

수원시 양육 환경 및 스트레스 실태

박민진 수원시정연구원 연구위원 박영미 수원시정연구원 전문연구위원

요약

■ 양육 부담에 시달리는 맞벌이 가구

- 맞벌이 가구는 상대적으로 경제적 부담이 크고, 보육 시설 의존도가 높아 추가적인 양육비용이 발생하는 경향
- 양육의 주요 어려움으로는 비용 부담(79.5%), 시간 부족(63.6%), 자녀를 돌봐줄 사람의 부재(59.4%) 등이 있으며, 특히 맞벌이 가구는 비맞벌이 가구보다 경제적 부담과 자녀 돌봄의 어려움을 더 크게 느끼는 것으로 나타남

■ 아이 키우기 좋은 수원시를 위해 ‘안심 돌봄 서비스 지원’ 요구

- 양육 스트레스 완화 정책으로 가장 선호하는 것은 ‘부모만의 시간을 제공하는 돌봄 서비스’(38.2%)이며, 자기계발 및 취미 프로그램(21.9%) 운영도 선호
- 수원시가 아이 키우기 좋은 도시가 되기 위해서는 ‘안심 돌봄 서비스’ 지원이 가장 필요하며, 그다음으로 아이와 함께 갈 수 있는 공간 조성 요구

정책제언

■ 양육 부담 완화를 위한 실질적 지원 확대 필요

- 맞벌이 가구의 높은 피로도를 고려한 시간 단위 돌봄 서비스나 일시 보육 서비스 등 유연한 지원책 마련 필요
- 생활권 기반 돌봄정책(예: 수원형 키즈카페 조성)과 맞춤형 경제 지원(예: 임신 여성 소상공인 휴업손실 비용 지원)을 통한 양육 스트레스 완화
- 호주의 키즈 헬프라인(Kids Helpline) 사례처럼 부모의 양육 고민을 해결할 수 있는 상담 지원 및 정보 제공 플랫폼 필요

1. 육아 부담 속 부모들의 선택과 스트레스

□ 아이를 키우기 위해 맞벌이를 선택하는 부모들, 아이 키우기 좋은 환경에 대한 고민 필요

● 기혼자들이 맞벌이를 선택하는 이유: '자녀 양육비 부담'과 '생활비 부족'

- 엠브레인 트렌드모니터 조사¹⁾ 결과에 따르면, 맞벌이를 하는 사람들의 가장 큰 이유는 자녀 양육비 부담(61.2%, 중복응답)으로 나타남
- 또한 부족한 생활비 해결(50.5%)과 경제적 여유(47.9%)를 위해서 맞벌이를 한다는 응답이 많아, 현재 아이의 양육과 빠듯한 살림살이를 위해서는 맞벌이를 할 수밖에 없는 현실을 잘 보여줌

● 경제적 부담에 맞벌이 선택...육아 도우미까지 필요한 현실

- "아이를 키우면서 느낀 어려움은 경제 문제가 제일 크다. 둘째 때는 육아 비용뿐 아니라 집 대출 비용도 깊어야 하는 상황이라 외벌이로는 답이 없다고 판단했다. 당장 매달 집 대출금만 200만 원 내야 하는데 첫째 육아비에 둘째까지 더해서는 내 월급만으로 턱도 없는 상황이다. 그래서 아내도 같이 맞벌이를 하고 있는데, 애를 봐줄 사람이 없기 때문에 결국 육아 도우미를 고용해야 했다." (시사저널 e 인터뷰 중)²⁾

● 엄마의 육아 스트레스 높고, 혼자 아이를 키울수록 육아 스트레스 높음

- 서울시민 중 만 0-9세 자녀를 양육하는 양육자 555명을 대상으로 조사한 결과, 대상자의 일반적 특성에 따른 양육 스트레스를 살펴보면 여성, 20대 부모, 한쪽 부모와 자녀가 동거하는 경우, 부모 모두가 경제 활동을 하지 않는 경우, 가구소득이 200만 원 미만인 경우에 양육자의 양육 스트레스 점수가 더 높고 스트레스 고위험군 비율이 더 높은 것으로 나타남(김성아·김정아, 2022; i, 30)

● 워킹맘·대디는 퇴근 후에도 일 걱정을 하고, 워킹맘 가정은 돌봄 공백을 어려워하고 있음

- '서울 워킹맘·워킹대디의 현주소'³⁾에 따르면 3개월간 일·생활 균형 정도를 조사한 결과, '일에 치이다 보니 삶의 목표가 무엇인지를 잊을 때가 있다'는 워킹맘이 43.7%, 워킹대디가 38.8%임. 워킹맘·대디 10명 중 3명은 퇴근 후에도 일 걱정을 한 것으로 나타남. 특히, 워킹맘 가정의 53.1%가 '돌봄 공백'을 어려움으로 꼽음

1) 엠브레인 트렌드모니터가 전국 만 19세 이상 남녀 1,000명을 대상으로 맞벌이와 관련한 설문조사 결과임

2) 시사저널e는 "저출산대책-100명에게 물었다 아이 소리 우렁찬 나라"의 일환으로 100명을 인터뷰하였으며 이중 결혼 7년 차인 김상진씨(가명, 35세)의 인터뷰 내용임

3) 서울연구원이 발행한 '서울 워킹맘·워킹대디의 현주소' 인포그래픽스는 2023년 서울양육자서베이와 서울 영유아 양육 여건·양육자의 정·신건강 양육 스트레스 등에 대한 설문조사 결과를 토대로 발행된 자료임

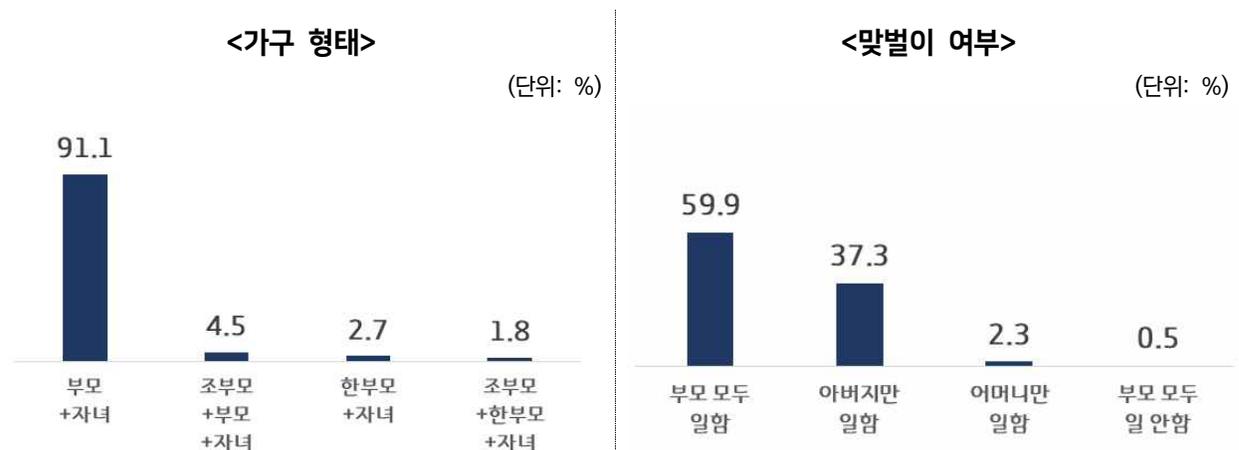
4) 2025년 1분기 응답자 2,081명 중 미혼자를 제외하고 영아기(만 0-2세), 유아기(만 3-6세), 초등학교 저학년 자녀(만 7-9세)가 '있다'고 응답한 응답자 257명(12.3%)을 대상으로 수원시 양육환경과 스트레스에 대해 조사한 결과임

2. 수원시민의 양육환경과 스트레스에 대한 조사 결과

2-1. 수원시 양육환경

□ 수원시 양육 가구의 10가구 중 9가구는 부모와 자녀로 구성, 맞벌이 가구 비율은 59.9%

- (가구 형태) 영아기, 유아기, 초등학교 저학년 자녀가 있는 가구의 91.1%는 부모와 자녀가 함께 거주함
 - 조부모와 부모가 자녀와 함께 거주하는 가구는 4.5%, 학업, 직장 등의 사유로 한부모와 자녀가 함께 거주하는 가구는 2.2%, 조부모와 별거, 이혼 등의 사유로 한부모가 자녀와 함께 거주하는 가구는 1.5%, 별거, 이혼 등의 사유로 한부모와 자녀가 함께 거주하는 가구는 0.5%, 조부모와 학업, 직장 등의 사유로 한부모가 자녀와 함께 거주하는 가구는 0.2%임
- (맞벌이 여부) 양육 가구의 절반 이상이 맞벌이 가구임
 - 맞벌이 여부를 조사한 결과, 자녀의 부모 모두 일을 하는 가구가 59.9%로 가장 많고, 자녀의 아버지만 일을 하는 가구는 37.3%, 자녀의 어머니만 일을 하는 가구는 2.3%, 자녀의 부모 모두 일을 하지 않는 가구는 0.5%로 나타남



| 질문 : 귀하의 가정은 다음 중 어디에 해당되십니까?-가구 형태

| 질문 : 귀하의 가정은 다음 중 어디에 해당되십니까?-맞벌이 여부

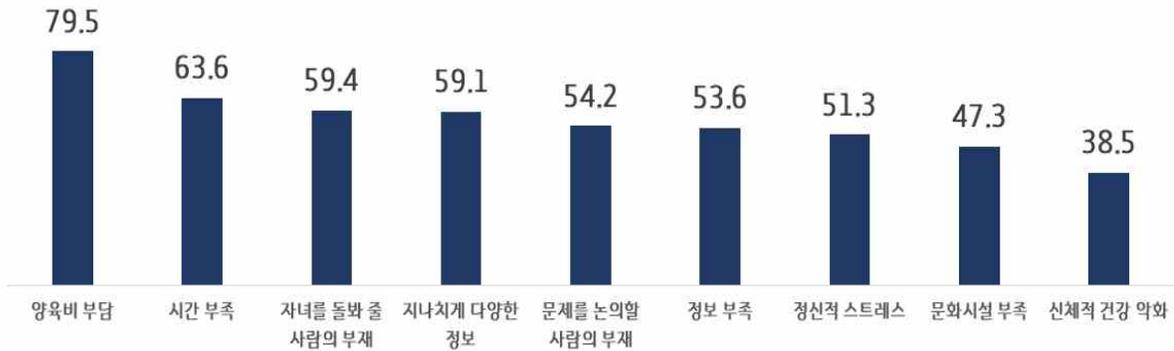
2-2. 양육 어려움과 스트레스

□ 자녀를 양육하면서 겪는 가장 큰 어려움은 '비용 부담'과 '시간 부족'임

- 양육의 어려움으로는 '비용 부담'이 79.5%로 가장 높았으며, 그다음으로 자녀와 함께할 '시간 부족'(63.6%), 자녀를 돌봐줄 사람이 없음(59.4%), 자녀양육과 관련된 정보가 너무 다양하여 어떤 것을 선택할지 혼란스러움(59.1%), 자녀양육과 관련된 문제를 논의할 만한 사람이 없음(54.2%) 순으로 나타남
 - 자녀를 양육하면서 겪는 어려움 중 자녀를 돌봐줄 사람이 없다고 느끼는 응답자 특성을 살펴보면, 맞벌이 가구(63.3%)가 비맞벌이 가구(53.0%)에 비해 어려움을 느끼고 있음

<양육 어려움>

(단위: %)



| 질문 : 귀하가 자녀를 양육하면서 겪는 어려움에 관련된 질문입니다. 해당되는 것을 선택해 주십시오.

● 양육비용 부담의 체감 정도는 가구의 소득 수준과 경제 활동 유형에 따라 차이 있음

- 양육비용 부담 어려움은 맞벌이 가구(84.5%), 소득이 높을수록, 무급가족 종사자가 더 크게 느낌
 - 맞벌이 가구가 외벌이 가구에 비해 소득이 높을 가능성이 크지만 양육비, 보육비, 교육비 등의 지출도 많기 때문에 경제적 부담을 크게 느낄 수 있음. 특히, 맞벌이로 인해 보육 시설(어린이집, 유치원, 베이비시터 등)에 대한 의존도가 높아져 추가적인 양육비용이 발생하는 것도 원인일 것으로 추정됨
 - 소득수준이 높을수록 더 나은 교육 및 돌봄 서비스를 선택하려는 경향이 뚜렷하며, 이에 따른 비용 부담이 더 크게 작용할 수 있음

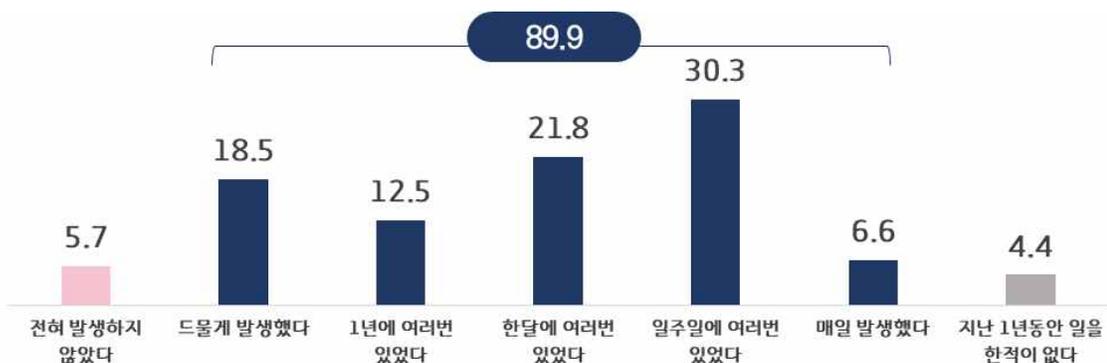
□ 퇴근 후 집안일도 어려울 만큼 피로... 업무·가족 책임 부담 크게 나타남

● 10명 중 9명은 퇴근 후 집안일을 제대로 하지 못할 정도로 피곤했던 적이 있음

- 응답자 3명 중 1명에 해당하는 30.3%는 일주일에 여러 차례 퇴근 후 집안일을 하기 어려울 정도로 피곤함을 느낀 경험이 있다고 응답하였으며, 그다음으로는 한 달에 여러 번 그런 경험을 했다는 응답이 21.8%로 나타남

<퇴근 후 집안일을 하기 어려울 정도로 피곤한 적이 있음>

(단위: %)



| 질문 : 지난 1년간 다음과 같은 상황들이 얼마나 자주 발생하였습니까? - 1. 퇴근 후 집으로 돌아오면 해야 할 집안일을 제대로 하지 못할 정도로 피곤한 적이 있었다.

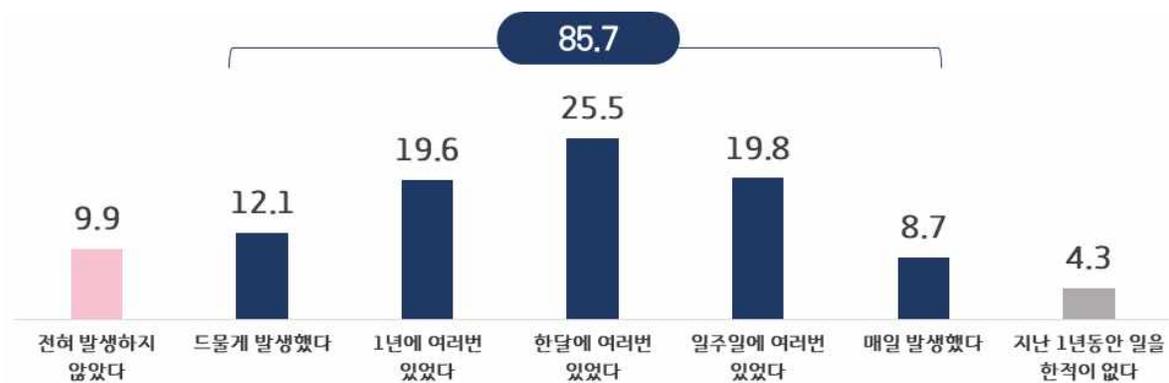
- 특히 맞벌이 가구, 저소득층 가구(세후 기준 월평균 가구소득 200만 원 미만), 고용주 및 자영업자 집단에서 퇴근 후 피로로 인해 집안일 수행이 어렵다고 응답한 비율이 상대적으로 높게 나타남

● 85.7%가 업무로 인해 가족 구성원으로서의 책임을 수행하기 어려운 적이 있는 것으로 나타남

- 25.5%는 한 달에 여러 번 이러한 어려움을 겪었으며, 일주일에 여러 번(19.8%), 1년에 여러 번(19.6%) 경험했다는 응답이 다음으로 높음
- 매일 경험한다는 응답은 맞벌이 가구(11.5%), 저소득층(18.9%), 주거 점유형태가 월세(10.2%)인 경우 높게 나타남

<업무로 인해 가족 책임을 수행하기 어려움>

(단위: %)



| 질문: 지난 1년간 다음과 같은 상황들이 얼마나 자주 발생하였습니까? - 2. 업무에 소요되는 시간으로 인하여 가족 구성원으로서의 책임을 수행하기 어려운 적이 있었다.

● 가족 구성원으로서의 책임으로 인해 업무에 집중하기 어려운 적이 있었다는 응답이 89.1%에 달해

- 23.3%는 한 달에 여러 번, 19.3%는 드물게, 19.2%는 일주일에 여러 번 이러한 경험이 있었다고 응답함
- 매일 집중하기 어려웠다는 응답은 맞벌이 가구(9.2%), 고소득층(지난 1년간 월평균 가구소득(세후) 600만 원 이상)(10.1%), 주거 점유형태가 자가(10.4%)인 경우 상대적으로 높음

<가족 책임으로 업무에 집중하기 어려움>

(단위: %)



| 질문: 지난 1년간 다음과 같은 상황들이 얼마나 자주 발생하였습니까? - 3. 가족 구성원으로서의 책임으로 인하여 업무에 집중하기 어려운 적이 있었다.

● 미취학 아동 부모가 양육 스트레스를 해소하는 방법은 걷기·운동 등 신체활동(32.2%), 영상물 시청(16.7%), 음주(15.2%), 휴식 및 수면(12.3%) 순임

- 남성은 신체활동 → 음주 → 영상물 시청 → 휴식 및 수면 순으로 스트레스를 해소하는 반면, 여성은 신체활동 → 영상물 시청 → 휴식 및 수면 → 음주 순으로 스트레스를 해소하고 있음
- 맞벌이와 비맞벌이 가구 모두 신체활동을 가장 많이 선택했으며, 그다음으로 영상물 시청, 음주 순임
- 가족·친구·지인과의 대화를 통해 스트레스를 푼다는 응답은 여성, 비맞벌이 가구에서 상대적으로 높고, 맛있는 음식을 먹으며 스트레스를 푼다는 응답은 여성과 맞벌이 가구에서 상대적으로 높았음

<양육 스트레스 해소법(1순위)>

(단위: %)

구분	신체 활동	영상물 시청	음주	휴식 및 수면	여행	흡연	맛있는 음식	가족/친구/ 지인 등과 대화	쇼핑	온라인 게임	기타
전체	32.2	16.7	15.2	12.3	5.9	3.9	3.1	3.0	2.3	2.0	3.4
남성	36.6	12.1	21.7	12.0	6.4	4.8	0.0	2.5	1.4	1.1	1.5
여성	27.1	22.3	7.4	12.7	5.2	2.8	6.7	3.7	3.4	3.0	5.7
맞벌이	32.1	19.5	16.3	14.0	4.7	2.7	4.2	1.6	1.3	1.8	1.8
비맞벌이	32.9	12.7	12.4	9.8	7.7	5.7	1.5	5.2	3.9	2.3	5.9

| 질문 : 귀하는 양육스트레스를 받았을 때 주로 어떻게 대처하십니까? 우선순위에 따라 3가지를 선택해 주십시오.

| 주 : 기타는 독서(소설책, 만화책, 웹툰 등) 1.2%, 아무것도 하지 않는다 1.2%, 명상과 심호흡 0.8%, 기타 0.2%의 합임

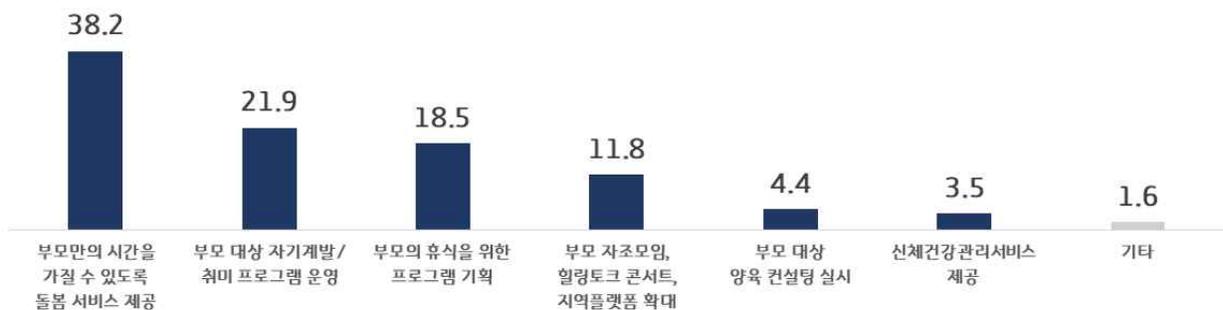
2-3. 양육 스트레스 완화 및 아이 키우기 좋은 환경을 위한 대책

□ 수원시민, 양육 스트레스 완화 정책으로 '부모만의 시간 제공'(38.2%) 선호

- 수원시민이 양육 스트레스를 완화하기 위해 가장 선호한 정책은 '부모만의 시간을 가질 수 있는 돌봄 서비스 제공'(38.2%)이었으며, 이어서 '부모 대상 자기계발·취미 프로그램 운영'(21.9%) 등을 선호하는 것으로 나타남

<양육 스트레스 완화 정책(1순위)>

(단위: %)



| 질문 : 귀하는 양육스트레스를 완화하기 위해 다음 중 어떠한 정책이 필요하다고 생각하십니까? 우선순위에 따라 2가지를 선택해 주십시오.

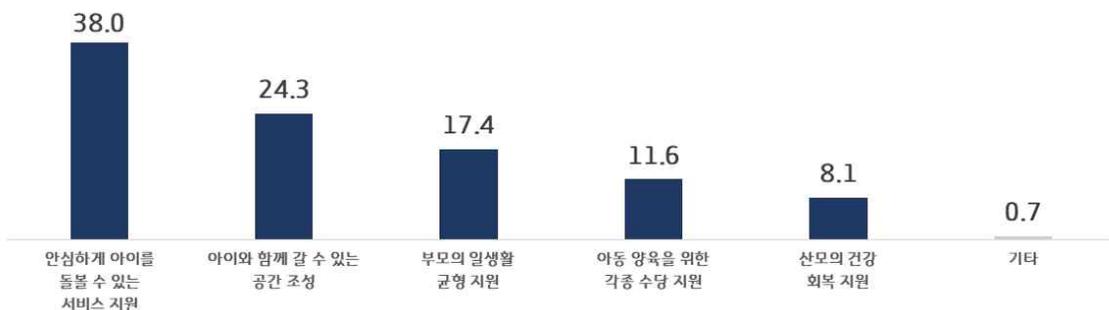
- 돌봄 서비스 제공에 대한 선호도는 19-34세 청년(50.1%), 지난 1년간 월평균 가구소득(세후) 200-400만원 미만(42.6%), 고용주 및 자영업자(45.2%)에서 높게 나타남
- 부모 대상 자기계발·취미 프로그램 운영은 남성(24.1%), 비맞벌이(27.5%), 지난 1년간 월평균 가구소득(세후) 600만원 이상(28.2%)에서 상대적으로 높게 나타남
- 기타로는 한 달에 한 번 조기퇴근 권고 등 근로 시간 축소, 무주택자 지원 등 스트레스가 되는 원인 해결을 요구함

● 수원시, 아이 키우기 좋은 도시가 되기 위해서 ‘안심 돌봄 서비스 지원(38.0%)’ 정책 우선 필요

- 수원시가 아이 키우기 좋은 도시가 되기 위해 가장 필요한 정책으로는 ‘안심 돌봄 서비스 지원’(38.0%)이 가장 높았으며, 다음으로 아이와 함께 갈 수 있는 공간 조성(24.3%), 부모의 일생활 균형 지원(17.4%) 순으로 나타남

<아이 키우기 좋은 환경을 위한 정책(1순위)>

(단위: %)



| 질문: 수원시가 아이 키우기 좋은 도시가 되기 위해서 필요한 정책은 무엇이라고 생각하십니까? 우선순위에 따라 2순위까지 응답해 주십시오.

- 안심하게 아이를 돌볼 수 있는 서비스 지원에 대한 요구는 남성(43.0%), 50-64세 장년(56.3%), 맞벌이 가구(45.1%)에서 높게 나타남
- 아이와 함께 갈 수 있는 공간 조성에 대한 선호는 비맞벌이 가구(32.0%), 단독주택 거주자(38.1%)에서 높게 나타남

3. 요약 및 시사점

□ 양육 부담 완화를 위한 실질적 지원 확대

- 맞벌이 가구의 돌봄 부담이 크고, 양육비용이 주요한 어려움으로 지목된 만큼, 공공·민간 돌봄 서비스 확대 및 비용 지원 정책이 필요
 - 양육의 가장 큰 어려움은 ‘비용 부담’(79.5%)과 ‘시간 부족’(63.6%)이며, 응답자 특성별로 살펴보면 맞벌이 가구(비용 부담 84.5%, 시간 부족 73.4%)가 비맞벌이 가구(비용 부담 71.6%, 시간 부족 48.4%)보다 돌봄 부담을 더 크게 느낌
- 특히 맞벌이 가구의 높은 피로도를 고려해 시간 단위 돌봄 서비스, 일시 보육 서비스 등의 유연한 지원책 마련 중요
 - 10명 중 9명은 퇴근 후 피로로 인해 집안일 수행이 어렵고, 85.7%는 업무로 인해 가족 책임 수행에 어려움을 겪고 있음

□ 생활권 기반 돌봄정책(예: 수원형 키즈카페 조성)과 맞춤형 경제 지원(예: 임신 여성 소상공인 휴업손실 비용 지원)을 통한 양육 스트레스 완화

- 맞벌이 가구는 안심 돌봄 서비스, 비맞벌이 가구와 단독주택 거주자는 아이와 함께할 수 있는 공간 조성에 대한 수요 높음. 따라서 소득별·가구 형태별 맞춤형 정책을 통해 육아 지원 정책의 실효성을 높일 필요가 있음
 - 양육 스트레스 완화를 위한 정책으로 '부모만의 시간을 제공하는 돌봄 서비스'(38.2%)가 가장 선호됨
 - 맞벌이 가구는 안심하게 아이를 돌볼 수 있는 서비스 지원에 대한 요구를 비맞벌이 가구와 단독주택 거주자는 아이와 함께 갈 수 있는 공간 조성에 대한 선호도가 높게 나타남
- 서울시는 양육친화 환경 조성의 일환으로 '서울형 키즈카페'를 확대하는 한편, 소상공인 맞춤형 출산·양육 지원 3종 세트 시행 등을 통해 사각지대 없는 일·생활 균형을 지원하고 있음
 - 탄생응원 서울 프로젝트 시즌 2의 일환으로 소상공인의 출산·양육을 지원하고 서울형 키즈카페를 확대하고 있음
 - 서울형 키즈카페는 서울시가 직접 또는 지원하여 아이들이 안전하게 놀 수 있고, 돌봄 서비스 제공이 가능한 실내 놀이 공간임
 - 2025년 3월 말 기준 137개소가 운영(시립 5, 구립 72, 민간인증 60)되고 있으며 654,777명의 아동이 이용함.
 - 2025년 4월부터는 서울형 키즈카페 이용 대상자를 서울시민에서 서울 생활권자로 확대함
 - 한강, 공원 등 생활권 내 특색있는 서울형 키즈카페를 조성하였으며, 2025년에는 시립 문화·체육 시설 등 공공시설과 연계한 콘셉트로 시립시설 조성을 추진하고 있음
 - 종교시설, 폐원 어린이집 등 유휴공간을 지속 발굴하고, 가족 단위 방문이 용이한 실내외 공간에 주말에만 여는 '주말형 서울형 키즈카페'를 25년 하반기부터 운영하고 점차 확대해 나갈 계획임
 - 서울시(사업 시행), KB금융그룹(사업비 50억 원 지원), 한국경제인협회(소상공인 멘토링 등)가 공동 추진하는 소상공인 맞춤형 출산·양육 지원 3종 세트는 ① 육아휴직자 대체인력 지원, ② 민간 아이 돌봄 서비스 연계(이용요금 지원) ③ 휴업손실 지원(임신·출산으로 인한 휴업 기간 중 발생하는 임대료, 공과금 등 지원) 사업임

<생활권 내 서울형 키즈카페 조성>



〈시립 독섬자별레점 '24.5.〉



〈노원구 중평공원점 '24.7.〉



〈시립 서울식물원점 '25.11월 개관 예정, 정원 속 키즈카페〉



| 출처 : 서울시 여성가족실 주요업무보고(2024.11), 25쪽, 서울시 여성가족실 주요업무보고(2025.4), 24쪽

□ 부모의 양육 딜레마를 헤쳐 나갈 수 있는 양육지원 플랫폼 구축

- 59.1%는 자녀 양육과 관련된 정보가 너무 다양하여 어떤 것을 선택할지 혼란스러움을 느끼며, 54.2%는 자녀양육과 관련된 문제를 논의할 만한 사람이 없어 어려움을 겪고 있음

- 이러한 어려움에 도움을 주기 위해서는 언제든지 정보가 필요할 때 맞춤형 정보를 제공하고, 문제가 발생하거나 원할 때 복잡한 절차 없이 무료로 상담받거나 도움받을 수 있는 전용 플랫폼 개발이 필요함

- 호주의 키즈 헬프라인(Kids Helpline)은 부모가 겪을 수 있는 다양한 문제 상황을 제시하고 양육 딜레마를 헤쳐 나갈 수 있는 상담 지원을 통해 부모가 겪고 있는 어려움을 해소해주고 있음

- 남성·여성 카운슬러 요청 및 통역사 요청이 가능하며, 지속적인 지원을 위한 상담사 연결이 가능한 플랫폼임

<호주의 키즈 헬프라인과 가족 프로그램(예시)>



| 출처 : 키즈 헬프라인 홈페이지(<https://kidshelpline.com.au>, 2025.3.5. 수집)

설문개요

✓ SRI 시민패널조사 개요(2025년 1/4분기)

- 조사목적 : 시정현안에 대한 적시성 있고 신뢰도 높은 데이터 구축, 시민들의 시정현안 인식과 변화 파악
- 조사대상 : 수원시정연구원 패널 3,867명(유효표본 2,081명)
- 조사방법 : 온라인조사
- 조사시기 : 2025. 2. 11. ~ 2025. 2. 16.(6일간)
- 조사내용 : 시정 및 의회 만족도, 정책 인식 및 기대효능감, 경제상황과 경제 이슈, 수원시 양육 환경과 스트레스

■ 참고문헌

김성아·김정아, 2022, 서울시 양육자의 정신건강·양육 스트레스 실태분석과 지원방향, 서울연구원

엠브레인트렌드모니터, 2012 맞벌이 관련 조사

서울특별시, 2025 주요업무계획(2025.02.)

서울특별시 여성가족실, '25년 서울형 키즈카페 200개소까지 늘어난다...주말·평일 운영시간도 연장(2025.04.22.)

서울특별시 여성가족실, '저출생 극복 총력' 서울시, 소상공인을 위한 「맞춤형 출산·양육 3종세트」시작(2024.08.27.)

서울특별시 여성가족실 주요업무보고(제327회 시의회 정례회 보건복지위원회)(2024.11.)

서울특별시 여성가족실 주요업무보고(제330회 시의회 임시회 보건복지위원회)(2025.04.)

내손안에 서울, 올해도 저출생 극복! '탄생응원 서울 프로젝트 시즌2' 본격 가동(2025.01.21.)

시사저널e, "맞벌이·외벌이 다 해봤지만 육아 어려워"(2024.05.22.)

연합뉴스, 서울 맞벌이가정 24% 우울 ...워킹맘·대디 하루 휴식 1시간(2024.06.01.)

키즈 헬프라인 홈페이지(<https://kidshelpline.com.au>)



SRI 수원시정연구원
SUWON RESEARCH INSTITUTE

Brief

※ 본 간행물은 집필자의 개인 의견으로 수원시정연구원의 공식적인 견해와 다를 수 있습니다.

발행처 수원시정연구원 | 발행인 김성진 | 편집위원장 정재진 | 편집위원 강은하 김도훈 김타균 유현희 최석환 한연주