

## 한국 직장인의 여가활동 트렌드 변화

김의재<sup>1</sup> · 강현욱<sup>2</sup>

<sup>1</sup>단국대학교 강사 · <sup>2</sup>단국대학교 교수

### Trends in Leisure Activities among Korean Workers

Kim, Eui-Jae<sup>1</sup> · Kang, Hyun-Wook<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Dankook University

#### Abstract

The purpose of this study is to provide basic data for establishing related policies by examining how the leisure activity patterns of Korean workers are changing. This study examined the changes in leisure activities of Korean workers using the 2012 and 2019 National Leisure Activity Survey. The main findings are as follows: Compared to 7 years ago, the participation rate in sports, tourism, hobbies, social-related leisure activities increased, while cultural and art-related leisure activities decreased. The proportion of workers whose leisure activities mostly consisted of active leisure activities decreased. In addition, the proportion of those whose leisure activities mostly consisted of passive or social leisure activities also decreased. In contrast, the proportion of those whose leisure activities consisted of both active, passive and social leisure activities increased. Through this study, it was found that the leisure activities of Korean workers are actively changing.

**Key words :** worker, leisure, type of leisure activity, trend analysis, active leisure activity, passive leisure activity

주요어 : 직장인, 여가, 여가활동 유형, 트렌드 분석, 적극적 여가, 소극적 여가

Address reprint requests to : Kang, Hyun-Wook

E-mail: leon5989@hanmail.net

Received: April, 16, 2021 Revised: June, 03, 2021 Accepted: June, 15, 2021

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

여가는 일하고 남은 시간에서 수면, 식사와 같은 생리적 필수시간을 제외한 자유 시간을 일컬으며(문화체육관광부, 2019b), 여가를 통해 인간은 휴식하고, 즐거움을 얻고, 성장한다(서현, 공윤주, 2015). 특히 직장인에게 여가는 노동으로 인한 피로감과 스트레스를 감소시키는 자원이 되고, 노동력을 재생산하는 데 중요한 역할을 한다. 따라서 직장인들이 일과 여가의 균형을 이루는 것은 매우 중요하다.

그런데 우리나라 직장인들의 여가 환경은 여전히 제한적이다. 2019년 한국 근로자의 연평균 근로시간은 1,967시간으로 전년 대비 26시간 감소하였으나, OECD 회원국 평균 1,726시간에 비해서는 높은 수치를 보이고 있다(OECD, 2020). 또한 일과 생활의 균형(Work-Life Balance) 지수에서도 한국은 40개 국가 가운데 하위 네 번째를 기록했다(OECD, 2019). 이상과 같은 결과는 한국 직장인들이 여전히 일 중심의 환경에서 살고 있음을 보여준다.

일 중심의 환경은 자연스럽게 여가시간의 감소로 이어지며, 여가시간의 부족은 소극적 또는 수동적 여가 생활로 이어질 가능성이 크다. 국민의 여가활동 실태를 조사한 자료(문화체육관광부, 2019b)에 따르면, 국민이 가장 많이 하는 여가활동은 휴식활동으로 적극적인 여가를 향유하지 못하고 있는 것으로 분석된다.

적극적 여가는 미술활동, 테니스, 캠핑, 등산 등과 같이 문화·예술 활동과 스포츠 활동, 관광 활동, 취미활동을 의미하며, 소극적 여가는 TV 시청, 낮잠, 음악 감상 등 휴식활동을 일컫는다(김민혜, 김주현, 2020; 이국희, 2018). 소극적 여가활동보다는 적극적 여가활동을 하는 경우가 여가만족도가 높고(신은주, 조영득, 조현철, 2015), 행복감이 높다고 분석된다(이명우, 홍윤

미, 윤기웅, 2016; Yamashita, Bardo, & Liu, 2018). 단순한 휴식성 여가보다는 신체활동이 수반된 여가활동이 삶의 질을 향상시키고(이민석, 김민정, 이철원, 2020), 능동적 여가활동은 가족 응집력을 높인다(권민혁, 2012).

한편, 정부에서는 근로시간 단축과 여가 관련 법률 제정 등 여가 활성화를 위한 노력이 이어지고 있다. 2015년 국민여가활성화기본법을 제정하면서 여가 생활에 대한 권리를 법적으로 인정하고, 근로자 휴가지원제도, 지속적 운동참여 유인을 위한 민간보험료 할인, 중소기업 동아리 지원 등을 지원하고 있다(문화체육관광부, 2018). 2018년에는 근로기준법이 개정되면서 주52시간 근무 제도를 단계적으로 시행하고 있다.

이러한 정책적 노력으로 직장인의 여가 생활에는 많은 변화가 관찰되는데, 최근 연구에서는 여가시간이 증가하고(김희수, 정광민, 2019), 여가 소비 지출이 늘어나며(김희수, 빈기범, 윤세목, 2019), 여가생활 만족도가 높아진 것으로 분석되었다(최승묵, 2020a; 2020b; Lepinteur, 2019). 또한 일과 생활의 균형에 긍정적인 영향을 미친다는 결과도 있다(Gerold & Nocker, 2018; Pullinger, 2014; Spiegelare & Piasna, 2017). 그런데 기존 국내 연구는 대부분 여가시간과 비용, 여가인식, 여가만족도 변화에 초점을 두고 있어 직장인의 여가 생활의 변화를 전반적으로 설명하는 데는 한계가 있다고 판단된다. 특히 여가 생활의 질적 변화를 설명하기 위해서는 여가활동 유형이 어떻게 변화해 가고 있는지 분석할 필요가 있으며, 이러한 분석이 이루어질 때 여가활동 트렌드 변화에 대응할 수 있는 새로운 여가 정책의 제안과 설계가 가능할 수 있다.

여가활동 유형을 분석한 기존 연구를 살펴보면, 대부분 특정 시점에서 직장인이 어떤 여가활동에 참여하고 있는지 분석하거나, 여가활동 유형과 특정 변인 간의 관계를 분석하고 있어

서, 직장인들의 여가활동 패턴이 어떻게 변화해 가고 있는지에 대한 정보를 얻기가 어렵다(강상, 류경희, 2017; 김영연, 조수연, 김매이, 2012; 노주란, 최은아, 2018; 양진연, 2017; 이혜미, 이충기, 이채은, 이진경, 2012).

이에 본 연구에서는 직장인의 여가활동 변화상을 실증적으로 분석하고자 한다. 즉, 한국 직장인들이 실제 어떤 여가활동을 하고 있고, 그 실태가 예전과 어떤 차이가 있는지 살펴보고자 한다. 과거와 현재의 여가활동을 비교·분석하는 것은 직장인의 여가활동 트렌드를 파악하는데 필요한 작업이며, 그 결과는 관련 정책의 근거 자료로 유용하게 활용될 수 있을 것이다.

## II. 연구방법

### 1. 분석자료

분석 자료는 국민여가활동조사 2012년, 2019년 자료를 활용하였다. 국민여가활동조사는 국민의 여가활동 수요와 실태를 파악하기 위하여 문화체육관광부에서 생산되는 국가통계로 국민들의 생활양식의 변화와 삶의 질 수준을 파악하고 관련 정책 수립의 기초자료로 활용하는 것을 목적으로 한다(문화체육관광부, 2012, 2019b). 직장인의 여가활동 트렌드 변화라는 본 논문의 취지를 최대한 살리고자 표본 수가 비교적 충분하고, 여가활동 유형이 유사한 내용으로 구성된 2012년과 2019년 자료를 활용하였다. 국민여가활동조사의 모집단은 2012년은 제주도를 포함한 전국 16개 시도 만 15세 이상 남녀 5003명이고(문화체육관광부, 2012), 2019년은 제주도 및 세종시를 포함한 전국 17개 시도 만 15세 이상 남녀 10,060명이다(문화체육관광부, 2019b). 본 연구에서는 이 중 현재 직장에 다니고 있다고 응답한 7,814명을 최종 연구 대상으로 선정하였다(2012년: 2,359명, 2019년: 5,455명).

## 2. 분석변수

### 1) 여가활동 유형

여가 유형 분석에 사용한 변수는 ‘지난 1년 동안 귀하께서 가장 많이 참여한 여가활동은 무엇입니까?’라는 설문이었다. 여가 유형은 2012년 84가지, 2019년 88가지로 구성되어 있으며, 1순위부터 5순위까지 최대 5가지의 여가활동에 대해 응답할 수 있다. 본 연구에서는 5가지 응답을 모두 분석에 활용하였으며, 기존 연구에 따라 적극적, 소극적, 사회적 여가로 재분류하였다(김민혜, 김주현, 2020; 문화체육관광부, 2014; Shin & Yo, 2013).

#### (1) 적극적 여가

적극적 여가는 TV시청, 낮잠과 같은 휴식활동이나 친구만남, 사교모임과 같은 사회활동을 제외한 문화예술 관람 및 활동, 스포츠 관람 및 참여 활동, 관광활동, 취미활동을 의미한다. 예시로는 박물관 관람, 연극공연 관람(이상 문화예술 관람활동), 미술활동, 악기연주(이상 문화예술 참여활동), 스포츠 경기 직접 또는 간접 관람(이상 스포츠 관람활동), 테니스, 골프, 수영(이상 스포츠 참여활동), 캠핑, 해외여행(이상 관광활동), 생활공예, 독서(이상 취미활동) 등이 있다.

#### (2) 소극적 여가

소극적 여가는 음악 감상, TV시청, 낮잠 등의 단순 휴식활동과 음주, 도박/복권 등의 수동적인 오락성 활동을 의미한다.

#### (3) 사회적 여가

사회적 여가는 친구만남, 동창회/사교모임 등의 사교 중심의 활동을 의미한다. 본 연구에서는 국민여가활동조사 여가활동 분류 기준에 따라 봉사 활동, 종교 활동과 같은 기타 활동도 사회적 여가 활동으로 분류하였다.

### 3. 분석 방법

본 연구의 구체적인 분석 방법은 다음과 같다. 먼저 직장인의 여가 유형 트렌드 변화를 살펴보기 위해 다중응답분석을 실시하였다. 가장 많이 참여한 여가활동 유형에 복수로 응답한 퍼센트(%)를 대분류와 소분류로 구분하여 제시하였으며, 여가활동 변화 양상을 파악하기 위해 2012년과 2019년 사이의 퍼센트 차이(%p)와 증감률을 계산하였다.

다음으로 개인의 여가활동 유형을 적극적 여가 중심형, 소극적 여가 중심형, 사회적 여가 중심형, 여가 혼재형으로 나누어 2012년과 2019년에 각 유형의 퍼센트(%)와 퍼센트 차이(%p), 증감률을 살펴보았다. 여기서 적극적 여가 중심형은 가장 많이 참여한 여가활동에 대한 복수 응답 중 적극적 여가가 절반 이상으로 구성된 경우를 말한다. 예를 들어 그림 1의 직장인 A의 경우와 같이 개인

의 여가활동이 연극공연 관람, 스포츠 경기 직접 관람, 테니스, 낚시, TV시청으로 구성된 경우이다. 소극적 여가 중심형은 개인의 여가활동 유형에 대한 복수 응답 중 소극적 여가가 절반 이상으로 구성된 경우를 말한다. 예를 들어 그림 1의 직장인 B 경우처럼 TV시청, 음악 감상, 음주, 독서, 친구만남으로 여가활동이 구성된 경우이다. 사회적 여가 중심형은 가장 많이 참여한 여가활동에 대한 복수 응답 중 사회적 여가가 절반 이상으로 구성된 경우를 말한다. 예를 들어 그림 1의 직장인 C의 경우와 같이 친구만남, 동창회/사교모임, 동호회모임, 종교 활동, TV시청으로 여가활동이 구성된 경우이다. 마지막으로 여가 혼재형은 적극적/소극적/사회적 여가가 혼재된 경우를 말한다. 예를 들어 그림 1의 직장인 D 경우처럼 전시회 관람, 골프, TV시청, 음주, 친구만남으로 여가활동이 구성된 경우이다. 자료 분석은 IBM SPSS version 23을 사용하였다.

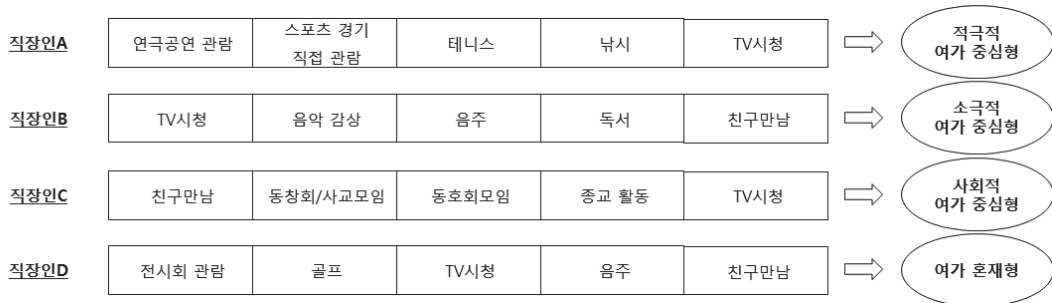


그림 1. 개인 여가활동 유형화 개념도

## Ⅲ. 결과

### 1. 연구 대상자의 특성

연구 대상자의 인구사회학적 특성은 <표 1>과 같다. 성별의 경우 2012년에는 남성 65.1%, 여성 34.9%였고, 2019년에는 남성 60.7%, 여성 39.3%로 나타났다. 연령의 경우 2012년에는 40대, 30

대, 50대, 20대 이하, 60대 이상 순으로, 2019년에는 40대, 50대, 30대, 60대 이상, 20대 이하 순으로 많은 비중을 차지하였다. 소득의 경우 2012년에는 200~300만원 미만, 100~200만원 미만, 300~400만원 미만, 100만원 미만, 400~500만원 미만, 500만원 이상 순으로, 2019년에는 200~300만원 미만, 300~400만원 미만, 100~200만원 미만, 400~500만원 미만, 100만원 미만, 500만원 이상 순으로 많은 비중을 차지하였다.

표 1. 연구 대상자의 인구사회학적 특성

| 특성 | 구분           | 2012년<br>(n=2359) |      | 2019년<br>(n=5455) |      |
|----|--------------|-------------------|------|-------------------|------|
|    |              | n                 | %    | n                 | %    |
| 성별 | 남성           | 1536              | 65.1 | 3310              | 60.7 |
|    | 여성           | 822               | 34.9 | 2145              | 39.3 |
| 연령 | 20대 이하       | 336               | 14.2 | 792               | 14.5 |
|    | 30대          | 639               | 27.1 | 1136              | 20.8 |
|    | 40대          | 689               | 29.2 | 1348              | 24.7 |
|    | 50대          | 510               | 21.6 | 1276              | 23.4 |
|    | 60대 이상       | 185               | 7.8  | 903               | 16.6 |
| 소득 | 100만원 미만     | 268               | 11.4 | 385               | 7.1  |
|    | 100~200만원 미만 | 669               | 28.3 | 1051              | 19.3 |
|    | 200~300만원 미만 | 704               | 29.9 | 1784              | 32.7 |
|    | 300~400만원 미만 | 438               | 18.6 | 1354              | 24.8 |
|    | 400~500만원 미만 | 183               | 7.7  | 495               | 9.1  |
|    | 500만원 이상     | 97                | 4.1  | 386               | 7.1  |

2. 여가활동 트렌드 변화: 참가율 측면

직장인의 여가활동 유형 트렌드 변화를 분석한 결과는 <표 2>와 같다. 우선 대분류 영역을 살펴보면, 문화예술활동의 참가율(5개까지 복수 응답)은 2012년 23.8%, 2019년 23.2%이며, 2019년과 2012년의 퍼센트 차이는 -0.6%, 증감률은 -2.7%로 나타났다. 스포츠활동의 참가율은 2012년 43.3%, 2019년 50.7%이며, 2019년과 2012년의 퍼센트 차이는 7.3%, 증감률은 16.9%로 나타났다. 관광활동의 참가율은 2012년 16.5%, 2019년 22.5%이며, 2019년과 2012년의 퍼센트 차이는 6.0%, 증감률은 36.1%로 나타났다. 취미오락활동의 참가율은 2012년 152.0%, 2019년 152.4%이며, 2019년과 2012년의 퍼센트 차이는 0.4%, 증감률은 0.2%로 나타났다. 휴식활동의 참가율은 2012년 167.3%, 2019년 165.3%이며, 2019년과 2012년의 퍼센트 차이는 -2.0%, 증감률은 -1.2%로 나타났다. 사회 및 기타활동의 참가율은 2012년 64.2%, 2019년 85.5%이며, 2019년과 2012년의 퍼센트 차이는 21.3%, 증감률은 33.2%로 나타났다.

다음으로 소분류 영역을 살펴보면, 문화예술 활동 중 1순위~5순위의 여가 유형은 2012년에는 영화보기, 연예공연관람, 악기연주/노래교실, 연극공연관람, 무용공연관람이었고, 2019년에는 영화관람, 악기연주/노래교실, 사진촬영, 미술활동, 전시회관람으로 나타났다. 스포츠활동에서는 스포츠경기간접관람, 헬스(보디빌딩)/에어로빅, 농구/배구/야구/축구/족구, 골프가 2012년과 2019년 1위, 2위, 3위, 5위를 기록하였다. 육상/조깅/속보는 2012년, 당구/포켓볼은 2019년 4위를 기록하였다. 관광활동 중 1위는 2012년과 2019년 모두 자연명승/풍경관람, 2위는 자동차드라이브로 나타났다. 3위는 2012년 온천/해수욕, 2019년 지역축제 참가였고, 4위는 2012년 테마파크가기/놀이공원/동물원/식물원가기, 2019년 국내캠핑이었으며, 5위는 2012년 문화유적방문, 2019년 테마파크가기/놀이공원/동물원/식물원가기로 나타났다. 취미오락활동 중 1순위~5순위의 여가 유형은 2012년에는 음주, 쇼핑/외식, 등산, 인터넷검색/채팅/UCC제작/SNS, 게임이었고, 2019년에는 인터넷 검색/1인 미디어 제작/SNS, 쇼핑/외식, 음주, 게임, 등산으로 나타났다. 휴식활동에서는 TV시청과 산책이 2012년과 2019년 모두 1위, 2위를 기록하였다. 목욕/사우나/찜질방, 낮잠, 신문/잡지보기가 2012년 3위, 4위, 5위를 기록하였고, 모바일콘텐츠/동영상/VOD 시청, 목욕/사우나/찜질방, 음악감상이 2019년 3위, 4위, 5위를 기록하였다. 사회 및 기타활동에서는 1위는 2012년 친구만남/동호회모임, 2019년 잡담/통화하기/문자보내기였고, 2위는 2012년 잡담/통화하기/문자보내기, 2019년 친구만남/이성교제/미팅/소개팅으로 나타났다. 3위는 2012년 계모임/동창회, 2019년 종교활동이었고, 4위는 2012년 종교활동, 2019년 계모임/동창회/사교모임이었으며, 5위는 2012년과 2019년 모두 가족 및 친지방문으로 나타났다.

표 2. 여가활동 유형 트렌드 변화: 참가율 측면

| 대분류     | 2012년              |       | 2019년             |       | 차이          |                   |
|---------|--------------------|-------|-------------------|-------|-------------|-------------------|
|         | 소분류                | A(%)  | 소분류               | B(%)  | % 차이<br>B-A | 증감률(%)<br>(B-A)/A |
| 문화예술활동  |                    | 23.8  |                   | 23.2  | -0.6        | -2.7              |
| 1위      | 영화보기               | 18.5  | 영화관람              | 16.5  |             |                   |
| 2위      | 연예공연관람             | 1.0   | 악기연주/노래교실         | 1.5   |             |                   |
| 3위      | 악기연주/노래교실          | .8    | 사진촬영              | 1.2   |             |                   |
| 4위      | 연극공연관람             | .6    | 미술활동              | .7    |             |                   |
| 5위      | 무용공연관람             | .5    | 전시회관람             | .5    |             |                   |
| 스포츠활동   |                    | 43.3  |                   | 50.7  | 7.3         | 16.9              |
| 1위      | 스포츠경기간접관람          | 8.7   | 스포츠경기간접관람         | 16.2  |             |                   |
| 2위      | 헬스(보디빌딩)/에어로빅      | 8.0   | 헬스(보디빌딩)/에어로빅     | 8.6   |             |                   |
| 3위      | 농구/배구/야구/축구/족구     | 4.7   | 농구/배구/야구/축구/족구    | 3.3   |             |                   |
| 4위      | 육상/조깅/속보           | 3.5   | 당구/포켓볼            | 3.1   |             |                   |
| 5위      | 골프                 | 3.3   | 골프                | 3.1   |             |                   |
| 관광활동    |                    | 16.5  |                   | 22.5  | 6.0         | 36.1              |
| 1위      | 자연명승/풍경관람          | 3.5   | 자연명승/풍경관람         | 5.4   |             |                   |
| 2위      | 자동차드라이브            | 2.8   | 자동차드라이브           | 5.2   |             |                   |
| 3위      | 온천/해수욕             | 1.9   | 지역축제 참가           | 2.5   |             |                   |
| 4위      | 테마파크/놀이공원/동·식물원    | 1.9   | 국내캠핑              | 2.1   |             |                   |
| 5위      | 문화유적방문             | 1.6   | 테마파크/놀이공원/동·식물원   | 1.6   |             |                   |
| 취미오락활동  |                    | 152.0 |                   | 152.4 | 0.4         | 0.2               |
| 1위      | 음주                 | 29.2  | 인터넷/1인 미디어 제작/SNS | 37.8  |             |                   |
| 2위      | 쇼핑/외식              | 26.5  | 쇼핑/외식             | 36.6  |             |                   |
| 3위      | 등산                 | 25.0  | 음주                | 22.3  |             |                   |
| 4위      | 인터넷검색/채팅/UCC제작/SNS | 24.9  | 게임                | 15.2  |             |                   |
| 5위      | 게임                 | 12.9  | 등산                | 9.1   |             |                   |
| 휴식활동    |                    | 167.3 |                   | 165.3 | -2.0        | -1.2              |
| 1위      | TV시청               | 75.2  | TV시청              | 73.7  |             |                   |
| 2위      | 산책                 | 26.5  | 산책 및 걷기           | 27.2  |             |                   |
| 3위      | 목욕/사우나/찜질방         | 22.6  | 모바일컨텐츠/동영상/VOD시청  | 20.8  |             |                   |
| 4위      | 낮잠                 | 22.5  | 목욕/사우나/찜질방        | 15.3  |             |                   |
| 5위      | 신문/잡지보기            | 10.0  | 음악감상              | 11.3  |             |                   |
| 사회및기타활동 |                    | 64.2  |                   | 85.5  | 21.3        | 33.2              |
| 1위      | 친구만남/동호회모임         | 27.5  | 잡담/통화하기/문자보내기     | 36.6  |             |                   |
| 2위      | 잡담/통화하기/문자보내기      | 11.2  | 친구만남/이성교제/소개팅     | 26.7  |             |                   |
| 3위      | 계모임/동창회            | 10.8  | 종교활동              | 8.4   |             |                   |
| 4위      | 종교활동               | 6.2   | 계모임/동창회/사교모임      | 6.1   |             |                   |
| 5위      | 가족 및 친지방문          | 3.6   | 가족 및 친지방문         | 5.6   |             |                   |

### 3. 여가활동 트렌드 변화: 여가활동 구성 측면

여가활동 유형 트렌드 변화를 여가활동 구성 측면에서 분석한 결과는 <표 3>과 같다. 적극적 여가활동이 절반을 초과하는 적극적 여가 중심형은 2012년 31.3%에서 2019년 28.7%로 8.2%의 감소율을 보였으며, 퍼센트 차이는 2.6%였다. 소극적 여가활동이 절반을 초과하는 소극적 여가 중심형은 2012년 44.5%에서 2019년

40.5%로 9.0%의 감소율을 보였으며, 퍼센트 차이는 4.0%였다. 사회적 여가활동이 절반을 초과하는 사회적 여가 중심형은 2012년 2.9%에서 2019년 2.4%로 15.9%의 감소율을 보였으며, 퍼센트 차이는 0.5%였다. 적극적·소극적·사회적 여가활동이 혼재되어있는 여가 혼재형은 2012년 21.3%에서 2019년 28.3%로 33.0%의 증가율을 보였으며, 퍼센트 차이는 7.0%였다.

표 3. 여가활동 유형 트렌드 변화 : 여가활동 구성 측면

| 구분         | 2012년 | 2019년 | 차이          |                   |
|------------|-------|-------|-------------|-------------------|
|            | A(%)  | B(%)  | % 차이<br>B-A | 증감률(%)<br>(B-A)/A |
| 적극적 여가 중심형 | 31.3  | 28.7  | -2.6        | -8.2              |
| 소극적 여가 중심형 | 44.5  | 40.5  | -4.0        | -9.0              |
| 사회적 여가 중심형 | 2.9   | 2.4   | -0.5        | -15.9             |
| 여가 혼재형     | 21.3  | 28.3  | 7.0         | 33.0              |

## IV. 논의

우선 여가활동 참가율에서 주목할 만한 결과는 2012년과 2019년 모두 가장 많이 참가하는 여가활동 대분류에서의 순위가 동일하게 나타났다는 점이다. 즉, 한국 직장인의 경우, 휴식활동, 취미오락활동, 사회 및 기타활동, 스포츠활동, 문화예술활동, 관광활동 순으로 여가활동을 참가하는 경향이 여전했다. 이러한 결과는 직장인의 여가생활 패턴이 변하지 않고 있음을 보여준다. 특히 소극적 여가인 휴식활동이 여전히 가장 많은 비중을 차지하고 있다는 것은 다소 아쉬운 결과이다. 다만, 휴식활동의 경우 감소율을 보이고 있고, 사회 및 기타활동과 스포츠활동, 문화예술활동, 관광활동에서 증가율을 보이고 있다는 것은 적극적 여가를 향유하는 경우가 늘어 가고 있다는 점에서 바람직한 변화라고도 볼 수 있을 것이다.

관광활동의 비율은 16.5%에서 22.5%로 증가하여 절대적인 증가분은 6%p였으나, 36.1%의 높은 증가율을 보였다. 원래 참가율이 높았던 자연명승/풍경관람과 자동차드라이브의 경우도 참가율이 더 증가하였고, 지역축제 참가와 국내캠핑이 새롭게 순위권으로 진입한 것도 눈에 띈다. 우리나라 국민의 지역축제 관람률은 2014년 대비 4.6% 증가하였고, 근로자들의 경우에는 7.0%의 증가율을 보이고 있는데, 이러한 변화상이 반영된 것으로 보인다(문화체육관광부, 2014, 2019a). 기존의 연구에서도 고령층의 지역축제 참가율이 증가하여 여가활동 상위 2위를 기록하였는데(김민혜, 김주현, 2020), 이는 지역축제 참가가 국민의 주요 여가활동으로 부상하고 있음을 시사한다. 캠핑 역시 직장인의 여가활동으로 새롭게 부상하였다. 2018년 캠핑산업현황 통계조사를 보면 국내 캠핑 인구는 403만명으로 전년도 대비 33.9%(102만명) 증가하였는데(캠핑아웃도어진흥원, 2020), 이

러한 실태가 반영된 결과인 것으로 보인다.

사회적 활동의 경우 64.2%에서 85.5%로 높아져서, 증가분도 21.3%p로 가장 높고, 증가율도 33.2%로 두 번째로 높은 것으로 나타났다. 다만, 소분류 영역에서는 눈에 띄는 변화를 보이지 않았다. 순위에는 약간의 변동이 있기는 하였으나 2012년과 2019년 모두 잡담/통화하기/문자보내기, 친구만남/이성교제/미팅/소개팅, 종교활동, 계모임/동창회/사교모임, 가족 및 친지방문으로 구성되어 있었다. 이는 고령층을 대상으로 한 연구에서 분석된 것과 같은 결과이다(김민혜, 김주현, 2020).

스포츠 활동의 참여율도 43.3%에서 50.7%로 증가하여 증가분은 7.3%p로 두 번째로 높았고, 증가율도 16.9%로 높은 편이다. 적극적으로 여가인 스포츠 활동의 참여율이 증가했다는 것은 긍정적인 결과로 해석된다. 하지만 소분류 영역에서 스포츠 경기 간접관람이 2012년과 2019년 모두 1순위를 기록하고 있고, 가장 높은 증가율을 보이고 있으므로 해석에 유의할 필요가 있다. 비활동적인 스포츠 간접관람이 증가하고 있다는 것은 여가생활의 질 측면에서 우려되는 결과이기는 하나 여전히 시간과 비용, 거리, 육아 등으로 인해 제한받는 직장인들 사이에서는 불가피한 선택일 수 있다.

증가율을 보인 결과에서 가장 순위가 낮은 대분류는 취미오락활동이다. 소분류에서의 결과를 보면 2012년과 2019년 모두 인터넷 검색/1인 미디어 제작/SNS, 쇼핑/외식, 음주, 게임, 등산이 상위 5위를 차지한다. 인상적인 점은 음주의 경우 2012년 1위에서 2019년 3위로 하락했다는 것이다. 이는 직장 회식 문화의 변화와 관련이 있을 것으로 보인다. 또한 인터넷 검색/1인 미디어 제작/SNS의 순위가 4위에서 1위로 올라간 것은 주목할 만한 결과이다. 우리나라 국민의 인터넷 이용률은 2012년 78.4%에 불과하다가 2020년 91.9%까지 증가하였으며, 인터넷 이용자의 65.9%가 SNS 이용하는

것으로 조사되고 있는데(과학기술정보통신부, 2020), 이러한 실태가 반영된 것으로 보인다. 또한 최근 직장생활과 동시에 유튜브, SNS 등으로 수익을 창출하는 직장인이 많아지면서 1인 미디어 제작과 SNS에 대한 관심이 증가한 것으로 보인다.

문화예술 활동은 23.8%에서 23.2%로 0.6%p 감소했고, 2.7%의 감소율을 보였다. 영화관람의 경우 참여율이 다소 감소하였으나 여전히 가장 높은 순위를 기록하였고, 악기연주/노래교실의 경우에 3위에서 2위로 올라섰다. 연예공연, 연극공연, 무용공연 관람이 순위권에서 벗어나고, 사진촬영과 미술활동이 새롭게 순위권으로 진입한 것도 인상적이다. 이와 같은 결과는 문화예술 활동을 직접적으로 참여하는 직장인들이 증가하고 있음을 보여준다. 그러나 문화예술 활동에서 영화관람의 참여율이 절대적으로 높고, 나머지 활동들의 비중은 아주 적은 편이므로 해석상의 주의를 요한다.

휴식활동에서도 167.3%에서 165.3%로 2%p 감소했고, 1.2%의 감소율을 보였다. 고령자들의 경우 휴식활동이 증가한 것으로 나타났는데(김민혜, 김주현, 2020), 본 연구에서는 반대의 결과를 보여주었다. 휴식활동을 하는 직장인의 비율이 감소했다는 점은 긍정적인 의미로 해석된다. 다만, 직장인의 휴식활동 감소율이 크지 않고, 일시적인 현상임을 배제할 수 없으므로 결과 해석에 신중할 필요가 있다.

다음으로 여가활동 구성 측면에서 주목할 만한 결과는 여가시간의 대부분을 소극적 여가로 보내는 직장인이 감소하고 있다는 점이다. 이러한 결과는 직장인들의 여가활동의 질이 높아지는 방향으로 변화하고 있다는 해석이 가능하다. 프랑스의 경우에도 신문보기, 독서, 음악 감상 등의 수동적인 여가활동은 줄어들고, 정원 가꾸기, 애완동물 돌보기와 같은 활동은 점점 증가하는 양상을 보이고 있는데, 본 분석의 결과와 유사하다(문화체육관광부, 2014). 또한



적극적 여가 중심형과 사회적 여가 중심형이 감소했다는 점도 인상적이다. 직장인들의 여가활동의 범위가 어느 한쪽에 치우치지 않고 다양화하고 있다는 의미이다. 이는 새로운 여가를 향유하려는 직장인들의 욕구가 증가한 것으로 보인다.

## V. 결론 및 제언

본 연구의 목적은 한국 직장인의 여가활동 패턴이 어떻게 변화하고 있는지 살펴봄으로써 관련 정책 수립의 기초자료를 제공하는 데 있다.

분석 결과, 직장인들의 사회적 활동과 스포츠, 관광, 취미·오락활동의 참가율은 증가하였고, 휴식활동과 문화·예술활동의 참가율은 감소하였다. 가장 큰 변화를 보인 것은 관광활동이고, 다음으로 사회적 활동, 스포츠 활동, 문화예술활동, 휴식활동, 취미오락활동이었다. 세부 활동으로는 사진촬영, 미술활동, 지역축제 참가, 국내캠핑, 인터넷 검색/1인 미디어 제작/SNS, 모바일콘텐츠/동영상/VOD 시청 등이 부상하여 변화하는 직장인들의 여가활동 실태를 보여주었다.

또한 적극적, 소극적, 사회적 여가 가운데 특정 여가 유형에 편중되어 있는 직장인이 감소하고, 적극적, 소극적, 사회적 여가를 두루 향유하는 직장인은 증가하고 있다는 것을 알 수 있었다.

본 연구는 국가적으로 대표성이 있고 조사의 신뢰도가 높은 국가승인통계를 활용하여 실제 직장인들이 참여하고 있는 여가활동을 복수로 분석함으로써 국내 직장인의 여가 트렌드 변화를 보여주었다는 데 의의가 있다.

본 연구는 국민여가활동조사 가운데 여가활동 유형이 가장 유사한 설문 항목으로 구성된 자료(2012년, 2019년)를 활용하였다. 향후 더 긴 시간 간격을 둔 비교 연구가 이루어진다면 직장인의 여가활동 트렌드 변화를 좀 더 명확

하게 설명할 수 있을 것으로 보인다.

본 연구는 횡단면 자료를 활용하여 특정 연도 간에 비교를 통해 직장인의 여가활동 트렌드를 분석하였는데, 향후 동일한 응답자를 대상으로 패널 자료를 구축하여 시간에 따른 여가활동 변화를 분석한다면 다른 의미의 학술적 의의가 있을 것으로 판단된다. 또한 향후 성별, 소득, 고용 형태, 직업 유형 등에 따른 심층적 분석이 이루어진다면 직장인의 여가활동 변화를 보다 구체적으로 설명할 수 있을 것이다.

끝으로, 본 연구는 실증적 분석을 통해 우리나라 직장인들의 여가활동 트렌드 변화를 보여주었다. 이러한 결과에 기반하여 관련 정책이 이루어지기를 기대한다.

## 참고문헌

- 강상, 류경희(2017). 유아교사의 여가활동과 교사의 행복수준과의 관계. **한국유아교육·보육행정학회 학술발표대회 논문집**, (1), 161-170.
- 과학기술정보통신부(2020). 2020 인터넷이용실태조사. 과학기술정보통신부.
- 권민혁(2012). 청소년의 가족여가활동 참여와 가족기능의 관계. **한국사회체육학회지**, 47(1), 519-526.
- 김민혜, 김주현(2020). 한국 고령자의 여가 활동 트렌드: 국민여가활동조사 7년 변화를 중심으로. **한국노년학**, 40(5), 871-894.
- 김영연, 조수연, 김매이(2012). 직업 발레단 무용수들의 여가활동 참여 유형별 여가만족도와 직무몰입과의 관계. **한국무용기록학회지**, 27, 1-18.
- 김희수, 빈기범, 윤세목(2019). 근로시간 단축이 소비지출 및 관광소비에 미치는 영향 분석. **Tourism Research**, 44(4), 171-187.
- 김희수, 정광민(2019). 노동시간 단축이 관광시장에

- 미치는 영향과 과제. 한국문화관광연구원. 노주란, 최은아(2018). 간호사의 여가활동 유형에 따른 직무스트레스 및 직무만족의 관계. *디지털융복합연구*, 16(1), 207-215.
- 문화체육관광부(2012). 2012 국민여가활동조사. 문화체육관광부.
- 문화체육관광부(2014). 2014 문화향수실태조사. 문화체육관광부.
- 문화체육관광부(2014). 여가정책 중장기계획 수립을 위한 기초연구. 문화체육관광부.
- 문화체육관광부(2018). 국민여가활성화 기본계획. 문화체육관광부.
- 문화체육관광부(2019a). 2019 국민문화예술활동조사. 문화체육관광부.
- 문화체육관광부(2019b). 2019 국민여가활동조사. 문화체육관광부.
- 서현, 공윤주(2015). 인구 통계적 특성에 따른 여가 유형에 관한 연구: Kelly의 이론을 적용하여. *관광레저연구*, 27(12), 463-477.
- 신은주, 조영득, 조현철(2015). 금융 사무원의 여가 참여에 따른 여가만족이 직무만족에 미치는 영향. *한국여가레크리에이션학회지*, 39(2), 1-10.
- 양진연(2017). 호텔기업 종사원의 여가활동 참여유형과 복지만족, 조직몰입과의 영향관계연구. *Tourism Research*, 42(1), 65-84.
- 이국희(2018). 여가는 사이에 있다: 사회적 배제, 적극적 여가, 그리고 소극적 여가. *한국여가레크리에이션학회지*, 42(3), 1-11.
- 이명우, 홍윤미, 윤기웅(2016). 여가 활동이 국민 행복에 미치는 영향: 여가만족의 매개효과를 중심으로. *문화정책논총*, 30(2), 266-289.
- 이민석, 김민정, 이철원(2020). 테니스 참여 액티브 시니어의 여가태도와 삶의 질의 관계 분석: 스트레스 관련 성장의 매개 효과를 중심으로. *한국여가레크리에이션학회지*, 44(2), 17-29.
- 이혜미, 이창기, 이재은, 이진경(2012). 카지노 딜러의 여가유형에 따른 시장세분화 연구: 세분 시장별 직무스트레스 수준 차이 규명. *호텔경영학연구*, 21(2), 207-221.
- 최승묵(2020a). 주 52시간 상한제 실시 여부에 따른 여가 활동 참여 실태 및 만족도 분석: 2019 국민여가활동조사 자료를 중심으로. *관광레저연구*, 32(4), 389-406.
- 최승묵(2020b). 실제 근무시간에 따른 여가 활동 참여 실태 및 만족 분석: 2019 국민여가활동조사 자료를 중심으로. *관광연구논총*, 32(2), 167-183.
- 캠핑아웃도어진흥원(2020). *캠핑산업현황 통계조사 보고서*. 문화체육관광부.
- Gerold, S., & Nocker, M. (2018). More leisure or higher pay? A mixed-methods study on reducing working time in Austria. *Ecological Economics*, 143, 27-36.
- Lepinteur, A. (2019). The shorter workweek and worker wellbeing: Evidence from Portugal and France. *Labour Economics*, 58, 204-220.
- OECD. (2019). *OECD Better Life Index*. <http://www.oecdbetterlifeindex.org/topics/work-life-balance/>
- OECD. (2020). *OECD.Stat*. <http://stats.oecd.org/Labour Force Statistics>
- Pullinger, M. (2014). Working time reduction policy in a sustainable economy: Criteria and options for its design. *Ecological Economics*, 103, 11-19.
- Shin, K., & Yo, S.(2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7(2), 53-62.
- Spiegelaere, S. D., & Piasna, A. (2017). *The why and how of working time reduction*. Brussels: European Trade Union Institute.
- Yamashita, T., Bardo, A. R., & Liu, D. (2019).

Experienced subjective well-being during physically active and passive leisure time activities among adults aged 65 years and older. *The Gerontologist*, 59(4), 718-726.