



---

## 가구소득과 여가시간에 따른 행복지수

이유진<sup>1</sup> · 황선환<sup>1</sup>

<sup>1</sup>서울시립대학교

---

### The Happiness index according to household income and leisure time

Yujin Lee<sup>1</sup> · Sunhwan Hwang<sup>1</sup>

<sup>1</sup>University of Seoul

#### Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between leisure time, household income and happiness index of Koreans. This study was analyzed using the original data of '2016 National Leisure Survey' published by the Ministry of Culture, Sports and Tourism. The data were analyzed by SPSS Windows ver 20.0 Program. Frequency analysis and two-way ANOVA were conducted. The results were as follows: First, the higher the household income, the more leisure time, the higher the happiness index. Second, the higher the household income and the more leisure time it gets, the higher the happiness index. Positive attitude and action are required to feel more happiness through materialistic abundance and mental satisfaction.

**Key words :** Household income, Leisure time, Happiness, 2016 National Leisure Survey

---

주요어 : 가구소득, 여가시간, 행복, 2016 국민여가활동조사

Address reprint requests to : Sunhwan Hwang

University of Seoul, Seoulsiripdae-ro 163, Dongdaemun-gu, Seoul, Korea

Tel: ※개인정보 표시제한 Fax:+82-2-6490-2949, E-mail: shhwang@uos.ac.kr

Received: January, 25, 2018 Revised: March, 1, 2018 Accepted: March, 20, 2018

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

초(招)불확실성 시대, 지금 당장의 ‘행복’을 우선시하는 현재 지향적 가치관이 빚어낸 결과물이다(공인호, 2018). 우리가 궁극적으로 추구하고자 하는 행복이라는 관념은 관점에 따라 가치의 성향이 변화한다. 관점의 차이는 경제적·사회적·문화적·신체적 여건을 바탕으로 여러 상황이 맞물린 자신의 환경에서 생성된다. 뿐만 아니라 그 환경 속에서 개인의 성격, 지향하는 가치관에 따라서 행복을 추구하는 성향도 다양해진다.

인간의 행복추구는 일찍이 Maslow(1954)의 욕구위계설로 증명되어 왔으며, 행복의 기본권은 욕구충족에 있다는 것을 알 수 있다. 그러나 우리는 행복을 얻을 수 있는 방법을 가까이에서 찾아볼 수 있음에도 불구하고 행복에 도달하기 위한 노력을 끊임없이 하고 있고, 행복에 대한 물음표를 지속적으로 던지고 있다. 그렇다면 우리가 추구하는 ‘행복’이란 과연 무엇인가?

행복의 개념은 매우 추상적이며 주관적이다. 너무나 과용되는 단어이기 때문에 행복에 접근하는 방식 또한 건조할 수 있지만, 절대적으로 간과할 수 없는 주요한 대목이다. 이를테면, 전 세계가 주목하고 있는 국정 의 핵심코드는 ‘국민의 행복’이 답이라 해도 과언이 아닐 것이다(이유진, 2016). 그러나 우리나라 국민행복지수는 OECD 32개국 중 31위로 지속적인 최하위권에 머무르고 있으며, 국가의 노력에 모순되는 이율배반적인 현실이 안타까움을 자아내고 있다.

물리적인 수치가 시사하고 있는 행복의 무게에 앞서 이러한 현실을 외면하지 않고 극복하기 위한 사회의 노력은 여러 연구가 증명하고 있다. 흔히 행복은 부(部)와 가장 밀접한 관계가 있다고 여기며 소득 혹은 소비와 행복간의 관계를 다룬 수많은

연구(예, Belk, 1984; Caru, Antonella, & Cova, 2007; Clark, Frijters, & Shields, 2009; Easterlin, 1974, 2013; Richins, 1987)들이 진행되었다.

부(部)와 행복에 관한 연구는 경제학, 심리학 및 기타 다양한 분야에서 소득 혹은 소비가 행복과 직접적인 관계가 있음을 검증하고 있고, 소득이 증가할수록 행복감이 높아진다는 결과에 대하여 논의하고 있다. 이는 소득 증가에 따라서 수요충족의 기대수준이 더불어 높아지는 ‘적응기대감(Adaptive expectation)’, 이론(이문진, 황선환, 2014)과 더불어 설명될 수 있다. 또한 상대적으로 안정적인 행복의 수준으로 회귀하는 경향을 말하는 ‘쾌락의 쳄바퀴(Hedonic Treadmill)’ 개념(Brickman & Campbell, 1971)과도 일맥상통하는 바이다.

한편 1984년 행복 경제학자 리처드 이스털린(Richard Easterlin)은 소득과 주관적인 만족감간의 관계를 실증적으로 분석하였고, 일정한 소득이 넘어서면 행복은 더 이상 증가하지 않는다는 이스털린 역설(easterlin paradox)을 제시하여(Easterlin, 1974, 2010) 그 간의 명제를 흔들며 놓았다. 최근 한국노동연구원(2017)이 발간한 경제·인문사회연구회 합동연구총서 ‘일과 행복Ⅱ’에 따르면 가구총소득이 연 1억 800만원이 될 때까지는 행복도가 높아졌으나 이를 넘어서면 시간당 임금과 가구소득이 더 오르더라도 행복도가 정체되는 ‘이스털린 역설’이 감지되었음을 발표하였다.

이처럼 소득과 행복에 관한 관심이 고조되고 있으며 기존의 전제들 즉, 이스털린 역설을 지지하는 연구(Easterlin, 1995, 2010; Lane, 2011; Layard, 2005)와 또다시 상반되는 견해들이 상충하였다. 그 중에서 Stevenson and Wolfers(2008)는 소득과 행복수준의 정의관계는 특정 소득 구간 이상에서도 여전히 있다고 주장하였다. 이러한 결과는 소득과 행복의 비선형적인 관계에 대하여 많은 반론을 낳기도 했다(곽재현, 홍경완, 2017; 주은선, 2016).

이에 따라 소득 이외에 행복을 증가시키는 요인에 대한 관심이 증가하였고, 사람들이 활용하고 있는 단순한 인지적, 행동적 전략이 행복 수준을 높이는 데에 크게 기여할 수 있다는 사실에 주목(Layous & Lyubomirsky, 2012)하여 활동적인 측면에서 여가에 대한 접근이 시작되었다. 여가는 즐거움을 추구하고, 지속적인 참여를 이끌며, 그 활동에 의미를 부여하는 등 사람들의 일상적 노력이 행복에 긍정적으로 작동하는 효과가 기대했던 것보다 훨씬 효과적이라는 연구결과(Schueller & Seligman, 2010; Martin, 2002)들이 제시되고 있다(성영신, 이진용, 유창조, 박은아, 신은희, 백인기, 2013, 재인용).

여러 사회과학자 및 스포츠과학자들은 여가 활동이 행복 증진에 매우 의미 있는 수단이 될 수 있다는 경험적 사실을 제시하여왔다(김경식, 이루지, 2011). 여가활동 참여는 소득, 시간, 사회계층 및 교육수준 등 다양한 여가자원에 따라 참여여부가 결정되고 참여수준이 다양하게 변화한다. 문화체육관광부(2016)는 다양하고 변화되는 국내 여가환경변화에 따라 국민의 여가 수요에 미치는 활동실태와 삶의 질 수준을 파악하기 위해 '2016 국민여가활동조사'를 실시하였다. 연구결과 지난 10년간 자신의 여가 활동에 '만족한다'고 응답한 비율이 2008년을 기점으로 지속적으로 증가 추세를 밝혔다.

여가활동과 삶의 질의 관계에 관한 지금까지의 연구동향은 일반적으로 여가 활동 참여수준이 높을수록 개인의 삶의 질 또한 높아지는 것으로 보고되고 있다(방신웅, 우효동, 황선환 2015, 재인용). 보다 구체적으로 여가시간이 행복에 긍정적인 영향을 미친다고 제시한 여러 연구(김경식 외, 2011; 박민정, 2015; 이우재, 2006; Juster & Frank, 1991; Robinson & Godbey, 1997) 결과에서 여가와 행복의 정적인 관계를 확인할 수 있다.

특히 이문진 외(2014)는 국민생활체육 실태

조사 자료를 이용하여 여가시간과 행복의 관계를 분석하였고, 여가시간이 증가하면 행복지수는 일정수준을 유지하다가 3시간을 기점으로 오히려 감소하는 경향을 규명하여 '이스털린의 역설'을 정확히 증명하였다. 한편 박민정(2015)의 연구에서 중산층은 여가시간과 비용이 증가할수록 행복수준이 높게 나타났으나 소득수준은 행복수준과 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 이처럼 소득 혹은 소비와 여가시간에 관련된 행복에 관한 연구는 흥미로운 주제거리가 되었으나 물리적인 시간과 경제적인 여건의 현실이 행복과 선형적인 관계만이 아니라는 것을 확인할 수 있었다.

Schor(1993)는 자칫 발생할 수 있는 노동과 여가의 균형상실과 관련하여, 일반적으로 현대 사회의 경제체계상 일부는 여가활동을 할 때 시간이 없고 일부는 돈이 없는 경제력-가용시간의 균형파괴현상이 발생한다고 보았다(곽재현 외, 2017, 재인용). 필수적인 생활시간의 배분 경쟁에서 개인적인 여가시간은 늘 불리하고, 공평하게 분배할 수 있는 자원이 아니기 때문에(국미애, 김창연, 나성은, 2010), 시간과 소득의 불평등이 객관적인 행복에 대한 양극화를 조장할 가능성이 크다고 볼 수 있다.

즉, 단순히 시간과 소득의 일차적인 개념에 따른 행복지수를 결정하기보다는 두 범주의 상호관계에 주목할 필요가 있다. 이는 그간 진행되어온 연구의 한계점을 극복할 수 있으며, 이스털린 역설의 맥락을 적용해 봄으로써 기존의 연구결과를 재조명하고 보다 포괄적인 여가학의 지식체 형성에 기여할 것으로 예상된다. 무엇보다도 국민여가활동조사는 총 표본수가 10,000여 명에 이르는 전국단위의 표본을 이용한 조사로서, 가구소득과 여가활동 전반 및 행복지수를 제공하기 때문에 본 연구에 적합한 자료라고 할 수 있다.

따라서 특정 지역이나 대상, 표집방법 등에

의한 문제를 극복하고 보다 명확한 결과를 제시하기 위해서 확률표집에 의한 전국 단위의 데이터를 활용(김경식, 2012; 김경식 외, 2011; 이문진 외, 2014; 최성훈, 이연주, 2005)함으로써 연구의 일반화에 기여할 것으로 판단된다. 본 연구는 지금 당장의 행복을 우선시하는 현재 지향적 현실에서 가구소득과 여가시간에 따른 행복의 차이(주효과)를 검증하고, 가구소득 × 여가시간에 따른 행복지수의 차이와 상호작용 효과를 검증하고자 한다. 이러한 연구 목적을 달성하기 위하여 본 연구에서는 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

- 가설 1) 가구소득에 따라 행복은 차이가 있을 것이다.
- 가설 2) 여가시간에 따라 행복은 차이가 있을 것이다.
- 가설 3) 가구소득과 여가시간에 따라 행복은 차이가 있을 것이다.

## II. 연구설계

### 1. 연구대상 및 표집 방법

본 연구는 문화체육관광부(2016)에서 발표한 ‘2016 국민여가활동조사’의 원자료를 토대로 필요한 문항들을 선별하여 분석하였다. ‘2016 국민여가활동조사’는 전국 만 15세 이상 국민을 모집단으로 설정하고, 제곱근 비례배분법을 적용한 다단계층화집락추출 방법을 통하여 10,602명을 표집하였다. 가구소득과 여가시간의 집단 구분은 각각의 전체 평균 값을 기준으로 정규분포를 수렴시킨 후 집단의 범위를 설정하였다. 조사 대상자의 일반적인 특성은 <표 1>과 같다.

표 1. 일반적 특성

변인	구분	표본수	%
성별	남성	5,179	48.8
	여성	5,423	51.2
연령	15-19세	827	7.8
	20대	1,476	13.9
	30대	1,707	16.1
	40대	1,991	18.8
	50대	1,956	18.4
	60대	1,336	12.6
	70대 이상	1,309	12.3
학력	초졸 이하	1,248	11.8
	중졸	1,471	13.9
	고졸	4,183	39.5
	대졸 이상	3,700	34.9
가구소득	300만원 미만	3,530	33.3
	300-500만원	4,668	44.0
	500만원 이상	2,402	22.7
여가시간	3시간 미만	3,991	37.6
	3-4시간	2,973	28.0
	4시간 이상	3,638	34.3
총		10,602	100.0

### 2. 연구도구

본 연구에서는 국민여가활동조사 자료 가운데 본 연구에 필요한 변수만 따로 추출하여 분석에 활용하였다. 전체 조사내용 중 인구사회학적특성과 월평균 가구 전체소득, 평일 하루 평균 여가시간 및 행복지수 문항을 활용하였다.

구체적으로 ‘지난 1년 동안 세금 공제 전의 월평균 가구 전체소득은 얼마입니까?’와 ‘지난 1년 동안 귀하의 평일 하루 평균 여가시간은 어느 정도 였습니까?’ 라는 질문에 대한 응답을 활용하였다. 개방형으로 작성된 원자료는 시간단위로 재코딩 하였으며, 편중된 집단간의 사례수는 가중치를 부여하여 소득과 시간의 비등한 사례수를 확보하였다. 행복지수는 매우불행(1점)부터 행복(10점)까지 10단계로 선택할 수 있도록 되어 있는 질문지를 활용하였다.

국민여가활동조사 자료는 전문가회의를 통해 내용타당도를 확보하였고, 면접원의 1:1 가구 방문 면접을 통해 신뢰도를 확보하였다. 본

연구에서 활용한 문항들은 단일 문항으로 구성 되어 있어, 추가적인 요인분석 및 신뢰도 분석 절차는 생략하였다.

### 3. 자료분석 방법

연구대상자의 가구소득과 여가시간에 따른 행복지수를 비교분석하기 위해 SPSS 20.0을 활용하였다. 연구대상자의 인구사회학적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석과 기술통계분석을 실시하였고, 가구소득과 여가시간에 따른 행복지수의 차이를 검증하고, 가구소득 × 여가시간 간의 상호작용 효과를 검증하기 위하여 이원변량분석(two-way ANOVA)을 실시하였다.

## III. 결과

### 1. 가구소득과 여가시간에 따른 행복지수의 차이

가구소득에 따른 행복지수의 차이를 검증하기 위해 분석한 결과는 <표 2>와 같다. 분석결과 가구소득에 따라 행복지수는 통계적으로 유의한 차이( $F=82.809, p<.001$ )가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 300만원 미만 집단의 행복지수 평균은 6.83, 300-500만원 집단의 행복지수 평균은 7.13, 500만원 이상 집단의 행복지수 평균은 7.30으로 나타났다. 사후분석을 실시한 결과 가구소득이 높을수록 행복지수가 높은 것으로 나타났다.

표 2. 가구소득에 따른 행복지수

변인	설명	n	평균	오차	F
가구 소득	㉠ 300만원 미만	3530	6.83	.03	82.809***
	㉡ 300-500만원	4668	7.13	.02	
	㉢ 500만원 이상	2404	7.30	.03	

\*\*\* $p < .001$ , *post-hoc* : ㉠<㉡<㉢

여가시간에 따른 행복지수의 차이를 검증하기 위해 분석한 결과는 <표 3>과 같다. 분석결과 여가시간에 따라 행복은 통계적으로 유의한 차이( $F=35.555, p<.001$ )가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 3시간 미만 집단의 행복지수 평균은 6.92, 3-4시간 집단의 행복지수 평균은 7.15, 4시간 이상 집단의 행복지수 평균은 7.19로 나타났다. 사후분석을 실시한 결과 여가시간이 3-4시간과 4시간 이상인 집단이 3시간 미만인 집단보다 행복지수가 높은 것으로 나타났다.

표 3. 여가시간에 따른 행복지수

변인	설명	n	평균	오차	F
여가 시간	㉠ 3시간 미만	3991	6.92	.02	35.555***
	㉡ 3-4시간	2973	7.15	.03	
	㉢ 4시간 이상	3638	7.19	.03	

\*\*\* $p < .001$ , *post-hoc* : ㉠<㉡,㉢

### 2. 가구소득과 여가시간의 상호작용에 따른 행복지수

가구소득과 여가시간의 상호작용에 따른 행복지수의 차이를 규명하기 위하여 이원변량분석을 실시한 결과는 <표 4>와 같다. 가구소득과 여가시간의 상호작용 효과를 분석한 결과 통계적으로 유의한( $F=3.263, p<.05$ ) 것으로 나타났다.

구체적으로 가구소득(500만원 이상)과 여가시간(4시간 이상)이 가장 높은 집단이 행복지수( $M=7.41$ )가 가장 높은 것으로 나타났으며, 500만원 이상의 가구소득이면서 3-4시간의 여가시간, 300-500만원의 가구소득이면서 4시간 이상의 여가시간 집단 순으로 나타났다. 한편, 가구소득(300만원 미만)과 여가시간(3시간 미만)이 가장 낮은 집단이 행복지수( $M=6.69$ )가 가장 낮게 나타났고, 가구소득(300만원 미만)이 낮고 여가시간(4시간 이상)이 높은 집단에서도 행복지수가 낮은 것으로 나타났다.

전반적으로 가구소득이 높고 많은 여가시간을 확보할수록 행복지수는 높은 것으로 나타났으며, 가구소득이 낮고 여가시간이 적을수록 행복지수가 낮게 나타났다. 또한 여가시간 보다는 가구소득에 따라 행복지수가 높은 것으로 나타났다.

표 4. 가구소득과 여가시간의 상호작용에 따른 행복지수

여가시간	가구소득	n	평균	오차	순위
3시간 미만	300만원 미만	885	6.69	1.52	9
	300-500만원	1950	6.93	1.32	7
	500만원 이상	1156	7.15	1.34	5
3-4시간	300만원 미만	881	6.69	1.41	6
	300-500만원	1422	7.16	1.27	4
	500만원 이상	670	7.35	1.21	2
4시간 이상	300만원 미만	1764	6.85	1.57	8
	300-500만원	1296	7.30	1.36	3
	500만원 이상	578	7.41	1.30	1
주효과					
여가시간의 F값 비율			35.555***		
가구소득의 F값 비율			82.809***		
상호작용 효과					
여가시간 x 가구소득의 F값 비율			3.263*		

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

#### IV. 논의

본 연구는 한국인의 가구소득과 여가시간에 따른 행복의 관계를 규명하고자 진행하였다. 통계적 가중치를 고려한 분석결과를 보면 독립변인과 상호작용 모두 행복지수의 유의한 차이가 있음이 나타났다. 구체적으로 가구소득이 높을수록, 여가시간이 많을수록 행복지수가 높은 것으로 나타났다. 또한 가구소득이 높으면서 많은 여가시간을 확보할수록 행복지수가 높은 것으로 나타났다. 본 연구 결과를 토대로 논의하고자 한다.

첫째, 가구소득이 높을수록 행복지수가 높은 것으로 나타났다. 소득의 증가가 삶을 행복하게 한다는 선행연구의 결과를 지지하고 있다 (곽재현 외, 2017; Diener, Tay, & Oishi,

2013; McMahon, 2005). 이와 같은 결과는 소득과 행복의 전통적인 비례곡선이 다시 한 번 증명되었음을 입증하고 있다. 소득이 결코 행복을 담보하는 것은 아니지만 대중소비사회에서 물질적인 풍요는 행복과 동일시될 수 있음을 나타낸다. 부가 축적될수록 인간의 기본적인 욕구를 충족시킬 수 있는 여건이 확대되기 때문에 소득을 증가시키고 행복을 얻기 위한 노력이 끊임없이 지속되고 있는 것이다.

요컨대, 우리나라 국민의 소득은 선진국 수준에 다다르고 있으며, 부와 행복이 선형적인 관계에 있다고 하지만 실제로 소득수준과 행복의 관계를 결정짓기에는 다소 무리가 따른다. 경제협력개발기구(OECD)의 2017 더 나은 삶 지수(Better Life Index)에 따르면 1인당 소득 수준은 증가하였으나 주관적인 삶의 만족도는 하락하였음을 알 수 있다. 또한 국제연합(UN)의 행복지수 조사에 따르면 우리나라 1인당 소득의 반에도 못 미치는 태국이나 말레이시아의 행복지수가 우리나라보다 더 높음을 알 수 있다.

따라서 부유한 나라들의 경우 행복지수가 전반적으로 상위권에 위치하고, 가난한 나라들의 행복지수가 하위권에 위치할 것으로 여기는 일반적인 고정관념을 탈피할 필요가 있다. 이러한 측면에서 Kahneman, Daniel, and Deaton(2010)은 저소득층이 과다하게 불행할 것으로 예측한 이유에 대하여 정당성에 대한 착각(illusion of validity)으로 보고, 소득과 행복과의 관계만을 지나치게 주목함으로써 발생하는 현상(성영신 외, 2013)에 대하여 지적하였다.

특히 Easterlin(1995)의 행복에 대한 시계열 분석은 현재까지도 학계에서 많은 논쟁이 이어져 오고 있다(곽재현 외, 2017). 단순히 전형적인 평탄곡선 이외에 이스털린 역설에 대하여 지지하거나 또는 상이한 결과에 초점을 두고 논의하고 있다. 결과적으로 사람들이 어느 정도 필요를 채우게 되면 소득이 미치는 행복에 대한 기여 정도가 떨어지게 되고, 이는 여가,

가족 등의 다른 요소들이 행복에 중요한 요인이 된다는 것이다(주은선, 2016). 이처럼 소득 수준은 행복을 결정짓는 필요조건이나 충분조건은 되지 않기(이문진 외, 2014), 최소한의 안정된 소득이 보장된 이후, 또는 그 외의 다른 요소들에서 소득과 행복의 의미를 다시 찾을 필요가 있다.

둘째, 여가시간이 많을수록 행복지수가 높은 것으로 나타났다. 많은 여가시간의 확보가 행복에 긍정적인 영향을 미친다고 제시한 여러 연구들(김경식 외, 2011; 박민정, 2015; 이우재, 2006; Juster et al., 1991; Robinson et al., 1997)의 주장과 맥을 같이 한다. 반면에 여가의 개념이 '사치'로 인식되던 산업화 시대를 겪으며 휴식(여가시간)이 절대적으로 부족했던 사회에서의 잣대를 현 시대에 그대로 대입하는 것이 무리라는 주장(곽재현 외, 2017; 장훈, 김우정, 허태균, 2012)과는 상반되는 견해이다.

과거 산업사회의 여가시간의 양은 행복과 사회적 지위를 설명하기에 부족함이 없었지만 현대사회에서의 여가시간은 주5일 근무제를 기점으로 여가의 의미부터가 변화되었음을 고려해야 한다. 즉, 법적으로 일하지 않는 시간(non-work time)이 늘어났다는 점에서 일 이외의 시간 활용과 그에 따른 여가의 역할에 대하여 관심(김종순, 오세숙, 윤소영, 2016)을 두고 접근할 필요가 있다. 최근 현대인들에게 있어 일과 삶의 균형이라는 공식은 계명처럼 받아들여지고 있으며(이유진, 황선환, 2017), 불평등하고 불균형적인 시간 속에서 일과 여가시간의 조화를 추구하고 있다.

이처럼 현대사회에서 여가시간은 시간압박(time pressure)과 바쁨(busyness)으로 인해 여전히 희소한 가치가 되고, 시간보다 가치가 낮은 상품을 소비함으로써 만족도를 높이거나 시간이 많이 드는 여가활동을 하지 않는 등의 선택을 하게 된다(Robinson et al., 1997). 또한 노동시간(일과 가정에서)이 늘어나고 시간압박

이 높아지면 여가활동과 여가시간량은 감소하고, 건강증진과 관련된 여가활동이 줄어들게(차승은, 2011) 되기 때문에 여가시간을 확보하여 행복을 얻기 위한 노력이 지속될 수밖에 없는 현실이 반복되게 된다.

결과적으로 삶의 만족과 행복의 차원에서 여가시간의 확보는 큰 영향력을 가지고 있다고 볼 수 있다(류승아, 김경미, 최인철, 2011; 이문진 외, 2014). 분명한 것은 본 연구의 대상이 노동집단에 국한되어 있지 않고 만 15세 이상을 표본으로 조사되었기 때문에 결과적인 수치와 더불어 세대를 아우른 해석으로 접근하는 것이 바람직할 것으로 생각한다. 따라서 보편적으로 삶의 여유는 적절한 여가시간을 확보함으로써 얻게 되는 행복에 기인한다는 점을 시사한다.

셋째, 가구소득이 높고 많은 여가시간을 확보할수록 행복지수가 높은 것으로 나타났으며, 가구소득이 낮고 여가시간이 적을수록 행복지수가 낮게 나타났다. 또한 여가시간 보다는 가구소득에 따라 행복지수가 높은 것으로 나타났다. 우리나라 사람들의 가구소득과 여가시간에 따른 행복지수는 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있으며, 10점 만점을 기준으로 비교적 낮지 않은 수치를 나타내고 있다. 본 연구결과를 해석함에 있어서 가구소득과 여가시간의 집단은 각각의 평균값을 기준으로 집단의 범위를 설정하였기 때문에 집단의 연령, 직업 등 인구사회학적 특성을 반영하지 못한 해석의 한계가 따를 수 있다.

요컨대, 저소득층은 시간이 부족하기 때문에 불행할 것이라는 일반적인 예상과는 달리, 여가활동에 쏟는 총시간이 고소득층과 별로 차이가 나지 않을 뿐만 아니라, 비용이 별로 들지 않는 수동적 여가활동(TV보기 등)에 쏟는 시간이 오히려 많기 때문(성영신 외, 2013)이라고 설명할 수 있다. 그러나 가구소득을 기준으로 여가활동의 차이를 분석한 결과에 따르면 가구소득이 적

을수록 한 번 이상 참여한 여가활동의 개수, 지속적·반복적 여가활동, 동호회 활동, 자원봉사 활동 비율 등이 낮은 것으로 조사되어 가구소득에 따른 여가활동의 격차가 존재하는 것으로 나타났다(문화체육관광부, 2016).

2012년 국민여가활동조사를 바탕으로 중산층의 여가생활만족도와 행복수준을 분석한 박민정(2015)의 연구 결과에 따르면, 여가시간과 비용이 증가하고 소득이 많을수록 여가생활의 만족도가 높고 행복수준도 높은 것으로 나타났다. 김유경과 황선환(2017)은 소득수준이 낮은 경우 소득증가가 삶의 만족 또는 행복감을 높이는 데 기여하지만, 단순히 여가시간 증가가 여가만족을 결정하지 않으며 증가한 여가시간을 어떻게 활용하는가에 달려있다고 하였다.

따라서 단순히 많은 여가시간에 다양한 여가활동에 참여하는 사람이 행복해 진다는 논리는 여가의 양적인 측면에만 집중하여 질적인 측면을 간과한 관점이라고 할 수 있다(이강재, 조성희, 김의경, 황선환, 2017). 이처럼 여가시간은 늘 희소한 가치가 되므로 여가생활만족에 가장 영향을 많이 주는 현실적인 요인은 여가의 시간소비 보다는 여가비용의 만족임을 유추해 볼 수 있다(김중순 외, 2016). 이는 본 연구 결과를 지지하는 부분으로서 여가시간을 소비할 수 있는 양보다는 실질적으로 소득에 비례하는 여가비용의 양을 고려한 해석이 필요하다.

이러한 관점은 소득-노동-여가시간의 경향을 분석한 Shaw(1992)의 연구와 일맥상통하는 바이다. 즉, 불평등과 불균형의 현실 속에서 소득을 위한 노동과 행복을 위한 여가시간 확보는 숙명의 과제로 남아있다. 따라서 본 연구의 결과가 입증했듯이, 높은 가구소득과 많은 여가시간을 확보하는 것을 전제로 하여, 그것을 향유할 수 있는 질적 능력을 향상시키는 것이 중요하다고 할 수 있다.

## V. 결론

지금 당장의 행복을 우선시하는 현재 지향적 현실에서 가구소득과 소비, 여가시간과 소비에 대한 중요성이 더욱 증가하고 있다. 즉, 행복의 조건이 물질적인 풍요와 정신적인 만족을 수반할 수 있는 여건을 마련하는데 있음을 알 수 있다. 이에 본 연구는 가구소득과 여가시간에 따른 행복지수의 차이와 상호작용 효과를 검증하고, 공공조직의 1차 자료를 활용하여 연구 결과를 일반화 하는데 목적이 있다.

본 연구의 결과에 따르면, 첫째, 가구소득이 높을수록, 여가시간이 많을수록 행복지수가 높은 것으로 나타났다. 둘째, 가구소득이 높으면서 많은 여가시간을 확보할수록 행복지수가 높은 것으로 나타났다. 부의 증가는 선택의 자유를 제공할 것이고, 여가시간의 증가는 삶의 가치로움을 느끼게 할 것이다. 즉 물질적인 풍요와 정신적인 만족감을 통해 더 많은 행복감을 느낄 수 있도록 긍정적인 태도와 적극적인 행동이 요구된다.

연구결론에 비추어 다음과 같이 제안하고자 한다. 첫째, 공정하고 객관적인 자료를 통하여 여가의 다양성에 따른 실증적인 연구들이 시도되어야 할 것이다. 둘째, 행복수준은 절대적인 수치로 설명력을 제시하였기에 후속연구에서는 보다 상대적인 결과를 비교할 수 있는 근거를 제시해야 할 것이다. 셋째, 후속연구에서는 가구소득과 여가시간 외에 행복에 영향을 미칠 집단의 연령, 직업, 성격 및 사회계층 등 다양한 외생변인을 고려한 다각적인 접근이 요구된다. 마지막으로 본 연구에서는 가계소득을 세 단계로 구분하여 분석하였기 때문에 보다 구체적인 가계소득과 행복의 관계를 규명하기 위하여 가계소득을 보다 여러 단계로 분류하여 행복지수의 변화를 규명할 필요가 있다. 결론적으로 본 연구는 확률 표집에 근거한 신뢰성이 높은 결과라는 점에서 의의가 있으며, 돈과 여



가와 행복의 선형적인 관계에 대하여 중요한 시사점을 제시하고 있다.

## 참고문헌

- 공인호(2018). 2018 행복 키워드로 주목받는 ‘워라밸’. *한국경제매거진*, 152.
- 곽재현, 홍경완(2017). 소득에 따른 여가 불평등: 여가시간·지출과 행복의 관계. *관광연구*, 32(5), 293-309.
- 국미애, 김창연, 나성은(2010). 시간을 묻다: 노동사회와 젠더. 경기: 한울.
- 김경식(2012). 가족기능 및 부모와의 의사소통과 한국 청소년의 여가제약 및 여가만족에 관한 구조모형 분석: 국가통계자료 이용. *한국여가레크리에이션학회지*, 36(2), 1-13.
- 김경식, 이루지(2011). 한국인의 여가활동과 여가만족 및 행복: 국가통계자료 이용. *한국콘텐츠학회논문지*, 11(11), 424-433.
- 김유겸, 황선환(2017). 등산객의 과시적여가소비가 여가만족을 향상시키는가? *한국체육학회지*, 56(3), 377-387.
- 김종순, 오세숙, 윤소영(2016). 20-40대 직장여성의 일과 여가 그리고 행복의 관계. *여가학연구*, 14(4), 67-85.
- 문화체육관광부(2016). 2016 국민여가활동조사. 한국문화관광연구원.
- 박민정(2015). 중산층의 여가활동 특성 및 여가생활 만족도와 행복수준에 미치는 영향 분석: 2012년 국민여가활동조사를 바탕으로. *한국가족자원경영학회지*, 19(3), 121-142.
- 방산용, 우효동, 황선환(2015). 과연 진지하고 전문화된 여가가 삶의 질을 향상시키는가? *한국여가레크리에이션학회지*, 39(1), 1-15.
- 성영신, 이진용, 유창조, 박은아, 신은희, 백인기(2013). 소비활동이 행복에 기여할 수 있을까?: 소비유형별 소비활동, 소비행복, 삶의 행복의 관계에 관한 연구. *마케팅연구*, 28(6), 185-217.
- 류승아, 김경미, 최인철(2011). 중년기 여가생활이 행복과 건강에 미치는 영향에 대한 종단. *한국심리학회지:사회문제*, 17(4), 415-434.
- 이강재, 조성희, 김의경, 황선환(2017). 대한민국 국민의 여가행태와 행복지수와의 관계. *한국여가레크리에이션학회 추계학술세미나*.
- 이문진, 황선환(2014). 여가시간이 증가하면 행복은?: Easterlin 역설의 여가학 적용. *한국여가레크리에이션학회지*, 38(2), 29-38.
- 이우재(2006). 주 5일 근무제에 따른 레저스포츠 활동 선호도 분석. *한국스포츠리서치*, 17(2), 521-532.
- 이유진(2016). 스포츠여가복지 개념 정립 및 서비스 요인 도출. 미간행 박사학위논문, 강원대학교 대학원.
- 이유진, 황선환(2017). 통합체육회 근로자의 일과 삶의 균형 수준에 따른 직무만족. *전국체육대회기념*, 10, 245-245.
- 장훈, 김우정, 허태균(2012). 여가참여 다양성과 행복의 관계. *여가학연구*, 9(3), 21-38.
- 주은선(2016). 노동시간이 삶 만족도에 미치는 영향. *한국콘텐츠학회논문지*, 16(7), 750-759.
- 차승은(2011). 노동시간에 따른 시간압박과 여가제약: 건강행동의 선택 혹은 희생?. *한국인구학*, 34(2), 65-90.
- 최성훈, 이연주(2005). 여가활동 유형과 여가만족 분석: 국가통계자료 이용. *한국체육학회지*, 44(1), 57-575.
- 한국노동연구원(2017). *일과 행복 II*. 경제·인문사회연구회 합동연구총서.
- Belk, R. W. (1984). Three Scales to Measure Constructs Related to Materialism: Reliability, Validity, and Relationships to Measures of Happiness. *Advances in Consumer Research*, 11, 291-297.
- Brickman, P., & Cmapbell, D. T. (1971). Hedonic

- relativism and planning the good society. In Appley, M.A.(Ed.), *Adaptation Level Theory* New York: Academic Press.
- Caru, A., & Bernard, C. (2007). Consuming Experiences: an Introduction. *Consuming Experience*, 3-16.
- Clark, A. E., Paul, F., & Michael, A. S. (2009). Relative income, happiness, and utility: An explanation for the Easterlin Paradox and other puzzles. *Journal of Economic Literature*, 46(1), 95-144.
- Diener, E., Tay, L., & Oishi, S. (2013). Rising income and the subjective well-being of nations. *Journal of personality and social psychology*, 104(2), 267.
- Easterlin, R. A. (1974). Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence. *Nations and households in economic growth*, 89, 89-125.
- Easterlin, R. A. (1995). Will Raising the Incomes of All Increase the Happiness of All? *Journal of Economic Behaviour and Organization*, 27(1), 35-48.
- Easterlin, R. A. (2010). The Happiness-income Paradox Revisited. *Proceedings of National Academy of sciences*, 107(52): 22463-22468.
- Easterlin, R. A. (2013). Happiness, Growth, and Public Policy. *Economic Inquiry*, 51(1), 1-15.
- Juster, F. T., & Stafford, F. P. (1991). The Allocation of Time: Empirical Findings, Behavioral Models, and Problem of Measurement. *Journal of Economic Literature, American Economic Association*, 29(2), 471-522.
- Kahneman, D., & Angus, D. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493.
- Lane, R. E. (2011). *The Loss of Happiness in Market Economies*. New Haven: University Press.
- Layard, R. (2005). *Happiness: Lessons from a New Science*. Penguin Press, London.
- Layous, K., & Sonja, L. (2012). *The how, what, when, and why of happiness: Mechanisms underlying the success of positive interventions*. In *Light and Dark Side of Positive Emotions*, New York: Oxford University Press.
- Martin E. P. Seligman. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*, Free Press.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper.
- McMahon, D. M. (2005). The Quest for Happiness. *The Wilson Quarterly*, 29(1), 62-71.
- Richins, M. L. (1987). Media, Materialism, and Human Happiness. *Advances in Consumer Research*, 14(1), 352-356.
- Robinson, J., & Godbey, G. (1997). *Time for Life: The surprising ways Americans use their time*. State College: Pennsylvania State University Press.
- Schuller, S. M., & Marin, E. P. Seligman(2010). Pursuit of Pleasure, Engagement, and Meaning: Relationships to Subjective and Objective Measures of Well-being. *Journal of Positive Psychology*, 5(4), 253-263.
- Schor, J. (1993). *The Overworked American: the Unexpected Decline of Leisure*. New York, N.Y: Basic Books.

Shaw, S. M. (1992). Debriefing family leisure: An examination of women's and men's everyday experiences and perceptions of family time. *Leisure sciences*, 14(4), 271-286.

Stevenson, B., & Wolfers, J. (2008). Economic growth and happiness: Reassessing the Easterlin Paradox. *Brookings Papers on Economic Activity*, 39(1), 1-87.