

# 가족이 함께하는 식사시간의 변화와 영향요인에 대한 연구

조 희 금(대구대 교수) · 김 외 숙(한국방송통신대 교수) · 이 기 영(서울대 교수)

이 연 숙(고려대 교수) · 한 영 선(고려대 박사수료)

가족이 함께하는 식사가 가족 간의 의사소통이나 부부간의 관계의 질, 나아가 자녀의 인지적, 정서적 발달에 큰 영향을 미치는 것으로 나타나면서 가족이 함께 하는 식사에 대한 관심이 증가하고 있다. 특히 전통적으로 ‘밥상머리 교육’을 자녀교육의 중요한 장으로 생각했던 우리나라는 그 후 산업화와 함께 가정생활 전반이 변화하면서 식사 유형도 변화하였다. 특히 자녀들의 자율학습 등으로 증가한 학교생활 시간 및 직장의 장시간 노동 등으로 가족이 함께 모여 식사하는 시간을 갖기 어렵게 되었다. 그러나 가족식사의 중요성에도 불구하고 가족과 함께하는 식사시간은 감소하고 있다.

분석자료는 1999년, 2004년의 국민생활시간 자료를 비교하고, 2009년 가족공유 식사시간과 그 영향요인을 살펴보기 위해서는 2009년 통계청이 실시한 제3차 국민생활시간조사 원자료로 분석대상자는 농가 및 단독가구를 제외한 20-59세의 남녀 기혼자 총 9,179명으로 그 중 남자가 4,267명, 여성이 4,912명이다. 요일 중 평일과 일요일의 생활시간을 분석대상으로 하였다.

연구결과는 다음과 같다. 1999년, 가족과의 식사는 1999년 47분에서 2004년 43분, 2009년 43분으로 점차 감소한 것으로 나타났다. 반면 혼자 식사와 가족 외 사람과의 식사시간은 점차 증가하여 혼자 식사는 2004년 15분, 2009년 17분으로, 가족 외 사람과의 식사시간은 2004년 19분, 2009년 20분으로 나타났다. 가족과 함께 식사를 한 행위자의 비율은 1999년 84.6%로, 행위자의 평균시간은 55분이었고, 2004년 80.8%, 53분, 2009년 79.0%, 55분으로 나타나 가족과의 식사 참여도는 점차 낮아지는 추이를 보였으나 참여한 사람들의 평균시간은 연도별 차이가 거의 없는 것으로 나타났다.

2009년 하루의 식사시간은 가족공유 식사>가족 외 사람과 식사>혼자 식사의 순서로 가족공유 식사시간이 가장 길었다. 평일 하루 식사시간 1시간 17분 가운데, 가족공유 식사는 35분(44.9%), 가족 외 사람과 식사는 27분(34.6%), 혼자 식사는 16분(20.5%)이었다. 일요일은 하루 식사시간 1시간 25분 가운데, 1시간 2분(72.9%)이 가족공유 식사시간이고, 가족 외 사람과 14분(16.5%), 혼자 식사 9분(10.6%)으로, 평일과는 달리 일요일은 가족공유 식사시간이 27분 증가하였다. 가족공유 식사시간은 성별에 따라 차이가 있어서 평일 남자는 가족 외 사람과 식사>가족공유 식사>혼자 식사의 순서이고, 여자는 가족공유 식사>가족 외 사람과 식사>혼자 식사의 순서였다.

평일 가족공유 식사 여부에 따른 집단의 특성을 살펴보면, 성별에 따라 여성의 참여비율이 높으며, 연령대에 따라 유의미한 차이가 있어서 30대가 다른 연령대에 비해 가족공유 식사에 참여하는 비율이 높았다. 경제활동 여부에 따라 차이가 있어서 경제활동을 하지 않는 경우 가족공유 식사 참여비율이 높았고, 직업, 개인 월평균 소득 및 주휴제도에 따라 집단 간 차이가 있어서 직업이 없는 경우, 개인 소득이 없는 집단, 그리고 주휴제도와 상관이 없는 집단이 가족공유 식사 비율이 높았다. 또 배우자가 있으며, 미취학 자녀가 있고, 맞벌이를 하지 않는 집단이 그렇지 않은 집단에 비해 가족공유 식사 참여 비율이 높았다. 그리고 노동시간이 짧을수록, 시간부족감을 적게 느낄수록, 업무 피곤함을 적게 느낄수록 그리고 생활만족감이 높을수록 가족공유 식사를 하는 비율이 높았다.

평일 가족공유 식사에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 다른 모든 변수들을 통제했을 때, 배우자 유무, 개인의 월평균 소득, 노동시간, 연령 및 성별로 나타났음. 즉, 배우자가 있고, 월 소득이 없거나 100만원 미만이고, 노동시간이 주 40시간 이하이며, 30-39세이며 여성인 경우 가족공유 식사에 참여하고 있었다. 일요일 가족공유 식사 여부를 결정하는 요인은 다른 모든 변수를 통제했을 때, 배우자 유무, 노동시간 및 개인의 월소득, 그리고 성별로 나타났음. 즉, 배우자가 있고, 노동시간이 60시간을 초과하지 않으며, 개인 월소득이 없는 경우, 그리고 여자일 때 가족공유 식사를 더 많이 하는 것으로 나타났다.

가족공유 식사시간을 갖는가의 여부는 집단의 특성에 따라 차이가 있어서, 노동시간이 긴 남성의 경우 가장 가족공유 식사를 하는 비율이 낮았다. 가족공유 식사를 하지 못하는 집단은 상대적으로 시간부족감을 크게 느끼고, 업무의 피로감을 느끼고 있으며, 생활시간 만족감이 낮은 집단의 특성을 나타냈다. 이를 통해 보면, 가족공유 식사시간을 갖는가의 여부는 개인의 삶의 질을 짐작할 수 있는 하나의 척도가 될 수 있다.