

## 직장인의 시간관리행동 및 유형화 연구

채 화 영\* (서울대학교 소비자아동학부 조교)

이 기 영 (서울대학교 소비자아동학부 교수)

본 연구는 시간의 가치가 상승하여 시간관리의 중요성이 강조되는 현 시점에서, 자유재량시간의 부족으로 시간관리가 필요한 직장인을 대상으로 하였다. 연구의 목적은 직장인의 시간관리행동을 파악하고 이에 따른 시간사용의 문제점을 파악하여, 효율적인 시간관리전략을 수립하는 것이다. 이를 위해 시간관리행동의 하위차원을 추출하고, 시간관리행동에 영향을 미치는 변수를 밝히고자 했다. 마지막으로 시간관리행동의 하위차원에 따라 유형화를 하고 유형별 특징에 따라 바람직한 시간관리전략을 제시하고자 했다.

본 연구는 설문지를 통해 이뤄졌고, 직장인 611명의 자료를 최종적으로 분석하였다. 실증조사를 통해서 밝혀진 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 시간관리행동의 하위차원은 계획성, 대인관계지향성, 긴급성으로 묶여졌다. 그리고 시간관리행동에 영향을 미치는 변수를 살펴보면, 계획성은 여성이 높았고, 연령, 소득, 교육수준이 높을수록 높게 나타났다. 그리고 사무직에 비해 경영관리직·전문기술직·전문직을 가진 사람들이 계획성이 높게 나타났다. 다음으로 대인관계지향성은 기혼이 높고, 연령이 낮을수록, 남성에 비해 여성이 높게 나타났다. 마지막으로 긴급성은 노동시간이 길수록, 교육수준이 높을수록, 수면시간이 적을수록 높게 나타났다.

둘째, 시간관리행동으로 유형화를 시도하여, 총 4개의 집단으로 분류가 되었고, 성과지향형, 만성조급형, 과업중시형, 대인중시·과업소홀형으로 명명하였다.

셋째, 시간관리행동에 따른 각 유형별 특징을 밝히고, 적절한 시간관리전략을 제시하였다. 먼저 성과지향형은 시간매트릭스를 통한 시간사용을 분석해 보면, 긴급하지 않지만 중요한 제2사분면의 점수가 가장 높았다. 이는 미래지향적인 시간관리를 하고 있음을 나타낸다. 또한 시간관리만족도가 가장 높게 나타나, 가장 만족스러운 시간 사용을 하고 있다. 그러나 제3사분면이 가장 높게 나타나 이상적인 시간관리를 하고 있다고 볼 수 없으며, 제3사분면의 활동을 줄이는 노력이 필요하다고 볼 수 있다. 만성조급형은 제2사분면이 가장 낮고, 시간관리만족도 역시 가장 낮아 긴급성패러다임에 빠져 있는 집단으로 추측할 수 있다. 따라서 우선순위 결정과 같은 중요성을 기반으로 한 시간관리가 필요하다고 하겠다. 과업중시형은 제3사분면이 가장 낮은 수준이고, 시간관리만족도가 네 유형 중에서 두 번째로 높았다. 이는 계획적인 생활이 시간도독을 줄일 수 있으며, 시간관리만족도를 높이는데 기여한다고 볼 수 있다. 그러나 제2사분면이 중하수준이므로, 삶의 방향을 인식하여 중요한 일을 우선적으로 실행하는 것이 필요하다. 대인중시·과업소홀형은 제2사분면의 행동을 2번째로 많이 하고, 제3사분면의 행동은 중하수준이다.

따라서 중요한 것을 우선시함을 알 수 있다. 그러나 시간관리만족도는 가장 낮다. 이는 이 유형의 중요한 가치는 대인관계이므로 상대적으로 과업을 위한 시간에 소홀하여 시간관리만족도가 낮다고 볼 수 있다. 따라서 대인관계를 위한 시간뿐 만 아니라 과업성공을 위한 효율적인 시간사용전략이 필요한 유형이다.

이상의 연구결과를 토대로 본 연구의 결론을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 대인관계지향성은 연령이 적을수록, 여성에 비해 남성이 높게 나타났다. 이는 직장인을 대상으로 했으므로 사회생활에 적응해야 하는 사회초년생이 대인관계지향성이 높고, 직장 내 인간관계에 더욱 적극적인 남성이 대인관계지향성이 높은 것으로 해석할 수 있다.

둘째, 긴급성은 노동시간이 길수록 높게 나타났다. 한경미(1993)의 취업주부를 대상으로 한 연구에서 노동시간이 길수록 시간관리전략의 수준은 감소한 결과를 나타냈다. 즉 노동시간이 길수록 관리전략의 수준이 감소하여, 긴급한 과업을 처리하는데 많은 시간을 보내게 되는 것으로 해석할 수 있겠다.

셋째, 긍정적인 시간관리행동이라고 할 수 있는 계획성과 대인관계지향성에 교육수준의 영향력이 차이가 있었다. 즉, 교육수준이 높을수록 계획성은 높았으나, 교육수준에 따라 대인관계지향성은 의미 있는 변화가 없었다. 이는 교육을 통해 계획하는 습관과 기술은 많이 습득하고 있으나, 인간관계에 대한 투자와 노력을 위한 교육은 소홀하다는 것을 알 수 있다. 이는 우리사회의 교육현실에서 문제시 되고 있는 전인적 발달의 부재를 반영하는 결과라고 할 수 있다.

넷째, 본 연구는 시간관리행동 중에서 특히 대인관계지향성을 포함하여, 그들의 시간관리 실태와 만족도를 살펴보았다. 그러나 대인관계지향성을 추구하는 집단은 대체로 효율적이고 효과적인 시간관리를 하지 못하고 있었고, 시간관리만족도 역시 가장 낮았다. 이는 최근에 이슈가 된 '느리게 사는 법'과 '다운쉬프트족'<sup>1)</sup>(downshift)이 지향하는 삶의 양식이 나타나고 있지만, 아직까지 성취지향적인 현실에서는 적용하기 힘든 것을 알 수 있다. 따라서 대인관계지향성을 추구하는 집단이 그들 삶의 가치관을 유지해 가면서 시간관리만족도를 높일 수 있는 차별적인 시간관리전략이 개발되어야 할 것이다.

---

1) 삶의 속도를 늦추고, 느긋하게 살면서 인생을 즐기는 삶을 추구하는 사람들 (윤은기, 2004).