질환과의 관계 [석사학위 논문]. 수원: 아주대학교; 2015

윤창훈. 주 52시간 노동과 워라밸. 충북 Issue&Trend 2018; 33: 50-6

이병기. IMF 경제위기 이후의 산업기반 변화와 구조조정 실태. 한국경제연구원 정책보고서 2000: 45

이정미, 강희경, 최수형. 일과 생활의 균형(WLB) 지각이 잡 크래프팅(jop crafting)에 미치는 영향. 인적자원관리연구 2018; 25(5): 31-101

이용관. 근로시간 단축이 근로자의 생활과 근로 환경에 미치는 영향. 경제학연구 2015; 5(3): 53-69

이창훈. 제5차 근로환경조사를 활용한 근로환경 시계열 연구 -근로환경 만족도를 중심으로. 산업안전보건연구원, 2018.

이혜정. 다수준 분석을 통한 일과 삶의 균형에 관한 연구: 세대별 일의 가치와 제도 및 지원분위기의 효과[박사학위 논문]. 서울: 한양대학교; 2012

정미숙, 김현리, 이윤정. 한국 간호사의 일과 삶의 균형에 영향을 미치는 요인, 한국직업건강간호학회지 2017; 26(2): 114-23

통계청. 한국표준직업분류. 2017

한국문화관광연구원. 통계로 보는 우리나라 직장인들의 휴가 실태, 2017

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

Baltes BB, Thomas EB, Joseph W, Huff JA, Wright, George AN. Flexible and compressed workweek schedules: A meta-analysis of their effects on work-related criteria. Journal of Applied Psychology 1999; 84: 496-513

European Foundation. Gender, employment and working time preference in Europe. Dublin: European Foundation, 2001

Hammig O, Gutzwiller F, Bauer G. Work-life conflict and associations with work- and nonwork-related factors and with physical and mental health outcomes: a nationally representative cross-sectional study in Switzerland. BMC Public Health 2009; 9: 435

Jansen NW, Kant IP, Kristensen TS, et al. Antecedents and consequences of work-family conflict: a prospective cohort study. J Occup Environ Med 2004; 45: 479-91.

OECD. How’s Life? 2020 : Measuring Well-being. Paris : OECD, 2020.

OECD. Work-Life Balance. 2019. 접속일시 : 2019-11-29-15:26
http://www.oecdbetterlifeindex.org/topics/work-life-balance/

연세대학교
YONSEI UNIVERSITY

= Abstract =

Relationship between Working Hours and
Work-Life Balance of Some Blue Collar Workers

Jieun Kim
Graduate School of
Public Health
Yonsei University

(Directed by professor Jong-Uk Won, M.D., DrPH)

This study aims to analyze the effect of long working hours and irregular working hours on the work-life balance of blue collar workers. Using the Fifth Working Conditions Survey(KWCS) data, 14,789 blue collar workers in three job categories were studied: technical personnel and related functional workers, device/machine operation and assembly workers, and manual(or unskilled) labor workers.

A chi-square test was conducted to identify the relationship among variables such as general characteristics, working hours, work type, and work-life balance. A logistic regression analysis was also conducted to examine the effect of working hours and working patterns on a work-life balance.

According to the study, the following variables contribute to a better work-life balance: less working hours per week, less night work, fewer days with extended hours, and a more regular work pattern. In conclusion, the sum total of working hours and consistent scheduling are paramount in balancing work and life.

Keywords: Korean Working Conditions Survey, working hours,
long working hours, working patterns, work-life balance