



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

여가스포츠 참여자의 여가제약과
제약타개전략 및 지속의도의 관계

지도교수 김 덕 진

제주대학교 교육대학원

체육교육전공

김 진 우

2015년 8월

<국문초록>

여가스포츠 참여자의 여가제약과 제약타개전략 및 지속의도의 관계

김진우

제주대학교 교육대학원

체육교육전공

지도교수 김덕진

본 연구의 목적은 여가스포츠 참여자의 여가제약과 제약타개전략 및 지속의도의 인과 관계를 알아보는데 있다. 아울러 여가제약과 지속의도의 관계에서 제약타개전략의 매개효과를 규명하고자 하였다. 이를 위하여 제주특별자치도에서 여가스포츠에 참여하는 성인 389명을 대상으로 여가제약 질문지, 제약타개전략 질문지, 지속의도 질문지를 통하여 자료를 수집하였다. 수집한 자료를 분석하기 위하여 SPSS 18.0 통계프로그램과 AMOS 18.0 프로그램을 사용하여 요인분석, 신뢰도분석, 상관관계분석, 기술통계분석, 구조방정식 모형 분석을 실시하여 다음과 같은 주요 결과를 얻었다.

첫째, 성별에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 검증한 결과 여가제약, 제약타개전략, 지속의도 모두 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 연령에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 검증한 결과 제약타개전략에서 50대 이상, 40대 집단보다, 20대 집단이 높은 것으로 나타났으며, 지속의도에서 50대 이상, 20대 집단보다, 30대 집단이 높은 것으로 나타났다. 또한 종목에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 검증한 결과 제약타개전략에서 개인종목 집단보다, 대인종목, 단체종목이 더 높은 것으로 나타났으며, 시간에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 검증한 결과 여가제약에서 2시간 이상, 약 2시간 집단보다 약 1시간 집단이 더 높은 것으로 나타났다. 둘째, 여가제약은 지속의도에 부(-)의 직접 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 여가제

약은 제약타개전략에 정(+)²의 직접 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 제약타개전략은 지속의도에 정(+)²의 직접 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 여가제약과 지속의도의 관계에서 부분 매개효과가 있는 것으로 나타났다.

본 연구의 결과는 제약타개전략을 통해 여가스포츠 참여자가 경험하는 여가제약을 완화하고 타개시켜 여가스포츠 참여를 지속하는데 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타나 여가스포츠 참여자들의 여가제약을 타개하고 스포츠 참여를 촉진시키는데 유용한 정보를 제공할 수 있음을 시사하고 있다.

목 차

I. 서론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	4
3. 연구의 모형	4
4. 연구의 가설	4
5. 용어의 정의	5
II. 이론적 배경	7
1. 여가의 개념	7
1) 여가의 정의	8
2. 여가스포츠 개념	10
3. 여가제약	12
4. 제약타개전략	15
5. 지속의도	17
6. 선행연구의 고찰	18
1) 여가스포츠 참여자의 여가제약과 지속의도의 관계에 대한 선행연구	18
2) 여가스포츠 참여자의 여가제약과 제약타개전략의 관계에 대한 선행연구	20
3) 여가스포츠 참여자의 제약타개전략과 지속의도의 관계에 대한 선행연구	22
III. 연구방법	24
1. 연구대상	24
2. 측정도구	25
1) 여가제약	25

2) 제약타개전략	27
3) 지속의도	29
3. 연구절차	29
4. 자료분석	29
IV. 연구결과	31
1. 인구통계학적 특성에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이	31
2. 여가스포츠 참여자들의 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 기술통계량 및 상관관계 분석	35
1) 측정변인들의 기술통계량과 분포특성	35
2) 잠재변인간의 상관관계	36
3. 매개효과 검증을 위한 구조모형 분석	37
1) 측정모형 검증	37
2) 모형의 평가	39
3) 최종모형의 매개효과 검증	41
V. 논의	42
VI. 결론	49
참고 문헌	51
ABSTRACT	58
부록 : 연구의 설문지	60

표 목차

표 1. 연구대상의 일반적 특성	24
표 2. 설문지의 주요 구성내용	25
표 3. 여가제약의 척도의 타당도 및 신뢰도 분석결과	26
표 4. 제약타개전략 척도의 타당도 및 신뢰도 분석결과	28
표 5. 성별에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이분석 결과	31
표 6. 연령에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이분석 결과	32
표 7. 종목에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이분석 결과	33
표 8. 시간에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이분석 결과	34
표 9. 측정변인의 기술 통계량	35
표 10. 전체 변인간의 상관분석 결과	36
표 11. 잠재변인의 상관분석 결과	37
표 12. 측정모형의 적합도 지수	38
표 13. 측정모형의 경로계수와 유의성 검증	38
표 14. 연구모형의 적합도 지수	39
표 15. 연구모형 및 경쟁모형의 경로계수와 유의성 검증	39
표 16. 매개효과 검증 결과	41

그림 목차

그림 1. 연구모형(부분매개 모형)	4
그림 2. 여가제약 모델(Crawford & Godbey, 1987)	13
그림 3. 여가제약 위계적 모형(Crawford, Jackson & Godbey, 1987)	13
그림 4. 여가제약 유형들 간의 상호작용 모델 (Crawford, Jackson & Godbey, 1993)	16
그림 5. 측정모형(표준화계수)	38
그림 6. 연구모형(부분매개)의 표준화 추정치	40
그림 7. 경쟁모형(완전매개)의 표준화 추정치	40

I. 서론

1. 연구의 필요성

최근 들어 주5일제 근무가 이루어지고, 노동시간이 단축되었으며, 조기정년으로 인한 활동시간의 증가와 생업에의 투자시간 감소 등으로 여가시간이 증가하여 노동 중심에서 여가 중심의 생활양식으로 변모하고 있다. 이러한 점에서 현대인들은 점차 건강에 관심을 갖고 여가를 즐기는 사람들이 증가하고 있으며 스포츠가 일상생활에서 일부분이 되면서 여가스포츠에 대한 관심과 필요성은 중요한 의미를 가진다. 하지만 국민생활체육회에서 조사한 “2013 국민 생활체육참여 실태조사”에 따르면 2006년 83클럽 2,702명이었던 동호인의 수가 2009년 98클럽 3,646명으로 크게 증가 되었으나 2013년에는 82클럽 3,081명으로 점차 줄어들고 있는 추세이며, 규칙적인 여가스포츠로 활동하는 인구는 2006년 44.1%, 2008년 34.2%, 2010년 41.5%, 2012 35%, 2013 31.40%로 여가스포츠참여 인구가 2010년 이후 점차 낮아지고 있음을 나타내고 있다(문화체육관광부, 2013). 또한 통계청에서 조사한 “2014 여가·문화생활 통계”에 따르면 국민이 희망하는 여가·문화생활로 TV 및 DVD 시청이(59.9%) 가장 많았으며, 컴퓨터게임(14.3%), 여행(12.1%), 문화예술관람(10.7%), 스포츠 활동(9.9%) 등이 뒤를 이었다(통계청, 2014). 이처럼 대부분의 많은 현대인들은 여가시간을 TV 시청, 예술관람 등 비활동적인 생활을 하고 있음을 알 수 있다.

여가스포츠는 좌식 생활을 하는 사람들에게 활동적인 여가를 통하여 신체적, 정신적으로 건강해질 수 있는 체력증진은 물론 건강유지와 정서적으로 안정을 유지하여 삶의 질을 높일 수 있는 재충전의 기회를 제공한다. 이는 다른 어떤 여가활동보다도 스포츠 활동이 개인에게 삶의 질적 향상과 행복 등 다양한 혜택을 제공해 주는 요인이라 인식되어지고 있으므로 현대사회에서의 여가스포츠는 매우 가치 있는 활동으로 인정받고 있다(정용민, 2001). 하지만 이영란(2011)은 여가활동 참여자가 여가활동에 참여하고 싶어 할지라도 직업, 일, 시설과 프로그램, 동반자의 부족 등 다양한 여가제약의 요인들로 인하여 여가스포츠 참여자의 참여에 부정적인 영향을 준다고 보고하였다.

이렇게 여가활동 참가자가 여가활동에 참여는 하고 있으나 불만족하게 되는 상태 또는 참여하고 싶지 않거나 참가를 어렵게 하거나 감소시켜 참가를 방해하는 요소를 여가제약

이라 정의하고 있다(Kay & Jackson, 1991). 이러한 여가제약은 원인에 따라서 내재적 제약, 대인적 제약, 구조적 제약의 세 측면으로 설명 할 수 있다(Crawford & Godbey, 1987; Crawford, Jackson & Godbey, 1991; Raymore, Godbey, Crawford & vonEye, 1993; 정철, 정관수, 이승구, 정우철, 2004, 재인용). 국내에서 여가제약을 연구했던 선행연구자인 이문진, 황선환(2012), 백정숙, 이계희(2006)의 연구를 살펴보면, 운동시설과 가치, 동반자, 부담, 시간부족, 일의 피로감, 경제적 문제를 여가스포츠 참여의 제약 요인들이라고 설명하였으며, 한승진(2010)은 스키어들의 여가제약이 클수록 여가활동 참가가 줄어들고, 레크리에이션 전문화로 발전 가능성이 줄어들 것이라고 설명하였다. 또한 김성희, 이철원(2003)의 연구에서 시간적 제약, 경제적 제약, 주변 의식적 제약을 참여제약으로 제시하였고, 홍성희(1991)도 여가참여의 시간과 장소, 비용이 참여에 제약을 가하는 요인으로 설명하고 있다. 이처럼 기존의 여가제약 연구는 여가제약의 측정과 제약 이와 연관된 항목과 내용, 변인 연구, 그리고 제약모형 연구 중심의 이론적인 연구가 대부분이었으며, 개인의 여가행동에 대한 제한적인 부분만 이해가능하다는 한계가 있어 여가 스포츠의 지속적인 참가를 높이기 위한 설명으로는 연구가 부족한 실정이다.

Crawford(1991) 등 다수의 학자들은 여가제약이 항상 참가를 제한하는 것은 아니라고 보고하고 있으며, 여가활동의 지속적인 참가에 영향을 주는 것은 제약의 유무보다 여가제약이 극복노력을 통해 지속적인 참가에 영향을 끼친다고 설명하였다. 또한 여가제약은 극복노력을 통해 충분히 타개 가능한 요인이 되기 때문에 지속적인 여가활동 참가결정에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 가능성이 제시 되었다. 이에 여가스포츠 참여자들의 여가참여 지속을 한층 더 높이기 위해 여가제약 연구의 중요성과 더불어 여가제약을 어떻게 극복할 것인가에 관한 제약타개전략(constraint negotiation strategies)의 학문적인 연구의 중요성이 있을 것이라 생각된다.

제약타개전략은 여가스포츠 참여자들이 활동을 방해하거나 중도 탈락하게 하는 등의 제약요인에 직면하였을 때, 다양한 노력을 이용하여 이를 극복하거나 타개하는 행위를 말한다. 외국에서의 제약타개전략에 관한 연구는 다양하게 시도되고 있었으며, 국내에서는 2000년부터 제약타개전략에 대한 연구가 국내에 들어오기 시작하였지만 국내 실정에 맞는 측정도구의 부재 때문에 연구가 미진한 실정이었다. 하지만 김경식, 황선환, 원도연(2007)이 제약타개전략에 대한 척도를 번안하고 개발하여 그동안 외국에서만 진행되었던 제약타개전략에 대한 연구를 국내에서도 가능케 하였다. Hubbard & Mannell(2001)은 여가 참여

자가 여가제약에 직면하게 될 때, 보다 더 적극적인 여가 참여를 위하여 제약타개전략을 사용하게 되며 이때 개인적, 사회적 자원을 동원하여 자신의 주변에서 발생하는 여가제약에서 오는 부정적 효과를 없애거나 감소시켜 긍정적인 여가 참여를 가능하게 할 뿐만 아니라, 여가 참여의 빈도와 강도를 증가시키는 역할을 한다고 보고 하였다. 김경식, 진은희, 구경자(2009)는 여가참여는 여가제약의 부재에서 오는 것이 아니라 여가제약이 발생하였을 때, 이를 어떻게 극복하느냐가 여가참여의 새로운 변수로 작용한다고 하였다. 또한 황선환과 서진희(2009)의 연구에서는 제약타개전략을 진지한 여가를 위한 긍정적인 요소라고 하였으며, 제약타개전략을 통하여 여가제약을 극복함으로써 여가활동에 지속적으로 참여할 수 있다고 하였다. 이상의 선행연구를 종합해보면, 적극적이면서 다양한 제약타개전략은 개개인이 느끼게 되는 여가제약의 빈도나 강도를 감소시키는 효과가 있으며, 제약요인의 극복을 통해 여가 참여를 촉진시켜 지속적인 여가활동 참여를 유도하는데 많은 도움이 될 것으로 생각된다. 하지만 지금까지 국내에서의 이루어진 대부분의 선행연구는 여가 참여 동기와 여가제약, 여가제약협상의 관계에 대한 연구가 대부분이며, 여가제약과 제약타개전략 및 지속의도 관계의 분석연구는 미비한 실정이다(황선환, 2009).

따라서 본 연구는 여가스포츠 참여자의 여가제약과 제약타개전략 및 지속의도의 인과 관계를 규명하고 여가제약과 지속의도의 관계에서 제약타개전략의 매개효과를 검증하는데 있다. 이를 통해 여가스포츠 참가자의 참여를 위협하는 제약요인을 타개하기 위한 유익한 정보를 제공할 수 있기에 연구의 필요성이 있다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 여가스포츠 참여자들의 지각한 여가제약과 제약타개전략 및 지속의도의 인과관계를 살펴보고, 여가제약과 지속의도간의 관계에서 제약타개전략의 매개효과를 검증하고자 한다.

3. 연구의 모형

본 연구에서 설정한 연구모형은 다음 <그림 1>과 같다.

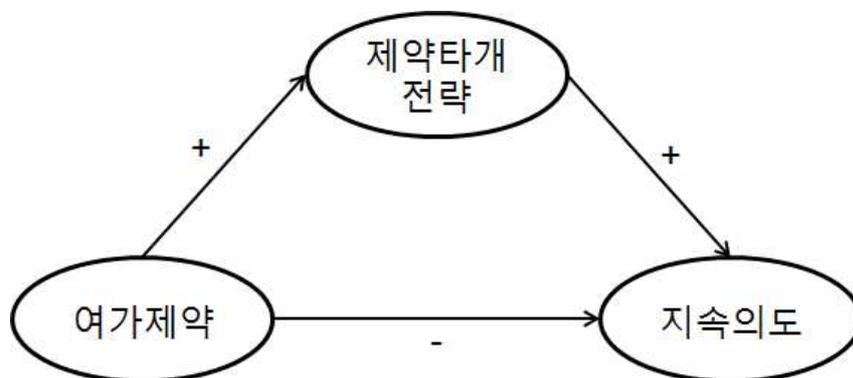


그림 1. 연구모형(부분매개 모형)

4. 연구가설

본 연구의 목적을 해결하기 위해 설정한 구체적인 연구가설은 다음과 같다.

가설 1. 인구통계학적 변인에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도는 차이가 있을 것이다.

가설 2. 여가스포츠 참여자의 여가제약은 지속의도에 부(-)의 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 여가스포츠 참여자의 여가제약은 제약타개전략에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 4. 여가스포츠 참여자의 제약타개전략은 지속의도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

가설 5. 제약타개전략은 여가스포츠 참여자의 여가제약과 지속의도의 관계에서 매개효과가 있을 것이다.

5. 용어의 정의

1) 여가 스포츠(Leisure Sport)

여가스포츠(leisure Sport)란 결과를 중시하는 엘리트 체육이나, 계획적이고 의도적인 학교체육과는 달리 개인의 생활영역 안에서 각자의 취미와 여건 및 환경에 따라 여가시간을 활용하여 자발적으로 참여하는 활동으로 개인의 즐거움이나 행복감을 느끼는 마음의 상태에서 각자가 자유롭게 선택하고 쓸 수 있는 자유 시간에 각종 의무와 책임으로부터 벗어난 자발적 활동을 통하여 즐거움이나 행복을 느끼는 개인 스포츠, 대인 스포츠, 팀 스포츠를 포함한 모든 여가스포츠 활동으로 정의하고자 한다.

2) 여가제약(Leisure Constrains)

일반적으로 여가제약(leisure constraints)이란 사회심리학적 의미에서 개인의 여가행동을 ‘제한하는 힘’으로 경험되는 내적 심리상태나 특성 또는 성격과 외적(대인적 및 상황적)환경을 의미한다. 즉 여가제약은 여가의 참여와 즐거움을 억제 또는 방해하는 것으로 개인들이 지각하는 요인들로 정의된다(jackson, 1988). 이 연구에서는 내재적 제약, 대인간 제약, 구조적 제약의 측정값을 사용하여 여가제약으로 정의하고자 한다.

3) 제약타개전략 (Constraint Negotiation Strategies)

제약타개전략이란 여가활동 참여에 있어서 제약의 상황을 겪게 되었을 때 중도 포기하거나 참여를 중지하는 것이 아니라 만족할만한 조건의 노력 과정을 통하여 제약을 극복하고 여가활동에 계속해서 참여하고자 하는 노력을 의미한다. 하지만 기존의 선행연구들은

여가계약협상(Negotiation Strategy)이란 학문적 의미를 많이 사용하였는데, 협상이란 단어의 사전적 의미는 여럿이 서로 의논한다는 복수의 개념을 담고 있어, 본 연구에서는 사용한 계약타개전략 질문지의 6가지 하위요인인 여가활동 동반자탐색 노력, 여가활동비용, 시간관리 노력, 여가활동 에너지충전 노력, 여가활동 강도조절 노력, 여가활동열망변화 노력, 여가활동 기술습득 노력으로 봤을 때, 협상이라는 용어는 적절치 않아 개인의 여가활동 참여를 하면서 계약을 받는 상황에서 개인이 스스로 노력을 하여 극복한다는 점에서 계약타개전략이 용어로서 적절하여 본 연구에서는 계약타개전략이라 정의 하고자 한다 (Scott, 1991; 양명환, 2009).

4) 지속의도(Adherence intention)

본 연구에서는 여가스포츠에 계속해서 참여를 지속할 의도를 말하는 것으로, 3문항의 측정값을 사용하여 지속의도로 정의하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 여가의 개념

오늘날 여가라고 일컫는 영어의 “Leisure”는 희랍어인 스콜레(Schole)와 라틴어인 리케레(Licere)에서 유래 되었는데, 스콜레는 여가 또는 토론장, 학습이 열리는 장소를 의미하던 것이 변화하여 현재의 학교 또는 철학 등의 의미로 쓰이게 되었으며, 리케레는 허락되 어지다(to be permit) 또는 자유로워지다(to be free)라는 의미를 갖는 것으로써 오늘날의 자유(liberty)와 면허(license)의 개념으로 쓰이게 되었다. 이러한 점에서 볼 때 여가(leisure)는 자유와 학습의 뜻을 포함하는 것과 같은 단순히 남는 시간 또는 쉬는 시간의 개념이 아닌 자유로운 시간에 자기 자신의 교양(학문, 예술, 철학, 스포츠 등)을 향상시키는 학문 활동을 의미하며, 학문, 문화, 자유, 예술, 스포츠 등의 복합적이고 함축적인 내용을 지니고 있는 매우 폭 넓은 의미의 용어라고 할 수 있다. 이처럼 여가는 개인이 일상생활 시간 중에서 일을 하는 노동시간, 직장생활에 필요한 사회시간, 식사시간과 수면시간처럼 생활필요시간 등을 제외한 나머지 시간에 자유롭게 자신이 재미와 흥미를 느끼며 몰입할 수 있는 활동을 말하며, 동시에 새로운 것이 학습되어지고 교육적 의미가 내포되어 정신적인 면과 육체적인 면의 균형을 만들어주는 삶에 반드시 필요한 활동의 총체라 할 수 있다.

지금까지 여가 개념에 대한 정의를 고찰해 본 결과 중요하게 논의되고 있는 관점은 첫째, 여가를 직장(사회)생활이나 일상생활을 준비하는 시간 외에 갖는 단순한 자유시간으로 보는 관점, 둘째, 여가활동을 가치 있는 여가로 추구 하기위해 적극적으로 노력하는 시간으로 보는 관점, 셋째, 여가를 직장(사회)생활을 하면서 느끼는 스트레스, 우울 등의 치료의 수단으로 보는 관점, 넷째, 여가를 인간내면의 욕구 반응이나 표현활동으로 보는 관점, 다섯째, 여가를 일과 중에 개인이 가치 있는 활동으로 느끼는 관점 등으로 논할 수 있다. 이런 다양한 관점이 나타나게 된 근본적인 원인을 찾자면 시대적 배경, 문화의 다양성에서 오는 사회적 인식의 차이 그리고 전문성을 갖춘 학자들이 여가를 무의미하고 단순한 시간의 개념으로부터 벗어나 새로운 가치를 추구하여 개인은 물론 사회적으로 건설적이고 유익한 경험의 활동시간으로 개념화시키는데 그 의의가 있다.

따라서 여가란, 하루의 시간을 일과 자유로운 시간으로 구분하는 역할과 함께 자유로운 시간에 실천하는 여가활동을 구체화시켜 발전시키는 역할을 하고 있다고 볼 수 있다.

1) 여가의 정의

(1) 시간적 정의

여가를 시간적 개념으로 정의한다면 활동의식이 아니라 주어진 자유 시간 내에 이루어지는 활동과 의식대비의 시간적 요인으로 정의 할 수 있다. 인간의 생활시간을 크게 분류한다면 생리적 시간, 사회적 의무와 노동시간, 자유 시간 등으로 구분할 수 있으며, 여가 시간은 하루 24시간 중에서 생리적시간과 사회적 의무, 노동시간 등의 인간이 생존하기 위해 필요한 기본적인 시간을 제외한 나머지 시간을 여가로 정의한다. 파커는 여가의 개념을 일과 생존을 위한 기초적 욕구를 충족하고 남은 잔여시간(residual time)을 여가라고 설명하고 있으며, '사회학 사전'에서의 여가는 1일 24시간 중에서 노동시간과 수면시간 그리고 기타 필수적인 활동에 사용된 시간을 제외한 잉여시간(surplus time)을 여가시간이라고 설명하고 있다. 앞서 설명했듯이 여가는 잉여시간의 개념과 자유 재량적 개념, 이 두 가지의 시간적 개념으로 구분하여 설명할 수 있다. 그러나 여가를 잉여시간으로 설명하는 것보다 자유재량시간으로 정의하는 것이 보다 더 능동적이고 적극적인 여가의 시간적 개념 정의라고 할 수 있다.

(2) 활동적 정의

여가를 활동적 개념으로 정의하면, 여가의 시간적 개념의 토대 위에 여가를 활동으로써 인식하려는 것이라고 할 수 있다. Cloud(1990)는 여가를 활동으로써 개념화하였는데, 자유 시간의 개념이 내포된 여가활동을 레크리에이션의 개념과 맥락을 유사하게 이해하면 된다고 설명 하였으며, 이는 여가활동의 종류와 레크리에이션 활동을 열거한다면 큰 차이가 없어 레크리에이션 개념과 활동적으로써의 여가는 동일해진다 할 수 있다. 이처럼 여가를 활동의 개념으로 접근하려면 개인의 정신적인 상태에 따라 여가활동을 어떠한 방법으로 즐기고 행하는가를 구체화시키는 것에 그 의의가 있다. 이와 같이 여가는 개인의 생활 만족과 삶의 질 향상을 추구하기 위해 자유로운 선택과 질적 향상을 위한 활동으로서 수

면·식사·노동과 같은 일상화된 활동이 아닌 것을 설명한다.

(3) 상태적·경험적 정의

여가의 시간적·활동적 정의를 객관적 정의로 본다면, 여가에 대한 상태적 정의는 주관적 정의로써 대부분 철학자와 심리학자 그리고 종교 학자들에 의해 정의되었다. 최초 여가의 정의에 대해서 설명하였던 그리스의 철학자인 아리스토텔레스는 여가를 존재의 상태(state of being)의 의미로 보고, 질의 목적으로써 여가 그 자체를 위하여 사람을 영위하여야 한다고 정의 하였으며 이것은 들어 사색·지식·계몽을 위한 토론과 정치를 대표적 인 여가의 예로 보고 있다. 또한 카톨릭 철학자인 Joset Pieper는 여가를 정신적 명상적 생활을 추구하고 있는 기독교적 관념과 아리스토텔레스의 여가에 대한 정의가 동일하여 여가와 종교의 특징을 통합하고자 노력하였고, Gorden Dahl은 기독교적 관점에서 여가는 인간이 필요로 하는 자유시간(free time)이 아니라 자유정신(free spirit) 또는 자유의지(free will)라고 의미를 정의하였으며, 바쁜 일상생활로부터 심리적으로 해방시켜 줄 수 있는 신의 은총에 대한 감사의 마음과 평화 상태임을 주장하였으며, Grazia 역시 여가를 욕망과 성취를 충족하기 위한 마음의 상태를 나타내는 것으로 자유시간과 다른 차원의 의미를 강조 하였다(오상훈, 임화순, 고미영, 2014, 재인용).

한편, 여가에 대해 심리학적 접근을 시도한 Neulinger(1981)는 일상생활의 필요성에 의해 여가활동을 하는 것이 아니라 개인이 경험을 바탕으로 형성된 정신 상태에 대한 부분을 강조하고 있어 경험적 차원에서 여가를 살펴본다면 여가는 수단이기보다 목적적 차원과 자기성취감 그리고 사회적 이익의 결과로 간주하는 것이 경험적 차원에서 여가를 설명하는데 중요한 요인이 된다고 설명하였다. 따라서 여가는 주어진 시간이나 활동만을 지칭하는 것이 아니라 마음의 상태인 동시에 자유를 지칭하는 것이라고 의거할 수 있다.

(4) 제도적 정의

제도적 정의에서 설명하는 여가에 대한 본질을 노동, 결혼, 교육, 정치, 경제 등 정형화된 사회제도 안에서 형태나 가치의 관련성을 조사하여 그 의미를 규정하고자 하는 것을 말한다. Thorstein Veblen는 여가를 경제학적인 차원에서 설명하였는데 중세시대와 르네상스시대, 산업혁명에 걸친 초기자본주의 사회에서 소수 상류층의 상징으로 인간이 노동으로부터 해방되어 여가를 향유하는 것은 부의 증거이자 높은 사회계급을 의미한다고 규

명하였으며, 이것은 시간의 비생산적인 소비(unproductive consumption) 또는 과시적 소비(conspicuous consumption)로 설명할 수 있다.

또한 Kaplan은 노동시간 외의 자유시간에 속하는 활동을 경제적 영역, 규범과 제약적인 의무와 노력을 포함하여 자기계발을 하게 되는 활동적 영역으로 여가를 설명하였다. 이와 같이 여가를 개인뿐만 아니라 타인에게까지 발전할 수 있도록 사회제도화 하여 그 가치적 의의를 규정하고자 하는 것을 말한다.

(5) 포괄적 정의

포괄적 정의란 여가의 정의 중 시간적, 활동적, 상태적, 제도적 정의 각각의 정의로는 여가를 설명하기에 미흡하다는 논의가 되기 시작하면서 여가를 시간적, 활동적, 상태적, 제도적 정의의 다양한 형태를 통합적으로 접근하자는 것이 포괄적 정의의 특징이다. Gist와 Feva(1964)는 여가를 개인의 노동이나 의무, 구속적인 일로부터 해방되어 자유로운 상태에서 긴장을 풀며 기분전환을 하고, 이를 통해 개인적 발전과 사회적 성취를 위하여 사용하는 시간으로써 여가를 규명하였으며, Weiss(1974)는 여가란 개인이 일과 후의 여유시간을 가장 적합하게 사용함으로써 여가를 열심히 한다든가 또는 능률적으로 한다기보다는 어떤 활동을 하든지 그 활동에 가치를 부여하고, 목표를 설정함으로써 가치있는 시간을 갖게 되며, 나아가 충분한 여가를 누릴 수 있어야 행복한 생활이라고 말하였다(조현호, 2004; 이철원, 2008). 이에 따라 점차 변화하는 현대사회에서 여가의 개념을 명확하게 규명하기 위해서는 여가의 다양한 요소에 대한 포괄적·통합적 개념정의가 필요하고 현대사회의 여가를 이해하는데 유용할 것이다.

2. 여가스포츠의 개념

최근 들어 우리사회는 국민들의 소득수준 향상과 주5일 근무제 도입으로 인해 여가시간이 증가되고 있으며, 사람들의 life style 변화와 삶의 질적 향상에 큰 관심을 갖게 되면서 여가가 우리 생활의 중요한 부분으로 인식되고 있다. 그 결과 개인이 보다 여유 있고 풍요로운 삶을 즐기기 위한 요소로서 그 중요성이 증대되고 있다(이후원, 1993). 또한 의학 분야와 산업 분야의 발달로 인하여 사람들의 평균 수명이 현저하게 늘어남에 따라 건

강한 삶을 위한 여가시간에 대한 관심도 함께 폭발적으로 늘어나고 있는 추세이다. 여가 활동은 휴식 및 회복을 통해 정신적, 신체적 건강을 유지시키고 인성의 발전과 자기실현 등 심신의 조화로운 발달과 지속적인 성장을 도모하는 기능을 하며, 여가활동 그 자체로 중요한 기능을 수행할 뿐만 아니라 다양한 생활의 질을 높여 주는 중요한 영역으로 생활 만족에 많은 부분에 기여하는 요인이 된다. 이는 백주현(1989)의 연구에서 여가활동의 결과가 생활만족을 증진시켜 준다는 점에서도 여가활동의 중요성이 입증되었으며, 특히 스포츠 활동과 같은 신체 활동이 많은 여가활동이 개인의 만족스러운 여가생활을 영위케 하고 생활의 활력소가 되고 있다고 설명하였다. 이러한 사회적 분위기는 스포츠가 여가활동과 삶의 질 향상이라는 측면에서 중요한 수단으로 인식하였고, 일반대중의 여가스포츠에 대한 관심과 욕구도 증대되기 시작하였다(이정학, 2007). 여가스포츠에 대한 학자들의 정의를 구체적으로 살펴보면 다음과 같이 제시하였다. 이기봉(1997)과 이기영(1998)은 여가스포츠의 개념을 단순한 신체 활동이 아니라 개인의 일이나 업무에 대한 책임감으로부터 벗어나 남은 자유시간을 적절히 활용하여 삶의 보람과 행복을 찾는 사회적 수단으로써 행하는 유희라고 정의하였으며, 김경렬(2000)은 여가스포츠는 여가 시간의 올바른 선용을 위해 행하여지는 레크리에이션 활동의 한 가지로써 신체활동을 통하여 개인의 건강 증진 및 행복 추구, 그리고 삶의 보람을 찾을 수 있는 사회적 수단이라고 정의하여 연구를 뒷받침 해주고 있다.

구체적인 여가스포츠 활동 유형을 살펴보면, 스포츠·문화적·소극적·생산적·지적활동으로 구분할 수 있으며, 신체적 활동을 통하여 활발한 상호작용을 하는 결합 활동 등으로 분류할 수 있다(이인내, 2011). 이근일과 천윤석(2008)은 고등학생의 여가스포츠 참여유형을 행동적 참여, 인지적 참여, 정의적 참여 등으로 참여유형을 구분하였으며, 황선환(2007)은 스포츠 활동, 인터넷서핑, TV시청, 문화 활동, 친교활동 등으로 여가활동을 구분하였다. 또한 곽선행(2011)은 여가스포츠 활동을 신체적 활동, 사교적 활동, 문화적 활동, 자연적 활동 및 정신적 활동 등으로 구분하였다. 이처럼 여가스포츠 활동은 다양한 유형을 통해 참여자의 건강 및 체력증진은 물론 심리적 안정과 정서적 안정에 도움을 줄 뿐만 아니라, 정의적 인간관계를 유지하는데 크게 기여한다는 점에서 여가활동의 핵심 형태로 부각되고 있다.

즉, 여가스포츠는 계획적이고 의도적인 학교체육과 결과를 중시하는 엘리트 체육, 대중스포츠를 제외한 생활체육, 사회체육, 평생체육 등을 통합하는 여가형태의 스포츠 개념으

로써(김석일, 2004), 단순한 신체활동일 뿐만 아니라 일에 대한 굴레로부터 벗어나 개인의 보편적 욕구를 충족시키기 위해 개인의 자유의사에 따라 여가시간을 적절히 활용하여 자발적이고 지속적으로 참여하는 신체활동을 매개체로 한다. 따라서 개인의 건강증진 및 행복추구 그리고 삶의 질 향상과 보람을 찾을 수 있는 인간생활의 핵심적 요소를 제공해 주는 매우 바람직한 삶의 사회적 수단이라고 할 수 있다(김경렬, 오근희, 2000).

3. 여가제약(leisure constraints)

여가제약(leisure constraints)이란 사람들이 선호하는 여가활동에 참여하고자 할 때, 여가가 제공하는 신체적·정신적·사회적 편익에도 불구하고 무엇인가로 부터 결핍과 과다를 지각하는 것에서 발생하며, 사람들이 선호하는 여가활동에 참가하고자 할 때, 어려움이 나 방해요인으로 인해 충분한 여가에 참여하지 못하는 상태를 여가제약이라고 한다.

최초 여가제약의 개념적 모델은 Iso-Ahola(1980)가 개발하여 제안하였고, 여가제약을 연구함에 있어 제약에 대한 분석을 공간적인 근거(소재지), 제약 특징(형태), 얼마만큼의 지속되는지(지속성)의 세 가지의 범주로 분석해야 이해하는데 도움이 된다고 제안하였다. 이후 Crawford와 Godbey(1987)가 여가제약에 대한 이론을 체계적으로 발전시킨 여가제약에 대한 모형 <그림 2>은 다음과 같이 각각 다른 3개의 관점의 제약이 존재한다고 제시하였다.

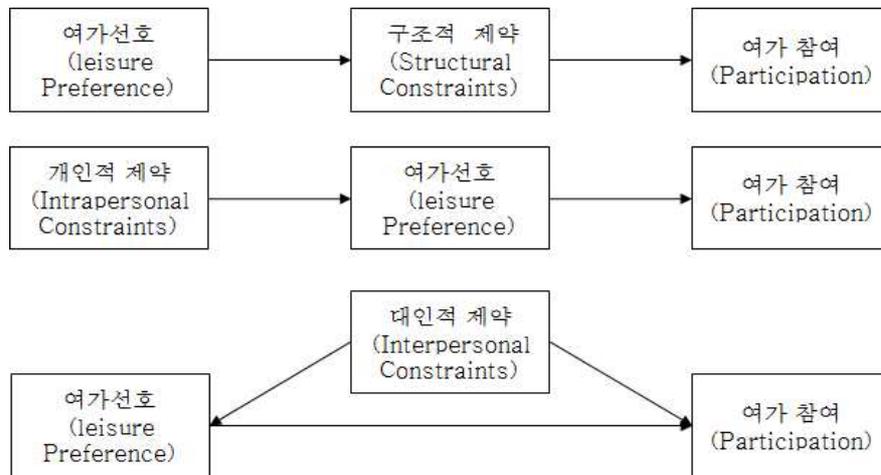


그림 2. Crawford & Godbey (1987)의 여가 제약 모델

이들은 여가제약을 개인이 선호하는 것과 현실 사이의 장벽으로 생각하여 여가선호와 여가제약이 동시에 존재하게 되면 여가행동은 불참으로 나타나고, 여가선호만 남아 있게 된다면 여가제약이 없을 뿐더러 지속적인 참여가 이루어진다고 주장하였다. 이후 제약 모델을 바탕으로 여가 제약의 존재를 개인의 여가 선호와 참여의 관계에 영향을 미치는 개념적 요인으로 구분하였으며, 여가제약과 참여의 관계가 연속적으로 경험되고 받아들여진다는 이론이 제안되었다. 아래의 <그림 3>은 Crawford, Jackson & Godbey(1991)이 제시한 제약의 위계적 모형(A Hierarchical Model of Leisure Constraints)을 설명한 것이다.

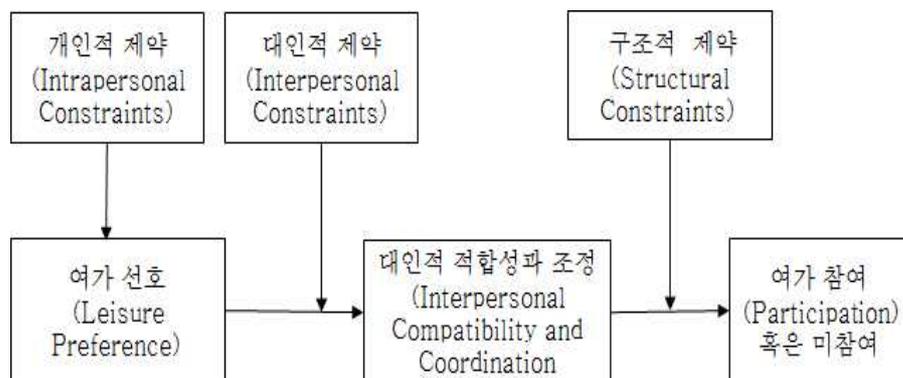


그림 3. 여가제약의 위계적 모형(Crawford, Jackson & Godbey, 1991)

Crawford & Godbey(1987)은 여가제약의 위계적 모형을 통하여 개인적 제약 (intrapersonal constraints), 대인적 제약(interpersonal constraints), 구조적 제약(structural

constraints)의 세 가지 유형화하여 구분하였고, 이 세 가지 제약요인의 대한 구체적인 설명은 다음과 같다.

개인적 제약은 개인의 심리적인 상태나 자신의 능력에 대한 개인적 특성을 말하며, 스트레스, 불안, 긴장, 분노, 부끄러움, 두려움, 우울 등과 같은 요인들로 인하여 여가참여자들에게 제약이 형성되어지는 심리적 요소를 말한다. 이는 개인의 심리적 수준에 따라 개인의 차이가 있다.

대인적 제약은 여가활동에 같이 참여하는 각 개인들의 인간관계나 친구 또는 동반자와 같이 타인과의 상호작용을 제약하는 요인을 말한다. 예를 들어, 여가활동을 함께 할 수 있는 파트너가 있거나 없는 것이 여가활동에 대한 긍정적 혹은 부정적 요소로 작용하는 것을 말하며, 이러한 제약은 공동여가활동에 대한 선호와 참여에 영향을 받을 수 있다.

구조적 제약은 주위환경에 관한 제약으로 날씨, 장비, 금전, 시설의 부족, 과도한 업무, 여가의 정보 부족으로 인한 시간과 기회 부족과 같은 환경적 요인을 말한다. 이러한 여가 제약은 여가활동 참가의 빈도, 강도, 기간에 부정적인 영향을 작용하여 새로운 여가활동을 시작할 때 부정적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있다.

최근 들어 여가활동 참여와 여가제약에 관한 연구는 경험적 연구로써 활발하게 이루어지고 있으며, 여가제약은 여가장애, 여가권태 등 다양한 명칭으로 많은 연구들이 논의되고 있어 여가연구는 독특한 하위분야가 되어왔다. 국내 여가제약과 관련된 대한 선행연구를 살펴보면, 김외숙(1991)의 연구에서는 여가제약을 시간 제약, 비용 제약, 개인 제약, 가족 제약, 사회적 제약 5가지 요인의 유형으로 나누어 여가활동 참여와 제약의 관계를 파악하였는데, 제약 요인이 모든 여가활동과 부적합한 관계를 나타냄으로써 제약을 강하게 지각할수록 참여도가 낮아지는 일반적 관계를 보여주었으며, 여러 여가활동에서 가장 큰 영향을 미치는 공통 요인으로는 개인적 장애로 나타난다고 보고하였다. 이문진, 황선환(2012)은 여가활동 비참여자들을 대상으로 그들이 여가활동을 하지 못하는 제약요인으로 시설, 여건, 가치인식, 동료, 부담 5개 요인으로 도출하였고, 그 중 시설과 여건 요인이 다른 요인에 비해 높은 제약요인으로 작용하고 있다고 제안하였다. 백정숙, 이계희(2006) 또한 이주 노동자의 여가제약과 여가행태에 대한 연구한 결과 시간부족, 일의 피로감, 경제적 문제 등의 구조적 장애가 가장 영향력 있는 제약요인이라고 분석하였다.

이처럼 과거 여가제약의 연구에서는 사회경제적 특성이나 여가활동과 관련된 항목들을 일반적으로 분석하여 단순히 여가참여를 장애라는 좁은 영역에 포함시키려는 경향이 있었

다. 그러나 최근의 여가제약 연구에서는 개념화 및 경험적 증거에 관점을 이용하여 과거에 규명하지 못한 가설과 주제를 비판적으로 조사·연구하려는 움직임이 볼 수 있다. 또한 단일변인에 의한 분석보다는 총체적이고 집합적인 집단차원의 경험적 연구가 많이 진행되고 있고, 방법론적인 불일치 문제에 대해 관심을 주로 갖고 있음을 알 수 있다(김유일, 강석희, 2000).

4. 제약타개전략(Constraint Negotiation Strategies)

제약타개전략 개념을 정리하면, 여가의 기회를 박탈하거나 여가활동 방해하는 유·무형의 제약요인을 다양한 방법으로 극복하고 여가활동에 참여하려는 여러 가지 노력을 제약타개전략으로 정의 할 수 있다. 또한 여가활동에 적극적으로 참여하는 사람의 경우 여가 제약 요인이 전혀 없을 수 없다고 보고 많은 학자들은 여가활동에 참여하는 경우와 참여하지 않는 경우에 대한 그 원인을 알아보고자 여가제약 유형을 검증하려는 연구에 대해 진행 해왔다(Alexandris, Barkoukis, Tsorbatzoudis & Groulos, 2003; Hubbard & Mannell, 2001; Crawford & Godbey, 1993; Shaw, Bonen & McCabe, 1991; Kay & Jackson, 1991.). 초기의 여가제약 연구에서는 제약요인이 여가활동의 지속적인 참여와 만족감에 부정적인 영향을 미친다고 인식되어, 여가활동 참여의 주요 결정요인으로써 극복하기 힘든 장애물로 규명하였다. 하지만 1990년대 초반부터 여가제약 연구는 기존의 연구와 달리 제약요인이 여가활동의 만족감을 감소시키고 참여를 막는 것이 아니라 여가제약을 극복하려는 노력과 심리적 의지, 여가활동 참여자의 개인적, 사회적 환경 등의 다양한 극복 노력을 통해 그 정도가 달라진다고 연구되었다(Jackson & Kay, 1991; Samdahl & Kubovich, 1997; Nadirova & Edgar, 1999). 이러한 새로운 연구로 인해 사람들이 여가활동 참가에 있어 여러 제약 요인(개인적, 대인적, 구조적 제약)에 직면하였을 경우 여가활동을 중도 포기하는 것과 같은 소극적인 자세로 대처하지 않는다는 것을 알 수 있었다. Crawford, Jackson & Godbey(1993)가 여가제약 유형들 간의 상호작용의 모델을 <그림 4>와 같이 제시하였다.

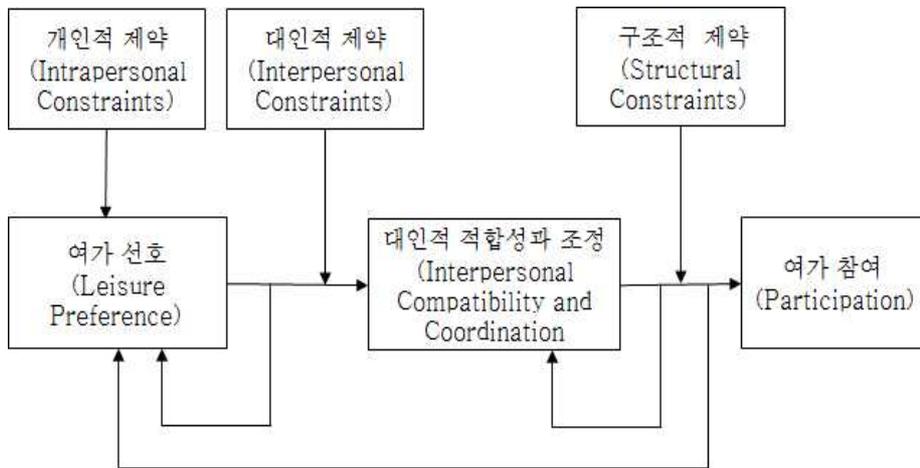


그림 4. 제약 유형들 간의 상호작용 모델 (Jackson, Crawford & Godbey, 1993)

이들은 여가 참여를 “제약의 부재에 달려있는 것이 아니라 제약들의 타개에 달려있다.”고 하였다. Jackson et al(1993) 또한 여가 참가는 제약의 존재를 인식하여 행동적, 인식적 전략을 활용하는 개인의 노력과 제약타개전략(constraint negotiation strategies) 또는 극복과정(course of conquest)에 따라 여가활동의 참가에 변화를 형성한다고 주장하였다.

국외에서의 제약타개전략에 대한 연구로는 Loucks-Atkinson와 Mannell(2007)은 류머티즘을 앓고 있는 사람들이 신체적 제약을 극복하기 위하여 적절한 제약타개전략을 활용함에 따라 여가활동에 참가한다는 것을 규명하였다. 또한 Samdahl & Jekubovich(1997)는 사람들은 제약을 극복하기 위한 방법을 찾는데, 창조적이고 성공적이라고 주장하면서 참여와 제약은 필연적인 상관관계가 아니며 오히려 제약은 긍정적 영향을 미친다고 주장하였다. Jackson과 Rucks(1995)는 정도나 강도가 큰 제약이 발생하면 여가활동 참가에 부정적 영향을 주어 포기하거나 중단하기도 하지만 여가활동 참가를 방해하는 대부분의 제약 요인은 여가제약협상과정을 통하여 극복이 가능하다고 도출하였다. 다시 말해, 제약타개전략 과정을 통해 나타나는 여가제약과의 긍정적, 적극적 극복 노력은 여가활동 참가를 지속 가능하게 하고, 참가수준을 향상시킨다고 할 수 있다. 최근 들어 국내에서도 많은 연구자들에 의해 제약타개전략에 대한 다양한 연구가 이루어지고 있는 가운데 최성훈(2009)은 제약타개전략이 여가활동 참가의 의사결정과정에서 직접적으로 관여하기 때문에 여가행동에 예측하는데 다른 변수보다 설명력이 높은 변수라고 설명하였고, 황선환 등(2010)은 제약타개전략을 통해 스키어들의 레크리에이션 전문화에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 확인

하였다. 또한 여가제약협상이 진지한 여가(Serious Leisure)에도 긍정적인 영향을 미친다고 주장하였다(황선환, 2009; 황선환, 서희진, 2009). 이러한 사실로 볼 때, 여가활동 참여자의 여가활동이 중지하게 되는 것이 여가제약 상황의 부재에 따라 결정되는 것이 아니라 개인이 인지하는 해당 제약 상황에 협상전략을 이용하여 극복하거나 혹은 저항하여 강도를 감소시키거나 제거하기 위한 노력을 통해 자신의 제약 여건을 조정함으로써 여가요인을 완화, 감소시켜 여가활동을 증진시킴에 따라 지속적으로 참가할 수 있도록 하는 것이라고 할 수 있다(김경식, 황선환, 원도연, 2008).

5. 지속의도(Adherence intention)

‘Adherence intention’는 스포츠 심리학 용어로 지속을 의미하고 있으며, 지속의도에 대한 개념은 연구하는 학자들에 따라 또는 연구하는 분야에 따라 지속의 정의가 조금씩 다르게 설명되고 있다. 과거 여러 학자들은 지속의도에 대해 운동에 참여하는 출석을 기준으로 하여 참여의 지속성을 정의하였지만, 최근 지속의도의 개념은 스포츠 활동에 직접 참여 하는 사람만 하는 것이 아니라 운동에 전혀 참가 하지 않은 사람들에서부터 완전 참여자를 대상으로 운동에 대한 집착 또는 빈도, 강도, 시간, 지속성 등을 갖고 중도 탈락하지 않으며 규칙적이고 지속적으로 수행해 나가는 적극적 의도를 의미한다. 많은 연구자들은 여가활동 참여자들이 지속적 참가를 통해 신체활동의 효과를 획득하고 삶의 질 향상을 할 수 있도록 지속적 참가 방안을 모색함과 동시에 신체활동 참가 지속에 영향을 미치는 결정 요인을 규명하고 참가 지속 유도 전략을 마련하기 위한 연구를 수행하고 있다. 그러나 운동을 시작하여 얼마나 지속적으로 운동에 참여하는 가는 가정문제, 거주지, 직업, 연령, 생활양식, 경제수준 등의 개인적 요인과 환경적 요인들이 복합적으로 작용하여 운동의 지속적인 참여를 결정하는 요인으로 작용할 뿐만 아니라, 일반적으로 개인의 운동에 대한 태도나 신념, 가치관, 기대감, 계획성이나 주관적 규범 또는 자기효능감 등의 심리적 요인이 개인의 행동을 변화시키고 의도적으로 달라지도록 하여 스포츠 참가 및 운동지속에 긍정적 영향을 미치는 요인들로 작용하게 될 것이다(전선훈, 1996). 바로 이러한 사실이 스포츠 심리학자들로 하여금 지속적인 여가활동에 관심이 높아져, 여가활동, 스포츠 사회학 등의 분야에서 지속적인 참여의도의 예측과 설명에 관한 많은 연구가 수행 되고 있다(김

영재, 2009; 박태준, 변종문, 2004; 양명환, 2004; 이승철, 2004; Kim, Soctt, & Cromptuon, 1997; Ewing, 1981; Poff, 2001; Wankel, 1993).

서희진, 박영표(2003)의 연구에서는 스포츠 활동 참여 만족의 결과가 운동지속 가능성과 운동지속 의지에 영향을 미치고 있다고 하였는데, 이는 변인들의 작용 및 상호작용을 통하여 운동 지속적 참가에 영향을 미치는 개인이 여가제약을 받더라도 적절한 여가제약 협상을 통해 여가활동 참여에 만족도가 높아져 여가 참가를 지속 한다고 할 수 있다. 또한 임번장(2002)은 하나의 사회현상으로 활동에 참가하여 함께 활동 할 수 있는 기회는 모든 사람에게 공평하게 주어지는 것이 아니라, 인구학적 및 사회경제적 특성에 따라 상이하게 선택되고 경험되어지게 된다고 설명하였다. 그러나 여가활동에 대한 지속적인 참여를 결정하는 다양한 심리사회적 요인들은 많은 연구를 통하여 밝혀져 오고는 있으나 이러한 연구결과들을 통합시켜주는 이론적 기틀은 아직까지도 잘 구축되어 있지 않다(Ajzen & Priver, 1992)고 지적하였다. 따라서 여가활동이나 스포츠 활동에 지속적인 참가의도와 지속의지와 의 연관성, 지속의지에 대해 영향을 주는 다양한 심리 사회적 요인 등 체계적인 연구가 필요하다고 할 수 있다.

6. 선행연구의 고찰

1) 여가스포츠 참여자의 여가제약과 지속의도의 관계에 대한 선행연구

여가 활동 참여에 관한연구가 시작된 것은 급속한 경제성장 및 주 5일 근무로 인하여, 여가에 대한 인식변화와 참여 인구의 증가로 인하여 학문적 연구와 논의가 활발하게 이루어지는 계기가 되었다. 국내 여가레크리에이션 분야에서 최초로 시도된 여가에 대한 연구로는 구창모(1995)가 서울시 성인을 대상으로 여가제약을 분석한 것이며, 연구결과 개인적, 대인적, 구조적 제약으로 인해 지속적인 여가활동참여에 중요한 변수로 작용하고 있음을 도출하였다. 그 후 진행된 여가제약에 관한 선행 연구들을 살펴보면, 여가제약을 개인적 요인, 물리적 요인, 사회문화적 요인으로 개념화한 연구가 대부분이었으며 요인과 대상 또한 직업, 소득, 가족 생활주기, 시설, 성, 성인, 동호회, 운동 종목별 참여자 등의 한정적인 연구로 이루어져 왔다. 선행연구에서 보고 하는 것처럼 여가 활동 참여자들이 어

떠한 방해요인으로 인해 여가활동의 지속적인 참여를 하지 못한다는 것을 알고 많은 연구자들은 여가 활동 참여자들의 지속적 참가와 활성화를 통해 신체활동의 효과 획득을 위하여 여가 활동에 지속적인 참여결정요인에 미치는 영향을 규명하고 지속적인 참가유도 전략을 마련하기 위한 연구가 시작되었다. 유연만(1999)의 연구에서는 지속적인 운동참가에 영향을 미치는 요인으로는 운동시설 접근의 용이, 시간과 기후, 배우자의 지지, 운동 수강반의 크기 등으로 나타났으며, 그 중에서도 운동시설 접근의 용이함이 지속적인 운동참가에 많은 영향을 미친다고 보고하였다. 황인남(2000)의 연구에서는 신체적 제약, 의사결정 제약, 시설 및 환경제약, 시간적 제약이 여가스포츠의 지속적인 참여에 부정적인 영향을 미친다고 하였다. 또한 전태준, 이철원(2003)은 구조적 제약이 생활만족에 부정적인 영향을 미친다고 하였으며, 이러한 여가제약으로 인해 여가활동에 대한 만족감을 느끼기 못하게 되어 여가활동 참여 후 나타나는 지속적인 행동에도 부정적인 영향을 미치게 된다고 보고하였다. 정호권(2005)의 골프 참여자의 제약요인이 참여 및 지속의도에 미치는 영향에 대한 연구에서는 내재적 제약과 인간 상호간의 제약이 골프 참여 및 지속의도에 부정적인 영향을 미치는 것으로 조사되었으며, 구조적 제약은 골프 참여 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 또한 김빛(2008)의 연구에서는 중년 골퍼들을 대상으로 참여제약, 동기, 지속여부의 각 변인 간 관계를 규명하는 연구를 진행한 결과 외적동기가 지속여부에 통계적으로 유의한 영향을 미쳤으며, 내재적 제약이 낮아질수록 지속여부가 높아지고 구조적 제약이 높아질수록 지속여부가 높아짐을 규명하였다. 또한 동기의 하위요인인 외적동기가 높을수록 지속여부에 강한 긍정적인 영향을 주고 있음을 보고하였다.

이들의 연구는 골프 참여자를 중심으로 한 연구 목적에 맞게 골프참여 제약 항목을 잘 만들어 골프 활동에 참여할 수 있는 기반 조성과 참여 유도를 높이기 위한 기초자료로 제공한데 의의가 있지만 골프 참여자만을 대상으로 연구한 점과 골프참여 제약이라는 한정된 변수만을 사용하여 연구를 수행한 것에 대한 한계를 지니고 있다. 그 외에도 많은 학자들의 연구결과를 살펴보면 내재적 제약, 대인적 제약, 구조적 제약의 다양한 요인들이 높을수록 참여하고자 하는 의지가 점차 높아져 활동의 증대를 가져오게 됨은 지속적인 참여에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다(최인석, 2010; 김경식, 황선환, 원도연, 2008; 김준, 2007).

이상에서 살펴본 바와 같이, 여가제약은 여가활동을 억제하는 성격특성으로 작용하여 제약의 증대는 지속적인 여가활동 참여에 있어서 부정적인 영향을 미치는 변인으로 작용

함을 알 수 있다. 그럼에도 불구하고 현재 다양한 대상과 종목으로 여가 참여자들의 제약과 지속의도의 관계를 직접적으로 살펴본 연구는 매우 부족한 실정이다. 따라서 본 연구는 여가 스포츠 참여자의 여가제약과 지속의도의 관계를 살펴보고자 한다.

2) 여가스포츠 참여자의 여가제약과 제약타개전략과의 관계에 대한 선행연구

초기의 여가제약 연구는 여가활동의 참여에 부정적인 영향이 미치는 결정요인으로서 극복하기 힘든 장애물로 인식되어져 여가제약은 여가활동 참여와 지속, 만족감에 부정적인 영향을 미친다고 하였다. 그러나 1990년대 초반부터 여가제약은 여가활동 참여와 지속, 만족감을 감소시키고 막는 것이라는 기존의 연구와 달리 극복노력을 이용하여 그 제약들을 극복 가능한 요인으로 인식되어 이와 관련된 연구와 의견이 나오기 시작하면서 이를 검증하기 위한 실증적이고 경험적인 많은 연구들이 이루어졌으며, 이 사실이 증명되면서 극복하려는 노력에 따라 여가제약은 감소되어지고 나아가 참가를 증가시킬 수 있다고 주장되었다(Scott, 1991; Jackson & Kay, 1991; Samdahl & Kubovich, 1997; Nadirova & Edgar, 1999; Hubbard & Mannell, 2001; Louck-Atkinson & Mannell, 2007; 정우진, 최성범, 2008; 최성범, 2009; 황선환, 2009). 국외에서처럼 제약타개전략의 관한 연구가 활발하게 진행되기에는 국내에 실정에 맞는 마땅한 제약타개전략 척도가 부재하여 연구에 많은 어려움이 나타났다. 하지만 김경식, 황선환, 원도연(2008)은 Lucks-Atkinson & Mannell(2007)의 연구에서 사용되었던 제약타개전략 척도를 한국의 실정에 맞게 수정 및 보완하여 제약타개전략 척도를 시간관리 노력, 기술습득 노력, 동반자탐색 노력, 강도조절 노력, 에너지충전 노력, 여가활동 열망 변화로 6개의 하위요인으로 추출하여 개발하였다. 이를 토대로 제약타개전략 대한 연구를 국내에서도 관심을 가지고 연구할 수 있는 장을 마련하게 되어 외국에서만 진행되어오던 제약타개전략에 대한 연구가 국내에서도 본격적으로 연구되기 시작하였다.

최성훈(2009)은 연구의 주제가 여가제약연구에서 여가제약 협상전략으로 바뀌고 있다고 제시하였는데 그 이유는 제약타개전략이 의사결정과정에서 직접적으로 관여하기 때문에 여가행동을 예측하는 다른 변수보다 설명력이 높은 변수이기 때문이라고 설명하였다. 또한 Jackson(1993)은 제약타개전략이 제약의 영향에도 불구하고 여가참여를 촉진시키기 위해 인식적, 행동적 전략을 활용하는 개인의 노력으로 설명하였다. 협상과정의 시작과 결과물

은 참여에 따른 제약요인과 동기의 상호작용 및 상대적 크기에 의해 결정되며 극복과정은 여가활동 참가를 멈추게 하기보다 여가활동의 변화를 형성한다고 주장하였다. 다시 말하면, 여가활동을 중단하게 하는 제약 요인이 존재하더라도 여가활동이 반드시 여가계약만으로 중단되는 것이 아니라 다양한 상황적 요소들에 의해 결정되고 제약타개전략을 통해서 개인이 느끼는 여가계약의 강도를 완화시키거나 감소시킴으로써 개인의 행동을 수정하여 여가의 참여를 증진시킬 수 있다는 것을 도출하였다. Kay와 Jackson(1991)의 연구 결과에서는 여가 참여자들이 여가제약을 극복하기 위해 기술습득, 기회인식, 여가참여의 빈도와 시간 조정, 여가욕구 충족을 위한 생활환경 변화 등 아주 다양한 방법을 이용하여 제약요인 극복을 위해 시도하고 있다고 밝혔으며, Hubbard와 Mannell(2001)은 여가동기, 여가계약, 여가계약협상 그리고 참여 간의 관계를 규명하기 위해 극복 요인을 시간관리, 대인관계 노력, 기술습득, 경제적 협상 등으로 분류하여 제약타개전략을 4가지의 발전된 제약타개모델을 제시하였다.

이들이 주장한 여가계약의 효과완화모델(constraint-effect-mitigation)에서 설명된 여가계약은 직접적인 참가에 영향을 미쳐 참여를 감소시키지만 동시에 타개전략을 유발하여 여가제약을 극복함으로써 결국 지속적인 참여를 유지 시킨다고 주장하였다. 황선환, 서희진(2009)은 여가계약, 제약타개전략 및 진지한 여가의 관계를 규명하는 연구에서는 여가계약은 진지한 여가를 방해하는 부정적인 영향을 가지고 있고 여가활동 참여자들이 제약타개전략을 사용함으로써 여가제약을 극복하게 되고 지속적인 참여에 긍정적인 영향을 미치고 있다고 설명하였다. 이 연구에서 제약타개전략은 진지한 여가를 가능하게 하는 긍정적인 요소라고 말하고 하고 있다. 다시 말해 여가참가를 희망하거나 참가하고 있는 개인들은 모두 다양한 유형의 여가계약 상황을 느끼지만 제약타개전략과정을 통하여 제약을 극복함으로써 여가활동에 참가할 수 있다고 정리하고 있다. 또한 원도연(2008) 또한 여가계약은 여가참여에 부정적인 영향을 미치며 제약타개전략은 여가참여에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였다.

즉, 여가계약은 사람들이 여가활동에 처음 참여하게 될 때, 발생할 뿐만 아니라 여가활동을 참가하고 있는 중에도 나타나 여가활동에 불규칙적으로 참여하거나 중도 포기하는 경험을 하게 된다. 제약타개전략을 어떻게 활용하는가에 따라 개인의 행동을 수정하고 여가활동에 참가할지 아니면 참가하지 않을지 결정할 뿐만 아니라, 여가활동을 중단하게 될지 또는 지속하게 될지에 대한 결정을 하게 된다. 이처럼 지속적인 여가활동을 위해서는

이를 성공적으로 해결해야 하는 존재이기 때문에 제약타개전략은 여가제약과 여가활동 참여를 매개하는 여가제약에 대한 성공적인 극복노력 변수는 아주 중요하다. 하지만 국내에서 수행된 연구는 정소연(2004)의 여가제약 타개과정에 관한 구조분석과 김경식 등(2008)의 제약타개전략 전략 척도의 개발과 적용, 그리고 황선환, 서희진(2009)의 여가제약, 제약타개전략 및 진지한 여가의 관계 등 수 편에 불과하고 제약타개전략에 대한 연구는 사실 초기단계에 있어 미흡하다고 볼 수 있다. 따라서 향후 여가제약 연구에 대한 새로운 관심을 불러일으킬 수 있는 영역이라고 생각되며 연구자들의 체계적인 분석과 논의, 지속적인 연구가 필요할 것으로 사료된다.

3) 여가스포츠 참여자의 제약타개전략과 지속의도의 관계에 대한 선행연구

1990년대 이전까지 여가제약은 여가 활동 참가의 주요 결정 변수로서, 극복되기 어려운 요인으로 평가되었으나, 1990년대 초반부터는 극복노력 또는 극복 가능한 제약으로 개념화되기 시작하였다(Nadirova & Jackson, 1999). 제약타개전략 및 지속의도의 관한 선행 연구에서는 김경식, 황선환, 원도연(2008), Hubbard와 Mannell(2001)은 여가제약요인이 직접적으로 여가활동 참가를 어렵게 하거나 감소시키지 않는다는 연구결과를 보고하고 있는데, 이는 여가제약극복노력 변수의 역할에 대한 가능성을 열어둔 것이라고 할 수 있다. 이러한 선행연구 결과들은 여가제약의 존재유부보다는 여가제약 극복 노력정도가 여가활동 참가의 결정적 설명변수로 작용할 수 있음을 시사하고 있다(Jackson, Crawford, & Godbey, 1993). 여가스포츠는 자발적이며 적극적 활동으로써, 관람 및 감상활동과 같은 피동적, 소극적 활동보다 개인의 의지가 필요함으로 다양한 제약을 받는 것으로 추론되며, 이는 결국 상당한 에너지와 노력이 투자하여 여가제약 극복에 노력을 기울려야 여가스포츠 참가가 성취될 것으로 보여진다(이영란, 2011). 황선환(2009)의 여가제약, 제약타개전략 및 여가참가의 관계: 생활체육 지도자 연수 참가자를 중심으로 한 연구에서는 제약타개전략은 여가참가에 강한 정적인 영향을 미치는 있고 여가 참가를 촉진시키는 결정적 요인이라고 하였으며, 고등학교 농구선수들을 대상으로 한 Jackson과 Rucks(1995)의 연구에서는 Jackson 등(1993)의 이론을 기초로 제약타개전략 을 통하여 여가활동에 성공적으로 참가하거나 지속한다는 가정을 증명하면서 농구선수들이 여가제약에 직면하였을 때 다양한 방법을 동원하여 이를 극복한다고 보고함으로써 본 논제의 타당성을 뒷받침해 주고 있다.

또한 김지영과 이철원(2009)의 연구에서는 여가참여, 여가동기, 여가제약과, 제약타개전략에 대한 관계성에 대하여 실증적 분석을 수행해 볼 필요가 있고, 제약타개전략이 단기적이 아니라 장기적인 상황에서는 여가제약이 어떻게 제약타개전략을 거쳐서 여가참여자의 적절한 여가 체험으로 승화되는지에 대한 연구가 필요하다고 제안하였다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상자는 제주특별자치도내에 거주하는 여가스포츠에 참가하고 있는 성인을 모집단으로 선정하였다.

이들에 대한 표집방법은 비확률표본추출법(non-probability sampling)중에 한 방법인 유의표본추출법(purposive random sampling)방법을 이용하였으며, 질문지는 400부가 회수되었으나, 반응고정화 현상을 보이는 응답과 무기입 된 자료 11부를 제외한 389명의 자료를 최종 유효 표본으로 선정하였으며, 연구대상자의 일반적 특성으로는 성인 남자 262명, 성인 여자 127명으로 총 389명의 자료를 최종 분석에 활용하였다. 연구대상자의 특성은 <표 1>와 같다.

표 1. 연구대상의 일반적 특성

범주변인	구분	사례수(%)	계
성별	남자	262 (67.4%)	389 (100.0)
	여자	127 (32.6%)	
연령	20대	84 (21.6%)	389 (100.0)
	30대	83 (21.3%)	
	40대	137 (35.2%)	
	50대 이상	85 (21.9%)	
참가종목	개인	146 (37.5%)	389 (100.0)
	대인	148 (38.0%)	
	단체	95 (24.4%)	
참가시간	약 1시간	155 (39.8%)	389 (100.0)
	약 2시간	136 (35.0%)	
	2시간 이상	98 (25.2%)	
참가경력	6개월 미만	60 (15.4%)	389 (100.0)
	6개월 - 1년 미만	48 (12.3%)	
	1년 - 2년 미만	56 (14.4%)	
	2년 이상	225 (57.8%)	

2. 측정도구

본 연구에서 사용하고자 하는 설문지의 내용은 여가스포츠 참여자의 인구사회학적 특성에 관한 항목 6문항, 참여특성에 관한 항목 3문항, 여가제약에 관한 항목 28문항, 여가 제약협상에 관한 항목 23문항, 지속의도에 관한 항목 3문항 총 63문항으로 구성하였다. 응답의 형태는 5점 Likert척도를 사용하였으며, 구체적인 조사도구의 출처 및 구성내용은 <표 2>와 같다.

표 2. 설문지의 주요 구성내용

구성지표	구성내용	문항수
인구 사회적 특성	성별, 연령, 결혼여부, 직업 평균 가계소득, 참가종목	6
참여특성	참가빈도, 참가강도, 참가경력	3
여가제약	개인적 제약, 대인적 제약, 구조적 제약	28
제약타개전략	여가활동 동반자 탐색 노력 여가활동비 마련 및 시간관리 노력 여가활동 강도조절 노력 여가활동 기술습득 노력 여가활동 에너지 충전 노력 여가활동 열망 변화 노력	23
지속의도	지속의도	3

1) 여가제약

여가제약을 측정하기 위한 설문지는 Hubbard & Mannell(2001)에 의해 개발되고, 황선환, 최홍석, 한승진(2010)의 연구에서 번안하여 사용한 여가제약 척도를 사용하였다. 이 척도는 개인적 제약 11문항, 대인적 제약 7문항, 구조적 제약 10문항, 총 28문항으로 구성되어 있다. 설문문항에 대한 응답은 ‘매우 그렇다’ 5점에서 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점으로 부여하는 5점 척도(Likert scale)로 구성되었다. 구체적으로 “나는 여가 활동에 함께 참가할 친구나 파트너가 없다.”라는 지시문과 함께 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’의 5점

Likert 척도를 사용하여 측정하였다. 그 결과 공통성이 매우 낮게 나타난 3번, 6번, 7번, 11번, 19번, 20번, 21번 문항을 제거하고 21문항으로 구성된 3개의 요인을 확인하였다. 전체 설명변량은 44.98%로 나타났고, 요인별로는 개인적 제약은 26.38%, 대인적 제약은 10.37%, 구조적 제약은 8.22%로 나타났다. Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 개인적 제약은 .777, 대인적 제약은 .786, 구조적 제약은 .751로 양호하게 나타났다<표 3참조>.

표 3. 여가제약 척도의 타당도 및 신뢰도 분석결과

문항	요인적재치			공통성
	개인적	대인적	구조적	
2. 나는 이성과 함께 여가 활동에 참가하는 것이 익숙하지 않다.	.754	.045	-.031	.572
1. 나는 여가 활동을 하기에 너무 수줍음이 많다.	.696	.036	-.030	.487
4. 나는 타인들과 함께 여가 활동에 참가하는 것이 익숙하지 않다.	.669	.293	.002	.533
8. 여가 활동에 대한 타인의 시선을 많이 의식한다.	.663	.072	.254	.510
9. 나는 여가스포츠에 참여하기에 체력이 약하다.	.556	.112	.194	.360
5. 나는 공공 탈의실 이용이 익숙하지 않다.	.526	.154	.175	.331
10) 나는 많은 기술을 요구하는 여가스포츠는 싫다.	.501	.068	.298	.344
13. 내가 여가 활동에 같이 참가하고 싶은 사람들은 너무 멀리 떨어져 있다.	.249	.717	-.016	.577
14. 내가 여가 활동에 같이 참가하고 싶은 사람들은 여가활동을 위한 충분한 시간이 없다.	.015	.697	.153	.509
17. 내가 여가 활동에 같이 참가하고 싶은 사람들은 여가활동에 대한 충분한 지식이나 기술이 없다.	.213	.642	.100	.467
12. 나는 여가 활동에 함께 참가할 친구나 파트너가 없다.	.286	.634	.076	.490
15. 내가 여가 활동에 같이 참가하고 싶은 사람들은 충분한 돈이 없다.	.115	.615	.208	.435
18. 내가 여가 활동에 같이 참가하고 싶은 사람들은 나와 시간대가 맞지 않는다.	.025	.557	.294	.397
16. 내가 여가 활동에 같이 참가하고 싶은 사람들은 (가사)일이 너무 많다.	-.048	.533	.244	.346
27. 나는 직장(가사)일로 너무 바쁘다.	.082	.118	.678	.480
26. 나는 여가 활동에 참가할 충분한 시간이 없다.	.158	.230	.654	.506
25. 나는 여가 활동비용이 너무 많이 든다.	-.012	.217	.643	.461
22. 나는 좋지 않은 시설에서의 여가 활동을 꺼린다.	.027	.058	.598	.362
24. 여가 활동을 하기에 주변 환경이 적절하지 않다.	.175	.154	.597	.411
23. 여가 활동에 관한 정보가 너무 부족하다.	.311	.088	.506	.360
28. 나의 신체적 조건이 여가스포츠 활동을 방해 한다.	.365	.209	.429	.361
고유치	5.277	2.074	1.645	
설명변량%	26.383	10.369	8.224	
누적변량%	26.383	36.752	44.976	
Cronbach's Alpha	.777	.786	.751	

2) 제약타개전략

제약타개전략을 측정하기 위한 검사지는 Jackson & Rucks(1995)가 최초 개발하고 Loucks-Atkinson & Mannell(2007)의 연구에서 재사용된 문항을 바탕으로 김경식 등(2008)에 의해 한국 실정에 맞도록 개발된 척도를 사용하였다. 이 척도는 여가활동 동반자 탐색 노력 6문항, 여가활동비 마련 및 시간관리 노력 6문항, 여가활동 강도조절 노력 3문항, 여가활동 기술습득 노력 3문항, 여가활동 에너지 충전 노력 2문항, 여가활동 열망 변화 노력 3문항의 6요인 23문항으로 구성되어있다. 설문문항에 대한 응답은 ‘매우 그렇다’ 5점에서 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점으로 부여하는 5점 척도(Likert scale)로 구성되었다. 구체적으로 “나는 함께 여가활동에 참가할 사람을 찾으려고 노력한다.”라는 지시문과 함께 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’의 5점 Likert척도로 구성하였다.

그 결과 공통성이 매우 낮게 나타난 7번, 11번 문항을 제거하고 21문항으로 구성된 6개의 요인을 확인하였다. 전체 설명변량은 64.03%로 나타났고, 요인별로는 동반자 탐색 노력 28.30%, 활동비 마련 및 시간관리 노력은 11.56%, 강도조절 노력은 7.69%, 기술습득 노력은 5.97%, 에너지 충전 노력은 5.87%, 열망 변화 노력 4.64%로 나타났다. Cronbach's Alpha 값으로 평가한 신뢰도 계수는 동반자 탐색 노력 .806, 활동비 마련 및 시간관리 노력은 .764, 강도조절 노력은 .696, 기술습득 노력은 .745, 에너지 충전 노력은 .640, 열망 변화 노력 .755로 양호하게 나타났다<표 4참조>.

표 4. 제약타개전략 척도의 타당도 및 신뢰도 분석결과

문항	요인 적재치						공통성
	동반자 탐색 노력	활동비 마련 및 시간 관리 노력	강도 조절 노력	기술 습득 노력	에너지 충전 노력	열망 변화 노력	
5. 나는 같은 연령대의 사람들과 함께 여가활동에 참가하려고 노력한다.	.754	.135	.036	-.082	.111	.103	.617
1. 나는 함께 여가활동에 참가할 사람을 찾으려고 노력한다.	.747	.048	.040	.108	.061	.035	.579
3. 나는 동성의 사람들과 함께 여가활동에 참여하려고 노력한다.	.745	.169	-.076	-.003	.211	.049	.636
4. 나는 같은 환경에 있는 사람들과 함께 여가활동에 참가하려고 노력한다.	.740	.129	.014	.076	.066	.035	.576
2. 나는 나와 동일한 여가활동에 대한 관심을 갖고 있는 사람들을 만나려고 노력한다.	.733	.078	.121	.127	.008	.101	.585
6. 나는 사람들을 설득하여 여가활동에 같이 참여 하려고 노력한다.	.610	.194	.249	-.090	.103	.062	.494
9. 나는 여가활동의 비용을 별도로 책정하려고 노력한다.	.207	.789	.114	.155	.099	.085	.719
8. 나는 여가활동을 위해 저축하려고 한다.	.241	.738	-.036	.216	-.043	.165	.679
10. 나는 내가 좋아하는 여가활동을 하기에 더욱 적절한 직장을 찾으려고 노력한다.	.175	.688	-.048	.072	.304	.049	.606
12. 나는 나의 수입 내에서 여가활동에 참여하려고 노력한다.	.079	.617	.410	.019	.074	.126	.576
14. 나는 스스로 여가활동의 강도를 조절한다.	.061	.069	.819	.027	.089	.102	.698
13. 나는 신체적, 심리적, 상태에 따라 여가활동의 강도를 조절한다.	.110	.141	.757	.046	.197	.227	.698
15. 나는 여가활동 전에 스트레칭을 하려고 노력한다.	.055	-.016	.651	.238	.019	.070	.489
16. 나는 여가활동을 위해 레슨을 받는다.	-.080	.129	.130	.854	.102	-.029	.780
17. 나는 여가활동을 지도해 줄 사람을 찾으려고 노력한다.	.093	.317	.081	.792	.146	.129	.781
18. 나는 장피함을 무릅쓰고 최선을 다해 여가활동을 배우려고 한다.	.190	-.012	.163	.587	.060	.433	.598
22. 나는 여가활동을 할 수 없는 상황이 되면 유사한 종목으로 대체하려고 노력한다.	.075	.109	.093	.049	.813	.090	.697
23. 나는 여가활동 장소 사용이 어려울 경우 장소를 옮겨서 참가하려고 노력한다.	.265	.055	.122	.072	.748	.092	.662
21. 나는 사람들이 분비지 않는 시간을 선택해서 참여하려고 노력한다.	.093	.186	.113	.230	.506	.255	.430
19. 나는 여가활동을 위해 충분한 휴식을 취하려고 노력한다.	.080	.116	.232	.102	.149	.832	.798
20. 나는 여가활동을 위해 에너지를 아끼려고 노력한다.	.156	.230	.144	.092	.197	.776	.748
고유치	5.944	2.428	1.615	1.253	1.233	.974	
공통분산%	28.304	11.561	7.689	5.968	5.872	4.638	
누적분산%	28.304	39.865	47.554	53.522	59.395	64.032	
Cronbach's Alpha	.806	.764	.696	.745	.640	.755	

3) 지속의도

지속의도 설문지는 Courneya와 McAuley(1993), Wilson과 Rodgers(2004)의 행동의도 측정방법을 참고하여 양명환(2004a)이 개발한 3문항의 질문지를 사용하였고, 설문문항에 대한 응답은 ‘매우 그렇다’ 5점에서 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점으로 부여하는 5점 척도(Likert scale)로 구성되었다. 이 척도는 3개의 문항의 점수를 합하고 문항수로 나누어 평균값을 가지고 지속의도라고 정의하였다. 지속의도 질문지의 신뢰도는 Cronbach 값이 .832으로 비교적 높게 나타났다.

3. 연구절차

본 연구의 자료수집은 2014년 11월 1일 부터 12월 30일까지 이루어졌으며, 본 연구는 학교 및 경기장을 직접 방문하여 여가스포츠 참여자에게 연구의 취지를 설명하고 동의를 얻어 질문지를 배부한 후 응답 요령 등의 부차적인 설명과 성실한 응답을 해줄 것을 부탁하였다. 또한 연구자가 직접 질문지를 배부한 후 응답 요령 등의 부차적인 설명을 하면서 응답자의 비밀보장에 대한 내용을 강조하였다. 설문 참여자들은 자기평가기입법 (self-administration method)으로 질문지를 작성하였으며, 질문지를 완료하는 시간은 대략 15분 정도 소요되는 것으로 나타났다. 배부된 질문지는 총 400부였으며, 완성된 질문지는 바로 회수하였다.

4. 자료 분석 및 처리

자료처리는 SPSS 18.0과 AMOS 18.0 통계프로그램을 사용하여 연구목적에 맞게 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 응답자의 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 측정도구의 요인구조를 알아보기 위해 탐색적 요인분석을 실시하였다.

셋째, 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach의 α 값을 산출하였다.

넷째, 인구통계학적 특성에 따른 여가제약과 여가제약협상 및 지속의도의 차이를 분석

하기 위하여 일원변량 분석(One-Way ANOVA)를 실시하였고, 사후검증은 Duncan의 방식을 사용하였다.

다섯째. 여가제약과 여가제약협상이 지속의도에 인과관계를 알아보기 위하여 기술적 통계분석(평균과 표준편차, 왜도, 첨도), 상관관계 분석(correlation analysis)을 실시하였다.

여섯째. 변인간 인과관계와 여가제약과 지속의도의 관계에서 제약타개전략의 매개효과를 검증하기 위하여 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 먼저 측정 모형의 적합도가 수용 가능한 것으로 나타나면 가설적 모형이 자료에 어느 정도 부합하는 지를 검증하였으며, Hair, Black, Babin, & Anderson(2010)이 추천한 χ^2 , CFI, TLI, SRMR, 및 RMSEA의 적합도 지수를 활용하여 적합도 지수를 사용하여 판정하였다. 모든 분석의 통계적 유의 수준은 $\alpha=.05$ 로 설정하였다.

IV. 연구결과

1. 여가스포츠 참여자의 인구통계학적 특성에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이

1) 성별에 따른 여가제약 차이 분석 결과

성별에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 분석한 결과는 다음 <표 11>과 같다.

표 5. 성별에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도 차이 분석 결과

종속변인	성별		t	p
	남자 (n=262)	여자 (n=127)		
여가제약	2.48±.47	2.53±.42	-1.478	.276
제약타개 전략	3.12±.49	3.10±.50	.216	.881
지속의도	3.80±.70	3.89±.64	-1.231	.163

<표 5>에서 보는 바와 같이 성별에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 분석한 결과 여가제약, 제약타개전략, 지속의도에서 남자집단과 여자집단 모두 통계적으로 유의한 차이가 나지 않았다.

2) 연령에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도 차이 분석 결과

연령에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 분석한 결과는 다음 <표 12>과 같다.

표 6. 연령에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도 차이 분석 결과

종속변인	연령				F	p	Duncan
	20대(A) (n=84)	30대(B) (n=83)	40대(C) (n=137)	50대 이상(D) (n=85)			
여가제약	2.40±.47	2.49±.41	2.52±.48	2.53±.44	1.396	.243	-
제약타개 전략	3.23±.48	3.07±.54	3.11±.45	3.03±.51	2.710	.045	D=B=C,C =A, D,C<A
지속의도	3.85±.73	3.82±.64	3.92±.64	3.65±.71	2.916	.034	D=B=A, B=A=C, D,A<C

<표 6>와 같이 연령에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 분석한 결과, 제약타개전략(F=2.710, p=.045), 지속의도(F=2.916, p=.034)에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났으나, 여가제약에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

상기의 유의한 차이가 나타난 요인에 대한 사후비교분석을 실시한 결과, 제약타개전략에서 50대 이상(3.30±.51), 40대(3.11±.45) 집단보다 20대(3.23±.48) 집단이 더 높은 것으로 나타났으며, 지속의도에서는 50대 이상(3.65±.71), 20대(3.85±.73) 집단보다 40대(3.92±.64) 집단이 더 높은 것으로 나타났다. 따라서 연령에 따라 여가제약, 제약타개전략 및 지속의도가 차이가 있을 것이라는 가설을 부분적으로 지지되었다.

3) 종목에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도 차이 분석 결과

종목에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 분석한 결과는 <표 8>과 같다.

표 7. 종목에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도 차이 분석 결과

종속변인	종목			F	p	Duncan
	개인(A) (n=146)	대인(B) (n=148)	단체(C) (n=95)			
여가제약	2.50±.48	2.50±.42	2.47±.47	.198	.820	-
제약타개 전략	3.00±.46	3.18±.50	3.19±.51	7.104	.001	A<B,C
지속의도	3.77±.67	3.90±.65	3.79±.74	1.567	.210	-

<표 7>에서 보는 바와 같이 종목에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 분석한 결과, 제약타개전략(F=7.104, p=.001)에서 유의한 차이가 나타났으나, 여가제약, 지속의도에는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

상기의 유의한 차이가 나타난 요인에 대한 사후비교분석을 실시한 결과, 제약타개전략에서 개인종목(3.00±.46)집단보다, 대인종목(3.18±.50), 단체종목(3.19±.51)집단이 더 높은 것으로 나타났다.

4) 시간에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도 차이 분석 결과

시간에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 분석한 결과는 다음<표 14>과 같다.

표 8. 시간에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도 차이 분석 결과

종속변인	시간			F	p	Duncan
	약 1시간(A) (n=155)	약 2시간(B) (n=136)	2시간 이상(C) (n=98)			
여가제약	2.61±.42	2.40±.44	2.41±.49	10.090	.001	B=C<A
제약타개 전략	3.09±.49	3.13±.50	3.12±.50	.257	.773	-
지속의도	3.76±.70	3.82±.65	3.94±.69	2.190	.113	-

<표 8>에서 보는 바와 같이 시간에 따른 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 분석한 결과, 여가제약(F=8.126, p=.001)에서 유의한 차이가 나타났으나, 제약타개전략, 지속의도에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다.

상기의 유의한 차이가 나타난 요인에 대한 사후비교분석을 실시한 결과, 여가제약에서 약2시간(2.40±.44), 2시간 이상(2.41±.49) 집단보다, 약 1시간(2.61±.42) 집단이 더 높은 것으로 나타났다.

2. 여가스포츠 참여자들의 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 기술통계량 및 상관 분석

1) 측정변인들의 기술 통계량과 분포특성

이 연구에서 측정된 변인들의 일반적 경향을 알아보기 위해 전체 변인들의 기술 통계량과 분포 특성을 살펴보았다. <표 9>에서 보는 바와 같이 측정 변인에 대한 전반적인 특성을 알아보기 위해 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출한 결과이다.

표 9. 측정변인의 기술 통계량

종속 변인	M	SD	왜도	첨도
개인적 제약	2.33	.62	.278	-.312
대인적 제약	2.49	.56	.097	.296
구조적 제약	2.65	.56	-.167	.064
동반자 탐색	3.21	.69	-.222	.459
활동비 마련 및 시간 관리	2.86	.74	-.036	-.107
강도 조절	3.38	.70	-.294	.228
기술 습득	3.02	.84	-.005	-.579
에너지 충전	3.04	.70	-.127	.561
열망 변화	3.17	.78	-.041	.292
지속의도	3.82	.68	-.282	.345

<표 9>에서 제시한 바와 같이 정규성을 점검하기 위하여 평균, 표준편차, 왜도, 및 첨도를 살펴본 결과, 평균값은 2.33~3.82점의 범위에 있었으며, 표준편차는 .56~.84 사이에 분포하는 것으로 나타났다. 측정변인의 왜도와 첨도의 절대 값이 각각 2와 7을 넘지 않을 때 정상분포 가정을 충족시킨다는 제언(Finch & West, 1997)에 따라 왜도와 첨도를 계산한 결과 모든 변수들이 이를 충족하여 정상분포 가정을 충족하는 것으로 나타났다.

표 10. 전체 변인간의 상관분석 결과

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
개인적 제약(A)	1									
대인적 제약(B)	.379**	1								
구조적 제약(C)	.420**	.475**	1							
동반자 탐색(D)	.124*	.129*	.192**	1						
활동비 마련 및 시간 관리(E)	.012	.131**	.091	.419**	1					
강도 조절(F)	-.069	-.059	.005	.217**	.287**	1				
기술 습득(G)	.052	.049	.109*	.176**	.387**	.318**	1			
에너지 충전(H)	.123*	.141**	.139**	.350**	.386**	.326**	.337**	1		
열망 변화(I)	.008	-.058	.021	.291**	.396**	.419**	.372**	.429**	1	
지속의도(J)	-.174*	-.096	-.102*	.142**	.072	.189**	.186**	.102*	.122*	1

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

<표 10>에 나타난 바와 같이 여가제약의 하위요인인 개인적제약과 대인적 제약, 구조적 제약은 여가스포츠 참여자의 지속의도에 유의한 부(-)의 상관이 있는 것으로 나타났다. 그리고 제약타개전략의 하위요인인 동반자 탐색 노력, 활동비 마련 및 시간 관리 노력, 기술습득 노력, 에너지 충전 노력이 여가스포츠 참여자의 지속의도와 유의한 정(+)의 상관이 있는 것으로 나타났다. 한편, 여가제약은 제약타개전략의 하위요인 다섯 요인과 부분적으로 유의한 정(+)의 상관이 있는 것으로 나타났다.

2) 잠재변인간의 상관관계

구조모형을 검증하기 전에 잠재변인간의 상관계수를 살펴보았다. <표 11>에서 보는 바와 같이, 여가제약은 지속의도와 유의한 부(-)의 상관($r = -.160$, $p = .01$)이 있는 것으로 나타났다. 또한, 여가제약은 제약타개전략과 정(+)의 상관($r = .146$, $p = .01$)이 있는 것으로 나타났다. 그리고 제약타개전략은 지속의도와 유의한 정(+)의 상관($r = .201$, $p = .01$)이 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 보면 여가스포츠 참여자의 여가제약과 제약타개전략의 관계에서 지속의도에 영향을 미치고 있음을 예측할 수 있다.

표 11. 잠재변수의 상관분석 결과

잠재변인	여가제약	제약타개전략	지속의도
여가제약(A)	1		
제약타개전략(B)	.146**	1	
지속의도(C)	-.160**	.201**	1

** $p < .01$

3. 매개효과 검증을 위한 구조모형 분석

1) 측정모형 검증

구조모형을 분석하기에 앞서 탐색적 요인분석을 통해 추출된 12개의 측정변인들이 해당 잠재변인을 적절히 구인하는지 알아보기 위해 최대우도방식의 확인적 요인분석을 실시하였다.

<표 12>에서 보는 바와 같이 전체 12개의 측정변인이 잠재변인을 얼마나 잘 측정하고 있는지를 알아보기 위하여 확인적 요인분석을 실시한 결과, 측정모형의 적합도 지수는 양호하게 나타났다($\chi^2=110.200$, $df=51$, $p=.001$, $Q=2.161$, $SRMR=.026$, $TLI=.938$, $CFI=.952$, $RMSEA=.055$).

표 12. 측정모형의 적합도 지수

모형	χ^2	df	Q	SRMR	TLI	CFI	RMSEA (90%CI)
측정모형	110.200	51	2.161	.026	.938	.952	.055
기준			≤ 5	$\leq .05$	$\leq .90$	$\leq .90$	$\leq .08$

<표 13>에서 보는 바와 같이, 모든 문항의 비표준화 추정치가 통계적으로 유의한 것으로 나타났고, 모든 요인의 적재치들은(C.R) .51~.92로 기준치인 1.92 Z값보다 유의하게 큰 것으로 나타났다. 따라서 측정모형의 전반적인 적합도 지수와 경로 추정치를 고려할 때 측정모형은 수용할 수 있는 모형임을 확인하였다.

표 13. 측정모형의 경로계수와 유의성 검증

경로	비표준화 추정치	S.E	C.R	p	표준화 추정치
여가제약 → 개인적 제약	1.000				.723
여가제약 → 구조적 제약	.887	.109	8.144	.001	.650
여가제약 → 대인적 제약	.896	.115	7.796	.001	.589
지속의도 → 지속의도2	1.000				.922
지속의도 → 지속의도1	.926	.056	16.550	.001	.814
지속의도 → 지속의도3	.923	.066	13.877	.001	.676
제약타개 전략 → 열망변화 노력	1.000				.657
제약타개 전략 → 에너지 충전 노력	.868	.091	9.559	.001	.636
제약타개 전략 → 활동비 마련 및 시간관리 노력	.911	.098	9.288	.001	.635
제약타개 전략 → 기술습득 노력	.898	.104	8.613	.001	.551
제약타개 전략 → 강도 조절 노력	.727	.084	8.613	.001	.531
제약타개 전략 → 동반자탐색 노력	.676	.087	7.731	.001	.506

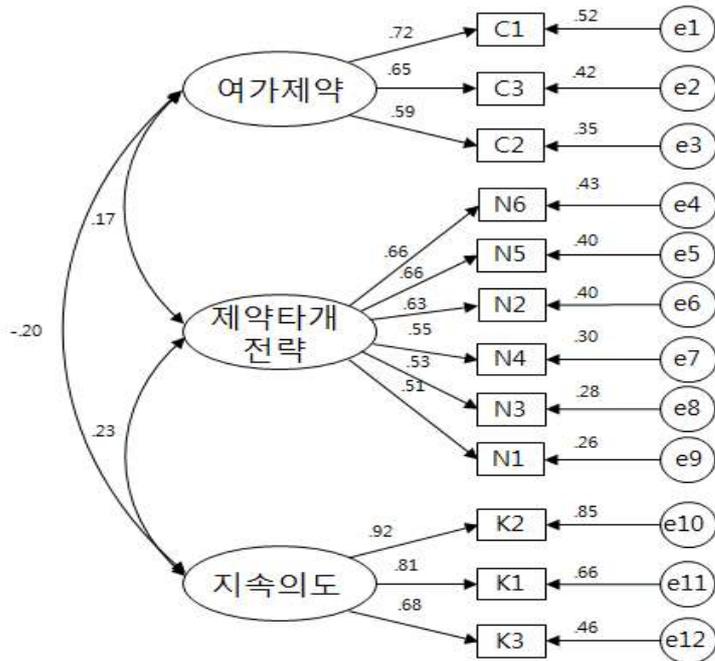


그림 5. 측정모형(표준화계수)

Note : C1=개인적 제약, C2=대인적 제약, C3=구조적 제약, N1=동반자탐색노력, N2=활동비마련 및 시간관리노력, N3=강도조절노력, N4=기술습득노력, N5=에너지충전노력, N6=열망변화노력, K1=지속의도1, K2=지속의도2, K3=지속의도3

2) 모형의 평가

선행연구에 근거하여 여가스포츠 참여자의 여가제약과 제약타개전략 및 지속의도의 매개효과를 알아보기 위하여 부분매개모형인 연구모형과 완전매개모형인 경쟁모형을 설정하고, 두 모형의 χ^2 차이가 유의한지를 분석하였다. 두 모형 중 적합한 모형을 선택하였으며, 두 모형의 적합도를 비교하여 <표 14>에 제시하였다.

표 14. 연구모형의 적합도 지수

모형	χ^2	df	p	Q	SRMR	TLI	CFI	RMSEA (90%CI)
연구모형(A) (부분매개)	110.200	51	.001	2.161	.026	.938	.952	.055 (.055-.086)
연구모형(B) (완전매개)	124.669	52	.001	2.397	.033	.925	.941	.060 (.055-.086)
χ^2 차이검증 (A:B)	$\Delta\chi^2 = \chi^2 B - \chi^2 A = 14.169$ (df=1), p=.001							

연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수를 비교한 결과, 표에서 보는바와 같이 연구모형과 경쟁 모형 모두 적합도는 양호한 것으로 나타났지만, 전반적인 적합도 지수에서 연구모형이 좀 더 적합한 것($\chi^2=110.200$, $df=51$, $p=.001$, $Q=2.161$, $SRMR=.026$, $TLI=.938$, $CFI=.952$, $RMCEA=.055$)으로 나타났기 때문에 완전매개모형보다 부분매개모형이 더 우수한 모형으로 채택하였다.

표 15. 연구모형 및 경쟁모형의 경로계수와 유의성 검증

경로			비표준화 추정치	S.E	C.R	p	표준화 추정치
연구모형(A) (부분매개)	여가제약	→ 제약타개 전략	.238	.101	2.346	.019	.167
	제약타개 전략	→ 지속의도	.319	.077	4.137	.001	.270
	여가제약	→ 지속의도	-.410	.114	-3.597	.001	-.244
연구모형(B) (완전매개)	여가제약	→ 제약타개 전략	.217	.102	2.138	.033	.152
	제약타개 전략	→ 지속의도	.260	.074	3.521	.001	.222

다음으로 각 경로간의 통계적 유의성을 살펴보면, 2개의 경로가 유의한 것으로 나타났다. <표 15>에서 보는 바와 같이 여가제약과 제약타개전략 간 경로의 비표준화 경로계수가 .238(S.E=.101, C.R=.2.346, $p=.019$, Beta=.167)로 유의하게 나타났으며, 제약타개전략과 지속의도 간 경로의 비표준화 계수가 .319(S.E=.077, C.R=.4.137, $p=.001$, Beta=.270)으로 유의하게 나타났다. 그리고 여가제약과 지속의도 간 경로의 비표준화 계수가 -.410(S.E=.114, C.R=-3.597, $p=.001$, Beta=-.244)으로 유의하게 나타났다.

이는 제약타개전략의 매개효과에서 여가스포츠 참여자의 여가제약이 지속의도에 직접 효과가 있을 때, 그 효과가 더 크다는 것을 의미한다. 결과적으로 본 연구에서는 연구모형인 부분매개모형을 채택하였으며, 연구모형인 부분매개 모형과 경쟁모형인 완전매개 모형을 <그림 6>과 <그림 7>에 제시하였다.

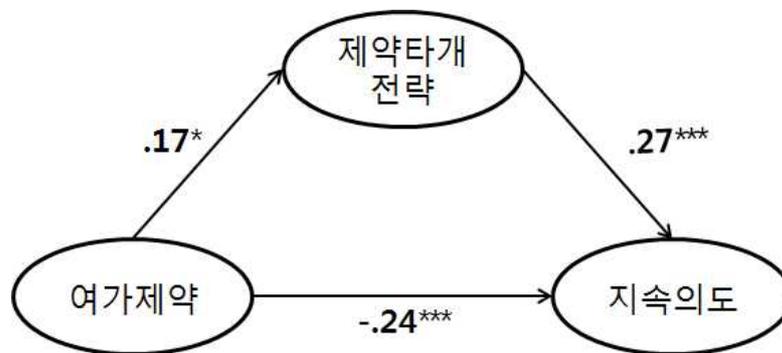


그림 6. 연구모형(부분매개)의 표준화 추정치

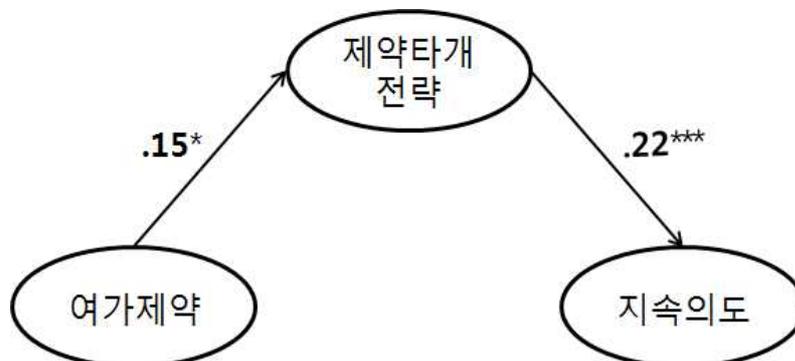


그림 7. 경쟁모형(완전매개)의 표준화 추정치

3) 최종모형의 매개효과 검증

마지막으로 여가스포츠 참여자의 여가제약과 지속의도에 관계에서 제약타개전략의 매개효과를 살펴보았다. 최종적으로 선택된 부분매개모형에 대한 매개효과의 유의성을 검증하기 위하여 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 간접효과의 표준오차에 대한 정확한 추정치를 계산하는 방법인 부트스트랩(Bootstrap) 검증법을 사용하였다. 부트스트랩 검증법은 통계적 추정치의 유의도를 결정함에 있어 경험적 방법을 제공하는 절차이다(강수희, 2013). 이를 위해 원 자료로부터 무선탐당으로 형성된 1,000개의 경험적 표본에서 간접효과를 추정하였다. Shrout와 Bolger(2002)는 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않을 때에 통계적으로 유의한 것으로 판단하였다.

<표 16>에서 보는 바와 같이 여가제약과 지속의도의 관계에서 제약타개전략의 매개효과는 .045으로 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 $p=.013$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다.

표 16. 매개효과 검증 결과

매개경로	간접효과	p	신뢰구간	
			Lower	Upper
여가제약→제약타개전략 →지속의도	.045	.013	.015	.102

V. 논의

본 연구의 목적은 여가스포츠 참여자의 여가제약이 지속의도에 미치는 영향을 살펴보고, 이 과정에서 제약타개전략의 매개효과를 규명하는데 목적이 있다. 이러한 연구 목적을 달성하기 위해 여가제약이 여가스포츠 참여자의 지속의도에 직접적인 영향을 미치는지, 그리고 여가제약이 제약타개전략을 매개로 지속의도에 간접적인 영향을 미치는지를 연구가설로 설정하고 이를 위한 분석을 실시하였다. 이러한 절차를 통해 연구결과에 대해 논의해 보면 다음과 같다.

1. 인구통계학적 특성에 따른 여가제약, 제약타개전략 및 지속의도의 차이

첫째, 성별에 따른 여가스포츠 참여자의 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 분석한 결과 여가제약, 제약타개전략, 지속의도 모두 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 하지만 여가제약에서 남자보다 여자 참여자들이 제약을 더 많이 느끼는 것으로 나타났으며, 제약타개전략에서는 여자보다 남자 참여자들이 제약타개전략을 더 많이 노력하는 것으로 나타났다. 백주하(2012)의 일반 여가활동 참여자를 대상으로 인구통계학적 특성에 따른 여가제약, 여가제약협상, 레크리에이션 전문화의 차이를 분석한 결과 여자가 남자에 비하여 여가참여의 구조적 제약에 대하여 높게 인식되고 있다는 연구 결과와 일치하였다. 또한 댄스스포츠 참여자의 성별이 대인적 제약에 영향을 미친다는 김현나(2007)의 연구 결과와 최경미(2008)의 중년 테니스 동호인을 대상으로 성별에 따른 여가제약의 관계를 조사한 결과 여가제약의 하위요인중 대인적 제약에서만 유의한 차이가 있는 것으로 나타나 본 연구 결과를 뒷받침 해주고 있다. 이러한 결과는 여가스포츠 참여에 있어서 제약요인이 닳았을 때 여자가 남자보다 모든 조건에 있어서 제약 요인을 완화하고자 하는 노력이 더 크다는 것을 간접적으로 시사하며, 여가스포츠 참여에 있어서 남녀의 구조적인 제약에 차이가 있음을 의미한다. 특별히 여자 집단이 남자 집단보다 여가제약을 많이 받는 것은 남성위주의 가부장적 사회의 영향을 받아 가정에서의 여성의 역할이 남성에 비해 많기 때문에 상대적으로 여가제약을 많이 받는다고 생각된다. 따라서 여가스포츠 참여에 있어서 여자 참여자들이 원만한 참여를 유도할 수 있는 방안이 강구되어야 할 것으로 사료

된다.

둘째, 연령에 따른 여가스포츠 참여자의 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 검증한 결과 유의한 차이가 없는 여가제약을 제외한 제약타개전략, 지속의도에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 선행연구와 관련하여 살펴보면, 홍신표(2010)의 골프 참여자를 대상으로 동기에 따른 제약 및 협상전략의 관한 연구에서는 연령별에 따른 제약타개전략의 하위요인인 실력향상 협상, 직장·가정에 대한 극복노력, 경제적 부담에 대한 극복노력이 유의한 차이를 나타나 본 연구를 부분적으로 지지해주고 있으며, 이신성(2011)은 생활체육 검도 참여자를 대상으로 한 연구에서 나이에 따른 제약타개전략의 하위요인인 실력향상 및 직장·가정에 대한 노력, 동반자 탐색, 경제적 부담 요인에서 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 하지만 위의 선행연구에서는 연령이 높을수록 제약타개전략을 인식하는 것으로 나와 본 연구의 결과를 부분적으로 지지하고 있다.

이에 본 연구 결과를 유추해 보면 제약타개전략에 있어서 연령이 높아질수록 제약타개전략을 높게 인식하였다. 이는 20대 참여자들은 사회적으로나 경제적으로 어려움을 크게 느끼고 있지 않으며, 학업과 자아개발을 위한 시간을 제외한 나머지 시간을 조절하여 여가스포츠 참여에 힘을 기울일 수 있으나, 연령이 높아질수록 직장·가정에 대한 부담과 경제적, 시간적 부담으로 어려움을 크게 느끼게 되어 제약을 느끼거나 극복하는데 어려움이 있는 것으로 사료된다. 또한 지속의도에서는 50대 이상, 30대, 20대 집단보다 40대 집단이 높게 나타났는데, 이러한 결과는 40대 집단은 신체적 제약, 시간적 제약, 사회적 제약, 경제적 제약, 가정적인 제약 등의 다양한 제약을 극복할 수 있는 여건이 갖추어져 있기 때문에 다른 연령에 비해 제약에 대한 대처가 수월하여 여가스포츠 활동의 촉진과 더불어 참여지속에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 분석된다.

셋째, 종목에 따른 여가스포츠 참여자의 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 검증한 결과, 유의한 차이가 없는 여가제약, 지속의도를 제외한 제약타개전략에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 개인종목 집단 보다 대인종목, 단체종목이 제약타개전략을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다. 이와 관련한 선행연구들이 없어 비교 설명을 할 수는 없지만, 이러한 결과는 대인종목과 단체종목에 경우 제약에 영향을 받게 되더라도 타인과의 원만한 관계를 통해 제약을 완화 시킬 수 있는 방법이 가능한 반면, 개인종목에서는 혼자 스스로 운동하면서 나타나는 한계점이 여가스포츠 참여의 촉진을 방해하기 때문에 개인 참여자가 제약에 직면할 경우 이를 극복하려는 노력과 운동의지에 따라 여가스포츠

의 지속적인 참여에 긍정적인 영향은 준다고 분석된다.

넷째, 시간에 따른 여가스포츠 참여자의 여가제약, 제약타개전략, 지속의도의 차이를 검증한 결과, 유의한 차이가 없는 제약타개전략과, 지속의도를 제외한 여가제약에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 여가제약에서는 약 2시간 집단과 2시간이상 집단 보다 약 1시간 집단이 여가제약을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 시간에 따른 여가스포츠 참여는 참여자의 운동습관, 주위 환경, 관심에 있어서 차이가 난다고 생각된다. 또한 한 번 참가하는 여가스포츠에서 참가의 시간은 여가스포츠에 대한 몰입의 정도와 참가 지속과 연장선상에서 해석할 수 있을 것으로 사료된다. 김준(2012)의 연구에서는 여가스포츠에 2시간 이상의 장시간 참가하는 집단은 여가스포츠에 짧은 시간 참가하게 되는 집단에 비해서 인내하는 힘, 지속적인 스포츠 활동을 위한 노력 등이 높게 나타나기 때문에 참가시간에 따른 진지한 여가는 차이가 있는 것이라 주장하여 본 연구의 결과를 부분적으로 지지하고 있다.

특히, 약 2시간 집단과 2시간 이상 집단보다 약 1시간 집단이 여가제약을 많이 느끼는 것은 약 1시간이라는 짧은 시간에 참여자의 흥미 유발, 기술 습득 등의 자신이 만족 할 만큼의 성취를 느끼지 못해 제약을 더욱 많이 느끼게 되어 참여 지속욕구를 감소시켜 이러한 결과는 나타나게 된 것으로 사료된다.

2. 여가스포츠 참여자들의 여가제약이 지속의도에 미치는 영향

여가스포츠 참여자의 여가제약이 지속의도에 미치는 직접 영향을 살펴본 결과, 여가제약의 하위요인 모두 지속의도에 부(-)의 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이것은 여가제약이 높은 참여자들은 지속의도가 낮다는 것을 의미한다. 이 결과를 보았을 때, 김창섭(2004)의 여가스포츠 참가 및 생활 만족도에 대한 연구 결과에서 의사소통 제약과 시설 및 환경제약 및 시간제약이 크게 작용할수록 여가스포츠의 참가율이 떨어지는 것으로 나타났으며, 정우진, 최성범(2006)의 연구에서는 내재적 제약, 대인적 제약이 여가 참여에 영향을 미치고 구조적 제약은 영향을 미치지 않은 것으로 나타났다. 또한 Son 등(2008)의 연구에서는 여가제약이 여가참가에 직·간접적으로 강한 부적인 영향을 미쳤으며, 이는 지속적 참여에 까지 부정적인 영향을 주는 것을 나타나 본 연구를 간접적으로 지지해주고 있다. 이는 여가활동의 참여에 대한 제약이 클수록 극복하기 어려워 지속적인

참가를 방해하여 반감시키며, 여가스포츠 참가의 결과로 나타나는 만족감, 행복감, 삶의 질 향상 등마저 감소시킨다는 것이다. 김현나(2006)의 연구에서는 참여에 영향을 받는 여가제약의 하위요인 중 시설문제, 지도자 자질, 개인 시간부족, 정보부족, 주변시선, 파트너 부재 등이 개인적 제약과 대인적 제약에서 참여지속에 영향을 받는 것으로 나타났으며, 김동훈(2010)의 연구에서는 개인적 제약이 참여의도에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구를 뒷받침 해준다.

이와 같은 결과는 여가제약이 여가활동을 처음 시작할 때 발생할 뿐만 아니라 참가하는 도중에도 나타나기 때문에 중도 포기하게 되는 상황도 발생하여 여가활동의 지속적인 참여에 부정적인 영향을 미치는 것으로 해석된다. 즉, 여가스포츠 참여에 있어서 여가제약은 스포츠 활동을 지속하고자 하는 주변요인들의 부재와 제약으로 인해 스포츠 활동을 못하고 있는 것으로 해석된다.

3. 여가스포츠 참여자들의 여가제약이 제약타개전략에 미치는 영향

여가제약이 제약타개전략에 미치는 직접적인 영향을 살펴본 결과, 여가제약은 제약타개 전략에 정(+)의 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

여가제약과 제약타개전략의 하위요인의 상관관계를 분석한 결과 여가스포츠 참여자의 개인적 제약에서는 활동비 마련 및 시간 관리, 강도조절, 열망변화, 대인적 제약에서는 강도조절, 열망변화, 구조적제약에서는 강도조절이 제약타개전략에 부(-)의 상관관계로 나타났다. 나머지 하위요인에는 모두 정(+)의 상관관계로 나타났다. 이러한 결과는 여가제약이 제약타개전략 중 활동비 마련 및 시간 관리, 강도조절, 열망변화에 부분적으로 감소시키지만, 제약을 극복하기 위한 협상 과정을 증가시켜 여가제약을 감소시킨다는 것을 시사하고 있다. 이는 Hubbard와 Mannell(2001)과 Loucks-Atkinson과 Mannell(2007)의 연구에서 여가제약이 제약타개전략에 정적인 영향을 미친다고 한 것과 일치되는 결과이며, 황선환, 조옥연, 김미량(2011)은 여가제약수준에 따른 제약타개전략 적용에 관한 연구에서 여가제약이 제약타개전략에 정적인 영향을 미친다는 촉발(trigger)이론을 도출하여 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다. Jackson & Rucks(1995)는 여가활동 중 강도나 정도가 큰 제약이 발생하면 여가활동 참가를 중단하거나 포기하지만 여가활동 참가를 방해하는 대부분의 제약은 협상과정을 통하여 극복이 가능하다고 했다. 다시 말하면 여가제약 극복 과

정에서 나타나는 여가제약과의 긍정적, 적극적 협상은 여가 활동 참가를 가능하게 하고, 참가수준을 촉진시키기도 한다. 즉, 다양하고 적극적인 여가제약 극복 노력은 개개인이 느끼는 여가제약의 강도를 감소시키는 효과를 파생시킨다(김경식, 황선환, 원도연 2008). Kay와 Jackson(1991)도 사람들은 여러 가지 방법으로 제약요인을 극복하려고 노력하고 있으며 제약이 발생하였을 때, 부분적으로는 문제에 의존하면서기회의 인식, 기술습득, 여가참여 빈도와 시간의 조정, 여가욕구 충족을 위한생활환경의 다른 부분을 수정하는 등의 다양한 부분의 노력을 기울이고 있다고 보고 하였다.

이러한 결과로 볼 때, 여가제약은 여가스포츠 참여자에게 부정적인 영향을 미치지만 제약타개전략을 어떻게 활용하는가에 따라 여가활동에 참가할지 아니면 참가하지 않을지 뿐만 아니라, 여가활동을 중단하게 될지 또는 지속하게 될지 결정된다고 사료된다.

4. 여가스포츠 참여자들의 제약타개전략이 지속의도에 미치는 영향

제약타개전략이 지속의도에 미치는 직접적인 영향을 살펴본 결과, 제약타개전략은 지속의도에 정(+)의 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

여가제약과 제약타개전략의 하위요인의 상관관계를 분석한 결과 여가스포츠 참여자의 동반자 탐색 노력, 활동비 마련 및 시간관리 노력, 강도조절 노력, 기술습득 노력, 에너지 충전 노력, 열망 변화의 제약타개전략 하위요인이 지속의도에 모두 정(+)의 상관관계로 나타났다. 이러한 결과는 제약타개전략에서 나타나는 극복노력이 긍정적인 영향을 증가시켜 지속의도를 높이는 것을 시사하고 있다. 이러한 결과는 여가제약이 있을 경우 비록 제약이 없었던 때와는 다르지만, 개인이 의지를 갖고 극복노력을 통해 다른 방식으로 여가참가에 참여하거나, 여가에 참여하고 있는 상황을 유지시킨다는 것이다. 김경식(2009)의 사회체육 참가자의 여가제약 극복과정에 관한연구에서 여가제약 극복노력이 사회체육 참가 빈도를 결정한다는 연구결과와 일치하는 것이다.

이러한 결과로 볼 때, 제약타개전략은 여가스포츠 참여자에게 제약을 극복하려는 노력을 높여주어 긍정적인 이 영향력을 향상시켜 지속의도에 긍정적인 영향을 미치게 한다는 것이다. 따라서 제약타개전략을 활용할 수 있는 대안이나 프로그램 확충이 필요하다고 하겠다.

5. 여가제약과 지속의도의 관계에서 제약타개전략의 매개효과

여가제약은 여가스포츠 참여자의 긍정적인 관련성을 갖기 위해 제약타개전략을 매개로 하여 지속의도에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났다.

여가스포츠 참여자가 느끼게 되는 제약은 지속의도에 부정적인 영향을 미쳐 지속을 감소시킬 수 있지만, 제약협상을 잘 사용한다면, 제약요인은 점차 감소한다고 예측할 수 있다. 즉, 여가스포츠 참여는 참여지속으로 발전하는 선형 단계이기 때문에 여가제약이 여가참가에 부정적인 영향을 미친다면 지속의도에도 부정적인 영향을 미친다는 것을 추론할 수 있다. 이러한 결과는 여가제약이 여가활동 참가에 부정적인 영향을 미친다는 선행연구(김경식, 2009; Alexandris & Carrol, 1997; Loucks-Atkinson & Mannell, 2007; Raedeke & Burton, 1997)에서 여가제약은 지속의도에 부정적인 영향을 미친다는 것을 설명해 주고 있다. 또한 김경식, 최성범(2009), 최성훈(2010), 황선환, 서희진(2009), Hubbard & Mannell(2001), Lee & Scott(2009), Loucks-Atkinson & Mannell(2007)은 여가제약이 타개전략의 수용을 촉진시킬 수 있으며, 여가제약이 타개전략 수용을 감소시키기도 한다는 연구가 보고되고 있다.

한편, 황선환, 최홍석(2012)은 알파인 스키어를 대상으로 레크리에이션 전문화에 대한 제약타개전략의 매개효과를 검증한 결과 제약타개전략이 여가제약과 레크리에이션 전문화의 관계에서 부분적으로 매개역할을 하며 스키활동에 지속적으로 참여할 수 있도록 도와 줌으로써 더 높은 전문화 수준에 도달할 수 있도록 돕는다는 사실을 발견하였다. 또한 김경식, 황선환, 원도연(2008)은 제약타개전략은 여가 제약을 극복하기 위한 노력중의 하나로 사람들은 여가제약 상황에 직면하게 될 경우, 해당 제약을 극복하거나 저항하여 자신의 여건을 조정함으로써 여가 활동에 지속적으로 참가할 수 있음을 보고하였다. 이러한 결과를 통해 여가제약을 감소시키고 지속의도를 높이는데 있어 매개변인으로 제약타개전략은 여가스포츠의 지속적 참여의 결정적 설명 변수로 작용할 수 있음을 시사하고 있다. Jackson & Rucks(1995)는 강도나 정도가 큰 제약이 발생하면 여가활동 참가를 포기하거나 중단하기도 하지만 여가활동 참가를 방해하는 대부분의 제약은 적극적인 협상과정을 통하여 극복이 가능하게 하고, 참가수준을 향상시키기도 한다. 즉, 다양하고 적극적인 제약타개전략은 개개인이 느끼는 제약요인의 강도를 감소시키는 효과를 파생시킨다고 볼 수 있다. 종합적으로 연구결과를 요약해보면, 본 연구는 여가스포츠 참여자의 여가제약이 제

약타개전략과 지속의도에 영향을 미치고 확인 하였다는 점에서 의미가 있다.

또한, 여가스포츠 참여자들의 여가제약과 지속의도 간에 제약타개전략이 중요한 매개역할을 한다는 의미 있는 결과를 도출하였다. 이러한 결과로 비추어볼 때, 여가스포츠 참여자에 지속을 촉진시키기 위해 제약타개전략을 적극적으로 활용하여 제약요인을 낮추는 것이 중요하다는 점을 시사하는 것이다.

따라서 좀 더 구체적으로 여가스포츠 참여자들이 욕구수준을 분석하고, 적절한 변인들의 추가와 체계적인 방법을 통한 여가제약과 지속의도 간의 관계를 규명하여 미래의 여가사회의 여가수단 개발 및 개인의 삶의 질 향상에 긍정적인 영향을 줄 수 있는 이와 관련된 연구는 지속되어야 할 것이다.

VI. 결론

본 연구는 여가스포츠 참가와 활성화에 있어 중요한 역할을 하는 제약타개전략이 여가 제약과 지속의도의 관계에서 매개효과를 검증하는데 그 목적이 있다. 이를 위해 2015년 제주특별자치도에서 활발하게 이루어지고 있는 여가스포츠 종목을 개인종목, 대인종목, 단체종목으로 선정하여 이에 참가하고 있는 여가스포츠 참여자를 대상으로 비확률표본추출법(non-probability sampling) 중 유의표본추출법(purposive random sampling)을 이용하여 379명의 유효표본 자료를 분석에 이용하였다. 가설을 검정을 위한 자료분석 방법은 SPSS 18.0과 AMOS 18.0을 이용하여 전산처리 하였으며 적용된 통계방법은 탐색적 요인 분석, 신뢰도분석, 기술통계분석, 일원변량분석, 상관관계분석을 실시하였다. 또한 매개효과를 검증하기 위해 구조방정식 모형분석을 실시한 후 매개효과의 유의성을 검증하였다. 이와 같은 연구방법과 자료 분석을 통한 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 인구통계학적 변인에 따른 여가제약 및 제약타개전략, 지속의도의 차이를 검증한 결과, 성별에 따라서는 제약타개전략과 지속의도에서는 모두 유의한 차이가 없게 나타났으며, 여가제약에서 여자 참여자가 남자 참여자보다 여가제약을 더 많이 느낀다고 나타났다. 연령별에 따라서는 여가제약과 지속의도에서는 모두 유의한 차이가 없게 나타났으며, 제약타개전략에서 30대, 40대, 50대 이상의 집단보다 20대의 집단이 제약타개전략이 더 높게 나타났다. 또한 종목에 따라서는 여가제약과 지속의도에서는 모두 유의한 차이가 없게 나타났으며, 제약타개전략에서 단체종목보다 대인종목, 개인종목이 더 높게 나타났으며, 시간에 따라서는 제약타개전략과 지속의도에서는 모두 유의한 차이가 없게 나타났으며, 여가제약에서 2시간 이상, 약 2시간 집단보다 약 1시간 집단이 제약을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다. 둘째, 여가제약이 지속의도에 미치는 직접영향을 살펴본 결과, 여가제약은 지속의도에 유의한 부(-)의 직접 영향을 미쳤다. 셋째, 여가제약이 제약타개전략에 미치는 직접 영향을 살펴본 결과, 여가제약은 제약타개전략에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤다. 넷째, 제약타개전략이 지속의도에 미치는 직접 영향을 살펴본 결과, 제약타개전략은 지속의도에 유의한 정(+)의 영향을 미쳤다. 다섯째, 여가스포츠 참여자들의 여가제약이 제약타개전략을 경유하여 지속의도에 미치는 간접효과를 살펴본 결과, 여가제약은 제약타개전략을 경유하여 지속의도에 유의한 정(+)의 간접효과가 나타났으며, 이는 제약타개전략

이 여가스포츠 참여자들의 여가제약과 지속의도에 관계에서 제약타개전략의 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다.

참고 문헌

- 강수희(2013). **아동이 지각한 사회적 지지와 주관적 안녕감의 관계에서 성격강점의 매개효과: 지역아동센터를 중심으로**. 미간행 석사학위논문, 상명대학교 대학원.
- 곽선행(2011). 중등교사의 여가활동 유형에 따른 건강신념과 행복한 삶의 관계. **한국스포츠학회지**, 9(2), 229-243.
- 구창모(1995). 일반 성인의 여가제약에 관한 연구(서울시 성인을 중심으로). **한국체육학회, 국제스포츠과학학술대회논문집**. 1197-1206.
- 김경렬(2000). **한국 사회체육 발전방향 연구**. 미간행 박사학위논문, 고려대학교 대학원.
- 김경렬, 오근희(2000). 대학생의 개인적 특성에 따른 레저 스포츠 참여. **한국여가레크리에이션학회지**. 19, 145-159.
- 김경식(2009) 사회체육 참가자의 여가제약 극복 과정 구조모형 분석, **한국스포츠사회학회지**, 22(1), 61-76.
- 김경식, 구경자, 이은주(2011). 제약타개전략과 진지한 여가, 스포츠 활동 전문화의 관계, **한국콘텐츠학회논문지**, 11(7), 478-488.
- 김경식, 진은희, 구경자(2009). 여가동기가 여가제약 극복노력 및 레저스포츠 참가에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**. 33(3), 153-162.
- 김경식, 황선환(2011). 레크리에이션 전문화를 위한 제약타개전략과정의 경제모델 검증. **한국여가레크리에이션학회지**, 35(3), 181-198.
- 김경식, 황선환, 원도연(2008). 제약타개전략 전략 척도의 개발과 적용. **한국체육학회지**, 47(3), 265-376.
- 김동환(1999). 여성의 레크리에이션 운동참여를 구속하는 요인에 관한연구. **한국여성체육학회지**, 13(2), 81-87.
- 김동훈(2010). **스쿼시 참여를 위한 여가제약과 협상전략 분석**. 미간행 석사학위논문, 울산대학교 대학원.
- 김미숙(2002). 청소년의 여가스포츠참여 제약요인. **한국여가레크리에이션학회지**, 23, 17-27.
- 김빛(2008). **중년 골퍼의 참여제약, 동기 및 지속여부의 관계**. 미간행 석사학위논문, 이

- 화여자대학교 대학원.
- 김석일(2004). **여가스포츠 참여자의 신체적 자기개념과 심리적 안녕감의 관계**. 미간행 박사학위논문. 중앙대학교 대학원.
- 김성희(1997). 가정주부의 여가제약과 여가만족, 가족기능, 생활만족의 관계. **한국체육학회지**, 36(4) 461-173.
- 김성희, 이철원(2003). 도시근로자의 여가태도에 따른 여가권태감분석. **한국사회체육학회지**, 19(2), 893-904.
- 김영재 (2001). **여가 스포츠 지속행동 모형의 타당화 검증**. 미간행 박사학위논문. 중앙대학교 대학원.
- 김외숙(1991). **도시기혼여성의 여가활동 참여와 여가장애**. 미간행 박사학위논문. 서울대학교 대학원.
- 김유일, 강석희(2000). 여가활동참여에 있어서 제약유형의 위계적 과정에 관한연구. **한국조경학회지**, 28(1), 19-36.
- 김준(2012). **여가스포츠 참가자의 자기결정성, 제약타개전략, 진지한 여가, 운동지속의 구조적 관계**. 미간행 박사학위논문, 부산대학교 대학원.
- 김창섭 (2004). 직장인의 여가제약이 여가스포츠 참가 및 생활만족도에 미치는 영향. **한국스포츠 리서치**, 15(4), 1093-1105.
- 김현나 (2006). **댄스스포츠 참가자의 여가제약과 여가지속의 관계**. **한국여가레크리에이션학회지**, 30(2), 115-126.
- 남인수(2009). 성인 수영참여자의 참여 동기와 의사결정균형이 운동 몰입, 운동 지속의사에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 33(4), 125-13.
- 문화체육관광부(2013). **2013년 국민생활체육활동 참여 실태조사**. 문화체육관광부.
- 백정숙, 이계희 (2006). 이주 노동자의 여가제약요인과 여가행태. **한국관광레저학회**, 18(2), 243-259.
- 백주하 (2012). **여가활동 참여자의 여가제약이 여가제약협상과 레크리에이션 전문화에 미치는 영향**. 미간행 박사학위논문. 경기대학교 일반대학원.
- 백주현(1989). **여가선택행동이 가정생활 만족도와의 관계**. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 송원익, 여인성(2004). 대도시근로자의 여가제약이 여가만족 및 생활만족에 미치는 영향.

- 한국체육학회지, 43(4), 685-697.
- 양명환(2004). 직장인들의 운동 참여동기, 참여 수준 및 지속의도 간의 관계. **한국체육교육학회지**, 8(4), 197-215.
- 양명환(2009). 운동 동기와 참여수준의 관계에 영향을 미치는 제약타개전략의 매개효과 검증. **한국스포츠심리학회지**, 20(1), 121-138.
- 오상훈, 임화순, 고미영(2014). **현대 여가론**. 백산출판사
- 이근일, 천윤석 (2008). 남자 고등학생의 BMI에 따른 여가 스포츠 참여유형과 선호 여가 스포츠 종목에 관한 조사 연구. **한국여가레크리에이션학회지**, 32(3), 249-256.
- 이기봉(1997). **레저 스포츠활동 참여와 생활 만족도**. 미간행 석사학위논문, 한국교원대학교 대학원.
- 이기영(1998). **레저 스포츠 참여와 스트레스에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 이문진(2012). 여가스포츠 활동에 참가하는 초등교사의 여가축진이 레크리에이션 전문화에 미치는 영향. **한국초등체육학회지**, 18(2), 187-197.
- 이문진, 황선환(2012). 여가스포츠 참가자의 진지한 여가와 일상적 여가 구분에 따른 여가 제약과 제약타개전략 분석. **여가학연구**, 10(2), 1-21.
- 이승구(2002). 레저스포츠 참가 제약요인에 관한 연구, **관광학연구**, 26(1), 119-133.
- 이승철(2003). 스키어의 전문화와 스포츠 몰입 미래의 행동의도와의 관계. **한국체육학회지**, 42(5), 411-417.
- 이신성(2011). **생활체육 검도 참여자의 여가제약 및 협상전략의 관계**. 미간행 석사학위논문, 용인대학교 대학원.
- 이영란(2012). **레크리에이션 전문화에 따른 여가제약, 여가제약 협상에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문, 세종대학교 관광대학원
- 이영숙, 박경란(2009). 노인의 여가제약, 여가활동참여와 생활만족도의 관계 분석, **한국생활과학학회지**, 18(1), 1-12.
- 이인내(2011). **청소년의 여가활동 유형과 여가제약 및 학교생활 만족의 관계**. 미간행 석사학위논문, 한국체육대학교 대학원.
- 이정학(2007). 사회복지적 관점에서의 여가스포츠. **한국체육철학회지**, 15(1), 149-164.
- 이철원(2008). **현대여가학**. 대한미디어.

- 이후원(1993). 여가활동참여유형 및 이에 영향을 미치는 요인에 따른 생활만족도 연구 : 서울시내 주부를 중심으로. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 이훈, 정철, 정란수, 이승구, 정우철(2004). 여가활동과 제약요인 구조모형-PPA와 여가제약 이론을 중심으로. **한국관광레저학회지**, 16(2), 29-48.
- 임변장(2000). **스포츠사회학개론**. 서울: 동화문화사.
- 임성호(2008). **생활체육 테니스 동호인의 참여특성과 여가제약의 관계 = 생활체육 테니스 동호인의 참여특성과 여가제약의 관계**. 미간행 석사학위논문, 목포대학교 교육대학원,
- 전선혜(1996). 레저스포츠 참가지속 행동에 영향을 미치는 사회심리학적 변인들에 관한 연구. **한국체육학회지**, 33(3), 142-153.
- 전태준, 이철원 (2003). 사무직 여성근로자의 인구통계학적 특성과 근무조건이 여가제약에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**. 24, 87-99.
- 정소연(2004). **레저제약협상과정에 관한 구조분석 : CER과 PCR모형을 중심으로**. 미간행 석사학위논문. 한양대학교 대학원
- 정용민(2001). 생활체육 참여 동기, 스포츠 몰입, 여가만족간의 인과관계. **한국체육학회지**, 40(1), 749-760.
- 정우진, 최성범(2008). 성인 여가 스포츠 참가자의 여가제약이 여가동기와 여가참여에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션 학회지**, 32(3), 133-142.
- 정호권(2005). **레저활동 제약요인이 참여 및 지속여부의도에 미치는 영향에 관한 연구 -golf 참가자를 중심으로**. 미간행 박사학위논문, 강원대학교 관광대학원.
- 조현호(2004). **여가론**. 대왕사
- 진은희(2010). **레저스포츠 참가자의 여가제약과 극복노력 및 참가정도의 관계**. 미간행 박사학위논문, 경기대학교 대학원,
- 최경미(2009). **중년 테니스 동호인들의 여가제약이 운동중독에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 대학원.
- 최성범(2009). 여가스포츠 참가자의 협상효능감, 여가동기, 여가제약, 여가협상 및 여가참여의 구조적 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 33(4) 145-156.
- 최성훈(2009). 울산광역시에 거주하는 대기업 근로자들의 여가활동과 여가제약분석. **한국체육학회지**, 48(5), 301-310.

- 최인석(2010). 여가테크를 위한 골프참가자의 여가제약과 지속의도 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 34(1), 173-182.
- 통계청(2010). 2014년 여가·문화생활통계. 통계청.
- 허원무(2006). 매개효과 분석 방법의 최근 트렌드 : 부트스트래핑을 이용한 단순, 다중, 이중매개효과 분석 방법. **한국비즈니스리뷰**, 6(3), 43-59.
- 홍선희(1991). 주부의 여가활동과 여가제약 요인에 관한 연구. 미간행 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 홍성희 (1991). 주부의 여가활동과 여가제약 요인에 관한연구. 미간행 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 홍신표(2010). 골프참여 동기에 따른 제약 및 협상전략의 관계. 미간행 박사학위논문, 상명대학교 대학원.
- 황선환(2009). 여가제약, 여가제약협상 및 여가참가의 관계: 생활체육 지도자 연수 참가자를 중심으로. **체육과학연구**, 20(3), 499-506.
- 황선환(2009). 여가제약, 제약타개전략 및 진지한 여가의 관계. **한국사회체육학회지**, 36(2), 859-866.
- 황선환(2010). 레크리에이션전문화와 여가동기, 여가제약 및 협상전략의 관계 : 대학생을 대상으로. **한국체육학회지**, 49(3), 303-312.
- 황선환(2010). 스키어들의 여가활동 참가정도가 레크리에이션 전문화와 진지한 여가에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 40(2), 811-819.
- 황선환, 김미량(2010). 레크리에이션 전문화, 여가만족도 및 삶의 질의 관계. **한국사회체육학회지**, 42(1), 1287-1294.
- 황선환, 서희진(2009). 여가제약, 제약타개전략 및 진지한 여가의 관계. **체육과학연구**, 20(2), 298-307.
- 황선환, 원도연(2008). 레크리에이션 전문화에 따른 스키리조트 선택요인 분석. **체육과학연구**, 19(3), 96-105.
- 황선환, 이문진(2009). 진지한 여가와 레크리에이션 전문화의 관계 : 스키어를 대상으로. **한국체육학회지**, 48(6), 393-402.
- 황선환, 조옥연, 김미량(2011). 여가제약 수준에 따른 제약타개전략 적용. **한국체육학회지**, 50(3), 457-464.

- 황선환, 최홍석(2012). Testing the mediated effects of leisure constraints negotiation on recreation specialization among alpine skiers, **한국여가레크리에이션학회지**, **36**(2), 41-65.
- 황선환, 최홍석, 한승진(2010). 여가제약, 제약타개전략 및 레크리에이션 전문화의 관계: 스키어를 중심으로. **체육과학연구**, **21**(1), 974-983.
- 황인남(2000). 여고생의 여가제약 지각, 자아정체감과 여가스포츠 참가간의인과분석. **한국체육학회지**, **39**(2), 831-841.
- Alexandris, K, & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation : Results from a study in Greece. *Leisure Studies*, *16*(2), 107-125
- Alexandris, K., Tsorbatzoudis, C., Groulos, G. (2002). Perceived constraints on recreational sport participation: Investigating their relationship with intrinsic motivation, extrinsic motivation and A motivation. *Journal of Leisure Research*, *34*(3), 233-252.
- Courneya, k. s., & McAuley, E. (1993). Predicting physical activity from intention: Conceptual and methodological issues. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *5*, 50-62
- Crawford, D. W., & Jackson, E. L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, *13*(4), 304-320.
- Crawford, D., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, *9*(2), 119-127.
- Hubbard, J., & Mannell, R. C. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, *23*, 145-163.
- Iso-Ahola (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. W. C. Brown Co. Publishers (Dubuque, Iowa).
- Iso-Ahola, S. E., & Mannell, R. (1985). *Social and psychological constraints on leisure*. In M. G. Wade (Ed). *Constraints on Leisure* Spring field: Charles, C. Thomas.
- Jackson E. L. & Rucks V. C. (1995). Negotiation of leisure constraints by junior-high

- and high-school students: An exploratory study. *Journal of Leisure Research*, 23(1), 301-313.
- Jackson, E. L. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. *Leisure Sciences*, 10(2), 203-215.
- Jackson, E. L. (1993). Recognizing patterns of leisure constraints: Results from alternative analysis. *Journal of Leisure Research*, 25(2), 129-149.
- Jackson, E. L., Crawford, D., & Godbey, G. (1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, 1-12.
- Kay, T., & Jackson, E. L. (1991). Leisure despite constraints: The impact of leisure constraints on leisure participation. *Journal of Leisure Research*, 23, 301-313.
- Loucks-Atkinson, A., & Mannell, R. C. (2007). Role of self-efficacy in the constraints negotiation process: The case of individuals with fibromyalgia syndrome. *Leisure Sciences*, 29, 19-36.
- Nadirova, A, & Jackson, E. (1999). *How do people negotiate constraints to their leisure? Results from an empirical study*. Abstracts of Papers Presented to the Ninth Canadian Congress on Leisure Research
- Preacher, K. J. and Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and Resampling Strategies for Assessing and Comparing Indirect Effects in Multiple Mediator Models. *Behavior Research Methods*, 40, 879-891.
- Raedeke, T. D., & Burton, D. (1997). Personal investment perspective on leisure-time physical activity participation: Role of incentives, program compatibility, and constraints. *Leisure Sciences*, 19, 201-228.
- Samdahl, D. M. & Jekubovich, N. J. (1997). A critique of leisure constraints: Comparative analyses and understandings. *Journal of Leisure Research*, 29(4), 430-452.

ABSTRACT

The Relationships among Leisure Constraint, Constraint Negotiation Strategy, and Adherence Intention in Leisure Sport Participants

Kim, Jin Woo

Major in Physical, Graduate School of Education
Jeju National University

Supervised by professor, Kim Duk Jin

The purpose of this study was to examine the causal relationships among leisure sports participants' leisure constraint, constraint negotiation strategy, and adherence intention. In addition, this study aimed to analyze the mediating effect of constraint negotiation strategy on the relationship between leisure constraint and adherence intention. For these purposes, data were collected from 389 adults participating in leisure sports in Jeju Special Self-governing Province using questionnaires on leisure constraint, constraint negotiation strategy, and adherence intention. Collected data were analyzed using SPSS 18.0 and AMOS 18.0 through factor analysis, reliability analysis, correlation analysis, descriptive statistics, and structural equation modeling, and the results are summarized as follows.

First, according to gender, no significant difference was observed in leisure constraint, constraint negotiation strategy, and adherence intention. According to age, constraint negotiation strategy was higher in the 20s group than in the 50s or older, and 40s groups, and adherence intention was higher in the 30s group than in the 50s or older, and 20s groups. According to the type of sports, moreover, constraint negotiation strategy was higher in the man to man and team sports groups than in the individual sports group, and according to time, leisure constraint was higher in the one hour group than in the over two hour and two hour

groups. Second, leisure constraint was found to have a direct negative effect on adherence intention. Third, leisure constraint was found to have a direct positive effect on constraint negotiation strategy. Fourth, constraint negotiation strategy was found to have a direct positive effect on adherence intention and a partial mediating effect on the relationship between leisure constraint and adherence intention.

The results of this study showed that constraint negotiation strategy mitigates and negotiates leisure constraints experienced by leisure sports participants and, consequently, has a positive effect on their continuous participation in leisure sports. Thus, the findings of this study may provide useful information for leisure sports participants to negotiate leisure constraints.

여가스포츠 참가자들의 운동참여에 대한조사

안녕하십니까?

본 설문지는 “여가스포츠 참여자의 여가계약과 계약타개전략 및 지속의도의 관계”를 알아보기 위한 것입니다.

귀하께서 응답한 내용은 연구목적에 위한통계자료로만 활용되며 응답에 대한 비밀은 철저히 보장됩니다. 질문내용에는 옳고 그른 답이 없으니 있는 그대로 응답해 주시는 것이 무엇보다 중요합니다. 응답한 내용은 소중한 자료로 활용될 것이므로 한 문항도 빠짐없이 솔직하게 응답하여 주시기 바랍니다. 귀하의 건강과 발전을 진심으로 기원합니다.

감사합니다.

2015년 월

제주대학교 교육대학원 체육교육전공 석사과정 김진우
지도교수 김덕진

I. 다음은 개인적 특성에 관한 질문입니다. 있는 그대로 솔직한 응답을 부탁드립니다. 해당하는 번호에 “√” 표로 표기하여 주시기 바랍니다.

1. 귀하의 성별은 ? 1) 남 2) 여
2. 귀하의 연령은 ? 1) 20대 2) 30대 3) 40대 4) 50대 이상
3. 귀하의 현재 결혼 상태는 ? 1) 기혼 2) 미혼
4. 현재 규칙적으로 참여하고 있는 여가스포츠는?
(가장 많이 참여 하고 있는 종목 하나만 적어주세요)(_____)
5. 귀하는 1주일에 몇 회의 여가스포츠 활동을 하십니까 ?
1) 1회 2) 2회 3) 3회 4) 4회 5) 5회 6) 6회 7) 매일
6. 귀하의 1회 여가스포츠 활동 시간은 어느 정도입니까?

- 1) 약 1시간 2) 약 2시간 3) 2시간 이상

7. 귀하의 운동경력은?

- 1) 6개월 미만 2) 6개월 - 1년 미만 3) 1년 - 2년 미만 4) 2년 이상 (_____년)

8. 귀하의 월평균 소득은?

- 1) 100만원 미만 2) 100 - 200만원 미만 3) 200 - 300만원 미만 4) 300 - 400만원 미만 5) 400만 원 이상

9. 귀하의 직업은?

- 1) 자영업 2) 판매서비스직 3) 기술숙련공 4) 학생 5) 가정주부
6) 사무직 7) 전문자유직 8) 경영 관리직 9) 무직 10) 기타

II) 다음 문항들은 귀하가 현재 참여하고 있는 운동종목의 여가제약과 관련된 질문지입니다. 각 문항을 잘 읽고, 여러분들이 평소 운동을 하면서 제약점에 대하여 어떻게 느끼고 있는지, 자신의 생각과 느낌이 일치한다고 생각하는 번호에 “√” 표로 표기하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1) 나는 여가 스포츠를 하기에 수줍음이 너무 많다.	①	②	③	④	⑤
2) 나는 이성과 함께 여가스포츠에 참여하는 것에 익숙하지 않다.	①	②	③	④	⑤
3) 나는 평일에 여가스포츠를 참여하기 어렵다.	①	②	③	④	⑤
4) 나는 다른 사람들과 함께 여가스포츠에 참여하는 것에 익숙하지 않다.	①	②	③	④	⑤
5) 나는 공공 탈의실 이용이 익숙하지 않다.	①	②	③	④	⑤
6) 나는 다른 사람이 좋은 여가스포츠라고 생각하지 않는 여가스포츠에는 참여하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
7) 나는 불편함을 느끼는 여가스포츠를 하지 않을 것이다.	①	②	③	④	⑤
8) 여가스포츠에 대한 타인의 시선을 많이 의식한다.	①	②	③	④	⑤

9) 나는 여가스포츠에 참여하기에 체력이 약하다.	①	②	③	④	⑤
10) 나는 많은 기술을 요구하는 여가스포츠는 싫다.	①	②	③	④	⑤
11) 나는 여가스포츠를 위한 충분한 에너지가 없다.	①	②	③	④	⑤
12) 나는 여가스포츠에 함께 참여할 친구나 파트너가 없다.	①	②	③	④	⑤
13) 나와 함께 여가스포츠에 참여할 사람들은 너무 멀리 있다.	①	②	③	④	⑤
14) 나와 함께 여가스포츠에 참여할 사람들은 충분한 시간이 없다.	①	②	③	④	⑤
15) 나와 함께 여가스포츠에 참여할 사람들은 돈이 없다.	①	②	③	④	⑤
16) 나와 함께 여가스포츠에 참여할 사람들은 (가사)일이 많다.	①	②	③	④	⑤
17) 나와 함께 여가스포츠에 참여할 사람들은 여가스포츠에 대한 충분한 지식이나 기술이 없다.	①	②	③	④	⑤
18) 나와 함께 여가스포츠에 참여할 사람들은 나와 시간대가 맞지 않는다.	①	②	③	④	⑤
19) 나는 사람들이 봄비는 여가스포츠 시설을 이용하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
20) 나는 다른 일이 있으면 여가스포츠를 미루거나 생략한다.	①	②	③	④	⑤
21) 나는 여가스포츠 참여에 요구되는 복장과 장비가 없다.	①	②	③	④	⑤
22) 나는 좋지 않은 시설에서의 여가스포츠 활동하는 것을 꺼린다.	①	②	③	④	⑤
23) 여가스포츠에 관한 정보가 너무 부족하다.	①	②	③	④	⑤
24) 여가스포츠를 하기에 주변 환경이 적절하지 않다.	①	②	③	④	⑤
25) 여가스포츠비용이 너무 많이 든다.	①	②	③	④	⑤
26) 나는 여가스포츠에 참여할 충분한 시간이 없다.	①	②	③	④	⑤
27) 나는 직장(가사)일로 너무 바쁘다.	①	②	③	④	⑤
28) 나의 신체적 조건이 여가스포츠 활동을 방해한다.	①	②	③	④	⑤

III) 다음 문항들은 귀하께 현재 참여하실 때 느끼시는 여가제약과 보다 많이 참여 하고 싶을 때 느끼시는 제약에 관련된 질문지입니다. 각 문항을 잘 읽고, 여러분들이 평소 운동을 하면서 느꼈던 제약들을 어떻게 극복하고 계시는지 자신의 생각과 느낌이 일치한다고 생각하는 번호에 “√” 표로 표기하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1) 나와 함께 여가활동에 참여할 사람을 찾으려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
2) 나는 나와 동일한 여가활동에 대한 관심을 갖고 있는 사람들을 만나려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
3) 나는 동성의 사람들과 함께 여가활동에 참여하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
4) 나는 같은 환경에 있는 사람들과 함께 여가활동에 참여하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
5) 나는 같은 연령대의 사람들과 함께 여가활동에 참여하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
6) 나는 사람들을 설득하여 여가활동에 같이 참여 하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
7) 나는 여가활동 시간을 더 많이 갖기 위해 더욱 열심히 일을 한다.	①	②	③	④	⑤
8) 나는 여가활동을 위해 저축하려고 한다.	①	②	③	④	⑤
9) 나는 여가활동의 비용을 별도로 책정하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
10) 나는 내가 좋아하는 여가활동을 하기에 더욱 적절한 직장을 찾으려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
11) 나는 여가활동을 위한 시간을 늘리기 위해 일찍 일어나거나 늦게 잔다.	①	②	③	④	⑤
12) 나는 나의 수입 내에서 여가활동에 참여하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
13) 나는 신체적, 심리적, 상태에 따라 여가활동의 강도를 조절한다.	①	②	③	④	⑤
14) 나는 스스로 여가활동의 강도를 조절한다.	①	②	③	④	⑤
15) 나는 여가활동 전에 스트레칭을 하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤

16) 나는 여가활동을 위해 레슨을 받는다.	①	②	③	④	⑤
17) 나는 여가활동을 지도해 줄 사람을 찾으려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
18) 나는 창피함을 무릅쓰고 최선을 다해 여가활동을 배우려고 한다.	①	②	③	④	⑤
19) 나는 여가활동을 위해 충분한 휴식을 취하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
20) 나는 여가활동을 위해 에너지를 아끼려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
21) 나는 사람들이 붐비지 않는 시간을 선택해서 참여하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
22) 나는 여가활동을 할 수 없는 상황이 되면 유사한 종목으로 대체하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
23) 나는 여가활동 장소 사용이 어려울 경우 장소를 옮겨서 참여하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤

IV) 다음 문항들은 여러분 자신에 관한 질문지입니다. 각 문항을 잘 읽고, 자신의 생각과 느낌이 일치한다고 생각하는 번호에 “√” 표로 표기하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1) 나는 할 일이 많더라도 운동을 계속하겠다.	①	②	③	④	⑤
2) 나는 시간이 없더라도 운동을 계속 하겠다.	①	②	③	④	⑤
3) 나는 날씨가 좋지 않더라도 운동을 계속 하겠다.	①	②	③	④	⑤

- 지금까지 바쁜 시간을 쪼개어 적극적으로 설문에 응답해주셔서 감사합니다.-