

# 저탄소 녹색성장을 위한 템플스테이 활성화방안 -템플스테이 체험전 후의 삶의 질에 대한 인식의 차이를 중심으로- Activation Programs of Temple Stay for Low Carbon Green Growth

신현규, 신흥철  
경희대학교 호텔관광학과

Hyun-Kyu Shin(hyunqs@khu.ac.kr), Hong-Chul Shin(shin0518@khu.ac.kr)

## 요약

관광의 발달과 더불어 관광객들에게 다양한 관광상품에 대한 욕구가 발생하였으며, 이에 따라 관광객들의 욕구충족을 위한 여러 관광상품의 개발이 필요하게 되었다. 또한 환경적인 문제의 발생과 더불어 환경을 고려하는 관광상품의 개발이 대두되었으며, 이를 혼합한 관광상품의 발전이 필요하게 되었다. 이에 따라 본 연구에서는 급속도로 발전하고 있는 템플스테이를 재조명해보고, 관광객들의 템플스테이 체험전과 체험후의 삶의 질의 차이를 통하여 저탄소녹색상품으로의 발전가능성을 탐색하고자 하였다.

본 연구의 진행을 위하여 템플스테이 이용객을 대상으로 템플스테이 이용전과 이용후의 삶의 질의 차이를 조사하였으며, 그 결과로는 다음과 같다. 우선 연령대가 높아질수록 참선, 다도 등의 사찰 체험과 불교문화체험에 만족을 하고 있었으며, 삶의 질을 묻는 11개문항 중 2개의 문항을 제외한 9개의 문항에서 유의한 차이를 보이고 있어 삶의 질을 향상하는데 템플스테이 이용이 도움이 되는 것으로 나타났다.

■ 중심어 : | 저탄소 녹색성장 | 템플스테이 | 삶의 질 |

## Abstract

With the development of tourism the desire for a variety of tours for visitors was occurred. Accordingly, to meet the needs of tourists for the development of various tourism products is necessary. In addition to the occurrence of environmental problems needs to develop environmental tourism products. In this study refocus on rapidly developed templestay and difference of life quality between before experienced templestay and after experienced templestay as product development of low-carbon green was to explore the possibilities.

The findings were as follows. First, the increase of age, they satisfied temples experience like meditation, tea ceremony and Buddhist cultural experience. 11 questions of life quality, 9 items showing significant differences in the quality of life in it will be useful temple stay was used.

■ keyword : | Low Carbon Green Growth | Templestay | Quality of Life |

## I. 서론

전 세계적으로 기후변화와 에너지 위기로 인하여 환

경에 대한 관심이 증가하였으며, 환경을 고려하는 저탄소 녹색성장이라는 패러다임의 형성과 2008년 우리나라의 국가 패러다임으로서의 저탄소 녹색성장이 부각

되기 시작하였다[1]. 이에 따라 관광산업에서 저탄소 녹색성장을 통한 관광이라는 개념이 발생하였다.

관광산업에서 저탄소 녹색성장이 부각된 배경에는 관광산업은 많은 경제적인 효과를 발생하지만 대규모 개발 및 환경의 파괴로 인하여 종종 문화, 경제, 사회, 환경적으로 부정적인 영향을 미치게 된다[2].

이러한 이유로 환경적인 부분을 고려하는 관광형태는 점차 다양해지고 있으며, 이러한 관광프로그램으로서의 템플스테이 또한 각광받고 있는 실정이다. 템플스테이는 2002 월드컵을 계기로 발전하여 불과 8년의 기간 동안 매년 10%이상의 이용객 증가를 보이며 연간 이용객이 10만명이 넘어선 상태이다[3][4].

템플스테이는 다양한 형태의 프로그램을 제공하고 있으며, 이를 통해 단순히 불교문화의 체험만을 하는 것이 아니라 사찰이 가지고 있는 자연환경을 적극 활용하여 템플스테이 프로그램을 제공하고 있다. 또한 이러한 템플스테이를 통하여 마음의 안정을 얻고 가정 혹은 직무 내에서의 스트레스의 해소 및 휴식의 욕구를 충족해나가고 있다. 사람들의 관광활동에 대한 욕구는 증대되고 있고, 이러한 관광활동을 통한 현대인들의 삶에 대한 질을 향상하려는 노력이 트렌드로서 자리잡아가고 있으며[5], 이러한 삶의 질의 측정이 기존에 연구들은 주로 의학적인 접근을 중심으로 발전해 왔으나, 현대에 이르러 건강을 통한 삶의 질을 향상하는 것 뿐 아니라 정신적인 건강을 통한 삶의 질을 증진할 수 있다는 연구들이 많이 진행되어져 왔다.

이러한 삶의 질을 개선하기 위한 방법으로 다양한 방법들이 이용되고 있으며, 관광객들이 일상생활에서 벗어나 발생하는 관광활동이 삶의 질을 개선하는데 긍정적인 영향을 미친다고 하였다[5-8].

그러나 템플스테이와 관련된 기존의 연구들은 템플스테이에 대한 이용객들의 특성 및 현황 그리고 만족도에 대한 연구가 주를 이루고 있으며[17][35], 관광학적 접근에 대한 실증적인 연구는 미흡한 실정이다.

따라서 본 연구에서는 저탄소 녹색성장을 위한 다양한 템플스테이의 활용가능성에 대해 알아보고, 이용객들의 템플스테이 이용전과 후의 차이를 알아봄으로서 급격한 관심과 수요의 증가를 이루고 있는 템플스테이

의 정신적 스트레스 해소 요인으로서의 역할을 알아보고자 한다.

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 문헌 및 의 조사를 통하여 템플스테이에 대한 특징과 삶의 질의 측정변수들을 도출해내었으며, 이에 대한 실증적인 검증을 위하여 설문조사 등을 통하여 실질적인 삶의 질에 대한 변화를 알아보고자 하였다. 이를 위해 국내에 위치한 T절을 토대로 템플스테이 이용객에 대한 설문조사를 실시하였으며, 2010년 1월 19일부터 2월 28일까지 경상남도 지역의 T절에서 템플스테이 이용객을 대상으로 조사를 실시하였으며, 템플스테이 이용객들의 이용행태 및 요구사항 그리고 템플스테이 이용전과 후의 삶의 질을 토대로 시사점과 개선사항을 도출하였다.

## II. 문헌연구

### 1. 저탄소 녹색성장(Low Carbon Green Growth)

기후의 변화는 관광에 있어서도 여러 가지 변화를 유발하고 있으며, 이러한 관광의 변화로는 온도상승으로 인한 리조트에서의 인공제설 비용 증가 등 관광사업자의 원가 상승이 발생할 것이며, 공급원가의 상승은 결과적으로 소비자들의 이용요금 상승을 유발 할 것이다. 또한 관광객들의 의식의 발달로 인해 도보, 자전거, 기차 여행, 재생에너지 사용 숙박시설 선호 등 지속가능한 관광여행이 증가할 것이며, 각종기후를 활용한 여행 상품들이 틈새시장으로 등장할 것으로 보여진다[9].

환경에 대한 전반적인 관심은 관광에 있어서도 다양한 행태의 관광문화를 형성하였으며, 이에 는 지속가능한 관광, 생태관광, 녹색관광 등이 포함된다고 할 수 있다.

이지훈 외 3인(2008)은 녹색성장을 경제활동과정에서 발생하는 이산화탄소의 배출량을 감소시키고 변화하고 있는 기후에 대응하는 개념이라고 하였다[10]. 또한 이러한 개념은 환경을 고려하기 위한 성장의 중단보다는 성장과 동시에 환경을 고려하는 방식으로 발전해야 한다고 하였다. 이러한 지속가능한 관광개발이 이루어지는 과정은 관광이 어떻게 사회 환경적으로 공헌하

는지를 보여지는 것이 중요하다[11]. 그 중에서 녹색관광(Green Tourism)이란 농어촌지역에 대규모의 개발을 통한 관광개발이 아닌 그 자체가 가지고 있는 자연, 역사, 문화, 사회적 중요성을 부각하고 이를 관광자원화하여 그 특성을 최대한 보존과 활성화를 시키는 것이라 할 수 있다[12]. McBoyle(1996)는 이러한 환경을 고려하는 녹색관광의 중요성을 인식하고 기업들은 사회적 책임과 긍정적인 명성을 강화하기 위해 노력해야 한다[13]고 하였으며, 녹색관광자원을 농산어촌 지역 고유의 농림어업 생산활동 및 생산물, 어메니티, 생활문화 등 도농교류의 매개적 역할을 담당할 수 있는 자원이라고 정의하면서[14], 기존의 녹색관광자원에 대한 범위를 보다 넓게 해석하고 있다. 또한 송광인(2004)는 이러한 녹색관광을 도시주민과 농촌주민과의 교류를 통하여 농촌지역의 활성화를 추구하는 것이라 하면서, 해당 지역의 자원, 전통, 문화 자원 등의 특성을 활용한 친 환경적 관광행태를 나타낸다고 하였다[12].

그러나 지금의 녹색관광은 보다 발전된 의미로서 저탄소 녹색성장을 기반으로 한 관광형태라 할 수 있으며, 이는 환경의 무차별적인 개발방식에서 벗어나 환경을 고려하고 농촌과의 연계를 중요시하는 관광형태라고 할 수 있다.

## 2. 템플스테이(Temple Stay)

템플스테이는 전통사찰의 위치나 자연환경적인 요소 및 그 프로그램의 성격의 비추어 볼 때, 자연적 환경요소들의 개발을 통하지 않고 전통사찰에 대한 문화와 체험을 추구함으로써 인해 보다 환경의 파괴를 발생하지 않게 된다. 또한, 템플스테이 이용객들의 해당지역의 소비를 통한 지역과급효과를 고려해 볼 때, 녹색관광의 한 관광형태로서 인지할 수 있을 것이다.

우리나라의 템플스테이는 2002년 월드컵을 계기로 시범 운영되었던 이후 2004년부터 빠르게 확산되어지고 있으며, 내외국인의 호평을 받으며, 급속도로 성장하고 있다[4].

우리나라의 전통사찰은 935개소의 전통사찰을 보유하고 있으며, 이 중에서 템플스테이를 운영하는 사찰로는 서울 10개소, 부산 4개소, 인천 2개소, 대구 3개소, 광

주 2개소, 경기 11개소, 강원 10개소, 충북 4개소, 충남 9개소, 전북 6개소, 전남 16개소, 경북 11개소, 경남 9개소, 제주 3개소를 포함하여 총 100개소의 템플스테이 운영사찰을 보유하고 있으며, 우리나라 전통사찰 935개소 중 100개소를 운영하고 있어 그 운영비율은 약 10.7%에 달하고 있다.

템플스테이 이용객은 2005년 5만 2천명, 2006년 7만명, 2007년 8만 1천명, 2008년 11만 2천명, 2009년 14만명을 예상하고 있으며, 템플스테이에 대한 긍정적인 인식의 형성과 새로운 문화에 대한 체험의 욕구의 증가로 인하여 이에 대한 템플스테이 이용객의 꾸준한 증가세를 보이고 있다. 내국인에게는 가족형에게는 개별방을 제공하거나, 기업형 연수프로그램의 운영 등을 통하여 이용율을 높이기 위해 노력하고 있다. 또한 외국인들의 용이한 참여를 위하여 서울 조계사, 봉은사, 화계사, 묘각사, 강화 연등국제선원, 경주 골굴사의 6개 사찰에서는 영어통역이 가능한 직원이 상주하고 있어 외국인의 참가율을 높이고 있다[15].

표 1. 전국 시도별 전통사찰현황

시도별	사찰수	운영 사찰	시도별	사찰수	운영 사찰	시도별	사찰수	운영 사찰
서울특별시	58	10	울산광역시	11	0	전라남도	95	16
부산광역시	30	4	경기도	100	11	경상북도	175	11
대구광역시	18	3	강원도	46	10	경상남도	96	9
인천광역시	8	2	충청북도	82	4	제주도	12	3
광주광역시	5	2	충청남도	81	9	계	935	100
대전광역시	4	0	전라북도	114	6			

자료: 문화관광부(2010a)

표 2. 템플스테이 이용객현황

(단위:명)

구분	2005년	2006년	2007년	2008년	2009년
내국인	45,932	61,417	68,119	92,694	121,494
외국인	6,617	9,497	13,533	20,106	19,399
계	52,549	70,914	81,652	112,800	140,893

자료: 문화관광부(2010b)

템플스테이란 전통사찰에서 기획한 범회, 참선, 다례 등과 같은 프로그램이나 예불, 발우공양 등과 같이 계획되지 않은 일상적인 사찰 활동에 참여하기 위하여 장·단기적으로 사찰에서 머무는 것을 말하며[16], 사찰의 문화체험을 통한 종합문화생활체험이라고 할 수 있으며, 절에서 머물면서 불교에 대한 체험과 숙박 그리고 전반적 생활양식에 대한 이해를 하는 불교문화체험이라고 할 수 있다[17].

템플스테이는 기존의 단일화된 형태에서 점차 발전하여 다양한 형태의 템플스테이를 진행하고 있으며, 이에는 6개 형태의 프로그램이 운영되고 있다. 먼저 사찰의 자연과 문화 환경을 활용하여 마음의 휴식을 얻는 휴식형 프로그램, 두 번째로 사찰의 문화자산을 활용한 연등/염주만들기, 사경, 차만들기 등의 불교문화체험형 프로그램, 세 번째로, 사찰의 자연환경에 따라 갯벌 탐사, 철새탐조, 야생화 탐사, 숲체험 등 생태환경을 체험하는 생태체험형 프로그램, 네 번째로 지역문화나 세시 풍속, 연말 연초의 해돋이 등을 중심으로 이루어지는 전통문화체험형 프로그램, 다섯 번째로 자신을 돌아보고 타인과의 조화로움을 깨달을 수 있는 수행형 프로그램으로 분류되어 프로그램의 성격에 따라 이용객들에게 쉽게 선택할 수 있도록 제공되어지고 있다. 또한 마지막으로 이러한 비교적 장기적 성격의 템플스테이와는 다르게 템플라이프라는 프로그램 또한 제공되어지고 있으며, 템플라이프는 내·외국인들이 24시간 정도의 짧은 시간에 한국 불교문화를 체험할 수 있도록 한 프로그램으로 서울 삼성동의 봉은사에서는 사찰투어 -> 다도(Tea ceremony) -> 참선(Seon Meditation) -> 연꽃등만들기 등의 순서로 민족 혹은 문화나 종교의 구분없이 편안하게 접할 수 있다는 장점을 가지고 제공하고 있다.

그리고 템플스테이는 성격에 따라 다소 상이한 프로그램을 제시하지만 기본적인 템플스테이의 일정으로는 1일제에는 방배정 -> 입제 및 사찰안내 -> 발우공양 -> 저녁예불 -> 체험프로그램 -> 취침, 2일제에는 기상/새벽예불 -> 참선/아침공양 -> 울력/산책(포행) -> 스님과의 대화 -> 점심공양/회향식의 순으로 진행되어진다[15].

템플스테이에 대한 연구는 그동안 관광학적인 접근이 미비한 실정이며, 대부분 이용객들의 현황 및 만족도에 관한 연구[17], 심리적 요인과 만족도의 관계에 관한 연구[35]가 주를 이루었다. 따라서 본 연구에서는 템플스테이를 통한 휴식 및 마음의 안정이 삶의 질에 대한 인식에 있어 차이를 보일 수 있는지를 알아보고자 하였다.

### 3. 삶의 질(Quality of Life)

삶의 질(Quality of Life)은 주로 사회복지학 등에서 사용되어져 오면서, 경제적 수준의 향상과 인간의 의식주를 벗어난 다른 영역의 활동을 추구하면서 부각되어진 개념이라고 할 수 있다. 삶의 질이란 용어는 1920년대부터 언급되어져 1970년대부터 중요성이 부가되어지기 시작하였다. 이러한 연구들은 1980년대부터 연구가 본격화되어 현재까지 이르러지고 있다. 이러한 삶의 질은 주로 대상이 청소년에 관한 연구들[18-20], 노인들의 삶의 질에 관한 연구들[21-23], 장애인의 삶의 질이나 환자들의 삶의 질에 관한 의학적 접근에 관한 연구들[24-26] 등에서 사용되어져 오면서 관광산업에서도 관광객들의 관광활동 및 여가활동을 통하여 삶의 질의 개선에 영향을 미친다는 연구들[5-8]이 등장하기 시작하였다.

삶의 질에 대한 개념은 학자들마다 상이한 관점을 제시하고 있으며, 이러한 삶의 질이란 용어 대신에 안녕(well-being), 복지(welfare), 생활수준(standard of life), 만족도(satisfaction), 행복감(happiness) 등과 같은 다양한 용어가 사용되어질 정도 포괄적인 개념이라고 할 수 있다[27]. 이러한 만족도와 관련된 개념에서는 Young(1983)은 신체적 혹은 정신적 여건 및 개인의 사회경제적 환경을 고려한 본인의 삶의 환경여건에 대한 만족도로 정의하면서 삶의 질을 평가하였으며[28], Lehman(1983) 역시 현재 개인이 처해있는 상황에서 사람들에게 의해 경험되는 안녕감과 만족감으로 삶의 질을 정의하였다[29].

또한, Campbell(1976)은 인간은 안녕감과 행복감을 느끼기 위해 객관적 환경이 아니라 그가 인지한 환경에 반응하는데 인지된 환경이란 사회의 규칙과 기대와 같

은 객관적 특성뿐만 아니라 개인이 갖고 있는 주관적인 특성에 의해서도 영향을 받는다고 보았다[30].

Sastre(1999)는 삶의 질을 결정하는 요인들을 3가지로 분류하였는데, 첫째로 사회적 자원 또는 기회요인, 둘째로 개인적 특성과 자원 요인, 셋째로 생물학적·심리적 특성으로 분류할 수 있다고 하였다[31].

배만규·박상훈(2008)은 장애인들의 관광활동이 삶의 질 향상에 있어 긍정적인 영향을 미친다고 하였으며[5], 김의근·신광홍·송재호(2009)는 라이프스타일유형에 따라 생태관광지 방문 후 웰빙 및 삶의 질 인식에 차이를 보인다고 하였다[8]. 박승희(2002)는 삶의 질에 대한 측정지표를 정서적 안녕과 만족, 대인관계, 물질적 안녕, 개인의 수행과 발달, 신체적 안녕, 자기 결정과 선택, 사회적 통합, 권리의 8가지라 하였으며[32], 김선영·장병주·이준(2007)은 생태관광동기가 여가만족과 삶의 질에 미치는 영향관계에 있어 여가만족은 삶의 질에 유의한 영향을 미친다고 하였다[7].

### III. 연구방법

본 연구는 발전하는 템플스테이에 대하여 이용객들의 삶의 질을 측정하고 템플스테이 이용 후 이러한 삶의 질이 얼마나 향상되었는가를 알아보는데 그 의의가 있다. 향후 이러한 발전추세에 있는 템플스테이의 효과를 홍보하는데 있어 정신적 스트레스의 해소는 중요한 선택요인이 될 것이며, 템플스테이 활성화에 기여하는 바가 클 것으로 사료된다. 이를 위해 삶의 질을 측정하기 위하여 본 연구에서는 삶의 질을 개인이 가지고 있는 건강 그리고 관계와 삶에 대한 만족도로 정의하였으며 Diener et al(1985), Ryff(1989), 박승희(2002), 김선영·장병주·이준(2007) 등의 연구를 참고하여 총 11개 문항으로 측정하였다[7][32-34].

본 연구의 조사는 경상남도 지역의 사찰에서 2010년 1월 19일부터 2월 28일까지 총 41일간 진행하였으며, 템플스테이의 사전예약제도와 주말 이용객의 빈도가 높은 특성상 주말에 설문지 배포 및 수거를 진행하였다. 템플스테이의 특성상 짧은기간이 아닌 1박 2일 이

상 체류하기 때문에 템플스테이가 시작하기 이전에 삶의 질에 대한 측정을 미리 실시하였으며, 일정이 끝난 다음 마지막에 삶의 질에 대한 측정을 다시 실시하였다. 설문지의 배포는 템플스테이를 담당하는 스님을 통하여 배포 및 회수를 실시하였으며, 미리 설문지 배포 시 주의사항에 대하여 교육 후 배포가 이루어졌다. 총 200부를 배포하여 185부를 회수하였으며, 설문의 문항에 대한 미응답하였거나 불성실하게 응답한 설문지에 대하여 20부를 제거한 후 165부를 실증분석에 사용하였다.

연구방법으로는 응답자들의 일반적인 특성 및 인구통계적 특성을 파악하기 위하여 빈도분석을 실시하였으며, 삶의 질에 대한 이용전과 이용후의 기술통계분석을 실시하였으며, 이를 다시 대응표본 T-검정을 실시하였다.

## IV. 실증분석

### 1. 응답자들의 일반적인 특성

본 연구의 진행에 앞서 조사대상자들의 인구통계학적 특성과 이용에 관한 일반적인 특성을 파악한 결과 성별에서는 비교적 남성의 비율이 높은 것으로 나타났으며, 연령에서는 30~50대의 이용객이 높은 분포를 보이고 있었으며, 비교적 연령대가 높아짐에 따라 이용빈도가 높아짐을 알 수 있었다. 설문 참여한 사람들에게 오픈형 타입의 의견을 제시하는 란에서 아이들의 경우 가족과 같이 오거나 수련회 등의 목적으로 이용하는 빈도가 높았으며, 이러한 아이들이 불만족하는 요인에 대하여 질문한 결과 주로 발우공양 및 간식 등과 같은 음식과 관련된 문항이 많았으며, 참가의 목적이 부모들에 의한 형태가 많아 만족도는 낮지만 연말리기, 고구마 구워먹기, 썰매타기 등의 놀이에서는 만족하고 있는 것으로 나타났다. 다른 연령의 참가들의 경우 연령대가 높아짐에 따라 자의에 의한 참가형태가 많았으며, 결혼 여부에서는 기혼의 비율이 다소 높은 것으로 나타났으며, 교육수준에서는 대학교 재학 및 졸업이 가장 높게 나타났다.

표 3. 인구통계적 특성

	항목	명	%
성별	남성	99	60
	여성	66	40
연령	10대이하	12	7.2
	20대	20	12.1
	30대	37	22.4
	40대	33	20.0
	50대	54	32.7
결혼여부	미혼	69	41.8
	기혼	96	58.2
교육수준	고졸이하	31	18.8
	전문대학 재학 및 졸업	18	10.9
	대학교 재학 및 졸업	107	64.8
	대학원 재학 및 졸업	9	5.5

표 4. 일반적 특성

	항목	명	%		항목	명	%	
종교	불교	137	83.0	동반 유형	혼자	57	34.5	
	기독교	13	7.9		가족	39	23.6	
	무교	12	7.3		친구	57	34.5	
	기타	3	1.8		직장동료	3	1.8	
이용 횟수	1회	69	41.8		연인	3	1.8	
	2회	30	18.2		기타	6	3.6	
	3회	18	10.9		친인척	21	12.7	
	4회	12	7.3		친구/동료	30	18.2	
	5회	9	5.5		광고	6	3.6	
	6회	6	3.6		방송프로 그램	6	3.6	
	7회이상	18	10.9	인터넷	21	12.7		
참가 기간	1박2일	24	14.5	정보 수집	불교관련 책자	27	16.4	
	2박3일	36	21.8		여행관련 책자	3	1.8	
	3박4일	21	12.7		기타	42	25.4	
	4박5일	18	10.9					
	5박이상	66	40.0					

종교로는 월등히 불교를 가진 이용객이 많이 이용하는 것을 알 수 있으며, 아직까지 템플스테이 이용에 있어 종교적 성향이 많이 영향을 미치고 있음을 알 수 있으며, 이러한 종교적 차이에 의한 이용율의 차이를 감소하기 위해 보다 친숙한 템플스테이의 구축이 필요하다.

템플스테이 참가횟수를 보면 1~2회가 약 60%로 나타났다. 참가기간으로는 자주 참가한 이용객일수록 자주 이용하고 장기간의 템플스테이를 선호하는 것으로 나타나 이용을 한 후 템플스테이에 대한 이용만족도가 높음을 알 수 있다. 이러한 점을 고려해 보았을

때, 참선과 문화에 대한 체험은 긍정적인 성향을 보이고 만족수준을 높이는 것으로 보여진다.

동반유형으로는 혼자, 가족, 친구와 같이의 비율이 높았으며, 정보수집의 방법으로는 주변 사람들의 의견을 통한 방법이 많았다.

## 2. 템플스테이 이용전과 이용후의 삶의 질에 대한 인식 변화

템플스테이 이용객들을 대상으로 템플스테이 이용하기 전의 삶의 질 인식에 대하여 측정된 후 이용 후의 삶의 질에 대한 인식에 대해 측정된 결과 첫 번째로 바람직한 삶을 살았다는 항목의 경우 0.28의 증가를 보이고 있었다. 두 번째로, 본인의 삶에 만족한다는 항목의 경우 0.43의 증가를 보이고 있었다. 세 번째로, 본인의 인생에서 원하는 것을 얻거나 성취했다는 문항에서 0.31의 증가를 보이고 있었다. 네 번째로, 사람들과의 관계에서 외로움과 불안, 걱정거리가 많다는 문항에서 0.17의 감소를 보이고 있었다. 이는 부정적인 문항의 측정으로 인해 평균값은 감소하였지만 이는 결과적으로 불안이나 걱정거리의 감소를 의미하는 것으로 긍정적인 변화를 가져온 것으로 보여진다. 다섯 번째로, 인생을 즐기며 의욕적인 삶을 산다는 문항에서 0.25의 증가를 보이고 있었다. 여섯 번째로, 삶이 어느 정도 의미가 있다고 생각한다는 문항에서 0.39의 증가를 보이고 있었다. 일곱 번째로, 장점이거나 자질이 많다고 생각한다는 문항에서 0.44의 증가를 보이고 있었다. 여덟 번째로, 본인이 가치 있는 사람이고, 자신에게 만족한다는 문항에서 0.21의 증가를 보이고 있었다. 아홉 번째로, 남들이 하는 만큼의 일을 할 수 있다는 문항에서 0.03의 증가를 보여 거의 변화가 없는 것으로 나타났다. 열 번째로, 가족과 친구들에 대해 만족한다는 문항에서 0.38의 증가를 보이고 있었다. 마지막으로 알고 있는 사람들과의 관계에 대해 만족한다는 문항에서 0.02의 증가를 보여 거의 변화가 없는 것으로 나타났다. 다음 [표 5]은 템플스테이 이용 후 삶의 질 변화에 대한 내용이다.

템플스테이 이용 전과 이용 후에 대한 삶의 질의 변화에 대하여 대응표본 t-검증을 실시하여 더 높은 삶의 질의 향상이 생겨났는지에 대해 분석한 결과 대응표본

9인 남들이 하는 만큼의 일을 할 수 있다는 문항의 경우  $t=-0.277$ ,  $p=0.782$ 로 나타나 차이가 없는 것으로 나타났다으며, 대응표본 11인 알고 있는 사람들과의 관계에 대해 만족한다는 문항의 경우  $t=-0.301$ ,  $p=0.764$ 로 나타나 차이가 없는 것으로 나타났다.

대응표본 4인 사람들과의 관계에서 외로움과 불안, 걱정거리가 많다는 문항의 경우  $t=2.049$ ,  $p=0.042$ 로 나타나 유의수준  $p<0.05$ 의 수준에서 유의하게 나타났으며, 대응표본 8인 나는 가치 있는 사람이고, 나 자신에게 만족한다는 문항에서는  $t=-3.051$ ,  $p=0.003$ 로 나타나 유의수준  $p<0.01$ 의 수준에서 유의하게 나타났다.

표 5. 템플스테이 이용전과 후의 삶의 질 변화

내용	이용전	이용후	증감
1. 나는 바람직한 삶을 살았다.	2.98	3.26	0.28
2. 나는 나의 삶에 만족한다.	3.02	3.45	0.43
3. 지금까지 나는 인생에서 원하는 것을 얻거나 성취하였다.	2.85	3.16	0.31
4. 나는 사람들과의 관계에서 외로움과 불안, 걱정거리가 많다.	2.74	2.57	-0.17
5. 나는 인생을 즐기며, 의욕적인 생활을 하고 있다.	3.33	3.58	0.25
6. 나는 내 삶이 어느 정도 의미가 있다고 생각한다.	3.48	3.87	0.39
7. 나는 좋은 장점이나 자질이 많다고 생각한다.	3.22	3.65	0.44
8. 나는 가치 있는 사람이고, 나 자신에게 만족한다.	3.44	3.65	0.21
9. 나는 남들이 하는 만큼의 일을 할 수 있다.	3.65	3.69	0.03
10. 나는 나의 가족과 친구들에 대해 만족한다.	3.64	4.02	0.38
11. 나는 알고 있는 사람들과의 관계에 대해 만족한다.	3.78	3.80	0.02
전체	3.29	3.52	0.23

나머지 대응표본 1, 2, 3, 5, 6, 7, 10의 경우는 유의수준  $p<0.001$ 의 수준에서 유의하게 나타났다. 다음 [표 6]은 대응표본 t-검증 분석결과이다.

표 6. 대응표본 t-검증 결과

	내용	평균	표준 편차	t	p
대응 1	바람직한 삶	-.296	.938	-4.019	0.000***
대응 2	삶 만족	-.453	.862	-6.624	0.000***
대응 3	성취	-.309	.786	-5.053	0.000***
대응 4	외로움 불안	.167	1.035	2.049	0.042*
대응 5	의욕적 생활	-.255	.669	-4.890	0.000***
대응 6	의미있는 삶	-.377	.681	-6.983	0.000***
대응 7	장점 자질	-.436	.850	-6.592	0.000***
대응 8	가치 만족	-.204	.850	-3.051	0.003**
대응 9	남만큼 일	-.019	.852	-0.277	0.782
대응 10	친구만족	-.382	.703	-6.981	0.000***
대응 11	관계만족	-.018	.777	-0.301	0.764

\* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$ , \*\*\* $p<0.001$

## V. 결론

전 세계적인 관광의 발전과 환경에 대한 관심은 새로운 관광의 패러다임을 형성하고 있으며, 새로운 관광 방식을 지속적으로 발생시키고 있다. 이러한 관광 방식 중에는 환경을 고려하고 지역의 파급효과 또한 고려되어지는 지속가능한 관광, 생태관광, 녹색관광 등의 환경 친화적인 관광이 발생하고 있다.

이러한 관광행태의 특성은 자연환경을 보전한다는 측면에서 유사성을 보이고 있으며, 환경의 파괴를 최소화하는 개발을 지향하고 보다 지역적인 파급효과를 고려하는 관광형식이라고 할 수 있다.

템플스테이는 이러한 현대의 새로운 관광방식과 부합하는 관광 상품으로 관광객을 위한 새로운 시설의 도입을 극소화하고 기존의 사찰에서 가지고 있는 시설물들의 개방을 통하여 상품화를 도입하고 있으며, 새로운 문화의 체험과 환경을 접한다는 측면에서 급격한 성장을 이루고 있다. 또한 불교의 문화습득과정과 자연체험의 과정에서 자신을 수양하고 참선의 과정을 배워 마음을 다스리는데 중요성을 두고 있어 가정과 직장에서 받았던 스트레스의 해소 및 보다 나은 삶을 사는데 도움을 준다고 할 수 있다.

이러한 맥락에서 템플스테이 이용객들의 삶의 질을 이용전후로 측정하고 템플스테이의 이용 후 얼마나 삶

의 질을 향상할 수 있는지 알아보고자 하였다. 이러한 과정을 이해함으로써 단순히 관광 상품의 하나로서의 인식만이 아니라 개인이 가지고 있는 부정적인 감정의 해소를 통하여 보다 나은 삶을 이어갈 수 있는 역할로서의 템플스테이를 조명하고자 하였다.

본 연구의 결과로는 다음과 같다. 우선 이용객들의 연령에 따라 다소 다른 만족요인과 불만족요인이 존재하고 있었다. 연령대가 높아질수록 참선, 다도 등의 사찰 체험과 불교문화체험에 만족을 하고 있었으며, 연령대가 어린 아이들일수록 이러한 사찰이나 문화적 체험보다는 놀이에 가깝고 자연을 접할 수 있는 활동들을 좋아하고 있는 것으로 나타났다. 그러므로 현재 6가지의 템플스테이 프로그램의 확산과 아이들의 수련회 혹은 해병대 캠프와 같이 정신력을 키우는 프로그램처럼 아이들이 마음과 정신 그리고 자연의 체험을 할 수 있는 아이형 혹은 가족 체험형 프로그램을 확산하는 것이 필요하다고 할 수 있다.

템플스테이 이용객의 템플스테이 이용 전 삶의 질을 측정한 후 이용 후 삶의 질을 측정한 결과 템플스테이를 통한 체험은 기존에 개인이 느끼던 삶에 대한 질 수준을 높여주고 있었으며, 이는 대응표본 9인 남들이 하는 만큼의 일을 할 수 있다와 대응표본 11인 알고 있는 사람들과의 관계에 대해 만족한다의 2개의 문항을 제외한 9개의 문항에서 유의한 차이를 보이고 있어 삶의 질을 향상하는데 템플스테이 이용이 도움이 되는 것으로 보여진다. 이는 설문시 자유롭게 기재하게 하였던 개선사항 및 요구사항에서도 찾아볼 수 있었는데 여기에 대한 답변으로는 ‘산사의 조용함, 참선, 새벽예불, 발우공양을 하면서 감사함을 느낌’, ‘나 자신을 돌아볼 시간을 갖음’, ‘혼자만의 명상과 새로운 삶의 시작을 생각함’, ‘느슨해진 본인의 일상에 긴장할 수 있는 계기가 됨’ 등과 같이 자신의 정신적 변화에 대하여 서술하는 문항이 많았으며, 분석결과와 자유로운 기재내용이 일치함을 알 수 있었다. 즉 사람들의 일상의 부족한 점 혹은 힘든점 등과 같은 부정적인 생각들을 정리할 수 있고 자신의 삶의 정리해볼 수 있는 기회로서 템플스테이가 도움이 될 것으로 사료된다. 기존의 연구들에서는 템플스테이의 이용에 대한 현황 및 만족도에 대한 분석

[17], 심리학적 요인과 만족도[35]의 연구와는 다르게 템플스테이를 이용하면서 얻어지는 정신적 삶의 질의 향상에 대하여 연구를 진행하였으며, 이를 통하여 템플스테이 체험 후에 얻어지는 삶의 질에 대한 인식에 있어 참가자들의 삶의 질을 향상시킬 수 있음을 확인하였다.

본 연구의 한계로는 표본의 수가 적어 연구의 확장 해석이 어려우며, 향후 연구에서는 보다 많은 표본의 수집으로 인한 연구의 일반화가 필요하다. 또한 가정 및 직무로 얻어지는 스트레스요인과 연계한 삶의 질의 측정을 통하여 스트레스 해소요인으로서 템플스테이의 역할에 대한 연구가 필요하다.

#### 참고 문헌

- [1] 서정원, "녹색성장을 위한 산촌지역의 산림탄소 순환마을 조성방향", 유기물자원화, 제18권, 제2호, pp.13-21, 2010.
- [2] I. Logar, "Sustainable tourism management in Crikvenica, Croatia: An assessment of policy instruments," *Tourism Management*, Vol.31, pp.125-135, 2010.
- [3] 문화관광부, *관광통계 전통사찰현황*, 2010a.
- [4] 문화관광부, *2009 관광동향에 관한 연차보고서*, 2010b.
- [5] 배만규, 박상훈, "청각장애인의 관광활동 만족이 삶의 질과 행위의도에 미치는 영향", *관광연구*, 제23권, 제2호, pp.185-205, 2008.
- [6] 전영록, 박상훈, "장애인의 관광활동 유형별 자기 지각 삶의 비교: 청각장애인과 지체장애인 비교", *관광연구*, 제23권, 제4호, pp.375-396, 2009.
- [7] 김선영, 장병주, 이준, "생태관광동기, 여가만족, 삶의 질의 영향관계 연구", *관광연구*, 제22권, 제2호, pp.59-76, 2007.
- [8] 김의근, 신광홍, 송재호, "생태관광지 방문객의 라이프스타일 유형에 따른 웰빙 및 삶의 질 인식에 관한 연구", *관광학연구*, 제33권, 제6호, pp.111-130, 2009.



- [9] 김성진, 저탄소 녹색관광자원 개발 가이드라인 수립연구, 한국문화관광연구원, 2009.
- [10] 이지훈, 신창목, 강희찬, 도건우, "녹색성장시대의 도래", CEO Information, 제675권, pp.1-14, 2008.
- [11] T. G. Ko, "Development of a tourism sustainability assessment procedure: a conceptual approach," *Tourism Management*, 제26권, pp.431-445, 2005.
- [12] 송광인, *한국의 녹색관광에 관한 연구*, 2004.
- [13] G. McBoyle, "Green tourism and Scottish distilleries," *Tourism Management*, Vol.17, No.4, pp.255-263, 1996.
- [14] 최승목, *문화 및 생태·녹색 관광자원 개발사업 제도 개선방안*, 한국문화관광정책연구원, 2005.
- [15] <http://www.templestay.com>
- [16] 허갑중, 전통숙박시설 육성방안, 한국문화관광정책연구원, 2004.
- [17] 김철원, 윤혜진, "대안관광으로서 템플스테이에 관한 연구", *호텔관광연구*, 제29권, pp.130-148, 2008.
- [18] 이현주, 이미나, 최인수, "한국 청소년 안녕감 척도(K-WBSA)의 타당화 및 삶의 질 분석", *교육심리연구*, 제22권, 제1호, pp.301-315, 2008.
- [19] 박영신, 김의철, "한국 청소년의 삶의 질과 인간관계", *교육심리연구*, 제22권, 제4호, pp.801-836, 2008.
- [20] 남미애, "청소년 쉼터 및 가출유형에 따른 가출 청소년의 이용만족과 삶의 질 차이", *청소년학연구*, 제15권, 제6호, pp.89-120, 2008.
- [21] 배나래, 박충선, "노년기 삶의 질에 영향을 미치는 생태 체계적 요인에 관한 연구", *한국노년학*, 제29권, 제2호, pp.761-779, 2009.
- [22] 정미영, 심미영, "이용시설 참여노인의 삶의 질에 영향을 미치는 요인: 프로그램 참여도, 자아존중감 및 우울을 중심으로", *한국노년학*, 제29권, 제4호, pp.1539-1557, 2009.
- [23] 이지현, 강형곤, 정우식, 채유미, 지영건, "취업이 노인의 삶의 질에 미치는 영향", *한국노년학*, 제28권, 제1호, pp.143-156, 2008.
- [24] 이경주, 이기령, 양수, 전원희, "치매노인의 삶의 질과 관련요인", *정신간호학회지*, 제17권, 제3호, pp.273-280, 2008.
- [25] 김봉선, "장애인의 '삶의 질' 결정요인", *사회복지정책*, 제29권, pp.5-28, 2007.
- [26] 이창미, "장애아 가족과 비장애아 가족 삶의 질 관련요인 비교연구", *한국가족복지학*, 제11권, 제1호, pp.69-92, 2006.
- [27] 이승범, "충북지역 노인의 삶의 질에 영향을 미치는 요인 연구: 여가스포츠 참여 및 인구통계학적 요인 중심으로", *한국관광·레저학회 제36차 정기학술대회·충북국제관광학술대회발표논문*, pp.285-302, 2010.
- [28] K. J. Young and A. J. Longman, "Quality of life and persons with melanoma: A pilot study," *Cancer Nursing*, Vol.6, pp.219-225, 1983.
- [29] A. F. Lehman, *Quality of Life Interview: Core Version Manual*. University of Maryland. Center for Mental Health Service Research, 1983
- [30] A. P. Campbell, E. Converse, and W. L. Rodger, *The quality of american life: Perceptions, Evaluation, and Satisfaction*, Russell Sage Foundation. New York, 1976.
- [31] M. T. M. Sastre, "Lay conceptions of well-being and rules used in well-being judgements among young, middle-aged and elderly adults," *Social Indicators Research*, Vol.47, pp.203-231, 1999.
- [32] 박승희, "한국장애인의 삶의 질의 측정도구 개발 연구", *특수교육학연구*, 제37권, 제2호, pp.41-78, 2002.
- [33] E. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larssen, and S. Griffin, "The Satisfaction With Life Scale, *Journal of Personality Assessment*," Vol.49, No.1, pp.71-75, 1985.

- [34] C. D. Ryff, "Happiness is everything or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being," Journal of Personality and Social Psychology, Vol.57, pp.1069-1081, 1989.
- [35] 정운조, 진병길 " 템플스테이 체험의 여가심리학적 모형", 관광학연구, 제33권, 제2호, pp.99-122, 2009.

저 자 소 개

신 현 규(Hyun-Kyu Shin)

정회원



- 2007년 2월 : 세명대학교 관광경영학과(경영학사)
- 2009년 2월 : 경희대학교 호텔관광학과(관광학 석사)
- 2009년 3월 ~ 현재 : 경희대학교 호텔관광학과 박사수료

<관심분야> : 호텔, 녹색관광, 외식 프랜차이즈

신 홍 철(Hong-Chul Shin)

정회원



- 1995년 2월 : 메사츄세츠대학 호텔관광경영학과(호텔관광학사)
- 1998년 2월 : Penn State대학교 호텔관광학과(호텔관광학 석사)
- 1998년 2월 ~ 현재 : Penn State대학교 호텔관광학과(관광 및

마케팅 박사)

- 2008년 3월 ~ 현재 : 연세대학교 응용통계학과(박사 수료)
- 2000년 9월 ~ 현재 : 경희대학교 호텔관광대학 교수

<관심분야> : 호텔, 관광, 레저, 수요예측