

중년후기 성인이 지각하는 여가제약 및 여가충족이 생활만족도에 미치는 영향

The Effects of Leisure Constraints and Leisure Sufficiency of Late Middle-Aged Adults on Their Life Satisfaction

강남대학교 유아교육과
조교 박지수
인제대학교 생활상담복지학부
교수 박경란*

Dept. of Early Childhood Education, Kangnam University
Assistant : Ji Soo Park
School of Human Counseling and Welfare, Inje University
Professor : Kyung Rhan Park

Abstract

The purpose of this study is to investigate the relationships among 'leisure constraints', 'leisure sufficiency' and 'life satisfaction' perceived by late middle-aged adults. The subjects of this research were 275 adults from 50 to 64. The results are as follows: 1) Among 5 categories of 'leisure constraints', the subjects perceive 'financial constraints' as the most important, and in order of importance, 'social constraints', 'physical constraints', and 'familial constraints' followed. 2) Among five 'leisure activities', a factor perceived most sufficiently by middle-aged adults is 'simple relaxation' and followed by 'social activities', 'activities with family', 'learning activities', and 'play-recreation activities'. 3) The factors influencing life satisfaction perceived by late-middle aged adults are 'religion', 'financial constraints', 'education', 'familial constraints', 'physical constraints', 'learning activities', and 'play-recreation activities'. These 7 factors explain 38.9% of total variation. Also, the 'leisure constraints' has a greater impact on their 'life satisfaction' than on their 'leisure sufficiency'.

Key Words : the late-middle aged adults, leisure constraints, leisure sufficiency, life satisfaction

I. 연구의 목적

우리나라의 평균수명이 2003년 현재 77.5세에서 2020년에는 81.0세로 증가할 것으로 예상되고 있다(통계청, 2005a). 이에 따라, 자녀를 결혼시키고 직장 및 일에서 은퇴한 이후의 노후기간이 무려 20~30년 정도 연장되면서 노년기를 앞둔 예비 노인들에게는 노후에 효율적인 시간 관리와 여가생활이 주요 관심사로 대두되고 있다.

이와 관련하여, 노인 및 여가에 대한 많은 관련문헌들(나향진, 2004; Agahi et al., 2006; Kyle & Chick, 2004;

Leitner et al. 1996; Lennartsson & Silverstein 2001)은 여가의 중요성을 생활의 만족도 및 심리적 적응, 삶의 행복감 등과 관련하여 강조해 왔다.

우리나라에서도 노년기 여가에 대한 중요성을 인식하고 그동안 노인의 여가활동참여(여호근, 김대환, 2005; 원형중, 1994; 홍성희, 1998), 여가활동유형(김경호, 2003; 김애련, 한내창, 1997; 안수민, 2004), 여가만족(박미석, 2000; 여호근, 김대환, 2005; 홍성희, 1998), 그리고 노년기 생활시간(김진욱, 2006; 박충선, 1998)의 측면에서 노후 생활의 질을 활발하게 규명해 왔다. 이러한 일련의 연구들은 우리에게 노년기 여가생활의 실태에 대한 유용한 정보를 제공한 것

* Corresponding author: Kyung Rhan Park
Tel: 055) 320-3242, Fax: 055) 321-9550
E-mail: homerhan@inje.ac.kr

은 물론 여가의 중요성에 대한 이해를 넓혀주었다.

그러나 이들 연구의 대부분은 현재 노년기에 있는 노인을 대상으로 한 연구들이기 때문에 앞으로의 노년기 생활시간관리 및 적응을 위한 접근에는 다소의 한계점이 있을 것이다. 왜냐하면, 65세 이상의 노인들은 정서적, 인지적으로 자신이 오랫동안 추구해오고 익숙해진 생활스타일이나 사고를 변화시키고 수정하기가 매우 어렵기(윤진, 1985) 때문이다. 다시 말해서 노년기에는 여가생활의 문제점이 발견된다고 하더라도 노인의 특성상 그동안 유지해온 여가생활의 패턴을 바꾸기란 매우 어려운 것이다. 더군다나 미래의 실버층은 기존의 노년층과 뚜렷한 차이를 보이게 될 것이라는 예측이 지배적이다(신한종합연구소, 1994). 즉 오늘날의 중년세대는 이전세대에 비해 훨씬 높아진 학력이나 건강, 경제력, 핵가족화에 따른 부부중심의 라이프스타일 등의 여러 변화로 인해 현재의 노인들에 비해 여가생활을 중시할 것이며, 여가생활에서도 양적·질적으로 많은 차이가 있을 것으로 예상된다. 이러한 측면에서 중년기부터 노년기 여가생활에 대비해 나가는 것이 효율적이므로 예비노년층을 대상으로 한 연구가 필요하다고 생각한다. 앞으로 노인인구를 구성할 미래 노년세대의 특성을 미리 파악하고 미래의 잠재적 노년세대로서 중년세대의 욕구 및 문제점을 미리 알아보는 것은 개인적으로는 물론 노인복지의 정책적 측면에서도 중요한 의미를 갖는다고 하겠다(강유진, 2004).

그리고 이제까지의 연구는 그 대부분이 여가참여정도의 측면에서 생활의 질을 고찰하였다. 그러나 여가참여의 효과를 단순히 양적 조사로 파악하는 것은 문제가 있으므로(Russell, 1990; 원형중 1994 재인용), 여가활동 참여에 대한 개인의 주관적 지각을 조사하는 것이 보다 의미 있을 것으로 생각한다.

이에 본 연구는 50대 및 60대 초반 예비노인들의 생활만족을 이끄는 제요소들을 여가생활 측면에서 파악해 보고자 하였다. 본 연구의 목적은 여가계약, 여가충족과 생활만족도간의 관계를 통해 중년후기 성인들의 성공적인 노화와 노후생활의 질을 높일 수 있는 방안을 모색해 보는데 있다. 구체적으로 중년후기 성인이 지각하는 여가계약, 여가충족, 생활만족도의 전반적인 경향은 어떠하며, 관련변인에 따라 유의한 차이가 있는가를 살펴보고, 중년후기 성인의 생활만족도에 영향을 미치는 제요인 및 상대적 영향력은 어떠한가를 고찰하고자 하였다.

II. 이론적 배경

본 연구의 이론적 배경은 우선, 중년(35~40세에서 60세) 및 노년기(55세~65세 이상) 여가 문헌에서 연령기준을 학자마다 다양하게 규정하고 있어 일치되지 않으며 둘째, 중년기여가 연구가 부족함(여가계약) 뿐만 아니라, 자녀가 청소년기에 있는 중년전기와 자녀결혼·직업은퇴·갱년기 등 개별화과정을 겪는 중년후기를 구분하지 않고 있어 50대 중년, 예비노인 및 노인을 대상으로 한 문헌을 종합하여 고찰하였다.

1. 중년후기 성인의 여가생활욕구의 변화

중년기에 대한 구분은 그 시작시기를 30~40세, 끝나는 시기를 60~65세 까지로 보는 등 학자들에 따라 다양하다. 본 연구에서는 노년기 여가생활을 예측하기 위한 연구의 목적상 중년후기 성인의 연령을 자녀의 결혼 및 직업은퇴의 시점을 고려하여 50세~64세로 규정하였으며, 이는 예비노년층을 50~64세로 지칭한 김남진(2000)의 연구와 일치한다.

이러한 연령층의 중년들은 우리 사회의 급속하게 진행된 산업화와 정보화, 개인주의적 가치관과 정서적 핵가족화, 양성 평등적 사회로의 변화 등의 사회문화적인 변화로 인하여 현대의 노인과 상이한 특성과 욕구를 가질 것으로 전망되며(신한종합경제연구소, 1994), 이러한 변화는 결국 여가욕구 변화에도 영향을 미칠 것이다.

실제로, 조미영, 조재순(2006)의 연구에서 대도시에 거주하는 50대 중년층은 자신의 노후의 여가활동에 관심이 커서 73.0%가 현재 여가활동을 선택할 때 노후에도 할 수 있는 건지 고려하고 있으며, 62.4%는 노후의 여가활동을 위하여 경제적 준비를 하고 있다고 밝혔다. 성기원 외(2005)의 예비노년층의 여가활동 현황 및 미래욕구에 관한 연구에서도 예비노년층의 여가활동비용으로는 월 생활비의 10%미만이라는 응답자가 전체의 60%였으나, 미래에는 월 생활비의 21% 이상을 여가활동에 사용하겠다는 응답이 전체의 35.9%로 높게 나타나고 있어 여가에 대한 욕구가 높아지고 있다. 이와 유사하게 중년층 여가에 대한 이준민, 신화경(2005)의 연구에서도 현재의 중년들이 근 미래에는 지금보다 여가비용을 늘릴 생각을 갖고 있으며, 선호하는 여가가 현재 주로 하고 있는 수동적이고 소극적인 여가에서 능동적이며 적극적인 여가활동으로 바뀌는 경향을 나타내었다.

2. 여가제약

여가제약이란 개인의 여가활동을 제한하는 방해요인으로 여가참여를 통해 얻을 수 있는 혜택이나 만족감을 제한하는 것들이라고 할 수 있다. Jackson(1998)은 여가제약은 여가의 참여와 즐거움을 억제 또는 방해하는 것으로 연구자들이 가정하거나 개인들이 지각하는 요인들로서 정의하였으며, Losier et al.(1993)은 여가제약이란 개인이 여가활동을 이용하고 선택하는 데에 대한 개인의 능력을 제한하는 요소들이라고 하였다.

여가제약 유형에 관한 관련문헌들을 살펴보면, 우선 Crawford & Godbey(1987)는 개인의 심리적 상태와 특성으로 인한 내적 장애, 개인들 간의 특성·관계·상호작용의 결과로 인한 대인적 장애, 그리고 가족생활주기·가족의 경제적 자원·계절·취업·시간·기회접근 등으로 인한 구조적 장애 등 세 측면으로 분류하였다. 고보숙(2006)은 보다 자세하게 여가방해요소를 제시하였는데, 즉 태도의 제약, 정보의 제약, 소비의 제약, 시간의 제약, 사회·문화적 제약, 경제적 제약, 건강의 제약, 경험의 제약, 마지막으로 환경의 제약을 꼽았다.

실제적인 여가제약 현황을 살펴보면, 정민영(2001)의 연구에서 제약요소로 시간부족을 지적한 남녀가 과반수에 이르며, 그 다음으로 경제력과 시설 부족 등 구조적인 제약요인에 의해 많은 영향을 받는 것으로 나타나고 있다. 이와 유사하게 김성희 외(2005)의 연구에서도 레저활동에 대한 실질적인 제약요인으로 레저활동의 참여여부를 결정하는 구조적 요인(경제적 요인과 시간적 요인)이 가장 큰 제약요인인 것으로 밝혀졌다. 그리고 삶의 질의 정도에 미치는 영향을 알아보기로 수도권에 거주하고 있는 40-50대 중년부부 101쌍을 대상으로 조사한 김정운, 이장주(2003)의 연구에서는 부부들의 여가활동 방해요소로서 '시간이 없어서'(44.3%), '주변에 여가활동 장소나 시설이 없어서'(10.2%), '여가활동 정보가 없어서'(9.6%) 등의 순으로 조사되었다.

여가장애요인은 어느 한 요인만 독립적으로 영향을 미치기보다는 여러 요인이 종합적으로 영향을 미치는 경향이 있는데(McGuire, 1984) 성, 연령, 교육수준, 소득 등이 관련배경변인으로 지적되고 있다. 대체로 연령이 많은 집단, 소득이 적은 집단, 학력이 낮은 집단, 농촌거주 집단이 상대적으로 여가장애를 더 높게 지각하는 것으로 나타나고 있다(송원익, 2004; 최성애 외, 2005; 홍성희, 김성희, 1997). 특히 농촌 노인들의 경우(Leitner & Leitner, 1985) 교통문제가 여가참여에 가장 큰 방해 요인으로 작용되고 있다. 그러나 성별 차이에 대한 연구결과는 일치되지 않는다.

3. 여가충족

먼저, 거의 대다수의 선행연구에서는 여가충족의 개념보다는 여가참여 또는 여가활동참여의 측면에서 조사되어 왔으며, 여가참여는 "평소에 여가활동에 대해서 참여하고 있는 정도에 대한 주관적인 지각"(여호근, 김대환, 2005)으로 정의되고 있다. 본 연구에서 고찰되는 여가충족의 개념은 기존의 여가참여가 '여가에 참여하는 빈도'의 양적 측면을 고찰한 것이라면 여가참여빈도에 대한 개인의 주관적인 평가를 나타내는 질적 개념으로서 "평소의 여가활동참여 정도에 대해 충분하다고 생각하는 개인의 주관적인 지각"으로 정의하고자 하였다. 그러나 이러한 여가충족의 용어로 고찰한 선행연구는 거의 전무한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 여가참여정도를 조사한 선행연구를 중심으로 여가충족을 고찰하고자 한다.

여가활동의 유형을 기존연구들을 중심으로 살펴보면 우선, 전국적 규모의 조사로서 통계청(2005b)의 분류에서는 교제활동, 학습활동, 미디어이용, 종교활동, 관람 및 문화행사참여, 스포츠 및 집밖의 레저, 취미 및 그 외 여가활동 등으로 나누고 있다. 외국 선행연구에서 Baltes et al.(1990)은 신체적 활동, 정신적 활동, 대중매체 소모, 사회활동, 종교활동, 기타로 분류하였으며, Lennartsson & Silverstein(2001)은 요인분석을 실시하여 사회적·친구관계 활동, 사회적·문화적 활동, 단독적·앉아서하는 활동, 단독적·적극적 활동의 4유형으로 분류하였다.

여가활동의 경향을 살펴보면, 중년층의 평일 여가활동과 휴일 여가활동은 모두 TV시청이 가장 많았으며, 앞으로의 여가활동으로는 남녀 모두 여행을 가장 많이 원하는 것으로 나타났다(정민영, 2001). 이준민, 신화경(2005)의 연구에서도 현재 중년층이 하고 있는 여가활동으로 휴식·낮잠이 75.9%로 가장 많은 응답률을 나타냈으며, 다음으로 가족과의 외식(62.8%), TV·라디오·비디오시청(61.8%), 산책·약수터가기(50.3%), 데이트·친지만남(46.7%), 목욕·사우나·찜질방가기(45.7%) 등 대체로 수동적이고 소극적인 경향이었다. 1-2년 후 근미래에는 영화·음악회·연극관람을 하고 싶다는 응답자가 52.3%로 가장 많았으며, 다음으로는 산책·약수터가기(46.7%), 가족과의 외식(43.8%), 휴식·낮잠(42.2%) 등의 순으로 나타났다. 그러나 중년기 부부들의 여가활동으로는 등산(21.9%), 운동(21.4%), 여행(18.2%), 산책(11.0%), 영화(8.9%)의 순으로 나타났다(김정운, 이장주, 2003).

사회인구학적 변인과 여가참여: 우선 성은 Losier et al.(1993)의 연구에서 여가참여에 결정요인으로 작용하여 여성노인들이 남성노인들보다 여가활동에 더 많이 참여하는 것으로 나타났으나, 안수민(2004)의 연구에 따르면 성

별에 따른 여가활동참여는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 연령별 비교에서 박충선(1998), 홍성희(1998)은 연령이 낮을수록 여가활동의 참여도가 높다고 밝혔으며, 박미석, 이유리(2003)는 연령에 따라 참여하는 여가활동 유형이 다르다고 하였다. 소득과 관련하여 최성재, 장인협(2002)은 경제적 상황이 좋은 노인이 보다 다양하고 많은 여가활동을 즐길 수 있다고 하였으며 이는 허준수(2002)와 안수민(2004)의 연구에서도 지지되었다. 교육수준 역시 여가활동 참여도를 높이는 중요한 변수로 일관되게 지적되고 있다(안수민, 2004; 이선미, 1991; 홍성희, 1998). 지역별 비교에서는 대체로 농촌지역에 비해 서울 등 대도시 거주자들의 여가참여도가 높은 것으로 나타나고 있는데(박미석, 2004; 홍성희, 김성희, 1997), 이는 지역 간의 여가환경 및 개인의 여가경험 차이의 결과로 지적되고 있다.

여가장애와 여가활동참여: 김의숙(1991)의 연구에서는 장애요인을 크게 시간장애, 비용장애, 개인적 장애, 가족적 장애, 사회적 장애 등 5개 유형으로 나누어 여가활동 참여를 파악하고 있는데, 모든 유형의 활동에 대한 참여도가 장애요인과 부적관계를 나타냄으로써 장애를 강하게 지각할수록 여가활동을 적극적으로 참여하지 못한다고 밝혔다. 홍성희, 김성희(1997)의 연구에서도 여가계약요인은 여가선호와 여가참여에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

4. 생활만족도

생활만족도는 학자들에 따라 다양하게 정의되고 있지만 대체로 생활 전반에 대한 행복과 만족의 주관적 감정 또는 일종의 태도라고 정의되고 있다. 그리고 자신의 삶이 어떠한가를 자신의 기대, 욕구, 희망 또는 다른 준거집단과 비교해서 평가하는 인지적 측면이 보다 강조된다(조성남, 2004). 관련문헌에서 적절한 여가활동이나 사회활동은 중년여성의 심리적 적응을 결정하는 중요 요인으로 지적되고 있다. 즉 여가활동 및 사회활동 빈도가 높을수록 중년여성의 생활만족도, 행복도, 생의 의미는 높아지며(김은아, 1992; 박경숙, 1993), 중년기 위기감은 낮아지는 경향이다(박난준, 1989). 노인을 대상으로 한 연구에서도 여가활동에 참여하는 노인이 비참여노인보다 생활만족도(장천식, 2000) 및 심리적 복지감(백경숙, 권용신, 2007)이 높은 것으로 나타났는데, 차경호(2004)에 의하면 여가참여는 삶의 만족도, 정적 정서, 그리고 부적 정서 모두에 영향을 미친다.

사회인구학적 변인과 생활만족도: 우선 성에 따라서는 남성이 생활만족도가 더 높다는 결과(백경숙, 권용신, 2007)와 여성이 더 높다는 결과(허준수, 2004), 그리고 유

의한 차이가 없다는 결과(오승환, 윤동성, 2006)로 나누어진다. 이와 유사하게, 연령에서도 연령이 많을수록 생활만족도가 높다는 결과(Chen, 2001), 반대로 생활만족도가 높다는 결과(박광희, 한혜경, 2002), 그리고 차이가 없다는 결과(허준수, 2004)로 일치되지 않는다. 이에 비해 소득의 경우는 일관되게 경제력이 높은 집단이 생활만족도(조옥희, 김경신, 2005) 및 심리적 적응(백경숙, 권용신, 2007)이 높은 것으로 나타났다. 또한 학력에서도 대체적으로 고학력의 집단이 생활만족도가 높았다(오영희 외, 2005; 조옥희, 김경신, 2005).

여가계약과 생활만족도: 자신의 여가생활을 통제할 수 있다고 지각하는 노인들이 생활만족을 높게 지각하며, 여가참여에 보다 자유로움을 지각하는 노인들이 생활만족을 높게 지각하는 것으로 나타났다(Coleman, 1993). 관련문헌에서 Searle et al.(1995)은 노인들이 선호하고, 필요로 하고, 만족스럽게 생각되는 여가활동을 스스로 선택·통제할 수 있다면 더욱 적극적으로 여가활동에 참여할 것이며, 그 결과 심리적인 건강과 만족스런 생활을 초래할 것이라고 하였다. Losier et al.(1993) 역시 여가제약을 많이 지각하는 개인일수록 자기 스스로 결정하는, 자기가 통제할 수 있는 여가활동에 참여하지 못하게 된다고 하였는데, 이것이 여가에 대한 불만족을 가져오고 결국 생활만족도가 떨어질 것으로 생각된다. 이와 유사하게 홍성희, 김성희(1997)의 연구에서도 여가계약이 적은 노인들이 여가활동에 많이 참여하였으며, 송원익(2004)의 연구에서는 여가에 대한 대인적, 내재적, 구조적 제약을 높게 지각하는 사람일수록 생활만족도가 낮아지는 것으로 밝혀졌다. 남현주, 이현지(2005)의 연구에서도 지각된 통제감이 개인의 우울감과 삶의 만족도를 결정짓는 것으로 나타났다. 따라서, 개인이 원하는 여가활동을 충분히 할 수 없게 만드는 여가의 제약조건이 있을 때 사람들은 그렇지 않은 사람보다 생활의 만족감이 떨어질 것으로 예상된다.

여가참여와 생활만족도: 많은 연구들은 여가참여는 심리적 안녕과 생활만족에 긍정적으로 관련된다고 지적하고 있다. 즉 여가활동에 적극적으로 참여할수록 정신적, 신체적 안녕이 최적으로 증진시킬 수 있다고 하였다(Leitner et al., 1996). 예를 들어, 홍성희(1998)의 노인의 여가활동 참여와 여가만족이 생활만족에 미치는 영향에서 여가활동 참여도가 생활만족도에 가장 큰 영향을 미치는 변수로 나타났다. 이는 여가활동이 생활만족도를 높여주고 나아가 노후생활을 보다 의미 있고 성공적으로 보낼 수 있음을 시사한다. 또한 55세 이상의 남녀 565명을 대상으로 연구한 Raghed & Griffith(1982)의 연구에서도 여가활동의 참가 빈도가 높을수록 생활만족도가 높았으며 여가만족도가 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다.

더 나아가 어떤 특정 여가활동유형이 생활만족도를 더 증가시킨다. 예를 들어, 이영주(2005)는 여가활동 참여형태를 소일형, 취미문화 활동형, 우인 교류형 및 사회단체 활동형으로 구분하여 고찰한 결과 소일형과 취미문화 활동형이 심리사회적 건강에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다고 밝히고 있다. 김경호(2003)는 여가유형이 시간 소일형일수록 부정 정서에 직접적인 영향을 미쳤으며, 가족충실형일수록 행복감의 정적 정서에 직접적인 영향을 미친다고 밝혔으며, 안수민(2004)은 여가활동의 유형중 사회참여 여가활동과 체육관련 여가활동을 통해 생활만족도가 더 높아졌다고 하였다. 이와 유사하게, Iso-Ahola(1980)은 소극적 레크리에이션을 하는 것보다 적극적인 레크리에이션은 긍정적인 정신적 건강에 더 강하게 관련된다고 하였으며, Kelly et al.(1984)은 생활만족에 가장 큰 영향을 미치는 것은 중요한 사람들과 상호작용기회를 많이 갖는 것이라고 지적하였다(Leitner et al., 1996 재인용). 이와는 달리, 김애련, 한내창(1997)의 연구에서는 여가활동의 그 어떤 유형도 노인들의 생애만족도에 유의미한 효과를 미치지 않았는데, 이는 노인들의 여가활동은 그들의 여러 가지 여건 때문에 활발하지 못하고 그들의 여가활동마저도 진정한 의미에서 생활의 질을 향상시키는 해방적 의미를 갖는 것은 아니라고 설명하였다.

따라서, 개인이 선호하는 여가활동에 충족하게 참여할 때만이 생활만족을 증진시키고 나아가 성공적인 노화를 경험할 수 있을 것으로 생각된다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상자는 부산 및 경남지역에 거주하고 있으며, 중년후기에 해당되는 50-64세의 남녀 총275명이다. 조사방법은 설문지를 사용하였으며, 자료수집은 가족학을 전공하고 있는 대학원생들에 의해 부산 및 경남지역의 기관조사(주민자치단체, 종교기관), 친목단체(동호회 등) 및 개별조사가 2006년 9월 8일~28일까지 약 20여일에 걸쳐 이루어졌다. 구체적으로, 남자 118명(42.9%) 여자 157명(57.1%)이며, 연령은 50세~59세가 85.1%, 60세~64세가 14.9%에 달한다. 지역적으로 중·소도시 지역에 거주하는 성인이 58.9%로 가장 많았으며, 그 다음이 대도시 지역 거주자 29.5%, 읍·면 지역 거주자 11.6%의 순이었다. 학력별로는 전문대이상 졸업 45.8%, 고등학교 졸업 31.6%, 중학교 졸업 이하가 22.5%였으며, 소득은 100만원-300만원

(44.4%) 사이가 가장 많았다.

2. 조사도구

여가제약은 개인의 여가활동을 제한하는 방해요인을 의미한다. 여가제약 척도는 본 연구에서 실시한 직접적인 개방적 조사와 관련문헌(김의숙, 1991; 문숙재 외, 2005)을 참고하여 시간적 제약(시간부족 등), 비용적 제약(여가활동비부족 등), 신체적 제약(체력 및 건강문제 등), 가족적 제약(가족이해부족 등), 사회적 제약(여가시설부족 등) 등 5유형의 총10문항으로 재구성하였다. 응답범주는 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다'의 5점 Likert척도로 측정하였으며, 신뢰도계수 Cronbach α 는 .704로 나타났다.

여가충족이란 여가활동참여 수준에 대한 개인의 질적 평가를 말한다. 여가충족 측정에 앞서 실시된 여가활동 유형은 본 연구에서 실시한 개방형의 조사와 관련문헌들(이희범, 한혜원, 2000; 정경희 외 2005; 통계청, 2005b; Baltes et al., 1990; Lennartsson & Silverstein(2001)을 참고하여 요인분석을 실시한 결과 사회친목여가(친구만남·동창회모임 등 5문항), 가족친목여가(가족여행·가족의식 등 4문항), 교양교육여가(컴퓨터배우기·어학배우기 등 3문항), 놀이오락여가(바둑·화투 등 3문항), 단순휴식여가(TV시청·신문보기 등 2문항)의 총17문항의 5개 영역이 도출되었다. 여가충족의 측정은 '매우 부족하다'에서 '매우 충분하다'의 5점 Likert 척도로 조사되었다(Cronbach α =.797).

생활만족도는 전반적인 생활에서 개인이 느끼는 긍정적인 감정 및 느낌을 말하며, 생활만족도 척도는 Krause(2004)의 연구를 참고하여 총6문항으로 구성하였다. 응답은 5점 Likert 척도로 측정하였으며, Cronbach α 는 .832로 나타났다.

3. 분석방법

자료 분석은 SPSS/PC-WIN을 사용하여 빈도, 백분율, 평균, 표준편차, 요인분석, 일원분산분석, Duncan의 다중범위검증, 위계적 중회귀분석으로 실시하였다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 여가제약

중년후기 남녀가 지각하는 총 여가제약은 5점 만점에 평균 2.26점으로 나타나 '약간 그렇지 않다'와 '보통'의 사이로 평가되었다. 이러한 결과는 무료양로시설 거주 노인들을 조사한 이유리, 박미석(2006)의 결과(4점 만점에 2.55점)보다는 다소 낮은 결과이다. 하위유형별 비교에서는 비용적 제약(2.58점)에 대한 지각이 가장 높았으며, 그 다음이 시간적 제약(2.34점), 사회적 제약(2.31점), 신체적 제약(2.23점), 가족적 제약(1.72점)의 순이었다. 이는 여가생활의 가장 큰 어려움으로 50-59세 중년의 57.8%, 60-64세 중년의 46.8%가 경제적 부담을 지적하고 있는 것으로 밝힌 통계청 사회통계조사(2004)와 상통한다.

배경변인별로 총여가제약의 집단간 차이를 살펴보면(표 1), 조사된 5개 배경변인 중 연령($p<.05$), 학력($p<.01$), 소득($p<.001$)에서 유의한 차이가 있었다. 즉, 50-54세의 연령 집단, 전문대졸 이상의 고학력 집단, 300만원이상의 소득 집단이 비교집단에 비해 상대적으로 여가제약을 낮게 지각하는 경향을 나타내었다. 본 연구결과는 노인을 대상으

로 한 홍성희, 김성희(1997)의 연구에서 연령이 적은 집단, 교육수준이 고졸이상인 집단, 그리고 자산과 월평균소득이 높은 집단이 여가제약을 적게 인지하는 경향과 일치하였다. 그러나 성별과 지역에 따라서는 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

이를 하위 유형별로 살펴보면, 성과 연령은 시간적 제약을 제외한 비용적, 신체적, 사회적, 가족적 제약에서 집단 간 차이를 나타내었다. 그리고 학력은 유일하게 비용적 제약에서, 지역은 시간적 제약에서 차이가 있었으며, 소득은 비용적 제약과 신체적 제약에서 유의한 차이를 보였다. 구체적으로 중년후기 여성들은 남성들에 비해 여가활동비의 부족을, 남성들은 여성들에 비해 여가시설부족과 가족의 이해부족을 더 높게 지각하는 경향이였다. 그리고 은퇴 등으로 소득감소가 일어나는 고연령의 중년들이 상대적으로 비용적 제약과 사회적 제약을 더 높게 평가하는 것으로 나타났다.

2. 여가충족

중년후기 성인들이 지각하는 총 여가충족은 5점 만점에 평균 2.77점으로 나타나 비교적 여가활동에 충분하게

<표 1> 배경변인에 따른 여가제약의 차이

배경변인	구분	빈도	시간적 제약	비용적 제약	신체적 제약	사회적 제약	가족적 제약	총 여가제약
			평균 D	평균 D	평균 D	평균 D	평균 D	평균 D
성	남자	118	2.34	2.37	2.16	2.75	1.94	2.25
	여자	157	2.42	2.74	2.88	2.29	1.75	2.19
	t값		-.77	-2.88**	-2.73**	3.12**	2.16*	.88
연령	50세-54세	120	2.35	2.38 b	1.86 b	2.34 b	1.73 b	2.09 b
	55세-59세	114	2.47	2.64 ab	3.25 a	2.46 b	1.96 a	2.31 a
	60세-64세	41	2.24	2.96 a	2.08 ab	3.00 a	1.74 b	2.21 a
	F값		.57	4.71**	5.18**	4.42*	3.57*	4.62*
학력	중졸이하	62	2.40	3.23 a	2.15 a	2.66	1.90	2.41 a
	고졸	87	2.45	2.67 b	2.05 a	2.30	1.91	2.25 ab
	전문대졸이상	126	2.33	2.18 c	1.94 b	2.53	1.77	2.09 b
	F값		.35	21.36***	3.44	.45	.66	5.88**
소득	100만원미만	50	2.36	3.53 a	2.20 a	2.38	1.93	2.46 a
	100만원이상-300만원미만	122	2.48	2.64 b	2.10 a	2.55	1.88	2.28 a
	300만원이상	103	2.29	2.03 c	1.85 b	2.47	1.72	2.01 b
	F값		.28	38.90***	4.86**	.159	2.90	11.07***
지역	대도시	81	2.54 a	2.70	2.03	2.60	1.82	2.28
	중소도시	162	2.35 ab	2.46	2.01	2.35	1.87	2.17
	읍·면지역	32	2.19 b	2.88	2.05	2.88	1.70	2.26
	F값		4.50*	.59	.02	1.09	.45	.03

* $p<.05$

** $p<.01$

*** $p<.001$

참여하지 못하는 것으로 나타났다. 하위영역별로 비교해 볼 때, 가장 충족이 높은 여가활동은 단순휴식여가(3.53점)이며, 그 다음이 사회친목여가(3.01점), 가족친목여가(2.81점), 교양교육여가(2.31점) 놀이오락여가(2.17점)의 순이었다. 이러한 결과는 중년층의 여가활동이 수동적이며 소극적인 여가가 많게 나타난 이준민, 신화경(2005)의 연구결과와 일치한다.

<표 2>는 배경변인에 따른 여가충족의 집단 간 차이를 고찰한 결과이다. 전체적으로 볼 때 학력(p<.001), 소득(p<.001), 지역(p<.05)에 따라서 유의한 차이가 있었으며, 성별과 연령에 따라서는 차이가 없는 것으로 나타났다. 구체적으로 전문대졸 이상의 사람들과 읍·면지역 거주자들이 비교집단에 비해 여가활동충족이 높았으며, 소득이 100만원 미만인 사람들은 상대적으로 여가활동에 대한 충족감이 낮은 경향이였다. 이러한 본 연구결과는 교육수준이 높은 사람들(김성연, 박미석, 2000; 홍성희, 1998), 생활수준이나 가계소득 등 경제적 상황이 좋은 사람들(안수민, 2004; 허은정, 윤정혜, 2007)이 여가활동에 더 많이 참여한다는 선행연구 결과와 맥을 같이한다. 그러나 서울 등 대도시 지역에 거주하는 사람들의 여가활동참여가 높게 나타난 연구결과(박미석, 2004; 홍성희, 1998)와는 달리 본 연구에서는 읍·면 지역거주자들의 여가충족도가 높게 나

타났는데 이는 지역에 따른 개인들의 여가인식의 차이에서 비롯된 것으로 간주된다. 또한 Losier et al.(1993)의 연구에서 성은 여가참여의 결정요인으로 여성들이 남성들보다 여가활동에 더 많이 참여하였다고 밝히고 있는데 이러한 차이 역시 양적 평가와 질적 평가의 차이로 파악된다.

이를 하위유형별로 살펴보면, 성별에 따라서는 교양교육여가와 단순휴식여가에서 차이를 보였는데 여성들은 교양교육여가에서 남성들은 단순휴식여가에서 충족도가 상대적으로 높았다. 학력은 사회친목여가, 단순휴식여가와 관련되었으며 학력이 높은 전문대졸이상의 집단이 비교집단에 비해 상대적으로 충족도가 높았다. 소득별 비교에서도 높은 소득 집단이 사회친목여가와 가족친목여가의 충족수준이 높았으며, 교양교육여가에서도 높은 충족수준을 나타내었다. 지역별로는 읍·면지역의 거주 집단이 내도시 및 중소도시거주 집단에 비해 사회친목, 교양교육, 단순휴식의 여가충족이 높게 나타났다. 이러한 결과가 지역에 따른 주민들의 여가욕구자체의 차이인지, 여가에 대한 인식의 차이인지 추후 재검토할 필요가 있다.

중년후기 성인들이 지각하는 여가제약 정도에 따라서 여가충족의 차이가 있는지를 알아보기 위해 여가제약 정도를 낮음-보통-높음의 3집단으로 나누어 살펴보았다(표 3). 먼저, 여가제약정도에 따른 총 여가충족에 대한 차이

<표 2> 배경변인에 따른 여가충족의 차이

배경변인	구분	빈도	사회친목	가족친목	교양교육	놀이오락	단순휴식	총
			여가충족	여가충족	여가충족	여가충족	여가충족	여가충족
			평균 D	평균 D	평균 D	평균 D	평균 D	평균 D
성	남자	118	2.96	2.91	2.12	2.29	3.74	2.77
	여자	157	3.06	2.73	2.44	2.08	3.38	2.74
t값			-.91	1.70	-2.84**	1.36	3.40**	.51
연령	50세-54세	120	3.14	2.94	2.94	2.13	3.50	2.77
	55세-59세	114	2.97	2.71	2.71	2.16	3.66	2.77
	60세-64세	41	2.81	2.67	2.67	2.33	3.29	2.66
	F값		2.47	2.67	8.06***	.41	2.69	.59
학력	중졸이하	62	2.79 b	2.40 c	2.32	2.19	3.44 b	2.59 b
	고졸	87	2.92 b	2.72 b	2.16	2.16	3.29 b	2.65 b
	전문대졸이상	126	3.19 a	3.07 a	2.40	2.17	3.74 a	2.91 a
	F값		5.47**	14.32***	1.75	.01	7.09**	7.96***
소득	100만원미만	50	2.57 b	2.38 c	2.31 ab	1.85	3.35	2.44 b
	100만원이상-300만원미만	122	3.09 a	2.70 b	2.45 a	2.33	3.54	2.80 a
	300만원이상	103	3.16 a	3.14 a	2.14 c	2.13	3.61	2.85 a
	F값		8.98***	16.52***	3.10*	2.84	1.44	8.39***
지역	대도시	81	3.13 ab	2.75	2.16 b	2.11	3.53 b	2.74 b
	중소도시	162	2.91 b	2.83	2.24 b	2.14	3.45 b	2.70 b
	읍·면지역	32	3.29 a	2.83	3.00 a	2.50	3.95 a	3.07 a
	F값		3.71*	.24	10.03***	1.33	4.26*	4.94**

* p<.05 **p<.01 ***p<.001

<표 3> 여가제약 유형에 따른 여가충족의 차이

변인	구분	빈도	사회친목 여가충족	가족친목 여가충족	교양교육 여가충족	놀이오락 여가충족	단순휴식 여가충족	총 여가충족
			평균 D	평균 D	평균 D	평균 D	평균 D	평균 D
시간적 제약	낮음	119	3.22 a	2.87	2.38 a	2.18	3.70 a	2.86 a
	보통	75	2.95 b	2.88	2.44 a	1.99	3.49 ab	2.74 ab
	높음	81	2.78 b	2.65	2.07 b	2.32	3.33 b	2.61 b
	F값		6.80**	2.02	3.76*	1.39	4.27*	4.34*
비용적 제약	적음	122	3.18 a	2.98 a	2.27	1.94 b	3.64 a	2.81
	보통	84	2.89 b	2.77 ab	2.34	2.35 a	3.29 b	2.72
	높음	69	2.88 b	2.56 b	2.33	2.37 a	3.64 a	2.71
	F값		3.92*	5.36**	.18	4.02*	4.67*	1.10
신체적 제약	낮음	83	3.31 a	3.15 a	2.29	1.91 b	3.70	2.89 a
	보통	126	2.97 a	2.69 b	2.36	2.19 ab	3.52	2.72 ab
	높음	66	2.73 b	2.60 b	2.22	2.47 a	3.35	2.64 b
	F값		9.16***	10.20***	.21	3.95*	5.54	3.50*
가족적 제약	낮음	114	3.25 a	2.99 a	2.48 a	2.14	3.84 a	2.92 a
	보통	90	2.89 b	2.74 ab	2.17 b	2.04	3.41 b	2.64 b
	높음	71	2.81 b	2.61 b	2.21 ab	2.38	3.19 c	2.74 b
	F값		7.42**	4.68*	3.29*	1.50	13.88***	7.97***
사회적 제약	낮음	72	3.00 b	2.72	2.36	1.91 b	3.40 b	2.68 b
	보통	126	2.77 b	2.76	2.20	2.07 b	3.41 b	2.62 b
	높음	77	3.43 a	2.98	2.43	2.57 a	3.82 a	3.04 a
	F값		15.19***	3.37	.22	6.23**	5.83**	13.05***

* p<.05 **p<.01 ***p<.001

주) 낮음 : M-SD/2 이하, 보통 : M-SD/2~M+SD/2, 높음 : M+SD/2 이상

를 보면 비용적 제약을 제외한 시간적 제약(p<.05), 신체적 제약(p<.05), 가족적 제약(p<.001), 사회적 제약(p<.001)에서 차이가 있었다. 구체적으로 시간적·신체적·가족적 제약이 적은 집단이 여가활동에 대한 충족도가 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여가제약이 적은 노인들이 여가활동에 많이 참여하는 것으로 나타난 홍성희, 김성희(1997)의 연구와 대체로 일치하였다. 그러나, 예상과 달리 본 연구에서는 사회적 제약을 높게 지각하는 집단이 오히려 여가참여충족도가 높은 것으로 나타났다. 이는 여가 기회제약이 궁극적으로 여가참여를 감소시킨다는 선행결과(홍성희, 김성희; 1997; Losier et al., 1993)와 상이한 결과이다. 이러한 결과가 나타난 것이 <표 2>에서 도시지역보다 여가시설 등의 사회적 제약이 상대적으로 높은 읍·면지역의 사람들이 대도시의 사람들보다 오히려 여가충족점수가 높게 나타난 결과와 연관해 볼 때 이전 연구들(여가참여빈도)과 본 연구(여가참여충족)의 조사방법의 차이에서 비롯된 것인지 추후 재검토할 필요가 있다.

이를 하위영역별로 살펴보면, 가족적 제약과 비용적 제약은 조사된 5개 여가유형 가운데 4개 유형의 여가활동충족과 관련되었다. 이러한 결과는 여가활동에 대한 충족감

을 느끼기 위해서는 여유 있는 여가활동비용과 적극적인 가족(배우자 및 자녀)의 지지 및 이해가 필요하다는 것을 나타낸다. 특히 모든 유형의 여가제약은 사회친목여가의 충족여부와 중요하게 관련되고 있는 것으로 나타났다.

3. 생활만족도

중년후기 성인의 생활만족도는 '보통'에서 '다소 만족한다'의 사이에 위치하는 것으로 나타났다(5점 만점에 3.57점). 이러한 분석 결과는 중년기 남성의 심리적 복지를 연구한 노민옥(2006)의 연구결과보다는(3.42점) 다소 높았지만 대체로 비슷한 양상을 나타내었다.

중년후기 성인의 생활만족이 배경변인에 따라 어떠한 차이를 보이는가를 고찰한 결과(표 4), 연령이 가장 낮은 50세-55세미만인 집단, 고졸과 전문대졸이상인 집단, 300만원이상의 소득집단, 대도시 및 중소도시지역에 거주하는 집단이 비교집단에 비해 상대적으로 생활만족도가 높은 경향이었다. 이러한 본 연구결과는 연령집단별로 생활만족도를 조사한 박경숙(1993)의 연구에서 50-54세의 중년

<표 4> 배경변인에 따른 생활만족도의 차이

배경변인	구분	빈도	생활만족도	
			평균	D
성	남자	118	3.56	
	여자	157	3.50	
t값			.57	
연령	50세-54세	120	3.70	a
	55세-59세	114	3.44	b
	60세-64세	41	3.25	b
F값			6.74**	
학력	중졸이하	62	3.10	b
	고졸	87	3.57	a
	전문대이상	126	3.71	a
F값			14.49***	
소득	100만원미만	50	3.32	b
	100만원이상-300만원미만	122	3.46	b
	300만원이상	103	3.71	a
F값			5.47**	
지역	대도시지역	81	3.62	a
	중.소도시지역	162	3.58	a
	읍·면지역	32	3.05	b
F값			7.23**	

* p<.05 **p<.01 ***p<.001

여성들이 55-59세 여성들보다 생활만족도가 높은 경향과 일치하였다. 또한 학력이 낮을수록, 소득이 낮을수록 중년기 여성의 생활만족도가 낮아진다는 김현화(1991)의 연구 결과와도 일치하였다. 그러나, 본 연구에서 성별은 생활만족도의 차이가 없는 것으로 나타났는데, 중년기 연구내용을 종합적으로 고찰한 연구(박경란, 1996)에서 대체로 중년기 여성들이 남성들보다 더 많은 심리적 문제를 지니고 있으며, 생활사건으로 인한 부정적인 영향을 더 강하게 받는 경향이라고 밝힌 것과는 일치하지 않았다. 이것은 최근 들어 조기은퇴, 경쟁적인 직무환경 등으로 인한 남성들의 생활위기가 반영된 것으로 보인다.

여가제약 정도에 따른 생활만족도의 차이를 고찰한 결과에서는(표 5), 5개 하위유형 가운데 사회적 제약을 제외한 시간적 제약(p<.01), 비용적 제약(p<.001), 신체적 제약(p<.05), 가족적 제약(p<.001)에서 통계적으로 유의미한 차이가 있었다. 구체적으로 시간적 제약과 비용적 제약을 높게 지각하는 중년들이 생활만족도가 상대적으로 낮은 경향이었다. 반대로 신체적 제약과 가족적 제약을 낮게 지각할수록 생활만족도를 높게 평가하였다. 이러한 본 연구결과는 자율적인 여가통제를 높게 지각하는 노인들이 높은 수준의 생활만족을 보고하는 경향이라고 밝힌 Searle et

<표 5> 여가제약 및 여가충족 정도에 따른 생활만족도의 차이

여가 제약	구분	빈도	생활만족도		여가 충족	구분	빈도	생활만족도	
			평균	D				평균	D
시간적 제약	낮음	119	3.65	a	사회친목 여가충족	낮음	72	3.28	b
	보통	75	3.64	a		보통	123	3.53	a
	높음	81	3.25	b		높음	80	3.74	a
F값			7.58**		F값			6.92**	
비용적 제약	낮음	122	3.84	a	가족친목 여가충족	낮음	76	3.27	b
	보통	84	3.46	b		보통	114	3.54	a
	높음	69	3.06	c		높음	85	3.75	a
F값			27.68***		F값			7.99***	
신체적 제약	낮음	83	3.83	a	교양교육 여가충족	낮음	78	3.37	
	보통	126	3.50	b		보통	122	3.54	
	높음	66	3.20	c		높음	75	3.67	
F값			4.06*		F값			3.01	
사회적 제약	낮음	72	3.56		놀이오락 여가충족	낮음	95	3.76	a
	보통	126	3.56			보통	117	3.36	b
	높음	77	3.45			높음	63	3.48	b
F값			.75		F값			7.58**	
가족적 제약	낮음	114	3.80	a	단순휴식 여가충족	낮음	98	3.47	
	보통	90	3.43	b		보통	53	3.56	
	높음	71	3.22	b		높음	124	3.56	
F값			15.10***		F값			.48	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

주) 낮음 : M-SD/2 이하, 보통 : M-SD/2 ~ M+SD/2, 높음 : M+SD/2 이상

al.(1995), Slegenthaler(1996)의 주장을 뒷받침하며, 여가자유에 대한 지각은 건강스트레스의 부정적인 영향을 감소시키는 완충제로 작용한다고 지적한 Coleman(1993)의 주장과도 맥을 같이한다.

또한, <표 5>에서 중년후기 성인들이 지각한 여가충족 정도에 따른 생활만족도 차이를 보면 사회친목여가(p<.01)와 가족친목여가활동(p<.001)에 대한 충족정도가 낮은 집단이 보통인 집단과 높은 집단에 비해 생활만족도가 낮게 나타난 반면 놀이오락여가(p<.01)에서는 여가충족 정도가 낮은 집단이 보통이거나 높은 집단에 비하여 오히려 높은 생활만족도를 나타내었다. 이러한 본 연구결과는 자주 여가활동에 참여하는 노인들과 다양한 활동에 참여하는 노인들이 보다 큰 심리적 복지와 만족을 경험한다고 밝힌 Lawton(1994)의 연구결과와 부분적으로 일치한다. 그러나 자신이 선호하지 않는 여가활동을 마치못해 하는 등 여가시간을 효율적으로 보내지 못할 때는 생활의 질이 감소될 수도 있을 것이다.

4. 생활만족도에 영향을 미치는 요인

각 변인간의 상관분석 결과를 바탕으로, 생활만족도에 영향을 미치는 변수들의 독립적인 영향력을 살펴보았다. 위계적 회귀분석의 첫 단계에서는 배경변인만을 독립변인으로 하고 생활만족도를 종속변인으로 하여 중회귀분석을 실시하였으며, 다음으로 여가제약변인과 여가충족 변인을 차례로 넣어가며 중회귀분석을 실시하였다(표 6).

먼저 모델 1에서 중년후기 성인의 배경변인만으로 회귀분석을 한 결과, 생활만족도에 직접적인 영향을 미치는 변인은 학력(고졸 $\beta=.31$, 전문대졸이상 $\beta=.25$), 지역(중소도시지역 $\beta=-.26$, 읍면지역 $\beta=-.15$), 소득($\beta=.17$)으로 나타났다. 이들 변수들의 설명력은 16.4%로 나타났다. 즉 중년후기 성인은 학력이 높을수록, 대도시에 거주할수록, 그리고 소득이 높을수록 생활만족도를 높게 지각하는 경향을 나타내었다.

모델 2에서 중년후기 성인의 배경변인 이외에 여가제약 변인을 첨가하여 중회귀분석을 실시한 결과에서는 생활만족도의 유의한 결정요인으로 성별($\beta=.11$), 학력(고졸

<표 6> 생활만족도에 영향을 미치는 변수들의 영향력

독립변수		종속변수	모델 1		모델 2		모델 3	
			b	β	b	β	b	β
배경 변인	성 ¹⁾		.89	.10	1.07	.11*	.49	.05
	연령		-.02	-.02	.02	.02	-.02	-.02
	학력 ²⁾ 고졸		2.89	.31***	2.17	.23**	1.53	.16*
	전문대졸이상		2.46	.25**	2.25	.23**	1.83	.18*
	지역 ³⁾ 중소도시		-3.80	-.26***	-4.37	-.30***	-4.36	-.30***
	읍·면지역		-1.38	-.15*	-1.42	-.15*	-1.33	-.14*
	소득		.52	.17*	.30	.10	.27	.09
여가 제약	시간적제약				-.33	-.16*	-.25	-.12
	비용적제약				-.51	-.25***	-.48	-.23**
	신체적제약				-.18	-.07	-.27	-.13*
	사회적제약				.51	.14*	.44	.11
	가족적제약				-.43	-.20*	-.35	-.17*
여가 충족	사회친목여가						.06	.05
	가족친목여가						.11	.09
	교양교육여가						.22	.13*
	놀이오락여가						-.14	-.12*
	단순휴식여가						-.10	-.09
		상수	19.30		25.36		26.13	
		R ²	.164		.359		.389	
		R ² 증가량			.195		.030	
		F	7.46***		12.21***		9.62***	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

1)남자(0) 여자(1) 2)중졸(0 0) 고졸(0 1) 전문대졸(1 0) 3)대도시(0 0) 중소도시(0 1) 읍면지역(1 0)

$\beta=.23$, 전문대졸이상 $\beta=.23$), 지역(중소도시지역 $\beta=-.30$, 읍면지역 $\beta=-.15$), 시간적 제약($\beta=-.16$), 신체적 제약($\beta=-.25$), 사회적 제약($\beta=.14$), 가족적 제약($\beta=-.20$)인 것으로 나타났으며, 이들 변인들의 설명력은 35.9%였다. 즉, 중년후기 성인은 여성일 때, 학력이 높을수록, 대도시에 거주할수록, 시간적 여가제약이 낮을수록, 비용적 제약이 낮을수록, 사회적 제약이 높을수록, 가족적 여가제약이 낮을수록 생활만족도를 높게 지각하는 경향이였다. 중년후기 성인의 여가제약 유형을 첨가함으로써 설명력이 19.5% 증가하였다.

마지막으로 모델 2의 배경변인 및 여가제약 변인 이외에 중년후기 성인의 여가충족변인을 첨가하여 실시한 모델3의 최종 회귀분석 결과에서는, 생활만족도에 유의하게 영향을 미친 가장 큰 변인은 지역(중소도시지역 $\beta=-.30$, 읍면지역 $\beta=-.14$) 이었으며, 그 다음이 비용적 제약($\beta=-.23$), 학력(고졸 $\beta=.16$, 전문대졸이상 $\beta=.18$), 가족적 제약($\beta=-.17$), 신체적 제약($\beta=-.13$), 교양교육여가($\beta=.13$), 놀이오락여가($\beta=-.12$)의 순으로 나타났으며, 이들 변인들의 설명력은 38.9%였다. 즉, 중년후기 성인은 학력이 높을수록, 대도시 지역에 거주할수록, 비용적 제약이 낮을수록, 신체적 제약이 낮을수록, 가족적 제약이 낮을수록, 교양교육여가충족이 높을수록, 그리고 놀이오락여가충족이 낮을수록 생활만족도를 높게 지각하는 경향이였다. 중년후기 성인의 여가충족 유형을 첨가함으로써 설명력이 3.0% 증가하였다.

이상의 본 연구결과를 살펴 볼 때, 배경변인에서 학력이 상대적으로 높을수록 중년후기 남녀들의 생활만족도가 높게 나타난 결과는 학력이 높은 중년여성들이 비교집단에 비해 생활만족도(김현화, 1991) 및 생의 의미(김은아, 1992)가 높았다는 결과와 일치하였다. 또한, 대도시 거주자들의 대도시일수록 생활만족도가 높게 나타난 결과도 관련연구(박미석, 2004; 백경숙, 권용신, 2007)와 일치하나, 남성들이 여성들보다 생활만족도가 높게 나타난 결과(백경숙, 권용신, 2007)는 지지되지 못하였다. 여가제약 측면에서 비용적 제약이 생활만족도와 밀접하게 관련되는 것은 생활수준이 생활만족의 결정요인이라고 밝힌 안수민(2004)의 연구결과와 상통한다. 또한 가족적 제약이 낮을수록 생활만족도가 높은 것은 원만한 가족관계(원형중, 1994), 성인자녀와의 결속도(안수민, 2004)가 높을수록 여가활동을 통해 생활만족도가 높아진다는 선행연구 결과와 맥을 같이한다. 그리고 신체적 제약이 높을수록 생활만족도가 낮게 나타난 결과는 건강상태가 생활만족도(안수민, 2004; 홍성희, 1998)와 중년기 위기감(김애순, 윤진, 1993)을 결정한다는 선행결과들을 지지한다. 여가충족 측면에서는 중년후기 성인들의 생활만족도는 교양교육여가충족

에 의해 정적으로 영향을 받는 것으로 나타나 관련문헌에서 여가참여가 활발할수록 여가만족(Losier et al., 1993) 및 생활만족(홍성희, 1998)이 높다는 지적과 일치하였다. 그러나 사회친목여가충족, 가족친목여가충족, 단순휴식여가충족은 생활만족과 관련이 없었으며, 놀이오락여가충족은 오히려 역관계를 나타내었다. 이러한 결과는 여가활동에 참여하는 사람이 여가활동에 몰입되지 않거나(김애련, 한내창, 1997), 여가시간을 시간 때우는 부담스러운 시간으로 인식하거나(박충선, 1998), 비자발적인 동기(Losier et al., 1993)에서 참여할 때에는 여가활동이 생활만족을 높이는 결과를 가져오지 못하는 것은 물론 오히려 생활의 만족도를 감소시킬 수 있을 것이다.

V. 요약 및 결론

1. 요약

본 연구는 여가제약 및 여가충족의 측면에서 노년기를 앞둔 중년후기 성인들의 생활만족도를 고찰하여 노후 생활의 질을 높일 수 있는 여가생활의 요소를 파악하고자 하였다. 중년후기에 해당되는 50-64세의 성인 275명을 대상으로 조사한 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 중년후기 성인이 지각하는 총 여가제약은 5점 만점에 평균 2.26점으로 다소 낮은 수준인 것으로 나타났으며, 하위영역별로는 비용적 제약에 대한 지각이 가장 높았으며, 그 다음이 사회적 제약, 시간적 제약, 신체적 제약, 가족적 제약의 순으로 나타났다. 총 여가제약은 연령·학력·소득에 따라 차이가 있는 것으로 나타났으나, 성별과 지역에 따라서는 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 둘째, 중년후기 성인이 지각하는 총 여가충족은 5점 만점에 평균 2.77점으로 다소 낮은 수준인 것으로 나타났다. 하위영역별로 단순휴식여가에 대한 충족도가 가장 높았으며, 그 다음이 사회친목여가, 가족친목여가, 교양교육여가, 놀이오락여가의 순이었다. 총 여가충족은 학력·소득·지역의 3개 배경변인에 따라서, 시간적 제약·신체적 제약·가족적 제약·사회적 제약 등의 4개 여가제약에 따라서 집단 간 차이를 보였다. 셋째, 중년후기 성인의 생활만족도는 5점 만점에 평균 3.57점으로 생활전반에 대해 '보통'에서 '다소 만족한다'의 사이에 위치하였다. 중년후기 성인의 생활만족은 조사된 5개 배경변인 가운데 연령·학력·소득·지역에 따라서, 고찰된 여가제약 유형 가운데 사회적 제약을 제외한 시간적 제약·비용적 제약·신체적 제약·가족적 제약의 정도에 따라 유의미한 차이

를 나타내었다. 그리고 고찰된 5개 하위 여가충족유형 가운데 사회친목여가충족·가족친목여가충족·놀이오락여가충족의 세 측면에서 집단 간 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났다. 마지막으로, 중년후기 성인들의 생활만족도에 유의하게 영향을 미친 가장 큰 변인은 지역이었으며, 그 다음이 비용적 제약, 학력, 가족적 제약, 신체적 제약, 교양교육여가, 놀이오락여가 순으로 나타났으며, 이들 변인들의 설명력은 38.9%였다. 즉, 중년후기 성인은 학력이 높을수록, 대도시 지역에 거주할수록, 비용적 제약이 낮을수록, 신체적 제약이 낮을수록, 가족적 제약이 낮을수록, 교양교육여가충족이 높을수록, 그리고 놀이오락여가충족이 낮을수록 생활만족도를 높게 지각하는 경향이였다.

2. 결론 및 제언

본 연구의 결과들을 토대로 하여 몇 가지 결론 및 제언을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구결과를 통해 볼 때 우리나라 중년후기 성인들은 현재 여가활동에 얼마나 충분하게 참여하고 있는가 하는 여가충족의 여부보다는 자신이 원하는 여가활동 참여가 여러 요인에 의해 얼마나 억제되고 방해되는가 하는 여가제약의 정도가 생활만족을 결정짓는데 훨씬 더 중요한 요소로 작용되고 있음을 알 수 있다. 따라서, 행복하고 만족한 노후생활을 영위하기 위해서는 중년후기 성인들 스스로의 노력은 물론, 가족과 사회 모두 사회적으로 여가억제 및 여가방해를 초래하는 제 요소들을 감소시키고 해결해 나가도록 적극 노력해야 할 것이다.

둘째, 본 연구결과 여가생활시 비용적 제약이 생활만족과 직접적인 영향을 미치는 매우 중요한 요인으로 밝혀졌다. 또한 신체적 제약도 생활만족을 결정짓는 주요 변수로 작용하였다. 이러한 결과는 무엇보다도 여가생활을 선택할 수 있는 경제적인 여건과 깊은 관련이 있고 나아가 원하는 여가생활을 할 수 있다는 것을 전제한다고 볼 수 있다. 특히 조사대상자의 연령이 중년후기이며 직업에서 퇴직의 위기와 자녀들의 대학입학과 독립의 시기와 맞물리기 때문에 비용적인 측면이 대두될 수밖에 없는 실정이다. 따라서, 여가를 위한 비용문제의 해결의 방안으로서 개인들은 저렴한 비용으로 다양하게 참여할 수 있는 여가활동을 중년기부터 개발해 나가고, 아울러 이러한 측면들을 고려한 다양한 여가정책 수립이 요망된다고 하겠다.

셋째, 중년후기의 성인들이 지각하는 가족적 제약도 생활만족과 부적으로 유의하게 관련되었다. 특히 가족적 제약은 중년여성들보다는 중년남성들이 더욱 많은 제약을 받는 것으로 나타나 남성들에게 특히 중요하다고 할 수

있다. 이러한 결과는 가족을 위해 주로 가정 내에서 가족을 위해 역할을 수행해 온 여성들과 주로 가정 밖에서 역할을 수행해 온 남성들의 전통적인 성역할 결과에서 비롯된 것이라 생각된다. 따라서 남성들에게 중년후기라는 시기가 직업에서 물러나 가정생활의 재적용 및 가족관계의 재확립을 해야 하는 시점이라는 것을 고려하여 중년남성들은 적극적으로 가족여가활동에 참여하도록 노력해야 하며, 그 가족들 역시 이러한 남편, 아버지의 변화에 전적인 지원과 지지가 이루어져야만 한다.

넷째, 본 연구에서 교양교육여가를 충족하는 중년일수록 생활만족도를 높게 지각하는 반면, 놀이오락여가의 경우는 오히려 충족하지 않다고 느끼는 중년일수록 생활만족도를 높게 평가하였다. 예상과 달리, 이러한 결과가 나타난 것은 현재의 중년들은 자신의 자발적인 여가동기에 의해서 놀이오락여가에 참여하는 것이 아니라는 사실을 일깨워주며, 반대로 교양교육여가에 대한 참여는 개인 스스로 만족한 여가동기에 의해 이루어지고 이것이 생활의 질을 높이는 것이라 생각된다. 이러한 점을 비추어 볼 때 앞으로의 노인세대들은 자신이 즐거움과 만족감을 느끼는 활동에 참여할 때 행복한 노후생활을 가져올 것이라 생각된다.

다섯째, 위와 관련해 볼 때 여가교육은 가능한 한 어린 시절부터 이루어져야 한다. 그리고 장기간의 노년기 여가를 설계, 계획, 준비하기 위해서는 특히 50대 이후 여가교육을 통한 재사회화가 필요하다고 본다. 이러한 여가사회화는 여가활동의 능력을 향상시켜 노령기에 있어서도 중년기와 마찬가지로 다양한 여가활동을 유지할 수 있게 하며, 또한 여가활동으로부터 얻는 즐거움을 더하여 여가시간을 유용하게 이용할 수 있게 해줄 것이다(최성재, 장인협, 2002).

여섯째, 중년후기 성인의 성별, 연령, 학력, 지역, 소득 등의 배경변인에서는 학력과 지역에서 생활만족도에 영향을 미치는 변수로 작용하였다. 학력이 높고, 대도시에 거주하는 중년들의 만족이 더 높다는 사실은 여가생활과 관련하여 대도시에 거주할수록 많은 여가활동에 참여할 수 있고, 시설적인 부분이나 다른 제약부분에서도 더 많은 지원이 가능한 것이 아닌가 추측해 볼 수 있다. 따라서, 소외된 지역의 거주자들을 위해 중앙정부 및 지방자치부에서는 보다 다양한 프로그램을 보급해야만 할 것이다. 그러나 본 연구에서 읍·면지역의 농촌거주자들이 여가충족도가 높음에도 불구하고 오히려 생활만족이 낮게 나타난 것을 고려해 볼 때 지역별로 거주자들의 여가인식 및 여가행위를 심층적으로 분석해 볼 필요가 있다.

일곱째, 연구적 관점에서 여가동기에 대한 심층적인 연구가 요망된다. 앞서 지적한 바와 같이 미래의 노인세대

들은 자신의 자율적인 선택에 의해서 능동적으로 여가생활을 해 나가야 행복할 것이므로 여가동기적 측면에서 생활의 질을 접근해 볼 필요가 있다. 또한 본 연구에서는 취업별 비교가 고찰되지 않았으나, 보다 심층적으로 취업별, 남녀별 비교연구가 추후과제로 요망된다.

마지막으로, 본 연구는 다음의 몇 가지 제한점을 갖는다. 우선, 본 연구는 경남지역과 근접한 일부 읍면지역, 부산의 일부지역을 중심으로 조사되었기 때문에 지역적으로 제한점이 있다. 둘째는 연구대상 표집에서 무선 표집이 이루어져야 함에도 부분적으로 의도적 표집이 병행되어 이루어 졌기 때문에 연구대상의 제한점이 있다. 셋째는 여가제약 및 여가충족에 대한 척도는 기존의 연구에서 사용된 것을 수정·보완하여 적용했기 때문에 신뢰도와 타당도를 높일 수 있는 보다 명료화된 척도 개발이 필요하다.

앞으로, 이러한 측면을 보완하여 보다 다양한 위치에 있는 중년후기 성인을 대상으로 한 보다 체계적인 후속연구가 이루어져야 할 것이다.

주제어 : 중년후기성인, 여가제약, 여가충족, 생활만족도

참 고 문 헌

- 강유진 (2004) 중년후기 한국 여성의 노년기 전환기 경험, *대한가정학회지*, 42(7), 145-164.
- 고보숙 (2006) 여성의 여가제약과 여가활동참여 유형과의 관계연구, *제주대학교 석사학위논문*.
- 김경호 (2003) 노인의 여가활동 참가유형과 가족의 건강성, 무력감, 자긍심 및 행복감의 관계, *국민대학교 박사학위논문*.
- 김남진 (2000) 예비노인 집단과 노인집단의 건강관심도 및 건강행위, 주관적인 건강상태와 관련성 연구, *보건교육건강증진학회지*, 17(2), 99-110.
- 김성연, 박미석 (2000) 도시노인의 여가생활만족도에 관한 연구, *한국가정관리학회지*, 18(1), 68-84.
- 김애련, 한내창(1997) 노인의 여가활동 유형과 여가활동이 생애만족도에 미치는 효과에 관한 연구, *대한가정학회지*, 35(6), 275-288.
- 김애순, 윤진(1993) 중년기 위기감(1): 그 시기확인 및 사회경제적 변인들이 중년기 위기감에 미치는 영향, *한국노년학*, 13(1), 1-16.
- 김외숙 (1991) 도시기혼여성의 여가활동참여와 여가장애, *서울대학교 박사학위논문*.
- 김은아 (1992) 중년기 부인의 자아정체감과 생의 의미에 관한 연구, *숙명여자대학교 석사학위논문*.
- 김정운, 이장주 (2003) 여가와 삶의 질: 중년 부부를 중심으로, *여기학연구*, 1(2), 1-10.
- 김진옥 (2006) 한국노인의 생활시간에 관한 연구: 2004년 생활시간조사 자료에 나타난 노인의 일, 가족, 여가생활 분석을 중심으로, *노인복지연구*, 32, 149-177.
- 김현화 (1991) 성격특성에 따른 중년기의 적응에 관한 연구: 성역할 정체감과 내외통제적 성격을 중심으로, *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 나항진 (2004) 삶의 질 향상을 위한 노인 여가의 역할에 관한 연구, *한국노년학*, 24(1), 53-70.
- 남현주, 이현지 (2005) 여성노인이 지각하는 통제감이 우울감과 만족도에 미치는 영향, *노인복지연구*, 27, 255-277.
- 노민옥 (2006) 중년기 직장남성의 생활스트레스 및 대처행동이 심리적 복지감에 미치는 영향, *인제대학교 석사학위논문*.
- 문숙재, 윤소영, 차경옥, 천혜정 (2005) *여가문화와 가족*, 서울: 신정.
- 박경란 (1996) 한국 중년기 여성의 생활실태 및 적응에 관한 고찰, *아동·가족복지연구*, 1, *인제대학교 아동·가족복지연구소*, 139-157.
- 박경숙 (1993) 중년기 여성의 생활만족도에 관한 연구: 중년기 여성이 인지한 가족응집력 및 적응력을 중심으로, *대한가정학회지*, 31(1), 121-136.
- 박광희, 한혜경 (2002) 농촌노인의 생활만족도에 영향을 미치는 요인, *한국노년학연구*, 11, 43-61.
- 박난준 (1989) 중년여성의 자아개념과 갱년기 증상과의 관계 연구, *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 박미석 (2000) 노년기 여가만족이 삶의 질에 미치는 영향, *대한가정학회지*, 40(5), 133-146.
- 박미석 (2004) 우리나라 노인의 은퇴 후 여가선용에 관한 연구, *대한가정학회지*, 42(12), 107-122.
- 박미석, 이유리 (2003) 한국 노인의 여가활동시간에 관한 연구, *한국가정관리학회지*, 21(3), 37-48.
- 박충선 (1998) 노년기의 생활시간과 생활만족도에 관한 연구, *한국노년학*, 18(2), 30-46.
- 백경숙, 권용신 (2007) 노년기의 경제활동과 여가활동 유형에 따른 심리적 복지감 연구, *노인복지연구*, 35, 87-106.
- 성기원, 이연숙, 장윤정 (2005) 예비노년층의 여가활동 현황 및 미래 욕구에 관한 연구, *한국노년학*, 25(4), 131-146.
- 송원익 (2004) 도시근로자의 여가참여형태 및 제약이 여가만족과 생활만족에 미치는 영향, *연세대학교 박사학위논문*.
- 신한종합연구소 (1994) *트렌드 21*, 서울: 성림문화.

- 안수민 (2004) 노인의 여가활동 참여유형이 생활만족도에 미치는 영향, 부산대학교 석사학위논문.
- 여호근, 김대환 (2005) 여성의 여가활동참여, 여가만족, 주관적 웰빙에 관한 연구: 부산시민을 중심으로, *여성연구*, 28.
- 오승환, 윤동성 (2006) 노인의 삶의 질 특성에 관한 연구, *노인복지연구*, 32, 119-147.
- 오영희, 석재은, 권중돈, 김정석, 박영란, 임정기 (2005) 노인의 삶의 질 향상을 위한 정책방안 연구, 서울: 한국보건사회연구원.
- 원형중 (1994) 여가활동 참여가 수도권 거주 노인의 고독감, 여가만족, 생활만족에 미치는 영향, *한국노년학*, 14(2), 90-104.
- 윤진 (1985) 성인·노인심리학, 서울: 중앙적성출판사.
- 이선미 (1991) 중·노년기 여가활동유형과 인생만족도에 관한 연구, 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이영주 (2005) 노인의 여가활동 참여형태와 자아존중감 및 사회적 지지 유형에 따른 심리사회적 건강, *여가학연구*, 3(1), 21-44.
- 이유리, 박미석 (2006) 생태학적 관점에서 본 여가계약, 여가동기, 여가참여의 관계: 구조방정식 모형 구축을 위해, *한국가정관리학회지*, 24(1), 11-30.
- 이준민, 신화경 (2005) 중년층의 여가활동 활성화 방안에 관한 연구, *한국가정관리학회지*, 23(1), 161-172.
- 이희범, 한혜원 (2000) 노년기의 여가참여 형태와 여가만족과의 관계, *한국여가레크리에이션학회지*, 19, 213-224.
- 장천식 (2000) 노인의 여가활동 프로그램 참여와 생활만족도에 관한 연구, 경기대학교 행정대학원 석사학위논문.
- 정경희, 오영희, 석재은, 도세록, 김찬우, 이윤경, 김희경 (2005) 2004년도 전국 노인생활 실태 및 복지욕구조사, 서울: 한국보건사회연구원.
- 정민영 (2001) 중년남녀의 여가활동 유형과 효과에 관한 비교 연구, *한국여가레크리에이션학회지*, 20, 227-240.
- 조미영, 조재순 (2006) 중년층의 노후의 일과 여가에 대한 의식과 자립형 노인커뮤니티 입주의사, *한국주거학회논문집*, 17(1), 155-164.
- 조성남 (2004) *에이지블 시대*, 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 조옥희, 김경신 (2005) 중년기 기혼여성의 관련변인에 따른 심리적 복지: 개인, 가족, 직업 관련변인을 중심으로, *한국가족관계학회지*, 10(2), 1-29.
- 차경호 (2004) 자아존중감 및 여가활동 참여와 주관적 안녕감과의 관계, *여가학연구*, 2(2), 27-38.
- 최성애, 박종하, 김영아, 김부일 (2005) 도시직장인의 여가활동계약이 여가만족에 미치는 영향, *한국스포츠리서치*, 16(4), 225-236.
- 최성재, 장인협 (2002) *노인복지학*, 서울: 서울대학교 출판부.
- 통계청 (2004) *사회통계조사*.
- 통계청 (2005a) *장래인구특별추계*.
- 통계청 (2005b) *한국의 사회지표*.
- 허은정, 윤정혜 (2007) 레저지출, 레저활동 참여도 및 레저만족에 대한 관계 분석: 울산시 성인소비자를 대상으로, *한국생활과학회지*, 16(4), 745-759.
- 허준수 (2002) 도시노인의 여가활동에 영향을 미치는 요인들에 관한 연구, *한국노년학*, 22(2), 227-247.
- 허준수 (2004) 지역사회거주 노인들의 생활만족도에 관한 연구, *한국노인복지학*, 24, 127-151.
- 홍성희 (1998) 노인의 여가활동참여와 여가만족이 생활만족에 미치는 영향, *한국가정관리학회지*, 16(1), 107-123.
- 홍성희, 김성희 (1997) 노인의 여가태도 및 여가계약 유형에 따른 여가활동참여도, *한국가정관리학회지*, 15(4), 253-267.
- Agahi, N, Ahacic, K, Parker, MG (2006) Continuity of leisure participation from middle age to old age. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 61, S340-S346.
- Baltes, MM, Wahl, H-W, Schmid-Furstoss, U (1990) The daily life of elderly Germans: Activity patterns, personal control, and functional health, *Journal of Gerontology*, 45(4), p173-179.
- Chen, C (2001) Aging and life satisfaction, *Social Indicators Research*, 54(1), 57-82.
- Coleman, D (1993) Leisure-based social support, leisure dispositions and health, *Journal of Leisure Research*, 25(4), 350-361.
- Crawford, DW, Godbey, G (1987) Reconceptualizing barriers to family, *Leisure Sciences*, 9(2), 119-127.
- Jackson, EL (1988) Leisure constraints: A survey of past research, *Leisure Sciences*, 10(2), 203-215.
- Krause, N (2004) Common facets of religion, unique facets of religion, and life satisfaction among older African Americans, *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 59B(2), S109-117.
- Kyle, G, Chick, G (2004) Enduring leisure involvement: the importance of personal relationships. *Leisure Studies*, 23(3), 243-266.
- Lawton, MT (1994) Personality and affective correlates of leisure activity participation by older people. *Journal of Leisure Research*, 26(2), 138-157.
- Leitner, MJ, Leither, SF, Associates (1996) *Leisure*

- Enhancement*(2nd. Ed.), New York: The Haworth Press.
- Lennartsson, C, Silverstein, M (2001) Journal of Gerontology: Social Sciences, Does engagement with life enhance survival of elderly people in Sweden?: The role of social and leisure activities, *The Journal of Gerontology*: 56B(6), S335-342.
- Losier, GF, Bourque, PE, Ballerand, RJ (1993) A motivational model of leisure participation in the elderly, *The Journal of Psychology*, 127(2), 153-170.
- McGuire, F (1984) A factor analytic study of leisure constraints in advanced adulthood, *Leisure Sciences*, 3, 134-326.
- Raghd, MG, Griffith, CA (1982) The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of old persons, *Journal of Leisure Research*, 14(2), 295-306
- Searle, M, Mahon, M, Iso-Ahola, Adrolias, H (1995) Enhancing as sense of independence and psychological well-being among the elderly: A field experiment, *Journal of Leisure Research*, 27(2), 107-124.
- Slegenthaler, KL (1996) Leisure and the elderly, *Parks & Recreation*, 31(1), 18-24.
- (2008. 9. 17 접수; 2009. 3. 9 채택)