

# 혼자 있는 디지털 시간의 젠더화

## – 시간 접근권의 불평등

김경미\*

### | 목차 |

1. 서론
2. 이론적 배경
3. 연구방법
4. 분석결과
5. 논의 및 결론

### | 초록 |

본 연구는 디지털 미디어 이용이 일상화된 사회에서 '혼자 있는 디지털 시간'이 성별에 따라 어떻게 다르게 배분되고 조직되는지를 분석했다. 기존 디지털 불평등 논의를 기술 접근이나 이용 역량의 차원을 넘어 '시간 접근권'의 문제로 재개념화하고, 혼자 있는 디지털 시간을 재량 시간과 조건부 시간으로 구분하는 분석틀을 제시했다. 「2024년 생활시간조사」 자료를 활용해 만 20~75세 유배우자 성인 13,338명을 분석한 결과, 남성은 여성보다 혼자 있는 디지털 시간을 더 많이 확보했으며, 미디어·오락 중심의 자기향적 활동으로 구성되는 경향을 보였다. 반면 여성의 혼자 있는 시간은 소통형 활동 비중이 높아 관계지향적 성격을 띠는 것으로 나타났다. 또한 돌봄 필요 가구원의 존재는 여성의 시간을 남성보다 더 크게 감소시키는 요인으로 작용했으며, 특히 10세 미만 자녀가 있는 가구에서 이러한 성별 격차는 더욱 확대되었다. 전통적 성별분업 인식은 남성의 혼자 있는 디지털 시간을 증가시키는 요인으로 나타난 반면, 여성에게는 유의한 영향을 미치지 않았다. 이러한 결과는 시간 자율성이 구조적 제약과 이데올로기적 요인에 의해 젠더 관계 속에서 비대칭적으로 형성되고 있음을 보여준다. 본 연구는 디지털 환경에서도 젠더화된 시간 질서가 지속되고 있으며, 디지털 평등이 기술 접근의

\* 연세대학교 kyungmi60@gmail.com

확대를 넘어 시간 자율성의 평등, 즉 '시간적 정의'의 관점에서 재고될 필요가 있음을 시사한다.

**주제어:** 혼자 있는 디지털 시간, 시간 자율성, 재량 시간, 젠더 불평등, 시간적 정의

## 1. 서론

디지털 미디어의 급속한 확산은 일상적 시간 사용의 구조와 의미를 재편하고 있다. 스마트폰과 인터넷의 보편화는 개인이 언제 어디서나 디지털 세계에 접속할 수 있는 환경을 마련했다. 그러나 디지털 접속의 보편화가 곧 기술 활용의 형평성을 의미하지는 않는다. 기술 접근성은 확대되었지만, 그 기술을 자율적으로 활용할 수 있는 시간적 조건은 여전히 불평등하게 배분된다. 디지털 접속 가능성과 시간 자원의 확보 사이에는 구조적 간극이 존재하며, 이 간극은 젠더 질서 속에서 비대칭적으로 조직된다.

기존 디지털 불평등 연구는 주로 기술 접근성, 디지털 리터러시, 이용 수준의 격차에 주목해 왔다(Hargittai, 2002; van Dijk, 2017). 그러나 디지털 미디어 이용이 일상화된 오늘날, 불평등의 핵심은 기기 보유 여부를 넘어, 어떤 조건에서 어떤 성격의 시간을 통해 디지털 활동을 수행할 수 있는가의 문제로 이동하고 있다. 특히 시간 자원의 확보와 통제 권한은 디지털 기술의 실질적 활용을 가능하게 하는 선행 조건임에도 불구하고, 이에 대한 체계적 실증 분석은 상대적으로 부족하다.

디지털 기술이 시공간적 제약을 완화한다는 통념과 달리, 디지털 기술은 기존의 시간 구조를 재조직하는 방식으로 작동할 수 있다(Wajcman, 2015). 디지털 기술이 시간 구조를 재조직한다면, 그 방식은 성별·계층 등 기존 사회 구조를 따라 불균등하게 작동할 가능성이 높다. 따라서 디지털 불평등은 기술 자본의 차이를 넘어, 시간을 누가 얼마나 자율적으로 사용할 수 있는가라는 '시간 접근권'의 문제로 재검토될 필요가 있다.

이러한 문제의식 속에서 본 연구는 ‘혼자 있는 디지털 시간’에 주목한다. 본 연구에서 혼자 있는 디지털 시간은 타인이 물리적으로 동석하지 않은 상태에서 디지털 활동을 수행한 시간으로 정의된다. 이는 고립이나 외로움의 시간이 아니라, 물리적으로 분리된 상태에서 자신의 시간 사용을 자율적으로 조직할 수 있는 가능성이 열려 있는 자원이다(Long and Averill, 2003). 혼자 있을 수 있는 시간은 디지털 사회에서 개인이 자율성을 행사할 수 있는 시간 자원으로 이해될 수 있다.

그러나 이러한 시간 자원은 젠더 중립적으로 배분되지 않는다. 여성은 가사노동과 돌봄의 일차적 책임자로 규정되며, 물리적으로 혼자 있는 순간에도 ‘돌봄의 대기 상태(on-call caregiving)’에서 완전히 벗어나기 어려운 조건에 놓여 있다(Doucet, 2023). 여성주의 시간 연구는 재량 시간이 성별에 따라 접근 가능성과 안정성에서 차별적으로 조직된다는 점을 지적해 왔다(Bittman and Wajcman, 2000; Goodin et al., 2008). 한국 사회에서도 여성의 무급노동 부담과 파편화된 여가 구조가 반복적으로 보고되어 왔다(손문금, 2005; 김진욱·고은주, 2015).

시간 자율성의 차이는 구조적 조건뿐 아니라 이데올로기적 요인과도 관련된다. 성별분업 인식은 시간 사용을 둘러싼 권리와 책임을 젠더화하는 규범적 기제로 작동할 수 있다(West and Zimmerman, 1987; Hochschild, 1989). 동일한 가구 조건에서도 성역할 규범은 여성과 남성의 시간 확보 양상을 젠더화된 방식으로 조직할 수 있다.

이에 본 연구는 다음과 같은 질문에 답하고자 한다. 첫째, 혼자 있는 디지털 시간의 총량과 활동 구성은 성별에 따라 차이가 있는가? 둘째, 돌봄 부담과 노동 조건은 디지털 시간의 성별 격차와 어떻게 관련되는가? 셋째, 성별분업 인식은 시간 자율성의 성별 차이에 어떤 방식으로 작동하는가?

이를 위해 본 연구는 유배우자 성인을 대상으로 성별 분리 회귀모형과 성별·돌봄 조건 상호작용 모형을 적용하여, 혼자 있는 디지털 시간의 성별 격차가 어떤 구조적·규범적 맥락에서 형성되는지를 분석한다. 특히

10세 미만 자녀가 존재하는 돌봄 맥락에서 성별 격차가 통계적으로 유의하게 확대되는지를 검증함으로써, 시간 자율성의 성별 격차가 어떤 조건 속에서 형성되고 재구성되는지를 규명하고자 한다.

## 2. 이론적 배경

### 1) 시간 불평등과 ‘혼자 있는 시간’

시간은 모든 개인에게 하루 24시간으로 동일하게 주어지는 자원처럼 보이지만, 그 시간을 실제로 어떻게 통제하고 배분할 수 있는가는 사회적 권력과 젠더 관계 속에서 불균등하게 구성된다. 시간 사용 연구는 여가나 혼자 있는 시간이 단순히 ‘노동 후 남는 시간’이 아니라, 가구 내 권력 구조와 돌봄 책임의 배분에 따라 결정되는 희소 자원임을 보여준다(Bittman and Wajcman, 2000; Mattingly and Bianchi, 2003).

여성주의 시간 사회학은 ‘재량 시간(discretionary time)’을 생존을 위한 필수 시간과 유급 노동시간을 제외하고 개인이 자신의 의지에 따라 조직할 수 있는 시간으로 정의하며, 이 영역이 성별에 따라 접근 가능성과 안정성에서 다르게 구성되는 젠더화된 공간임을 강조한다(Goodin et al., 2008). 개인이 자신의 시간 사용을 얼마나 자율적으로 결정하고 외부의 침해를 차단할 수 있는가, 즉 ‘시간 자율성’의 차원이 시간 불평등의 핵심이다. 재량 시간은 단순한 휴식이 아니라, 개인이 시간의 경계를 설정하고 타인으로부터의 개입을 차단할 수 있는 자율성의 문제와 직결된다.

본 연구는 이 논의를 디지털 맥락으로 확장하는 분석틀로서 ‘시간 접근권(right to time access)’ 관점을 제안한다. 시간 접근권은 재량 시간의 양적 확보를 넘어, 특정 활동이 배치되는 시간의 경계를 스스로 설정하고 외부의 침투를 차단할 수 있는 권한을 의미한다. 재량 시간이 노동과 필수

활동을 제외한 잔여 시간이 ‘얼마나 남는가’의 문제라면, 시간 접근권은 그 시간이 ‘누구에 의해 통제되고 보호받는가’의 문제이다.

본 연구가 주목하는 ‘혼자 있는 시간’은 시간 자율성이 가장 뚜렷하게 가시화되는 지점이다. 혼자 있는 시간은 사회적 고립이 아니라, 타인의 즉각적 요구나 돌봄 책임으로부터 일시적으로 분리되어 자기 성찰과 정서적 재충전을 가능하게 하는 시간 자원이다(Long and Averill, 2003). 그러나 선행연구는 여성의 혼자 있는 시간이 가부장적 구조 속에서 외부 요구에 의해 중단될 가능성이 상대적으로 높음을 지적해 왔다.

특히 어머니들은 물리적으로 혼자 있는 순간조차 가족 구성원의 요구에 즉각 응답해야 하는 ‘심리적 대기 상태’에 놓여 있으며, 이는 혼자 있는 시간의 질을 근본적으로 제약한다(Mattingly and Bianchi, 2003). 두세(Doucet, 2023)는 돌봄 책임이 시계열적 단위로 포착되는 행위 차원을 넘어, 과거·현재·미래를 가로지르는 관계적이고 비선형적인 ‘과정 시간’으로 작동함을 강조한다. 이러한 관점에서 여성의 혼자 있는 시간은 돌봄의 심리적 연장선에 있으며, 특히 어린 자녀 돌봄은 시간의 예측 가능성과 연속성을 크게 제한하는 특성이 있다. 상시적 주의와 즉각적 대응이 요구되는 돌봄 조건에서는 물리적 분리조차 충분한 시간 자율성을 보장하지 않을 수 있다.

이러한 시간의 젠더화는 한국 사회의 생활시간 연구에서도 일관되게 확인된다. 손문금(2005)은 맞벌이 부부 분석을 통해 여성의 무급노동 시간이 남성보다 현저히 길고, 여성은 지속적이고 필수적인 노동을 담당하는 반면 남성은 선택적이고 간헐적인 활동에 집중하는 시간 사용의 질적 차이를 보여주었다. 은기수(2010) 또한 남성의 여가 및 미디어 이용 시간이 여성보다 길게 나타나며, 여성의 여가는 노동과 돌봄 사이의 파편화된 틈새에 배치되는 경향이 강함을 밝혔다. 김진욱·고은주(2015)는 한국 기혼부부를 대상으로 한 분석에서 여성의 개인관리 및 여가시간 결핍이 구조적으로 나타남을 보고하고, 시간 자율성의 성별 격차가 주관적 시간압박 경험과 밀접히 연관됨을 제시했다.

## 2) 디지털 미디어 이용과 혼자 있는 시간의 젠더화

오늘날 디지털 미디어는 혼자 있는 시간을 구성하는 핵심적 실천 양식이 되었다. 스마트폰을 통한 디지털 활동은 개인적 몰입과 휴식을 가능케 하는 수단으로 기능하지만, 이러한 기술 환경이 젠더화된 시간 구조를 자동적으로 해소하는 것은 아니다. 이재현(2005)의 ‘시간 재할당 가설’이 시사하듯, 새로운 미디어 이용은 기존의 생활시간 구조—유급 노동, 가사 및 돌봄, 여가—와 긴밀히 연동되고 재배치된다. 디지털 기술은 시공간의 제약을 완화하는 것처럼 보이지만, 실제로는 젠더 분업 구조를 온라인 공간으로 확장하거나 재생산하는 방식으로 작동할 수 있다.

특히 스마트폰의 이동성과 상시 접속성은 시간의 경계를 흐리며, 노동·돌봄·여가의 영역을 중첩시키는 효과를 낳는다. 미국의 시간일지 선행연구는 여성의 미디어 이용이 노동과 돌봄 사이의 틈새 시간에 배치되는 경향을 보여주었다(Robinson and Godbey, 1997; Mattingly and Bianchi, 2003). 한국에서도 남성의 미디어 이용 시간이 여성보다 길게 나타나는 경향이 보고된 바 있다(은기수, 2010; 김복수, 2011). 이는 단순한 선호 차이의 결과라기보다, 여성의 시간이 구조적으로 파편화되어 배치되는 맥락을 반영할 수 있다. 이러한 파편화 경향은 디지털 환경에서 더욱 강화될 수 있는데, 상시 연결성은 개인이 물리적으로 혼자 있는 상태에서도 관계적 요구와 업무적 요구에 동시 노출되는 조건을 만든다.

최근 연구는 디지털 커뮤니케이션이 젠더화된 방식으로 조직되고 있음을 보여준다. 후와 치엔(Hu and Qian, 2024)은 유럽 29개국 자료 분석을 통해 여성이 가족 중심 디지털 커뮤니케이션에 집중되는 반면 남성은 업무 중심 디지털 커뮤니케이션에 더 많이 참여하고 있으며, 디지털 역량이 높아질수록 여성은 업무와 가족 디지털 커뮤니케이션을 동시에 담당하는 ‘디지털 이중 부담’을 경험할 가능성이 높아짐을 보고한다. 특히 어린 자녀가 존재하는 경우, 디지털 커뮤니케이션은 돌봄 수행과 긴밀히 결합되는

특성을 보일 수 있다. 이러한 조건에서는 물리적으로 혼자 있는 디지털 시간조차 관계적 책임으로부터 완전히 분리되기 어렵다.

이러한 맥락에서 디지털 공간은 여성에게 이중적 성격을 띤다. 홍남희(2012)는 초기 모성 수행기 여성들이 스마트폰을 통해 돌봄의 고립감을 완화하는 동시에, 그 매체가 돌봄 수행을 보조·확장하는 도구로 기능함을 보여주었다. 터클(Turkle, 2011)의 ‘함께 있으면서도 혼자인 상태(alone together)’ 개념은 물리적으로 혼자 있으면서도 디지털 매개를 통해 지속적으로 타인과 연결된 상태를 설명한다. 그러나 여성의 경우 이러한 상시 연결성은 단순한 관계 유지의 통로를 넘어, 가족 돌봄 요구와 정서적 노동이 혼자 있는 시간으로 침투하는 구조를 형성할 가능성이 있다.

본 연구는 이러한 논의를 바탕으로 혼자 있는 디지털 시간을 재량 시간과 조건부 시간으로 구분하는 분석틀을 구성한다. 재량 시간은 외부의 개입 없이 자기 주도적으로 통제 가능한 시간이며, 조건부 시간은 물리적으로는 혼자 있는 상태에서도 돌봄 책임이나 관계적 요구에 의해 언제든지 중단될 수 있는 불안정한 시간이다.<sup>1)</sup>

### 3) 시간 자율성의 구조적 제약과 이데올로기적 정당화

혼자 있는 디지털 시간에 대한 접근권은 가구 내 자원 배분이라는 구조적 제약과, 이를 정당화하는 이데올로기의 상호작용 속에서 구성된다. 즉, 물리적으로 혼자 있는 시간이 존재하더라도, 그 시간이 누구에게 안정적으로 보장되고 누구에게 쉽게 중단될 수 있는가는 가구 내 권력 구조와 규범적 기대에 의해 결정된다.

구조적 차원에서 ‘시간 빈곤’은 여성의 시간 자율성을 제한하는 핵심 기

1) 다만, 이 구분은 이론적 분석틀로서의 성격을 지니며, 본 연구의 시간일지 자료는 물리적 분리 여부만을 측정할 뿐 심리적 대기 상태나 중단 가능성을 직접 포착하지는 못한다. 물리적 분리 조건이 충족된 시간이 실질적 자율성을 보장하지 않을 수 있다는 점은 결과 해석 시 유의할 필요가 있다.

제이다(Vickery, 1977). 유급 노동과 무급 돌봄 노동의 중첩은 개인이 자기 주도적으로 시간을 기획하고 통제할 여지를 축소시킨다. 시간 빈곤은 단순히 시간이 부족한 상태가 아니라, 삶의 질과 심리적 안녕을 저해하는 구조적 불평등의 한 형태이다(Giurge, Whillans, and West, 2020). 특히 맞벌이 여성은 남성보다 높은 수준의 시간 압박을 경험하는데(Bianchi, Robinson, and Milkie, 2006), 이는 경제활동을 하고 있는 경우에도 돌봄 책임이 여성에게 집중되는 현실을 반영한다.

한국에서도 미취학 자녀의 존재나 가구 내 돌봄 수요는 여성의 시간 구조를 타인 중심으로 고착화하고, 혼자 있는 디지털 시간의 확보를 제약하는 구조적 장벽으로 작동한다(차승은, 2010; 김진옥·고은주, 2015). 특히 어린 자녀는 상시적 주의와 정서적 응답성을 요구하는 특성이 강해, 돌봄 책임이 시간 전반을 관통하는 방식으로 조직될 가능성이 높다. 이러한 조건에서는 물리적으로 혼자 있는 디지털 시간조차 안정적인 재량 시간으로 기능하기 어려울 수 있다.

그러나 시간 배분은 구조적 조건만으로 설명되지 않는다. 성별분업 인식과 같은 이데올로기적 요소는 이러한 불평등을 정당화하고 지속시키는 규범적 기제로 작동한다. 호실드(Hochschild, 1989)는 성역할 이데올로기가 무엇이 ‘정당한’ 시간 사용인지를 규정하는 문화적 각본으로 기능함을 지적했다. 웨스트와 지머먼(West and Zimmerman, 1987)의 젠더 수행 이론에 따르면, 개인은 사회적 기대에 부합하는 시간 사용을 통해 자신의 젠더 정체성을 재확인한다. 이 과정에서 남성은 개인적 시간을 노동에 대한 정당한 보상으로 인식하는 반면, 여성은 자신의 시간 확보를 가족에 대한 헌신을 저해하는 행위로 인식하도록 사회화될 가능성이 있다.

선행연구는 이러한 구조적·태도적 요인이 성별에 따라 비대칭적으로 작동함을 보여준다. 그린스타인(Greenstein, 1996)은 전통적 성역할 태도가 남성의 가사노동 시간을 감소시키는 반면, 여성에게는 유의한 영향을 미치지 않음을 밝혔다. 최근 치엔과 루(Qian and Lu, 2025)는 영국 부부 자

료를 활용한 분석을 통해, 전통적 성별분업 인식이 여성 배우자의 가사노동 시간을 증가시키는 반면 남성 배우자의 가사노동 시간은 감소시킨다고 보고했다. 특히 여성 배우자의 시간 배분은 부부 양측의 이데올로기에 모두 영향을 받는 반면, 남성 배우자의 시간은 상대적으로 덜 영향을 받는 것으로 나타났다. 이는 시간 배분이 젠더 권력 관계 속에서 비대칭적으로 조직된다는 점을 보여준다.

한국 맥락에서도 이러한 경향은 확인된다. 김소영·진미정(2016)은 성별분업 인식이 남성과 여성의 가사노동 시간에 상이하게 작동함을 보고했으며, 최유정·최미라·최셋별(2019)은 여성의 경제적 자원이 증가하더라도 젠더 수행 논리에 따라 돌봄 노동이 강화될 수 있음을 지적했다.

종합하면, 혼자 있는 디지털 시간은 구조적 제약과 이데올로기적 정당화가 교차하는 지점에서 성별에 따라 상이하게 구성될 것으로 예상된다. 남성에게는 상대적으로 안정적인 재량 시간으로 작동하는 반면, 여성에게는 특정 조건에서만 간헐적으로 허용되거나 언제든지 중단될 수 있는 조건부 시간으로 조직될 가능성이 있다. 특히 돌봄 책임이 강화되는 조건(10세 미만 자녀 존재 등)에서는 시간 접근권의 성별 격차가 더욱 확대될 것으로 예상되며, 돌봄 책임과 성별분업 인식은 성별에 따라 시간 접근권의 배분에 상이한 영향을 미칠 것으로 예상된다.

이러한 논의를 토대로 본 연구는 다음과 같은 세 가지 가설을 제시한다. 특히 어린 자녀 돌봄은 시간의 예측 가능성과 연속성을 크게 제한하는 특성을 지니므로, 돌봄 필요 가구원 중에서도 10세 미만 자녀의 존재는 시간 자율성의 성별 차이를 가장 선명하게 드러낼 것으로 예상된다.

**가설 1.** 남성은 여성보다 더 많은 혼자 있는 디지털 시간을 확보하고, 활동 유형도 성별에 따라 차이를 보일 것이다.

**가설 2.** 돌봄 부담은 혼자 있는 디지털 시간을 감소시키는 요인으로 작동하며, 그 효과는 남성보다 여성에게서 더 크게 나타날 것이다.

**가설 3.** 전통적 성별분업 인식은 남성의 혼자 있는 디지털 시간을 증가시키는 한편, 여성에게는 유의한 영향을 미치지 않거나 오히려 감소시키는 방향으로 작동할 것이다.

또한, 위의 가설 검증을 보완하기 위해 혼자 있는 디지털 시간의 활동 구성과 생애주기별 패턴을 탐색적으로 분석한다. 스크린 기반 여가의 성별 격차는 생애주기 전반에 걸쳐 비교적 안정적으로 유지되는 것으로 보고된 바 있으나(García Román and Gracia, 2022), 돌봄 집중기와 은퇴 이후 시기 등 생애 전환점에서 그 양상이 재편될 가능성도 함께 검토한다.

### 3. 연구방법

#### 1) 분석자료

본 연구는 통계청이 2024년에 실시한 「생활시간조사」 원자료를 활용했다. 생활시간조사는 국민의 24시간 생활양식을 파악하기 위해 5년마다 실시되는 국가승인통계로, 시간일지(Time-diary) 방식을 통해 활동 수행 시점, 활동 내용, 동반자 여부를 10분 단위로 기록한다(통계청, 2025).

시간일지 방식은 회상식 설문에 비해 기억 오류 및 사회적 바람직성 편향을 상대적으로 최소화하며(Juster and Stafford, 1985; Gershuny, 2000), 활동 수행의 맥락과 동반자 유무를 구체적으로 파악할 수 있다는 장점이 있다.

본 연구는 이틀간 조사중 2일차 시간일지를 활용했다. 조사 초기에는 응답자가 기록 방식에 익숙하지 않아 반응성 효과가 발생할 수 있다는 선행 연구(Kan and Pudney, 2008)를 고려하여, 응답이 안정화된 2일차 자료를 사용했다.

분석 대상은 만 20세 이상 75세 이하의 유배우자 성인으로 한정했다. 생활 맥락 및 시간 책임 구조가 유배우자 가구와 근본적으로 상이한 타 가구 형태는 분석에서 제외했다. 최종 분석 표본은 여성 6,951명, 남성 6,387명

으로 총 13,338명이다.

본 연구는 모집단 추정보다는 집단 내 관계 구조와 변수 간 연관성 추정에 초점을 두었다. 선행연구에서도 이러한 목적의 분석에서는 비가중 회귀모형이 널리 활용된다.

## 2) 변수 구성 및 측정

### (1) 종속변수: 혼자 있는 디지털 시간

종속변수는 시간일지에 ‘함께 있던 사람’이 없는 경우 수행한 디지털 활동의 일일 총합(분)으로 구성했다. 부활동은 활동의 주된 책임 주체가 모호하고 가사·돌봄 노동과 중첩될 가능성이 높아 분석에서 제외했다(Kan and Pudney, 2008).

디지털 활동은 다음과 같이 세 유형으로 구분했다. 첫째, 소통형 활동(영상·음성 통화, 문자메시지, SNS 교제), 둘째, 미디어·오락형 활동(동영상 시청, 게임, 음악 감상), 셋째, 소비·실용형 활동(정보 검색, 온라인 쇼핑)이다.

이러한 유형화는 혼자 있는 시간이 자기지향적 휴식인지, 관계 유지의 연장선에 있는 활동인지 등 시간의 질적 성격을 탐색하기 위한 것이다.

### (2) 독립변수

독립변수는 시간 자율성을 제약하는 구조적 조건과 이를 정당화하는 인식·태도 요인으로 구성했다. 구조적 조건 변수로는 경제활동 여부, 근무·등교 여부, 맞벌이 여부, 돌봄 필요 가구원과 10세 미만 자녀의 존재 여부를 포함했다. 특히 10세 미만 자녀 변수는 돌봄 강도가 높은 생애 단계를 반영하기 위해 별도로 분리하여 성별 간 상호작용 모형에 투입했다.

인식·태도 변수로는 시간부족 인식(4점 척도), 성별분업 인식(4점 척

도), 가사분담 만족도(5점 척도)를 활용했다. 성별분업 인식은 점수가 높을수록 전통적 이데올로기가 강함을 의미한다.

### (3) 통제변수

연령, 교육 수준, 거주 지역 규모, 주말/평일 여부를 통제변수로 포함했다. 연령은 생애주기 차이를 반영하기 위해 20~39세, 40~59세, 60~75세의 세 범주로 구분하고 중간 범주를 기준 집단으로 설정했다. 교육 수준은 중학교 이하, 고등학교, 대학교 이상의 세 범주로 구분했으며 고등학교 범주를 기준으로 설정했다. 거주 지역 규모는 특별·광역시 거주 여부로 측정했다. 또한 요일에 따른 시간 사용 차이를 통제하기 위해 일지 작성일의 평일/주말 여부를 변수로 포함했다(주말=1, 평일=0).

〈표 1〉 변수 구성 및 측정

구분	변수명	측정 문항/방법	척도/단위	
중속 변수	혼자 있는 디지털 시간	시간 일지상 ‘함께 있던 사람’이 없는 경우 수행한 디지털 활동 시간의 합 - 소통형 활동: 영상·음성 통화, 문자메시지, SNS 교제 - 미디어·오락형 활동: 실시간 방송 및 동영상 시청, PC·모바일 게임, 음악 감상 - 소비·실용형 활동: 인터넷 정보 검색, 상품 및 서비스 온라인 구입	일일 총 디지털 시간(분)	
독립 변수	구조적 조건	경제활동 여부	“지난 1주일 동안 수입을 목적으로 1시간 이상 일을 하였습니다니까?”	일함=1, 그 외=0
		근무/등교	시간일지 작성일에 근무 또는 등교 여부	해당=1, 비해당=0
		맞벌이 가구	배우자 존재, 부부 모두 취업 상태인 경우	맞벌이=1, 그 외=0
		돌봄 필요 가구	가구 내 10세 미만(손)자녀 또는 돌봄 필요 가족 존재 여부	해당=1, 비해당=0
		10세 미만 자녀	가구 내 10세 미만 자녀가 있는지 여부	있음=1, 없음=0

구분	변수명	측정 문항/방법	척도/단위
인식·태도	시간부족 인식	“평소 시간이 어떻다고 느끼십니까?”	4점 척도
	성별분업 인식	“남자는 일, 여자는 가정이라는 말에 대해 어떻게 생각하십니까?”	4점 척도
	가사분담 만족도	“귀댁의 가사분담에 대해 어느 정도 만족하십니까?”	5점 척도
통계 변수	연령	만 연령(20~39세, 40~59세, 60~75세)	범주형
	교육 수준	최종학교(중졸 이하, 고졸, 대졸 이상)	범주형
	거주지역 규모	행정구역 기준	특별·광역시=1, 그 외=0
	주말 여부	시간일지 작성일 기준	주말=1, 평일=0

### 3) 분석방법

분석은 세 단계로 진행했다. 첫째, 기술통계와 독립표본 t-검정을 통해 혼자 있는 디지털 시간의 양적·질적 차이를 검증했다(가설 1).

둘째, 성별 집단을 분리하여 회귀모형을 추정함으로써 구조적·태도적 요인이 각 집단 내에서 어떻게 작동하는지를 분석했다(가설 2, 3 검증). 분리 모형은 동일 변수의 계수 비교를 통해 성별 간 작동 메커니즘의 차이를 직관적으로 파악하는 데 유용하다.

셋째, 성별과 10세 미만 자녀의 상호작용항을 포함한 통합 회귀모형을 추가했다. 이는 단순한 계수 크기 비교를 넘어, 돌봄 맥락에서 성별 격차가 통계적으로 유의하게 확대되는지를 검증하기 위한 것이다.

성별 분리 모형의 다중공선성(VIF)을 점검한 결과 모든 변수의 VIF는 3.1 이하로 나타났다. 통합 모형에서는 돌봄 필요 가구원 변수와 10세 미만 자녀 변수를 동시에 포함할 경우 다중공선성이 발생할 우려가 있어, 10세 미만 자녀 변수만 투입하여 분석했다.

### 4. 분석 결과

#### 1) 연구대상의 특성

##### (1) 사회인구학적 특성

조사 대상자의 연령 분포를 살펴보면 여성은 40~59세 비중이 가장 높았고(49.0%), 남성은 60~75세 비중이 상대적으로 높게 나타났다(39.0%).

〈표 2〉 연구대상의 일반적 특성

구분	여성(6,951명)		남성(6,387명)		비고	
	빈도	비율(%)	빈도	비율(%)		
연령	20~39세	1,121	16.1	816	12.8	$\chi^2=41.671^{***}$
	40~59세	3,408	49.0	3,081	48.2	
	60~75세	2,422	34.8	2,490	39.0	
교육수준	중등 이하	1,246	17.9	721	11.3	$\chi^2=154.801^{***}$
	고등	2,346	33.8	2,011	31.5	
	대학 이상	3,359	48.3	3,655	57.2	
거주지역 규모	특별·광역시	3,328	47.9	3,073	48.1	-
	기타 지역	3,623	52.1	3,314	51.9	
주말 여부	평일	4,204	60.5	3,854	60.3	-
	주말	2,747	39.5	2,533	39.7	
경제활동	일함	3,968	57.1	5,291	82.8	$\chi^2=1040.003^{***}$
	휴직/무직	2,983	42.9	1,096	17.2	
근무·등교 (일지 기준)	해당	2,840	40.9	4,006	62.7	$\chi^2=636.895^{***}$
	비해당	4,111	59.1	2,381	37.3	
맞벌이	해당	3,447	49.6	3,252	50.9	-
	비해당	3,504	50.4	3,135	49.1	
돌봄 필요 가구원	있음	1,469	21.1	1,387	21.7	-
	없음	5,482	78.9	5,000	78.3	
시간부족 인식 수준	2.61		2.67		$t=-3.644^{***}$	

주: \*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

교육 수준과 경제활동 지위에서는 뚜렷한 성별 격차가 나타났다. 남성은 여성보다 대학교 이상의 고학력 비율이 유의하게 높았으며(남성 57.2%, 여성 48.3%), 경제활동 참여율 역시 남성(82.8%)이 여성(57.1%)을 크게 상회했다. 시간일지 작성일에 실제 근무·학업을 수행한 비율 또한 남성(62.7%)이 여성(40.9%)보다 높았다. 이는 남성의 시간 구조가 유급 노동 중심으로 조직되어 있음을 시사한다.

반면 맞벌이 가구 비율과 돌봄 필요 가구원이 있는 비율은 성별로 유사하게 분포했다. 다만 동일한 돌봄 조건이 돌봄 책임의 동일한 배분을 의미하는 것은 아니다. 실제 시간 조직 방식은 성별에 따라 다르게 나타날 가능성이 있다.

한편 주관적 시간부족 인식은 남성(2.67)이 여성(2.61)보다 통계적으로 유의하게 높게 나타났다( $t=-3.644, p<.001$ ). 흥미롭게도 객관적 시간 제약이 더 클 것으로 예상되는 여성보다 남성의 시간부족 인식이 더 높았다.

## (2) 성별분업 인식과 가사분담 만족도

성별분업 인식과 가사분담 만족도에서는 성별 간 인식 차이가 명확하게 드러났다(〈표 3〉). 남성(2.20)은 여성(1.85)보다 전통적 성별분업 인식이 유의하게 높았으며( $t=-24.610, p<.001$ ), 가사분담 만족도 역시 남성(3.60)이 여성(3.19)보다 크게 높게 나타났다( $t=-24.618, p<.001$ ).

특히 모든 연령대에서 남성의 성별분업 인식은 여성보다 높게 나타났다. 20~39세의 청년층에서도 남성(1.93)이 여성(1.65)보다 전통적 성역할 인식이 강했으며, 가사분담 만족도 또한 남성이 여성보다 높았다. 남성이 가사분담에 대해 상대적으로 더 높은 만족도를 보고한 점은, 동일한 가구 조건에서도 시간 배분을 평가하는 기준이 성별에 따라 다를 가능성을 시사한다.

〈표 3〉 성별분업 인식 및 가사분담 만족도: 성별 및 연령대별 비교

구분	성별분업 인식				
	20~39세	40~59세	60~75세	전체	통계량
여성	1.65	1.72	2.12	1.85	t=24.618***
남성	1.93	2.12	2.39	2.20	

구분	가사분담 만족도				
	20~39세	40~59세	60~75세	전체	통계량
여성	3.51	3.12	3.12	3.19	t=24.618***
남성	3.86	3.60	3.52	3.60	

주: \*\*\*p < .001, 전체 평균에 대한 성별 차이 검정 결과임

종합하면, 여성과 남성은 교육 수준, 경제활동, 성별분업 인식, 가사분담 만족도 등에서 차이를 보였다. 이는 혼자 있는 디지털 시간의 성별 격차가 구조적·규범적 요인과 결합되어 나타날 가능성을 시사한다.

## 2) 혼자 있는 디지털 시간의 성별 차이

### (1) 시간 총량 및 활동 구성

혼자 있는 디지털 시간의 성별 차이를 분석한 결과(〈표 4〉), 남성의 일일 평균 혼자 있는 디지털 시간은 113.9분으로 여성(103.0분)보다 유의하게 많았다( $t = -5.606, p < .001$ ). 이는 물리적으로 분리된 조건에서 확보된 디지털 시간의 양이 성별에 따라 차이를 보이고 있음을 나타낸다(가설 1 지지).

활동 구성 측면에서는 성별에 따른 차이가 더욱 분명하게 나타났다. 여성은 소통형 활동에 남성보다 두 배 가까운 시간을 할애했다(여성 12.9분, 남성 6.8분;  $t = 17.290, p < .001$ ). 물론 본 자료의 특성상 소통의 구체적 내용과 목적을 직접 파악하기는 어렵지만, 소통형 활동은 그 성격상 타인과의 연결 상태를 전제한다. 따라서 여성이 홀로 디지털 기기를 활용하는 순간

에도 타인과 연결되거나 관계 유지 맥락에 놓여 있을 가능성이 있다.

반면 남성은 미디어·오락형 활동에서 여성보다 현저히 많은 시간을 사용했다(남성 98.5분, 여성 80.5분;  $t=-9.967, p<.001$ ). 남성의 혼자 있는 시간은 영상 시청이나 게임과 같은 몰입적 활동 중심으로 구성되는 경향을 보였다.<sup>2)</sup>

소비·실용형 활동의 경우 여성(9.6분)이 남성(8.6분)보다 높았으나 ( $t=2.296, p<.05$ ), 다른 활동 유형에 비해서는 성별 차이가 상대적으로 크지 않았다.

〈표 4〉 혼자 있는 디지털 시간의 성별 비교 (단위: 일일, 분)

구분		여성	남성	통계값
활동 유형	소통	12.9	6.8	$t=17.290^{***}$
	미디어·오락	80.5	98.5	$t=-9.967^{***}$
	소비·실용	9.6	8.6	$t=2.296^*$
전체		103.0	113.9	$t=-5.606^{***}$

주: \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

## (2) 생애주기별 접근

연령대별 분석(〈표 5〉) 결과, 혼자 있는 디지털 시간의 성별 격차는 생애주기에 따라 상이하게 재편되는 양상을 보였다. 20~39세 청년층에서의 격차는 약 2.9분으로 비교적 작게 나타났다. 흥미롭게도 40~59세 중장년층에서는 오히려 여성(101.4분)이 남성(95.5분)보다 다소 많은 시간을 확보하는 현상이 나타났다. 이러한 결과는 유급 노동 강도나 자녀 돌봄 단계 등 생애주기적 조건과 관련될 가능성이 있다.

2) 본 연구의 미디어·오락형 활동에는 실시간 방송 시청과 동영상 스트리밍을 포함한 디지털 영상 시청이 모두 포함된다. 따라서 전통적 TV 시청과 디지털 영상 시청을 완전히 구분하여 비교하기는 어렵다. 다만 스마트폰 기반 디지털 활동은 이동성, 개인화, 상시 접속성이라는 특성을 지니며, 고정된 공간에서 이루어지는 전통적 TV 시청과는 이용 맥락이 다를 수 있다.

〈표 5〉 혼자 있는 디지털 시간: 성별 및 연령대별 비교 (단위: 일일, 분)

구분		여성			남성		
		20~39세	40~59세	60~75세	20~39세	40~59세	60~75세
유형	소통	11.8	12.3	14.2	5.6	5.7	8.5
	미디어·오락	51.5	77.4	98.3	67.1	80.3	131.3
	소비·실용	13.1	11.7	5.1	6.6	9.4	8.2
전체		76.4	101.4	117.5	79.3	95.5	148.1

그러나 60~75세 노년층에서는 남성(148.1분)이 여성(117.5분)보다 더 많은 디지털 시간을 사용하는 것으로 나타났다. 특히 노년 남성의 미디어·오락형 활동 시간(131.3분)은 여성(98.3분)을 큰 폭으로 상회했다. 이러한 결과는 청년층에서 비교적 작게 나타났던 성별 격차가 노년층에서 다시 크게 확대된 양상을 보여준다. 이는 시간 접근권의 성별 격차가 생애 주기 조건에 따라 다르게 나타날 가능성이 있음을 시사한다.

종합하면, 혼자 있는 디지털 시간의 총량과 활동 구성 모두에서 성별 차이가 확인되었으며, 가설 1을 지지한다.

### 3) 혼자 있는 디지털 시간에 영향을 미치는 요인

혼자 있는 디지털 시간을 규정하는 구조적 조건과 이데올로기적 요인이 성별에 따라 어떤 방식으로 작동하는지 규명하기 위해 성별 분리 다중 회귀분석을 실시했다(〈표 6〉).

먼저, 돌봄 필요 가구원의 존재는 여성과 남성 모두의 혼자 있는 디지털 시간에 부(-)적 영향을 미쳤으나, 그 영향력의 크기는 여성 집단에서 두드러지게 높았다. 돌봄 필요 가구원이 있는 경우 여성의 혼자 있는 디지털 시간은 약 38.7분 감소한 반면( $\beta = -0.154, p < .001$ ), 남성의 감소폭은 약 16.5분 수준에 그쳤다( $\beta = -0.057, p < .001$ ). 이는 동일한 돌봄 조건 하에서도 여성의 혼자 있는 디지털 시간이 남성보다 더 크게 감소하는 경향을 보여준다(가설 2 지지).

또한, 경제활동 참여의 효과 역시 성별에 따라 현저한 차이를 보였다. 남성은 유급 노동에 참여할 경우 혼자 있는 디지털 시간이 약 30.1분 감소했다( $\beta = -0.095, p < .001$ ). 이는 유급 노동 참여가 남성의 혼자 있는 디지털 시간에 보다 직접적인 제약 요인으로 작용하고 있음을 보여준다. 반면 여성 집단에서는 경제활동 참여의 효과가 통계적으로 유의하지 않았는데, 이는 여성의 혼자 있는 디지털 시간이 유급 노동 참여 여부보다 돌봄 및 가구 내 구조적 요인과 더 밀접하게 연관될 가능성을 시사한다.

〈표 6〉 혼자 있는 디지털 시간에 미치는 영향

		여성				남성			
		B	S.E.	$\beta$	p	B	S.E.	$\beta$	p
연령 (기준: 40~59세)	20~39세	-0.477	3.748	-0.002	-	-3.005	4.569	-0.008	-
	60~75세	-5.888	3.176	-0.027	-	11.800	3.661	0.048	***
교육 (기준: 고등학교)	중학교 이하	-6.816	3.749	-0.025	-	0.191	4.997	0.001	-
	대학 이상	-14.315	2.825	-0.069	***	-13.239	3.258	-0.055	***
거주지역(특별 광역시 = 1)		2.962	2.339	0.014	-	-0.414	2.785	-0.002	-
주말 여부(일지 기준)		-8.469	2.559	-0.040	***	2.633	3.156	0.011	-
경제활동 여부(일함 = 1)		-3.704	4.860	-0.018	-	-30.136	5.340	-0.095	***
맞벌이 가구		-0.380	4.184	-0.002	-	10.584	3.137	0.044	***
돌봄 필요 가구		-38.740	3.327	-0.154	***	-16.524	3.720	-0.057	***
근무·등교(일지 기준)		-56.257	3.659	-0.268	***	-69.782	3.944	-0.281	***
시간부족 인식		-13.350	1.424	-0.123	***	-10.808	1.728	-0.085	***
성별분업 인식		1.529	1.519	0.012	-	7.051	1.686	0.050	***
가사분담 만족도		-4.485	1.141	-0.046	***	-5.917	1.619	-0.043	***
상수		194.237	6.656		***	216.910	9.499		***
수정된 R <sup>2</sup>		.143				.182			
F-값		87.934***				106.442***			

주: \*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001

특히 맞벌이 여부는 남성에게만 정(+)적 영향( $\beta=0.044, p<.001$ )을 미쳤다. 맞벌이 가구일 때 남성의 혼자 있는 디지털 시간이 증가했다. 다만 이것이 돌봄 분담 변화에 기인하는지, 가구 자원의 증가 효과에 따른 것인지는 본 분석만으로는 파악하기 어렵다.

근무·등교 여부는 남녀 모두에서 가장 큰 부(-)적 효과를 보였는데, 이는 조사 당일의 시간 제약이 혼자 있는 디지털 시간에 직접적인 영향을 미치고 있음을 보여준다.

성별분업 인식의 효과는 본 연구의 문제의식을 가장 선명하게 뒷받침한다. 남성의 경우 전통적 성별분업 인식이 강할수록 혼자 있는 디지털 시간이 유의하게 증가했다( $\beta=0.050, p<.001$ ). 이러한 결과는 성역할 이데올로기가 남성의 시간 배분과 일정 부분 연관되어 있을 가능성을 시사한다. 반면, 여성 집단에서 성별분업 인식은 유의한 영향을 미치지 않았다(가설 3 지지).

주말 효과 또한 성별에 따라 상이하게 나타났다. 여성은 주말일 경우 혼자 있는 디지털 시간이 유의하게 감소했으나( $\beta=-0.040, p<.001$ ), 남성에서는 이 효과가 유의하지 않았다. 주말이라는 동일한 조건에서도 여성의 혼자 있는 디지털 시간만 더 크게 감소하는 경향이 나타났는데, 이는 시간 자원의 활용 방식이 성별에 따라 상이하게 조직될 가능성을 시사한다.

가사분담 만족도는 여성( $\beta=-0.046, p<.001$ )과 남성( $\beta=-0.043, p<.001$ ) 모두에서 혼자 있는 디지털 시간과 부(-)적 관계를 나타냈다. 가사분담 만족도가 높을수록 혼자 있는 디지털 시간은 성별에 관계없이 감소하는 경향을 보였다.

#### 4) 돌봄 조건과 성별의 상호작용 효과

이 절에서는 전체 표본을 대상으로 성별과 10세 미만 자녀 유무의 상호작용항을 포함한 회귀모형을 분석했다(표 7). 성별 분리 모형의 돌봄 필요 가구원 변수는 10세 미만 자녀 변수와 중첩되어 두 변수를 동시에 투입

할 경우 다중공선성 문제가 발생할 수 있다. 따라서 통합 모형에서는 주요 돌봄 맥락인 ‘10세 미만 자녀’ 변수만 투입했다.

〈표 7〉 혼자 있는 디지털 시간: 10세 미만 자녀 돌봄과 성별의 상호작용

		B	S.E.	$\beta$	p
연령 (기준: 40~59세)	20~39세	0.226	2.946	0.001	-
	60~75세	4.900	2.381	0.021	*
교육 (기준: 고등학교)	중학교 이하	-5.170	3.001	-0.017	-
	대학 이상	-13.476	2.135	-0.061	***
거주지역 규모(특별·광역시=1)		1.114	1.796	0.005	-
주말 여부(일지 기준)		-3.457	1.997	-0.015	-
경제활동 여부(일함=1)		-14.740	3.351	-0.061	***
맞벌이 가구		10.008	2.411	0.045	***
근무·등교(일지 기준)		-63.944	2.664	-0.288	***
시간부족 인식		-12.201	1.101	-0.104	***
성별분업 인식		3.801	1.122	0.029	***
가사분담 만족도		-5.216	0.942	-0.047	***
성별(남성=1)		30.549	2.169	0.138	***
10세 미만 자녀(있음=1)		-41.458	3.575	-0.147	***
성별×10세 미만 자녀		14.099	4.598	0.037	**
상수		184.382	5.330		***
수정된 R <sup>2</sup>		.164			
F-값		170.183***			

주: \*p < .05, \*\*p < .01, \*\*\*p < .001,

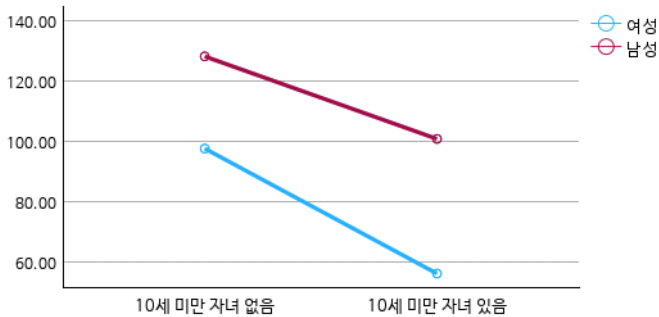
분석 결과, 10세 미만 자녀의 존재는 혼자 있는 디지털 시간을 유의하게 감소시키는 요인으로 나타났으며( $\beta = -0.147$ ,  $p < .001$ ), 성별과 10세 미만 자녀의 상호작용 효과 역시 통계적으로 유의하게 나타났다( $\beta = 0.037$ ,

$p < .01$ . 성별을 남성=1로 코딩한 상태에서 상호작용항이 정(+)의 값을 가진다는 것은, 자녀 존재로 인한 디지털 시간 감소 효과가 여성 집단에서 더 크게 나타나는 경향을 시사한다.

구체적으로 <그림 1>의 예측값을 기준으로 보면, 10세 미만 자녀가 없는 경우 약 30분 수준이었던 성별 간 시간 격차는 자녀가 있는 가구에서 약 44분 수준으로 더 크게 나타났다. 자녀 유무에 따라 여성의 혼자 있는 디지털 시간은 약 41분 감소한 반면, 남성의 감소 폭은 약 27분 수준에 그쳤다.

종합하면, 혼자 있는 디지털 시간은 돌봄 구조, 노동 조건, 그리고 성별 분업 인식이 결합된 조건 속에서 형성되었다. 특히 돌봄 부담은 여성의 혼자 있는 디지털 시간 감소와 더 크게 연관되는 것으로 나타났으며, 이러한 성별 차이는 상호작용 모형에서도 일관되게 확인되었다.

<그림 1> 10세 미만 자녀 유무에 따른 혼자 있는 디지털 시간의 성별 차이



## 5. 논의 및 결론

본 연구는 디지털 미디어 이용이 일상화된 사회에서 ‘혼자 있는 디지털 시간’이 성별에 따라 어떻게 다르게 배분되고 조직되는지를 분석했다. 이

를 통해 디지털 불평등을 기술 접근성이나 이용 역량의 차원을 넘어, 자신의 시간을 스스로 통제하고 기획할 수 있는 ‘시간 자율성’의 문제로 확장할 필요성을 제기했다. 특히 혼자 있는 디지털 시간을 재량 시간과 조건부 시간의 관점에서 해석함으로써, 디지털 환경에서도 젠더화된 시간 질서가 구조적으로 재생산되고 있음을 보이고자 했다.

본 연구의 주요 발견은 다음과 같다.

첫째, 혼자 있는 디지털 시간은 총량뿐 아니라 활동 구성의 질적 차원에서 성별화되어 있었다(가설 1 지지). 남성은 여성보다 더 많은 혼자 있는 디지털 시간을 확보하고 있었으며, 그 시간은 주로 미디어·오락형 활동 중심으로 구성되었다. 반면 여성은 소통형 활동의 비중이 상대적으로 높았다.

이는 매팅리와 비안치(Mattingly and Bianchi, 2003)가 지적한 여성 여가의 중단 가능성과 다과업적 특성이 디지털 환경에서도 완전히 해소되지 않았음을 시사한다. 터클(2011)의 ‘함께 있으면서도 혼자인 상태’ 개념을 적용하면, 여성의 혼자 있는 시간은 물리적으로 분리되어 있더라도 관계적 연결 상태가 유지되는 시간일 가능성이 있다. 분석 결과는 여성의 혼자 있는 디지털 시간이 순수한 재량 시간이라기보다 관계적 요구가 침투할 수 있는 ‘조건부 시간’의 성격을 띠 가능성을 보여준다.

둘째, 구조적 제약의 영향은 성별에 따라 비대칭적으로 나타났다(가설 2 지지). 돌봄 필요 가구원의 존재는 여성의 혼자 있는 디지털 시간을 남성보다 더 크게 감소시켰다. 이는 돌봄이 단순한 시간 사용의 문제가 아니라, 가구 내에서 누구의 시간이 상대적으로 더 쉽게 조정되는 자원으로 간주되는가와 관련될 가능성을 보여준다(Bianchi, Robinson, and Milkie, 2006).

특히 10세 미만 자녀 유무를 포함한 상호작용 분석에서, 어린 자녀가 있는 가구에서 성별 시간 격차가 더욱 확대되는 양상이 확인되었다. 동일한 돌봄 조건에서도 여성의 시간이 남성보다 더 큰 폭으로 감소했다. 즉, 돌봄 부담은 여성의 혼자 있는 디지털 시간 감소와 더 크게 연관되는 것으로

나타났다.

또한 맞벌이 가구일 경우 남성의 혼자 있는 디지털 시간만 유의하게 증가했는데, 이는 가구 내 자원 배분 구조가 성별에 따라 다르게 작동할 가능성을 시사한다. 다만 이러한 효과가 실제 돌봄 부담의 변화에 기인하는지, 가구 자원의 증가에 따른 시간 여유 효과인지, 혹은 다른 요인에 의한 것인지는 본 분석만으로는 파악하기 어렵다. 이는 젠더 규범과 자원 조건이 복합적으로 작용하여 시간 배분을 조직할 가능성을 보여준다(Syrda, 2023).

가사분담 만족도가 높을수록 혼자 있는 디지털 시간이 감소하는 경향은 성별 구분 없이 나타났다. 이는 가구 내 관계 만족도가 높은 경우 개인 시간보다 공유 시간을 우선하는 경향과 관련될 가능성이 있다.

셋째, 이데올로기적 요인의 효과 역시 성별에 따라 상이하게 나타났다(가설 3 지지). 전통적 성별분업 인식은 남성의 혼자 있는 디지털 시간 증가와 유의한 관련을 보인 한편, 여성 집단에서는 이 관계가 통계적으로 유의하지 않았다.

이는 성별분업 이데올로기가 남성에게는 개인 시간을 정당화하는 문화적 자원으로 기능할 수 있음을 시사한다. 혹실드(1989)의 논의처럼 문화적 각본은 중립적으로 작동하지 않으며, 젠더 권력 관계 속에서 비대칭적으로 발현된다. 본 연구의 결과는 이러한 비대칭성이 디지털 시간 배분에서도 동일하게 작동할 가능성을 보여준다.

넷째, 시간 자율성의 성별 격차는 생애주기별로 다르게 나타났다. 청년층에서는 그 격차가 작았고, 중장년층에서는 부분적으로 역전 양상이 나타났다. 은퇴 이후 남성의 재량 시간은 확대되는 데 반해, 여성의 시간 구조는 생애 후반에도 상대적으로 돌봄 중심 구조를 지닐 가능성을 시사한다.

이론적으로, 본 연구는 구딘 외(Goodin et al., 2008)의 재량 시간 논의를 디지털 맥락으로 확장하여, 시간 자율성이 디지털 이용의 실질적 의미를

구성하는 핵심 조건임을 보여주었다. 디지털 불평등은 기술 접근이나 역량 격차를 넘어, 시간 접근권 차원에서 이해될 필요가 있다. 이러한 관점은 ‘시간적 정의(temporal justice)’의 분석 틀을 디지털 사회에 적용할 가능성을 제시한다.

정책적 함의 역시 명확하다. 돌봄 책임의 젠더 편향적 구조와 노동시간의 경직성이 완화되지 않는 한, 기술 접근성 확대 정책만으로는 디지털 삶의 질의 성별 격차를 해소하기 어렵다는 것이다. 시간 불평등은 돌봄의 사회적 재분배와 긴밀히 연관되어 있으며(김수영, 2024), 성평등 정책은 인식 개선을 넘어 돌봄의 사회화, 유연근무제 확대, 가사·돌봄 노동의 성별 재분배 등 시간 자원의 재분배를 포함하는 구조적 개입을 동반할 필요가 있다.

본 연구는 다음과 같은 한계를 지닌다. 먼저, 횡단면 자료를 사용하여 인과관계를 단정하기 어렵다. 또한 유배우자 가구로 분석 대상을 제한하여 다양한 가구 형태를 충분히 포괄하지 못했다. 혼자 있는 시간을 물리적 분리를 기준으로 측정함으로써 정서적 자율성이나 중단 가능성을 직접 측정하지 못한 한계도 존재한다. 가구소득은 시간 자율성과 디지털 이용에 영향을 미칠 수 있는 변수이지만, 생활시간조사에서 해당 항목의 무응답 비율이 높아 제외했다.

향후 연구에서는 종단 자료를 활용하고 질적 연구를 수행해 시간 자율성의 변화 과정과 그 의미를 풍부하게 탐색할 필요가 있다. 또한 1인 가구, 비혼 가구 등 다양한 가구 형태를 포함하는 후속 연구도 필요하다. 디지털 시간의 정서적 질을 측정하는 지표 개발 역시 과제로 남는다.

결론적으로, 본 연구는 ‘혼자 있을 수 있는 조건’이 성별에 따라 구조적으로 다르게 배분되고 있음을 보여주었다. 혼자 있는 디지털 시간은 개인적 취향의 산물이 아니라, 돌봄 구조와 노동 조건, 그리고 젠더 규범이 교차하는 지점에서 형성되는 자원이다. 디지털 시대의 평등은 기술 접근의 확대를 넘어, 시간을 자율적으로 통제할 수 있는 권리의 평등으로 확장될 필요가 있다.

| 참고문헌 |

- 김복수. 2011. “한국인의 여가활동과 대중매체 이용시간의 변화: 2004년 생활시간조사를 중심으로.” 『한국학』 34(2): 185-218.
- 김소영 · 진미정. 2016. “부부의 가사노동시간 변화: 2004년-2014년 생활시간조사자료 분석.” 『가정과삶의질연구』 34(3): 65-84.
- 김수영. 2024. “초저출생 사회, 여성은 왜 비혼과 비출산을 선택하는가: 돌봄 재분배를 위한 법의 역할 - 통계청 생활시간조사로 본 구조적 불평등을 중심으로.” 『젠더법학』 16(1): 1-63.
- 김진옥 · 고은주. 2015. “시간압박, 누가 얼마나 경험하는가?: 한국 기혼부부의 수면, 개인관리, 여가시간 결핍 결정요인 분석.” 『사회복지정책』 42(2): 135-161.
- 손문금. 2005. “맞벌이 부부의 무급노동분담에 대한 실증적 연구: ‘생활시간조사’ 자료를 중심으로.” 『페미니즘연구』 5: 239-287.
- 은기수. 2010. “한국인의 일상생활에서 텔레비전 시청 시간의 성별 차이.” 『한국학』 33(4): 395-427.
- 이재현. 2005. “인터넷, 전통적 미디어, 그리고 생활시간 패탄: 시간 재할당 가설의 제안.” 『한국언론학보』 49(2): 224-254.
- 차승은. 2010. “남녀의 시간압박인식 차이와 관련요인 탐색.” 『한국인구학』 33(1): 27-49.
- 최유정 · 최미라 · 최샛별. 2019. “가정 내 역할 수행 및 돌봄 노동 시간에 영향을 미치는 요인의 남녀 차이에 관한 연구.” 『사회과학논집』 50(1): 1-28.
- 홍남희. 2012. “초기 모성수행기 여성들의 스마트폰 이용.” 『미디어, 젠더 & 문화』 21: 135-164.
- Bianchi, Suzanne M., John P. Robinson, and Melissa A. Milkie. 2006. *Changing Rhythms of American Family Life*. New York: Russell Sage Foundation.
- Bittman, Michael and Judy Wajcman. 2000. “The Rush Hour: The Character of Leisure Time and Gender Equity.” *Social Forces* 79(1): 165-189.
- Doucet, Andrea. 2023. “‘Time Is Not Time Is Not Time’: A Feminist Ecological Approach to Clock Time, Process Time, and Care Responsibilities.” *Time & Society* 32(4): 434-460.
- García Román, Joan and Pablo Gracia. 2022. “Gender Differences in Time Use across

- Age Groups: A Study of Ten Industrialized Countries, 2005-2015.” *PLoS ONE* 17(3): e0264411.
- Gershuny, Jonathan. 2000. *Changing Times: Work and Leisure in Postindustrial Society*. Oxford: Oxford University Press.
- Giurge, Laura M., Ashley V. Whillans, and Colin West. 2020. “Why Time Poverty Matters for Individuals, Organisations and Nations.” *Nature Human Behaviour* 4(10): 993-1003.
- Goodin, Robert E., James M. Rice, Antti Parpo, and Lina Eriksson. 2008. *Discretionary Time: A New Measure of Freedom*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Greenstein, Theodore N. 1996. “Husbands’ Participation in Domestic Labor: Interactive Effects of Wives’ and Husbands’ Gender Ideologies.” *Journal of Marriage and the Family* 58(3): 585-595.
- Hargittai, Eszter. 2002. “Second-Level Digital Divide: Differences in People’s Online Skills.” *First Monday* 7(4).
- Hochschild, Arlie Russell. 1989. *The Second Shift: Working Parents and the Revolution at Home*. New York: Viking.
- Hu, Yilin and Yue Qian. 2024. “Gendering Digital Labor: Work and Family Digital Communication across 29 Countries.” *Community, Work & Family* 27(5): 588-611.
- Juster, F. Thomas and Frank P. Stafford, eds. 1985. *Time, Goods, and Well-Being. Ann Arbor: Institute for Social Research*, University of Michigan.
- Kan, Man-Yee and Stephen Pudney. 2008. “Measurement Error in Stylized and Diary Data on Time Use.” *Sociological Methodology* 38(1): 101-132.
- Long, Christopher R. and James R. Averill. 2003. “Solitude: An Exploration of Benefits of Being Alone.” *Journal for the Theory of Social Behaviour* 33(1): 21-44.
- Mattingly, Marybeth J. and Suzanne M. Bianchi. 2003. “Gender Differences in the Quantity and Quality of Free Time: The U.S. Experience.” *Social Forces* 81(3): 999-1030.
- Qian, Yue and Xiaonan Lu. 2025. “Whose Gender Ideology Matters? A Dyadic Analysis of Gender Ideology and Housework Time in the United Kingdom.” *European Societies* 27(2): 320-347.
- Robinson, John P. and Geoffrey Godbey. 1997. *Time for Life: The Surprising Ways*

- Americans Use Their Time*. University Park: Pennsylvania State University Press.
- Syrda, Joanna. 2023. "Relative Earnings and the Division of Housework." *Work, Employment and Society* 37(3): 563-582.
- Turkle, Sherry. 2011. *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York: Basic Books.
- Van Dijk, Jan A. G. M. 2017. "Digital Divide: Impact of Access." Patrick Rössler(ed.), *The International Encyclopedia of Media Effects*, Malden, MA: Wiley-Blackwell, 1-11.
- Vickery, Clair. 1977. "The Time-Poor: A New Look at Poverty." *Journal of Human Resources* 12(1): 27-48.
- Wajcman, Judy. 2015. *Pressed for Time: The Acceleration of Life in Digital Capitalism*. Chicago: University of Chicago Press.
- West, Candace and Don H. Zimmerman. 1987. "Doing Gender." *Gender & Society* 1(2): 125-151.

통계청. 2025. <2024년 생활시간조사 결과>.

Abstract

## The Gendering of Alone Digital Time – Inequality in the Right to Time Access

Kim, Kyungmi  
(Yonsei University)

This study examines how time spent alone using digital media is distributed and organized differently by gender in a society where digital media use has become ubiquitous. Going beyond conventional frameworks of digital inequality that focus on technological access or digital skills, this study reconceptualizes digital inequality as a matter of the right to time access and develops an analytical framework that distinguishes between discretionary time and conditional time. Using data from the 2024 Korean Time Use Survey, the analysis focuses on married adults aged 20-75 (N = 13,338). Descriptive statistics, independent-samples t-tests, and gender-stratified OLS regression models are employed. The findings reveal significant gender disparities in both the amount and composition of time spent alone using digital media. Men have more such time than women and tend to use it primarily for media and entertainment-oriented, self-directed activities. In contrast, women's time is more oriented toward communication activities, suggesting a more relationally oriented pattern of use. The presence of care-dependent household members reduces women's alone digital time to a significantly greater extent than men's, with the gender gap widening further in households with children under age 10. In addition, traditional gender-role attitudes increase time spent alone using digital media only among men. These findings demonstrate that both structural constraints and ideological

factors operate asymmetrically within gendered power relations. The results confirm that a gendered temporal order persists even in digital environments and suggest that achieving digital equality requires moving beyond technological access toward equality in time autonomy —that is, a perspective of temporal justice.

**Key words:** alone digital time, time autonomy, discretionary time, gender inequality, temporal justice

- 투 고 일 : 2026년 3월 1일
- 최초심사일 : 2026년 4월 3일
- 게재확정일 : 2026년 4월 24일