

## 코로나 19 시기, 유아 및 초등학생 자녀를 둔 워킹맘의 여가 경험에 대한 현상학적 분석

손영미<sup>1</sup> · 신규리<sup>2</sup>

<sup>1</sup>건양대학교 교수 · <sup>2</sup>서울과학기술대학교 교수

### A phenomenological analysis on the working mom's leisure experience in the era of COVID-19

Sohn, Youngmi<sup>1</sup> · Shin, Kyulee<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Konyang University · <sup>2</sup>Seoul National University of Science & Technology

#### Abstract

The purpose of this study was to explore the leisure experience of working moms during the COVID-19 and to identify what leisure components were most paramount. In-depth interviews were conducted on working moms with infants and elementary-aged children. The collected data were analyzed using the four-step phenomenological analysis method. As a result, these subjects' responses were extracted into five components and 14 sub-components. First, "the deprivation and exhaustion of leisure" during the Corona virus era was found to be the main leisure struggle of working moms of young children, and "survival leisure" was derived to be best at restoring their exhausted bodies and minds and to assist in a better work-family balance. Following was the "activation of family leisure". Prior to COVID-19, core family leisure was common, but the mediated balance family leisure became more prominent during the pandemic. Finally, "leisure using online platforms" and "changed social activities" through active and online exchanges was also derived. In summary, we introduced one of the first studies to analyze the leisure experiences of working moms with infants and primary-aged children during the COVID-19 pandemic. This work will lead to a greater understanding of how these moms are being affected from a leisure point of view, help to establish leisure programs or initiatives to help these moms and families during the pandemic.

**Key words :** COVID-19, working moms, leisure, phenomenological study, family leisure, work-leisure balance

주요어 : COVID-19, 워킹맘, 여가, 현상학적 분석, 가족여가, 일과 여가 균형

Address reprint requests to : Shin, Kyulee

E-mail: kyuleeshin@seoultech.ac.kr

Received: August, 08, 2021 Revised: September, 06, 2021 Accepted: September, 17, 2021

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

코로나 19 상황은 유례없는 여가제약의 시기였다. 시간과 공간, 사람들과의 접촉이 모두 제한을 받았다(사혜지, 한지훈, 2021). 이러한 재난 상황은 국가를 불문하고 전 세계 모든 이의 여가생활에 영향을 미쳤으며, 여가생활의 변화가 야기되었다. 특히 전통적인 성역할 고정관념과 역할 기대가 팽배한 한국사회에서 장기화된 코로나 상황은 워킹맘들의 삶과 여가경험에 크나큰 전환점을 가져왔다고 할 수 있다.

워킹맘이란 직장을 다니면서 아이를 기르는 엄마를 뜻하는데(노성숙, 한영주, 유성경, 2012), 지난 2020년 2월 전국의 유치원과 학교, 학원 등이 휴교 및 휴원을 하게 되면서 워킹맘들의 일-가정, 그리고 일-여가의 제약은 더욱 심화되었다. 장기화된 휴교와 휴원조치는 자녀돌봄과 학습, 여가생활 등 기존에 지역사회와 공공기관에서 나누었던 책임을 가족, 특히 여성에게 전가하게 되는 상황에 이르렀다(이보람, 이강이, 2021). 이후 상황이 호전되었지만 가정돌봄의 역할은 코로나 이전에 비해 급격하게 증가하였고 워킹맘들의 역할 갈등은 더욱 심화되었다(손영미, 2021).

사실 2005년 남녀고용평등법의 개정 이후, 여성노동의 주요 의제 중 하나였던 일-가정의 양립을 위한 움직임들은 각고의 노력 끝에 육아기 근로시간 단축, 선택적 근로시간제, 육아휴직, 아이돌봄서비스와 같은 다양하고도 가시적인 정책적 지원책을 마련하는 계기가 되었다(문은미, 2014). 기혼 직장여성과 워킹맘이 증가하는 현실 속에서 이러한 지원들은 일-가정 양립, 일-여가균형 문화, 나아가 직장 내 육아존중문화를 조성하는데 주요한 역할을 담당해 왔다고 볼 수 있다. 그러나 이러한 정책적 지원에도 불구하고 미취학 또는 저학년 연령대의 아이를 둔 워킹맘의 경우, 경력 단절의 위기는 넘겼다 하더라도, 이들의 여가경

험이 긍정적일 수 만은 없다. 워킹맘 포함 기혼 여성들의 여가경험의 본질을 밝힌 선행 연구물들을 통해 이들의 여가가 수많은 제약을 지님을 알 수 있다(손영미, 2021; Deshpande, 2021). 이는 기본적으로 기혼여성들의 여가선택과 참여 그리고 경험 및 지속의 과정에 자녀양육에 대한 의무감과 죄책감 작용하고 있기 때문이다(이남희, 2021). 이에 더해 다중적인 역할의 부여로 인한 역할 간 갈등 및 절대적인 시간 부족 상황이 맞물려, 워킹대디나 전업주부 집단에 비하면 상대적으로 높은 스트레스와 낮은 삶의 만족도를 보이는 것으로 나타났다(Boreli, Nelson, River, Birken, & Moss-Racusin, 2017).

설상가상으로 코로나 19로 인해 변화된 우리의 일상은 이들 워킹맘들에게 훨씬 더 과중한 육아경험에 노출되게 함으로써, 일-가정 그리고 일-여가 간 균형을 잃게 하는 상황을 초래하였다. 결국 코로나 19의 확산은 워킹맘의 여가경험을 다시 한번 뒤바꾸는 계기가 된 것이다.

이에 본 연구에서는 워킹맘의 일상 속으로 들어가 이들이 삶을 통해 겪는 다양한 일상경험, 직장 및 여가, 그리고 육아경험을 살펴보고자 하였다. 또한 이러한 워킹맘의 여가경험에 대한 전반적 이해와 더불어, 직장생활과 일상 균형에 있어 이들의 여가가 어떻게 상호작용하고 있는지, 일상 여가에 미치는 변화는 무엇인 지에 대한 내재된 의미를 분석하고자 하였다.

더불어 동전의 양면과도 같이 코로나 전후로 겪게 된 여가경험이 단순히 제약과 위기로만 점철된 것인지, 아니면 이러한 위기 상황 속에서도 긍정적으로 발현되는 여가경험의 특성이 존재하는가에 대해서도 밝히고자 한다. 이에 본 연구에서는 유아와 초등학교 자녀를 둔 워킹맘을 대상으로 현상학적 분석을 통해, 코로나 19시대 그들의 여가생활 현상을 분석하는 데 목적을 둔다. 본 연구를 통해 팬데믹 상황에서 워킹맘은 물론 가족 모두가 겪고 있는 여가제약적 상황을 극복하고, 양질의 여가경험을 갖도록 지원해 줄 수 있는 프

로그래프와 제도를 구상하는 데 의미있는 인사이트를 제공해 줄 수 있을 것이다.

## 2. 연구문제

본 연구에서는 유아 및 초등학생 자녀를 둔 워킹맘을 대상으로, 이들이 코로나 19 상황동안 어떻게 여가생활을 보냈는지, 그리고 코로나 19 이전에 비해 여가생활이 어떻게 변화하였는지에 대해 현상학적 분석을 통해 탐색하였다.

구체적인 연구 문제는 다음과 같다. 첫째, 코로나 19시기 워킹맘이 경험한 여가의 특성은 무엇인가? 둘째, 코로나 19시기 이전에 비해 여가생활은 어떻게 변화하였는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구참여자 선정 및 과정

본 연구는 코로나 19 동안의 워킹맘의 여가생활을 탐색하기 위해 눈덩이 표집방법을 사용하여 연구참여자 선정하였다. 일과 가정의 양립, 일과 여가의 균형 관련 연구에 따르면, 워킹맘의 여가생활에 있어 자녀의 유무와 자녀의 연령이 중요한 것으로 나타났다. 이에 본 연구는 유아 및 초등학생 자녀를 1명 이상 둔 워킹맘을 대상으로 심층면접을 실시하였다. 또한 워킹맘의 근무형태 즉, 전일제 혹은 시간제에 따라 여가생활이 달라질 수 있기 때문에 두 가지 근무형태에 종사하는 워킹맘의 비율을 고려하였다. 이상의 과정을 통해 최종 참여하게 된 연구참여자는 13명이었으며, 연령은 33세~49세이었다(〈표 1〉 참조).

### 2. 자료수집

본 연구는 심층면담을 통해 자료를 수집하였다. 심층면담은 2021년 5월~6월까지 진행하였

으며, 면담 소요시간은 1시간~1시간 30분이었다. 코로나 19로 인해 대면 면담을 꺼리거나 원거리에 거주하는 연구참여자의 경우에는 zoom을 활용하여 실시간 원격면담으로 진행하였다. 대면으로 진행하는 경우 연구참여자 집 근처 커피숍 등을 이용하였다. 심층면접을 하기에 앞서 전화상으로 연구목적과 주요 질문내용, 면담내용을 연구목적 이외에는 사용하지 않을 것이라는 점, 면담 중간에 그만둘 수 있으며 어떠한 불이익도 없을 것이라는 점, 녹음에 대한 동의 등을 안내하였다. 그리고 이와 관련한 내용을 이메일로도 발송하였다.

모든 면담은 여성의 일과 삶의 균형과 여가에 대한 연구를 수행해온 상당전공 교수 1인과 상담심리학 박사과정생 1인이 실시하였다. 면담은 반구조화 질문형식으로 이루어졌으며, 주요 질문내용은 ‘여가생활과 관련하여 코로나 19 상황 초기에 가장 힘들었던 것은 무엇이고, 현재 가장 힘든 것은 무엇인가?’, ‘코로나 19 상황으로 인한 여가생활(개인적인 여가생활, 가족과의 여가생활 등)의 변화는 무엇인가?’, ‘코로나 19 기간동안 어떻게 여가생활을 보냈는가?’ 등이었다.

표 1. 연구참여자의 일반적 특성

참여자	나이	자녀수	자녀 나이	학력	근무형태
A	49	3	16, 13, 10	대졸	시간제
B	45	3	14, 12, 9	대졸	시간제
C	43	2	15, 13	대졸	시간제
D	44	2	15, 13	대졸	시간제
E	45	2	15, 11	대졸	시간제
F	42	3	13, 9, 5	고졸	시간제
G	33	2	9, 7	고졸	시간제
H	41	1	7	석사	전일제
I	37	2	7, 5	대졸	전일제
J	39	2	12, 8	대졸	전일제
K	41	2	11, 9	대졸	전일제
L	44	2	15, 11	대졸	전일제
M	39	2	15, 13, 11	대졸	전일제

### 3. 자료분석

코로나 19 동안 워킹맘의 여가경험에 대한 특성을 보다 깊이 있게 이해하기 위해 Giorgi(2002)가 제시한 4단계의 현상학적 분석방법을 활용하였다. 자료분석은 상담전공 교수 1인과 여가전공 교수 1인이 진행하였으며, 두 분석자는 모두 여성의 일과 삶의 균형과 여가에 관한 연구를 10여년 동안 수행한 경험을 갖고 있다.

먼저 심층면담에 대한 녹음자료를 전사하였으며, 면담내용을 전체적으로 이해하기 위해 개방적인 마음으로 여러 차례 읽으면서 전체적인 느낌과 의미를 파악하였다. 두 번째는 의미단위를 도출하는 단계로, 워킹맘이 경험하는 현상에 초점을 두고 축어록을 읽으면서 연구참여자가 진술한 의미있는 문장이나 문구를 있는 그대로 추출하였다. 그 결과 203개의 의미단위를 도출하였다.

셋째, 도출된 의미단위들을 가장 적합한 학술적 혹은 상식적인 용어로 바꾸어 기술하였다. 마지막 과정은 바꾸어 기술된 의미단위들을 구조적으로 통합하는 과정이다. 이를 위해 전환된 용어들중 비슷하다고 판단되는 것을 범주화하여 하위 구성요소를 도출하였으며, 이후 하위 구성요소를 재배열·분류하여 전체 연구참여자의 공통적인 경험구조를 포괄할 수 있는 구성요소를 도출하였다. 이 과정에서 분석팀은 도출된 구성요소가 타당하며 구성요소의 명명이 적합한지를 확인하기 위해 전사된 축어록을 반복적으로 읽고, 의미단위를 확인하면서 점검하였다.

### 4. 연구의 진실성과 타당성

연구의 진실성을 확보하기 위해 Lincoln & Guba(1985)가 제시한 삼각검증법을 이용하였다. 본 연구진은 수차례의 논의를 통해 의미단위, 하위구성요소, 구성요소를 추출하였으며, 이 과정에서 연구참여자의 면담내용과 관련 연

구문헌을 활용하였다. 또한 자료의 분류가 연구참여자의 경험을 적절히 반영하였는지를 알아보기 위해 분석내용을 연구참여자에게 보내 검증받는 과정을 거쳤다. 그리고 축어록 내용 중에서 정확히 이해하기 어려운 부분은 확인하는 과정을 거쳤다. 마지막으로, 여성의 일과 삶의 균형 및 여가에 관한 연구를 다수 진행하였고, 질적 연구 경험이 있는 심리학전공 교수 1인에게 경험구성 요소들이 적절하게 추출되었는지 감수를 받았으며, 구성요소를 명명할 때 워킹맘의 특성이 잘 반영될 수 있도록 할 필요가 있다는 수정사항을 들었다.

## Ⅲ. 연구 결과

본 연구는 코로나 19 상황에서 워킹맘들의 여가경험은 어떠하며, 여가생활이 어떻게 변화하였는지를 살펴보는 것을 목적으로 하였다. 그 결과 <표 2>와 같이 5개의 구성요소와 14개의 하위구성요소를 도출하였다.

표 2. 코로나 19, 워킹맘의 여가경험 구성요소

구성요소	하위 구성요소
코로나시대, 워킹맘의 여가박탈과 소진	가사돌봄 증가로 인한 여가시간의 박탈
	스트레스를 해소할 수 없는 상황으로 인한 소진
일과 가정의 양립을 위한 생존 여가	성장을 위한 노력의 중단과 좌절감
	신체 및 심리적 충전을 위한 생존여가
	심리적 버팀목이 되는 여가
가족여가의 활성화	하루의 고단함을 위로하는 혼술
	일상적 가족여가의 확대
	가족식사시간의 귀환
	중재된 균형가족여가의 확대
온라인 플랫폼활용 여가	축소된 개인여가와 여가동기 감소
	디지털여가의 일상화
변화된 사교활동	온라인소비의 증가
	적극적인 온라인교류
	새로운 성장의 통로

## 1. 코로나 시대, 워킹맘의 여가박탈과 소진

### 1) 가사돌봄 증가로 인한 여가시간의 박탈

가사노동 및 자녀돌봄 시간의 급증은 코로나 19 상황에서 워킹맘이 겪는 가장 큰 어려움 중 하나이다. 은기수(2020)의 연구에 따르면, 코로나 이후 맞벌이 여성의 자녀돌봄시간이 5시간 3분에서 6시간 47분으로 1시간 44분 증가하여, 맞벌이 남성에 비해 약 2.5배 더 많았다.

연구참여자들의 상당수는 집에서 깨어있는 시간의 대부분을 가사노동과 자녀돌봄을 하느라 개인여가시간을 거의 가질 수 없는 상황이었다고 호소하였다.

“엄마들도 한번씩은 나가서 이야기도 하고 싶고 탈출하고 싶은 시간이 필요하잖아요. 그게 없어졌어요... 계속 일만 하고 짜여진 패턴대로 움직여야 하니까 아이들은 그 시간 시간이 짜여진 시간이니까... (F)”

“제 개인시간 하나도 없었던 것 같아요. 제가 운동하는 것도 못했었고, 뭐 배우는 거 다니는 것도 아예 못갔고요. 하여튼 저만의 시간은 하나도 없었던 것 같아요. (I)”

또한 아이돌봄이 우선인 상황이어서 자신의 개인여가나 성장을 시도하려는 마음도 생기지 않고 벽차서 다른 생각을 할 수가 없는 상태라고 하였다.

“지금 이제 아이들 상태를 정상화시켜야 되는게 우선이라서 내가 뭐를 새롭게 시도하는 것 자체가 겁이 나더라고요. 그래서 배우고, 하고자 하는 마음이 별로 안생겨요. 예전처럼. (J)”

### 2) 스트레스를 해소할 수 없는 상황으로 인한 소진

20년 2월, 전국적으로 COVID-19 바이러스가 확산되고, 각종 기관과 시설들이 섯다운됨에 따

라, 사람들은 COVID-19 바이러스에 대한 불안과 두려움을 갖게 되었다(“두려운 마음이랑 어떻게 해야 할지 혼란스러운 마음이 계속되었어요.(J)”). 이들은 사적인 모임을 정부에 의해 혹은 자발적으로 제한하였다(“만나자고 하는 것도 그 사람에 대한 배려가 아닌 것같고, 미안한 상황이 생길까봐 조심하게 되었죠.(B)”).

연구대상자들은 스트레스를 혼자 삼켜야 하거나 쌓아두는 등 전혀 해소할 수 없는 상황이 지속되고, 아이들에게 맞추면서 사는 날들이 길어지면서 심리적·신체적으로 소진된 상태였다.

“하루종일 아이와 부딪히는 시간이 너무 길어진 거예요. 애가 스트레스를 몸으로 바깥에 나가서 막 풀어야 되잖아요. 그걸 못하니까 집 안에서 다 표출하려고 하면... 사고도 많이 치고 저는 또 다 수습해야 하고... 집에서 개들이랑 있으면 정말 너무 힘든 거예요. (H)”

“제가 운동하는 걸 좋아하고 독서모임이나 친목회나 이런거.. 드문드문 하는 것조차 아예 막히니까 너무 우울함이 커지더라고요. 출구도 없는데... (M)”

“마음을 좀 같이 나눌 수 있는 그거를 좀 풀어야 되는데 풀지 못하고 다 삼키고 있잖아요. 그렇다고 해서 막 수다를 떨거나 그럴 여력도 안되고... (E)”

### 3) 성장을 위한 노력의 중단과 좌절감

시간제 워킹맘 연구참여자들은 불안정한 노동시장에서 벗어나기 위해 자격증과 학위를 취득하기 위한 노력을 기울여왔다. 그러나 코로나 19 상황으로 성장을 위한 노력이 강제적으로 중단되는 상황을 맞이하였고, 이로 인한 좌절감을 호소하였다.

“아무리 어려워도 제 공부를 포기하지 않고 계속 했는데 코로나가 되면서 둘째가 학교에 들어가서 적응하는 게 조금 어려운 모습이 있다 보니까 공부도 더 이상 눈에 안 들어오더라구요. 그래서 바로 접었거든요. (J)”

특히 이들의 상당수는 방과 후 강사 등 교육업, 영업직 등에 종사하고 있어, 코로나 19 상황에서 직접적인 타격을 받고 있었으며, 고용불안을 경험하고 있었다(김원정, 2020). 이들은 이직을 위한 시도를 하였고, 학습을 위한 노력을 기울였으나 뜻대로 되지 않는 상황에 직면하면서 좌절감을 느끼고 있었다.

“코로나 되면서 일이 줄다보니까... 불안한 마음도 들고... 이력서를 많이 쓴 것 같아요. 그런데 그게 안 되는 상실감도 느껴보고... 안 되는 과정 속에서 좀 많이 힘든 부분들도 있었거든요. (M)”

“코로나 전에는 제가 필라테스 지도자 과정 자격증을 땀었어요. 이제 그거를 활용해서 지도도 하고, 이직도 하고... 이런 꿈이 있었는데 그래서 이제 운동하고 티칭하는 걸 꾸준히 배웠는데 코로나 시작되고서는 단절이 된거죠(J)”

## 2. 일과 가정의 양립을 위한 생존 여가

### 1) 신체 및 심리적 충전을 위한 생존여가

코로나 19 상황은 그동안 지역사회, 학교, 공공기관 등이 나누어 맡아왔던 자녀의 돌봄, 학습, 여가생활을 가족에게 전가해왔다(이보람, 이강이, 2021). 상황이 나아지고 있다고는 하나 여전히 가족 특히 여성이 감당하고 있다(“모든 것을 다 해놓고 출근해야 하기 때문에 아이들 케어해주고, 간식 챙겨주고, 청소해놓고, 수업 준비하고 부리나케 출근하거든요. (D)”).

그 과정에서 연구참여자들은 극심한 피로감과 소진을 호소하였다. 이들은 신체적·심리적 재충전을 위해 잠이 나면 잠을 자면서 신체적 피곤함을 보충하였고, 짧은 시간이라도 잠시 숨돌릴 수 있는 시간을 마련하기 위해 노력하였다.

“5시에서 6시까지 아침준비하고 집안일 해놓고 점심에 밥먹을 것같은거 간식같은 거 준비해놓고 그 다음 여섯시에 운동가요. 애들 케어하고 밀린 집안일이라 하려고 하면 그 시간 밖에 시간이 안나요. 이 상황에서 어떻게든 좀 에너지를 내겠다고.. 그거라도 해야지 조금 나를 위한 시간이라던지... (M)”

“저한테는 출근하느라 운전하는 딱 1시간이 쉬는 시간인거예요. 그때는 온전히 운전만 하면 되니까... 제가 좋아하는 라디오 주파수를 찾아서 그거를 좀 크게 틀어놓고 노래를 따라부른다든지... (C)”

이들에게 운동은 코로나 19 상황에서 일과가정을 지켜내기 위한 필사적인 노력이었고, 가정을 돌보는 과정에서 소진이 되어버린 몸과 마음을 추슬러 살기 위한 몸부림이었다.

“개인적으로는 제가 너무 심리적으로 좀 스트레스를 받다보니까 운동을 해야겠다는 생각이 들어서 운동을 시작하게 됐어요. 땀 뽀니 오기도 하고... (B)”

“피곤해요. 정말 자도자도 피곤한게 이게 엄마더라고요. 쉬는 날 하루종일 자야 돼요. 그래야 좀 충족이 돼. 그래야 일주일 또 견디고. 하루종일 자요. (E)”

“운동은 진짜 좀 살려고 하는 것 같아요. 너무 살도 많이 찌고 건강이 안 좋아져서... (I)”

## 2) 심리적 버팀목이 되는 여가

연구참여자들은 일과 가정을 양립하는 과정에서 스트레스와 조절되지 않는 짜증, 분노감 등을 겪고 있었으며, 자녀의 학습이나 진로 그리고 자신의 경력 등에 대해 불안해하고 있었다. 그러나 이들은 코로나 19 상황이 언제 끝날지 알 수 없으며, 이런 상황에서 삶에 대한 통제감을 갖는 것이 어렵다는 것을 자각하게 되었다. 이들은 자신이 겪는 두려움, 혼란스러움, 분노, 스트레스 등을 안정화시키기 위해 종교활동, 명상, 수련 등의 여가활동을 하고 있었다. 이것은 워킹맘들에게 심리적 버팀목이 되고 있었다.

“염불을 되게 좀 절박하게 했었던 것 같아요... 되게 두려운 마음이란 어떻게 해야 할지 혼란스러운 마음상태가 계속 됐었는데 염불하는 동안에는 좀 벗어날 수 있었던 것 같아요. 계속 그 자리에 버티게 할 수 있었던 버팀목... (J)”

## 3) 하루의 고단함을 위로하는 혼술

유아를 둔 워킹맘은 초등자녀를 둔 워킹맘에 비해 자녀돌봄의 부담이 더욱 크다. 같이 놀아줘야 하고, 일일이 살펴봐줘야 하는 등 한시도 눈을 뗄 수 없고, 보호자가 함께 있어야 한다.

“애들이 어린이집을 안가고 하니깐 제가 다 카바하기가 좀 많이 힘들어가지고... 문화센터 이런 것들이 하나도 안해서 정말 갈 곳이 없고 집에만 데리고 있는 거예요. 진짜 힘들더라고요. 애도 심심하고 저도 집에서 있으면 애를 한결같이 대할 수는 없더라고요. (I)”

유아를 둔 워킹맘 연구참여자들은 아이들이 취침을 하고 난 이후에야 겨우 휴식을 취할 시간을 가질 수 있다고 하였다. 이들은 혼술을 하면서 지치고 답답한 마음을 스스로 위로하는 시간을 가졌다.

“술이 많이 늘었어요 정말... 혼술.. 정말 두배는 늘은 것 같아요. 답답하니까. (G)”

“저녁에 이제 술을 먹는거죠. 저희 아이가 선생님한테 저희 엄마는요 저희만 자면요 닭발에 맥주를 먹어요 그랬다는 거예요. 유일한 시간이 애들 자고 10시부터.. 이제 술이 늘은 것 같아요. (I)”

## 3. 가족여가의 활성화

사적 모임의 제한으로 배우자의 귀가시간이 빨라지게 되면서 배우자의 가사참여가 증가하였다. Del Boca, Oggero, Profeta, & Rossi(2020)는 남성의 가사참여가 증가하였으나 집안일에 참여하기 보다는 자녀와 놀아주기과 같이 양육관련 참여가 증가하였다고 하였다. 본 연구에서도 이러한 경향이 뚜렷하게 드러났는데, 배우자가 집에 일찍 들어오게 되면서 자녀와 함께하는 가족여가가 활성화되는 경향을 보였다.

### 1) 일상적 가족여가의 확대

코로나 19 상황 동안 TV, 영화시청, 산책 등과 같이 큰 노력없이 쉽게 참여할 수 있는 일상적 여가가 확대되는 양상을 보였다.

다수의 연구참여자들이 배우자와 자녀들이 치킨 등의 배달음식을 시켜놓고 영화를 보는 시간이 증가하였고, 자녀들이 좋아하는 분야의 영화나 드라마, 유튜브 등을 함께 시청한다고 구술하였다. 연구참여자들은 이러한 여가활동으로 인해 자녀와의 관계가 이전보다 좋아졌으며, 자녀에 대해 더욱 이해하는 시간을 가질 수 있었다고 보고하였다.

“첫째 같은 경우는 저와 드라마 장르코드가 동일해요. 예전에는 학교가고 학원가고 저랑 있는 시간이 하루에 기껏해야 2,3시간이었다면 지금은 그 시간이 많다 보니까 그 시간동안 공통된 어떤 그런 취미생활 그런 걸로 조금 더 돈독해진 것 같아요. (C)”

“그냥 넷이서 서로 몰랐던 점들을 함께 오래 붙어 있으니까 조금 더 잘 알게 된 점들이 있긴 한 것 같아요. 그게 좋은 점이든 나쁜 점이든. 근데 그건 저는 좋은 것 같아요. (L)”

“둘째가 게임을 발견했어. 자기가 개발했어 하면 그 게임을 같이 하기도 하고... 같이 또 아이들이 봤던 일본 애니메이션 뭐가 재밌다 그러면은 같이 보면서 대화를 엄청했죠... 같이 대화를 나눌 수 있고 애네가 뭘 좋아하는지 요즘의 관심사가 뭔지 이런거를 같이 할 수 있었던거 이런거가 좀 좋았던거 같아요. (D)”

연구참여자들은 남편과 함께 산책하면서 얘기할 수 있는 기회가 생겼고, 남편과의 유대감도 이전보다 나아졌다고 구술하였다.

“아빠가 오면 내가 좀 신경써서 밥을 챙겨야 되는 건 약간 스트레스는 있지만 그래도 밥 먹고 나서는 이제 뭔가 아이들을 케어 하기도 하고 그 다음에 이렇게 같이 산책을 하거나 나의 열받았던 이야기를 이렇게 들어줄 사람이 있으니까... (D)”

## 2) 가족식사시간의 귀환

연구참여자들은 코로나 19 전후 가장 변한 것 중 하나로 가족들이 함께 식사하는 빈도가 증가하였으며, 가족식사시간이 중요한 여가시간이 되었다는 점을 꼽고 있다.

청소년 자녀가 있는 연구참여자들은 코로나 19 이전에 비해 밥 시간대에 가족이 이야기를 더욱 하게 되었으며, 하루 일과를 공유하고 각자의 관심사를 이야기할 수 있는 시간을 갖게 되었다고 하였다.

“전에는 한자리에서 밥을 먹는 경우가 거의 없었거든요. 근데 아이들과 저녁을 같이 먹고 이야기 나누고 하니까 그 시간이 조금

대화를 많이 나눴던 것 같아요. (M)”

## 3) 증대된 균형가족여가의 확대

Freeman & Zabriskie(2003)는 안정성과 동시에 변화를 추구하고자 하는 가족의 욕구를 충족하기 위해 이러한 일상적 여가 뿐만 아니라 캠핑, 낚시, 테마파크 등 평범하지 않고 신선하고 새로운 균형가족여가(balance family leisure)가 필요하다고 하였다. 코로나 19상황이 되면서 일상적 가족여가(핵심가족여가, core family leisure)가 확대되고 여행 등 균형가족여가의 기회가 축소되었다. 그러나 이 와중에도 제한된 범위 안에서 균형가족여가를 추구하고자 하는 흐름이 드러나고 있었다.

가장 대표적인 것이 자연 속에서 즐길 수 있는 지역기반 캠핑이었다. 집근처에 있는 공원, 가까운 숲이나 운동장, 계곡 등에 텐트와 먹거리를 들고 가서 짧은 시간 동안 고기구워먹고, 마음껏 뛰어놀 수 있고, 잠깐 마스크도 벗을 수 있는 시간을 즐겼다. 연구참여자들은 이런 활동을 통해 신선함과 개방감을 느낄 수 있었으며, 하고 싶었으나 미루어왔던 캠핑을 하게 된 것에 대해 긍정적인 마음을 보고하기도 하였다.

“대중적으로는 못노니 따로 우리들끼리 그렇게 놀아보자 해서 그냥 좋은 공간에 가서 고기구워 먹는다든가 그냥 텐트가지고 간단히 나가서 잠깐 잠깐 아무도 없는데 가서 놀고 오고 그게 좋았던 것 같아요.. 첫째 어렸을 때 캠핑용품 샀는데 한 번도 안 썼어요. 최근에 가장 많이 써왔던 것 같아요. (F)”

## 4) 축소된 개인여가와 여가동기 감소

코로나 19 동안 가족여가가 확대된 것에 비해 개인여가는 축소되는 양상을 보였다. 부모와 어린 자녀가 함께 하는 여가활동에서는 대부분 자녀의 욕구와 필요를 우선하게 되며, 부모에게 가족여가는 자녀돌봄의 연장선상에 놓일 수 있다(Kelly, 1993; Shaw & Dawson,



2001). 따라서 개인여가와 가족여가간 균형을 잡는 것이 필요한데, 코로나 19로 인한 극심한 여가제약으로 인해 워킹맘이 개인여가시간을 갖거나 여가동기를 유지하는 것은 쉬운 일이 아니었다.

연구참여자들은 동네산책을 하거나 음식구매를 하면서 겸사겸사 온라인쇼핑을 하거나 혹은 드라이브를 잠깐 하고 오는 것 등의 개인여가를 보내고 있었다. 성장을 위한 욕구도 온라인 교육 등을 통해 최소한의 충족을 하고 있는 것으로 보였다.

“밤에 그냥 걷기 운동정도? 그게 무슨 의미인지는 모르겠지만... 잠깐 걸으면서 사람 구경도 하고... (F)”

“내가 공부하고자 하는 것들을 유튜브에서 많이 찾아낼 수 있더라구요... 그런데 악기도 이제 유튜브로 그냥 코드로 봐야 하나까 조금 밋밋해서 그것도 배우고 싶다는 생각은 있는데 자꾸 이게 불규칙적으로 될까 봐...자꾸 망설여지기는 해요. (M)”

장기간 여가제약이 지속되면서 연구참여자들은 여가동기가 감소하였고, 어렵게 운동할 수 있는 시간을 내어도 코로나 상황에 따라 시설이 개폐되면서 운동을 해야겠다는 마음을 지속하기 어려워 결국 중단하였다고 보고하였다.

“합창단에 있었는데 코로나로 인해 연습을 1년 이상 안하다보니까... 매주 화요일마다 모혀서 연습하던 것이 1년 넘게 안하다보니까... 처음에는 하고싶다 가고싶다 그리웠는데 지금은 진짜 가기 싫다, 부르더라도 가기 싫다 이런 생각이 들 때가 있어요. (A)”

“피트니스를 끊었었는데요. 계속 코로나 때문에 멈췄다가 다시 가고 이렇게 잠깐 잠깐 갔다가 나중에는 그냥 몇 달 남은 거 두 달 남은거는 없었어요. 그냥 안가고... (D)”

#### 4. 온라인 플랫폼 활용 여가

##### 1) 디지털 여가의 일상화

코로나 19는 어느날 갑작스럽게 우리에게 찾아왔다. 그동안 당연하게 할 수 있었던 여가생활을 하지 못하게 되는 상황이 발생하였고, 워킹맘들은 아이들과 집이라는 좁은 공간에 오랜 시간 함께 있으면서 이들과 노는 방법을 고민해야만 했다(“온전히 집에서 하루종일 이 시간을 어떻게 하면 조금 알차게 보낼까 이렇게 생각해야 하는데 나도 그런적이 없었다 보니까...모르겠고... (B)”).

다양한 온라인영상과 어플, 넷플릭스 등 스마트폰기기를 활용한 디지털 여가는 코로나 19 상황에서 워킹맘들이 아이들과 함께 놀 수 있는 다양한 콘텐츠를 제공해 주었다.

“놀이를 알려주는 어플이 있더라고요. 가족끼리 할 수 있는 거요. 그런 잡다한 게임 같은거 다 찾아서 해보고 그랬어요. (H)”

“유튜브에서 춤 이렇게 마스터 하면서 애들하고 저녁시간에 운동 겸 놀이겸 해가지고 춤을 추고 보냈고... 동영상도 찍었구요. 애들이랑 매일 홈트를 했죠. 알람을 맞춰놓고 매일 플랭크를 해요. (L)”

##### 2) 온라인소비의 증가

코로나 19 상황 동안 배달 및 온라인 쇼핑 등이 빠르게 발전하였다(조한별, 2021). 사혜지, 이원상과 이봉규(2021)는 코로나 19 기간 동안 식품, 음식, 소비, 선결제, 온라인, 쇼핑 등을 키워드로 하는 집단이 소비의 주요 집단으로 등장하였다고 하였다. 본 연구의 참여자들 대부분도 외식을 거의 못하는 대신 음식이나 식자재를 배달시켜 먹게 되면서 비용지출이 급격히 증가하였다고 하였다.

“밀키트, 냉동식품.. 식비가 어마어마하게  
는 것 같아요. 외식을 안하니까 그걸로 쓰는  
거죠. (H)”

종류의 다양화와 서비스의 최신화가 빠르게  
진행되면서 온라인쇼핑은 삼시세끼를 준비해  
야 하는 워킹맘의 가사일을 도와줄 뿐만 아니  
라 기분전환을 위한 여가활동이 되었다.

“아무래도 외출보다는 집에 있는 시간이 많  
다보니깐... 온라인 쇼핑이라든가 이런거를 많  
이 접하게 되더라고요. 그래서 필요없는 물건  
도 구매하게 되고... 홈쇼핑도 이용하고.. 소  
셜... 공동구매 같은 것도 하게 되고... (B)”

## 5. 변화된 사교활동

### 1) 적극적인 온라인교류

코로나 19 상황이 되면서 연구참여자들은  
아이엄마들이나 지인·가족들과 거의 만날 수  
없는 상황이 되었다(“애기 친구엄마들은 아예  
못만나는 거죠(K)”, “엄마들은 아이들 재우고  
나서 만날수가 있잖아요. 근데 10시 제한이 있  
다보니깐 다 없어졌어요(G)”). 그러면서 대안  
적으로 카톡이나 전화, 줌을 통해 연락을 취하  
고 있었다.

그러나 코로나가 진행되면서 이들은 인간관  
계의 중요성과 가족들이 건강하다는 것이 갖는  
소중함을 인식하게 되었으며(“사람들의 얼굴을  
온전히 볼 수 있는게 너무 행복한 시간이었다  
는 걸 알게 되었어요.(B)”), 소극적인 형태의  
연락에만 그치지 않고 좀 더 적극적인 온라인  
교류를 시도하였다. 예를 들어 가족, 지인, 부  
모님에게 코로나 전보다 더 자주 전화를 하고  
관심을 표현하였으며, 각자 커피나 맥주 한잔  
씩을 들고 줌으로 랜선모임을 하면서 일상의  
스트레스를 이야기하였다.

“코로나가 되면서 가족의 건강이나 서로  
의 안부나 지인들이나 친척... 가깝게는 부모  
님 이런 부분들에 대해서 좀 더 생각하게 됐  
던 것 같아요... 주변에 좋은 사람들하고는 꾸  
준히 연락하고 지냈고 더 자주 전화해서 건  
강이나 안부를 물었던 것같고... (K)”

“엄마들이랑 줌으로 만나서 커피를 한잔  
씩 들고, 심지어는 맥주를 한잔씩 들고 만난  
적이 몇 번 있었어요... 시간을 정해놓고 누  
군가가 줌을 오픈해가지고 같이 이렇게 모  
임을 가졌던게 몇 번 있었어요. (L)”

### 2) 새로운 성장의 통로

코로나 초기, 연구참여자들은 지인들과 전화  
나 카톡을 하면서 최소한의 교류를 유지하는  
정도였으나, 코로나 19가 진행되는 과정에서  
오히려 그동안 만남이 뜸했거나 만나기 어려웠  
던 사람들과 온라인 학습모임을 구성하면서 성  
장과 친목도모의 기회를 마련하였다.

“옛날에 같이 영어공부했던 엄마들이 있는  
데 최근에 영어공부 다시 하자 해서 영어책 같  
이 읽는 모임 만들었어요. 줌으로 정해진 시간  
에 만나서 이야기나누고... 기회가 되면 오프  
라인 상에서 비정기적으로 만나고... 온라인이  
랑 오프라인이랑 서로 보완하면서... (A)”

“지인분이 온라인상에서 만나지 않아도  
각자 책을 읽을 수 있으니까 하루에 한권 책  
읽기 이렇게 해가지고 100권 챌린지를 했거  
든요. 하루에 한권 책읽기를 해서 단톡방을  
만들어서 매일 자기가 읽은 책 목록을 이렇  
게 올리거든요. (L)”

## IV. 논의

본 연구는 코로나 19 상황 동안 워킹맘의 여  
가생활 현상을 분석하고, 코로나 19 이전에 비

해 여가생활이 어떻게 변화하였는지를 탐색하는 것을 목적으로 하였다. 이를 위해 유아·초등 자녀를 둔 시간제 및 전일제 워킹맘들을 대상으로 이들이 코로나 19 상황 동안 여가생활을 어떻게 보냈는지를 심층면담을 통해 확인하였다. 그 결과, 5개의 구성요소와 14개의 하위구성요소가 추출되었다. 추출된 구성요소들에는 워킹맘의 고유한 특성을 반영한 부분과 코로나 19 상황을 견뎌오는 상황에서 일반인들이 보편적으로 겪는 일반적 특성이 함께 도출되었음을 확인할 수 있었다.

먼저, 워킹맘의 상황을 반영한 여가생활의 특징으로 ‘코로나시대, 워킹맘의 박탈된 여가와 소진’, ‘일과 가정의 양립을 위한 생존여가’가 도출되었다.

구체적으로 살펴보면, 코로나 발생 이후 잦은 휴교와 휴원을 거듭하면서 워킹맘들의 역할 갈등이 가중되고 있다. 코로나 19상황 동안 이러한 경향성은 더욱 심화되어 개인 여가시간을 전혀 가질 수 없는 상황까지 이른 것으로 드러났다. Deshpande(2021)의 중단연구결과도 이를 뒷받침하였다. 즉, 코로나 직후 남성과 여성 모두 가사·돌봄의 시간이 증가하였으나, 코로나가 진행되면서 남성의 가사·돌봄시간은 줄어드는 반면 여성은 여전한 증가추세를 보였다고 하였다. 또한 사교활동 등의 여가생활도 남성에게 비해 급격히 감소하는 추세를 보였다.

연구참여자들은 일과 늘어난 가사·돌봄을 양립하기 위해 빡빡하게 짜여진 하루 일과를 보내야 했고, 그 과정에서 개인시간을 가질 수 없었으며, 그동안 어렵게 해왔던 성장을 위한 활동도 중단할 수밖에 없었다고 하였다. 이들의 여가활동은 가중된 노동으로 인해 지친 몸과 마음에 숨돌릴 틈을 주는 짧은 시간뿐이었다. 잠깐 카페에 가서 혼자만의 시간을 갖거나 잠을 줄여 운동시간을 마련하거나 아이들이 자고 난 후 혼술을 하면서 휴식을 취하는 것이었다. 워킹맘들이 개인적으로 고군분투를 해도

언제 끝날지 모르는 1년 반 이상의 긴 코로나 기간은 워킹맘들이 마음을 다잡기 어려운 긴 시간이었다. 이들은 목상, 염불, 기도, 명상 등과 같이 내면을 다스리고 성찰하는 여가활동을 심리적 버팀목 삼아서 견뎌내고 있었다. 이러한 경향성은 시간제 워킹맘보다 전일제 워킹맘의 경우에 더 명백하게 드러났다.

통계청(2020)과 김원정(2020)의 자료에 따르면, 코로나 19로 인해 교육서비스업, 대면접촉 기반사업 등이 가장 큰 타격을 입고, 특히 단순노무직, 임시직, 시간제로 일하고 있는 여성들의 일자리가 상대적으로 더욱 위협을 받는다고 하였다. 본 연구에서 시간제 워킹맘 연구 참여자들도 고용불안정이 심화된 양상을 보이고 있었다. 연구참여자의 상당수가 방과후교사 등 교육업과 영업직 혹은 소규모 기업에 종사하였으며, 코로나 19로 인해 일이 급격히 축소되는 경험을 하였다. 이들은 이직을 위한 노력을 꾸준히 해오고 있었으나 코로나로 인해 중단하게 되었으며, 다른 일을 시도하였으나 좌절되는 경험을 해야 했다. 때로는 월급을 적게 받으면서 상황이 호전되기를 기다리며 버티고 있었다.

시간제 워킹맘은 전일제 워킹맘보다 자녀·돌봄의 시간이 상대적으로 많아서 자녀와 함께 여가시간을 보낼 수 있었으며, 코로나로 일이 줄어서 이참에 자녀와 더 시간을 보내야겠다고 생각하면서 마음을 잡았다고 보고하기도 하였다.

코로나 19의 재난 상황은 전 세계 모든 이의 삶에 지대한 영향을 미쳤으며, 이러한 특성들은 본 연구의 결과를 통해서도 발견할 수 있었다. 가장 두드러진 변화는 가족이 함께 집에 머무르는 시간이 많아지면서 가족여가가 활성화되었다는 점이다. Freeman & Zabriskie(2003)는 ‘핵심과 균형 가족여가(core and balance family leisure)’ 개념을 제안하면서, 안정성을 추구하고자 하는 가족의 욕구를 충족하기 위해 핵심가족

여가가 필요하고, 가족이 변화·발전하고자 하는 욕구를 추구하기 위해 균형가족여가가 필요하다고 하였다. 본 연구결과, 코로나 19 상황으로 인한 심각한 여가제약으로 인해 가족여가가 영화 등과 같은 정적인 일상적 여가를 중심으로 확대되는 경향을 보이고 있었다.

그러나 코로나 상황이 지속되면서 연구참여자들은 근린지역으로의 캠핑이나 텐트, 간단한 먹거리를 들고 공원으로 소풍을 나가는 등의 ‘중재된 균형가족여가’를 함으로써 안정성과 신선함을 추구하고자 하는 가족욕구를 충족하고 있었다. 이와 유사한 맥락으로 DU et al. (2021)도 다른 사람에게 노출되는 위험을 최소화하면서도 적극적인 야외활동을 할 수 있는 여가협상의 하나로 공원방문이 증가하고 있다고 하였다.

두 번째 일반적인 변화로, 스마트기기와 온라인 플랫폼을 활용한 디지털 여가가 코로나 19 여가생활의 보호요인이 되었다는 것이다. 연구참여자들은 외부활동 및 대면접촉의 제한과 가족들이 함께 집에 있는 시간의 증가로 인해 집에서 할 수 있는 여가활동을 찾아야 했다. 온라인 영상 및 어플, 넷플릭스 등과 같은 디지털 여가는 연구참여자들이 코로나 19상황 속에서도 여가생활을 할 수 있도록 도움을 준 보호요인이었다. 다양한 온라인 쇼핑은 삼시세끼 밥을 차려야 했던 워킹맘의 가사노동을 도와주었으며, 짬짬이 쉬면서 시간을 보낼 수 있는 여가생활이었다.

Du et al. (2021)은 연구를 통해 코로나 시기 동안 많은 사람들이 기술기반 개입과 온라인 플랫폼 등을 활용하여 집에서 적극적인 여가를 하면서 여가동기를 관리하고 있음을 보고하였다(Du et al., 2021). 워킹맘을 대상으로 한 본 연구에서는 DU et al. (2021)의 연구처럼 다양한 스마트기거나 온라인 플랫폼, 어플 등을 적극적으로 사용한다는 보고는 부족하였으나, 보호요인으로서의 디지털 매체의 중요성에 대

해서는 확인할 수 있었다.

마지막으로, 코로나 19 상황 동안 전화, 카톡, 줌 등의 비대면 온라인 교류방식이 중요해졌다. 코로나 19 초기에 이것들은 대면 사교활동의 대안적인 방법에 불과하였다. 그러나 코로나 상황이 지속되면서 연구참여자들은 보다 적극적이고 새로운 사교활동의 한 형태로 온라인 교류를 하기 시작하였다.

예를 들어, 코로나 발생 이전보다 더욱 꾸준히 연락을 취하고 안부와 관심을 표현하였으며, 마치 현장에서 함께 차나 맥주를 마시는 것같이 랜선모임을 가졌다. 만나기 어려웠던 사람들과 온라인 화상 플랫폼을 통해 독서나 학습 등의 모임을 구성하여 새로운 형태의 만남을 시도하기도 하였다.

지금까지 코로나 19상황에서 워킹맘의 여가생활의 현황을 살펴보았다. 본 연구결과가 갖는 함의를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 코로나 19로 인한 여가제약이 극심한 상황에서 사람들의 여가생활은 급격하게 변화할 수밖에 없었다. 특히 코로나 19로 역할갈등이 심각해진 워킹맘의 여가생활은 더욱 그러할 수밖에 없다. 그러나 코로나 19와 여가생활실태에 관한 연구가 거의 수행되지 않았으며, 특히 워킹맘의 여가현상을 살펴본 연구는 거의 없었다. 본 연구는 워킹맘이 겪고 있는 특수현상과 다른 사람들도 겪고 있는 일반적 현상을 함께 발견할 수 있으며, 이는 향후 워드 코로나, 에프터 코로나 여가정책을 발굴하는데 기초자료가 될 것이다.

둘째, 본 연구는 유아·초등자녀를 1명 이상 둔 전일제·시간제 워킹맘을 대상으로 하였다. 심층면접 결과, 가사돌봄의 시간이 증가하였고, 개인여가가 축소된 형태를 보이고 있기는 하였으나 그 안에서도 집단내 차이가 있었다. 즉, 유아자녀를 둔 워킹맘과 전일제 워킹맘이 초등자녀를 둔 워킹맘이나 시간제 워킹맘에 비해 심리적·신체적 어려움을 더욱 보고하였으

며, 삶을 유지하기 위한 기초적이고 생존적인 여가활동의 특성을 갖고 있었다.

셋째, 코로나 19 상황이 지속되면서 워킹맘들은 디지털 매체와 보다 친숙해졌다. 그러나 음식구매 등 온라인쇼핑과 아이들과 함께 홈트하기 등과 같이 가사 및 육아활동과 관련하여 증가하였다. 반면 인스타그램과 같은 SNS를 적극적으로 활용하거나, 집안에서의 적극적인 여가활동을 위한 스마트 기기의 활용도 제한적인 경향을 보였다. 역할갈등으로 인한 여가계약이 심한 워킹맘들에게 디지털 여가는 새로운 대안이 될 수 있다. 따라서 워킹맘을 대상으로 이와 관련한 여가교육과 지원이 필요하다고 판단된다.

마지막으로, 코로나 상황이 진행됨에 따라 여가생활에서 긍정적인 모습들을 발견할 수 있었다. 가족여가가 확대되고 잃어버렸던 가족식사 시간을 되찾게 되면서 가족간에 유대감을 더 쌓을 수 있었고, 부모자녀 간 관심사를 공유하고 이해하는 시간을 가질 수 있었다. 그동안 생각만 하고 실행에 옮기지 못했던 캠핑이나 운동을 시작할 수도 있었고, 새로운 형태의 온라인 사교활동이 출현하기도 하였다. 온라인 플랫폼을 활용한 디지털 여가의 확대도 주요한 변화이다. 에프터 코로나 시대에도 이러한 긍정적인 변화가 지속될 수 있을 것이라 예상된다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 유아·초등학생 자녀를 한 명 이상 둔 워킹맘 13명을 대상으로 심층면접을 실시하였으며, 코로나 19 상황에서의 워킹맘의 여가생활을 탐색적으로 살펴보는 것을 목적으로 하였다. 이에 대한 결론을 정리하면 다음과 같다.

첫째, Giorgi(2002)가 제시한 4단계의 현상학적 분석방법을 활용하여 심층면접 자료를 분석한 결과, 5개의 구성요소, 14개의 하위구성

요소, 203개의 의미단위를 추출하였다.

둘째, 워킹맘의 여가생활에 대한 5개의 구성요소 중 워킹맘에게 더욱 두드러지는 특성들과 코로나 19를 겪는 사람들에게 공통적으로 드러나는 일반적 특성들이 있음을 확인하였다.

셋째, ‘코로나 시대, 워킹맘의 여가박탈과 소진’이 워킹맘의 주된 여가현상으로 드러났으며, 소진된 몸과 마음을 회복하고 일과 가정의 양립을 절박하게 해내기 위한 ‘생존여가’가 도출된 주요 구성요소이었다.

넷째, 코로나 상황동안 ‘가족여가의 활성화’ 현상이 두드러졌다. 집에서 쉽게 참여할 수 있는 일상적 가족여가가 일반적이었으나 중재된 균형가족여가도 보고하고 있었다. 이는 핵심과 균형가족여가를 향유하기 위한 여가타협의 한 현상으로 볼 수 있다.

다섯째, ‘온라인 플랫폼을 활용한 여가’와 적극적이고 새로운 온라인 교류방식을 통한 ‘변화된 사교활동’의 현상도 도출되었다. ‘가족여가의 활성화’, ‘온라인플랫폼을 활용한 여가’, ‘변화된 사교활동’은 정도의 차이는 있을 수 있으나 코로나 19상황동안 많은 사람들이 경험하는 일반적 여가의 특성이라고 사료된다.

본 연구의 제한점을 토대로 후속연구에 대한 제언을 할 수 있다. 먼저, 코로나 19와 같은 재난상황에서는 제약을 더욱 심각하게 받는 계층에 대한 관심과 연구가 필요하다. 워킹맘은 그 중의 한 집단에 해당한다. 본 연구를 통해 워킹맘의 집단내 차이에 따라 여가경험과 제약의 수준이 다름을 알 수 있었다. 그러나 워킹맘도 자녀수, 자녀연령, 근무형태 및 방식, 그리고 직종 등에 따라 여가경험의 차이가 있을 것이다. 따라서 워킹맘의 집단 내 차이를 고려한 보다 세밀한 연구가 수행될 필요가 있다. 예를 들어 워킹맘의 근무형태인 전일제와 시간제를 분류하여 여가경험을 분석할 수 있다. 또한 직종, 재택근무와 같은 다양한 업무형태와 자녀 연령대의 구성(유치원과 초등학생 자녀 또는 그 이상의

자녀, 혼합) 등에 따른 일, 가정(육아), 여가경험의 차이를 분석할 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구는 워킹맘의 여가생활에 대한 연구가 부족하였고, 이들의 여가생활을 있는 그대로 추출해내는 탐색적인 연구가 필요하였기 때문에 질적 연구방법을 활용하여 결과를 도출하였다. 이와 같은 연구방법은 워킹맘의 여가경험을 있는 그대로 탐색적으로 도출한다는 장점이 있으나, 워킹맘의 하위 집단 간 차이에 대한 통계적 유의성을 확인하기는 어렵다. 따라서 추후 연구에서는 추출된 구성요소와 하위 구성요소를 토대로 워킹맘의 유형, 성별, 세대에 따라 여가생활에 어떤 양적인 차이가 있는지를 확인할 필요가 있겠다.

셋째, 본 연구를 통해 워킹맘에게 더욱 두드러지는 특성들과 코로나 19를 겪는 사람들에게 공통적으로 드러나는 일반적 특성들을 확인할 수 있었다. 이러한 결과들은 워킹맘의 가족(자녀양육)과 여가생활 지원을 위한 정책결정의 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

마지막으로, 본 연구를 통해 코로나 시대를 거치면서 긍정적으로 변화하는 여가의 모습을 확인할 수 있었다. 추후 연구에서는 이들 여가 현상 각각을 좀 더 심도 있게 살펴봄으로써 포스트 코로나 시대 여가의 방향을 도출할 수 있을 것이라 기대한다.

## 참고문헌

김원정(2020). 젠더 관점에서 본 코로나19 일자리 위기와 정책 대응 과제. KWDI Brief, 1-13, 서울: 한국여성정책연구원.  
 노성숙, 한영주, 유성경(2012). 한국에서 워킹맘으로 살아가기. *한국심리학회지*, 24(2), 365-395.  
 문은미(2014). 여성노동자 50년, 여공에서 워킹맘 까지. *여성이론*, 31, 188-205.  
 사혜지, 이원상, 이봉규(2021). 코로나 블루와 여가

활동: 한국 사례를 중심으로. *인터넷정보학회논문지*, 22(2), 109-121.  
 사혜지, 한지훈(2021). 코로나 19 와 여가제약: 위계적 여가제약 모델 검증. *한국체육학회지*, 60(1), 387-400.  
 손영미(2021). COVID-19와 여성의 일과 가정의 양립. 2021학년도 하계 한국상담학회, 생애개발상담학회 학술발표자료집.  
 은기수(2020). 코로나 19 팬데믹과 자녀 돌봄의 변화. *노동리뷰* 11월호, 35-49.  
 이남희(2021). 워킹맘의 가족관광 경험에 대한 현상학적 연구. *관광연구*, 36(1), 137-160.  
 이보람, 이강이. (2021). 코로나바이러스감염증-19로 인한 공교육 원격수업에 대한 학부모의 인식과 자녀교육 지원현황. *가정과 삶의 질 연구*, 39(2), 63-78.  
 조한별(2021). 토픽모델링 분석기법을 활용한 코로나19 전·후 온라인 쇼핑물 트렌드 변화 분석: 2019~2020년 뉴스빅데이터를 중심으로. *숭실대학교 정보과학대학원 석사학위논문*.  
 통계청(2020). *경제활동인구조사*. 서울: 통계청.  
 Boreli, J.L., Nelson, S.K., River, L. M., Birken, S.A., & Moss-Racusin, C. (2017). Gender differences in work-family guilt in parents of young children. *Sex Roles*, 76(5-6), 356-368.  
 Del Boca, D., Oggero, N., Profeta, P., & Rossi, M. (2020). Women's and men's work, housework and childcare, before and during COVID-19. *Review of Economics of the Household*, 18(4), 1001-1017.  
 Deshpande, A. (2021). The Covid-19 pandemic and gendered division of paid work, domestic chores and leisure: evidence from India's first wave. *Economia Politica*, 1-26.  
 Du, J., Floyd, C., Kim, A. C., Baker, B. J., Sato,

- M., James, J. D., & Funk, D. C. (2020). To be or not to be: Negotiating leisure constraints with technology and data analytics amid the COVID-19 pandemic. *Leisure Studies*, 40(4), 561-574.
- Freeman, P., & Zabriskie, R. B. (2003). Leisure and family functioning in adoptive families: Implications for therapeutic recreation. *Therapeutic Recreation Journal*, 37(1), 73.
- Giorgi, A. (2002). The question of validity in qualitative research. *Journal of Phenomenological Psychology*, 33(1), 1-18.
- Kelly, J. R. (1993). Leisure-family research: Old and new issues. *World Leisure and Recreation*, 35(3), 5-9.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. CA: Sage.
- Shaw, S. M., & Dawson, D. (2001). Purposive leisure: Examining parental discourses on family activities. *Leisure studies*, 23, 217-231.