

중년여성의 가사노동시간과 피로도에 관한 연구

박재순* · 오정아** · 서순림***

I. 서 론

1. 연구의 필요성

피로는 일상생활 속에서 자주 경험되는 현상이지만 개인의 독특한 상황에 의해 지각되는 정도가 다양하고 그 요인 또한 복잡적이다. Varricchio(1985)는 피로를 지속적인 신체적 정신적 활동 또는 지루함이나 단조로움으로 인해 능력의 장애가 초래되거나 스트레스나 걱정 등으로 인해 지친 것 같은 주관적 느낌이라고 하였고, Hart 등(1990)은 피로는 단순한 피곤에서 종종 에너지 상실에 압도되는 느낌에 이르는 전신적인 감각으로 통합되는 불유쾌한 증상으로, 회복되지 않으면 신체적 정신적 기타 요인이 복잡하게 상호작용하여 유기체 전체에 영향을 주는 것으로 설명하고 있다(Ferrel et al. 1996; Glaus et al. 1996; Pickard-Holley, 1991; Ream & Richardson, 1996).

가사노동은 개인의 기본적인 생활유지와 가족전체의 이익을 도모하기 위한 활동이다(이종남, 1987). 그러나 전통적으로 여성이 가정에만 머물러 있기 때문에 대부분의 가사활동이 여성에게 편중되어 왔고, 현대에 이르러서도 직업을 가진 여성조차도 가사활동에 대한 책임이

떨어지지 않고 있다. 가사노동에 의한 피로는 일반적으로 대수롭지 않게 생각하지만 가사노동의 많은 부분이 반복적이고 고정된 형태의 신체적 활동이 큰 비중을 차지하여 적절한 신체기전을 활용하지 못하거나 신체적 정신적으로 적절한 휴식없이 많은 시간 서서 지냄으로서 무리하게 될 때 신체적인 이상이나 피로를 초래할 수 있으며, 가족의 지지나 협조가 부족할 때 정신적으로 지루하고 소모적인 활동으로 인식함으로써 무가치함, 인정받지 못함, 의욕상실, 우울 등의 심리 정서적인 반응으로 나타날 수 있다. 또한 산업장에서 작업방법, 작업환경, 작업시간 외에도 기술혁신, 생물학적 요인에 의해 작업 수행능력이 떨어지는 산업피로가 초래될 수 있는 것과 같이(임현술, 1995) 가정에서도 다양한 요인에 의해 가사노동으로 인한 피로가 초래될 수 있다. 또한 여러 연구에서 볼 수 있듯이 기계문명의 발달로 인한 가사도구의 생활내의 도입은 가사노동의 질적인 변화를 가져왔으나 가사노동 시간에 있어서는 큰 변화를 가져오지 못하고 있다(강신주, 1968; 오희정, 1991; 윤복자, 1975; 최은영, 1985; Robinson, 1980). 더욱이 권여성(1984)에 의하면 여성의 일상적인 가사활동은 운동효과를 나타내지 못하며, 이러한 활동은 여성의 건강에 긍정적인 영향을 주기 보다 오히려 실질적인 신체활동을 감소시킴으로서 각종 부작용을 초래하게 되므로 계획되고

* 가톨릭대학교 간호대학 부교수

** 가톨릭대학교 간호대학 조교

***경북대학교 의과대학 간호학과 교수

목적적인 신체활동이 요구된다고 하였다.

중년기는 인생의 전반에서 후반으로 이행되는 시기로 (Havighurst, 1972) 발달특성상 활동이 활발한 시기로 자녀양육에 대한 막중한 임무와 사회에 대한 큰 영향력을 가지며, 가정경제도 안정되어 성인으로서 취미나 여가시간을 추구하고, 배우자와 인간적인 친숙한 관계를 형성하는 시기이나(김명자 등, 1993), 신체적으로는 40세 이후가 되면서 노화현상이 현저해지고 생식기능이 감퇴하여 폐경에 이르게 되고, 심리 사회적으로 자녀의 독립에 따라 급격한 삶의 변화를 경험하는데 이러한 변화들은 다양한 신체 증상 뿐 아니라 우울, 불안, 무가치함, 등의 심리 정서적인 증상을 나타내며(김유신 등, 1993; Davis & Youngkin, 1994), 다양한 건강문제를 일으키기도 한다(이경혜, 1993; Davis & Youngkin, 1994). 또한 중년여성은 여전히 직장에서의 일에 버금가는 가사노동에 시달리고 있으나 그 가치를 인정받고 있지 못하며, 가족관계, 자녀양육, 건강문제, 자아실현에 대한 갈등을 가지고 있다(김영희, 1992). 김옥숙(1999), 양광희(1997), Lee 등(1994)은 중년여성의 피로 영향 요인으로 우울, 불안, 생활상태 등의 내적 요인을 들고 있고, 외적 요인으로는 부정적 생활사건이나 고용상태에 대해 고려하였으나 중년여성의 가사노동과 피로에 대한 연구는 미흡하였다.

이에 본 연구는 중년 여성의 가사노동정도와 피로정도를 알아보고 이들 간의 관계를 분석함으로써 가사노동에 의한 중년여성의 피로에 대한 사회적 인식을 높이고, 중년 여성의 질적 삶과 신체적 활동을 통한 건강증진계획의 기초자료로 삼고자 시도하였다.

2. 연구의 목적

본 연구의 구체적 목적은 다음과 같다.

- 1) 중년여성의 일반적 특성에 따른 가사노동시간을 파악한다.
- 2) 중년여성의 일반적 특성에 따른 피로도를 파악한다.
- 3) 중년여성의 가사노동시간과 피로도간의 상관관계를 파악한다.

II. 문헌고찰

1. 중년여성의 가사노동

중년기는 인생의 전반에서 후반으로 바뀌어 가는 전환기로서 문헌에 따라 다양하고 광범위하게 정의되어 그 범위가 30-70세에 이른다(박재순 1995; Bee & Mitchell, 1980). 이 시기의 여성은 자녀양육에 대한 막중한 임무와 사회에 대한 영향력이 크며, 가정의 경제도 최고수준에 이르러 성인으로서 취미나 여가시간을 추구하고, 배우자와 인간적인 친숙한 관계를 형성하게 된다. 하지만 신체적 퇴행의 생리적 변화를 수용하고 노화로 이행에 준비해야 하기도 한다(김명자 등, 1993). 한국의 여성은 전통적으로 가정에서 자녀양육과 가정관리의 주축을 이루어 왔으며, 많은 경우 정규교육과 전문교육을 받았다 하더라도 자기의 능력을 발휘할 기회를 갖지 못하였고 취업을 하는 경우도 가사노동에 대한 적지 않은, 또는 거의 전적인 부담을 하고 있다.

가사노동은 가족 또는 가정이 영위되기 위해 가장 필수적인 노동으로(오희정, 1991) 가족의 대를 잇는 기능을 수행케 하고 가족의 노동력을 재생산할 뿐 아니라 가족의 사회화 기능을 수행하여 의식주생활을 해결하고 생활문화를 형성하며 자녀를 양육하고 교육하며 그들의 장래를 계획하는 활동이다(임정빈, 김명희, 1984). 우리나라 주부의 가사노동시간은 외국 주부보다 많고, 남편이나 자녀에 의해 기여되는 시간은 적다(윤복자, 1975). 이종남(1988)은 일부 도시 주부의 가사노동시간에 대한 연구에서 가사활동에 대한 가족의 분담은 11-20분 정도이며, 힘든 일은 남편이, 가벼운 심부름, 자기방 청소는 자녀가 담당하는 것으로 보고하고 있고, 최은영(1985)은 일부 도시 주부를 대상으로 한 연구에서 가족의 도움은 딸이 가장 많고(133명), 그 다음이 남편(90명), 아들(57명), 시모(22명), 친모(11명)의 순위로 보고하였다.

가사노동은 대부분 식생활(식품조리 및 식사준비, 설거지), 주생활(청소, 집안정리, 정원손질, 난방관리), 의생활(세탁, 다림질, 재봉, 옷정리), 가족관리(아기시중, 가족돌보기), 가정관리(장보기, 가계부 정리) 등의 5개 영역으로 구분되며(윤복자, 1975; 최은영, 1985; 한경미, 1987), 때로는 가족관리와 가정관리를 함께 고려하기도 하였다(오희정, 1991). 그동안 도시주부의 가사노동시간의 변화를 보면 강신주(1968)는 평균 8시간 45분(8:45)으로, 윤복자(1975)는 평일과 휴일 각각 8:08, 7:04으로, 최은영(1985)은 평일 8.3시간, 휴일 8.8시간으로, 오희정(1991)은 평일 7:41, 휴일 8:29으로 보고하고 있어 생활의 기계화와 과학화로 가사노동이 양적, 질적 변화가 가능하게 되고 가정의 규모가 축소되

었음에도 불구하고 주부의 가사노동시간의 감소는 미미한 것으로 보여진다.

Robinson(1980)은 단순히 가사용품이나 시설의 유무에 따라 가사노동시간에 차이가 있는 것은 아니며 또한 가사관련 기술이 가사의 단축을 가져온다는 가정을 뒷받침할 근거도 미약하다고 하였다. 한국여성개발원(1986)의 기혼여성을 대상으로 한 연구에서도 대체로 가사용품 보유도가 높을수록 가사노동시간은 오히려 증가하는 경향을 보이며 이것은 지역이나 소득을 통제해도 마찬가지로 결과를 나타내었고 가사 시설별로도 근대적인 시설을 갖춘 가구일수록 가사노동시간이 더 많은 것으로 보고하였다.

가사노동시간에 영향을 주는 요인을 보면, 이종남(1988)은 가사노동 분류에 따라 월수입, 주택형태, 결혼했수, 학력, 자녀수, 연령, 부업형태, 가족수, 막내자녀 연령, 주택크기, 자녀상태, 난방유형이 영향을 준다고 하였고, 오희정(1991)은 전체 노동 시간에 영향을 주는 요인으로 막내자녀의 연령임을 확인하였고, 노동분류에 따라서는 학력, 월수입, 가족수, 주택형태, 주부연령, 자녀수가 영향을 준다고 하였다.

이상을 종합하여 볼 때 시대의 변화에 따라 가사노동의 질적 변화는 있었다 할지라도 여성의 가사노동 시간의 감소는 크지 않으며, 평일, 휴일 별로 볼 때 대체로 휴일에 가사활동시간이 많으나 일관성을 보이지 않으며, 월수입, 주택형태, 결혼했수, 학력, 자녀수, 연령, 부업형태, 가족수, 막내자녀 연령, 주택크기, 난방유형 등의 다양한 요인들이 가사노동시간에 영향을 줌을 알 수 있다.

2. 중년 여성과 피로

피로는 일상생활에서 흔히 당면하는 건강문제이나 그 요인과 양상에 있어 다양성을 가지고 있어 한마디로 정의하기가 어렵다(Berrios, 1990; Sugarman & Berg 1984). 피로 자체는 질병으로 규정할 수 없으나 신체적, 정신적 기타 요인이 복잡하게 상호작용하여 유기체 전체에 영향을 끼쳐(Hart et al 1990; Pickard-Holley, 1991) 정서적, 행동적, 인지적 반응을 야기한다(Nail & King, 1987). 또한 불안정, 사고과정의 손상, 의사결정을 못함, 집중력의 감소, 대처부전, 망각, 동기저하, 성적 활동의 감소, 가족갈등을 가져 오며(Ream & Richardson, 1996), 지각장애, 성취감 감소, 운동기능저하, 심리적 반사 저하, 업무 기피, 능력감소 등의 인지

와, 개인의 항상성 장애를 초래하여(Berrios, 1990; Varricchio, 1985) 매일의 활동이 방해받거나 축소되며(김신정, 1999), 수면이나 휴식에 의해 쉽게 사라지지 않고 개인의 삶의 질에 커다란 부정적인 영향을 줄 수 있다(권영은, 1997).

일반적으로 여성은 남성에 비해 피로를 더 많이 느낀다고 하는데(양광희 1997; 정성택, 1987; Piper et al., 1989), Suraman와 Berg(1984)는 외래기록지에 피로증상이 기재되어 있는 환자의 75%가 여성이라고 하였고, Kroenke 등(1988)은 1,159명의 일차관리 대상에서 24%가 피로를 호소하고 여성에서 진단적 검사에 나타나는 결과에 비해 더 과도한 호소를 나타내고, 우울, 불안이 보통 수반되며 증상의 완화조치에 대한 반응이 적게 나타난다고 하였다. Piper 등(1989)은 유방암 환자에서, 송미령(1992)은 화학요법 암환자에서 여성이 남성에 비해 피로를 더 많이 느낀다고 하였다. Pawlikowska 등(1994)은 지역사회 주민 31,651명을 대상으로 한 연구에서 여성이 남성에 비해 피로를 더 많이 나타내는데, 그 이유를 여성이 남성에 비해 좀 더 심리적으로 예민하고, 월경주기와 관련이 있는 것으로 설명하였다.

중년여성의 피로에 대한 연구는 극히 적게 나타나 있는데, 양광희와 한혜라(1997)는 일반 여성의 피로와 관련요인에 관한 연구에서 평균 피로정도를 12.57점(총 30점)으로, 영역별 증상은 신경각각증상을 4.81점(총 10점), 정신적 증상을 3.71점, 신체적 증상을 3.99점으로 보고하고 20점 이상이 되는 경우도 17.2%나 된다고 하였다. Lee 등(1994)은 여성의 피로와 환경적 요인에 대한 연구에서 내적 요인은 신체적 질병, 월경기, 우울, 불안, 자존감 저하, 불충분한 수면 양상 등이었는데 그 중 우울과 불안이 외적요인인 부정적 생활사건이나 고용상태보다 더 일상생활에서 피로를 야기시킨다고 하였다.

양광희(1997)는 중년기 여성 피로모형 개발 연구에서 우울과 생활상태가 피로에 직접적으로 영향을 주며, 물리적 환경이나 사회적 환경은 간접적인 영향을 준다고 하였다. 피로에 직접 영향을 주는 정서적 문제인 우울은 신체적 문제만으로 야기되는 것이 아니며 감각지각이 높은 요인으로 나타나며 중년여성의 피로는 신체적 문제보다 감각지각에 의한 인지가 더욱 영향을 받은 것으로 보았고 이는 중년여성이 사회적 지지나 인간관계가 제한되어 가족내 생활사건이 피로에 가장 많은 영향을 미치는 것으로 해석하였다. 김옥숙(1999)은 중년 여성의 피로

조절 행위에 대한 인식 연구에서 가족관계, 가정경제, 가족 직업관계, 가족건강, 가족지지가 우울과 생활상태에 영향을 주어 피로를 초래한다고 하였다.

이상을 종합하여 볼 때 피로는 신체적, 정신적으로 과도하거나 반복되는 활동에 의해 보유 에너지가 소모되어 전반적으로 지치거나 활력을 상실하여 일이나 여가활동을 수행하기 위한 능력, 욕구, 인내력의 감소 등을 느끼는 복합적이고 주관적인 증상으로 볼 수 있으며, 특히 중년 여성의 피로는 신체적 문제보다도 우울 등의 정서적 요인이 더 크며, 개인의 생활상태와 가정경제를 포함한 많은 가족관련 요인들이 관련되고 있음을 볼 수 있으나 가사노동과 관련된 연구는 거의 없다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 중년여성의 가사노동시간과 피로도와의 관계를 알아보기 위한 서술적 조사 연구이다.

2. 연구 대상 및 자료수집 방법

연구대상자는 서울특별시와 경인지역에 거주하는 30세에서 59세의 중년여성으로서 본 연구에 참여하기로 동의한 자이다. 자료수집기간은 1999년 10월부터 12월까지였으며, 자료수집방법은 간호학생 6인에게 연구목적과 내용을 설명하고 설문지를 직접 작성하여 보고 의문사항을 논의한 후 학생의 거주지역을 중심으로 대상자를 1:1로 면접 기록하여 회수하도록 하였다. 자료는 총 280부를 배부하였으나 241부가 회수되어 회수율은 86.1%이었다. 회수된 자료 중 자료가 불완전하거나 누락된 37부를 제외하여 총 204부를 자료처리에 사용하였다.

3. 연구도구

1) 가사노동시간 측정

여성의 가사노동시간 측정은 최은영(1985), 오희정(1991)의 연구와 다른 문헌들을 근거하여 식생활 관련 문항 3개, 의생활 관련 문항 4개, 주생활 관련 문항 4개, 가족관리 관련 문항 2개, 가정관리 관련 문항 2개 등의 5개 영역 15문항에 대해 평일과 휴일의 소요시간을 시간과 분단위로 직접 기록하게 한 후 해당 영역별

시간을 합한 값으로 하였다.

2) 피로도 측정

Yoshitake(1978)가 사용하고 양광희(1997)가 번안하여 사용한 피로증상 측정도구를 보완하였다. 도구는 신체적, 정신적, 신경감각적 영역에 각각 10개의 문항을 포함하며 “없음”은 0점, “가끔 있음”은 1점, “자주 있음”은 2점의 3단계 평점으로 측정하였고, 도구의 신뢰도는 Chronbach's alpha .92이었다.

4. 자료분석 방법

수집된 자료는 SAS프로그램을 적용하여, 대상자의 일반적 특성에 따른 가사노동시간과 피로도는 t-test, ANOVA로, 가사노동시간과 피로도와 상관계수는 Pearson correlation으로 분석하였다.

Ⅳ. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

평균 연령은 41.6세이었고, 교육정도는 고졸이 50.5%, 대졸 이상이 39.2%이었다. 직업을 가진 경우는 29.9%이었고, 종교를 가진 경우는 79.4%이었다. 결혼기간은 평균 15.8년이었고, 가족 총월수입은 평균 244.3만원이었다. 가족형태는 핵가족이 79.9%이었고, 가족수는 평균 4.1명이었고, 자녀수는 평균 1.9명이며, 딸이 있는 경우가 62.7%이었다.

월경상태는 81.4%가 폐경 이전이었고, 본인이 인지하는 체형은 보통이라고 생각하는 경우가 59.8%이었고, 마른편이라고 한 경우는 13.2%이었으나, BMI는 정상보다 낮은 경우가 53.4%이었다. 평균 임신수는 2.9회, 출산력은 2.0회, 유산수는 0.9회이었다. 현재 질병상태는 급성질환을 제외하고 14.7%가 있다고 하였고, 30.9%가 과거에 질병을 경험하였다. 주거형태는 복합주택이 63.7%로 가장 많았다.

2. 일반적 특성에 따른 가사노동시간

총 가사노동시간은 평일이 9.2시간, 휴일이 8.9시간이었고, 영역별 가사노동 시간은 식생활은 평일 3.9시

〈표 1-1〉 일반적 특성에 따른 가사노동시간(평일)

구 분	No(%)	식생활	의생활	주생활	가족관리	가정관리	합 계	
		M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	
연 령 (세)	- 39	89(43.6)	3.2(1.6)	1.3(1.1)	1.2(1.0)	1.9(4.1)	0.4(0.4)	8.0(5.4)
	40 - 49	73(35.8)	4.3(1.9)	2.0(1.1)	1.8(1.1)	1.0(2.6)	0.6(0.5)	9.6(4.6)
	50 -	42(20.6)	4.9(3.1)	2.4(1.9)	2.3(2.0)	0.7(1.4)	0.6(0.7)	10.9(7.4)
			**	**	**	*	*	
교육정도	- 중졸	21(10.3)	4.9(2.9)	2.6(2.0)	2.5(2.2)	0.7(1.3)	0.6(0.7)	11.3(7.8)
	고졸	103(50.5)	3.9(2.2)	1.8(1.4)	1.6(1.2)	1.1(2.6)	0.5(0.5)	8.9(5.2)
	대졸 -	80(39.2)	3.7(1.9)	1.5(1.0)	1.5(1.2)	1.8(4.1)	0.5(0.5)	9.1(5.7)
			*	*				
직 업	유	61(29.9)	3.6(2.7)	1.5(1.5)	1.5(1.5)	1.2(3.1)	0.3(0.4)	8.1(6.7)
	무	143(70.1)	4.1(1.9)	1.9(1.3)	1.7(1.3)	1.4(3.2)	0.6(0.6)	9.7(5.2)
			*	*		**	*	
종 교	유	162(79.4)	3.7(2.1)	1.7(1.3)	1.6(1.3)	0.9(2.2)	0.5(0.6)	8.4(5.1)
	무	42(20.6)	4.7(2.4)	2.1(1.8)	1.9(1.6)	3.0(5.3)	0.5(0.4)	12.1(7.1)
			*	*	**		*	
결혼기간 (년)	-5	24(11.8)	3.5(1.9)	1.2(1.0)	1.4(1.3)	2.9(6.3)	0.4(0.4)	9.4(7.6)
	6-10	45(22.1)	3.2(1.4)	1.5(1.2)	1.2(0.7)	2.4(4.0)	0.5(0.4)	8.7(5.4)
	11-15	38(18.6)	3.6(1.7)	1.4(0.8)	1.4(1.0)	0.8(1.9)	0.3(0.4)	7.6(3.7)
	16-20	43(21.1)	4.1(2.3)	2.0(1.4)	1.7(1.3)	0.7(1.2)	0.7(0.6)	9.3(4.8)
	21-	54(26.5)	4.9(2.8)	2.3(1.7)	2.3(1.8)	0.6(1.3)	0.6(0.7)	10.7(6.6)
			**	**	**	*	*	
월 수 입 (만원)	-100	31(15.2)	3.7(1.3)	1.6(1.2)	1.4(1.0)	1.0(2.9)	0.4(0.5)	8.1(4.3)
	101-200	108(53.0)	4.1(2.0)	2.0(1.4)	1.7(1.3)	1.5(3.7)	0.6(0.5)	10.0(5.4)
	201-300	39(19.1)	3.9(3.2)	1.7(1.8)	1.6(1.8)	1.2(2.5)	0.4(0.6)	8.8(7.9)
	301-	26(12.7)	3.4(1.9)	1.3(0.8)	1.5(1.0)	1.2(1.6)	0.3(0.4)	7.7(4.0)
						*		
자 녀 수	0	16(7.8)	2.9(1.8)	0.9(0.8)	0.9(0.8)	0	0.3(0.4)	5.0(3.2)
	1	27(13.2)	4.6(3.3)	1.8(2.1)	2.1(2.2)	1.9(4.9)	0.5(0.4)	10.8(9.0)
	2-	161(79.0)	3.9(2.0)	1.9(1.3)	1.6(1.2)	1.4(2.9)	0.5(0.6)	9.3(5.0)
			*	*			*	
가족형태	핵가족	163(79.9)	3.6(1.7)	1.8(1.3)	1.5(1.0)	1.3(1.6)	0.5(0.5)	8.7(4.2)
	확대가족	41(20.1)	4.0(2.3)	1.8(1.4)	1.7(1.4)	1.3(3.5)	0.5(0.6)	9.3(6.1)
			*	*	**		*	
가족수 (명)	-4	151(74.0)	3.9(2.2)	1.7(1.3)	1.6(1.3)	13.8(3.6)	0.5(0.5)	9.0(5.7)
	5-	53(26.0)	4.1(2.5)	2.1(1.6)	1.7(1.4)	1.2(1.5)	0.6(0.6)	9.6(5.7)
				*	**			
딸의유무	0	76(37.3)	4.1(2.1)	1.2(1.3)	1.6(1.2)	1.5(3.2)	0.6(0.6)	9.6(5.3)
	1-	128(62.7)	3.7(5.3)	1.7(1.5)	1.6(1.6)	1.1(3.2)	0.4(0.4)	8.5(6.3)
				*	*	**		
현재질병	유	30(14.7)	3.7(1.6)	1.6(1.0)	1.4(0.9)	1.4(3.4)	0.5(0.5)	8.5(4.6)
	무	174(85.3)	5.5(3.9)	2.8(2.4)	3.0(2.3)	1.0(1.7)	0.7(0.7)	13.0(9.2)
			**	**	**	**	**	
과거질병 경험	유	63(30.9)	3.7(1.7)	1.6(1.0)	1.4(1.0)	1.6(3.7)	0.5(0.5)	8.9(4.9)
	무	141(69.1)	4.4(3.0)	2.1(2.0)	2.1(1.9)	0.7(1.4)	0.5(0.6)	9.8(7.2)
			**	**	**	**	**	
월경상태	폐경이전	166(81.4)	4.4(1.2)	2.0(1.2)	2.2(1.4)	0.8(1.5)	0.6(0.6)	9.9(4.3)
	주변기	16(7.8)	3.8(3.8)	1.7(1.4)	1.6(1.4)	1.5(3.4)	0.5(0.5)	9.1(5.9)
	폐경후기	22(10.8)	4.8(3.1)	2.2(1.5)	1.6(1.1)	0.7(2.5)	0.3(0.3)	9.6(5.7)

〈표 1-2〉 일반적 특성에 따른 가사노동시간(평일 계속)

구 분	No(%)	식생활	의생활	주생활	가족관리	가정관리	합 계	
		M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	
BMI	낮은군	109(53.4)	3.5(1.9)	1.6(1.2)	1.4(1.2)	1.4(2.7)	0.4(0.5)	8.3(5.0)
	정상	46(22.5)	4.6(2.5)	1.8(1.3)	1.8(1.3)	1.2(3.7)	0.5(0.6)	9.9(6.5)
	높은군	49(24.0)	4.4(2.2) **	2.1(1.7)	2.1(1.6) **	1.2(3.7)	0.6(0.6)	10.4(6.2)
체형인지	마른편	27(13.2)	4.1(3.1)	1.7(1.7)	2.0(2.0)	1.5(2.3)	0.6(0.6)	10.0(7.3)
	보통	122(59.8)	3.6(1.9)	1.7(1.3)	1.4(1.1)	1.2(3.1)	0.5(0.5)	8.5(5.2)
	뚱뚱한편	55(27.0)	4.5(2.3) *	1.9(1.5)	2.0(1.5) *	1.4(3.7)	0.5(0.6)	10.7(5.8)
주거형태	단독	70(34.3)	4.4(2.6)	2.0(1.7)	1.9(1.6)	1.1(2.6)	0.5(0.5)	10.0(6.3)
	복합	130(63.7)	3.7(2.0)	1.7(1.2)	1.5(1.0)	1.4(3.5)	0.6(0.5)	8.8(5.4)
	기타	4(2.0)	2.7(1.2) *	1.0(0.7)	1.3(1.3)	0.6(0.9)	0.5(0.3)	6.0(2.0)
total	204(100)	3.9(2.2)	1.8(1.4)	1.6(1.3)	1.3(3.2)	0.5(0.5)	9.2(5.7)	

*: p<0.05, **: p<0.001

간, 휴일 4.2시간, 의생활은 평일 1.8시간, 휴일 1.6시간, 주생활은 평일 1.6시간, 휴일 1.4시간, 가족관리는 평일 1.3시간, 휴일 1.2시간, 가정관리는 평일과 휴일이 모두 0.5시간이었다(표 1, 표 2).

일반적 특성에 따른 총 가사노동시간은 평일은 연령, 직업, 종교, 가족형태, 자녀수, 현재질병, 과거질병경험 등에 의해, 휴일은 직업, 종교, 가족형태, 자녀수, 현재 질병, 과거질병경험, 체형인지 등에 의해 유의한 차이를

보였고, 영역별로는 교육정도, 월수입, 결혼기간, 가족수, 딸의 유무, 월경상태, BMI, 주거형태에서 부분적인 차이를 보였다.

연령에 따라서는 평일과 휴일 모두 50대 연령군이 가장 노동시간이 많았고, 30대가 가장 적은 시간을 나타냈으나 통계적으로는 평일에만 유의한 차이를 보였다(P=.015). 영역별로도 가족관리를 제외한 전 영역에서 50대 군이 노동시간이 가장 많았고, 가족관리는 30대가 가

〈표 2-1〉 일반적 특성에 따른 가사노동시간(휴일)

(N=204)

구 분		식생활	의생활	주생활	가족관리	가정관리	합 계
		M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD
연 령 (세)	-39	3.4(1.9)	1.2(1.5)	1.1(1.2)	2.0(4.5)	0.5(0.7)	8.2(6.7)
	40-49	4.6(2.6)	1.7(1.9)	1.3(1.7)	0.7(1.4)	0.5(0.7)	8.8(6.0)
	50-	5.0(3.0) *	2.4(2.0) *	2.0(2.1) *	0.5(1.1) *	0.6(0.9)	10.4(7.2)
교육정도	-중졸	5.3(2.9)	2.8(2.0)	2.4(2.0)	0.7(1.3)	0.4(0.6)	11.6(7.4)
	고졸	4.0(2.5)	1.6(1.8)	1.3(1.6)	1.0(2.3)	0.5(0.7)	8.5(6.1)
	대졸	4.0(2.3)	1.3(1.6) *	1.1(1.5) *	1.6(4.2)	0.6(0.8)	8.7(6.9)
직 업	유	4.0(3.1)	2.1(2.0)	1.7(1.9)	1.2(3.4)	0.7(0.8)	9.6(7.7)
	무	4.2(2.2) *	1.4(1.6) *	1.2(1.5) *	1.2(3.0)	0.4(0.7)	8.6(6.1) *
종 교	유	3.9(2.2)	1.5(1.6)	1.3(1.6)	0.9(2.7)	0.5(0.7)	8.1(6.0)
	무	5.1(3.1) *	2.1(2.2) *	1.7(1.9)	2.3(4.5) **	0.5(0.8)	11.7(7.9) *
결혼기간 (년)	-5	3.4(2.7)	1.0(1.7)	0.9(1.4)	3.1(7.1)	0.5(0.6)	9.3(10.0)
	6-10	3.5(1.5)	1.5(1.6)	1.2(1.1)	1.9(3.0)	0.6(0.7)	8.6(5.2)
	11-15	3.9(1.7)	1.2(1.0)	1.3(1.3)	0.7(2.0)	0.3(0.5)	7.4(4.3)
	16-20	4.5(3.2)	1.9(2.1)	1.2(1.8)	0.8(1.7)	0.7(0.9)	9.1(6.8)
	21-	4.8(2.8)	2.2(1.9)	1.9(2.0) *	0.5(1.0) *	0.5(0.8)	9.9(6.9)

〈표 2-2〉 일반적 특성에 따른 가사노동시간(휴일 계속)

(N=204)

구 분		식생활	의생활	주생활	가족관리	가정관리	합 계
		M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD
월 수 입 (만원)	-100	3.9(1.4)	1.6(1.3)	1.3(1.3)	1.4(4.7)	0.2(0.4)	8.4(7.0)
	101-200	4.3(2.6)	1.6(1.8)	1.3(1.6)	1.0(2.9)	0.5(0.8)	8.8(6.3)
	201-300	4.2(3.1)	1.7(2.0)	1.7(2.2)	1.5(2.8)	0.4(0.6)	9.5(7.9)
	301-	3.9(2.0)	1.6(1.9)	1.2(1.3)	1.3(2.2)	1.0(0.9)	9.0(5.2)
자 녀 수	0	3.4(2.5)	0.7(1.8)	0.6(0.7)		0.4(0.7)	5.1(4.8)
	1	4.5(3.3)	1.5(1.9)	2.0(2.5)	2.0(4.8)	0.6(0.7)	10.5(9.5)
	2-	3.4(2.5)	1.7(1.7)	1.3(1.5)	1.2(3.0)	0.5(0.8)	9.0(6.0)
가족수 (명)	-4	4.1(2.4)	1.5(1.7)	1.3(1.7)	1.1(3.5)	0.5(0.8)	8.5(6.7)
	5-	4.5(2.7)	2.0(1.8)	1.6(1.6)	1.4(2.0)	0.6(0.7)	10.0(6.1)
딸의유무	0	4.3(2.4)	1.6(1.8)	1.3(1.5)	1.4(3.2)	0.5(0.8)	9.1(6.3)
	1-	4.0(2.7)	1.6(1.7)	1.5(1.9)	0.9(3.1)	0.4(0.6)	8.5(7.1)
가족형태	핵가족	4.1(2.2)	2.0(1.7)	1.6(1.4)	1.6(2.1)	0.7(0.8)	10.1(5.1)
	확대가족	4.2(2.6)	1.5(1.8)	1.3(1.7)	1.1(3.4)	0.5(0.7)	8.6(6.9)
현재질병	유	3.8(1.7)	1.5(1.5)	1.2(1.4)	1.2(3.4)	0.5(0.8)	8.3(10.4)
	무	6.0(3.9)	2.5(2.6)	2.2(2.6)	1.0(1.6)	0.5(0.7)	12.3(10.4)
과거질병 경험	유	3.9(2.0)	1.6(1.7)	1.2(1.3)	1.5(3.7)	0.6(0.8)	8.8(6.0)
	무	4.7(3.3)	1.7(1.8)	1.7(2.1)	0.6(1.3)	0.3(0.6)	9.1(7.7)
월경상태	폐경이전	4.3(1.9)	2.2(1.7)	2.3(1.6)	0.5(1.2)	0.6(0.9)	10.0(5.0)
	주변기	4.0(2.4)	1.6(1.7)	1.3(1.7)	1.4(3.5)	0.5(0.7)	8.8(6.8)
	폐경후기	5.6(3.9)	1.3(2.5)	0.9(0.8)	0.2(0.4)	0.4(0.6)	8.3(6.8)
BMI	낮은군	3.8(2.1)	1.4(1.4)	1.2(1.5)	1.5(3.4)	0.5(0.7)	8.4(6.2)
	정상	4.7(2.7)	1.7(1.8)	1.5(1.4)	1.3(3.7)	0.5(0.6)	9.5(7.0)
	높은군	4.6(2.9)	2.1(2.2)	1.7(2.1)	0.5(1.8)	0.5(0.9)	9.4(7.1)
체형인지	마른편	4.5(2.9)	2.5(1.8)	2.1(2.2)	2.0(2.7)	0.9(0.9)	12.1(6.9)
	보통	3.8(2.1)	1.3(1.5)	1.2(1.3)	1.2(3.6)	0.4(0.7)	7.9(6.3)
	뚱뚱한편	4.8(3.0)	1.9(2.1)	1.5(1.9)	0.9(2.2)	0.4(0.8)	9.4(6.7)
주거형태	단독	4.7(3.0)	2.2(2.1)	1.8(2.0)	1.0(2.3)	0.5(0.8)	10.2(7.2)
	복합	3.9(2.2)	1.3(1.5)	1.2(1.4)	1.4(3.6)	0.5(0.8)	8.2(6.2)
	기타	3.3(0.8)	1.9(0.8)	1.3(0.9)	0.1(0.3)	0.1(0.3)	6.7(2.0)
total		4.2(2.5)	1.6(1.7)	1.4(1.6)	1.2(3.2)	0.5(0.7)	8.9(6.5)

*: p<0.05, **: p<0.001

장 많았다(평일 각각 P=.000; .001; .000; .022; .079; 휴일 각각 P=.000; .002; .009; .009; .01). 직업을 가진 군이 갖지 않은 군 보다 평일 노동시간이 적은 반면(P=.021), 휴일에는 많았고(P=.025), 식생활시간은 직업이 없는 군이 많았고(각각 P=.002;

.003), 가정관리시간은 직업이 없는 군에서 평일에 더 많고(P=.000), 의생활시간은 직업이 있는 군이 없는 군보다 휴일에 더 많았다(P=.05).

종교는 갖지 않은 군이 평일과 휴일 모두 총 노동시간이 많았고(각각 P=.004; .017), 특히 의생활, 가족관

리시간은 종교를 갖지 않은 군이 가진 군 보다 더 많았다(각각 P=.002; .000; .008; .000). 가족형태별로는 평일에는 확대가족군이 노동시간이 많은 반면(P=.006) 휴일에는 핵가족군이 노동시간이 더 많았고(P=.026), 평일의 식생활, 주생활, 가족관리시간이 확대가족군에서 핵가족군 보다 높았고(각각 P=.004; .010; .000), 휴일에는 확대가족군에서 가족관리시간이 적었다(P=.001).

자녀수는 자녀가 없는 군이 평일, 휴일 모두 노동시간이 가장 적었고, 평일, 휴일 모두 노동시간이 가장 많은 군은 1명 자녀군이였다(각각 P=.004; .031). 특히 의생활, 주생활 시간은 자녀가 없는 군이 가장 적었다(평일 각각 P=.018; .019; 휴일 각각 P=.067; .019). 현재질병상태와 과거질병경험에 따라서는 있는 경우가 없는 경우보다 평일, 휴일 모두 노동시간이 많았고(현재 각각 P=.000; 과거 P=.001; .016), 현재질병군에서 휴일 가정관리 영역을 제외하고 평일, 휴일 모두 전 영역에서 노동시간이 많았고(각각 P=.000), 과거질병경험군은 평일의 가정관리와 휴일의 의생활을 제외하고 모든 영역의 노동시간이 많았다(각각 P=.000). 체형인지에 따라서는 마른 편이라고 한 군이 휴일 노동시간이 가장 많았고(P=.009), 식생활은 뚱뚱하다고한 군이, 주생활은 마른 편이라고한 군이 더 많았다.

교육정도, 월수입, 결혼기간, 가족수, 딸의 유무, 월경상태, BMI, 주거형태 등은 총 가사노동시간에는 유의한 차이를 보이지 않았으나 의생활, 주생활 노동시간은 중졸 이하군에서 가장 많았고, 대졸 이상에서는 가장 낮았다(평일 각각 P=.003; .008; 휴일 각각 P=.004; .006). 월수입에 따라서는 301만원 이상군에서 평일, 휴일 가정관리 시간이 가장 많았고(각각 P=.007; .000), 결혼기간이 긴 군이 평일의 전영역 노동시간이 많았고(각각 P=.001; .000; .001; .002; .005), 휴일에는 주생활과 가족관리만 유의한 차이를 보였다(각각 P=.042; .003). 가족수는 5명 이상인 군이 4명 이하인 군보다 평일의 의생활 시간이 많은 반면 가족관리는 적고(각각 P=.022; .000), 휴일은 가족관리만이 5명 이상군에서 유의하게 높았다(P=.000).

딸의 유무에서는 딸이 있는 군이 평일 주생활시간이 많고, 가정관리 시간은 적은 반면, 휴일에는 딸이 없는 군이 의생활과 가족관리시간이 많았다. 월경상태는 평일에는 차이가 없었으나 폐경후기군이 휴일의 식생활시간이 많고, 주생활은 월경기군에서 높았다. BMI에 따라서

는 높은 군이 낮은 군보다 평일과 휴일 식생활이 높고, 주생활은 평일만 높았다. 주거형태는 단독주택군이 평일의 식생활 시간이 높았고(P=.043), 휴일에는 의생활, 주생활 시간이 높았다(각각 P=.003; .038).

3. 일반적 특성에 따른 피로도

대상자의 총피로도(총점 60점)이었고, 영역별 점수는 신체피로 증상이 4.9점, 정신피로 증상이 5.2점, 신경감각피로 증상이 6.5점이었고, 일반적 특성에 따른 피로도는 <표 3>과 같다. 특성별 총피로도에 차이를 보인 변수는 종교로 종교를 갖지 않은 군이 가진 군보다 조금 높았다(P=.047).

<표 3-1> 일반적 특성에 따른 피로도 (N=204)

구분		신경감각	정신	신체	합계
		M±SD	M±SD	M±SD	M±SD
연령(세)	-39	7.0(3.6)	5.5(3.6)	5.3(3.4)	17.8(9.5)
	40-49	5.8(3.6)	5.0(4.1)	4.7(3.2)	15.5(9.2)
	50-	6.6(4.0)	5.0(4.1)	4.7(4.0)	16.2(10.8)
교육정도	-중졸	6.1(4.1)	5.1(5.3)	4.6(5.4)	15.9(14.3)
	고졸	6.6(3.7)	5.4(3.8)	5.0(3.0)	16.9(9.0)
	대졸-	6.5(3.7)	5.0(3.6)	5.0(3.3)	16.4(9.1)
직업	유	6.7(3.6)	5.0(3.6)	5.1(3.3)	16.8(9.3)
	무	6.4(3.8)	5.3(4.0)	4.9(3.5)	16.6(9.9)
종교	유	6.5(3.6)	5.1(3.6)	4.9(3.3)	16.5(9.2)
	무	6.5(4.0)	5.6(4.7)	5.0(4.0)	17.1(11.6)
결혼기간(년)	-5	7.8(4.1)	6.3(3.3)	6.6(3.7)	20.8(10.2)
	6-10	6.6(3.6)	5.0(3.8)	4.4(3.0)	16.1(9.2)
	11-15	6.2(3.1)	4.8(3.9)	5.3(3.3)	16.3(9.1)
	16-20	5.3(3.5)	5.1(4.3)	4.3(3.2)	14.7(9.0)
	21-	6.9(3.9)	5.2(4.0)	4.9(3.8)	17.0(10.5)
월수입(만원)	-100	6.3(3.6)	4.0(3.0)	4.1(3.3)	14.4(8.9)
	101-200	6.9(3.7)	5.8(4.3)	5.2(3.6)	17.9(10.1)
	201-300	6.1(3.6)	4.4(3.5)	4.6(3.2)	15.1(9.0)
	301-	5.7(3.9)	5.5(3.1)	5.1(3.5)	16.3(9.5)
자녀수	0	7.7(3.9)	5.9(3.1)	7.0(3.4)	20.6(9.2)
	1	7.1(2.8)	5.6(9.1)	5.0(3.0)	17.7(8.0)
	2-	6.3(3.8)	5.1(4.1)	4.7(3.5)	17.7(8.0)

*: p<0.05

〈표 3-2〉 일반적 특성에 따른 피로도(계속) (N=204)

구분	신경감각	정신	신체	합계
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD
가족수 -4 (명) 5-	6.8(3.6)	4.9(3.6)	5.0(3.2)	16.7(9.2)
딸의유무 0	6.2(3.7)	5.3(4.2)	4.7(3.5)	16.1(10.0)
1-	7.0(3.0)	5.1(3.4)	5.5(3.3)	17.6(9.8)
가족형태 핵가족	5.8(3.4)	5.4(4.0)	4.8(3.1)	16.1(8.5)
확대가족	6.6(3.8)	5.2(3.9)	5.0(3.6)	16.8(10.0)
현재질병 유	8.3(4.3)	5.9(4.4)	6.0(4.3)	20.2(11.7)
무	6.2(3.5)	5.1(3.8)	4.8(3.3)	16.0(9.2)
과거질병 유	7.7(3.9)	6.2(3.7)	5.9(3.6)	19.8(9.7)
경험 무	5.9(3.9)	6.2(3.7)	5.9(3.6)	15.2(9.4)
월경상태 폐경이전	6.4(3.6)	5.0(3.1)	4.6(2.9)	15.9(8.7)
주변기	6.4(3.7)	5.3(4.0)	4.9(3.5)	16.6(9.8)
폐경후기	7.6(3.4)	4.6(3.4)	5.6(3.4)	17.8(9.8)
BMI 낮은군	6.7(3.7)	5.0(3.5)	4.7(3.2)	16.5(9.0)
정상	5.8(3.9)	5.3(3.5)	4.6(2.9)	15.7(9.4)
높은군	6.6(3.7)	5.7(4.9)	5.7(4.3)	17.9(11.4)
체형인지 마른편	7.0(3.6)	5.4(3.4)	4.7(3.1)	17.2(8.4)
보통	6.3(3.8)	4.7(3.8)	4.8(3.6)	15.8(10.0)
뚱뚱한편	6.7(3.6)	6.2(4.1)	5.4(3.3)	18.3(9.4)
주거형태 단독	6.5(3.9)	5.5(4.0)	5.1(3.9)	17.1(11.0)
복합	6.6(3.6)	5.1(3.8)	5.0(3.2)	16.6(9.0)
기타	3.5(1.9)	2.8(3.5)	1.3(1.5)	7.5(5.5)
total	6.5(3.7)	5.2(3.9)	4.9(3.4)	16.6(9.7)

*: p<0.05

일반적 특성에 따른 영역별 피로도도 종교가 없는 군이 있는 군보다 정신적 증상이 더 높았고(P=.029), 가족수가 5명 이상인 군에서는 적은 군보다 정신, 신체 증상이 더 높았고(P= .037; .046), 현재질병경험군이 없는 군보다 신체 증상이 더 높았다((P= .039; .001). 자신의 체형을 뚱뚱하다고 지각하는 군은 마르거나 보통이라고 인지하는 군보다 정신피로도증상이 높았다(P=.047).

4. 가사노동시간과 피로도 관계

가사노동시간과 피로 증상 영역간의 상관 관계를 보면 〈표 4〉와 같다.

〈표 4〉 연구 변수와 피로영역간의 상관관계

	신경감각피로	정신피로	신체피로	총 피로도
연령	-.062	-.088	-.086	-.090
월수입	-.021	.015	.005	.000
결혼기간	-.066	-.101	-.109	-.104
자녀수	-.144*	.042	-.113	-.078
가족수	-.143*	.088	-.065	-.042
딸의수	-.099	.147*	-.066	-.002
월경상태	-.006	-.011	-.036	-.020
식생활(평일)	.035	.202*	.125	.139*
의생활(평일)	.028	.190*	.142*	.137*
주생활(평일)	.135*	.229**	.233**	.226**
가족관리(평일)	.097	.121	.086	.116
가정관리(평일)	.066	.138*	.088	.111
총가사노동시간(평일)	.112	.258**	.193*	.215**
식생활(휴일)	.065	.152*	.136*	.136*
의생활(휴일)	-.018	.101	.030	.048
주생활(휴일)	.067	.056	.054	.067
가족관리(휴일)	.227**	.268**	.133	.241**
가정관리(휴일)	.060	.142*	.096	.113
총가사노동시간(휴일)	.152*	.245**	.150*	.210**

*: p<0.05, **: p<0.001

평일과 휴일의 총가사노동시간과 총 피로도 간에 (r=.215; .210), 영역별로는 평일의 식생활, 의생활, 주생활 시간과 총 피로도 간에 유의한 관계를 보였고(각각 r=.139; .137; .226), 휴일의 식생활, 가족관리 시간과 총 피로도 간에 유의한 관계를 보였으나(각각 r=.136; .241) 그 상관정도는 낮게 나타났다.

신체적 피로는 평일의 식생활, 의생활, 주생활 시간과 휴일의 식생활 시간과(각각 r=.125; .142; .233; .136), 정신적 피로는 휴일의 의생활, 주생활을 제외하고는 평일과 휴일의 모든 영역에서(평일 각각 r=.202; .190; .229; .121; .138; 휴일 각각 r=.156; .268; .142), 신경감각 피로는 평일의 주생활 시간(r=.135)과, 휴일의 가족관리(r=.227)에서 유의한 상관관계가 있었다.

V. 논 의

1. 중년여성의 가사노동시간

가사노동은 가족 또는 가정이 영위되기 위해 가장 필

수적인 일로서 대부분 여성이 가정에 머물면서 취하는 활동을 의미한다. 도시 중년여성의 가사노동시간은 평일 평균 9.2시간, 휴일 평균 8.9시간이었는데, 이는 강신주(1968)의 평균 8시간 45분, 윤복자(1975)의 평일 8시간 08분, 휴일 7시간 4분, 이정수(1984)의 7시간 53분, 최은영(1985)의 평일 8.3시간, 휴일 8.8시간, 오희정(1991)의 평일 7시간 41분, 휴일 8시간 29분 보다 높은 경향을 나타내어 Robinson(1980), 한국여성개발원(1986)에서의 결과처럼 발달된 가사도구의 도입에도 불구하고 가사노동시간이 감소되지 않았음을 볼 수 있다.

총 가사노동시간에 영향을 주는 변인은 연령, 직업, 종교, 가족형태, 자녀수, 현재질병, 과거질병경험, 체형인지 등이었고, 교육정도, 월수입, 결혼기간, 가족수, 딸의 유무, 월경상태, BMI, 주거형태등은 영역별로 부분적인 영향을 나타내었다.

50대 연령군이 다른 연령군에 비해 가사노동시간이 많고, 영역별로도 전반적으로 높은 노동시간을 보인 반면, 가족관리에 있어서는 30대군에서 높은 시간을 보였는데, 이는 젊은 세대일수록 남편의 가사활동 분담이 증가하기 때문인 것으로 생각되며, 특히 연령이 증가할수록 주생활 노동시간이 증가한 것은 주부의 작업수행 둔화 때문이라고 보았다(오희정, 1991). 교육수준은 낮은 군에서 의생활과 주생활 활동시간이 더 많고, 높은 군에서 가족관리, 가정관리 시간이 높은 경향을 보이는 것은 오희정(1991)의 결과와 일치하였다. 직업을 가진 군은 갖지 않은 군보다 가사노동시간이 적었으나 그 시간 차이는 1.6시간 정도로 직업 여성의 가사노동 부담이 전업주부에 비해 적다고 볼 수는 없겠다. 종교를 가진 군이 갖지 않은 군 보다 가사노동시간이 적은 것은 종교활동을 통한 자아실현의 기회를 더 많이 가지는 것과 관련된 것으로 보인다.

월수입은 총 가사노동시간에는 차이를 보이지 않았으나 노동영역에서 평일 가정관리에서 101-200만원군이 그 보다 높거나 낮은 군에 비해 노동시간이 높게 나타나 비교적 안정적이고 규모있는 가정관리의 필요성을 느끼는 집단으로 보여진다. 오희정(1991)은 월수입이 많은 군에서 식생활 노동시간이 높은 것에 대해 가족원의 요구도 증가 때문이라고 보았다. 가족형태에서는 평일은 확대가족군이 핵가족군 보다 가사노동시간이 많았고, 휴일은 핵가족군이 확대가족군 보다 가사노동시간이 높아 확대가족의 경우 휴일에 가사노동을 분배하는 것이 가능하기 때문으로 보인다. 자녀가 없는 군은 노동시간이 적

은 반면, 1명 자녀군에 가장 많은 것은 자녀의 발달 연령과 관련이 있는 것으로 보여진다. 그러나 오희정(1991)에서 자녀수가 적을 수록 가사노동시간이 길다고 한 것은 조사대상자에 20대가 포함되었고 자녀가 없는 경우를 포함하지 않았기 때문으로 보여진다. 현재나 과거의 질병경험이 있는 경우는 없는 경우보다 가사노동시간이 많은 것은 과도한 가사노동에 따른 신체에 대한 부정적 영향으로 고려된다.

가족수는 통계적으로는 5명 이상일 때 약간 높은 경향을 보였고, 특히 의생활과 가족관리 영역에서 높았다. 오희정(1991)은 이러한 영역에서의 가사노동 시간은 막내자녀의 나이와 관련된다고 하였다. 딸이 없는 군이 평일 가정관리 시간이 많고 주생활 시간이 적고, 휴일 의생활과 가족관리 시간이 많은 것은 가사노동이 여성에 편중되어 있는 현실을 나타내준다고 하겠다. BMI가 높은 군이 낮은 군보다 식생활이 높게 나타나 높은 군의 식생활에 대한 관심성향을 나타내 준다고 할 수 있겠다. 주거형태에 따라서는 단독가옥군에서 평일 식생활 시간이 높고, 휴일은 단독가옥군에서 의생활과 주생활 노동시간이 유의하게 높았는데, 이는 단독가옥이 가지는 관리의 복잡성 때문이라고 보여진다. 오희정(1991)에서도 주거형태가 한옥일 때 가사노동 시간이 가장 높았고, 특히 주생활이 높게 나왔는데, 이는 임정빈(1981)의 결과와 같았다. 최은영(1985)은 집합주택군에서 평일, 휴일 모두 노동시간이 가장 높고, 한옥군에서 평일, 휴일 모두 주생활 시간이, 가족관리, 가정관리 시간은 평일, 휴일 모두 집합주택군에서 가장 높다고 하였다.

2. 중년여성의 피로도

대상자의 피로도 총점은 16.6점(총 60점), 영역별 점수는 신체 4.94점, 정신 5.21점, 신경감각 6.48점으로 이는 양광희 13.3점(총 30점), 정옥영(1985)의 18.0점 보다 낮은 수준이다. 양광희, 한혜라(1997)는 일반 여성의 피로와 관련요인에 관한 연구에서 평균 피로정도를 12.57점(최고30점), 신경감각 4.81점, 정신 3.71점, 신체 3.99점이라고 하였고, 20점 이상이 17.2%라 하였다. 가장 많이 호소한 피로증상은 일부 도시지역 25-45세 주부 306명을 대상으로한 이광옥과 신희범(1979)에서 신체적 증상으로 "은몸이 나른하다"가(68.3%), 정신적 증상으로 "만사가 걱정이 된다"가(51.0%), 신경감각증상으로는 "허리가 아프다(62.4%)로 나타났다.

일반적으로 연령의 증가와 함께 피로가 심화되는 것으로 알려져 있으나(Klumpp, 1976) 실제로 연령과 피로와의 관계를 다룬 연구결과는 대부분 암환자를 대상으로 한 연구이며, 일관된 결과를 보이지 않고 있다. Kroenke 등(1988)과 Piper 등(1987)은 연령증가에 따라 피로가 증가한다고 하였고, Nerenz 등(1986)은 젊은 연령층에서 더 많은 피로를 호소한다고 하였다. Pickard-Holley(1991)는 항암요법 환자와 정상인의 피로를 비교한 결과, 환자군은 연령과 피로가 관련이 없었으나, 정상인의 피로는 연령이 낮을수록 피로가 높았다고 하였다. 한편, 양광희와 한혜라(1997)는 연령에 따른 피로도 차이는 유의하지 않았다고 보고하였는데 본 연구 결과에서도 마찬가지였다.

종교는 있는 군이 없는 군보다 총 피로점수가 낮았고, 특히 정신적 피로증상이 더 낮게 나타난 것은 종교가 생활에 미치는 긍정적 효과를 나타내 준다고 하겠다. 현재 질병이 있는 군에서 신체적 피로증상이 더 높게 나타났는데, 양광희와 한혜라(1997)의 질병유무에 따른 피로도에서 질병이 있는 경우 피로점수가 15.51점, 없는 경우 11.26점으로 차이를 보인 것과 같은 경향을 보여주었고, Lee 등(1994)도 신체적 질병이 피로와 관련이 있음을 보고하였다.

직업, 결혼기간, 자녀수, 가족수, 가족형태, 체형인간의 피로도에서는 통계적으로 유의한 차이를 보이지는 않았으나 직업을 가진 여성이 전업여성에 비해 피로도가 약간 높은 경향을 보인 것은 직업여성인 가사와 직업병행으로 이중적 부담을 가지기 때문인 것으로 보인다. 또한 결혼기간이 5년 미만이고 자녀수가 없거나 한둘 있는 군이 다른 군에 비해 높은 피로 경향을 보인 것은 이 시기가 결혼생활에 대한 적응이 요구되고, 자녀들에게 손이 많이 가는 시기이며, 자녀수가 적은 만큼 더 많은 기대를 하기 때문인 것으로 생각한다. 딸이 있는 경우 정신피로증상이 낮은 경향을 보이는 것은 같은 여성으로서 딸의 지지적 역할을 나타내준다고 하겠다. 확대가족군이 핵가족군보다 피로를 더 많이 느끼는 경향을 보이는 것은 본 연구에서 확대가족 군이 핵가족군보다 평일 가사노동시간이 더 많은 것과 관련된 것으로 보이므로 추후 더 많은 연구가 요구된다.

체중은 피로와 관련이 있는 것으로 보고되어 왔는데, Kroenke 등(1988)은 102명의 피로환자에서 19%가 비만자라고 하였고, Berrios(1990)도 에너지 대사장애와 비만한 사람에게서 피로가 자주 발견된다고 하였으며,

신호철 등(1993)도 비만할수록 피로지속기간이 길다고 하였다. 월경상태는 통계적으로 유의하지는 않았으나 폐경후기군이 피로도가 높아, 이광옥 등(1979)이 월경을 하지 않는 경우 피로가 높다고 한 것과 일치하여 폐경에 따른 변화가 중년여성의 신체, 심리적 증상과 관련이 있는 것을 확인할 수 있다.

3. 가사노동시간과 피로도 관계

총 가사노동시간은 피로도와의 유의한 상관을 나타내어 노동시간이 많으면 총 피로도가 높음을 볼 수 있고, 가사노동 영역별로는 평일의 식, 의, 주생활 활동과 총피로도간에 유의한 관계를 보인 것은 이들 활동이 가사노동중 차지하는 비중이 크기 때문으로 보여지며, 특히 휴일의 식, 가족관리 활동과도 유의한 관계를 보인 것은 휴일의 의미는 주부에게는 해당되지 못하고 다른 가족을 위한 것으로 보여진다.

호소증상별 피로도를 보면 신체적 피로는 평일의 식, 의, 주생활과 휴일의 식생활과 유의한 관계를 나타내어 가사의 큰 비중을 차지하는 활동이 주로 서서 일하거나 신체를 이용하는 활동이기 때문이라고 볼 수 있다. 정신적 피로는 휴일의 의, 주생활을 제외하고는 평일과 휴일의 모든 유형의 활동에서 상관관계를 보이는 것은 가족관리, 가정관리에 대한 정신적 부담을 나타낸다고 하겠다. 신경감각 피로는 평일의 주생활 활동과, 휴일의 가족관리와 유의한 관계를 나타내었다.

이러한 관계들은 우울의 정도가 심할수록 피로도가 높고, 우울은 또한 정신적 피로와 관계된다는 양광희와 한혜라(1997)의 결과와 같이 과도한 가사노동은 직접적인 신체적 피로 요인이 될 뿐 아니라, 가족의 협조와 지지가 심리정신적 피로에 영향을 주며, 상대적으로 여성의 자아실현적 요구에 투입할 시간에 영향을 주리라고 보므로, 가사노동에 대한 가족간 협조와 적절한 분배와 조정이 요구된다고 하겠다.

VI. 결론 및 제언

본 연구는 도시지역 중년 여성의 가사노동과 피로정도를 알아보고 이들간의 관계를 분석함으로써 중년 여성의 자아실현적 삶과 신체적 활동을 통한 건강증진계획의 기초자료로 삼고자 시도하였다.

연구대상자는 서울특별시와 경인지역에 거주하는 30

세에서 59세의 중년여성 204명으로 자료수집기간은 1999년 10월부터 12월까지 이었다. 연구도구는 문헌을 근거로 저자가 작성한 가사노동시간 측정표와 Yoshitake (1978)가 사용한 피로증상 측정도구를 일부 수정하여 사용하였다. 자료분석은 SAS프로그램으로 일반적 특성에 따른 가사노동시간과 피로도는 t-test와 ANOVA 분석을, 가사노동시간과 피로도의 관계는 Pearson's correlation을 이용하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다.

1. 대상자의 총 가사노동시간은 평일 9.2시간, 휴일 8.9시간이었고, 영역별 가사노동시간은 식생활 시간은 평일 3.9시간, 휴일 4.2시간, 의생활은 평일 3.1시간, 휴일 1.6시간, 주생활은 평일 1.6시간, 휴일 1.4시간, 가족관리는 평일 1.3시간, 휴일 1.2시간, 가정관리는 평일과 휴일 모두가 0.5시간이었다.
2. 일반적 특성에 따른 총 가사노동시간은 연령, 직업, 종교, 가족형태, 자녀수, 현재질병, 과거질병경험, 체형인지 등에 의해, 영역별로는 교육, 월수입, 결혼기간, 가족수, 딸의 유무, 월경상태, BMI, 주거형태 등에 의해 부분적인 차이를 보였다.
3. 대상자의 총피로도는 평균 16.6점(총점 60점), 영역별로는 신체피로증상이 4.9점, 정신피로 증상이 5.2점, 신경감각증상이 6.5점이었다. 일반적 특성에 따른 피로도는 종교유무에 따라, 영역별 피로도는 종교유무, 가족수, 현재질병 유무, 체형인지에 따라 차이가 있었다.
4. 총 가사노동시간과 피로도 간에, 영역별로는 식생활, 의생활, 주생활, 가족관리 시간과 피로도 간에 유의한 관계를 보였다.
5. 신체적 피로증상은 식생활, 의생활, 주생활 시간과, 정신적 피로증상은 식생활, 가족관리, 가정관리 시간과, 신경감각 피로증상은 주생활, 가족관리 시간과 유의한 관계를 나타내었다.

이상의 결과를 기초로 다음 몇가지 사항을 제언하고자 한다.

1. 중년여성이 가사노동에 따른 피로를 어떻게 조절하고 있는지 탐색하는 연구가 요구된다.
2. 중년여성의 가사노동에 따른 피로에 대한 사회적 인식을 높이고, 가족간 가사노동에 대한 재분배를 통한 여성의 삶의 질 증진 방안이 모색되어야 할 것이다.
3. 가사노동을 통해 발생하는 피로를 예방하고 조절하기

위한 구체적인 전략이 모색되어야 하겠다.

참 고 문 헌

- 강신주, 서영숙, 최보가 (1968). 생활시간 관리의 실태 조사, 대한가정학회지, 6.
- 권여성 (1984). 일상생활에 있어서의 주부의 작업량 분석. 이화여자대학교 대학원교육학과 석사학위논문
- 권영은 (1997). 화학요법 암환자의 피로조절 행위에 관한 구조모형. 한양대학교, 박사학위논문.
- 김명자, 김금순, 김종임, 김정순, 박형숙, 송경애, 최순희 (1993). 기본간호학(상권) 현문사.
- 김신정 (1999). 정상임부가 자각하는 피로, 대한간호학회지, 29(2), 248-257.
- 김신정, 성명숙 (1998). 병원근무 간호사가 자각하는 피로, 대한간호학회지, 28(4), 908-919.
- 김옥숙 (1999). 중년 여성의 피로조절 행위에 대한 인식. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 박영숙, 이해경, 이은희, 엄영란, 강남미, 이숙희, 허명행, 김혜원 (1998). 임신중 피로에 관한 조사연구. 여성건강간호학회지, 4(3), 429-440.
- 박재순 (1995). 중년후기 여성의 건강증진행위 모형구축. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 송미령 (1992). 항암화학요법 환자의 피로에 영향을 미치는 요인에 관한 조사. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 신호철, 최창진, 송상욱, 최환석 (1993). 가정의학과 외래에 피로를 주소로 내원한 환자 분석, 가정의학회지, 14(12) 833-841.
- 양광희 (1997). 중년기 여성 피로 모형 개발. 중앙대학교 대학원 박사학위논문.
- 양광희, 한혜라 (1997). 일반 여성의 피로와 관련요인에 관한 연구
- 오희정 (1991). 도시와 농촌 주부의 가사노동 시간에 관한 비교 연구 원광대학교 가정관리학과 석사학위논문
- 윤복자(1975). 가사노동 및 작업시간. 대한가정학회지, 13(2).
- 이광옥, 신공범 (1979) 피로자각증상표에 의한 일부 신촌지역 주부들의 피로도에 관한 일 연구.
- 이종남 (1988). 울산시 공단사택주부의 가사노동시간에 관한 연구. 영남대 교육대학원 석사학위논문

- 임정빈 (1981). 도시주부의 시간관리 실태조사, 대한가정학회지, 19(2).
- 임정빈, 김명희 (1984). 가사노동 가치에 대한 주부의 의식조사 연구, 한국가정관리학회지, 2(1).
- 임현술 (1995). 산업피로의 특성 및 관리, 한국산업간호학회지, 2(2), 34-39.
- 정성택 (1987). 피로도의 측정과 판정을 위한 실험적 연구. 경희대학교 박사학위논문.
- 정옥영 (1985). 중년여성의 피로요인에 대한 탐색적 연구. 중앙대학교 석사학위논문.
- 최순영 (1994). 서울 시내 일부 국민학교와 중학교 교사의 피로도 비교. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 최은영 (1985). 전주시 주부의 가사노동시간에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 한국여성개발원 (1986). 여성의 취업 실태조사 - 기혼 여성을 중심으로. 139
- 한경미 (1989). 취업주부의 가사노동시간에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 27(2).
- Bee, H.L. & Mitchell, S.K. (1980). The Developing Person: A Life-Span Approach. Harper & Row.
- Berrios G.E. (1990). Feelings of fatigue and psychopathology: A conceptual history. Comprehensive Psychiatry, 31(2), 140-151.
- Ferrell, B. Grant, M., Dean, G., Funk, B., Ly, J. (1996). Bone tired: The experience of fatigue and its impact on quality of life. Oncology Nursing Forum, 23(10), 1539-1547.
- Gardner, D.L. & Cambell, B. (1991). Assessing postpartum fatigue. MCN, 16, 264-266.
- Given, C. Stommel, M., Gven, B., Osuch, J., Kurtz, M., & Kurtz, J. (1993). The influence of cancer patients' symptoms and functional states on patients' depression and family caregivers' reaction and depression. Health Psychology, 12(4), 277-285.
- Glaus, A. Crow, R. Hammond, S. (1996). A qualitative study to explore the concept of fatigue/tiredness in cancer patients and in healthy individuals. European Jr. of Cancer Care 5 (Suppl. 2), 8-23.
- Hart, L.K. Freel, M.I., & Milde, F.K. (1990). Fatigue. Nursing Clinics of North America, 25(4), 967-975.
- Haylock, P. & Hart, L. (1979). Fatigue in patients receiving localised radiation, Cancer Nursing, 2(6), 461-467..
- Klumpp, T.G. (1976). Some thoughts on fatigue in the older patient, Med. Times, 104(10), 87-93.
- Krupp, L.B., Alvarez L.A., LaRocca N.G., & Scheinberg, L.C. (1988). Fatigue in multiple sclerosis, Arch. Neurol, 45, 435-437.
- Kroenke, K., Wood, D.R., Mangelsdorff, A.D., Meier, N.J., & Powell, J.B. (1988). Chronic fatigue in primary care, JAMA, 260(7), 929-934.
- Lee K.A., Lentz MJ, Taylor DL, Mitchell ES, Woods NF(1994) Fatigue as a response to environmental demands in women's lives. Image 26(2), 149-154.
- Nail, L.M. & King, K.B. (1987). Fatigue. Seminar in Oncology Nursing, 3(4), 257-262.
- Nerenz, D.R., Leventhal, D.V. Love, R.R. (1986). Psychosocial consequences of cancer chemotherapy for elderly patients, Health Services Research, 20(6), 61-76.
- Pawlikowska, T., Chalder T., Hirsch, S.R., Wallace, P., Wright, D.J., & Wesseley, S.C. (1994). Population based study of fatigue and psychological distress, British Medical Journal, 308, 736- .
- Pickard-Holley, S. (1991). Fatigue in cancer patient, Cancer Nursing, 14(1), 13-19.
- Piper, B.F., Linsey, A.M., & Dodd, M.J.(1987). Fatigue mechanism in cancer patients: Developing nursing theory, Oncology Nursing Forum, 14(6), 17-23.
- Piper, B.F., Rieger, P.T. Brophy, L. Haeuber, D. Hood, L.E., Lyver, A. & Sharp, E. (1989). Recent advances in the management of biotherapy-related side effects: Oncology

Nursing Forum, 16, 27-34.

- Ream, E. K. & Richardson, A. (1996). Fatigue, a concept analysis, Int. J. Nurs. Stud., 33 (5), 519-529.
- Robinson, J.P. (1980). Housework technology and household work. Women and household labor, ed. S.F. Beak, Beverly Hills, Califor : Sage Publications. 64
- Sugarman J.R. & Berg, A.O. (1984). Evaluation of fatigue in a family practice, The Journal of Family Practice, 19(5), 643-647.
- Varricchio, C.G. (1985). Selecting a tool for measuring fatigue, Oncology Nursing Forum, 12(4), 124-127.
- Yoshitake, H. (1978). Three ccharacteristic patterns of subjective fatigue symptoms, Ergonomics, 21(3), 231-233.

-Abstract-

Key concept : Middle-aged Women, Housework Hours, Fatigue

A Study of the Housework Hours and Fatigue Levels in Middle-aged Women

Park, Chai Soon* · Oh, Jeong Ah**

Suh, Soon Rim***

The purpose of this study was to identify a relationship between housework hours and fatigue level in middle-aged women. The subjects were 204 women living in Seoul and near the city, ranging in ages of 30-59(mean=41.6 year) and were interviewed during the month of Oct. to Dec., 1999.

The following questionnaires were utilized in this study: a self reporting housework time

measurement table and a fatigue symptom scale originated from Yoshitake(1978). The analysis of the data was done by SAS program, t-test, ANOVA, and Pearson correlation. The results of this study were as follows :

1. Total mean hours of housework of the subjects were shown 9.2 hours on weekdays and 8.9 hours on weekend. Mean hours according to the area of houseworks on weekdays and on weekend were preparing and providing meal 3.9 and 4.2, doing laundry and maintaining clothes 3.1 and 1.6, keeping and maintaining house 1.6 and 1.4, caring family 1.3 and 1.2, and keeping household records 0.5 both.
2. With respect to the general characteristics of the subjects, there were significantly difference in age, job, religion, type of family, number of children, experience of present and previous illness, and perceived body size.
3. Average fatigue scores of the subjects were 16.6 of total score 60. Fatigue scores by the area were neuroperceptive fatigue 6.5, mental fatigue 5.2, and physical fatigue 4.9 in order. There were significantly differences in the score of fatigue by religion, number of family, present illness, and perception of body size.
4. There were significantly positive relationships in the scores of fatigue with the total hours of housework, preparing and providing meal, doing laundry and maintaining clothes, keeping and maintaing house, and caring family.
5. The physical fatigue scores were positively related with the areas of preparing and providing meal, doing laundry and maintaining clothes. While the mental fatigue scores were positively related the areas of preparing

* College of Nursing, The Catholic University

** College of Nursing, The Catholic University

*** Department of Nursing, Kyungpook National University

and providing meal, caring family, and keeping and maintaining house, and neuroperceptive fatigue scores were positively related with the areas of keeping and maintaining house and caring family.

The recommendations from this study were further studies to investigate how middle-aged women manage their fatigue level, increase public awareness of middle aged women's fatigue level, and develop programs for middle-aged women to help with high fatigue.