

직장인의 여가활동 유형 및 여가만족과 직무만족과의 관계

김 지 선* (이화여자대학교 생활환경대학 소비자인간발달학과 박사과정)

윤 소 영 (숭호대학 사회복지학과 조교수)

천 혜 정 (이화여자대학교 생활환경대학 소비자인간발달학과 조교수)

본 연구는 직장인의 여가와 일과의 관계를 실증적으로 밝히고자 하는 것으로, 보다 구체적으로는 주 5일 근무제의 실시로 여가시간의 증대를 경험하고 있는 직장인들이 주로 하고 있는 여가활동은 무엇인지, 이러한 여가활동에 따라 여가만족의 수준은 어떠한지, 그리고 여가활동 유형이나 여가만족 등 여가 관련 변수들이 직장인의 직무만족에 어떠한 영향을 미치는지를 경험적으로 분석하고자 300명의 서울소재 직장인을 대상으로 실시하였다.

그 결과 주 5일 근무제 실시여부에 따라 직장인의 여가활동 유형에서 큰 차이를 나타내지 않고, 스포츠 레저활동이나 미디어를 이용하는 경우가 가장 많았다. 그러나 주 5일 근무제를 실시하는 직장인의 경우 학습활동에 참여도가 상대적으로 높게 나타난 것으로 보아, 직장인들의 늘어난 여가시간이 자유시간이나 스포츠 활동과 함께 자기개발의 시간으로 구성되고 있음을 알 수 있다.

여가활동유형에 따른 여가만족도를 살펴본 결과, 전체여가만족도 수준은 종교활동(M=3.49)에서 가장 높게 나타났으며, 다음으로 스포츠 및 집밖 레저활동(M=3.41), 미디어이용(M=3.37) 등의 순으로 나타났다. 특히 스포츠/레저활동과 미디어이용의 만족도가 비슷한 정도로 나타나 직장인들의 여가만족도는 동적활동뿐 아니라 정적활동에서도 높다는 것을 알 수 있다. 한편, 미디어 이용활동을 통해서서는 휴식적 만족도가, 스포츠 및 레저활동을 통해서서는 신체적 만족도가 가장 높게 나타났다. 이러한 결과는 종교활동을 통해서서는 심리적만족, 교육적만족, 사회적만족, 환경적만족 등 전반적인 사회·심리적 여가만족도를 높일 수 있으며, 미디어활동을 통해서서는 휴식적 여가만족도를, 스포츠/레저활동을 통해서서는 신체적 여가만족도를 높일 수 있음을 시사한다.

여가만족이 직무만족에 미치는 영향을 파악하기 위해 단계적 회귀분석을 실시한 결과, 소득 등의 인구통계적 변인이 전체 변량의 12.5%를 설명하는 것을 제외하고, 사회적 여가만족의 순수변량은 12.2%, 심리적 여가만족의 순수변량은 3.9%, 신체적 여가만족의 순수변량은 1%로 나타났다. 직장인들은 여가활동을 통해 사회적인 교제와 친목도모의 만족도가 높을 때 직무만족에도 영향을 미치게 된다는 것이다.

본 연구의 결과는 주 5일 근무제라는 사회제도의 변화가 직장인의 여가활동 실태에 커다란 변화를 가져오지 못했다는 것을 보여준다. 이에 따라 앞으로 주 5일 근무제의 영향력에 대한 심도 있는 연구의 필요성과 직장인의 직무만족과 관련된 여가활동의 내용들을 좀 더 세분화하여 살펴볼 필요성이 제기된다.