

## 대학생들의 생활시간 사용실태 조사 및 분석

조 동 필\* (상명대학교 소비자학전공 박사과정)

서 인 주 (상명대학교 소비자주거학과 강사)

두 경 자 (상명대학교 소비자주거학과 교수)

우리의 삶은 시간의 연속이다. 즉 삶이 시간 자체라고도 할 수 있다. 그러나 시간을 통제할 수 있는 것은 오직 24시간이라는 주어진 시간 양의 분배와 조절에 의한 것이며, 그 양을 늘리거나 줄일 수는 없다. 따라서 누구에게나 공평하게 주어진 시간이지만 시간 사용은 개인의 능력에 따라 차이가 있다. 특히 자유재량시간이 늘어나고 있는 현대사회를 고려한다면 시간사용의 의미는 더욱 중요해진다.

이에 본 연구는 비교적 자유재량 시간이 많아 시간관리의 필요성이 증가하는 시기인 대학생을 대상으로 생활시간사용 실태를 파악해 봄으로써 대학생들의 생활을 조명하고 생활시간사용의 문제점 및 개선점을 제시하여 향후 효율적 시간관리방안을 모색하는데 기초자료를 제공하고자 실시하였다.

대학생의 시간사용실태를 조사하기 위하여 설문지를 사용하였으며 예비조사를 거쳐 2004년 4월 6일부터 4월 19일 까지 본조사를 실시하였다. 설문지는 사회인구학적 배경 5문항과 생활시간사용일지 7일 분으로 구성되었으며 생활시간사용 기록은 15분 간격의 눈금이 표시된 조사표에 1일 행동을 시간에 따라서 일기처럼 기록하게 하였다. 기록은 자신이 직접 기록하는 자기-기록식(self-recoded)방법을 사용하였다. 자료분석은 SAS-PC 프로그램을 이용하였으며 그 결과는 다음과 같다.

대학생들의 전반적 생활시간 사용실태를 살펴보면 생활필수시간으로 10시간 36분(44%), 노동시간으로 약 6시간(25%), 이동시간으로 1시간 48분(8%), 여가시간으로 5시간 36분(23%)을 사용하는 것으로 나타났다. 이를 주중과 주말로 비교해본 결과 주중은 주말보다 노동시간, 이동시간 사용이 많았고 주말은 주중보다 여가시간, 생활필수시간의 사용이 많았다.

사회인구학적 특성에 따른 영역별 생활시간을 분석한 결과 경제적 지위에 따른 생활필수 시간만이 유의한 것으로 나타났다( $p < .05$ ). 이를 주중과 주말로 나누어 살펴본 결과 주중에는 전공, 거주형태에 따른 노동시간과 경제적 지위에 따른 생활필수시간이, 주말에는 전공에 따른 생활필수시간이 유의한 것으로 나타났다.

이러한 결과들은 대학생들의 생활을 조명하고 생활시간 사용의 문제점 및 개선점을 제시함으로써 대학생들의 생활시간활용을 위한 후속연구의 기초 자료로 활용될 수 있을 것이며 대학생의 생활시간을 체계화할 수 있는 방안을 모색하는데 도움이 될 것으로 사료된다.