

## 여가활성화 방안 모색을 위한 여가실태 및 요구에 관한 연구 - 중년층을 대상으로 -

A Study on the Actual Status and Needs of Leisure of Middle Age

신 화 경\*                      이 준 민\*\*  
Shin, Hwakyoung      Lee, Joonmin

The propose of this study is to grasp actual status and needs of leisure of middle age. The questionnaire survey is used, the subjects are middle age from 40~50's living in big city. The questionnaire consists of leisure, leisure actual condition, leisure satisfaction and need. Frequency, percent, average, x2-test, t-test and ANOVA are used for data analysis.

The results of this study are as following; First, leisure is necessary to elevate quality of life in terms of spiritual , psychological stability and physical health. Second, subjects have more leisure time in weekend the characteristics of leisure time are scattered in woman. Third, in the future the subjects wish to have leisure with family. Therefore, it is necessary to develop leisure program and facilities to promote family leisure. Fourth, the subjects are not satisfied with current leisure for unsufficiency of leisure time, cost, facility and program Fifth, present leisure behavior characteristics are restrictive and passive. In the near future, however, they showed desire to engage in divers forms of leisure including active and participant leisure.

### 1. 서 론

자연과학연구소 연구원

#### 1. 연구의 목적 및 필요성

현대는 대중여가의 시대라 할 정도의 여가의 대중화 시대를 맞이하였으며, 이러한 과정에서 삶의 욕구 충족을 위한 하나의 수단으로서 여가활동이 중요시되고 있다. 여가활동은 인간 삶의 질적 향상, 자아실현 및 행복추구, 건강유지 및 증진 측면에서 보면 모든 연령층에서 중요한 위치를 차지하고 있다.

특히, 중년의 시기는 자녀양육의 역할이 감소하

고, 개인적 자유시간이 증가하여 잠재적 능력을 개발하고 인생의 새로운 방향으로의 전환이 요구되는 시기로 여가활동을 선택함에 있어 개인의 특성과 현재의 여가활동유형이 앞으로의 여가계획방향을 모색함에 있어 중요한 요소로 작용한다.

따라서 중년층의 여가실태와 요구를 분석하여 중년층의 바람직한 여가활동을 유도하는 방안을 모색할 수 있는 연구가 필요하리라 본다.

이에 본 연구는 중년층의 여가 실태를 파악하고 이들의 여가관련요구를 분석하여 여가 활성화를 위한 자료를 제시하고자 한다. 특히, 성별은 전통적으로 여가활동의

\* 학술이사, 상명대학교 생활환경학부 부교수  
\*\* 정회원, 국립원주대학 강사, 상명대학교

중요한 변수로 작용하는 바) 1) 성별에 따라 여가활동의 실태 및 요구를 파악한다. 구체적인 목적으로는 첫째, 중년층의 성별에 따른 여가 필요성을 파악한다. 둘째, 중년층의 성별에 따른 여가 실태를 파악한다. 셋째, 중년층의 성별에 따른 여가 활동에 대한 만족도를 파악한다. 넷째, 중년층의 성별에 따른 여가 요구를 파악한다.

## 2. 연구방법 및 범위

본 연구대상은 중년층으로 연령기준을 40세에서 59세까지의 남녀로 한정하였다. 자료수집은 2003년 12월 9일부터 24일까지 대도시에 거주하는 중년층을 대상으로 자가응답식 설문지 450부를 배포하여 개별적으로 회수하였으며 총 398부를 최종분석에 사용하였다.

설문내용은 중년층의 일반적 사항과 여가활동의 필요성, 여가활동 실태, 여가만족도와 요구를 중심으로 구성하였다. 자료분석은 SPSS/PC 프로그램을 이용하여 빈도, 백분율, 평균,  $\chi^2$ -test, t-test, ANOVA를 이용하였다.

## II. 연구결과

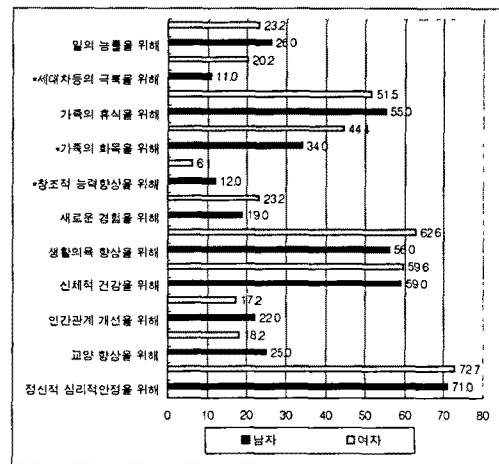
### 1. 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자의 성별은 남자가 50.3%, 여자가 49.7%이며, 연령은 40대가 79.4%, 50대가 20.6%로 나타났다. 조사대상자의 학력은 대졸(27.6%), 초대졸(7.0%), 대학원이상(6.5%), 중졸(2.5%) 순으로 나타났다. 가족의 평균수입은 150~200만원(19.6%), 200~250만원(16.6%), 300~350만원(12.1%), 100만원미만(10.1%) 순으로 나타났다. 주거형태는 응답자의 77.9%가 아파트 거주자로 나타났다.

1) 김영민, "노인들의 여가활동 활성화 방안에 관한 연구", 단국대 행정대학원석사학위논문, 2001, p 32

### 2. 여가활동의 필요성

여가활동의 필요성에 대해서는 조사대상자의 95%가 여가는 필요하다고 응답하였다. 여가활동이 필요한 이유로는 '정신적, 심리적 안정을 가져오기 위해'(71.9%), '신체적 건강과 생활의 욕을 높이기 위해'(59.3%), '가족의 기분 전환 및 휴식을 위해'(53.3%)의 순으로 나타났다. 여가활동의 필요 이유는 성별에 따라  $P<0.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉 남성은 '창조적 능력향상'을 위해서, 여성은 '가족의 화목증진'과 '세대차등 극복'이란 측면에서 상대적으로 더 여가활동이 필요하다고 인식하는 것으로 나타났다.



\*  $\chi^2$ -test 결과  $P<0.05$  수준에서 차이가 있음

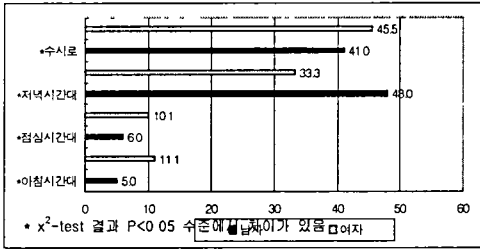
<표 1> 여가활동의 필요 이유

### 3. 여가 실태

#### 1) 여가시간

현재 여가시간은 평균 주중에는 2.8시간, 주말에는 3.4시간으로 나타났고, 성별에 따라 주말여가시간에는 차이가 없으나 주중여가시간에는  $P<0.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 주중에는 여성이 남성보다 여가시간이 더 많은 것으로 나타났다. 여가시간분포를 보면 '시간날 때 수시로'(43.2%), '저녁시간대'(40.2%)순으로 나타났다. 여가 시간분포는

성별에 따라  $P < 0.05$ 수준에서 유의한 차이가 나타났으며, 남성은 저녁시간대에 여성은 수시로, 아침과 점심시간대에 상대적으로 더 많이 분포하는 것으로 나타났다.



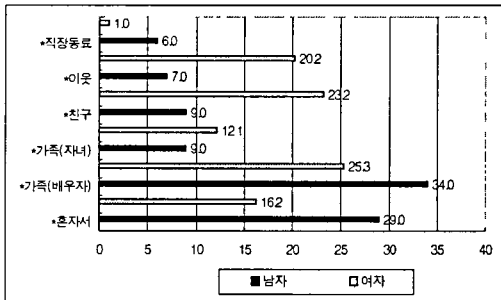
<표 2> 현재 여가시간분포

## 2) 여가비용

현재 여가비용은 월평균 5~10만원미만(25.1%), 1~5만원미만(18.6%) 순으로 나타났다. 여가비용 또한 성별에 따라  $P < 0.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

## 3) 여가동반자

현재 여가를 함께 하는 동반자는 배우자(29.6%), 혼자(22.6%), 친구(16.1%)의 순으로 나타났다. 여가를 함께 하는 동반자는 성별에 따라  $P < 0.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 남성은 혼자 또는 배우자, 직장동료와 여가를 즐기는 경우가 많았으며, 반면에 여성은 자녀나 친구, 이웃과 함께 여가를 즐기는 경우가 상대적으로 많은 것으로 나타났다.



\*  $x^2$ -test 결과  $P < 0.05$  수준에서 차이가 있음

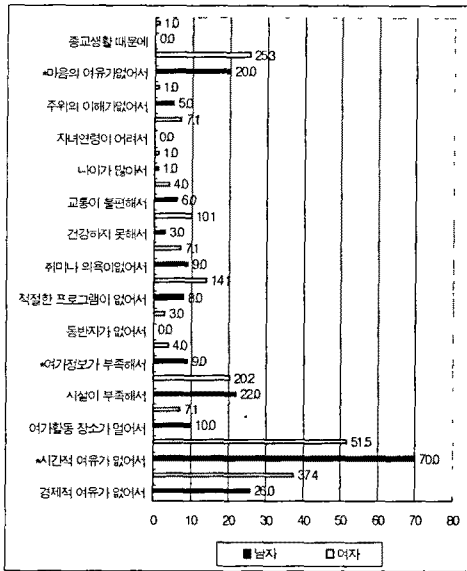
<표 3> 현재 여가동반자

## 4) 여가활동

현재 중년층이 하는 여가활동은 휴식·낮잠(75.9%), 가족과의 외식(62.8%), TV·라디오·비디오시청(61.8%)순으로 많이 하는 것으로 나타났다. 여가활동은 성별에 따라  $P < 0.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 남성은 카드놀이, 고스톱, 운동경기 참여 및 관람, 바둑, 장기, 영화·음악회·연극관람, 달리기, 산책, 약수터가기, 인라인스케이트, 자전거, 등산 캠핑, 낚시, 춤추기, 골프, 음주, 드라이브를 여가활동으로 하는 경우가 많았으며 여성은 노래부르기, 에어로빅, 헬스, 쇼핑하기, 목욕, 사우나, 찜질방가기, 친구·친지만남, 종교, 서클활동, 아이돌보기, 집안가꾸기, 가족과의 외식, 요리를 여가활동으로 하는 경우가 많은 것으로 나타났다.

## 4. 여가 만족도

현재 여가활동에 대하여 조사대상자의 28.0%가 만족한다고 응답한 반면, 57.8%는 보통, 13.6%는 불만족한다고 응답한 것으로 나타났다. 만족도는 성별에 따라 유의한 차이가 없었으나, 불만족요인은 성별에 따라  $P < 0.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉 남성은 '시간적 여유가 없어서' '여가정보가 부족해서'라고 응답한 경우가 상대적으로 더 많았으며 여성은 '마음의 여유가 없어서'가 불만족요인으로 더 많이 지적되는 것으로 나타났다.



\*  $\chi^2$ -test 결과  $P < 0.05$  수준에서 차이가 있음

<표 4> 현재 여가 불만족 요인

## 5. 여가 요구

### 1) 예상 여가시간

조사대상자가 1~2년후 근미래에 여가시간의 증감에 대한 의식을 조사한 결과, 여가시간이 늘어날 것으로 응답한 비율이 65.8%, 줄어들 것으로 응답한 비율이 7.0%, 모르겠다고 응답한 비율이 27.1%로 나타났다. 따라서 현재 여가활동의 불만요인이 되었던 여가시간의 부족요인은 차후 어느정도 해소될 가능성이 있다고 해석할 수 있다. 근미래의 여가시간차이는 성별에 따라 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

### 2) 예상 여가비용

근미래 여가비용은 현재와 같이 5~10만원미만을 예상하는 비율이 가장 많았고, 10~15만원 미만을 예상하는 비율이 다음으로 많은 것으로 나타났다. 여가비용은 성별에 따라  $P < 0.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

### 3) 예상 여가동반자

근미래 여가활동을 함께 하고자 하는 동반자로 배우자와 함께 참여하고 싶다는 응답이 62.8%, 자녀와는 21.1%, 친구와는 12.6%의 응답을 보인 반면, 혼자 여가활동을 하겠다는 응답은 1.5%로 나타났다. 여가동반자는 성별에 따라 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

### 4) 선호하는 여가활동

근미래 하고 싶은 여가활동은 영화·음악회·연극관람(52.3%), 산책, 약수터가기(46.7%), 가족과 외식(43.8%), 휴식·낮잠(42.2%) 순으로 나타났으며 여가활동은 성별에 따라  $P < 0.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 남성은 운동경기참여 및 관람, 바둑, 장기, 달리기, 산책, 약수터가기, 인라인스케이트, 자전거, 사격연습, 스키, 썰매, 스케이트, 등산, 캠핑, 낚시, 패러글라이딩, 골프, 음주, 기능, 자격공부, 드라이브를 하고 싶은 여가활동으로 높은 응답율을 나타냈으며, 여성은 그림그리기, 음악감상, 노래부르기, 영화·음악회·연극관람, 수영, 에어로빅, 헬스, 컴퓨터배우기, 쇼핑하기, 사진찍기, 춤추기, 종교, 서클활동, 사회봉사활동, 집안가꾸기, 가족과 외식, 요리, 문화센터 교양교육을 하고 싶은 여가활동에 높은 응답율을 나타냈다.

또한 근미래 여가활동에 대한 요구와 현재 여가활동 실태와의 차이를 파악한 결과  $P < 0.05$ 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 휴식·낮잠, 카드, 고스톱, TV·라디오·비디오시청, 음주, 아이돌보기 등 수동적이고 정적인 여가활동은 축소되는 반면 수영, 악기연주, 영화·음악회·연극관람, 사회봉사활동, 기능·자격공부, 문화센터 교양교육 등 능동적이고 적극적인 여가활동은 증가하는 것으로 나타났다.

이상 여가활동에 대한 요구와 실태의 차이

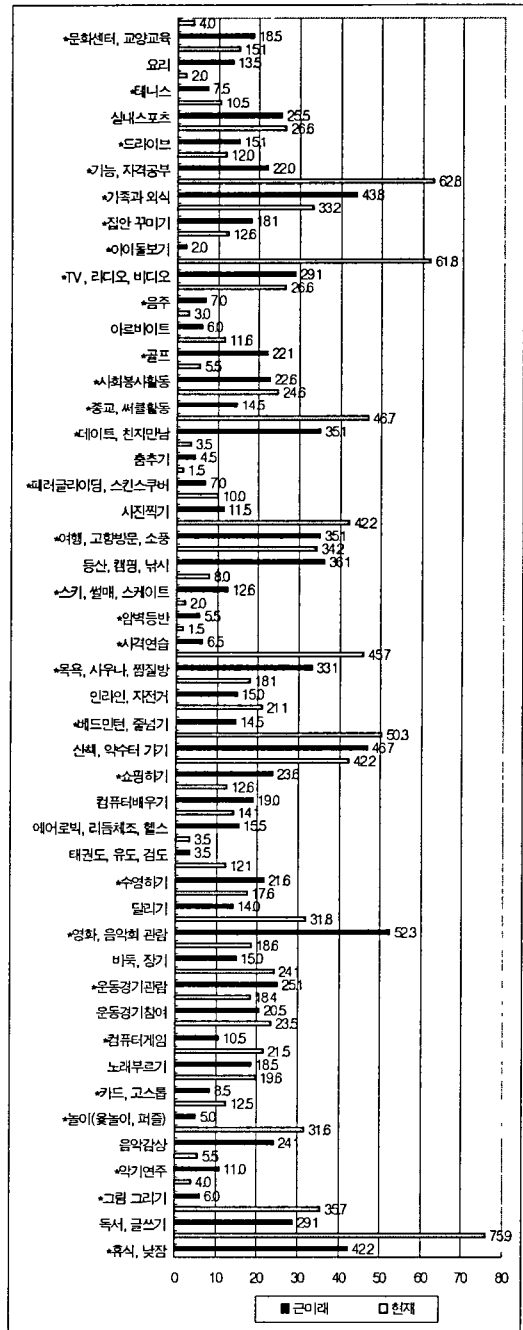
를 파악하면, 실제 조사대상자들이 느끼는 요구와 실태에 차이가 난다는 응답이 45.2%, 차이가 없다는 응답이 33.2%로 나타났다. 차이가 난다고 한 경우, 여가활동의 종류가 현재보다 다양해질 것이라는 응답이 70.8%, 축소될 것이라는 응답이 7.5%로 나타났다.

### III. 결 론

이러한 결과를 토대로 결론을 내리면 다음과 같다.

첫째, 여가활동은 정신적·심리적 안정과 신체적 건강을 증진시키는 동시에 생활의욕을 높이고 휴식 및 기분전환을 함으로써 그 필요성이 높게 인식되는 것으로 나타났다. 따라서 중년층의 여가활동의 활성화는 이러한 측면에서 그 당위성이 높다고 할 수 있다.

둘째, 여가시간은 주말보다 주중에 더 적었으며, 여가시간의 분포는 남성은 저녁 때가 많았고, 여성은 수시로, 여가시간을 이용하는 것으로 나타났다. 또한 근미래에는 현재보다 여가시간이 늘어날 것으로 예상하였다. 따라서 증가되는 여가시간과 여가시간분포특성에 대응되는 여가활동 프로그램 개발이 요구된다. 셋째, 여가비용은 현재 월평균 5~10만원정도를 사용한다는 비율이 가장 많았고 근미래에는 증가되는 것으로 나타났다. 또한 여가를 함께 하는 동반자는 현재는 배우자와 하는 비율이 가장 높았고 혼자서 하는 비율이 그 다음으로 나타났다. 그러나 근미래에는 혼자서 하는 비율이 큰폭으로 감소했고, 배우자나 자녀와 함께 여가를 하고자 하는 요구가 더욱더 증가되었다. 따라서 여가비용 상향을 고려하고 가족과 함께 하는 가족 여가활동을 위한 여가프로그램 개발이 요구된다.



\*  $\chi^2$ -test 결과 P<0.05 수준에서 차이가 있음

<표 5> 여가활동실태 및 요구

넷째, 현재 여가만족도는 낮은 편이었으며 불만요인으로는 비용, 절대적인 시간과 심리적인 시간의 부족이 주 요인이었고, 시설부족과 프로

그램 부족이 불만요인의 한 축을 이루는 것으로 나타났다. 따라서 여가활동의 활성화를 위해서는 근미래에 여가시간 증가를 감안하고 제한된 비용내에서 할 수 있는 여가시설과 프로그램 개발이 적극적으로 요구된다.

다섯째, 여가활동은 현재 정적이고 소극적인 특성을 보이지만 근미래에는 적극적이고 참여적인 여가활동특성을 보이고 있다. 현재에 비해 근미래에 증가하는 여가활동을 중심으로 남녀가 공유할 수 있고 여가에 대한 관심을 사회적, 공익적 관심으로 유도할 수 있도록 차별화된 여가프로그램을 계획할 필요가 있다. 또한 여가활동이 현재보다는 근미래에는 차이가 날 것이라고 예상하는 비율이 높았고, 여가활동종류가 다양해질 것을 예상하는 것으로 나타났다. 따라서 중년층 여가활동을 위해서는 다양한 여가활동프로그램, 시설, 공간의 자원 개발이 요구된다.

## 참고문헌

- 1) 김종환, 임태성(1995), 생애주기에 따른 여가 참여 유형 분석, 한국체육학회지, 제34권 3호
- 2) 홍성희(1991), 주부의 여가활동과 여가제약요인에 관한 연구, 이대 박사학위논문
- 3) 이기숙(1996), 중년기 여성의 사회활동에 관한 일 고찰, 한국가정관리학회지 제14권 1호
- 4) 이정우(1997), 중·노년기 기혼여성의 여가태도 및 여가행동이 생활만족에 미치는 영향, 한국가족자원경영학회지 제1권 2호
- 5) Gould, R.,(1975), Adult life stages : Growth toward self-tolerance, Psychology today
- 6) Levinson, D.J.(1978), The seasons of a men's life, New York : Harper and Orw