

# 청년 1인가구의 여가생활과 여가의 의미\*

Leisure Activities of Young Single-person-households

울산대학교 아동가정복지학과  
교수 송혜림\*\*

Dept. of Child and Family Welfare, Ulsan Univ.  
Professor Song, Hyerim

## 〈목 차〉

- |             |              |
|-------------|--------------|
| I. 서론       | IV. 연구내용의 분석 |
| II. 선행연구 고찰 | V. 결론        |
| III. 연구방법   | 참고문헌         |

## 〈Abstract〉

This study focuses on the leisure activities of young, single-person households. Data collection involved selecting and interviewing eight cases. The results are as follows: 1. The leisure activities of young, single people are divided between weekdays and weekends. 2. Important factors affecting these leisure activities are time, money, and cognition. 3. Respondents maintain their work-life balance by focusing on weekdays and weekends, they work and study intensively on weekdays and spend their time and money on leisure and rest on weekends. 4. Young people want a chance to meet and share their experiences with others. This point must be central to planning the Healthy Family Support Center program.

**Key Words:** 청년1인가구(young, single-person household), 여가생활(leisure), 워라밸(work and life balance), 사회적 관계(social relationships)

\* 이 논문은 울산대학교 2019년 교내연구비(과제번호 2019-0282) 지원으로 수행된 연구의 결과임

\*\* 주저자, 교신저자 : 송혜림(sangwoosong@hanmail.net)

## I. 서론

인구통계학적 맥락에서 살펴볼 때 현재 우리 사회는 1인가구의 보편화가 정착되고 있다. 1인가구 비율은 그동안 꾸준히 증가되어 왔고, 앞으로도 계속 증가될 것으로 예측된다. 다른 가구형태보다 1인가구의 증가추세가 더욱 빠르게 나타나고 있으며(통계청, 2018) 2019년 현재 1인가구 비율은 30.1%로 나타나 가장 주된 가구 유형으로 자리 잡게 되었다(통계청, 2019). 이러한 1인가구 보편화 현상은 일상생활의 변화를 초래하고 있으며, 이로써 그동안 우리가 갖고 있는 인식과 패러다임을 다시 들여다보면서 사회 전반 영역에서 재구성하고 전환의 계기를 가져다주고 있다.

한편, 다양한 지지체계와 안전망이 가족 단위 중심으로 구성되어 온 기존의 방식은 1인가구의 삶을 일시적, 임시적, 불완전한 것으로 인식하는 편견으로 이어질 수 있고, 그런 면에서 1인가구의 고립과 소외, 관계의 축소 등과 같은 문제를 야기시킬 수 있다(조영희, 2017). 그러나 1인가구의 증가 속도와 비율을 볼 때 이미 1인가구는 주된 가구유형으로 정착되고 있으며, 따라서 가족을 중심으로 구성된 사회원리와 1인가구를 중심으로 한 사회원리 간 균형을 취해야 할 필요성이 제기된다(송혜림, 2019).

먼저, 1인가구를 지원하는 정책과 제도의 활성화가 필요하다. 정책적인 측면에서는 1인가구를 개인으로 볼 때 개별 정책의 대상이 되지만, 가족과 떨어져 사는 구성원이라는 접근을 통해 1인가구가 가족 정책의 대상이 된다는 점을 고려해야 하며(송혜림, 2016), 건강가정기본법에 1인가구 조항이 포함되면서<sup>1)</sup> 1인가구를 가족정책의 명시적 대상으로 규정할 수 있게 되었다. 정책서비스를 전달하는 여러 전달체계들 역시 1인가구를 위한 사업과 프로그램, 서비스를 제공해야 하며 이를 위한 전문가, 담당인력들의

재정비도 필요하다. 예를 들어 건강가정지원센터와 같은 경우 건강가정기본법에 1인가구 조항이 포함되면서 1인가구 대상 프로그램을 활성화시켜야 하지만, 그동안 가족 단위 사업에 집중해 왔기 때문에 1인가구를 대상으로 한 사업과 프로그램 개발은 새로운 영역이라고 할 수 있다. 이러한 역할을 잘 수행함으로써 지역사회에서 1인가구를 위한 거점으로 자리 잡아야 하는 과제에 직면하고 있다(송혜림 외, 2019).

동시에 학문적으로도 1인가구의 생활실태에 대한 연구가 계속 축적되어야 한다. 특히 1인가구는 하나의 동질적인 집단이 아니라 그 안에서 성별, 연령, 1인가구가 된 동기, 1인가구로 살아온 시간, 결혼 여부, 주거지역, 직업 등 다양한 요소에 따라 일상생활과 요구도가 달라지기 때문에, 1인가구에 대한 연구 역시 그런 면에서 1인가구 생활실태의 차이와 특성, 다양성 등을 계속 분석해야 한다.

이러한 학문적 요구와 흐름 속에서 가족자원경영학 분야에서도 1인가구 연구가 활성화되고 있다. 특히 2017년 1인가구 시대 가족자원경영학의 과제와 전략을 주제로 학술대회를 개최하였고, 이를 계기로 생애주기별 1인가구의 생활실태, 1인가구의 생활시간 분석, 1인가구와 다인가구의 비교분석, 1인가구의 사회자본, 일과 여가 등 가족자원경영학 분야의 핵심적 연구주제가 1인가구와 연계되면서 1인가구 연구의 확산에 기여하고 있다.

여러 선행연구를 종합하면 1인가구 연구에서는 먼저 세대별 구분을 통해 1인가구 연구를 계속 심화시켜갈 필요가 있다. 우리나라 세대별 1인 가구 현황과 정책과제(강은나·이민홍, 2016) 연구에서는 성별과 연령 등에 따라 1인 가구는 다양한 특성이 나타나고 이들의 삶을 개선시킬 수 있는 방안들이 제시되고 있어, 1인가구 연구에서 인구통계학적 요인에 따라 집단을 구분할 필요가 있음을 알 수 있다. 또한 김윤영(2018)의 연구 결과를 보면, 1인 가구의

1) 2018년 1월 건강가정기본법 개정으로, 제 3조(정의)에 '1인가구'라 함은 1명이 단독으로 생계를 유지하고 있는 생활단위를 말한다고 명시하였다.

인구사회학적 구성은 연령에 따라 성별 수치가 다르게 나타나며 다양성이 존재하는 청년 1인 가구는 대체적으로 주거 불안을 겪고 있고 중·장년과 노년층은 사회적 고립감이 상대적으로 높아 종합적인 관점에서의 1인 가구 복지정책 수요에 부합해야 할 필요성이 강조되고 있다.

그런 맥락에서 본 연구는 청년 1인가구의 여가활동에 주목하고자 한다. 먼저 여기는 가족자원경영학의 발전과정에서 초기부터 꾸준히 연구되어오는 핵심적 주제이다. 특히 최근에는 일과 생활의 균형, 일과 여가의 조화, 워라벨 등 사회적으로 강조되는 이슈와 융합되면서 가족자원경영학의 여가연구가 갖는 실천성이 부각되고 있다. 가족자원경영학에서 여가는 생활시간의 분배를 통해 분석됨과 동시에 실태조사, 설문조사, 심층면접 등의 방법을 통해 대상자의 여가생활에 대한 분석과 진단 등이 이루어지고 있다. 특히 1인가구의 여가와 관련하여 새로운 여가트렌드로 ‘1인여가’를 제시한 연구도 있다(정영금·윤소영, 2018).

한편 1인 가구 중에서 청년 1인가구는 주로 미혼의 20-30대 1인 가구 집단에 속하는데, 선행연구에 의하면 자발적 요인보다는 비자발적 요인으로 인해 1인가구로 살아가는 비율이 훨씬 많다. 예를 들어 한국 1인 가구 보고서(정인·강서진, 2019)에 의하면 20대 1인가구의 경우 비자발적으로 1인가구가 된 비율이 73.8%로 나오고 있다. 청년 1인가구는 주로 학업이나 직장 요인으로 1인가구의 삶을 시작하게 된 경우가 많은데, 도시에 거주하며 경제적 문제와 주거빈곤 문제에 직면하고 있는 사례들이 많다(성미애 외, 2019). 젊은 청년세대의 경우 1인가구를 형성한다는 것은 경제적인 측면에서의 자율성과 독립으로 인한 장점을 취하여 선택한 결과일 수 있고, 혼자 살아도 사회적 관계 속에서 소통하는 특성도 발견할 수 있다(서지원, 2017). 또한 청년 1인가구는 결혼을 앞둔 과도기적 상태 혹은 임시적 상태라는 인식도 있지만 이에 대해서도 검토가 필요하다. 생애주기에 대한 기존의 관점에서 볼 때 미혼의 청년

시기를 결혼으로 전환하는 과정으로 볼 수 있고, 청소년기와 성인기 사이의 시기로서 학교졸업-취업-결혼이행과정의 단계로 볼 수도 있다(차승은, 2014). 선행연구에서도 청년기는 생애주기에 있어 아동기와 성인기 사이에 위치하며, 따라서 청년발달이론에 따른 청년기는 아동에서 성인이 되기 위해 준비하고 발달과업을 수행하는 과도기적 시기로 이해하고 있다(허혜경·김혜수(2015), 이수현, 2017 ‘재인용’). 그러나 1인가구가 계속 증가하는 현재 생애주기와 각 주기별 발달과제에 대한 관점 역시 변화가 필요하다. 현재 1인가구는 동기와 생활실태, 생활설계 등의 차원에서 매우 다양한 요소들로 구성된 하나의 생활단위로 볼 필요가 있다. 그런 점에서 청년 1인가구의 발달과제 역시 결혼이나 부모됨과 직결시킬 것이 아니라 1인가구로서의 삶의 건강성을 어떻게 확보하는가로 보아야 할 것이다. 특히 청년층 1인가구는 정보화기기를 사용한 문화·여가활동 참여가 더 높아(최경은, 2016) 이들 집단의 여가생활을 심층적으로 들여다보면서 여가의 어떤 의미를 포착하는 연구가 필요하다.

이러한 특성을 갖고 있는 청년 1인가구의 여가활동에 대한 연구는 청년 1인 가구 집단의 일상생활의 중요한 측면을 제시한다는 면에서 향후 1인 가구 연구에 다양한 함의점을 제공할 수 있을 것이다. 특히 시간자료를 사용하여 청년 1인가구의 식사활동과 여가를 분석한 선행연구(송혜림·강은주·김민주, 2018)에 따르면 혼자 사는 자유로운 삶, 화려한 싱글, 혼밥, 혼여 등 주로 청년 1인가구의 삶을 묘사하는 용어들에 주목하며 다른 집단과 구별되는 청년 1인 가구 집단의 특성과 생활실태에 대한 연구의 필요성을 강조하고 있다.

이런 맥락에서 본 연구는 심층면접을 활용한 사례 연구를 통해 20-30대 미혼 청년 1인가구의 여가생활을 이해하고, 청년 1인가구의 여가생활 속에서 특히 여가가 어떤 의미를 갖는지 해석하고자 한다. 이 연구를 통해 청년 1인 가구 집단의 일상생활에 대한 주요 내용들을 도출할 수 있을 것이며 청년 1인가구의

건강한 여가생활을 위한 논의를 확장시킬 수 있을 것이다. 나아가 가족자원경영학 분야에서 1인가구 연구의 활성화에도 기여할 수 있을 것이다.

## II. 선행연구 고찰

### 1. 청년세대와 여가

청년을 대상으로 한 여러 연구에서는 청년의 범주를 다양하게 규정하고 있다. 상대적으로 많은 연구들에서는 우리나라 청년 관련 정책과 제도에서 규정하는 19-34세 범주를 적용하고 있다. 청년의 여가 시간과 교제시간을 분석한 정은희와 주은선(2020)의 연구에서는 우리나라에서 청년정책 대상자를 구분하는 기준인 19-34세까지를 청년으로 규정하고 있다. 청년 여가정책을 연구한 이수현(2017)의 연구도 만 19-34세 이르는 연령 코호트를 청년세대로 보고 있다.

다른 한 편으로 연구의 주제와 내용에 따라 청년의 범주를 다르게 구성한 선행연구들도 있다. 박지남과 천혜정(2012)은 청년의 여가에 대한 연구에서 20대를 대상으로 하였고, 진미정, 한준과 노신애(2019)의 연구에서는 20-30세 사이 청년을 대상으로 결혼, 출산 가치관 등에 대한 연구를 하였다. 청년 1인가구의 삶에 대한 인식을 연구한 정순희와 임은정(2014)의 경우 25-39세 사이 청년을 대상으로 하였다. 박미석 외(2018)의 연구에서는 15-24세 사이 청년을 대상으로 국가비교 청년세대의 일과 삶의 균형에 대한 국가비교를 한 결과를 제시하고 있다. Neet 청년의 시간활용 특성을 분석한 차승은(2014)의 연구에서는 19-29세 사이로 청년 대상을 규정하였다. 청년 1인가구의 일과 경제적 독립을 연구한 고선강(2017)의 경우 20-39세를 대상으로 하였다. 이와 같이 연구마다 청년의 범주는 다른데, 본 연구에서는 20-30대 미혼 청년 1인가구를

대상으로 한다.

청년 세대의 여가와 관련된 선행연구를 보면, 먼저 청년의 여가정책을 제시한 이수현(2017)의 연구에서는 여가 자원에 주목하여 국민여가활동조사 자료를 통해 청년의 여가생활을 분석하였는데, 연구결과 현재 청년세대는 노동할 수 없음으로 인해 여가 시간이 많아지는 시간 불균등의 현상을 발견하였다. 또한 노동시간이 많고 소득이 많은 청년의 경우 여가시간이 충분하다고 느끼지 못하는 상황에서 여가만족도를 높이기 위하여 비용을 보다 활용한다는 결과도 함께 제시하고 있다. 이러한 연구는 여가와 노동의 관계를 보다 세밀하게 분석할 필요를 나타내고 있다. 심층면접을 통해 청년세대의 나홀로 문화를 분석한 박지남과 천혜정(2012)의 연구에서는 자발적 외톨이로서의 여가생활을 하는 청년세대의 욕구가 나타났으며, 혼자 하는 여가로 인한 외로움을 네트워킹으로 상쇄하고 있는 특성을 함께 발견하였다. 2014년 생활시간조사를 사용하여 청년의 여가시간을 분석한 정은희와 주은선(2020)은 청년의 여가시간을 제약하는 요인으로 유급노동, 가사양육 역할을 발견하였다. 대학생을 대상으로 심층면접을 통해 청년세대의 일-여가 관련 인식의 변화를 조사한 이현서(2020)의 연구결과, 동일한 대학 동아리활동과 관련하여 일과 여가의 관계 인식이 달라짐을 발견하여 제시하고 있다. 한편, 여가는 일-생활의 균형과 직결되는 요소라는 점에서 청년세대의 일-생활 균형을 분석한 연구의 결과를 살펴볼 수 있다. 박미석 외(2018)는 OECD 2017년 나온 삶의 질 지표를 통해 한국 청년세대의 일생활 균형을 분석한 결과, 우리나라가 유일하게 비청년 세대보다 청년세대의 개인유지, 여가시간이 짧은 것으로 나타났다.

### 2. 청년 1인가구

1인가구와 관련하여 많은 선행연구들은 세대별 차이를 강조하고 있다. 다른 1인가구 세대와 비교할

때 청년 1인가구는 주로 도시에 거주하며, 청년층이 겪고 있는 경제적 어려움과 맞물려 초혼 연령이 높아지면서 급증하였고, 자유로운 생활을 즐기는 경향이 강한 것으로 나타난다(우민희·이명진·최셋별, 2015). 청년 1인가구의 삶에 대한 인식을 연구한 정순희와 임은정(2014)의 경우 ‘정상적인 삶을 사는 청년다음’ 규범에 대한 불만, 살기위한 ‘투쟁자’ 되기, 한국사회 구성원으로 살아가기라는 세 가지 주제군을 도출하여 청년 1인가구의 특성을 정리하고 있다. 종합적으로 이 연구에서는 청년 1인 가구의 삶에 대한 경험은 기존의 다인 가구중심의 삶과는 분명히 차이가 있음을 나타내고 있다. 20대를 비롯한 청년의 1인 가구에 주목한 최효미와 김지현(2018)의 연구에서는, 최근 들어 청년 1인 가구는 크게 증가하고 있고 학업이나 취업 등의 이유로 혼자 생활하는 것이 대부분이며 청년들은 1인 가구에 대해 대체적으로 긍정적인데 특히 낮은 연령, 성별로는 남성에게 비해 여성이 1인 가구에 대한 선호가 뚜렷한 것으로 나타났다. 이런 현상은 결혼 연기 및 결혼 회피를 가속화시킬 위험이 있으므로 청년층에게 가족으로 인한 기쁨에 대한 인식 개선의 필요성 강조와 함께 가족 관계에서, 또 사회 전반의 성평등적 인식 제고가 중요하다고 하였다.

윤소영(2002)의 연구에서는 30-40대 미혼, 기혼, 1인가구의 시간사용과 여가를 비교하였는데, 그 결과 1인가구의 경우 근로시간(일에 투입하는 시간)과 가정관리 시간이 가장 많고 교제와 여가활동시간은 상대적으로 적게 나타났다. 이와 관련하여, 우민희 외(2015)의 연구에서는 1인가구가 가족 돌봄이라는 의무시간으로부터 자유로워진 반면 그 시간들은 자기 자신을 위한 시간보다는 일에 몰두하는 시간으로 전환된다는 해석을 하고 있다.

청년 1인 가구에 주목하여 그들의 사회적 관계 상태를 분석한 노혜진(2018)은 청년 1인 가구가 다른 사람과 함께 있는 시간은 하루에 약 74분 정도이고 청년 남성 1인 가구에 비해 여성 1인 가구가 사회적 관계 시간이 더 길며 월평균 개인소득이 사회적 관

계 시간에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 과정에서 청년 지원 정책의 범위 확대와 청년의 사회적 관계망을 형성하는 새로운 사회안전망 구축을 제안하였다. 특히 이 연구에서는 청년 1인가구의 특징으로 고학력, 주거와 빈곤문제 등이 부각된다고 강조하고 있다. 청년 1인가구의 사회적 자본을 분석한 서지원(2017)의 연구 결과, 신뢰 변수를 제외하고 수용, 유대, 기부, 자원봉사 변수에서 1인가구가 비1인가구에 비해 높은 수준을 보였으며 통계적으로 유의한 차이를 나타냈다.

다음으로 생활시간자료를 사용하여 청년 1인가구의 여가활동을 분석한 선행연구(송혜림 외, 2018)를 보면 여가를 위한 이동시간을 포함하여 총 여가시간은 하루 평균 4시간 45분 정도로 나타났다. 시간투입량으로 볼 때 미디어 이용이 가장 높게 나타난 반면 참여활동이나 자원봉사활동은 매우 미약한 수준으로 나타났다.

1인가구를 대상으로 각 세대의 여가 특성을 다루는 연구에서 청년세대 1인가구는 다른 연령의 1인가구와 비교하여 ‘자기’를 강조하고, 정체성을 표현하는 성격을 띠고 있으며, 자기계발이나 사회적 관계 유지에도 적극성을 보이며, 취미생활에 대한 욕구가 높게 나타났다(최경은·윤주, (2013); 안신현, (2012); 정경희 외, (2012), 우민희 외, 2015 ‘재인용’). 심층 인터뷰를 통해 청년 1인가구의 여가경험을 분석한 김지혜와 윤지인(2020)은, 청년 1인 가구의 여가경험 행태를 나 홀로 여가, 집에서 즐기는 여가, 소셜 미디어 활용, 삶의 균형 등으로 구분하고 있다. 또한 이들 청년 1인가구 대상자들에게 있어 여가경험의 의미를 몰입과 기분전환, 재충전, 즐거운 경험, 나를 알아가기, 성취감, 현재의 행복 추구로 나타내고 있다.

노혜진(2018)의 연구에서는 청년 1인가구의 여가활동특성으로 혼자 문화활동을 하고 운동을 하며 여가를 누리는 시간은 청년 1인가구가 225분으로 모든 유형의 가구 중에서 가장 길다는 결과를 제시하고 있다. 연구자는 이러한 결과를 통해 청년 1인가구의

삶이 누군가와 함께 하기보다 혼자 하는 시간으로 채워져가고 있음을 확인할 수 있었음을 강조하고 있다. 이러한 함의점은 본 연구에도 적용되어, 심층면접을 통해 청년 1인가구의 여가활동을 분석한 결과가 과연 선행연구와 일치하는지를 검토할 필요가 있을 것이다.

강은주(2018)의 연구는 청년 1인가구의 여가시간을 분석하였는데 실시간 방송보기와 같은 활동의 비중이 크고, 세부적인 여가활동 안에서 성별 차이가 있다는 점을 발견하였다.

양지명과 정영금(2019)은 청년 1인 가구의 일과 여가를 통한 삶의 의미를 찾는 것이 매우 중요하므로 이들의 일-여가 균형을 위해 우선적으로 안정된 노동환경이 전제되어야 하고 여가의 영역에서는 다양한 여가참여 기회보장과 여가를 통해 긍정적인 삶을 체험할 수 있는 여가활동의 효과성에 대한 충분한 논의, 다양한 프로그램 개발이 필요하다고 하였다.

이처럼 청년 1인가구의 경우 여가생활 실태 뿐 아니라 워라벨, 건강한 여가를 지원하기 위한 프로그램 등이 중요한 주제로 등장하고 있음을 알 수 있다.

### III. 연구방법

본 연구는 질적연구 방법 중 사례연구 방법을 적용하여 청년1인가구의 여가생활을 이해하고 그 의미를 파악하고자 한다. 연구 자료 수집 방법으로 심층면접을 적용하였고, 다음과 같이 면접 참여자 선정을 위한 기준을 설정하였다. 먼저, 연구의 목적에 맞게 면접 참여자 선정을 위한 기준을 설정하였다. 첫째, 생활시간의 측면에서 여가생활은 취업이나 학업 등의 활동과 대비되는 활동영역이라는 점에서 취업(규칙적인 구직활동 포함) 혹은 학업을 기본으로 하는 20-30대 미혼 집단을 대상으로 하였다. 둘째, 1인 가구로서의 일상생활과 그 안에서 여가생

활을 분석하고자 하였으므로, 1인가구로 산 기간이 최소 1년 이상인 참여자를 고려하였다. 이러한 기준에 따라 1인가구로 산 기간이 1년 이상인 20-30대 미혼 1인가구 8사례를 최종 면접 참여자로 선정하였다.

심층면접은 2019년 8월-10월 중 진행하였다. 먼저 심층면접의 취지를 설명하고 녹취 동의를 받아 진행하였으며, 심층면접 전에 이메일로 대략적인 면접내용을 전달하였다. 심층면접은 3-4시간 정도 소요되었다.

심층면접을 실시함에 있어 면접에서는 본 연구의 주제에 따라 1인가구의 여가생활을 분석할 수 있는 반구조화된 질문지를 사용하였다. 질문지의 주요 구성과 내용은 아래와 같다.

첫째, 면접 참여자의 기본적인 사항으로 성별, 연령, 현재 하고 있는 일(학업, 직업 등), 월 평균 소득 등이다.

둘째, 1인가구로서의 삶에 대한 내용으로 1인가구가 된 동기, 1인가구로 살아온 시기, 현 거주지역 선택 동기, 가족과의 교류, 1인가구 생활에 대한 전반적인 만족도, 앞으로의 삶에 대한 전망, 일상생활에서의 문제점 등을 함께 질문하였다.

셋째, 여가생활과 관련된 내용이다. 주중과 주말 주요 여가활동실태(구체적인 활동, 함께 하는 사람, 여가지출 등), 여가활동에 대한 요구도와 만족도, 워라벨에 대한 자기평가 등을 질문하였다.

면접 과정에서 질문지의 내용을 먼저 제시하여 응답하게 하였으며 면접 참여자의 응답에 따라 추가적인 질문으로 연결하였다. 특히, 본 연구에서 원래 청년 1인가구의 여가생활 전반에 대한 질문을 구성하였는데, 면접과정에서 여가가 갖는 특별한 의미가 부각되었기 때문에 여가의 의미를 추가적인 주제로 선정하여 면접을 진행하였다.

면접 후에는 녹취록 그리고 면접과정에서 메모한 내용을 중심으로 하여 항목별로 정리를 하였고, 이 자료를 분석에 활용하였다. 연구문제와 부합되는 내용을 중심으로 영역화 하였고 내용별로 의미를 부여

〈표 1〉 면접참여자의 기본적 특성

사례	현재 하고 있는 일	1인가구 동기	1인가구 기간	월평균소득(만원)
1(여, 27세)	직업인(사무직)	직업	1년	250
2(여, 36세)	직업인(전문직)	직업	7년	350
3(남, 29세)	직업인(사무직)	가족 이민	3년	200
4(남, 32세)	대학원생	독립 요구	1년	150(부모님이 지원)
5(여, 31세)	대학원생, 아르바이트	학업	3년	130
6(남, 38세)	구직 중	직업(퇴직 전)	8년	150(가족의 지원)
7(여, 26세)	대학원생, 아르바이트	학업	2년	180(50만원은 가족이 지원)
8(남, 38세)	직업인(전문직)	직업	5년	380

하는 방식으로 면접내용을 정리하였다.

제보자의 기본적 특성을 정리하면 〈표 1〉과 같다.

## IV. 연구내용의 분석

### 1. 청년 1인가구의 일상

#### 1) 다양한 독립의 계기 - 학업, 직업, 독립요구 등

먼저 1인가구로 독립한 계기를 보면 학업, 직업 그리고 독립에 대한 요구 등 다양한 요인들이 나타났다. 이러한 요인들과 함께 자발성 여부를 구분해 보면 독립에 대한 요구를 갖고 몇 년 동안 모은 목돈으로 대학원에 입학하면서 1인가구가 된 경우(사례 4) 그리고 직장생활을 오래 하면서 자연스럽게 1인가구로서의 삶을 준비하여 승진과 함께 1인가구로 독립한 경우(사례 2)를 제외하고 나머지 여섯 사례는 학업과 직업, 가족의 이민 등의 여건상, 본인의 의지와 상관없이 비자발적으로 1인가구로서의 삶을 시작하게 되었다. 비자발적으로 1인가구가 된 제보자들 대부분은 여건이 허락한다면 다시 가족과 함께 살고 싶은 바람을 공통적으로 나타내고 있었다. 즉, 1인가구로서의 삶에 대한 동기가 자발적인가 비자발적인가 여부는 앞으로 1인가구로 계속 살고 싶은가와 관

련이 있는 것으로 보인다.

“가족이 갑자기 이민가면서 모두 떠나고 저 혼자 남았고, 저도 (영주권)수속 중인데, 빨리 가족과 살고 싶어요, 이런 삶은 제가 기대한 것도 아니고 계획한 것도 아니라서..” (사례 3)

“아버지 은퇴하면서 미니멀 라이프 그런 삶을 사신다고 부모님께서 집을 줄이셨고, 그래서 제가 어쩔 수 없이 나와서 살게 되었는데, 부모님께 좀 섭섭한 것도 있지만, 어쨌든 부모님의 선택을 존중하기는 한 거죠, 그래도 저는 여전히 혼자 사는 거에 적응이 잘 안 돼서, 한 2년 되었지만, 계속 부모님을 설득 중이에요 같이 살자고” (사례 7)

“나와 사니까 좋은 점도 있지만, 갈수록 일이 바빠지니까 잘 못 챙겨먹고 집도 엉망이라..근데 부모님 사시는 집이 좁아서, 그것만 해결되면 언제라도 집에 들어가고 싶어요.” (사례 3)

이와 비교할 때 자발적으로 1인가구가 된 사례들은 앞으로도 계속 1인가구로 살기를 원하고 있었다.

“저는 원래부터 독립을 꿈꾸었고, 그래서 저축을 했고, 부모님을 계속 설득했고, 지금 혼자 사는 삶에 매우 만족하고 있습니다. 결혼이나 그런 변수가 물론 생길 수도 있겠지만 저는 앞으로도 이런 삶을 계속 살고 싶어요.” (사례 4).

“저는 혼자 사는 삶을 선택할 때 뭔가 계기가 필요했는데 저에게는 그것이 승진이었고, 승진하면서 연봉이 높아져서 차도 사고 지금 아파트 보증금도 낼 수 있게 되었고.. 앞으로도 이렇게 계속 살고 싶어요, 결혼이나 가족과 함께 같이 사는 삶은..일단은 생각하고 있지 않습니다.” (사례 2)

이는 1인가구로서의 삶을 시작하는 동기의 자발성 여부가 앞으로의 삶에 대한 계획에도 영향을 미친다는 것을 시사한다. 물론, 연구 참여자들이 청년이고 1인가구로 산 기간 자체가 그리 길지 않은 경우가 많다는 점에서 앞으로의 생애설계가 매우 유용적이기는 하지만, 1인가구에 대한 분석에서 그 동기의 자발성 여부는 매우 중요한 요소가 된다는 점을 확인할 수 있다.

## 2) 경제적 요건에 따른 주거선택

현재 주거지역과 거주지를 선택한 이유로는 주로 경제적인 측면이 부각되고 있다.

“저는 1순위가 돈, 그 다음이 안전을 생각했죠. 아무래도 부모님께서 보증금을 내주셨으니까. 직장생활 시작하면서 지방에서 서울로 올라왔는데 주거비가 이렇게 높을 줄은 몰랐어요.” (사례 1)

“몇 년 동안 저금을 했지만, 많이 부족하죠, 당연히 보증금과 월세가 저렴한 곳을 선택했죠.” (사례 4)

“(퇴직 전 직장 때문에) 처음 혼자 살게 됐을 때 보증금은 부모님과 형이 보태주었지만 월세와 생활비는 제가 내야 하니까, 월세싼 곳을 선택했죠. 지금은 구직 중이라 다시 부모님과 형이 용돈과 생활비를 주니까 계속 쪼들리고..” (사례 6)

그 외의 사례들은 직장과의 거리, 편의시설, 안전 및 보안 등이 주거지 선택의 이유로 나타났다. 특히 여성 제보자들은 주거선택에서 안전을 더 고려했다는 응답을 하였다. 위 사례 1 그리고 아래 사례 5와 사례 7이 이에 해당한다.

“당연히 학교 근처에서 살 집을 구했고 월세도 중요하지만 파출소가 가까운가, 밤길 이 위험하지 않을까 그런 면들도 중요하게 생각했죠, 아르바이트 하면서 생활비가 빠듯하지만 그래도 안전이 중요하니까” (사례 5)

“부모님의 도움을 받아 생활해야 하지만 그래도 집 보러 다닐 때 안전한 곳인가를 가장 중요하게 생각한 것 같아요, 그래서 도로변에 있는 집을 구했고 시끄럽기는 하지만 그건 안전과 바꿨다고 생각하고..” (사례 7)

## 3) 1인가구 삶의 장점과 단점 - 독립과 자유 vs 경제적 부담과 불편함

한편, 본인의 계획이나 의지와 상관없이 1인가구로 살게 된 경우라도 현재의 삶에서 불편한 점 그리고 장점은 골고루 나타나고 있다. 즉, 1인가구 삶의 동기가 자발적이라고 해서 장점만 인식한다거나 비자발적인 1인가구라고 해서 불편한 점만 표현하는 것은 아니고, 모든 사례들이 불편함과 장점을 다 경험하고 있다.

먼저 혼자 사는 삶의 좋은 점으로는 자유로움, 편안함, 자신만의 시간과 공간, 자립성, 부모님(가족)의 통제로부터 벗어남 등이 부각되고 있다. 가장 많은



답변인 자유에 대해 대상자들은 자유와 편안함 안에서 다양하게 응답하였는데, 개인 활동에 제약이 없으며, 자신의 계획대로 할 수 있다는 점, 부모님의 통제가 없다고 응답하였다.

“생활의 모든 면을 내가 알아서 한다는 점? 내 공간을 꾸미고 내가 하고 싶은 것을 내가 하고 싶은 시간에 하고.. 제약도 없고, 그런 점이 제일 좋지요, 혼자 사는 불편함도 있지만, 이런 자유로움 편안함도 커서, 이렇게 계속 살고 싶은 거죠” (사례 8)

“원했던 것이기는 해도 처음에는 혼자 산다는 것이 겁이 나기도 했는데, 조금 지나고 나니까 편안함이 참 큰 것 같아요 잔소리 하는 가족이 없다는 점이 처음에는 제일 좋았고, 지금은 내 공간 내 시간을 침해받지 않아도 된다는” (사례 2)

“아무래도 가족과 함께 살 때는 의지하게 되고 그런데 지금은 모든 것을 저 혼자 해야 하니까 자립심 독립성 그런 것이 생겨서 저 스스로도 뿌듯하죠.. 책임감도 더 커진 것 같고, 훌쩍 어른이 된 것 같은 자부심” (사례 3)

반면, 혼자 사는 것의 단점이나 불편함으로는 식사 해결, 경제적 부담 그리고 외로움이 부각되고 있다. 특히 혼자서 식사를 해결하는 것이 어렵거나 시간이 많이 걸린다는 점은 피면접자들에게서 공통적으로 나타났다.

“일단은 귀찮죠. 그래서 굶는 적도 많고, 뭔가 하려면 큰 맘 먹어야 되고 대충 하면 맛이 없고, 배달음식도 한 두 번이지.. 그래서 식욕도 없어진 것 같고” (사례 8)

“혼자 살고 처음에는 부엌도 깨끗하고 그릇도 새 거라서 요리도 자주 하고 했는데, 지금은 시간이 없고 귀찮고, 혼자 먹는 음식이라도 식재료는 일정한 분량 사야 하니까

버리는 것도 많고, 비경제적이예요 시간 면으로도 그렇고” (사례 5)

“제가 하면 맛이 없어서...음식 하면서 질리고, 남이 해 준 밥처럼 맛이 없고 혼자 먹으니까 더 그렇고” (사례 6)

특히 좁은 주거공간과 주방공간은 식사준비의 불편함에 영향을 주어, 결과적으로 집에서 식사를 안하게 하는 요인이 되기도 한다. 청년 1인가구의 제한된 경제력, 좁은 주거공간이 돌봄과 소비, 사회적 관계 형성 등에 영향을 미치고 있음을 확인할 수 있다.

“집이 좁으니까 음식 하는 것이 여러 모로 불편해요 환기도 안 되고 음식냄새가 오래 가고 옷이나 이불에서도 냄새가 나고, 그래서 저는 간단히 레인지에 돌려먹는 거 외에는 거의 안 하죠” (사례 4)

“(원룸) 옆집에서 무슨 음식 하는지 금방 알 정도라, 무슨 찌개나 구이 이런 거는 생각도 못 하고, 그저 간단한 거만 하고” (사례 1)

경제적 부담 역시 공통적으로 나타나는 어려움이다. 일단 주거비 지출이 일정 부분 차지하기 때문에 나머지 비용을 절약해야 하는 사례들을 볼 수 있다.

“집에서 사는 친구들은 월급으로 적금도 들고 용돈 쓰고, 그런데 저는 월세도 내야 하고, 혹시 보증금 올리면 그것도 내야 해서, 늘 넉넉하지가 않죠.” (사례 3)

“딜레마처럼, 혼자 사는 것이 참 편한데, 월세 부담 때문에 친구랑 같이 살까, 그런 생각도 가끔 하죠.” (사례 5)

이상과 같이 본 연구에서 면접한 청년 1인가구의 일상생활에서는 비자발성, 경제적 어려움, 좁은 주거의 제한성 등이 부각되고 있다.

## 2. 청년 1인가구의 여가생활

청년 1인가구를 대상으로 면접을 하는 과정에서 이들 여가생활과 관련된 현상으로 주중과 주말의 차이가 분명하게 나타났다. 그리고 이러한 점은 워라벨에도 영향을 미치고 있음을 발견하였다.

### 1) 주중과 주말로 구분되는 여가

주중과 주말의 여가 차이는 근본적으로 시간적인 이유가 가장 큰 것으로 분석할 수 있다. 주중과 주말 모두 혼자 보내는 경우 그리고 주중에는 혼자 보내지만 주말에는 가족이나 친구와 함께 여가생활을 하는 경우로 구별할 수 있다. 일단 면접참여자 대부분의 주중 여가는 집에서 티비 보기, 스마트폰으로 영상보기와 정보 찾기 등 소극적 여가에 집중되어 있으며 학업과 직업으로 인해 시간적 여유가 없는 것이 가장 큰 이유다.

“주중에는 일단 시간이 없고 출퇴근시간이 길고 퇴근 후 몸도 피곤하고 그래서 어디가고 누구를 만나고 그럴 여유가 없죠, 그냥 늘 티비를 틀어놓고, 그거 보고..” (사례 8)

“과제가 많아서 귀가시간이 늦어요. 그래서 집에 오면 꼼짝도 하기 싫죠. 아무 것도 못 해요 잠도 모자라고” (사례 4)

또한 경제적 여유가 없는 것이 적극적 여가활동을 하지 못하는 이유가 되기도 한다.

“시간도 없지만 돈도 없죠, 혼자 살면서도 아직 경제적으로 독립을 못 한 상태라, 근데 놀거나 뭐라도 하려면 돈이 드니까 많이 참게 되죠.” (사례 7)

“직장생활 한 지 얼마 안 됐고 대출 받아 보증금 냈기 때문에 경제적으로 여유가 없어요, 대출금 갚을 때까지는 여행이나 뭐 그런 거는 포기...” (사례 1)

“돈이 많으면 꼭 하고 싶은 여가가 뮤지컬 보는 거, 콘서트 가는 거, 그런 거예요, 지금은 1년에 한 두 번 가기도 힘들죠.” (사례 5)

한편 현재 구직 중인 사례 6은 자격증 취득을 위한 학원공부와 도서관공부로 여가시간이 없으며, 이에 더하여 심리적으로도 여가를 누릴 만한 여유가 없어서 주말 여가도 거의 없는 편이다.

“직장 다닐 때는 주중에는 바쁘지만 그래도 주말에는 여유가 있었는데, 지금은 어디 출퇴근하는 것도 아닌데 여유가 더 없어요, 주말에도 놀거나 쉬는 것이 좀 불안하고, 주말에도 뭔가 공부를 하거나 취직을 위한 준비를 해야 한다는 막연한 불안감..그래서 주말에도 집에서 티비 보는 것 외에 여가는 거의 없다고 봐야할 것 같은데” (사례 6)

주중 혼자 소극적 여가활동을 하는 공통점에 비해, 피면접자들의 주말 여가는 서로 다른 모습으로 나타났다. 가족이나 친구와 만나고 운동, 자원봉사활동 등 적극적 여가를 하는 사례가 있다.

“주중 열심히 일하고 놀지 못 하니까 주말은 뭔가 나를 위한 보상을 하려고 하죠, 규칙적으로 운동하고, 가족이나 친구와 비싼 음식점도 가고, 1박 2일 캠프도 가고..그것이 주중 힘들음을 견디게 하는 에너지가 되죠.” (사례 8)

사례 8의 경우 전문직이라 여가활동에 있어 경제적 부담을 고려하지 않는다. 사례 2 역시 소득이 안정적인 편인데, 이러한 경제적 요인은 주말 여가에 집중할 수 있게 하는 요인으로 작용한다.

“제가 혼자 살고 소득도 안정적이고 저축도 있고, 연구원이라 주중에는 밤늦게까지

일하는 경우도 많은데 주말 이들은 무조건 일은 안 하려고 하죠, 전에는 집에 일거리를 갖고 가기도 했는데, 승진 하면서 의도적으로 그걸 끊었어요. 업무 관련해서는 전화나 이메일 카톡 모두 무시하고, 온전히 놓고 쉬는 데 집중하죠, 친구와 영화 보고 브런치 모임, 독서모임 등 모임도 많이 만들어냈고” (사례 2)

이와 같이 면접참여자인 청년 1인가구의 여가가 하루 단위가 아닌 주중과 주말로 구분되는 데에는 시간이나 돈과 같은 자원의 영향이 크다는 것을 알 수 있다.

## 2) 워라벨의 단위 - 하루가 아니라 주중과 주말

이처럼 주중과 주말의 여가생활 차이가 명확하다는 점은 이들 집단의 워라벨에도 직접적인 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 워라벨과 관련하여 면접 참여자들은 하루 안에서의 워라벨 보다는 주중과 주말을 기준으로 워라벨을 인식하는 경우가 많았다.

“워라벨이 중요하기는 한데, 저는 근무시간이 길어서, 주중에는 일 중심으로 사니까, 오히려 워라벨이라는 것이 주중에는 일, 주말에는 여가와 개인적 생활, 이런 식으로 구별될 것 같고, 큰 불만 없습니다.” (사례 8)

“주말에 잘 쉬기 위해 주중에 일을 더 많이 하는 편이죠, 의식적으로 주중과 주말로 나누고, 주중에는 놀 시간도 없고 사실 신체적으로도 힘들어서, 주말에 몰아서 쉬고 놀죠, 그것도 워라벨이죠.” (사례 2)

대체근무가 가능한 사례는 주중 하루 주말 하루를 휴식과 여가에 배분하고 있다.

“원래 근로계약 할 때 화-토로 계약을 했고, 토요일 근무하는 경우가 많죠. 그런 때

는 월요일이건 수요일이건 하루 대체휴가를 받으니까, 오히려 주말에 토요일 일요일을 쉬는 것보다 토요일 쉬고 주중 하루 쉬고, 그러면 좋은 점도 많아요. 주말처럼 사람들이 많이 안 몰리니까 영화나 쇼핑 운동을 편하게 할 수 있죠.” (사례 1)

“수업이 당연히 주중에 있으니까 수업 듣고 과제하고 그러면 주중에는 시간이 별로 없죠, 대신 주말에 가능하면 많이 쉬고 놀죠, 주중에는 과제 하느라 다섯 시간 정도 자는 날도 많죠, 주말에는 엄청 자죠. 일단, 그리고 친구 만나고 영화보고 놀러다니고” (사례 4)

가족과 함께 사는 사람들은 퇴근 후 가족과 함께 자연스럽게 시간을 보내고 그것이 곧 여가가 될 수 있는 반면, 1인가구의 퇴근 후 삶은 자신이 의도적으로 계획하지 않는 한 혼자 지내는 시간의 연속이며 대부분 그저 쉬는 의미에서 크게 벗어나지 않는 것으로 보인다. 이를 대체하기 위하여 주말이나 비근 무일에 상대적으로 훨씬 역동적이고도 적극적인 여가생활을 하면서, 워라벨을 유지하는 것으로 보인다.

## 3) 보통 수준의 여가 만족도와 여가 요구

한편 조사대상자들에게 여가생활에 대한 만족도를 함께 질문하였는데, 여가만족도의 경우 대부분이 보통 정도의 수준으로 나타났다. 충분히 만족하지는 않지만, 현실적인 여건이 그리하니 크게 불만할 것도 아니라는 응답으로 수렴된다.

“물론 만족하지 않죠. 주중에는 바쁘고 주말에는 시간이 있지만..일단 돈이 없고 마음 맞는 사람이 늘 함께 여가를 할 수 있는 것도 아니고...근데 지금 제 상황 상 그건 당연한 거고” (사례 1)

“하고 싶은 만큼 다 하고 살 수는 없죠 2박 3일 해외여행 가려고 2년 동안 돈을 모으

고 그런 상황이니..근데 대부분 그렇게 사는 것 같아요, 조금 더 시간이 지나고 여유가 생기면 나아지겠죠.” (사례 6)

“혼자 산다고, 심심하다고 그래서 아무하고나 놀 수는 없는 거죠, 친밀하고 익숙한 사람이어야 여가도 같이 하는 거니까...그래서 혼자 노는 것도 좋고 큰 문제없죠.” (사례 8)

본 연구의 참여자들이 인식하고 있는 여가 만족은 취업과 학업으로 인한 시간의 제약 그리고 청년 세대는 접에서 아직은 충분한 경제력을 갖고 있지 않는 현실의 수용을 반영하고 있다. 여가 만족을 위해서는 시간과 돈이라는 자원 그리고 여가를 함께 할 수 있는 친밀한 사람이 중요한 요인이라는 점도 함께 강조할 수 있을 것이다. 이와 같은 점은 아래 제시되는 것처럼 더욱 풍요롭고 건강한 여가생활을 위한 요구도에서 잘 나타나고 있다. 먼저 여건이 허락된다면 어떤 여가활동을 하고 싶은가 라는 질문에 여행, 고급 관광 등이 부각되었다.

“물론 여행이 제일 하고 싶죠. 돈도 필요하지만 시간도 없어서, 좀 긴 여행을 언젠가 하고 싶어요.” (사례 3)

“일주일 이상 해외여행 그 다음은 오페라나 뮤지컬 좀 비싼 그런 거..돈도 없고 시간도 없어서 지금은 꿈만 꾸죠.” (사례 5)

한편 긴 여행과 온전한 여가를 위해 새로운 직업을 준비하는 사례도 있다.

“전문직이라고 해도 물론 여름휴가 일주일씩 두 번 낼 수 있지만, 제 꿈은 6개월 혹은 1년 정도 일 안 하면서 여행하고 쉬고 놀고 그런 거라, 제 친구가 다니는 직장은 5년 일하면 6개월 안식월 뭐 그런 게 있다고 해서, 물론 월급은 여기보다 적지만, 안식월은 직장인에게는 꿈같은 거죠, 그래서 아직 생각을

하죠, 여기서 10년 채우고 나서” (사례 2)

분석 결과, 여가에 대한 만족도 그리고 미래 여가생활에 대한 요구는 시간과 돈이라는 자원과 직접 연계된다는 것을 확인할 수 있다. 동시에 여가를 함께 할 사람도 여가만족이나 인식에 영향을 주는 주요 요인임을 알 수 있다.

### 3. 청년 1인가구에게 여가의 의미

청년 1인가구의 여가생활을 분석하는 과정에서, 이들 집단에게 여가는 단지 휴식하고 에너지를 재생산하는 의미에 국한된 것이 아니라 사회적 관계를 형성하고 타인과 소통하며 돌봄을 확장하는 중요한 장치가 된다는 점을 발견하였다.

#### 1) 사회적 관계, 경험의 공유

청년 1인가구에게 있어 여가생활은 시간과 돈이라는 자원의 영향을 받으면서 동시에 자신의 삶에서 여가가 어떤 의미를 갖는가에 대한 인식에 의해서도 달라진다고 할 수 있다.

“혼자 사는 삶이고 주중에는 바쁘고 주로 저 혼자 지내죠, 그러다 보면 뭔가 소외감이랄까 세상에서 멀어지는 그런 느낌, 그래서 주말은 일단 누군가를 만나려 하죠, 그래서 주말은 무조건 누군가를 만나고 집 밖으로 나가고 영화를 보던 어디를 가던 누군가와 함께..그렇게 하죠.” (사례 5)

“주말까지 집에 있으면 기분이 매우 우울하죠, 돈은 여전히 부족하지만, 돈 조금 들면서 할 수 있는 여가도 있으니까, 사람들을 만나고 얘기하고 산책하고 구경하고..그렇게 노력하죠.” (사례 4)

청년 1인가구에게 주말의 여가를 누군가와 함께 한다는 것은 단지 외로움을 해결하는 차원이 아니라,

내가 경험하지 못한 또 다른 세상을 간접적으로 공유하면서 사회와 소통하는 의미도 부각된다.

“처음에는 저처럼 혼자 사는 친구들을 주로 만났죠 주말에, 근데 지금은 생각이 달라졌어요, 결혼한 친구와 그 가족들을 만나면, 제가 모르는 세계니까, 그런 세계를 공유하면서” (사례 2)

“저는 앞으로도 굳이 결혼을 할 생각이 없는데, 친척모임이나 그런 데서 어린 아이들을 보면 궁금해지죠. 부모들은 다 아는 아이들의 모습을 저는 모르니까. 그래서 아이를 기르는 친구를 일부러 만나고 그 집에 놀러가서 아이들도 보고 같이 놀고 그런 시간들을 만들려고 하죠, 어린 아이들과 보내는 시간은 즐겁기도 하고 새롭기도 하고 여러모로 유익한 여가죠.” (사례 8)

주말에는 일부러 티비를 안 보고 가끔씩 밖에 나가서 많은 시간 보낸다는 사례도 있다.

“주중에는 보던 안 보던 티비를 늘 켜 놓거든요 ..근데 주말에도 밖에 안 나가면 하루 종일 티비만 보고 있더라고요 제가, 근데 그런 날은 밤에 엄청 후회되고 짜증나고 그래서, 아예 주말에 약속도 많이 잡아놓고, 약속 없으면 카페라도 가죠, 여하튼 주말은 집에 있기보다 밖에 나가고 누군가를 만나고 그래야, 저처럼 혼자 사는 사람에게 뭔가 균형 이런 것이 생기는 것 같아서” (사례 5)

이처럼 본 연구의 참여자들인 청년 1인가구에게 여가는 누군가와 관계를 맺으면서 소통하는 장치로 기능하고 있음을 알 수 있다. 위에서 제시한 것처럼 이 연구의 면접 참여자들은 주중 그리고 주말로 구분되는 여가생활을 하면서 주중은 주로 혼자 쉬는 소극적 여가를, 주말에는 다른 사람과 만나고 함께

지내면서 보다 적극적인 여가를 하는 방식으로 사회적 관계망을 형성하고 있었다. 여가는 사회적 교류와 소통, 경험 공유 등과 결합되면서 또 다른 의미로 확장되고 있음을 알 수 있다.

## 2) 여가를 통한 나눔

1인가구를 대상으로 한 건강가정지원센터의 프로그램이 나눔과 소통, 돌봄 등의 지향성을 담보해야 한다는 선행연구(성미애 외, 2019 재인용)에서는 자조모임이나 자원봉사활동을 프로그램 안에 포함시켜야 한다는 함의점을 제시하고 있는데, 본 연구에서도 면접참여자들은 자원봉사에 특별한 의미를 부여하고 있었다.

“혼자 산 지 꽤 됐죠 8년째, 서른 살 되던 해 취업을 하면서 독립을 했거든요, 편하고 좋은 점도 많지만, 저의 관심과 시간과 에너지가 모두 저에게만 집중되니까, 다른 사람과 잘 어울리지 못하고 이기적인 사람이 되겠다 싶은 두려움 그런 것이 생겨서, 직장에서 자원봉사 동아리활동을 시작했죠..누군가를 돕는 것이지만, 그것보다는, 누군가와 무엇인가를 나누는 의미가 더 크고, 제가 오히려 그런 면에서 도움을 받는 거죠” (사례 6)

“일하느라 바쁘지만 요리학원을 다녀볼까 생각한 이유가...누군가를 초대하고 싶고 그 사람을 위해 요리를 하고 싶고 그런 마음이 들어서, 그러려면 음식솜씨가 있어야 하니까...학원 생각을 하게 된 거죠, 1년 전에 봉사단활동을 시작했는데, 같이 음식을 만들어서 어르신 데에 배달하는 활동인데, 누군가를 위해 무엇인가를 한다는 그 자체가, 힘들고 아니고를 떠나서, 기쁨이죠, 봉사활동 하면서 뭔가 혼자 살기 때문에 가졌던 소외감이랄까 불안감 그런 것이 좀 많이 사라졌어요.” (사례 3)

면접참여자들에게 자원봉사는 단지 다른 사람을 위한 봉사에 국한되는 것이 아니라 타인과의 나눔을 경험하고 혼자 사는 삶을 조금 더 균형적으로 만드는 특별한 의미를 갖고 있는 여가로 해석할 수 있다.

다른 한 편으로 취미와 여가생활의 결과물을 다른 사람과 나누면서 보람을 느끼는 사례도 부각되었다.

“집이 좁아서 누구를 초대할 수는 없지만, 저만의 레시피를 개발해서 조금 더 많이 해서 주말에 친구 만날 때 선물하고” (사례 1)

“바쁘죠 바쁜데 새로운 취미로 공방에 다니면서 소품 만들기를 시작했는데, 처음에는 그냥 단순히 취미생활 그런 거였는데, 두 개 만들어서 하나는 직장 동료 생일선물로 주고, 계속 더 많이 만들어서 주변 고마운 분들께 드리고...그러면서 훨씬 재미도 있고 보람도 있고...” (사례 8)

이러한 사례들 역시 면접 참여자들에게 있어 여가의 의미가 봉사나 나눔과 연결되는 특성을 나타내고 있다.

### 3) 여가와 돌봄의 결합

면접 과정에서 발견한 바, 지역사회 전달체계에서 어떤 프로그램을 제공하면 좋을 것인가와 관련하여 모임에 대한 요구가 부각되었다. 청년 1인가구에게 모임은 어떤 의미를 갖는지 추가적인 면접을 통해 모임과 친밀감 그리고 돌봄의 연계성을 확인할 수 있었다. 친밀한 사람과 여가를 함께 하고 싶은 요구 거기에 더 나아가 한 번 친밀감이 형성되면 여가를 넘어 일상에서 돌봄의 지원과 같은 품앗이 형태의 공동체 활동이 가능하다는 것으로 해석할 수 있다.

“혼자 노는 것이 심심하다고 아무하고나 놀 수는 없죠, 기관 같은 데서 프로그램을 한다면, 우선은 함께 모이는 기회가 될 것이

고, 처음에는 어색하겠지만 몇 번 모임을 하다보면 친해지고, 그런 계기가 필요한 거죠” (사례 6)

“저도 주민센터에서 하는 (혼자 사는 사람들을 위한) 쿠킹클래스를 가 봤는데, 모르는 사람들이 모여 요리를 하는 것은, 글썽 별로, 무슨 의미가 있을까 싶어요, 요리방법은 유튜브 보면 더 자세히 나오고 티비도 쿡방 많잖아요, 굳이 어딘가에 가서 프로그램에 참여한다, 그건 요리던 뭐 DIY던 그게 중요하다고 보다, 누군가와 함께 한 공간에서 시간을 보낸다는 의미가 더 크죠” (사례 3)

모임을 통해 친밀감을 형성하게 되면, 그 사람들과 여가활동을 하면서 동시에 일상생활에서 필요한 정보 공유, 인적/물적 자원의 교류, 도움 주고 받기 등과 연결이 되고, 이를 통해 자기 돌봄을 보다 수월하게 할 수 있다는 점에서, 여가와 돌봄의 결합이라는 의미로 해석할 수 있다.

“가족 외에 익숙하고 믿을만한 사람이 필요한 거죠 우리도. 가까운 거리에 사는 누군가와 프로그램을 함께 하고, 한 번 친밀감을 형성하면 가깝게 사니까 그 외에 더 많은 일들이 가능해지겠죠, 혼자 밥 먹기 싫은 저녁, 술 생각이 나는 주말, 갑자기 생긴 빈 시간동안 잠깐의 산책, 번개모임 등..” (사례 7)

“혼자 산 기간이 길어지면서 만날 수 있는 사람들이 좀 제한되죠 아무래도, 그런데 같은 지역 사는 사람들을 만나, 물론 친한 사람들이어야 한다는 전제가 있죠, 노는 것도 좋고, 그 뿐만은 아니죠, 쇼핑도 같이 하고, 뭔가 우리 동네 정보 그런 것도 나누고, 또 예를 들어 저는 뭔가를 잘 고치니까 그걸 하고 어떤 다른 사람은 이사하는 날 와서 도와주고 바쁠 때 쇼핑도 대신 해 주고...그럼

종조, 절친의 의미? 두 사람보다는 넷 다섯..  
이 정도의 모임으로, 좋을 것 같아요” (사례 2)

결국 지속적으로 여가를 함께 한다는 것은 친밀감을 전제로 하며, 이렇게 관계를 형성한 사람들 간에 일상적인 생활의 나눔과 돌봄이 이루어질 수 있는데, 청년 1인가구에게 여가는 이러한 방식으로 돌봄과 연계되고 있음을 알 수 있다.

이상과 같이 청년 1인가구의 여가가 사회적 관계 형성, 타인과의 소통과 나눔, 돌봄과의 결합 등과 연계된다는 점을 확인할 수 있다. 이는 그동안 혼밥이나 혼술, 혼여 등 1인가구의 일상생활을 상징하는 현상들에 대해 보다 심층적인 분석과 연구가 필요하다는 점을 시사한다. 1인가구의 일상은 주로 혼자 사는 삶이지만 고립감이나 외로움 등을 해결하기 위한 다양한 시도들이 생활 안에 내재되어 있고, 특히 청년 1인가구는 온라인-오프라인 상에서 다른 사람과 소통하는 여러 방식을 통해 여가의 의미가 확장된다는 점을 강조할 수 있다.

## V. 결론

본 연구는 1인가구 보편화에 주목하여 청년 1인가구의 여가생활을 이해하고 그 의미를 찾고자 하였다. 미혼의 20-30대 1인가구 여덟 사례를 선정하여 심층면접을 활용한 사례연구를 하였고, 1인가구로서의 일상생활 그리고 여가활동에 대한 자료를 수집하였다. 연구에서 발견한 내용은 아래와 같이 정리할 수 있다.

먼저, 자발적으로 1인가구가 된 경우보다는 비자발적인 사례가 더 많았다. 혼자 사는 삶의 장점은 자유, 편안함, 독립, 나만의 공간 등으로 나타났고 불편한 점은 경제적 부담, 식사해결, 외로움 등으로 나타났다.

여가생활과 관련하여 발견한 주요 결과는 주중과 주말의 명확한 차이이다. 주중의 여가는 혼자 텔

레비전 보기와 같은 소극적 여가와 휴식에 집중되는 반면, 주말은 가족이나 친구와 함께 하는 여가, 적극적인 활동 등이다. 여가에 영향을 미치는 요인은 시간, 돈과 같은 자원 그리고 여가에 대한 인식, 함께 하는 사람으로 나타났다. 여가생활에 있어 주중과 주말의 명확한 차이는 워라벨을 취하는 방식에도 직접 영향을 미쳐 대상자들은 주중(근무일)에는 일하거나 학업에 집중하고 주말(비근무일)에는 여가를 하는 방식으로 워라벨을 실현하고 있으며 이에 대해 크게 불만족하지는 않고 있다. 체보자들의 여가만족과 여가요구를 분석할 때 시간이나 돈과 같은 자원 그리고 친밀한 사람이 중요한 요인으로 부각되었다. 다른 한 편으로 대상자들에게 여가는 휴식과 취미 등의 의미에서 더 나아가 사회적 관계 형성, 타인과의 소통과 나눔, 돌봄으로 연계되고 있음을 발견하였다. 가족을 이루거나 가족과 함께 사는 다른 사람과 비교할 때 일상적인 삶이 자신에게 집중되는 경험의 보완, 다른 사람의 일상을 함께 경험하는 것을 중요하게 여기는 것이다. 또한 여가는 나눔의 의미와 연계되면서 자원봉사활동이 부각되고 있다. 자신에게만 집중되는 일상에 자원봉사가 포함되면서 타인과의 나눔이 가능해진다는 것이다. 나아가 여가는 단지 여가에 국한되는 것이 아니라 친밀한 사람과의 관계 형성이라는 차원에서 일상적인 돌봄에 필요한 일을 함께 나누는 것으로 확장되고 있다.

이러한 결과를 바탕으로 결론을 도출하면 다음과 같다. 먼저 청년 1인가구에게 여가가 갖는 의미를 고려할 때 누군가를 만나 소통하는 기회의 제공이 전달체계 프로그램 기획에서 고려해야 할 우선적인 기준임을 알 수 있다. 이러한 결과를 적용할 때, 지역 사회 전달체계에서 제공하는 1인가구 프로그램은 1인가구가 함께 모이는 기회를 제공하고 이 기회가 지속적으로 돌봄과 여가로 확장되는 특성을 고려하여 기획되어야 한다. 혼자 사는 1인가구에게는 가족과 친구도 중요하지만, 자신이 사는 지역에서 친밀감을 형성할 수 있는 집단이 필요하다는 차원에서, 예

를 들어 건강가정지원센터와 같은 전달체계는 1인가구가 방문하고 모임을 하고 사회적 관계를 형성할 수 있는 거점으로 위상을 정립하여야 할 것이다. 건강가정지원센터를 중심으로 1인가구가 만나고 여가 활동을 하면서 일상생활에서의 정보제공, 도움 주고 받기, 소통 등을 할 수 있는 기회를 제공할 필요가 있다.

다음으로 본 연구에서 면접한 청년 1인가구의 경우 주중과 주말의 구분은 매우 중요한 의미를 갖는다. 일상적인 여가생활이 주중과 주말로 구분이 되며, 주중에 비해 주말은 적극적이고 활동적인 여가, 누군가와 함께 하는 여가가 이루어진다. 또한 같은 맥락에서 청년 1인가구의 워라벨 역시 주중과 주말의 구분을 통해 가능하다. 즉 주중은 학업과 일에 집중하고, 주말은 여가와 개인적 시간을 가짐으로써, 하루 단위의 워라벨이 아니라 한 주(week) 단위의 워라벨이 부각되는 것이다. 이러한 결과는 워라벨에 대한 논의를 한 단계 확장시킨다. 개인과 가족의 다양한 특성, 근로환경 등에 따라 워라벨의 실현 역시 다양하게 논의될 수 있다는 점에서 그러하다.

본 연구는 청년 1인가구를 대상으로 여가활동을 이해하고 그 의미를 찾고자 하였는데, 1인가구 세대별로 차이와 다양성이 있다는 차원에서 후속 연구를 통해 중장년기 1인가구, 노년기 1인가구의 여가활동을 연구할 필요가 있다. 주중과 주말의 차이, 사회적 관계와 나눔 그리고 돌봄으로 확장되는 여가의 의미 등이 다른 세대 1인가구에게도 동일한지 아니면 집단별로 여가의 의미가 차이를 보이는지 등을 심층적으로 분석할 필요가 있다. 이를 통해 세대 간 여가활동의 공통점과 차이점 등을 도출하고, 각 집단의 특성과 요구에 부응하는 여가활동 지원 방안 마련의 기초자료로 활용될 필요가 있을 것이다. 또한 생활시간자료, 국민여가활동실태자료 등 대규모의 자료를 양적으로 분석한 결과도 계속 축적될 필요가 있다. 앞으로도 1인가구는 계속 증가할 것으로 예측되는 바, 가족자원경영학 분야에서

도 1인가구가 하나의 연구영역으로 자리매김 되면서 가족자원경영학의 핵심 연구주제인 여가, 돌봄, 자원관리 등과 연계되면서, 1인가구 연구의 활성화에 기여하여야 할 것이다.

## 참고문헌

- 1) 강은나 · 이민홍(2016). 우리나라 세대별 1인가구 현황과 정책과제. 한국보건사회연구원 보건복지포럼, 234(1), 47-56.
- 2) 강은주(2018). 청년 1인가구의 여가생활시간. 한국가정관리학회 2018년 춘계학술대회 자료집. 211-211.
- 3) 고선강(2017). 청년 1인가구의 스스로서기 : 일과 경제적 독립. 한국가족자원경영학회 2017 추계학술대회 자료집. 71-87.
- 4) 김윤영(2018). 1인가구 특성과 사회복지정책 : 인천지역을 중심으로. 사회보장연구, 34(3), p.1-30.
- 5) 김지혜 · 윤지인(2020). 청년 1인가구의 여가경험에 대한 탐색적 연구. 문화교류와다문화교육, 9(4), 353-374.
- 6) 노혜진(2018). 청년 1인가구의 사회적 관계. 보건사회연구, 38(2), 71-102.
- 7) 박미석 · 김경아 · 김미영 · 전지원(2018). 청년세대의 일과 삶의 균형에 영향을 미치는 요소 : OECD 더 나은 삶의 지수(Better Life Index)와 세계가치관조사(World Value Survey)를 활용한 국가비교. 한국가족자원경영학회 2018년 추계학술대회 자료집. 105-115.
- 8) 박지남 · 천혜정(2012). 청년 세대의 '나 홀로 여가 문화'. 여가학연구, 10(2), 87-105.
- 9) 서지원(2017). 청년 1인가구의 사회자본과 경제적 복지. 한국가족자원경영학회 2017 추계학술대회 자료집. 89-94.
- 10) 성미애 · 송혜림 · 전보영 · 최여진 · 빈보경



- (2019). 2019 1인가구 교육프로그램 매뉴얼 개발. 서울특별시건강가정지원센터 위탁연구보고서.
- 11) 송혜림(2016). 건강가정정책의 트렌드. 한국가족자원경영학회 20주년 기념 학술대회 자료집.
  - 12) 송혜림(2019). 1인가구를 위한 가족지원 프로그램 개발방안. 부산광역시건강가정지원센터 2019 제 9회 건강가정세미나 자료집.
  - 13) 송혜림 · 강은주 · 김민주(2018). 청년 1인 가구의 생활시간 사용 연구 - 성별 · 취업여부에 따른 식사와 여가활동을 중심으로-. 한국가족자원경영학회지, 22(2), 45-63.
  - 14) 송혜림 · 윤소영 · 고선강 · 강은주(2019). 건강가정지원센터의 1인 가구 대상 프로그램 모형 개발. 한국가족자원경영학회지, 23(2), 1-15.
  - 15) 양지명 · 정영금(2019). 청년 취업 1인 가구의 일과 여가의 균형에 대한 연구. 한국가족자원경영학회지, 23(2), 17-40.
  - 16) 우민희 · 이명진 · 최선희(2015). 청년세대 일인 가구의 여가활동 및 가족가치관에 관한 연구: 청년세대 다인가구와 비교를 중심으로. 고려대학교 한국사회연구소 한국사회, 16(1), 201-231.
  - 17) 윤소영(2002). 독신의 시간활용과 여가에 대한 탐색적 연구. 한국가정관리학회지, 20(6), 209-217.
  - 18) 이수현(2017). 청년 여가정책의 필요성 연구: 청년세대의 여가자원 분포 특성 검토를 통하여. 여가학연구, 15(3), 69-91.
  - 19) 이현서(2020). 청년기 일-여가관계 인식의 변화: 대학 동아리활동 체험자를 중심으로. 문화와 사회, 28(2), 153-206.
  - 20) 정순희 · 임은정(2014). 청년 1인가구의 삶에 대한 연구. Financial Planning Review, 7(4), 1-19.
  - 21) 정영금 · 윤소영(2018). 1인가구의 세대별 여가행태 분석. 한국가족자원경영학회지, 22(4), 1-15.
  - 22) 정은희 · 주은선(2020). 청년의 여가시간과 교제시간에 대한 영향요인 탐색 -청년 역할유형의 영향을 중심으로. 한국콘텐츠학회 논문집, 20(6), 623-639.
  - 23) 정인 · 강서진(2019). 2019 한국1인가구보고서. KB 금융지주경영연구소 1인가구 연구센터.
  - 24) 조영희(2017). 1인가구시대, 가족자원경영학의 과제. 2017년 한국가족자원경영학회 추계학술대회 자료집. 3-21.
  - 25) 진미정 · 한준 · 노신애 (2019). 20-30대 청년세대의 결혼 · 출산 가치관의 잠재유형과 한국사회 인식 및 개인적 미래 전망의 관련성. 가족과 문화, 31(1), 166-188.
  - 26) 차승은(2014). 닛트 청년의 시간활용에서의 특이성과 차별성: 청년기 가족연구에 대한 시사점. 한국가족관계학회지, 19(2), 75-95.
  - 27) 최경은(2016). 청년층 1인 가구, 문화 · 여가의 주요 소비층으로 부상. 나라경제, 2016(12), 32-32.
  - 28) 최효미 · 김지현(2018). 청년 1인가구 현황 및 청년층의 1인가구에 대한 인식. 2018 가정학분야 춘계공동학술대회(대한민국에서 1인가구로 산다는 것) 자료집. 22.
  - 29) 통계청(2018). 인구주택총조사에 나타난 1인가구의 현황 및 특성.
  - 30) 통계청(2019). 2019 인구총조사.

- 투 고 일 : 2020년 09월 01일
- 심 사 일 : 2020년 10월 12일
- 게재 확정일 : 2020년 11월 23일