

# 농촌 치유관광에서의 회복경험\*

김경희\*\* · 황대용

농촌진흥청 국립농업과학원(전북 완주군 이서면 농생명로 166)

## Restoration Experiences of Rural Healing Tourism

Kyung-Hee Kim · Dae Young Hwang

National Institute of Agricultural Sciences, Rural Development Administration, Korea

### Abstract

The healing tourism has been growing rapidly in Korea. This study examines the restoration experience of rural healing tourism by qualitative method. The restoration environment is based on nature, and rural areas are the representative places for nature-based tourism. Therefore, this study aims to explore the meaning of restoration experiences of rural healing tourism. An in-depth interview process was used as the primary qualitative research method for this study. Nine interviews were given and from a thematic analysis of the data, six themes of restoration environments were emerged. The restoration environment of the rural settings are as follows: being away, fascination, extent, compatibility, healing nature, and leisure activity. Attention restoration theory provides a model that helps explain the results of this study. The results of this study can be useful for establishing effective marketing strategies through understanding the restoration environment in rural healing tourism.

**Key words:** healing, healing tourism, restoration experience, restoration environment

### 1. 서론

산업화된 사회에서 일상생활은 무거운 업무량, 스트레스, 대부분의 앉아서 생활하는 생활방식 등으로 규정된다. 현대인의 생활에서 업무의 부하량은 증가하고 있으며, 신체활동은 점차 감소하고 있다. 인간은 자신의 개인적 자원이 더 이상 일상에서 요구되는 것만큼 뒷받침되지 않을 때 결과적으로 스트레스를 느끼게 되며, 스트레스는 관상동맥질환, 심장질환, 종양 등 질병의 발생과 사망률을 증가시킨다(Kopp, & Rethelyi, 2004). 과도한 업무 등으로 스트레스를 경험하는 사람들에게 가장 중요한 것은 건강과 개인의 웰빙을 향상시키는 것이다. 여가를 보내는 것은 고갈된 자원과 피로한 주의력을 회복하도록 함으로써 스트레스

와 일상의 요구를 덜어주는 중요한 요인이 된다. 회복환경과 관련된 연구들에 의하면 자연환경과 관련된 여가활동은 정신적, 신체적 건강을 증진시키는 것으로 나타나고 있다(Abraham, Sommerhalder, & Abel, 2010). 비교적 최근 들어 관광이 갖는 혜택에 대해 연구들이 이루어졌는데, 관광은 정신적, 신체적으로 건강에 유익한 것으로 나타나고 있다(Richards, 1999; Chen, & Petrick, 2013). 스트레스는 자칫 내부 자원의 고갈로 이어질 수 있기 때문에 스트레스에서 회복하기 위해서는 개인이 더 많은 내부 자원을 확보해야 한다. 사람들은 자신이 하고 싶은 일을 하고 새로운 것을 경험할 때 또 다른 내부 자원을 얻을 수 있다(Hobfoll, 1998).

회복은 스트레스 경험이 있는 동안에 형성된 개인의 기능이

주요어: 치유, 치유관광, 회복경험, 회복환경

\* 본 연구는 농촌진흥청 국립농업과학원 농업과학기술 연구개발사업(PJ01349902)의 지원에 의해 이루어진 것임

\*\* 교신저자(김경희) 전화: 063-238-2630 e-mail: khkim08@korea.kr

스트레스 이전의 상태로 돌아가는 프로세스를 말한다(Sonnentag, & Fritz, 2007). 그동안 다양한 분야에서 회복경험에 대해 연구가 이루어졌다(Kawakubo, & Oguchi, 2019; Korpela, Ylén, Tyrväinen, & Silvennoinen, 2008, 2010). 회복경험은 개인의 에너지 자원을 복원하고 심리적, 주관적 웰빙을 유지하는데 도움이 될 뿐만 아니라 스트레스가 많은 조직 상황에도 도움이 될 수 있다(Lee, Choo, & Hyun, 2016). 주의회복이론(Attention Restoration Theory)에서는 회복과 관련된 회복환경에 대해 설명하고 있다. 주의집중이 계속되면 피로와 스트레스가 증가하게 되는데, 이는 자연환경을 통해서 복원에 도움을 받을 수 있다. 주의회복 이론에 의하면 주의집중에서 회복할 수 있는 회복환경의 구성요소는 ‘벗어남’, ‘매력성’, ‘범위성’, ‘적합성’으로 설명되고 있다(Kaplan, 1995).

주의회복이론에서는 자연환경에 노출되면 집중력이 회복될 수 있다고 제시하고 있다. 일반적으로 편한 장소나 수면 등이 회복의 기회를 제공할 수는 있지만, 자연은 심미적 이점을 가지고 있기 때문에 회복에 더욱 도움이 될 수 있다(Herzog, Ouellette, Rolens, & Koenigs, 2010; Kaplan & Berman, 2010). 특히 농촌과 같은 자연적 환경에서 시간을 보내는 것은 개인에게 사색할 기회를 주며, 풀리지 않은 문제를 숙고할 수 있는 기회를 제공한다(Kaplan, & Berman, 2010). 주의집중은 인간의 정보처리에 중요한 역할을 하지만, 반면 그로 인해 생긴 피로는 결과적으로 인간에게 부정적인 영향을 미친다. 주의회복이론은 이러한 피로에서의 회복을 이끄는 경험의 종류에 대해 설명한다. 자연환경은 회복경험에 필요한 특성을 풍부하게 가지고 있으며, 인간과 환경간의 관계라는 큰 맥락에서 주의집중과 스트레스를 둘 수 있는 통합적 프레임워크를 제공한다(Kaplan, 1995).

농촌 치유관광은 치유를 주목적으로 하는 관광으로 농촌의 자연환경과 자원이 핵심이 되며, 관광객과 환경, 관광객과 주민이 서로 영향을 주고받는다라는 특성을 가진다(김경희, & 황대용, 2019). 관광객들은 관광 목적에 따라 특정한 기대를 가지며, 농촌 치유관광객들도 특정한 기대를 가진다. 기대는 어떤 행동이 특정 결과나 목표로 이어질 가능성이나 특정 행동이 특정 결과에 뒤따를 것이라는 순간적인 믿음이다(Schreyer, & Roggenbuck, 1978). 대부분의 사람들은 하나 이상의 기대를 충족시키기 위해 관광에 참여한다. 개인은 서로 다른 이유로 관광에 참여할 수 있지만, 특정 목적의 관광이 특정한 결과를 제공할 가능성이 높다(Andereck, McGehee, Lee, & Clemmons, 2012). 더 중요한 기대는 특정 관광활동 참여나 목적지 선택에 대한 의사결정에서 가장 큰 역할을 할 가능성이 높다(Schreyer, & Roggenbuck, 1978).

관광에서 물리적 환경이 주는 자극은 인지반응 뿐만 아니라 감정반응을 유발하여 소비자의 행동에 영향을 미칠 수 있다(Donovan, & Rossiter, 1982). 또한 여가활동은 불안과 우울증을 줄이고 긍정적인 감정을 증가시켜 질병을 예방하고, 신체적 건강을 개선하며, 정신건강에 도움을 준다(Coleman, & Iso-Ahola, 1993). 많은 연구들을 통해 관광은 회복에 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다(김지효, & 나윤중, 2019; 김진옥, & 김남조, 2019; Kawakubo, & Oguchi, 2019). 회복경험은 다양한 환경에서도 일어날 수 있는데, 개인이 정서적 애착을 느끼는 곳, 일상의 좋아하는 장소에서도 강한 회복경험이 나타날 수 있다(Korpela, Ylén, Tyrväinen, & Silvennoinen, 2010).

아직 국내에서 농촌 치유관광객의 회복경험과 이를 위한 회복환경에 대한 연구는 거의 이루어지지 않았으며, 심층인터뷰를 통해 치유관광객의 실제 사례를 탐색적으로 분석한 연구는 전무한 상황이다.

질적 연구는 특정 주제에 대해 심도 있는 이해와 통찰을 얻을 수 있다는 장점이 있다(오익근, & 김연선, 2006). 본 연구의 목적은 정성적 접근을 통하여 농촌 치유관광객의 회복경험 현상을 분석함으로써 농촌 치유관광에서의 회복환경에 대한 구조를 이해하는데 도움이 되고자 한다. 이는 농촌 치유관광에서의 회복경험과 회복환경에 대한 이론적 근거를 제공하는데 기여할 수 있을 것이다. 또한, 실무적으로 농촌 치유관광에서 관광객의 회복경험을 효과적으로 증대시킬 수 있는 환경조성과 운영 전략을 수립하는데 도움이 될 수 있을 것이다.

## 2. 이론적 배경

### 2.1. 주의회복이론(Attention Restoration Theory)

회복환경에 대한 연구들은 종종 각기 다른 환경에서 시간을 보낼 때 이루어지는 개인의 주의회복 경험 정도에 관심을 가져왔다. 이러한 연구들에 바탕이 된 연구는 Kaplan, & Kaplan(1989)과 Kaplan(1995)이 제안한 주의회복이론이다. 이 이론은 개인이 하루의 요구와 임무를 대응하기 위해서는 일정한 주의력을 필요로 함을 가정한다. 또한 인간은 주의력을 위한 인지능력이 제한적이라고 설명한다. 이러한 능력은 집중력이 높은 단계로 오래 지속되면 감소하게 된다(Kaplan, & Berman, 2010). 주의집중을 위한 심리적 자원이 고갈되면 정신적 피로가 따르게 된다. 정신적 피로는 몇 가지 부정적인 결과를 가져온다. 예를 들어, 정신적

으로 피로한 사람들은 계획을 세우는데 더 오랜 시간이 걸리며, 일반적으로 작업수행의 제약이라고 할 수 있는 문제해결력의 유연성 저하를 가져온다(van der Linden, Frese, & Meijman, 2003). 더 나아가 이 이론은 집중된 주의를 위한 심리적 자원의 회복이 건강과 웰빙을 유지하는 핵심 요인임을 가정하고 있다(Kaplan, 1995). 특히, 여가를 목적으로 자연친화적인 환경에서 시간을 보내는 것은 환경적 특성이 개인으로 하여금 마음의 자유를 제공하고 심리적 자원에 부담을 주지 않기 때문에 회복의 과정에 도움을 줄 가능성이 크다(Kaplan, Kaplan, & Ryan, 1998). 회복을 위한 환경이 되려면 심리적으로 일상적인 요구와는 멀리 떨어져 있고, 매력적이고, 참여를 유지할 수 있는 범위와 일관성을 가지며, 그 환경에서 하고 싶은 일과 해야 할 일이 양립할 수 있는 환경을 제공해야 한다(Kaplan, 1995; Hartig, & Staats, 2004).

인간은 자연환경에서 시간을 보냄으로써 일상의 스트레스에서 벗어나고(Being Away), 탁트인 공간과 상황을 경험하며(Extent), 내면적 동기에 적합하고(Compatibility), 매력적인 자극을 경험(Fascination)하게 된다(Kaplan 1995). 이러한 요인들의 조합은 무의식적 또는 간접적인 주의를 촉진하고, 회복을 위한 자발적이고 직접적인 주의를 돕는다(Kaplan, 1995; Staats, 2012). 자연에서의 회복환경을 구성하는 각각의 요소들을 자세히 살펴보면 다음과 같다(Kaplan, 1995).

- (1) 벗어남(Being Away) : 자연환경은 종종 회복 기회를 확대하기 위해 선호되는 여행지이다. 산, 호수, 바다, 숲, 초원 등은 모두 일상에서 탈출할 수 있는 전원적인 장소이다. 많은 도시인들에게 일상을 탈출할 수 있는 기회는 많지 않다. 그러나 일상에서 벗어나 떨어져 있다는 느낌은 반드시 먼 거리여야 하는 것은 아니다. 쉽게 접근할 수 있는 자연환경도 종종 개인의 주의집중된 상태에 휴식을 주기 위한 중요한 자원이 된다.
- (2) 매력성(Fascination) : 자연은 매력적인 것들로 풍부하며, 사람의 마음을 사로잡는 많은 것들을 제공한다. 자연이 제공하는 많은 매력은 구름, 석양, 눈의 패턴, 바람에 움직이는 나뭇잎 등 부드러운 매력으로 분류되고, 쉽게 주목을 받는다. 이런 양식에 참여하는 것은 쉬우며, 다른 것들을 생각할 수 있는 충분한 기회를 남겨둔다.
- (3) 규모성(Extent) : 먼 황야에서는 규모감이 쉽게 온다. 그러나 규모감이 반드시 넓은 면적의 땅이 수반하는 것을 필요로 하지 않는다. 비교적 작은 영역에서도 규모감을 제공할 수 있다. 작은 영역이 훨씬 커보이도록 트레일과 경로를 설계할 수도 있다. 소형화는 확대하지 않은 그 자체의 영

역으로도 전혀 다른 세계에 있는 듯한 느낌을 줄 수 있는 다른 장치를 제공한다. 일본의 정원은 때때로 이런 장치들을 결합하여 규모감과 연결성을 제공한다. 확장은 또한 개념적 수준 이상의 기능을 한다. 예를 들어, 역사적 유물을 포함하는 설정은 과거와 과거 환경에 연결되어 더 큰 세상에 연결되는 느낌을 촉진할 수 있다.

- (4) 적합성(Compatibility) : 자연환경은 적합성이 특히 많이 경험된다. 그것은 자연환경과 인간의 성향이 일치할 때 생겨난다. 인근의 가까운 자연환경에서는 이러한 목표와 목적에 맞는 상황을 제공할 수 없다. 그러나 이러한 환경도 그곳에서 휴식을 취하려는 사람들의 성향을 지원할 수 있는 방법은 있다. 예를 들어, 공장근로자는 점심시간에 교통 체증과 산만함을 벗어나 평화로운 휴식을 위해 나무그늘이 있는 자리를 찾든지 함으로써 적합성을 높일 수 있다.

비록 위에 제시된 회복환경처럼 자연적인 환경이 건축된 환경보다 회복에 도움이 될 가능성이 높지만, 회복과정이 단지 환경적 특성에만 의존하는 것은 아니다. 회복환경에 대한 연구에서는 사람과 환경의 상호작용이 회복을 촉진시키며, 사람과 환경과의 거래, 경험 등 회복 과정이 인간과 환경의 상호작용과 연관되어 있다고 하였다(Hartig, & Staats, 2004).

## 2.2. 관련 선행연구

최근들어 관광과 회복경험에 대한 여러 연구들이 이루어지고 있다. 관광은 관광객들에게 회복경험을 제공하는 것으로 나타나고 있다. Sirgy, Kruger, Lee, & Yu(2011)은 여행과 관광객의 웰빙(삶의 만족)의 관계를 분석하였다. 남아프리카 관광객들을 대상으로 질적연구와 설문조사를 실시한 결과 여행경험은 관광객의 웰빙인식에 영향을 미치며, 이는 삶의 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. Chen, Huang, & Petrick(2016)은 18세 이상 미국인 777명을 대상으로 휴가에서의 회복경험을 분석하였다. 분석결과 휴가에서의 회복경험은 삶의 만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Weng, & Chiang(2014)는 대만의 대학생 203명을 대상으로 5가지의 실내·외 여가활동이 불안 감소 및 주의회복에 미치는 영향을 분석하였다. 분석결과 걷기와 같은 적당한 여가활동이 정신건강을 개선시키는 가장 좋은 야외활동으로 나타났다. 대화 또한 불안을 줄이고 주의회복 효과가 있는 것으로 나타났으며, 가드닝은 주의회복 효과가 있는 것으로 나타났다. 반면, 인터넷 서핑과 운동은 불안 감소와 주의회복에 모두 효과가 없는 것으로

나타났다.

Chen, Petrick, & Shahvali(2016)은 미국인 776명을 대상으로 분석한 결과 여행 기간이 길수록 여행을 통한 회복경험과 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다. 그들은 회복과 관련된 근본적인 심리적 경험에 초점을 맞추어 스트레스 해소자로서 관광 경험의 역할을 규명하였다. 따라서 주말 여행도 업무 스트레스에서 회복하는데 도움이 될 뿐만 아니라 여행 기간이 길수록 회복 경험의 기회도 늘어남을 제시하였다.

자연환경은 인간에게 주의를 회복할 수 있는 회복환경을 제공하는데 von Lindern(2015)는 스위스의 야생공원 방문객 115명을 대상으로 분석한 결과 지각된 독립환경은 벗어남에 대한 인식에 부의 영향을 미치며 벗어남에 대한 인식은 회복결과에 정의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Kawakubo, & Oguchi(2019)는 800명의 일본인 근로자를 대상으로 분석한 결과 휴가기간 동안의 회복경험이 창의력을 증진시키고 직업에 대한 전념과 직업 만족을, 직업 만족은 삶의 만족도를 향상시키는 것으로 나타났다.

국내에서도 치유관광객의 회복경험에 대한 연구들이 이루어졌는데, 김진옥, & 김도영(2015)은 치유의 숲을 방문한 힐링관

광객을 대상으로 분석하여 치유관광에서의 휴식과 평온, 주의회복이 감정에 영향을 미치며, 감정은 삶의 만족에 영향을 미침을 제시하였다.

김진옥, 김남조, & 한승훈(2016)은 치유의 숲 방문객 338명을 대상으로 분석한 결과 자연을 통한 긍정적 감정조절과 자연 감정조절은 지각된 회복환경에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김진옥, & 이충기(2017)는 치유의 숲에서 치유프로그램에 참여자들을 대상으로 치유효과를 분석하였다. 치유프로그램은 참여자들의 스트레스, 스트레스 대처, 긍정정서, 부정감정, 지각된 회복환경, 회복결과, 주관적 활력도가 사전/사후 유의한 차이를 보여 치유효과가 있는 것으로 나타났다. 진효화, & 이계희(2019)는 중국의 산수실경공연 관람 경험자 411명을 대상으로 분석한 결과 회복환경지각은 긍정적 감정에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김지효, & 나윤중(2019)는 제주도 관광객 314명을 대상으로 탈일상 동기와 관광지 현장체험, 치유효과 간의 관계를 분석하였다. 분석결과 탈일상동기의 '자아확장' 요인은 정서적 치유효과에 영향을 주며, '자아발전' 요인은 정서적, 인지적 치유효과에 모두 영향을 주는 것으로 나타났다. 이상의 관련 선행연구는 <표 1>과 같다.

<표 1> 농촌 치유관광의 회복경험 관련 선행연구

연구자	대상	시사점
Sirgy, Kruger, Lee, & Yu (2011)	남아프리카 관광객	여행경험은 관광객의 웰빙인식에 영향을 미치며, 이는 삶의 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타남
Weng, & Chiang (2014)	대만의 대학생	걷기와 같은 적당한 여가활동이 정신건강을 개선시키는 가장 좋은 야외활동으로 나타남. 대화 또한 불안을 줄이고 주의회복 효과가 있는 것으로 나타났으며, 가드닝은 주의회복 효과가 있는 것으로 나타남. 반면, 인터넷 서핑과 운동은 불안 감소와 주의회복에 모두 효과가 없는 것으로 나타남
von Lindern (2015)	스위스의 야생공원 방문객	벗어남에 대한 인식은 회복결과에 정의 영향을 미치는 것으로 나타남
Chen, Huang, & Petrick (2016)	미국의 휴가여행객	휴가에서의 회복경험이 삶의 만족에 영향을 미치는 것으로 나타남
Chen, Petrick, & Shahvali (2016)	미국인 관광객	여행 기간이 길수록 여행을 통한 회복경험과 삶의 만족도가 높은 것으로 나타남. 회복과 관련된 근본적인 심리적 경험에 초점을 맞추어 스트레스 해소자로서 관광경험의 역할을 규명함. 주말 여행도 업무 스트레스에서 회복하는데 도움이 됨을 제시함
Kawakubo, & Oguchi (2019)	일본인 근로자	휴가기간 동안의 회복경험이 창의력을 증진시키고 직업에 대한 전념과 직업 만족을, 직업 만족은 삶의 만족도를 향상시키는 것으로 나타남
김진옥, & 김도영 (2015)	치유의 숲 방문객	휴식과 평온, 주의회복이 감정에 영향을 미치며, 감정은 삶의 만족과 충성도에 영향을 미치는 것으로 나타남
김진옥, 김남조, & 한승훈 (2016)	치유의 숲 방문객	자연을 통한 긍정적 감정조절과 자연 감정조절은 지각된 회복환경에 영향을 미치는 것으로 나타남
김진옥, & 이충기 (2017)	치유의 숲 치유프로그램 참여자	참여자들의 스트레스, 스트레스 대처, 긍정정서, 부정감정, 지각된 회복환경, 회복결과, 주관적 활력도에서 사전/사후 유의한 차이를 보여 치유프로그램은 치유효과가 있는 것으로 나타남
진효화, & 이계희 (2019)	중국의 산수실경 공연 관람 경험자	회복환경지각은 긍정적 감정에 영향을 미치는 것으로 나타남
김지효, & 나윤중 (2019)	제주도 관광객	탈일상동기의 '자아확장' 요인은 정서적 치유효과에 영향을 주며, '자아발전' 요인은 정서적, 인지적 치유효과에 모두 영향을 주는 것으로 나타남

### 3. 연구방법

#### 3.1. 연구대상

본 연구는 질적연구방법을 통해 농촌 치유관광객의 회복경험을 분석하고자 하였다. 이를 위해 치유관광마을을 방문한 관광객들을 대상으로 심층면접조사(In-depth Interview)를 실시하였다. 우선 조사대상지에 대한 현황을 분석하기 위해 2019년 7월에 현장조사를 실시하였으며, 참여관찰조사와 면접조사는 8월에 이루어졌다. 현장에서 관광객들에게 개별적으로 접촉하여 연구의 취지를 설명하고 참여의사를 확인하여 동의를 후한 후 참여를 희망하는 경우에 한하여 인터뷰를 진행하였다. 우선 응답자에게 연구목적과 내용, 익명성 보장과 조사 결과는 연구목적에만 활용됨을 설명하였다. 인터뷰 내용은 정확한 기록을 위해 응답자의 동의하에 모두 녹취되었다.

본 연구에서는 비교적 많이 알려진 치유관광마을인 전북 완주군의 안덕건강힐링체험마을에 방문한 관광객들을 대상으로 심층면접조사를 실시하였다. 안덕마을은 건강힐링체험마을을 컨셉으로 운영되고 있으며, 주민주도형 영농조합 형태로 운영되고 있다. 안덕마을의 위치는 모악산 남쪽에 위치하고 있어 마을 면적의 절반 이상이 모악산 도립공원에 속해있어 자연경관이 우수하다는 특징이 있다. 이 마을은 마을에 있던 폐광을 활용한 한증막 등 마을자원을 활용해 다양한 건강힐링 상품을 개발해 운영하고 있다. 마을에서 운영하고 있는 치유시설 및 프로그램으로는 토속 황토훈증막, 쑥뜸체험, 웰빙식당, 황토펀션, 한옥숙박, 마을한의원, 옛금동굴, 에코어드벤처 야외놀이시설, 장기체육가능 숙박시설, 웃음치료, 야외캠핑장, 숲산책로 등이 있다.

면접조사는 질문지를 활용한 반구조화된 면접(Semi-structured Interview) 형태로 진행되었으며, 연구자와 인터뷰에 운영에 대한 지침을 교육받은 보조연구원에 의해 실시되었다.

면접조사를 위한 문항들은 치유관광의 회복경험에 대한 선행연구(Chen, Huang, & Petrick, 2016; Chen, Petrick, & Shahvali, 2016)를 바탕으로 구성되었고, 관련 연구자들을 대상으로 문항의 적절성을 검토하였다. 예비조사 차원에서 2개의 심층면접이 이루어졌고, 이를 바탕으로 조사문항이 수정·보완되었다. 이는 이후의 심층면접조사의 진행방식과 조사설계에도 반영되었다.

면접조사 장소는 참여자들의 편의를 고려하여 마을 내 벤치나 휴게장소에서 40분 내외로 진행되었다. 조사자는 응답자들에게 신뢰감을 조성하기 위해 조사 내용은 연구목적에만 사용되고 익명성을 보장함을 설명하였다. 그리고 조사자와 응답자 간의

어색함을 줄이기 위해 일상적인 소재들에 대해 이야기를 시작해 가벼운 질문과 여행경험담 등을 나누며 응답자가 최대한 편안한 분위기에서 면접조사에 응할 수 있도록 하였다. 질문 내용은 농촌 치유관광에 대한 기대, 회복경험 등이며, 이는 개방형 응답자들에게 질문으로 질문되었다.

인터뷰가 끝난 후 녹취된 인터뷰 내용들은 단어 하나하나를 정확하게 녹취록으로 정리하였으며, 부분적으로 확인이 필요한 부분들은 반복해 들으며 검토하여 기록의 정확성을 높이고자 하였다. 본 연구에 참여한 조사대상자의 특성은 <표 2>와 같다.

<표 2> 조사대상자의 특성

응답자	연령대	성별	직업	거주지	여행 동반자
R1	50대	여성	주부	전북 전주시	가족
R2	50대	남성	회사원	충남 보령시	가족
R3	60대	남성	은퇴	전북 전주시	가족
R4	50대	남성	자영업	전북 김제시	없음
R5	70대	여성	은퇴	전북 전주시	친구
R6	30대	여성	회사원	인천 광역시	가족
R7	70대	여성	주부	전북 전주시	친구
R8	50대	남성	휴직	전북 전주시	없음
R9	40대	남성	회사원	인천 광역시	가족

#### 3.2. 자료분석

본 연구에서는 심층면접조사에서 얻은 모든 정보들을 분석하기 위해 주제분석을 실시하였다(Spiggle, 1994). 자료 분석을 위해 연구자는 완성된 녹취록을 반복해 읽어 나가면서 주제와 개념들을 녹취록 여백에 메모하며 범주화하는 개방 코딩(open coding)을 실시하였다. 이때 Spradley(1979)가 제시한 분류방법으로 응답자가 언급한 단어들을 사용하여 반복적으로 읽으며 의미를 분석하였다. 그 다음 단계에서는 개방코딩을 통해 분류해 놓은 자료들을 상위범주로 분류하고 범주화하면서 학술적인 용어로 코딩을 실시하였다. 그리고 이들 범주화된 자료들의 구조를 파악하면서 전체적인 주제를 파악하였다. 정량적 연구와 달리 질적연구에서는 단일 자료, 단일 연구자, 단일 연구방법으로 인한 편견을 방지하기 위하여 삼각검증법(Triangulation)을 통해 연구의 신뢰성과 타당성을 확보하고 있다(Decrop, 2004). 본 연구에서는 치유관광 관련 자료를 통한 문헌 연구와 현장 참여관찰, 치유관광객 인터뷰 연구방법들을 동시에 시행하는 방법론 삼각검증법(Method Triangulation)을 통해 연구의 신뢰성과 타당성을 높이고자 하였다.

## 4. 연구결과

### 4.1. 농촌 치유관광에 대한 기대

농촌 치유관광 참여자들은 농촌 치유관광에 대한 정보가 많지 않은 상황에서 주변 사람들의 추천이나 방송을 통해 치유마을에 대한 정보를 접하는 경우가 많았으며, 자연 속에서 힐링할 수 있고 가족 등과 함께 보내기에 좋을 것이라는 기대를 가지고 방문하는 것으로 나타났다.

“동생이 여기가 너무 좋다고 해서 오게 되었어요 가까운 전주에 사는데도 이렇게 좋은 데가 있는지 몰랐거든요 그래서 전에 한 번 식구들 데리고 왔었거든요 너무 좋아가지고 어머니 생신에 모시고 왔어요 여기 오셨던 다른 분 얘기를 들어보니까 서울에서 멀리에서 오시는 분들이 정기적으로 10년 동안 오셨다고 하더라고요 휴가 때마다 여기가 너무 좋아서 저도 건강에 도움이 될 것 같아서 왔어요 그런데 오는 길에 안내판 같은 것이 없어서 처음엔 찾기 힘들더라고요..한 번 알게되면 계속 오게 되지만요..”(50대/여성)

“TV를 보다가 우연히 이 마을이 나오는 걸 보게 되었어요 집사람이 이런 곳을 좋아하거든요 산속에 있는 숲가마들을 많이 가봤는데 여기가 괜찮은거 같아서 왔어요 자연 속에서 힐링하고 싶어서 휴가내고 왔습니다.”(50대/남성)

“이는 친구가 여기를 추천해서 저도 오게 된 것인데..처음엔 별 기대를 안하고 그냥 한 번 와 봤어요 그런데 와보니 일반적인 체험마을이랑은 다르잖아요..특색이 있었어요 찜질방, 펜션, 한의원 다 같이 있으니까..와보니 여기 방문하는 사람이 많더라고요..집사람이 평소에 등이 아프다고 하는데..여기 오면 낫는다고 해요..그래서 오늘 또 뜸도 뜨고, 침도 맞고, 물리치료도 받고 싶다고 해서 왔어요 제가 집에서 손자를 돌보구 있거든요..손자도 데리고 함께 갈 수 있는 곳이 많지 않는데..여기는 자연환경도 좋고 손자가 같이 와서 뛰어놀기에도 좋은 곳 같아요..그에 비하면 비용도 저렴하죠.”(60대/남성)

“예전에는 여행다니면 호텔에서 숙박했거든요.. 예전에 전주에 처음 여행오면서 인터넷 찾아보다가 여기를 우연히 알게 된거예요..우연찮게..그리고 나서 TV에도 나오고 그러더라고요..여기 다닌지 꽤 됐어요 6~7년 정도 된 거 같아요..여기 알고 나서는 호텔 안다니고 무조건 여기 와서 자고 인근에 여행도 다녀요..집이 인천인데 일부러 자주 와요..오늘은 전남에 일보러 갔다가 왔어요..오늘 여기서 숙박까지 하고 내일 전주 콩나물도 먹고 갈거예요.(30대/여성)

질병을 치료하는데 도움을 받기 위해 장기 체류중인 응답자의 경우 오염이 안 된 자연환경 속에서 지내며 건강에 도움을 받고 외부환경과 단절된 시간을 보낼 수 있을 것이라는 기대를 가지고 온 것으로 나타났다.

“저는 질병치료를 하는 중인데 이 마을에 4개월째 머물면서 병원가는 날은 병원에 치료를 받으러 다니고 있어요..몸이 아프니 도시에서의 생활과 단절하고 싶어서 이 곳에 오게 되었어요..자연적이고 산속이라 공기도 좋고..전혀 오염이 안된 환경이잖아요..그런 부분 때문에 이곳이 제 병을 치료하는데 도움이 될 수 있는 환경이라는 생각에 오게 되었어요.”(50대/남성)

### 4.2. 농촌 치유관광의 회복환경

#### 4.2.1. 환경적 요소

농촌 치유관광은 자연환경에서 단순히 쉬고, 여가를 보내는 것 뿐만 아니라 다양한 치유적 활동, 관광이나 여가적 특성이 중요한 구성요소가 된다는 것을 알 수 있다. 농촌 치유관광이 회복환경은 자연환경적인 요소로 벗어남, 매력성, 범위성, 적합성이 있으며, 활동적 요소로 치유성, 여가성이 주요한 환경적 특성으로 나타났다.

##### 4.2.1.1. 벗어남

참여자들은 도시에서 벗어나 조용하게 휴식을 취함으로써 기분전환과 회복을 느끼고, 타인을 의식하지 않고 지낼 수 있다는 점에서 편안함과 힐링을 느끼는 것으로 나타났다. 일상의 환경에서 벗어나 있다는 느낌이 주의력을 환기시키고 휴식을 준다는

것을 알 수 있다.

”저는 지금 공단이 있는 도시에서 살고 있는데. 공기도 안좋고 환경이 안좋아요. 그래서 기회만 있으면 일단 도시에서 벗어나고 싶어요. 이곳에 오면 시골의 한적함에서 그냥 기분전환이 되요. 오면서 남편이랑 대화도 많이 하게 되고. 다른 관광지나 도심으로 여행가는 것보다 저는 여기가 좋더라고요.“(30대/여성)

“몸이 아프다보니 아무래도 조용히 쉴 수 있는 공간이 필요해요. 도시에서는 이렇게 쉴 수가 없거든요. 그런데 이 근처에 마땅히 이런 곳이 없어요. 그러다 보니까 타 도시에서 오는 사람도 있고 저처럼 가까운 도시에서 오는 사람도 있는데.. 와보니 참 좋은 거 같아요. 여기 있으면 편안해요. 저 위쪽으로 올라가보면 산책 코스가 있는데, 일반인들이 거의 안 오거든요. 올라가보면 쉴 수 있는 공간도 있고 조용하게 사람도 없고. 누가 있어도 우리처럼 자연 속에서 건강을 좀 다스리고 싶은 사람들 정도가 오니까.. 그 외에는 일반인들은 거의 없어요. 그러니까 편안하게 크게 의식 안하고 휴식할 수 있어서.. 그런 부분이 좋은 거 같아요.”(50대/남성)

“여기가 오염이 안되어 있고 친환경적으로 돼 있잖아요. 도시와 가까우면서도 너무 좋은 거 같아요. 이런 곳이 있었구나. 별천지 같아요. 갈수록 사람들이 질병도 많아지고 정신적으로도 쉴 수 있는 공간이 필요하다고 생각해요. 앞으로 이런 곳이 더 필요할 거 같아요.”(50대/남성)

“일상에서 벗어나 한적하고 조용하게 있을 수 있어서 좋아요. 나만의 시간이나 둘만의 시간, 가족들이 조용하게 시간을 갖기에 좋죠.”(50대/남성)

#### 4.2.1.2. 매력성

농촌 치유관광객들에게는 농촌성을 느낄 수 있는 풍경, 시골길, 동굴, 음식, 주민, 정서와 분위기 등이 중요한 매력물이 되고 있음을 알 수 있다. 참여자들은 이러한 요소들을 통해 힐링을 느끼는 것으로 나타났다.

“버스타고 오는데 버스에서 내려서 마을까지 좀 걸어들어와야 되거든요.. 이정표가 없어서 감으로 걸어 올라왔어요. 찾아오기에 다소 어렵다고 느꼈어요. 그런데 막상 마을길에 들어서니 오는 길이 너무 좋은 거예요. 그래서 오면서 계속 풍경사진을 찍었어요. 사진을 보면 경치가 너무 아름다워서 감탄사가 나올 정도예요. 풍경도 좋고 여기는 바깥세상과 공기가 다른 거 같아요. 도시에서 얼마 떨어지지도 않았는데도 공기부터 다른 것 같아요. 오면서부터 너무나 좋았어요.”(50대/여성)

“여기에 와서 쭉뚝도 하고 찻집도 해봤어요. 여기에는 다양하게 즐길거리가 많더라고요.. 동굴도 있고 에코 어드벤처 야외놀이터에서.. 잠깐 놀기도 하고 산책해요. 저녁에는 인근에서 토속적인 밥도 먹어요.”(30대/여성)

“여기 한 번 온 사람들은 처음에만 찾기가 힘들어서 그렇지 꾸준히 올 거 같아요. 저희도 몇 년째 다니니까.. 처음에 찾기가 힘들어요. 접근성. 여기 팻말이 별로 없어요. 시골스러운 팻말이 하나 있으면 괜찮을 것 같아요. 한 번 오면 괜찮은데 깊숙이 있어서.. 도로에서 인접해 있으면 편할텐데.. 주말엔 사람이 많아서 저도 금요일 토요일엔 잘 안와요. 사람이 바글바글해요. 앉을 자리도 없이 꼭 차거든요. 저는 한적할 때 조용하게 쉬며 여유를 즐기기 위해 평일에 주로 와요.”(40대/남성)

“도시에서는 찻집방에 개인 휴대폰 충전기도 못쓰게 하고, 음식도 못가져오게 해요. 예전에 도시에서 충전기 꽂아놨다가 없어진 경험도 있어요. 그런데 여기는 충전기를 꽂아놨어도 아무도 손을 안대고 직원들도 뭐라고 하지 않아요. 손님들이 음식을 싸와도 뭐라고 안해요. 그래서 손님들이 직원들에게 음식을 나눠주기도 해요. 그런게 시골의 정서인 것 같아요. 시골의 정이 느껴져요. 상업적이지 않은 것 같아요. 그런점이 저는 좋더라고요. 여기 직원들도 모두 마을 주민이신 것 같더라고요..수건들도 빨아서 여기서 개키고 하시는 것을 보면서 깨끗하다는 느낌이 들었어요. 계산적이고 상업적으로 한다면 나도 같이 계산적이 될텐데.. 여긴 그런 분위기가 아니기 때문에 거기에서 오는 정서적인 힐링도 큰 것 같아요.”(30대/여성)

## 4.2.1.3. 범위성

참여자들은 농촌 치유관광에서 반드시 넓은 자연환경이 아니라도 창박을 통해 바라볼 수 있는 야외의 자연을 통해 자연속에 있음을 느낀다는 것을 알 수 있다. 아담하지만 자연적이고 농촌 다우면서도 세심한 관리가 중요한 것으로 나타났다.

“저는 농촌에 있는 이런 곳들이 너무 바뀌지 않으면 좋겠어요. 새로 개발을 하고 도로를 내고 변화되는 것이 아쉽더라고요. 옛날 도로 그대로가 좋는데.. 현지 사람들은 개발이 되는게 좋겠죠. 저희같은 관광객 입장에서는 도심에서 시골로 여행 오면 시골 같은 느낌이 나아되는데.. 자꾸 새건물 생기고 도로가 넓혀지고, 여기저기 공사를 하니 싫어요. 차로 드라이브를 해도 길이 구불구불하고 양 옆에 논도 있고 나무도 심어져 있고 하는게 좋아요.. 그런 환경이 눈의 피로도 풀리고 기분이 좋거든요. 도로 개설한다고 논 같은 거 다 없애고 다리 만들고.. 이런거는 낭비라고 생각해요. 있는 그대로가 좋는데 뭘 이렇게 새로 개발을 하는지 물론 여기 사는 분들한테는 새로 개발하면 금전적인 혜택도 있고 좋은 건 있겠지만.. 외부에서 온 관광객 입장에서는 옛스러운게 좋는데...”(40대/남성)

“여기는 장점이 계속도 있고 숲에 완전 쪽 들어와 있으니까 알면 계속 오게 되요. 도시에 있는 찻집방은 규모가 엄청 크잖아요. 그런데 여기는 그렇지 않아요. 규모는 작지만 관리하기도 좋으니까 관리가 잘 되어 깨끗해요. 시골이니까 바로 앞 자연을 볼 수 있어서 너무 좋은 것 같아요. 규모는 작지만 창 밖을 볼 수 있고 실내에서도 야외를 볼 수 있어서 자연 속에 있다는 것이 느껴져요.”(30대/여성)

“이렇게 아담한 곳이 저는 좋아요. 이렇게 소규모로 운영하면서 깨끗하게 관리하고 어느 시점이 되면 넓은 부분만 약간 리모델링하고, 그런 관리가 좋은 것 같아요. 그러니까 이곳이 좋은 거예요. 농촌다우면서도 적절한 관리와 손질.. 이런 것들이 세심하게 잘 되고 있다고 생각되요.”(40대/남성)

## 4.2.1.4. 적합성

농촌 치유관광은 참여자들이 필요로 하는 것과 일치하는 환경을 제공하고 있음을 알 수 있다. 참여자들은 맑은 공기와 환경, 자연 속에서 접하는 환경에 대한 감수성, 날씨 등에 대해 자신들이 요구하는 바와 농촌 치유관광이 충분히 부합된다고 생각하는 것으로 나타났다.

“도시보다도 환경이 좋고, 시설도 괜찮고, 도시보다 훨씬 나은 점이 많은 것 같아요. 농촌이라면 사람들이 허술하게 생각하잖아요. 그런데 와 보니 너무 좋은 거예요. 너무 인상적이고 음식도 맛있고 공기도 좋고 여러 가지로.. 어머니도 관절이 안 좋으시니까 여기에 오고 싶어하셨어요. 맨날 침 맞고 그러셨는데 여기 오니까 여기에도 한의원이 있고, 가족들과 함께 와서 그런지 더 편안하고 좋다고 하시네요..”(50대/여성)

“전에 이 건물 앞에 처마가 있었어요. 나가면 빗소리도 들을 수 있고 내 몸이 자연 속에 있는 게 너무 좋은 거예요. 도시에 살다 보면 찻집방이 모두 건물 안에 있잖아요. 여기는 문 열고 나가면 처마 밑에 앉아서 비 내리걸 볼 수 있는데.. 그 풍경을 보는게 참 좋더라고요.”(30대/여성)

“제가 여행을 많이 다녀요. 이동하면서 힘들고 지방에 내려가는 게 껄끄럽고 피곤하다 느낄 때 여기를 들리면 그런 게 없어져요. 나중에 시간 지나면 또 내려가서 하룻밤 푹 자고 와야지 이런 마음이 있죠. 특히 겨울 같은 때 오고 싶은 마음이 있죠. 날씨 좋고 이러면 생각이 나요. 여름철에는 좀 더 한테 여름철에 날씨가 더워도 여기는 도시보다 시원하잖아요. 제가 사는 인천 같은 경우는 공장지대가 많아요. 공기가 안 좋아요. 공업지역이고 그러니까 아무래도 여기 내려 오고 싶고. 여기 와서 살고 싶죠.”(40대/남성)

## 4.2.2. 활동적 요소

## 4.2.2.1. 치유성

참여자들은 자연환경 속에서 쉬는 것 뿐만 아니라 찻집, 체조



웃음치료, 쑥뜸 등 보다 더 적극적인 측면으로 치유적 속성을 가진 활동을 통해 회복경험에 도움을 받는 것으로 나타났다. 치유관광 참여자들이 다양한 치유적 목적을 가지고 오기 때문에 농촌 치유관광에서 주의회복에 도움이 되는 자연환경 뿐만 아니라 치유적 활동을 제공하는 것이 중요하다는 것을 알 수 있다.

“제가 근육이 안좋고 관절이 안좋아요 그때 와서 황토찜질을 하고 갔는데 너무 좋은 거예요. 몸이 가벼워지더라고요. 동네에도 찜질방이야 많죠. 여기저기 찜질은 많이 다녀봤지만 여기가 너무 좋아서 인상에 남아요. 차가 없어서 오기가 불편하지만 시간만 되면 자주 오고 싶어요. 시간 되는데로 어머니 모시고 오고 싶은 곳이에요. 너무 좋아요 저는 건강적 측면에서 치유효과도 좋고. 그래서 휴가 내고 왔어요.”(50대/여성)

“제가 근육 이완이 잘 안되고 류마티스가 있어서 몸이 안좋아요. 이런 곳이 저한테 꼭 필요하거든요. 집근처에는 이런 데가 없어요. 목욕탕만 왔다 갔다 하는데 여기는 너무 좋더라고요. 효과가 확실히 있더라고요. 제가 침은 맞아보지 않았는데 한 번 체험해보고 싶고. 다른 곳 많이 다녀봤지만 여기가 좋더라고요. 근육 이완도 잘 되고, 피로도 회복되고, 몸도 훨씬 가벼워지는게 느껴져서 좋더라고요.”(50대/여성)

“아무래도 나이도 있고 집안일을 하다보면 근육통이 있는데.. 여기에 오면 근육통 같은게 좋아지더라고요. 몸이 가벼워지고, 정신적인 건강에도 도움이 되고. 상쾌함을 느껴요. 친구랑 여기와서 하루종일 시간을 보내고 즐겁게 놀다가면 몸도 기분도 좋아져요.”(70대/여성)

“여기 있으면 참 좋아요. 좋다는 게 느껴져요. 여기 오기 전에는 마음이 많이 불안하고 그랬는데 여기 오니까 마음이 안정되고 편안하다는 느낌을 받아요. 몸이 아프니까 정신적으로 힘들었는데.. 여기에 오니까 정신적으로 좀 안정이 되는 것 같아요. 그리고 여기서 산책을 아침마다 사람들이랑 같이 가거든요.. 장기체류객들이랑 같이 가서 체조도 하고 아침에 산에도 올라가는데 30분 걸려요. 오후에 시간이 되면 밖에

도 나갔다고 운동하는 게 도움이 많이 돼요. 우리 같이 아픈 사람들이 머물 수 있는 이런 공간이 많이 없어요. 같은 처지에 있는 분들과 함께 어울려서 치유할 수 있는 데가”(50대/여성)

“저는 여기에 와서 건강이 많이 좋아졌어요. 밖에 있을 때는 스트레스를 많이 받았는데 여기 와서 몸이 좋아지더라고요. 스트레스 같은 걸 접어 넣어버리니까 몸도 자생적으로 좋아졌겠지만.. 경치 좋고 조용하고 스트레스 안 받고 하니깐 좋아질 수밖에 없었다고 봐요.”(50대/남성)

“여기서 아침에 산에 올라갔다 오고 사람들이랑 같이 웃음치료도 받고 하루의 시작을 즐겁게 해요. 여기서 장기투숙하시는 분들하고 건강에 대한 정보도 많이 교환하지요. 요즘 워낙 질병도 많고 연세드신 분들도 많아서 이런 곳이 있다는게 좋은 것 같아요.”(50대/남성)

“평소에 스트레스 받고 그런게 여기와서 찜질도 하고 쉬어가면 편안함이 있어요. 걱정거리가 없어지고 안정감이랄까. 여행 비용도 다른 데에 비해서 저렴하고 시설대비 괜찮은 거 같아요. 저도 여기 오기 전에는 다른 지역에도 많이 돌아다녀봤지만 여기처럼 편안한 데는 없었어요. 예전에 일을 쉴 때는요. 한 달에 보름 가까이 여기에 있었어요. 주변에 여행도 다니면서요. 그리고 잠은 여기서 자요. 그만큼 편안하니까”(40대/남성)

4.2.2.2. 여가성

농촌 치유관광 참여자들은 질병 치료에 도움을 받고자 자연속에서 체류하는 경우를 제외하고는 대부분 가족이나 친구들과 함께 방문하는 경우가 대부분인 것으로 나타났다. 농촌 치유관광에서는 치유적 혜택 뿐만 아니라 동반자들과 함께 치유를 경험하고 여가를 보냄으로써 관광으로서의 즐거움을 나눌 수 있는 것이 중요한 치유적 환경의 구성요인이 되고 있음을 알 수 있다.

“저는 이 마을에 가족들과 함께와서 웰빙식당에서 건강한 식재료로 만든 로컬푸드도 식사도 하고, 황토펜

선에서 숙박도 했거든요. 어머니는 여기 한의원에서 침도 맞고 하시니까 좋아하시더라고요..”(50대/남성)

“마을 안에 에코어드벤처 놀이시설도 있고 너무 좋은 거예요. 공기도 좋고, 어르신들이나 몸이 안좋은 신 분들을 모시고 오면 더욱 좋지요. 시간 되는데로 가족들하고 계속 오고 싶어요. 아무튼 저는 여기가 마음에 들고 여행지로 너무 좋아요..”(50대/여성)

“집사람과 여행 이렇게 오는 것만 해도 스트레스가 많이 풀리고, 여기 와서 좋은 거 보면 피로가 풀리지요. 평소에도 산림욕장을 많이 가요. 다른데 여행가도 숙박은 산림욕장에 예약을 해서 숙박하는 편이죠. 자연에서 많은 걸 바라는 게 아니잖아요. 자연에 있으면서 쉬는 게 그냥 좋은 거죠. 자연속에서 여가를 보내는 자체가 즐거움이죠.”(50대/남성)

“저는 나이가 좀 있다보니. 제 연령대에 있는 사람들이랑 모임이 있을 때 여기를 함께 오기도 했어요. 황토방에서 숙박도 하구요. 그리고 평소에 마음에 맞는 친구랑 같이 종종 와요. 공기도 좋고 분위기도 좋고 해서요. 친구랑 둘이 얘기하면서 찻집하고 숙제도 해보고 놀다가 가요.”(70대/여성)

“공기가 너무 좋고 저 같은 환자들이 있기에는 무리하지 않고, 볼거리도 있고, 주말 되면 사람들도 많이 오고. 혼자 있고 싶으면 저 위에 가서 놓고. 그리고 또 가깝잖아요. 친구랑. 언제든지 나가서 불일도 보고 다시 여기로 들어오고. 왔다 갔다 할 수 있어서 좋아요.”(50대/여성)

“가족들과 함께 와서 집사람은 뜰도 뜨고, 침도 맞고. 저는 에코어드벤처에서 손자랑 같이 놀았어. 여기 와서 하루종일 치유도 하고 가족들과 놀고, 지역에서 재배하는 힐링음식도 먹고 좋아요.”(60대/남성)

“저는 이 마을에 2개월 머물다가 건강이 좋아져서 지금은 집으로 돌아갔지만, 가끔씩 함께 지냈던 숙박객 동료이 생각나서 다시 놀러와요. 여기서 그들과 이런 저런 이야기도 하고 시간을 보냅니다.”(50대/남성)

“가족들이 모일때 한 번씩 여기 와서 모이는 것도 좋을 것 같아요.. 가족들이 함께 찻집하면서 대화 많이 하시잖아요. 삼삼오오 모여서.. 며느리라던가 사위라던가 그 집이 불편할 수 있어요. 이런 데서는 대화도 자유롭게 할 수 있어서 좋을 것 같아요..”(40대/남성)

#### 4.3. 농촌 치유관광을 통한 회복경험

농촌 치유관광을 통한 회복경험을 종합적으로 살펴보면, 참여자들은 일상을 벗어나 자연 속에서 휴식하며 스트레스에서의 회복을 경험하고 있다는 것을 확인하였다. 일상과 단절된 정신적, 신체적 이완과 숙면 등 깊은 휴식을 통해 심신의 일상회복을 느끼고 있는 것으로 나타났다.

“저는 이런곳이 너무 좋아서.. 이런 농촌에서 사는 게 꿈이에요. 이 근처에 농가주택이나 이런데 있으면 구입하고 싶은 생각도 있어요. 땅값까지 알아봤는데.. 좀 비싸더라고요. 폐가나 이런 곳 있으면 사놓고 별장처럼 쓰고 싶은 마음이 많아요. 그렇지만 여러 가지 여건상 이루지를 못하고 있어요. 그래도 이렇게 이런 곳에 한 번씩 왔다기면 평상시에 가지고 있던 정신적인 스트레스도 많이 풀리고 생활에 큰 활력소가 되는 것 같아요.”(50대/남성)

“저는 이 마을에서 2개월 정도 머물다가 건강이 호전되어 지금은 집에 돌아가 일상생활을 하고 있어요. 저는 여기에 얼마 안 있었지만. 다른 것 보다도 자연속에서 생활하면서 조용하고 스트레스 안 받으니까 좋더라고요. 여기 뭐 즐기러 왔나요. 쉬러왔지.”(50대/남성)

“저희 가족은 여기오면 마음이 되게 편하고 좋아요. 여기오면 잠도 잘 자고. 동생들하고도 왔었고, 친정엄마도 두어 번 모시고 왔었어요. 오신 분들은 모두 몸도 마음도 개운하다고 너무 좋아하시죠.”(30대/여성)

“여기 오면 일단 공기가 좋고 쉬는 동안에 눈이 밝아져요. 그냥 와서 쉬어 가기만 해도 스트레스가 풀려요. 집에서 집안일하고 오면 몸이 무거운데 여기서 쉬는 동안 몸도 가벼워지고 눈이 밝아진 거 같아요. 찻집방도 좋아요. 다른 데보다. 고온도 좋고 저온도

좋고 우리가 느끼기에 좋으니까 오는 거지.. 찻집방 얼마나 많아요. 그런데 여기는 달라요. 여기 와서 쉬었다 가면 기분도 상쾌하니 좋고 정말 힐링이 되지요. 우리 나이에 많은걸 바라지는 않는데.. 좋으니까 오는거지요”(70대/여성)

농촌 치유관광의 참여자들은 치유관광을 통해 회복경험을 하고 있다는 것을 확인할 수 있었다. 농촌 치유관광에서는 자연친화적인 환경에서 느낄 수 있는 치유적 측면 뿐만 아니라, 가족이나 지인들과 여유로운 시간을 함께 보내고 힐링의 경험을 공유할 수 있는 장소로서 관광적 측면도 회복경험에 기여하고 있다는 것을 알 수 있다.

“제가 주위 사람들에게 제 경험을 많이 이야기했어요. 그래서 이 마을에 오시겠다고 하는 분들이 많아요. 제 친구도 제가 좋다고 하나까 가족들과 함께 오겠다고 하더라고요. 제가 여기에서 효과를 느끼니까 저절로 얘기를 하게 되더라고요. 사람들이 다른데 가면 북적 북적하고 힘든데 여기오면 조용하기도 하고 좋은 게 많다고 멀리서도 오시더라고요. 저도 모임이 있고 하면 사람들이랑 다른데 안가고 여기에 같이 오고 싶어요.”(60대/남성)

“복잡한데 보다 이런 조용한데 여행오게 되어 매우 만족해요. 요즘 도시 사람들은 스트레스가 많아서 힐링할 수 있는 곳을 찾는데.. 이런 치유마을을 앞으로 사람들이 많이 찾을거라고 생각해요.”(50대/남성)

“여기에서 너무 좋았어요. 다음에 식구들이 됐든. 친구들이 됐든.. 또 한번 오려구요. 사람들이 시간적 여유가 있으면 이런데 와서 하루 이틀 보내고 가는게 정신건강에도 좋고. 시간을 보내기에 좋다고 생각해요.”(50대/여성)

“인천에서 오래 살아서 지방으로 떠나보자 하던 차에 내년엔 전주로 이사 올 예정이에요. 전원주택을 꿈 꿔는데 선블리 하면 안 되겠다고 생각했어요. 그래서 일단 살아보고 선택을 하자 해서. 전주에 있는 아파트로 이사를 해요. 제가 이 근방으로 이사를 결정한 데에는 이곳이 가장 큰 역할을 했다고 생각해요.”(40대/남성)

본 연구에서는 인터뷰 참여자들에 대한 분석결과를 바탕으로 농촌 치유관광에서 회복환경을 구성하는 요소를 벗어남, 매력성, 범위성, 적합성, 치유성, 여가성으로 구분하여 <표 3>과 같이 제시하였다.

<표 3> 농촌 치유관광 회복환경의 구성요소

구분	구성요소	내용
환경	벗어남	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 도시의 삶, 일상에서 벗어남</li> <li>• 타인을 의식하지 않고 지냄</li> <li>• 조용하게 휴식을 취함</li> </ul>
	매력성	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 농촌성을 느낄 수 있는 풍경, 시골길, 음식, 주민, 시골의 정서와 분위기를 경험</li> </ul>
	범위성	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 건물 창밖을 통해 보이는 야외의 자연환경</li> <li>• 아담하지만 자연적인 농촌의 공간</li> </ul>
	적합성	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 자연 속에서 느끼고 싶은 환경에 대한 감수성</li> <li>• 피로를 풀고, 맑은 공기를 마시고, 겨울에는 따뜻하게 여름에는 시원하게 보내고자 하는 내면적 동기와 부합하는 특성</li> </ul>
활동	치유성	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 다양한 치유적 목적에 부합할 수 있는 치유적 속성을 가진 활동</li> </ul>
	여가성	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 관광 동반자들과 함께 치유를 경험하고 여가를 보내면서 관광으로서의 즐거움을 나눔</li> </ul>

## 5. 결론

회복경험에 대한 연구들은 각기 다양한 환경에서 개인이 시간을 보낼 때 주의가 회복되는 경험에 대해 연구해왔다. 본 연구는 농촌 치유관광객의 회복경험에 대해 질적연구를 통해 분석하였다. 이를 위해 농촌 치유관광마을을 방문한 방문객들을 대상으로 심층면접조사를 실시하여 농촌 치유관광에 대한 기대, 회복경험 등을 분석하였다.

농촌 치유관광객들은 자연 속에서 가족, 친구 등과 함께 여행하기에 좋을 것이라는 기대 또는 외부와 단절된 시간, 오염이 안된 자연을 통해 건강에 도움을 받을 수 있을 것이라는 기대를 가지고 있는 것으로 나타났다. 농촌 치유관광의 회복환경은 Kaplan(1995)가 자연환경에서의 회복환경에 대해 제시한대로 벗어남, 매력성, 범위성, 적합성이 포함되었다. 그러나 기존 선행 연구에서는 자연 속에서 여가를 보내기 위한 환경적인 측면만을 고려했다면, 농촌 치유관광에서는 치유성, 여가성 등 활동적인 측면 또한 중요한 구성요인이 되는 것으로 나타났다. 농촌 치유관광에서는 치유라는 개념의 적극적 개입이 필요하며, 관광활동으로서 여행 동반자들과 함께 치유의 경험을 나누고 즐거운 시간을 보낼 수 있는 여가성이 중요한 구성요인이 되는 것으로 나타났다.

농촌 치유관광객들의 회복경험을 종합적으로 살펴보면, 일상을 벗어나 자연 속에서 휴식하는 동안 정신적, 신체적으로 심신의 일상회복을 경험하고 있는 것으로 나타났다. 또한 농촌 치유관광에서는 치유적 요소 뿐만 아니라 관광적 요소도 회복경험을 구성하는 중요한 회복환경 요인으로 나타나고 있다.

본 연구의 분석결과를 바탕으로 농촌 치유관광 운영을 위한 시사점을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 농촌 치유관광에 대한 정보가 많지 않은 상황에서 방문객들은 처음에 구전이나 방송을 통해 알고 방문하여 좋을 것이라는 막연한 기대를 가지고 왔다가 구체적인 회복경험을 통해 지속적으로 방문하게 되는 경우가 많은 것으로 나타나고 있다. 이는 아직 소비자들에게 농촌 치유관광에 대한 이미지 형성이 미흡한 단계라는 것을 의미한다. 따라서 농촌 치유관광에서 경험할 수 있는 다양한 회복경험에 대한 효과적인 홍보를 통해 농촌 치유관광에 대한 이미지를 구축하는 것이 필요하다고 판단된다.

둘째, 농촌 치유관광에서 회복환경을 구성하는 요소로 자연환경과 관련된 벗어남, 매력성, 범위성, 적합성 등 환경적 요소 뿐만 아니라, 치유성과 여가성 등 활동적 측면이 중요한 구성요소로 나타나고 있다. 이는 농촌 치유관광이 일반적인 농촌관광과 달리 치유라는 개념이 도입된 관광이며, 농촌 치유관광도 관광의 한 형태로서 관광적인 특성을 중요하게 고려해야 된다는 것을 의미한다. 따라서 농촌 치유관광 활동에서는 구체적인 치유활동의 개입이 중요하다. 또한 관광활동으로서 여행 동반자들이 함께 치유를 경험하고 관광의 즐거움을 나눌 수 있도록 관광적인 요소를 구성하는 것이 필요하다.

셋째, 농촌 치유관광객들은 치유관광을 통해 심신의 일상회복을 경험하는 것으로 나타나고 있다. 농촌이 여가와 힐링의 장소로 자리매김 할 수 있도록 농촌 치유관광의 품질을 관리하는 것이 필요하다. 이를 위해서는 고객 특성에 맞는 세분화된 고객 관리를 통해 서비스를 차별화하는 것이 효과적일 것이다.

본 연구는 농촌 치유관광에서의 회복경험을 분석한 연구가 거의 없는 상황에서 질적연구를 통해 현상을 범주화함으로써 농촌 치유관광에서 회복환경의 구성요소를 도출하였다는 점에서 학술적 의의가 있다. 실무적으로는 농촌 치유관광 운영자들이 농촌 치유관광의 회복환경에 대한 이해를 통해 효율적인 운영 전략을 수립하는데 필요한 방향을 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 그러나 본 연구는 질적연구를 통해 특정 대상지에 방문한 관광객들의 사례를 바탕으로 현상을 탐색적으로 분석한 결과이기 때문에 전체로 일반화하기에 한계가 있다. 향후 연구에서는 지역과 대상의 범위를 확대하여 치유관광객의 의견을 다각도에

서 분석하여 본 연구의 결과를 검증하고 발전시키는 것도 의미가 있으리라 생각된다.

## 참고 문헌

1. 김경희, & 황대용. (2019). 농촌 치유관광의 당면과제. *농촌 지도와 개발*, 26(2), 69-84.
2. 김지효, & 나운중. (2019). 탈일상 동기의 관광지 현장체험, 치유효과에 대한 영향 연구. *관광레저연구*, 31(5), 89-108.
3. 김진옥, & 김도영. (2015). 힐링관광 참여자의 주의회복과 치유프로그램에 대한 감정이 삶의 만족과 충성도에 미치는 영향. *호텔경영학연구*, 24(4), 161-178.
4. 김진옥, 김남조, & 한승훈. (2016). 치유관광에서 자연을 통한 감정조절과 지각된 회복환경이 의사결정과정에 미치는 영향. *관광연구저널*, 30, 47-60.
5. 김진옥, & 이충기. (2017). 한국형 치유관광의 개념모델 정립 및 치유효과 분석에 관한 연구: 자연기반 아웃도어 레크리에이션 참여자를 중심으로. *관광연구저널*, 31(5), 5-21.
6. 김진옥, & 김남조. (2019). 자연기반 치유프로그램에 참여한 관광객의 마음챙김(Mindfulness), 치유회복환경 지각, 주의회복, 삶의 질의 관계에 관한 탐색적 연구. *관광학연구*, 43(2), 55-78.
7. 오익근, & 김연선. (2006). 포커스그룹인터뷰의 관광연구 적용. *관광학연구*, 30(1), 433-439.
8. 진효화, & 이계희. (2019). 중국 산수실경공원 관람객의 관여도와 회복환경지각이 긍정적 감정과 만족도에 미치는 영향. *관광레저연구*, 31(8), 155-173.
9. Abraham, A., Sommerhalder, K., & Abel, T. (2010). Landscape and well-being: A scoping study on the health-promoting impact of outdoor environments. *International Journal of Public Health*, 55(1), 59-69.
10. Andereck, K., McGehee, N. G., Lee, S., & Clemmons, D. (2012). Experience expectations of prospective volunteer tourists. *Journal of Travel Research*, 51(2), 130-141.
11. Barsky, J. D. (1992). Customer satisfaction in the hotel industry: Meaning and measurement. *Hospitality Research Journal*, 16, 51-73.
12. Chen, C. C., Huang, W. J., & Petrick, J. F. (2016). Holiday recovery experiences, tourism satisfaction and

- life satisfaction-Is there a relationship?. *Tourism Management*, 53, 140-147.
13. Chen, C. C., Petrick, J. F., & Shahvali, M. (2016). Tourism experiences as a stress reliever: Examining the effects of tourism recovery experiences on life satisfaction. *Journal of Travel Research*, 55(2), 150-160.
  14. Coleman, D., & Iso-Ahola, S. E. (1993). Leisure and health: The role of social support and self-determination. *Journal of Leisure Research*, 25(2), 111-128.
  15. Decrop, A. (2004). Trustworthiness in qualitative tourism research. In J. Phillipmore & L. Goodson (Eds.), *Qualitative research in tourism: Ontologies, epistemologies and methodologies* (p. 169). London: Routledge.
  16. Donovan, R. J., & Rossiter, J. R. (1982). The ecological validity of photographic slides and videotapes in simulating the service setting. *Journal of Consumer Research*, 19, 271-280.
  17. Hartig, T., & Staats, H. (2004). Restorative environments. *Encyclopedia of applied psychology*, 3, 273-279.
  18. Herzog, T. R., Ouellette, P., Rolens, J. R. & Koenigs, A. M. (2010). Houses of worship as restorative environments. *Environment and Behavior* 42, 395-419
  19. Hobfoll, S. E. (1998). *Stress, culture, and community: The psychology and physiology of stress*. New York: Plenum.
  20. Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge: Cambridge University Press.
  21. Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*, 15(3), 169-182.
  22. Kaplan, R., Kaplan, S., & Ryan, R. L. (1998). *With people in mind-design and management of everyday nature*. Covelo, CA: Island press.
  23. Kaplan, S., & Berman, M. G. (2010). Directed attention as a common resource for executive functioning and self-regulation. *Perspectives on Psychological Science*, 5(1), 43-57.
  24. Kawakubo, A., & Oguchi, T. (2019). Recovery experiences during vacations promote life satisfaction through creative behavior. *Tourism Management Perspectives*, 30, 240-250.
  25. Kopp, M .S., & Rethelyi, J. (2004). Where psychology meets physiology: Chronic stress and premature mortality - the Central-Eastern European health paradox. *Brain Research Bulletin*, 62(5), 351-367.
  26. Korpela, K. M., Ylén, M., Tyrväinen, L., & Silvennoinen, H. (2008). Determinants of restorative experiences in everyday favorite places. *Health & place*, 14(4), 636-652.
  27. Korpela, K. M., Ylén, M., Tyrväinen, L., & Silvennoinen, H. (2010). Favorite green, waterside and urban environments, restorative experiences and perceived health in Finland. *Health Promotion International*, 25(2), 200-209.
  28. Lee, K., Choo, S., & Hyun, S. S. (2016). Effects of recovery experiences on hotel employees' subjective well-being. *International Journal of Hospitality Management*, 52, 1-12.
  29. Richards, G. (1999). Vacations and the quality of life: Patterns and structures. *Journal of Business Research*, 44(3), 189-98.
  30. Schreyer, R., & Roggenbuck, J. W. (1978). The influence of experience expectations on crowding perceptions and social-psychological carrying capacities. *Leisure Sciences*, 1, 373-94.
  31. Spiggle, S. (1994). Analysis and interpretation of qualitative data in consumer research. *Journal of Consumer Research*, 21, 491-503.
  32. Spradley, J. (1979). *The ethnographic interview*. CA: Wadsworth.
  33. Staats, H. (2012). Restorative environments. In S. Clayton (Ed.), *The Oxford handbook of environmental and conservation psychology* (pp.445-458). New York, NY: Oxford University Press.
  34. Sirgy, M. J., Kruger, P. S., Lee, D. J., & Yu, G. B. (2011). How does a travel trip affect tourists' life satisfaction?. *Journal of Travel Research*, 50(3), 261-275.
  35. Sonnentag, S., & Fritz, C. (2007). The recovery experience questionnaire: Development and validation of a measure for assessing recuperation and unwinding from work. *Journal of Occupational Health Psychology*, 12(3), 204-221.
  36. van der Linden, D., Frese, M., & Meijman, T. F. (2003). Mental fatigue and the control of cognitive processes: Effects on perseveration and planning. *Acta Psychologica*, 113(1), 45-65.
  37. von Lindern, E. (2015). Setting-dependent constraints on human restoration while visiting a wilderness park. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 10, 29-37.

38. Weng, P. Y., & Chiang, Y. C. (2014). Psychological restoration through indoor and outdoor leisure activities. *Journal of Leisure Research*, 46(2), 203-217.
39. Yoon, Y., & Uysal, M. (2005). An examination of the effects of motivation and satisfaction on destination loyalty: A structural model *Tourism Management*, 26(1), 45-56.

---

*Received 12 August 2019; Revised 30 August 2019; Accepted 07 September 2019*



Dr. Kim, Kyung-Hee is a Researcher of Department of Agricultural Environment in the National Institute of Agricultural Sciences, Rural Development Administration, South Korea. Her research field is rural tourism.

Address: Department of Agricultural Environment, National Institute of Agricultural Sciences, Rural Development Administration, 166, Nongsaengmyeong-ro, Iseo-myeon, Wanju-gun, Jeollabuk-do 55365, Republic of Korea

E-mail: khkim08@korea.kr  
phone: 82-63-238-2630



Dr. Hwang, Dae Yong is a Senior Researcher of Department of Agricultural Environment in the National Institute of Agricultural Sciences, Rural Development Administration, South Korea. His research fields are rural tourism and traditional resources development.

Address: Department of Agricultural Environment, National Institute of Agricultural Sciences, Rural Development Administration, 166, Nongsaengmyeong-ro, Iseo-myeon, Wanju-gun, Jeollabuk-do 55365, Republic of Korea

E-mail: hdy@korea.kr  
phone: 82-63-238-2628