

대학생의 여가유능감과 여가몰입, 여가만족도의 관계

Relationships Between Leisure Competence, Leisure Flow, and Leisure Satisfaction of University Students Participating in Leisure Activities

송강영*, 임영삼**, 안병욱***
동서대학교*, 중원대학교**, 서울시립대학교***

Kang-Young Song(sky-soccer@hanmail.net)*, Young-Sam Lim(lysgolf@hanmail.net)**,
Byoung-Wook Ahn(bwahn75@hotmail.com)***

요약

본 연구의 목적은 대학생이 여가활동 참여 시 여가유능감, 여가 몰입 및 여가만족도간의 관계를 규명하는 데 있다. 본 연구의 목적을 달성하기 위하여 서울, 인천, 경기도 소재한 4년제 대학에 재학 중인 남녀학생을 대상으로 총 360부의 설문지 중 연구 자료로 부적절한 52부를 제외한 308부가 최종 자료 분석에 사용하였다. 본 연구의 자료처리는 통계패키지 SPSS 15.0과 AMOS 7.0을 이용하여 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 상관관계 분석, 구조방정식 모델을 사용하였다. 대학생이 여가활동 참여 시 여가유능감, 여가몰입, 여가만족도간의 인과관계를 분석한 결과, 첫째, 여가유능감은 여가몰입에 영향을 미친다. 둘째, 여가유능감은 여가만족도에 영향을 미치지 않는다. 셋째, 여가몰입은 여가만족도에 영향을 미친다.

■ 중심어 : | 여가활동 | 여가유능감 | 여가몰입 | 여가만족도 |

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationships between leisure competence, leisure flow, and leisure satisfaction of university students participating in leisure activity . The subjects were selected by stratified cluster random sampling method. They were composed of 308 students who had been leisure activity participating in university students. The Leisure competence(Ahn, 2005), Leisure flow(Lee, 2006), Leisure satisfaction(Ahn, 2009) were used for collecting data. In consequence of exploratory factor analysis, 3sub-factors(leisure competence), 5sub-factors(leisure flow), and 5sub-factor(leisure satisfaction were found. Cronbach's a coefficient were .726~.850, .537~.887, .764~.943 respectively. For the statistical analysis, SPSS 15.0 and AMOS 7.0 were utilized. The relationship between research variables were examined by the frequency, explore factor, reliability, corelation, structural equation modeling analysis. The significance level of all test was $p<.05$. The findings were as follows: First, leisure competence did have a positive influence on leisure flow. Second, leisure competence didn't have influence on leisure satisfaction. Final, leisure flow did have positive influence on leisure satisfactions.

■ keyword : | Leisure Activity | Leisure Competence | Leisure Flow | Leisure Satisfaction |

* "이 논문은 2011년 동서대학교 특별연구비의 지원을 받아 연구되었음."

I. 서론

1.1 연구의 필요성

여가는 개인의 생활수준이나 복지수준을 나타내는 상징적인 지표로 사용되며 여가를 통해 개인은 다양한 긍정적인 성과를 얻을 수 있으며 가장 궁극적인 성과는 여가활동이 행복감, 즉 만족감에 기여한다는 것이다. 현재와 미래는 물론 인간의 생활에서 주된 관심사는 개인의 행복이며, 질 높은 삶의 의미이다[7]. 이러한 여가는 우리들에게 창조적 활동을 할 수 있도록 도와주는 시간이 되기에 그 중요성은 지속적으로 증대되어 현대사회에서 여가사회로 변모하고 있다고 볼 수 있다.

대학은 올바른 사회인을 양성하는 조직으로서, 상생적인 두 가지 목적을 추구한다. 첫째는 교양을 쌓는 것이며, 둘째는 전문성을 함양하는 것이다. 이는 유능한 전문 인력과 훌륭한 교양인의 양성을 의미한다[26]. 대학에 재학 중인 대학생들은 미래의 삶을 개척하기 위해 지적인 능력을 개발하고 원만한 대인관계 형성 및 개선해 나가며, 자신을 발견하고 생활방식을 터득하는 데 있어서 대학시절 중에 다양한 경험과 여가활동을 필요로 한다. 대학생들에게 주어진 여가가 보다 창조적으로 사용됨으로써 학업능력의 향상은 물론 원만한 대인관계를 형성할 수 있는 기회가 되고, 욕구충족 및 스트레스 해소, 휴식, 취미생활 영위 등 자기표현의 기회를 가질 수 있기 때문에 여가활동의 의미는 더욱 중요하다[3].

우리나라 대학생활의 특징은 고등학교 졸업 후 급격히 늘어난 여가시간으로 볼 수 있다. 이러한 여가시간을 건전하고 유익하게 활용할 수 있도록 고등기관에서 체계적인 여가 교육을 시행할 필요가 있다. 하선우[27]는 대학생의 여가활동참여는 개개인에게 형성된 여가활동 관여도에 의해 영향을 받고 이는 사회인으로서의 삶에 대한 기초를 마련한다고 하였다. 이처럼 대학시절은 자신의 가치관을 정립해 나가는 중요한 시기라는 점에서 여가시간의 증대와 다양한 여가활동을 선택, 참여하는 데 있어서 여가유능감과 여가몰입, 그리고 여가만족도에 대한 연구는 매우 중요하다고 사료된다.

그럼 여가유능감과 여가몰입, 여가만족도에 관한 이론적 배경을 살펴보면 첫째, 여가유능감이란 개인이 여

가활동에서 발휘할 수 있다고 느끼는 개인의 능력을 의미하는 것으로 여가활동을 통해서 얻고자 하는 개인의 능력을 뜻한다[38]. 즉, 인간은 자신을 인식할 수 있는 능력이 있고 자기 생활에서 일어나는 중요한 사건들을 스스로 통제하고자 한다. 이러한 통제력을 통해서 자발적으로 여가활동에 참가하는 과정에서 유능감을 지각하게 되고, 이러한 지각수준을 반복하게 되면 내재적 동기가 발현되어 다른 형태의 여가유능감으로 전이된다고 하였다[14]. 이러한 여가유능감에 관한 선행연구들에 따르면 자기 자신에 대한 만족감이 높을수록 삶의 만족감이 높으며[35][39], 여가유능감이 여가체험의 중요한 변인임을 증명하는 연구들이 보고되고 있다 [11][30][34].

둘째, 여가몰입이란 여가활동 참여자가 주어진 환경과 최적의 상호작용을 이룰 때 발생할 수 있고, 여가만족도와 관련된 사회 심리적 메커니즘이라고 정의할 수 있다[36]. 이 이론은 여가가 다양한 형태의 일, 놀이, 교육, 종교 활동 등에서도 발생할 수 있다는 관점에 이론적 근거를 두고 있으며, 여가활동의 몰입상태는 개인의 능력과 참여하고 있는 여가활동의 난이도가 균형을 이룰 때 발생한다. 이러한 여가몰입이 일부 선행연구들 [2][16][21]을 통해 여가활동과 여가만족도에 밀접한 관계를 연결해 주는 동인으로 보고되고 있다.

셋째, 여가만족이란 여가활동 참여자를 중심으로 그 활동에 내재된 즐거움과 만족감을 주는 것이라고 정의할 수 있다[42]. 또한 여가만족도는 물질적, 심리적, 감정적, 사회적, 그리고 정신적인 건강까지 영향을 준다고 하였다[5][35][43]. 대학생의 여가만족에 관한 연구로는 동아리 참여유형과 여가정체성의 여가만족[25], 남자대학생의 참여 동기 여가만족, 심리적 행복감[9] 등 대학생들을 대상으로 다양한 변인들이 연구되고 있으나 아직까지 여가유능감과 여가몰입, 그리고 여가만족도와 관련된 연구는 미흡한 실정이다.

이렇듯 여가유능감과 여가몰입, 그리고 여가만족도는 현재 살아가고 있는 대학생이 여가활동을 선택, 참여 또는 전이되는 데 결정짓는 중요한 요인임을 선행연구들을 통해서 알 수 있다[1][7][10][19][41]. 미래사회의 주역인 대학생, 자기 자신에 대한 인식하고 있는 능력

의 유능감은 여가활동참여에 결정적인 역할을 할 것이며, 이와 함께 여가몰입, 여가만족도에 많은 영향을 미칠 수 있는 중요한 요인이라고 판단된다.

따라서 본 연구에서는 대학생의 여가유능감이 여가활동 참여 시 여가몰입, 여가만족도 간의 관계를 규명하고자 한다. 또한 다양한 여가활동을 선택할 수 있는 대학생에게 여가시간을 보다 창의적이고, 자기계발을 위한 시간으로 활용할 수 있도록 다양한 여가 교육 프로그램의 개발과 여가산업에 필요한 기초자료로 제공함과 동시에 인간행동심리 분석에 있어서 본 연구의 의의가 있다.

1.2 연구의 가설 및 모형

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

첫째, 대학생의 여가유능감은 여가몰입에 영향을 미칠 것이다. 둘째, 대학생의 여가유능감은 여가만족도에 영향을 미칠 것이다. 셋째, 대학생의 여가몰입은 여가만족도에 영향을 미칠 것이다.

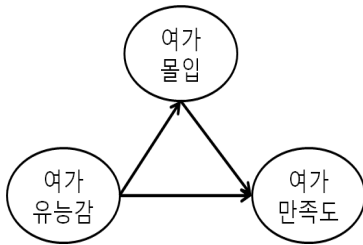


그림 1. 연구 모형

II. 연구 방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 4년제 대학에 재학 중인 대학생을 모집단으로 설정하였다. 연구대상자 표본 추출과정은 비확률표본추출법 중 유층집락무선추출법을 이용하여 서울, 인천, 경기 3개 지역에 소재한 대학 각 2개 학교를 선정하여 남·여 각각 50명을 선정하였다. 연구에 사용

된 자료의 수는 총 360부의 설문지를 배포하여 무성의하게 답하거나 연구에 적절하지 않은 17부와 연구 자료로 부적절한 35부를 제외한 308부가 최종 자료 분석에 사용되었으며, 설문지 배부 및 수집 기간은 2010년 5월 31일부터 6월 30일까지이다.

본 연구 대상자의 일반적인 특성을 살펴보면 남자가 150명(48.7%), 여자 158명(51.3%)이었고, 연령에서는 21세 이하 127명(41.2%), 22세-24세 106명(34.4%), 25세 이상 75명(24.4%), 학과별로는 인문사회계열 110명(35.7%), 자연과학계열 116명(37.7%), 예체능계열 82명(26.6%), 월평균용돈은 10-50만원(82.1%)로 평균 사용용돈이 30만원으로 나타났다. 자신의 성격에서는 적극적인 132명(4.9%), 보통 139명(45.1%), 소극적 37명(12.0%)으로 나타났다.

표 1. 연구대상자의 인구사회학적 특성(n=308)

변인	구분	사례 수	비율(%)
성별	남자	150	48.7
	여자	158	51.3
연령	21세미만	127	41.2
	22-24세	106	34.4
	25세이상	75	24.4
월평균 용돈	10만원미만	11	3.6
	10-30만원미만	106	34.4
	30-50만원미만	147	47.7
	50만원이상	44	14.3
학과	인문사회계열	110	35.7
	자연과학계열	116	37.7
	예체능계열	82	26.6
자신의 성격	적극적	132	42.9
	보통	139	45.1
	소극적	37	12.0

2. 조사도구

2.1 여가유능감

여가유능감이란, 여가활동에서 발휘할 수 있다고 느끼는 개인의 능력을 의미하는 것이다[38]. 여가유능감 요인의 측정도구는 Wit & Ellis[45]가 개발한 여가진단 도구를 김영호[6]가 번안하고 안병욱[15]이 사용한 문항을 기초로 하여 본 연구에 적합하게 수정·보완하여 사용하였다.

2.2 여가몰입

여가몰입이란, 인간이 내적으로 동기화된 흥미 있는 활동을 행할 경우, 시간과 공간 개념을 의식하지 않고 행위 자체에 빠져드는 것이다[36]. 여가몰입 요인의 측정도구는 Csikszentmihalyi & Rathunche[37]의 The measurement of flow in everyday life를 바탕으로 Jackson & Marsh[40]가 개발한 측정도구를 김지영[8]이 사용한 설문문항을 수정·보완하였다.

2.3 여가만족도

여가만족도란, 여가활동에 참여하면서 느끼는 개개인의 즐거움 또는 만족감으로서 여가활동의 선택, 참가, 재참여 그리고 중단을 결정하는 중요한 요인이다[42]. 여가만족도 요인의 측정도구는 안병욱[17]이 개발한 한국 성인의 여가만족 측정도구 문항을 사용하였다.

3. 조사도구의 타당성 및 신뢰도

3.1 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석

본 연구의 여가유능감, 여가몰입, 여가만족도에 대한 타당도를 검증하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였다[표 2][표 3][표 4]. 요인추출모델은 주성분분석을 이용하였고, 회전방법은 직각회전방법 중 베리맥스를 이용하였다. 각 요인은 고유치 1.0 이상과 요인부하량 .5 이상인 요인만을 추출하였으며, 전체 요인들의 설명력 기준은 80% 내외로 결정하였다[24].

각 변인별 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach's α 값을 확인하였으며, 각 요인에 관한 신뢰도계수는 다음 [표 2][표 3][표 4]와 같다. 일반적으로 신뢰도의 측정방법으로 사용되고 있는 Cronbach's α 는 설문문항이 동일한 요소로 구성되어 있는지를 알아보는 것이다 [13]. 본 연구에서 사용한 설문 문항에 대한 신뢰도는 여가유능감 .726-.850, 여가몰입 .537-.887, 여가만족도 .764-.943로 나타나 전반적으로 신뢰도가 높은 것으로 나타났다.

표 2. 여가유능감 요인분석 결과

설문 문항	사회적유능감	인지적유능감	신체적유능감
10. 만족함	.871	.129	.119
7. 동료가 많음	.850	.206	-.046
11. 즐거움	.774	.031	-.001
4. 사람들과 어울림	.740	.270	.219
2. 잘 생각함	.107	.822	.079
13. 영리함	-.018	.810	-.023
5. 기술을 잘 기억	.218	.662	.000
1. 성취감	.313	.661	.142
12. 빠르게 배움	.146	-.037	.824
3. 다른 사람보다 잘함	.040	.083	.790
8. 신체활동을 잘함	.001	.078	.782
Eigen-value	2.807	2.355	2.005
% of Variance	25.521	21.408	18.228
Cumulative %	25.521	46.929	65.157
Cronbach's α	.850	.753	.726

표 3. 여가몰입 요인분석 결과

설문 문항	자목적 경험	통제능력	도전과 기술	시간의 변형	무아경
5. 즐기고 있음	.831	-.009	.095	-.052	-.066
22. 가치 있는 경험	.831	.081	.190	-.019	-.060
16. 좋은 느낌	.829	-.131	.192	-.049	-.111
10. 행복함	.812	-.039	.289	-.029	-.023
19. 신체를 통제	.094	.870	-.067	.109	.021
8. 활동을 통제	-.107	.841	.082	.102	-.058
13. 완전한 통제력	-.169	.729	.254	.274	-.086
3. 완전히 통제함	-.124	.674	.159	.263	-.051
1. 과제 대처능력	.292	.134	.726	.032	-.111
17. 도전과기술이같음	.319	.156	.701	-.083	-.089
11. 과제 수행 능력	.380	.205	.652	.022	-.011
15. 시간의 정지	.014	.235	-.149	.842	.100
21. 천천히 진행	-.091	.202	.098	.825	.003
14. 신경 쓰지 않음	.105	-.051	-.170	-.056	.774
20. 무신경	-.242	-.003	-.035	.164	.751
4. 타인 무신경	-.283	-.217	.496	-.002	.552
Eigen-value	3.450	3.191	2.033	1.604	1.535
% of Variance	20.292	18.771	11.956	9.436	9.031
Cumulative %	20.292	39.064	51.020	60.456	69.487
Cronbach's α	.887	.849	.848	.696	.537

표 4. 여가만족도 요인분석 결과

설문 문항	스트레스 해소	기술 향상	대인관계 증진	자기 계발	건강증 진
4. 생활의 활력소	.891	.065	.131	.281	-.018
6. 즐거움	.882	.015	.256	.161	-.013
5. 기분전환에 도움	.878	.131	.097	.262	-.046
7. 스트레스 해소	.841	-.001	.240	.236	.085
12. 적절한 기술필요	.040	.855	.204	.201	.095
11. 기술의 향상	-.023	.829	.075	-.105	.275
13. 지속적인 참여	.108	.802	.155	.242	-.066
14. 적절한 기술수준	.086	.798	.325	.203	.064
16. 동호회 참여	.176	.230	.895	.088	.028
15. 서로를 이해	.216	.238	.885	.027	-.040
17. 새로운 사람만남	.256	.213	.842	.216	-.135
2. 새로운 경험	.257	.144	.086	.888	.046
1. 자기발전에 도움	.302	.107	.153	.841	.092
3. 여가교육이 필요	.349	.268	.079	.754	.038
8. 신체건강에 도움	-.087	.075	-.100	-.039	.894
10. 자신감 부여	-.055	.141	-.063	-.003	.873
9. 정신적인 건강	.241	.055	.092	.354	.653
Eigen-value	3.562	3.007	2.674	2.625	2.122
% of Variance	20.951	17.689	15.758	15.443	12.482
Cumulative %	20.951	38.640	54.368	69.811	85.293
Cronbach's α	.943	.881	.929	.903	.764

3.3 확인적 요인분석

확인적 요인분석은 측정변인들이 잠재변인의 개념을 잘 설명하고 있는지를 검증하는 것이다. 즉 측정 자료가 연구 모형을 잘 설명하는가를 확인하는 절차이다[29].

본 연구에서는 Carmines & McIver[33]가 제시한 표준 Chi-square(χ^2/df), Bentler[32]가 제시한 CFI(comparative fit index)와 Bentler & Bonett[31]가 제시한 NNFI(non-normed fit index)를 보여주고 있다. AMOS 18.0 Version에서는 NNFI를 TLI(Tucker-Lewis index)로 나타내고 있다. 마지막으로 Steiger & Lind[44]가 개발한 RMSEA(root mean square error of approximation)을 제시하였다[28]. 적합도 지수의 기준을 살펴보면, χ^2/df 는 3.0이하, CFI, TLI 등의 값은 .90 이상, RMSEA는 .08 이하, χ^2 값에 대한 p 값이 .05 이상일 경우 모형이 적합한 것으로 판단하고 있다.

본 연구의 확인적 요인분석 결과 각 요인구조를 설명하는 적합지수인 χ^2/df , CFI, TLI, RMSEA 값은 [표 5]와 같이 모두 적절한 것으로 나타났다. 연구 변인별 적합도 지수를 분석한 결과, 여가유능감 측정 모델의 적합도 지수는 χ^2/df 는 2.573, CFI는 .952, TLI는 .929, RMSEA는 .071이고, 여가몰입 측정 모델의 적합도 지수는 χ^2/df 는 6.451, CFI는 .934, TLI는 .908, RMSEA는 .070이며, 여가만족도 측정 모델의 적합도 지수는 χ^2/df 는 2.854, CFI는 .962, TLI는 .942, RMSEA는 .078으로 나타났다. 본 연구의 측정변수가 잠재변수를 잘 설명해주고 있으며, 연구 모델의 적합도 검증 절차를 진행하여도 문제가 없음을 증명해 주고 있다.

표 5. 각 요인의 확인적 요인분석 결과

구분	χ^2	p	df	χ^2/df	CFI	TLI	RMSEA
여가유능감	95.219	.000	37	2.573	.952	.929	.071
여가몰입	245.755	.000	98	6.451	.934	.908	.070
여가만족도	256.866	.000	90	2.854	.962	.942	.078

4. 자료 처리

본 연구의 자료처리는 SPSS 15.0을 이용하여 빈도분석, 탐색적 요인분석, 신뢰도 분석을 실시하였다. 여가유능감과 여가몰입, 여가만족도간의 인과관계를 알아보기 위하여 AMOS 7.0을 사용하여 구조방정식 모델 분석을 실시하였다. 이러한 통계적 절차는 유의수준 .05에서 검증하였다.

III. 결과 및 논의

1. 연구 모형의 적합도 분석 결과

본 연구에서 대학생의 여가유능감, 여가몰입, 여가만족도로 구성된 구조모형에 대한 적합도를 알아보기 위하여 χ^2 , df , p , χ^2/df , CFI, TLI 그리고 RMSEA 지수를 사용하여 다음 [표 6]과 같은 결과를 얻었다. 적합도 검증결과를 보면 χ^2 125.023, χ^2/df 2.778, CFI .939, TLI .894, RMSEA .076로 나타났다. χ^2/df 의 지수가 다소 부적합하게 나타났지만, CFI, TLI, RMSEA 지수가 적합

하기에 연구 모델이 비교적 적합하다고 할 수 있다 [31-33][44].

표 6. 연구모형의 적합도 평가

χ^2	df	χ^2/df	p	CFI	TLI	RMSEA
125.023	45	2.778	.000	.939	.894	.076

2. 가설 검증 결과

첫 번째 가설 경로인 여가유능감은 여가몰입에 영향을 미칠 것이라는 경로($\beta=2.151, t=3.272, p<.05$)는 채택되었다. 두 번째 가설 경로인 여가유능감은 여가만족에 영향을 미칠 것이라는 경로($\beta=-.584, t=-.340, p<.05$)는 기각되었다. 세 번째 가설 경로인 여가몰입은 여가만족에 영향을 미칠 것이라는 경로($\beta=1.631, t=2.085, p<.05$)는 채택되었다.

표 7. 가설 검증 결과

경로	경로 계수	t	p	채택 여부
여가유능감→여가몰입	2.151	3.272**	.001	○
여가유능감→여가만족도	-.584	-.340	.734	×
여가몰입 →여가만족도	1.631	2.085*	.037	○

* $p<.05$, ** $p<.01$.

3. 논의

현대사회는 여가 사회로 변화되고 있다. 여가시간의 증대와 다양한 여가활동에 선택, 참여 또는 전이 할 수 있는 기회가 주어지고 있다. 이러한 시대적 관점에서 본 연구는 대학생의 여가활동참여 시 대학생 개개인이 인지하고 있는 유능감을 분석하고, 이에 따른 여가몰입과 여가만족 간의 관계를 규명하고자 한다. 본 연구 결과를 바탕으로 선행연구와 비교·분석하고자 한다.

첫째, 대학생의 여가유능감은 여가몰입에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 대학 교과 과목 선정은 대학생 스스로 결정하게 된다. 즉 자기관리가 시작되는 시기라고 볼 수 있다. 학교수업을 결정하고 자신만을 위한 여가시간을 확보함으로써 자신의 여가를 적절하게 즐기려는 인지적 여가유능감은 스스로 선택, 참

여하는 여가활동을 즐기고, 좋은 느낌의 경험은 여가활동에 적극적인 몰입을 유도한다고 사료된다. 김송희[7]의 연구에서도 여가유능감은 여가몰입에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였다.

개인적인 여가활동과 집단, 단체로 참여하는 여가활동 중 사회적 유능감은 다른 사람들과 잘 어울리면서 성취감을 느끼는 요인이라고 할 수 있다. 이러한 사회적 유능감은 여가몰입 중 시간의 변형과 같은 요인, 즉 시간의 흐름을 잠시 망각하고 여가활동에 몰입하는 경험을 하는 것이라고 생각된다. 그만큼 참여하고 있는 여가활동에 자기 자신이 완전히 몰입하고 있다는 것을 의미한다. 김백운, 최덕환, 박래영[4]의 연구에 따르면, 여가유능감은 자기가 경험하는 여가활동과 만족할만한 목표를 결정하고 적극적으로 실천하려는 내적동인으로 발현되어 긍정적인 결과를 나타낸다는 결과는 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

둘째, 대학생의 여가유능감은 여가만족도에 무의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생은 후기 청소년기로서 자신의 가치관이 완성되어 가는 시기이다. 이러한 대학시절은 자기 자신을 완전히 파악하기보다는 열정과 패기로 매사에 임하는 경우가 있다. 혹은 본인이 선택하기보다 주위사람들, 친구, 선·후배, 부모님의 영향을 조금씩 받는다. 즉, 여가활동에 참여하는 데 있어서 자신을 정확히 이해하지 못한 상황에서 여가활동에 참여하다 보니, 스트레스 해소, 대인관계 증진, 자기계발과 같은 여가만족에는 무의미하게 영향을 미치는 것으로 생각된다. 박희배, 김지태, 조남홍[12]은 해양스포츠에 참여하는 대학생을 대상으로 연구한 결과, 사회성함양, 성취감경험 요인이 심리적, 환경, 사회적, 교육적 여가만족에 무의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 대학생의 여가몰입은 여가만족에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 여가몰입은 앞에서 설명하였듯이 여가활동참여자와 그 환경, 도전과제가 적정 수준에 도달할 때, 최적자성수준 즉 몰입에 이른다고 하였다. 여가를 즐기고, 좋은 느낌과 같은 자목적 경험은 여가활동이 즐거워지고 스트레스가 해소, 생활의 활력소를 찾게 해 준다. 그리고 여가활동에 대한 기술에 대해서 참여자가 스스로 해결하는 능력과 같은 도전과

기술 요인은 여가만족 요인 중 기술향상에 대한 만족도를 높여주고, 다른 사람의 시선은 신경 쓰지 않을 정도로 몰입하는 무아경요인은 새로운 경험을 하고, 이는 여가교육의 필요성을 알게 해 주는 자기계발 만족과 관련이 있다고 생각된다.

안병욱 등[19]은 골프참여자를 대상으로 여가몰입과 생활만족의 관계를 분석한 결과, 다른 사람의 시선은 전혀 개의치 않고 오로지 골프에 집중하다 보면 만족도가 높게 나타난다고 하였다. 엄진중[20]은 생활체육활동 참여로 인해 스트레스를 해소하고 신체적 건강에 매우 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 이성철[23]의 연구에서 여가만족은 여가몰입 체험과 유의한 인과적관계가 있는 것으로 나타났고, 여가몰입체험도 여가만족과 매우 높은 인과적 관계가 있다는 쌍방향 인과관계를 규명하였다. 이광수, 김관진[22]은 대학생을 대상으로 연구한 결과, 자기가 좋아하는 스포츠에 참가함으로써 더 만족감을 얻고 그에 따라 의욕이 넘치며 집중력이 높아져서 그 어느 때보다도 몰입경험을 할 가능성 높고 결과적으로 인생의 만족을 추구하는 데 중대한 영향을 미치게 된다는 결과는 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

IV. 결론 및 제언

본 연구는 대학생의 여가활동 참여에 따른 여가유능감과 여가 몰입, 여가만족간의 관계를 규명하는데 목적이 있다. 본 연구의 목적을 달성하기 위하여 구조방정식 모델을 이용하여 다음과 같은 결과를 도출하였다.

첫째, 대학생의 여가유능감은 여가 몰입에 영향을 미친다. 둘째, 대학생의 여가유능감은 여가만족에 영향을 미치지 않았다. 셋째, 대학생의 여가 몰입은 여가만족에 영향을 미친다.

이상의 연구절차를 통해 얻어진 결론을 바탕으로 후속 연구에 대한 제언을 하고자 한다. 첫째, 여가유능감, 여가몰입, 여가만족도는 개개인의 특성, 환경 등에 따라 매우 다양한 결과를 도출할 수 있기에 다양한 계층으로 확대하여 연구할 필요가 있다. 둘째, 후속연구에서는 여가활동유형별로 연구하여 다양한 여가프로그램 개발에

기초자료로 제공할 필요가 있다. 셋째, 후속연구에서는 여가유능감, 여가몰입에 관한 설문지가 우리나라 문화에 적합한 설문 문항으로 개발하여 연구한다면, 보다 정확한 연구결과를 도출할 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

- [1] 강현희, 김선희, “댄스스포츠참가 직장여성의 여가유능감과 직무 만족간에 신체적 효능감의 중재 효과모형연구”, 한국사회체육학회지, Vol.40, No.2, pp.887-902, 2010.
- [2] 구창모, 안병욱, “청소년의 신체적 자기개념과 여가활동 참여 동기, 제약요인 및 몰입경험 간의 관계 모형 검증”, 한국체육학회지, Vol.43, No.4, pp.83-95, 2009.
- [3] 김덕진, “대학생의 동아리 활동유형과 활동만족, 활동제약 및 대학생활만족간의 관계”, 제주대학교대학원 석사학위논문, 2002.
- [4] 김백운, 최덕환, 박래영, “레저스포츠 참여자의 여가인식, 여가유능감, 여가지속 및 삶의 질에 관한 구조적 관계”, 한국여가레크리에이션학회, Vol.34, No.1, pp.47-56, 2010.
- [5] 김영재, “한국형 여가만족척도의 다집단 분석과 잠재평균”, 한국체육학회지, Vol.48, No.5, pp.25-264, 2009.
- [6] 김영호, “한국형 레저 진단도구의 척도 개발”, 고려대학교대학원 박사학위논문, 1995.
- [7] 김송희, “여가활동참여자의 여가유능감, 여가경험 및 몰입경험과 여가만족의 관계”, 한국여가레크리에이션학회지, Vol.32, No.3, pp.257-265, 2008.
- [8] 김지영, “도시 근로자의 여가 몰입과 여가 만족의 관계”, 연세대학교대학원 석사학위논문, 2005.
- [9] 남인수, 남경환, 김중철, “남자대학생의 여가 참여 동기가 여가만족도와 심리적 행복감에 미치는 영향”, 한국여가레크리에이션학회지, Vol.33, No.2, pp.27-38, 2009.
- [10] 박명국, 김경렬, 오근희, “배드민턴 동호인들의

- 참여정도에 따른 운동 몰입과 여가만족의 관계”, 한국여가레크리에이션학회지, Vol.34, No.3, pp.83-93, 2010.
- [11] 박래영, 김백운, 이예승, “댄스스포츠 동호인들의 참여동기, 여가유능감 및 여가활동 후 행동의 관계”, 한국여가레크리에이션학회지, Vol.33, No.4, pp.77-87, 2009.
- [12] 박희배, 김지태, 조남홍, “해양스포츠 참여 대학생의 재미요인과 여가만족 및 지속의도와와의 관계”, 한국여가레크리에이션학회지, Vol.34, No.3, pp.257-268, 2010.
- [13] 배병렬, “LISREL 구조방정식모델 이해와 활용”, 서울: 도서출판 청람, 2005.
- [14] 심은미, “아동의 유능감지각이 내적동기에 미치는 영향”, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1989.
- [15] 안병욱, “패러글라이딩 참가자의 여가유능감과 여가제약의 관계 분석”, 연세대학교대학원 석사학위논문, 2005.
- [16] 안병욱, 여인성, 조원득, “골프연습장 참여자의 라이프스타일과 여가 몰입의 관계 분석”, 한국체육학회지, Vol.47, No.2, pp.327-335, 2008.
- [17] 안병욱, “한국 성인의 여가만족 측정도구 개발”, 연세대학교대학원 박사학위논문, 2009.
- [18] 안병욱, 여인성, 구창모, “여가활동 참여자의 여가만족 유형에 대한 Q 방법론적 연구”, 한국체육학회지, Vol.49, No.3, pp.103-113, 2010.
- [19] 안병욱, 조원득, 이세중, 임영삼, 김준성, “골프 이용객의 라이프스타일과 여가활동 참여 동기, 몰입경험, 생활만족간의 관계 모형 검증”, 한국여가레크리에이션학회지, Vol.34, No.1, pp.7-17, 2010.
- [20] 엄진중, “생활체육 동호인의 여가만족도와 생활만족의 관계”, 한국사회체육학회지, Vol.39, pp.851-864, 2010.
- [21] 윤상문, 이진, 문태영, “생활체육참가자의 여가유능감과 생활만족의 관계”, 한국스포츠사회학회지, Vol.16, No.2, pp.377-392, 2003.
- [22] 이광수, 김관진, “대학생의 여가스포츠 참여 동기와 라이프스타일이 여가만족, 여가몰입 및 자아존중감에 미치는 영향”, 한국여가레크리에이션학회지, Vol.34, No.2, pp.59-70, 2010.
- [23] 이성철, “노인의 사회체육활동과 생활만족의 관계”, 서울대학교대학원 박사학위논문, 1997.
- [24] 이학식, 김영, “SPSS 10.0 매뉴얼”, 학지사, 2004.
- [25] 최성범, 최종인, “대학생의 동아리활동 참여유형과 여가정체성 및 생활만족의 관계”, 한국여가레크리에이션학회지, Vol.33, No.1, pp.41-51, 2009.
- [26] 최의창, “미래의 대학체육-인문적 체육을 향하여-”, 한국체육학회보, Vol.78, pp.6-12, 2001.
- [27] 하선우, “대학생 여가활동참여자의 여가동기, 여가활동 관여도 및 대학생활적응의 관계”, 한국체육학회지, Vol.49, No.2, pp.331-342, 2010.
- [28] 홍세희, 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거, 한국심리학회지, Vol.19, pp.161-177, 2000.
- [29] 홍세희, 구조방정식 모형의 이론과 응용. 연세대학교 고급연구방법론 워크샵 교재, 2007.
- [30] J. G. Beard and M. G. Ragheb, “Measuring leisure satisfaction,” Journal of Leisure Research, Vol.12, No.1, pp.20-33, 1980.
- [31] P. M. Bentler and D. G. Bonett, Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures, Psychological Bulletin, Vol.88, pp.588-606, 1980.
- [32] P. M. Bentler, Comparative fit indexes in structure models, Psychological Bulletin, Vol.107, pp.238-246, 1990.
- [33] E. Camines and J. McIver, Analyzing Models with Unobserved Variables: Analysis of covariance Structures, In G. bohrnstedt and E. Borgatt (Eds.), Social Measurement: Current Issues, Beverly Hills, Calif.: Sage, 1981.
- [34] L. L. Callwell, E. A. Smith, and E. Weissinger, “Development of a leisure experience battery for adolescents: parsimony, stability, and

validity," *Journal of Leisure Research*, Vol.24, No.4, pp.361-376, 1992.

[35] A. Campbell, P. Converse, and W. Rodgers, "The quality of American life," New York: Russel Sage, 1976.

[36] M. Csikszentmihalyi, "Beyond boredom and anxiety," San Francisco: Jessey-Bass, 1975.

[37] M. Csikszentmihalyi and G. Rathunche, "The measurement of flow in everyday life; Toward a theory of emergent motivation," Vol.40 of the Nebraska Symposium of Motivation: University of Nebraska Press Lincoln and London, 1993.

[38] E. L. Deci and M. R. Ryan, "Intrinsic motivation and self-determination in human behavior," NY: Plenum press, 1985.

[39] E. Diener, "Subjective well-being," *Psychological Bulletin*, Vol.95, pp.542-575, 1994.

[40] S. A. Jackson and H. W. Marsh, "Development and validation of a scale measure optimal experience; The Flow State Scale," *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Vol.18, pp.17-35, 1996.

[41] M. F. Lillian, F. G. Alison, and D. Justine, "Role of motivation, self-efficacy and parent support in adolescent structured leisure activity participation," *Australian Journal of Psychology*, Vol.61, No.3, pp.175-182, 2009.

[42] J. F. Murphy, "Concepts of Leisure(2nd)," Englewood Cliffs, N.J. : Prentice-Hall, 1981.

[43] C. Riddick, "Leisure satisfaction determinants of older males and females," *Leisure Science*, Vol.7, pp.47-63, 1985.

[44] J. H. Steiger and J. M. Lind, "Statistically based tests for the number of common factors. Paper presented at the annual meeting of the Psychometric Society, Iowa City, IA, 1990.

[45] P. A. Witt and G. W. Ellis, "The Leisure Diagnostic Battery: Users Manual," Venture Publi-

shing, Inc, 1989.

저 자 소 개

송 강 영(Kang-Young Song)

중신회원



- 1999년 2월 : 서울대학교 체육교육과(교육학박사)
- 2000년 3월 ~ 현재 : 동서대학교 레포츠과학부 교수

<관심분야> : 여가 및 레저스포츠

임 영 삼(Young-Sam Lim)

정회원



- 2000년 2월 : 고려대학교 체육교육과(이학박사)
- 2009년 3월 ~ 현재 : 중원대학교 레포츠과학부 교수

<관심분야> : 여가경영

안 병 욱(Byoung-Wook Ahn)

정회원



- 2009년 8월 : 연세대학교 사회체육학과(사회체육학박사)
- 2011년 7월 ~ 현재 : 서울시립대 생활체육정보학과 박사후연구원

<관심분야> : 여가사회학, 여가학연구법, 레저스포츠