

레크리에이션 전문화와 진지한 여가에 따른 주관적 삶의 질

Subjective Quality of Life According to the Recreation Specialization and Serious Leisure

우효동, 황선환*
서울시립대학교*

Woo Hyo-Dong, Hwang Sun-Hwan*
University of Seoul*

요약

본 연구는 레크리에이션 전문화와 진지한 여가의 하위요인 특성에 따라 여가활동 참가자들을 다섯 개의 집단으로 군집화하고, 집단 간 비교분석을 통해 주관적 삶의 질 인지수준에 차이가 있는가를 검증했다. 연구결과는 다음과 같다. 레크리에이션 전문화와 진지한 여가의 하위 요인 특성과 주관적 삶의 질 인지 수준은 차이가 있는 것으로 나타났다.

I. 서론

현대사회에서 여가활동은 심신의 휴식, 활동을 통한 즐거움, 창조적 자유, 해방감, 자아실현, 신체적·정신적 회복 등의 다양한 효과를 창출한다. 여가활동과 삶의 질의 관계에 관한 지금까지의 연구동향은 일반적으로 레크리에이션 전문화와 진지한 여가 수준이 높을수록 개인의 삶의 질 또한 높아지는 것으로 보고되고 있다[1][2][3][4][5]. 그러나 위의 연구들은 대개 각 변인간의 인과관계만을 확인할 수 있는 회귀분석을 통해 이루어진 것으로 [1][2][3][4], 레크리에이션 전문화와 진지한 여가의 어떤 특성이 개인의 주관적 삶의 질에 가장 큰 영향을 미치는가에 대한 의문의 여지가 존재한다. 이에 본 연구는 레크리에이션 전문화와 진지한 여가를 하위요인 특성에 따라 군집화하여 집단 간 비교분석을 실시하였다.

II. 연구방법

서울, 경기 및 강원도에 위치한 대학의 테니스 동아리 참가자 286명을 대상으로 연구를 진행하였다. 연구에 앞서 기술통계분석을 실시하였으며, 레크리에이션 전문화와 진지한 여가, 삶의 질 등 연구에 사용된 변인들의 신뢰도 분석을 실시하였다. 다음으로 레크리에이션 전문화의 하위요인과 진지한 여가의 하위요인을 K-평균 군집분석을 활용하여 군집화한 뒤, 각 집단의 특성을 고찰하였다. 본 연구에서는 군집을 3, 4, 5, 6개로 나눈 후 각 집단의 특성을 분석하였는데, 5개 집단으로 분류하였을 때 각 군집의 사례수가 가장 적정하였고 특징 또한 가장 잘 나타나 5개의 군집 유형을 최종 선정하였다. 이후 각 변인과 집단 간 삶의 질 수준 차이를 검증하기 위해 일원

배치분산분석을 실시하였고, 사후분석은 Scheffe를 사용하였다. 전체 통계 분석은 SPSS18.0을 사용하였으며, 통계적 유의수준은 $p < .05$ 수준으로 설정하였다.

III. 결과 및 논의

1. 레크리에이션 전문화 하위요인 군집분류

K-평균 군집분석을 실시하여 레크리에이션 전문화의 하위요인을 5개의 군집으로 나누었다. 군집 1은 레크리에이션 전문화 하위 3개 요인이 전반적으로 낮게 나타나는 특징을 보여 '낮은 전문화 집단(Low Recreation Specialization)'이라 명명했고, 군집 1과 대비되는 군집 5는 레크리에이션 전문화 하위 3개 요인이 전반적으로 높게 나타나 '높은 전문화 집단(High Recreation Specialization)'이라 명명했다. 군집 2의 경우에는 레크리에이션 전문화 하위 3개요인 중 인지요인이 높게 나타나 '높은인지집단(High ReCognition)'이라 명명했고, 군집 3은 레크리에이션 전문화 하위 3개요인 중 정서요인이 높게 나타나 '높은정서집단(High EMotion)'이라 명명했다. 군집4는 군집 3과 비슷한 형태로 정서요인이 군집2에 비해 높게 나타나 '정서강화집단(EMotion Reinforcement)'이라 명명했다.

2. 레크리에이션 전문화 군집별 삶의 질

레크리에이션 전문화 군집별 삶의 질 차이를 알아보기 위해 일원배치분산분석을 실시한 결과 주관적 삶의 질 수준은 LRS(4.85), HRC(4.85), HEM(5.04), EMR(5.05), HRS(5.49)순으로 나타났다. 각 집단을 비교한 결과, HRS가 LRS, HRC에 비해 삶의 질 지각 수준이 높은 것으로

나타났고, 다른 집단들 간에는 유의한 차이를 나타내지 않았다.

이러한 결과는 레크리에이션 전문화 수준이 높아질수록 주관적 삶의 질 인지수준 또한 높아진다는 기존의 선행연구들과 일치하는 것으로[36], 레크리에이션 전문화를 유도하는 것이 개인의 삶의 질을 높이는 데 기여할 수 있다는 것을 의미한다. 그러나 레크리에이션 전문화의 하위군집 중 HRC의 경우에는 LRS와 전체 평균 수준 그리고 인지요인 수준의 큰 차이가 있음에도 불구하고 주관적 삶의 질 수준에서 차이가 나타나지 않았다. 이는 레크리에이션 전문화의 하위요인 중 인지수준만 발달하는 것은 삶의 질과 큰 연관성을 갖지 못하는 것으로 해석할 수 있다. 따라서 개인의 주관적 삶의 질 수준을 높이기 위해선 레크리에이션 전문화 수준의 균등한 발달이 요구된다.

3. 진지한 여가 하위요인 군집분류

K-평균 군집분석을 실시하여 진지한 여가의 하위요인을 5개의 군집으로 나누었다. 군집 1은 진지한 여가 하위 6개 요인이 전반적으로 낮게 나타나는 특징을 보여 '일상적 여가 집단(Casual Leisure)'이라 명명했고, 군집 1과 대비되는 군집5는 진지한 여가 하위 6개 요인이 전반적으로 높게 나타나 '높은 진지한 여가 집단(High Serious Leisure)'이라 명명했다. 군집 2의 경우에는 진지한 여가 하위 6개요인 중 인내, 혜택, 독특한 기풍요인이 높게 나타나 '인내, 혜택, 독특한 기풍 집단(Perseverance Benefits Unique ethos)'이라 명명했고, 군집 3은 진지한 여가 하위 6개요인 중 여가 전문성, 정체성, 독특한 기풍 요인이 타 집단의 하위요인들에 비해 높게 나타나 '전문성, 정체성, 독특한 기풍 집단(Career Identity Unique ethos)'이라 명명했다. 군집4는 군집 2와 비슷한 형태를 보이며 인내, 혜택, 독특한 기풍요인이 군집2에 비해 높게 나타나 '인내, 혜택, 독특한 기풍 강화집단(Perseverance Benefits Unique ethos Reinforcement)'이라 명명했다.

4. 진지한 여가 군집별 삶의 질

진지한 여가 군집별 삶의 질 차이를 알아보기 위해 일원배치분산분석을 실시한 결과 주관적 삶의 질 수준은 CL(4.72), PBU(4.85), CIU(4.89), PBUR(5.04), HSL(5.53)순으로 나타났다. 각 집단을 비교한 결과 HSL이 CL과 PBU 그리고 CIU에 비해 삶의 질 인지 수준이 높은 것으로 나타났다. 다른 집단들 간에는 유의한 차이를 나타내지 않았다. 이러한 결과는 진지한 여가 수준이 높아질수록 주관적 삶의 질 또한 높게 인지한다는 기존의 선행연구들과 일치하는 것으로[25], 여가활동 참여자의 진지한 여가를 유도하는 것이 개인의 삶의 질을 높이는 데 기여한다는 것을 나타낸다. 그러나 진지한 여가의 하위

군집 중 CL과 PBU 그리고 CIU의 경우에는 상호간의 전체 평균 수준 그리고 하위요인 수준의 큰 차이가 있음에도 불구하고 주관적 삶의 질 수준은 별다른 차이가 나타나지 않았다. 이는 진지한 여가의 하위요인 중 어느 한 가지 요인만 특별히 향상된다고 해서 진지한 여가 수준이 높아진다고 할 수 없다는 것을 밝힌 [1]의 결과와 일치하는 것으로 진지한 여가의 특정하위요인 수준 증가가 개인의 삶의 질에 크게 영향을 미치지 않는다는 것을 나타냄과 동시에 진지한 여가의 전체 수준이 증가하더라도 일정단계에 이르기 이전까지는 주관적 삶의 질 수준이 증가하지 않는다는 것을 나타내는 결과로 해석할 수 있다. 따라서 개인의 주관적 삶의 질 수준을 높이기 위해서 개인의 진지한 여가 수준이 일정 단계를 지나 더 높은 단계로 이어질 수 있도록 환경적, 제도적 뒷받침이 요구된다.

■ 참고 문헌 ■

- [1] 김미량, 김동제, 권창기 "레크리에이션 전문화와 참여만족 및 행복의 관계: 진지한 여가의 조절효과 검증", 한국체육학회지, 제51권, 제1호, pp.387-396, 2012.
- [2] 연분홍, 오세이 "중년기 기혼 여성의 진지한 여가활동이 몰입경험과 생활만족도에 미치는 영향", 한국체육과학회지, 제20권, 제3호, pp.109-119, 2011.
- [3] 이제홍, 최원오, 이혁 "댄스스포츠 참여정도와 레크리에이션 전문화 및 삶의 질의 관계", 한국사회체육학회지, 제49호, pp.437-446, 2012.
- [4] 황선환, 김미량 "레크리에이션 전문화, 여가만족도 및 삶의 질의 관계", 한국사회체육학회지, 제42호, pp.1287-1294, 2010.
- [5] 황선환, 김미량, 이연주 "진지한 여가가 주관적 삶의 질에 미치는 영향: 여가만족의 매개효과 검증", 여가학연구, 제9권, 제2호, pp.1-16, 2011.