

# 무료양로시설 거주 노인의 여가와 삶의 질에 관한 생태학적 연구\*

- 구조방정식 모형 구축을 통해 -

An Ecological Study on the Leisure and Quality of Life for those  
who reside in free institutionalized elderly homes\*

- Applying a Structural Equation Model -

숙명여자대학교 가정·아동복지학부 가족자원경영학전공

강사 이 유리

교수 박 미 석

Major in Family Resource Management, Sookmyung Women's Univ.

Lecturer : Lee, Yu Ri

Professor : Park, Mee Sok

## ◀ 목 차 ▶

I. 서론

II. 이론적 배경

III. 연구모형 및 연구방법

IV. 연구결과

V. 결론 및 제언

참고문헌

## <Abstract>

The purpose of this study was to verify a Structural Equation Model that constructed the causations among the structural leisure constraints, interpersonal leisure constraints, intrapersonal leisure constraints, leisure motivation, leisure activity participation, leisure satisfaction and the quality of life from the ecological perspective. The respondents were 301 elderly people residing in 4 free institutionalized elderly homes in Seoul. The data were analyzed by confirmatory factor analysis and covariance structure analysis using LISREL 8.0 ver.

The major results are summarized as follows: 1) Statistically, a goodness of fit is good of structural equation model presented in the study. 2) The structural leisure constraints and the interpersonal leisure constraints are some types of leisure environment of the aged in public homes from the ecological perspective. Such constraints would inevitably lead to a direct effect on individual leisure life and leisure motivation. 3) The important valuable factor which affected the leisure satisfaction and the quality of life in the elderly was the leisure motivation.

**주제어(Key Words):** 생태학적 관점(ecological perspective), 여가환경(leisure environment), 여가제약(leisure constraints), 여가동기(leisure motivation), 삶의 질(quality of life)

Corresponding Author: Lee Yu Ri, Major in Family Resource Management, Sookmyung Women's University, Yongsan-gu, Chungpa-dong 2-ga 53-12, Seoul, Korea Tel: +82-2-710-9457 Fax: +82-2-2077-7327 E-mail: yurieye@sookmyung.ac.kr

\*본 논문은 2005학년도 전기 숙명여자대학교 박사학위논문문의 요약임.

## I. 서론

현대사회는 핵가족화, 도시화, 인구의 고령화, 맞벌이 부부의 증가, 부양역의 변화 등으로 인해 과거 전통적으로 노인들을 대상으로 가정에서 제공해왔던 부양의 기능을 더 이상 온전히 해낼 수 없는 실정에 이르렀다. 이에 국가에서는 복지국가로서 국민의 최소한의 권리에 대한 보장차원에서 노인에게 부양서비스를 제공하는 시설 즉 노인대상 공공가정을 운영하고 있다.

공공가정기관의 하나인 노인주거시설은 이전보다 개선된 부양서비스를 통해 이용하는 노인들의 생활만족도 증진, 나아가 삶의 질을 향상시키고자 하는 궁극적인 목표를 지향한다. 이를 위해서는 거주노인들이 여생을 건강하고 즐겁게 보낼 수 있도록 여가관련 각종 프로그램과 서비스가 제공되어야 한다. 특히 무료양로시설의 노인들은 가족의 원조 및 접촉이 거의 단절되어 있는 상태로 생활의 대부분을 시설내에서 지내기 때문에 시설내 각종 설비와 서비스의 정도는 그들의 생활만족도와 삶의 질에 중대한 영향을 미친다.

그러나 무료양로시설에 거주하는 노인들을 위한 여가문제는 그 동안 제도적으로 그 대책이 전무했고 시설 자체에만 의존하고 입입하여온 것이 사실이다. 시설에서는 열악한 환경과 재정 형편, 직원 부족 등의 여건으로 인해 여가문제에 대한 별다른 방안을 강구하지 못한 채 단순한 행사나 오락 위주의 프로그램만을 실시하는 등 여가프로그램은 아직 전문성을 갖추지 못하고 있다.

한편 80년대 이후 재가노인을 대상으로 노년기 여가향유를 위한 연구는 활발하게 진행되어 왔지만 아직까지 대부분의 연구들(김명자, 1994; 김애련, 한내창, 1997; 원형중, 1994; 홍성희, 1998; Losier, Bourque, & Vallerand, 1993; Ragheb & Griffith, 1982; Russell, 1987; Sneegas, 1986)은 다변량분산분석(MANOVA)을 통한 단순한 차이검정이나 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 통한 관련성 예측, 한계점이 있는 경로분석(path analysis)을 하는데 그치고 있다. 특히 생태학 이론을 바탕으로 제반 여가환경과 여가활동참여, 여가만족, 삶의 질 간의 인과모형을 체계적으로 검증한 연구는 거의 전무하다.

이에 본 연구에서는 생태학적 관점에서 무료양로시설 거주 노인의 여가생활과 삶의 질에 여가환경의 질이 중요한 영향을 미칠 것이라는 가정 하에 삶의 질에 대한 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도 및 여가만족도의 체계적인 인과모형을 제시하고, 이를 공변량구조분석을 통해 검증하고자 한다. 본 연구의 분석결과는 무료양로시설 거주 노인들이 사회적, 경제적, 가정적 위축 또는 단절 등에서 경험하는 고독, 소외감 등의 심리적 고통과 신체적 건강에 도움을 주기 위해

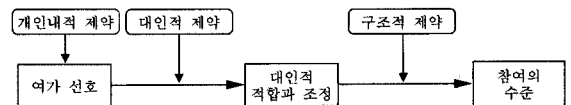
서 여가생활 중 무엇이 가장 중요하고, 또한 이를 어떻게 개선해야 하는지에 대한 설명과 예측을 가능하게 할 것이다.

## II. 이론적 배경

### 1. 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질 간의 관계

여가와 삶의 질에 관한 수많은 선행연구들이 체계적으로 축적됨에 따라 개인의 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치는 여가관련 변인들이 속속 규명되었는데, 이 중 가장 대표적인 변인이 여가만족 변인이다(Ragheb & Griffith, 1982; Riddick, 1986; Russell, 1987; Sneegas, 1986). Ragheb과 Griffith(1982)가 그들의 연구결과를 통해 여가생활에 관한 연구에서 여가의 양보다는 질이 더 중요함을 시사한 이후로 연구자들은 삶의 총체적 만족도에 있어서 가장 의미 있는 요소는 여가만족이라고 보고 있다(박미석, 2002; 한혜원, 2000; 홍성희, 1998; Sneegas, 1986).

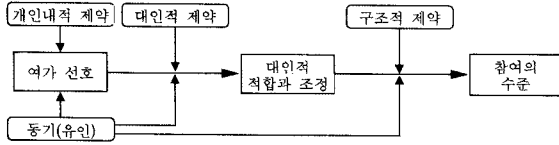
한편 근래에는 노년기의 삶의 질을 향상시키기 위한 여가활동의 영향력을 정확하게 검증하기 위해서는 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도를 모두 포함하여 좀더 체계적이고 총체적으로 규명할 필요가 있음이 인식되면서 여가관련 변인들의 인과관계를 검증하려는 연구들이 이루어지고 있다. 그 중 최근 이슈가 되고 있는 여가제약변인은 여가활동의 선택과 참여, 혹은 만족을 방해하는 요인을 보다 체계화한 틀로서 개인이 인지하는 내적심리상태와 대인적이고 상황적인 외적환경으로 인식되고 있다(Searle & Jackson, 1985). Crawford *et al.*(1991)은 개인내적(intrapersonal), 대인적(interpersonal), 구조적(structural) 제약요인이 선호와 참여 사이에서 위계적으로 영향을 미치는 것으로 개념화하고 아래의 (그림 1)과 같이 여가제약의 위계적 모형(hierarchical model)을 제시한 바 있다.



(그림 1) 여가제약의 위계적 모형  
출처 : Crawford, Jackson & Godbey(1991). A hierarchical model of leisure constraints. Leisure Sciences, 13, p.313.

Jackson *et al.*(1993)은 제약의 타협과정을 설명하면서 Crawford *et al.*(1991)의 위계적 여가제약 모형에 동기의 역할을 더하여 참여의 결과는 제약과 동기의 상호작용의 산물이라고 주장하고 제약과 동기의 균형 모형(balance model)을

제안하였다(그림 2 참조). 그들은 참여는 여가제약에 대한 성공적인 타협의 결과이며, “타협과 타협과정의 결과는 모두 동기와 제약의 상대적 크기와 상호작용에 달려있다”(Jackson *et al.*, 1993, p.9)라고 주장한다.



〈그림 2〉 균형 모형 : 여가제약, 동기, 참여의 관계  
출처 : Jackson, Crawford & Godbey(1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, p.9.

구체적으로 노인을 대상으로 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족 및 삶의 질의 관계를 분석한 선행연구결과들을 살펴보면 다음과 같다. Losier *et al.*(1993)에 의하면 여가제약은 여가동기에 부적 영향을 미쳤으며, 여가동기는 여가만족도와 여가활동참여도에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 공변량구조분석한 연구에서는 여가활동참여도에 대해 여가제약은 부적적인 영향을, 여가동기는 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(Hubbard & Mannell, 2001). Regheb과 Griffith(1982)는 여가활동참여도가 높을수록 여가만족도가 높았으며, 여가만족도가 높을수록 삶의 질적 수준이 높다는 연구결과를 제안하였다. 그리고 생활만족에 여가활동참여도와 여가만족도가 미치는 영향을 인과적으로 도출한 연구들(Russell, 1987; Sneegas, 1986)에서는 여가활동참여도가 여가만족도에 정적인 영향을, 여가만족도는 생활만족에 정적인 영향을 미치는 경로가 검증되었다.

국내에서도 한혜원(2000)은 노인을 대상으로 여가활동참여가 여가만족과 삶의 질에, 그리고 여가만족이 삶의 질에 미치는 인과적 영향을 공변량구조분석을 통해 밝혔다. 박미석(2002)은 물리적인 여가비용, 여가시간, 여가시설 등의 여가자원과 신체적인 건강수준, 개인적으로 여가에 대해 갖고 있는 신념 또는 중요도 등을 여가제약요인으로 정의하여 이들과 여가만족, 삶의 질과의 관계를 구조방정식 모형으로 검증해냈다. 또한 홍성희(1998)의 연구에서는 여가활동참여도는 여가만족도 뿐만 아니라 생활만족도에도 직접 경로로 정적 영향을 미쳤으며, 여가만족도는 생활만족도에 직접 효과를 나타냈다. 그러나 원형중(1994)의 연구에서는 여가활동참여도는 여가만족도에는 직접 효과가 있었으나 생활만족도에는 간접 효과만을 나타냈으며 여가만족도는 고독감에 직접적으로 부적 효과를 나타냈다. 여가활동이 생애만족도에 미치는 효과가 의사(疑似) 관계인지를 알아보기 위해 다중회귀 분석한 연구에서는(김애련, 한내창, 1997) 여가활동유형은

생애만족도에 통계적으로 유의미한 효과를 미치지 않는다고 결론내렸다.

이상의 선행연구들을 종합해 볼 때, 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도, 삶의 질로의 인과적인 경로순서가 있음을 예측할 수 있다. 또한 노년기의 삶의 질에 여가만족도가 정적 영향을 미친다는 점과 여가만족도의 증진을 위해 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도가 중요한 영향을 미친다는 점은 일치하고 있다. 그러나 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도를 모두 포함하여 삶의 질과의 인과구조를 명확하게 검증해낸 연구는 매우 미흡한 실정으로 여가만족도와 삶의 질에 대해 영향을 미치는 각각의 여가 관련 변인들의 효과가 직접적인지 간접적인지에 대해서는 아직 합의에 이르지 못하고 있다.

## 2. 생태학적 관점에서 본 무료양로시설 거주 노인의 여가 제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질 간의 관계

생태학은 인간과 환경의 상호관계를 연구하는 학문으로서 궁극적인 목표는 인간생활의 질 향상에 있으며, 이를 위해 환경의 질을 매우 중요하게 생각한다. 이러한 생태학적 접근은 인간유기체를 중심으로 하나의 환경체계가 더 큰 체계 안에 겹겹이 포개어진 상호작용적 구조로 형성화되어 있어, 유기체가 직접 경험하는 현실 환경을 결정하는 가장 중요한 힘은 바로 상호의존적인 환경체계들 간의 상호작용임을 확인해준다. 생태학적 관점에서 대인적, 구조적 여가제약 요인은 여가환경 수준을 반영한다고 할 수 있으며, Bronfenbrenner(1986)의 환경에 대한 체계적 수준을 적용하여 분류할 수 있다.

따라서 여가환경은 개인의 심리상태 및 특성과 상호관련하여 개인의 행동과 생활의 질에 영향을 미친다는 생태학의 기본가정을 적용하면, 대인적, 구조적 여가제약은 개인을 둘러싼 환경체계로서 개인내적인 여가제약에 상호작용을 통해 직접적인 영향을 미치며, 나아가 개인의 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질에 직·간접적으로 영향을 미치는 여가환경임을 알 수 있다. 구체적으로 공동참여적인 여가활동을 가능하게 하고 지지할 수 있는 동료, 가족, 이웃 등과 관련한 대인적인 여가제약은 개인이 직접적으로 참여하는 수준의 미시체계라 할 수 있으며, 여가시설 및 설비, 여가 프로그램 등과 관련한 구조적 여가제약은 거시체계로서 미시체계보다는 더 큰 환경이며 개인에게 영향을 주기는 하지만 구조적이며 제도적인 수준이라 할 수 있다.

본 연구에서는 이상과 같이 생태학적 관점에 근거하여 무료양로시설 거주 노인의 삶의 질과 여가생활의 질에 여가환경의 질이 중요한 영향을 미칠 것이라는 전체적이고 통합적

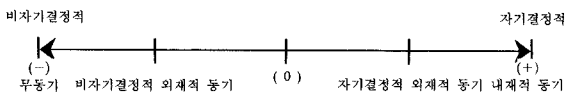
인 이론적 틀 하에 구조적 여가제약, 대인적 여가제약, 개인 내적 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족 및 삶의 질 변인 간의 인과관계를 경험적으로 지지하는 선행연구 결과들을 종합하여 다음과 같이 가설을 설정하고자 한다.

김유일, 강석희(2000)는 시간, 비용, 시설, 이용기회 등의 구조적 제약을 강하게 인식할 것으로 예상되는 사회적 소외 계층이 개인내적 제약을 강하게 인식함으로써 구조적 제약이 개인의 심리적인 제약에까지 영향을 미친다고 결론 내렸다. 이러한 결과는 외부에서 접근 가능하고 조력이 가능한 구조적, 대인적인 여가환경의 개선을 통해 개인내적 제약을 완화시킬 수 있음을 시사한다. 따라서 구조적 여가제약과 개인내적 여가제약, 대인적 여가제약과 개인내적 여가제약에 대한 다음과 같은 <가설 1>과 <가설 2>를 설정할 수 있다.

<가설 1> 구조적 여가제약은 개인내적 여가제약에 정적인 영향을 미칠 것이다.

<가설 2> 대인적 여가제약은 개인내적 여가제약에 정적인 영향을 미칠 것이다.

한편 일반론적인 차원에서 동기에 대한 개념은 Deci와 Ryan(1985)에 의해 더욱 발전되었는데, 이들은 자기결정성 연속선상을 따라 서로 다른 지점에 위치하는 여러 동기유형을 제안하는 자기결정성 이론(self-determination theory)을 정립하였다(Deci & Ryan, 1985). 자기결정성 이론은 연속체 선상의 자기결정성의 정도에 따라 배열되는 4가지 형태의 내재적 동기(intrinsic motivation), 자기결정적 외재적 동기(self-determined extrinsic motivation), 비자기결정적 외재적 동기(non-self-determined extrinsic motivation), 무동기(amotivation)를 제안한다(Deci & Ryan, 1985). 자기결정성 연속선은 가운데 0을 기준으로 비자기결정적인 것과 자기결정적인 양극방향으로 이루어진다. Deci와 Ryan(1985)이 제시한 자기결정성의 정도에 따른 4가지 동기의 유형을 도식화하면 아래의 (그림 3)과 같다.



<그림 3> 자기결정성 이론에 근거한 동기의 유형

Vallerand와 O'Connor(1991)는 이상의 자기결정성 이론에 근거해 요양원 거주 노인을 대상으로 한 연구에서 환경적 제약이 많은 요양원에 거주하는 노인들보다 환경의 제약이 더욱 적은 요양원에 거주하는 노인들, 즉 자기결정성이 높은 노인들은 내재적 동기와 자기결정적 외재적 동기는 높고 비자기결정적 외재적 동기와 무동기는 더 낮음을 밝혔다. 또한

여가기회, 여가제약, 여가동기, 여가만족, 여가활동참여의 관계를 경로모형으로 분석한 Losier et al.(1993)의 연구결과에 의하면 여가기회는 자기결정적인 동기를 강화하는 반면 여가제약은 자기결정적인 동기를 약화시키는 것으로 나타났다. 따라서 이상을 종합하면 <가설 3>, <가설 4>, <가설 5>를 설정할 수 있다.

<가설 3> 구조적 여가제약은 여가동기에 부적인 영향을 미칠 것이다.

<가설 4> 대인적 여가제약은 여가동기에 부적인 영향을 미칠 것이다.

<가설 5> 개인내적 여가제약은 여가동기에 부적인 영향을 미칠 것이다.

자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)에 따르면 자율성, 유능감, 그리고 관계성의 3대 심리적인 요구가 인간행동의 출현에 중요한 것으로 보인다. 이들은 인지적 과정을 통해 동기에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 전제되어 온 심리적 매개요인이다(Iwasaki & Mannell, 1999). Vallerand와 Losier(1999)는 자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)과 내재적, 외재적 동기에 대한 위계적 모형(Vallerand, 1997)을 기반으로 사회적 환경요인이 심리적 매개요인과 동기유형에 영향을 미친다고 결론 내리고 다음의 (그림 4)와 같은 동기에 대한 일련의 관계를 제안하였다.



<그림 4> 사회적 요인, 심리적 매개요인, 동기, 행동의 관계  
출처 : Vallerand & Losier(1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport, Journal of Applied Sport Psychology, 11, p.145.

이러한 동기의 연속적 흐름(sequence)은 본 연구에서 설정한 구조적 여가제약, 대인적 여가제약, 개인내적 여가제약, 여가동기, 여가활동참여 간의 인과관계에 대한 가설의 근간이 된다. 우선 동기의 연속적 흐름에서 첫 번째 단계인 사회적 환경과 관련된 요인들은 그동안 여가제약 연구에서 조사되어왔다고 볼 수 있다. 즉 구조적, 대인적 여가제약에 관한 연구결과들은 여가행동에 대한 환경의 영향력을 강력하게 입증하여왔다. 또한 두 번째 단계인 심리적 매개요인은 개인내적 제약에 해당하는 것으로 볼 수 있다(Alexandris, Tsorbatzoudis, & Grouios, 2002). 인지된 건강수준과 여가기술, 인지된 자기유능감, 기회의 적절성에 대한 주관적인 평가, 그리고 과거 경험과 관련한 부정적 태도는 모두 개인내적 제약으로 개념화된 예들이다(Crawford & Godbey, 1987). 다시말해 구조적, 대인적 제약의 유형은 사회적 환경요인과 개인내적 제약의 유형은 심리적 매개요인(mediator)

의 정의와 일치한다. 이러한 논의에 근거하면 구조적, 대인적 제약 → 개인내적 제약 → 동기 → 참여행동 이라는 인과 관계를 제안할 수 있다. 이러한 흐름이 타당하다면, 제약은 정적 또는 부적으로 동기에 영향을 미쳐 간접적으로 참여의 수준에 영향을 미칠 것이다. 이상에서 살펴 본 자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)과 사회적 환경, 심리적 매개요인, 동기, 행동의 연속적인 관계(Vallerand & Losier, 1999)는 <가설 1>, <가설 2>, <가설 3>, <가설 4>, <가설 5>, <가설 6>의 타당성을 더욱 높여준다.

일반적으로 동기는 여가활동참여 뿐만 아니라 모든 행동들에 선행하여 직접적으로 영향을 미친다(Mannell & Kleiber, 1997; Vallerand & Losier, 1999). 동기는 여가경험에서 필수적인 영역으로 간주되며 행동의 초기에, 직접적으로 그리고 지속적으로 작용하는 것으로 정의된다(Petri, 1981). 또한 내재적 자기결정적 여가동기는 여가활동참여에 직접적으로 정적 영향을 미친다는 경험적 연구들이 다수 있다(Alexandris et al., 2002; Losier et al., 1993). 따라서 여가동기는 여가활동참여도에 정적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 6>을 세울 수 있다.

<가설 6> 여가동기는 여가활동참여도에 정적인 영향을 미칠 것이다.

Losier et al.(1993)의 경로분석결과에 따르면, 여가동기는 여가만족에 강력한 예측인자로 나타났다( $\beta=.44, p<.0001$ ). 즉 자기결정적 동기가 높을수록 여가만족도는 더 높은 것으로 나타났다. 국내에서도 노인을 대상으로 여가동기가 적극적인 집단과 소극적 집단으로 구분하여 여가만족도와와의 차이를 비교검증한 원형중(1994)에 따르면 여가동기가 적극적인 집단이 유의미하게 여가만족도가 높게 나타났다. 따라서 여가동기는 여가만족도에 정적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 7>을 설정할 수 있다.

<가설 7> 여가동기는 여가만족도에 정적인 영향을 미칠 것이다.

여가활동참여도가 여가만족도에 정적인 영향을 미친다는 결과는 많은 선행연구들에서 보고되었다(김애련, 한내창, 1997; 원형중, 1994; 한혜원, 2000; 홍성희, 1998; Boley, 2001; Riddick & Daniel, 1984; Sneegas, 1986). Regheb과 Griffith(1982)에 의하면 여가활동참여도가 높을수록 여가만족도가 높았으며, 여가프로그램에 대한 참여도도 여가만족에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(Riddick, 1986). 원형중(1994)의 연구에서는 여가활동참여도는 여가만족도에는 직접 효과가 있었으며 홍성희(1998)의 연구에서도 여가활동참여도는 여가만족도에 직접적인 경로로 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 여가활동참여도는 여가만족도에 정적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 8>을 세울 수 있다.

<가설 8> 여가활동참여도는 여가만족도에 정적인 영향을 미

칠 것이다.

한편 자기결정적 동기는 비자기결정적 동기와 정반대로 정신적 건강, 자존심 상승, 활동과 삶 전체에 대한 만족감 증진 등의 수많은 긍정적 결과를 가져온다(Deci & Ryan, 1985). 노인을 대상으로 한 연구에서도(O'Connor, Vallerand, & Hamel., 1992; Vallerand & O'Connor, 1989) 자기결정적 동기는 신체적 복지감 및 생활만족도와 정적으로 관련이 있으며 반면 비자기결정적 동기는 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 국내에서도 노인의 여가동기는 생활만족도와 높은 상관성이 있는 것으로 나타나고 있다(채선애, 한성열, 2002). 따라서 여가동기는 삶의 질에 정적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 9>를 설정할 수 있다.

<가설 9> 여가동기는 삶의 질에 정적인 영향을 미칠 것이다.

대부분의 선행연구들은(Boley, 2001; Riddick & Daniel, 1984; O'Connor et al., 1992; Losier et al., 1993) 여가만족이 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다고 일치하고 있으며, 여가만족은 삶의 질의 기본적 요소로 간주되고 있다(김명자, 1994; 박미석, 2002; 한혜원, 2000). Sneegas(1986)는 중년과 노년에 있어서의 생의 만족도에 여가만족도가 정적 영향을 미친다고 지적한 바 있다. Boley(2001)는 공공주거시설 거주노인을 대상으로 여가만족도와 생활만족도는 정적인 상관이 있다고 하였다. 또한 시설거주노인의 여가만족이 생활만족에 긍정적인 영향을 미쳐 고독감 해소에 효과가 있었다(Preston, 1987). 따라서 여가만족은 삶의 질에 정적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 10>을 세울 수 있다.

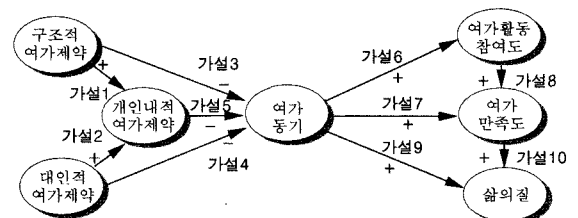
<가설 10> 여가만족도는 삶의 질에 정적인 영향을 미칠 것이다.

### III. 연구모형 및 연구방법

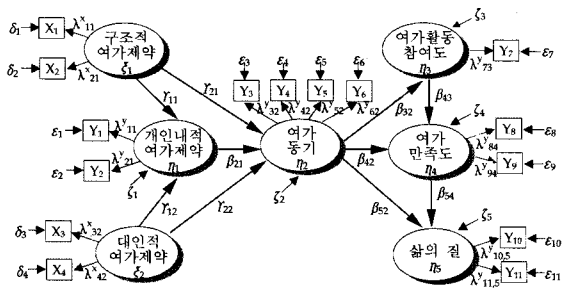
#### 1. 연구모형

이상의 가설들을 종합하여 이론 모형을 제시하면 다음의 (그림 5)와 같다.

(그림 6)은 각각의 잠재변인(latent variable, unobserved variable)에 대한 측정변인(observed variable)을 결합하여 무



<그림 5> 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질에 관한 개념이론모형



〈그림 6〉 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질에 관한 구조방정식 예측모형

료양로시설 거주 노인의 구조적 여가제약, 대인적 여가제약, 개인내적 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질 간의 인과모형을 예측한 구조방정식 모형이다.

2. 연구방법

1) 측정도구의 구성

(1) 여가제약 변인

본 연구에서는 여가제약 변인을 개인내적, 대인적, 구조적 여가제약 요인으로 구분하여(Crawford et al., 1991) 생태학적 관점에서 이들 각각의 관계를 살펴보고자 하였다. 구체적으로 본 연구에서 여가제약이란 시설내 여가프로그램에 참여하는데 있어서 방해요인으로 지각하는 개인내적, 대인적, 구조적 제약요인들을 의미한다. 개인내적, 대인적, 구조적 여가제약 정도를 측정하기 위해 Crawford et al.(1991)의 총 21문항 척도를 기준으로, 본 연구의 대상인 무료양로시설 거주 노인을 고려하여 이를 수정보완하였다. 최종적으로 3가지 하위영역 각각 4문항씩 총 12문항의 척도를 완성하였으며, 개인내적 여가제약은 신체적, 심리적 요인으로, 대인적 여가제약은 파트너의 부재와 동료와의 선호도 및 수준 차이 요인으로, 구조적 여가제약은 시설적, 프로그램적 요인으로 개념상 분류하여 측정하였다(표 1 참조).

(2) 여가동기 변인

여가동기는 자기결정에 의해 여가에 참여하는 동기를 의미하며, 이를 측정하기 위해 자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)에 근거하여 내재적, 자기결정적 외재적 동기, 비자기결정적 외재적 동기, 무동기로 구분하여 측정하였다. 세부문항은 Alexandris et al.(2002)과 Losier et al.(1993)의 연구를 기초로 하여 각 하위영역 2문항씩 총 8문항으로 구성하였다(표 1 참조). 4가지 하위영역을 합산한 여가동기 값은 내재적 동기에는 +2의 가중치를 두고, 자기결정적 외재적 동기에는 +1, 비자기결정적 외재적 동기에는 -1, 무동기에는 -2의

가중치를 두었다. 이는 자기결정성 이론에 근거한 연속체선상에서 가운데 0을 기준으로 정적으로 높은 점수는 자기결정성의 높은 수준을 반영하며 반대로 부정적으로 높은 점수는 비자기결정성의 높은 수준을 반영하는데 내재적 동기는 자기결정적 외재적 동기보다 2배로 자기결정성 정도가 더 높으며, 무동기는 비자기결정적 외재적 동기보다 2배로 비자기결정성 정도가 높다고 가정하는 것이다(Losier et al., 1993; Vallerand & O' Connor, 1989). 결과적으로 이의 합산 값이 여가동기의 값이 된다.

(3) 여가활동참여도 변인

여가활동참여 변인은 시설에서 실시하는 여가프로그램에 어느 정도로 참여하느냐를 측정된 것으로 각 시설마다 실시하는 여가프로그램의 종류와 개수가 다르기 때문에 각 시설마다 해당하는 여가프로그램에 대해 해당시설 거주노인들이 어느 정도로 참여하는지를 4점 척도로 질문하고 합산한 평균값으로 측정하였다.

(4) 여가만족도 변인

여가만족이란 여가활동에 참여한 결과로서, 여가만족도는 무료양로시설 거주 노인들이 자신들이 경험한 여가활동에 대해 느끼는 개인의 긍정적 인식 또는 흡족한 감정 정도를 의미한다. 여가만족도는 Beard와 Ragheb(1980)이 개발한 총 24개 문항의 여가만족척도(Leisure Satisfaction Scale : LSS)와 김성연, 박미석(2000)과 박미석(2002)이 사용한 여가만족척도를 기초로 여가활동 자체에 대한 만족도를 측정하는 5개 문항, 여가활동 경험 후 개인적 도움에 대한 5개 문항의 총 10개 문항으로 구성하였다(표 1 참조).

(5) 삶의 질 변인

본 연구에서 삶의 질은 무료양로시설 거주 노인이 현재 삶에 대해 느끼는 주관적 감정으로, 윤진(1982)이 제작한 노인생활만족도 척도와 Medley(1976)의 척도를 한국노인의 실정에 맞게 수정한 김종숙(1987)의 삶의 질 척도, 최현(1997)의 노인대상의 삶의 질 척도 등을 기초로 하여 크게 정서적, 인지적 하위영역으로 구분하여 각각 4문항 총 8개 문항을 구성하였다. 각 하위영역의 4문항은 긍정적인 면을 측정하는 2문항, 부정적인 면을 측정하는 2문항으로 배분하였다(표 1 참조).

(6) 조사대상자의 사회인구학적 변인

조사대상자인 무료양로시설 거주 노인의 사회인구학적 특성을 파악하기 위해 성별, 연령, 학력, 종교, 혼인상태, 자녀수, 시설입소기간을 측정하는 각각의 단일문항으로 구성하였다.

〈표 1〉 변인명과 측정항목

잠재변인	측정변인	측정항목
구조적 여가계약 ( $\xi_1$ )	시설적 요인( $X_1$ )	여가프로그램 장소 또는 설비가 부족하다 여가프로그램 참여시 이용하는 시설이 불편하다
	프로그램 요인( $X_2$ )	내 취향에 맞는 여가프로그램이 없다 여가프로그램 지도강사의 전문성과 서비스가 부족하다
대인적 여가계약 ( $\xi_2$ )	파트너 부재( $X_3$ )	여가프로그램에 같이 참여할 동료가 없다 참여하고 싶은 여가프로그램은 있으나 도와 줄 사람이 없다
	선호도 및 수준 차이( $X_4$ )	내가 하고자 하는 여가프로그램을 동료가 좋아하지 않는다 같이 여가활동을 하기에는 동료들의 수준이 맞지 않는다
개인내적 여가계약 ( $\eta_1$ )	신체적 요인( $Y_1$ )	여가프로그램에 참여하기에는 체력이 약하다 신체적(청력/시력) 장애나 제약 때문에 참여하기 어렵다
	심리적 요인( $Y_2$ )	여가프로그램에 참여할 의욕이 없다 새로운 여가활동을 이제 새롭게 시도하는 것은 귀찮다
여가동기 ( $\eta_2$ )	무동기 ( $Y_3$ )	마땅히 할 일이 없기 때문에 참여한다 이것이러도 하지 않으면 다른 잡념이 생기기 때문이다
	비자기결정적 외재적동기( $Y_4$ )	다들 참여하는 시설의 단체활동이기 때문에 참여한다 시설직원들이 참여하기를 권하기 때문에 참여한다
	자기결정적 외재적동기( $Y_5$ )	동료들과 친목을 도모하기 위해 참여한다 건강유지 및 도움을 얻기 위해 참여한다
	내재적동기 ( $Y_6$ )	재미있기 때문에 참여한다 보람을 얻기 위해 참여한다
여가활동 참여도( $\eta_3$ )	여가프로그램 참여( $Y_7$ )	시설내 (종류별) 여가프로그램에 어느 정도로 참여하십니까?
여가 만족도 ( $\eta_4$ )	여가활동 자체 ( $Y_8$ )	나는 현재 하고 있는 여가활동 종류에 만족한다 나는 현재의 여가시간정도에 대해서 만족한다 나는 현재 하고 있는 여가활동의 장소에 만족한다 나는 현재 하고 있는 여가활동의 설비에 만족한다 나는 하루 여가를 이렇게 보내는 것에 만족한다
	여가활동 경험후 도움 ( $Y_9$ )	내가 하고 있는 여가활동은 나의 건강에 도움을 준다 나는 여가활동에 참여하고 난 뒤 보람을 느낀다 내가 하고 있는 여가활동은 나에게 즐거움을 준다 나는 여가활동을 통해 사람들과 친목을 도모한다 내가 하고 있는 여가활동들은 생활에 도움을 준다
삶의 질 ( $\eta_5$ )	정서적 ( $Y_{10}$ )	나는 항상 원기가 왕성하다 자주 외로움을 느낀다 자주 우울하고 기분이 좋지 않다 하루하루가 즐겁다
	인지적 ( $Y_{11}$ )	가끔 사는 것이 가치 없다고 생각한다 나의 삶은 편안하고 여유롭다 나는 지금보다 더 행복할 수 있었다 나는 운이 좋은 편이다

- 모든 측정항목은 4점 리커트 척도로 구성하였음.

(7) 시설내 운영 여가프로그램

무료양로시설에서 운영되고 있는 여가프로그램은 시설마다 그 종류와 명칭이 다르기 때문에 사전에 해당 시설담당자를 대상으로 현재 운영하고 있는 여가프로그램의 명칭, 운영시기 및 회수, 진행자를 묻는 각각의 단일문항으로 구성하였다.

2) 연구절차 및 분석방법

본 연구는 2005년 현재 서울시 관할의 4개 무료양로시설

에 거주하는 노인에 대한 전수(全數)조사를 목표로 하여 서울시 재단법인 서울복지재단의 협조 하에 사전조사는 2005년 5월 11일~5월 13일에, 예비조사는 2005년 5월 16일~5월 19일에, 본조사는 2005년 6월 20일~7월 5일에 걸쳐 실시하였으며, 총 301명의 응답결과를 최종 분석자료로 사용하였다. 조사방법은 설문지를 이용한 일대일 면접방식을 채택하였으며, 조사원은 노인 상담치료 훈련과정을 수행중인 심리학 전공생 2인, 노인교육론을 수강한 경험이 있는 가정학 전

공생 2인, 그리고 본 연구의 연구자 1인을 포함한 총 5인이 다. 조사 이전에 조사원들에게 본 연구의 목적과 노인 면접 시 유의사항 등에 대해 충분히 교육하였으며, 면접시간은 노인 1명당 약 1시간이 소요되었다.

본 연구의 자료 분석은 SPSSWIN 12.0과 LISREL 8.0 프로그램을 이용하였으며, 입력자료는 공분산행렬을 이용하였다. 모형의 식별문제와 관련해서는 잠재요인의 모집단 표준편차와 동일하도록 측정단위를 직접 표준화하였다. 또한 본 연구에서 결과분석은 완전표준화추정치를 통해 계수 값을 비교하였으며, 측정모형의 타당성은 최우추정법(MLE; Maximum Likelihood Estimation)으로 추정하였다.

#### IV. 연구결과

##### 1. 무료양로시설 거주 노인의 사회인구학적 특성

조사대상자의 사회인구학적 특성은 다음의 <표 2>와 같다. 여자노인이 약 63%로 더 많았으며, 평균 연령은 약 79세로 중기고령자가 가장 많다. 또한 학력수준은 낮은 편이며, 대부분의 노인(약 85%)이 종교를 갖고 있었다. 한편 무료양로시설 거주 노인의 약 99%가 현재 배우자가 없는 상태이었고, 과반수(약 55%)가 자녀가 없는 것으로 나타났다. 평균 시설입소기간은 약 6년이었다.

<표 2> 조사대상자의 사회인구학적 특성

(N=301)

변인	구분	N(%)	변인	구분	N(%)
성별	남	112(37.1)	연령	65~69세	14(4.7)
	여	189(62.9)		70~74세	45(15.0)
학력	무학	106(35.2)		75~79세	78(25.9)
	초등졸	96(31.9)		80~84세	80(26.6)
	중졸	45(15.0)		85세 이상	84(27.9)
	고졸	36(12.0)	무교	46(15.3)	
	초대졸 이상	18(6.0)	기독교	101(33.6)	
혼인상태	미혼	20(6.6)	천주교	105(34.9)	
	배우자와 동거	4(1.3)	불교	47(15.6)	
	별거 및 이혼	81(26.9)	기타	2(0.7)	
	배우자 사망	196(65.1)	시설 입소기간	1년 미만	34(11.3)
자녀수	0명	166(55.1)		1년 이상~3년 미만	62(20.6)
	1명	68(22.6)		3년 이상~6년 미만	86(28.6)
	2~3명	54(17.9)		6년 이상~10년 미만	52(17.3)
	4명 이상	13(4.3)		10년 이상	67(22.3)

##### 2. 무료양로시설 거주 노인의 여가관련 일반적 경향

###### 1) 무료양로시설의 여가프로그램 운영실태

무료양로시설에서 주 1회 이상 운영하고 있는 여가프로그램들은 시설 당 7~9개로 나타났다(표 3 참조). 여가프로그램을 영역별로 비교해보았을 때, 오락·취미·건강·종교 영역의 프로그램은 대부분의 시설에서 운영되고 있었지만, 운동관련 프로그램은 1개의 시설에서만 실시하고 있는 문제점을 지적할 수 있다.

<표 3> 무료양로시설의 여가프로그램

시설	오락	취미	건강	운동	종교
A	비디오시청	종이접기 미술치료	생활체조 산책	미니볼링	종교적 모임
B	비디오시청 노래교실 댄스	종이접기 서예교실 구연동화 원예치료	단전호흡 발마사지	-	-
C	비디오시청 음악치료 노래부르기	종이접기 붓글씨 미술치료	건강체조 실버요가	-	종교적 모임
D	비디오시청 음악치료 노래부르기	종이접기 미술치료	국민체조	-	종교적 모임



(표 4) 무료양로시설 거주 노인의 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질의 일반적 경향

N=301

변인(4점 만점)		M(SD)		변인(4점 만점)	M(SD)
구조적 여가제약	시설적 요인	2.47(0.90)	여가동기	무동기	3.24(0.86)
	프로그램적 요인	2.54(0.86)		비자기결정적 외재적 동기	2.94(0.84)
	전체	2.50(0.78)		자기결정적 외재적 동기	2.58(0.85)
대인적 여가제약	파트너 부재 요인	2.51(0.98)	여가만족도	내재적 동기	2.30(0.94)
	관심 및 수준차이 요인	2.50(1.09)		전체	-2.23(4.08)
	전체	2.50(0.92)		여가활동자체 만족도	2.55(0.66)
개인내적 여가제약	신체적 요인	2.71(0.86)	삶의 질	여가활동 후 도움정도	2.32(0.82)
	심리적 요인	2.58(0.86)		전체	2.43(0.65)
	전체	2.65(0.78)		정서적	2.24(0.83)
여가제약 전체		2.55(0.63)		인지적	2.49(0.92)
여가활동참여도	여가활동참여도	2.31(0.68)		전체	2.36(0.75)

-여가동기 전체 값은 각 하위영역의 동기 값에 가중치를 두어 합산한 점수로, 값의 범위는 -9~9임.

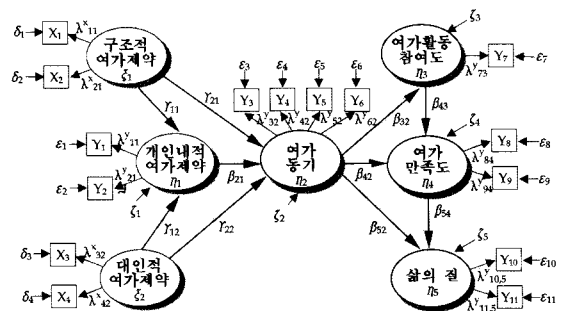
2) 무료양로시설 거주 노인의 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질의 일반적인 경향

무료양로시설 거주 노인들은 개인내적 여가제약(2.65점)을 가장 많이 겪고 있었으며 세부적으로는 신체적 요인(2.71점), 심리적 요인(2.58점), 프로그램적 요인(2.54점), 파트너 부재(2.51점), 동료와의 관심 및 수준차이(2.50점), 시설적 요인(2.47점)의 순으로 나타났다. 여가동기는 전체적으로 -2.23점으로 나타나 무료양로시설 거주 노인들이 여가활동에 참여하는 이유는 본인의 의지보다 주위의 권유 또는 시간때우기식의 비자기결정적 동기 때문이라고 해석할 수 있다. 한편 여가활동참여 정도는 2.31점으로 시설내 여가프로그램에 참여하는 정도가 높지는 않은 것으로 보인다. 전체적으로 여가만족도도 그리 높지 않았으며(2.43점) 여가활동 자체보다(2.55점) 경험 후 실질적인 도움부분에서(2.32점) 만족정도가 더 낮은 것으로 나타났다. 무료양로시설 거주 노인의 삶의 질은 2.36점으로 낮다고 할 수 있으며 인지적(2.49점) 측면보다 정서적(2.24점) 측면이 더 낮음을 알 수 있다.

3. 생태학적 관점에서 본 무료양로시설 거주 노인의 여가 제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질에 대한 구조방정식 모형의 검증

본 연구에서 제시한 구조적 여가제약, 대인적 여가제약, 개인내적 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질의 구조방정식 모형에 대한 부합도는 전반적으로 적합한 것으로 나타났다(그림 7 참조).

$\chi^2$ 값은 유의적인 차이가 있는 것( $p=.000$ )으로 나타났으나



$\chi^2=147.694(p=0.000)$   $df=80$   $GFI=0.939$   $AGFI=0.901$   $NFI=0.929$   $NNFI=0.947$   $SRMR=0.0462$

(그림 7) 구조방정식 최종 모형

그 외의 적합지수를 확인한 결과, GFI는 0.94로 권장수용수준인 0.90을 상회하고 있으며, AGFI도 0.90으로 권장수용수준에 해당한다. NFI와 NNFI는 각각 0.93, 0.95로 모형이 자료와 잘 부합함을 나타내고 있다. 또한 SRMR도 0.046으로 모형이 자료를 잘 설명해주고 있음을 나타내고 있다. 즉 본 연구에서 제시한 구조방정식 모형(그림 7 참조)이 무료양로시설 거주 노인의 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질에 대한 인과모형으로 적합하다고 판단할 수 있다. 따라서 본 연구에서 제시한 구조방정식 모형(그림 7)을 무료양로시설 거주 노인의 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질에 대한 구조방정식 모형으로 최종적으로 확정하고, 다음과 같이 이들 잠재변인 간의 인과관계를 해석하고 가설을 검증하였다.

4. 생태학적 관점에서 본 무료양로시설 거주 노인의 여가 제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질

〈표 5〉 가설검증 결과

가설	완전 표준화 계수	t값	표준 오차	결과
〈가설 1〉 구조적 제약 → (+) 개인내적 제약	0.427	5.254	0.081	채택
〈가설 2〉 대인적 제약 → (+) 개인내적 제약	0.288	3.963	0.073	채택
〈가설 3〉 구조적 제약 → (-) 여가동기	-0.322	-4.472	0.074	채택
〈가설 4〉 대인적 제약 → (-) 여가동기	-0.301	-4.593	0.066	채택
〈가설 5〉 개인내적 제약 → (-) 여가동기	-0.460	-5.519	0.083	채택
〈가설 6〉 여가동기 → (+) 여가활동참여도	0.406	5.581	0.073	채택
〈가설 7〉 여가동기 → (+) 여가만족도	0.803	4.686	0.171	채택
〈가설 8〉 여가활동참여도 → (+) 여가만족도	0.193	3.741	0.052	채택
〈가설 9〉 여가동기 → (+) 삶의 질	0.383	2.191	0.175	채택
〈가설10〉 여가만족도 → (+) 삶의 질	0.478	2.814	0.170	채택

### 간의 관계에 대한 가설 검증

본 연구에서 설정한 가설들을 검증한 결과는 다음과 같다(표 5 참조).

구체적으로 살펴보면 구조적 여가제약은 개인내적 여가제약에 정적인 영향을 미칠 것이라는 〈가설 1〉은 지지되었다( $\beta_1=0.427$   $t=5.254$ ). 즉 무료양로시설 거주 노인들은 여가시설 및 프로그램과 관련하여 제약이 많다고 느낄수록 개인내적인 여가제약도 높게 인지한다고 할 수 있다. 이와 같은 본 연구의 결과는 김유일, 강석희(2000)의 연구결과와 일치한다.

대인적 여가제약은 개인내적 여가제약에 정적인 영향을 미칠 것이라는 〈가설 2〉도 지지되었다( $\beta_2=0.288$   $t=3.963$ ). 즉 무료양로시설 거주 노인들은 여가활동참여를 함께 할 동료의 부재를 인지하거나 동료와 여가에 대한 선호도나 수준이 맞지 않는다고 느낄수록 개인내적인 여가제약도 높게 인지하는 것으로 나타났다. 이상의 결과는 대인적 여가제약은 개인내적 여가제약과 밀접한 관련성을 갖는다는 김유일·강석희(2000)의 결과와 일치한다. 또한 무료양로시설 거주 노인의 동료와의 관계정도가 여가제약 전체에 부적 영향을 미친다는 선행연구결과(이유리, 박미석, 2005)를 볼 때 무료양로시설 거주 노인들에게 대인적 여가환경의 영향력이 크며 시설내 여가활동을 함께 참여하고 즐길 수 있는 친구사귀기가 매우 중요함을 알 수 있다.

구조적 여가제약은 여가동기에 부적인 영향을 미칠 것이라는 〈가설 3〉이 지지되었다( $\beta_3 = -0.322$   $t = -4.472$ ). 즉 무료양로시설 거주 노인들은 구조적인 여가제약이 많을수록 여가동기의 자기결정성 정도는 낮아진다고 할 수 있다. 이러한 본 연구의 결과는 자기결정성 이론(Deci & Ryan, 1985)을 강력히 입증하는 것이다. 여가시설이나 프로그램 등의 외부적인 구조적 환경의 제약은 개인이 여가를 선택하고 참여함에 있어서 자기결정성에 제한을 주기 때문에 결국 이러한 개인들은 자기결정적인 여가동기를 가지지 못한다고 해석할 수 있다. 마찬가지로 대인적 여가제약은 여가동기에 부적인

영향을 미칠 것이라는 〈가설 4〉도 지지되었다( $\beta_4 = -0.301$   $t = -4.593$ ). 즉 무료양로시설 거주 노인들은 여가프로그램에 같이 참여할 파트너나 여가활동을 도와줄 사람이 부재하고 여가와 관련해 동료와의 선호도나 수준차이로 인해 여가활동참여에 제약을 더욱 많이 겪을수록 자기결정적인 여가동기는 낮아진다고 할 수 있다. 가설 3, 4의 지지는 개인은 환경과의 상호작용을 통해 영향을 받는다는 생태학적 이론을 강력하게 입증하는 결과라 할 수 있다.

개인내적 여가제약은 여가동기에 부적인 영향을 미칠 것이라는 〈가설 5〉도 지지되었다( $\beta_5=0.460$   $t = -5.519$ ). 즉 자기결정적인 여가동기는 체력부족이나 신체적 장애로 인해, 또는 의욕부족이나 귀찮음 등의 소극적인 여가태도의 영향으로 낮아질 수 있다는 것이다. 이상의 결과는 자기결정성 이론에 근거해 여가제약과 여가동기의 인과관계를 연구했던 Alexandris *et al.*(2002), Losier *et al.*(1993)의 연구결과와 맥을 같이한다고 할 수 있다.

한편 여가동기는 여가활동참여의 정도에 정적인 영향을 미칠 것이라는 〈가설 6〉은 지지되었으며( $\beta_6 = 0.406$   $t = 5.581$ ), 무료양로시설 거주 노인들은 여가동기가 높을수록 여가활동참여도도 높아짐을 의미한다. 이는 동기는 행동에 직접적으로 영향을 미친다(Mannell & Kleiber, 1997; Vallerand & Losier, 1999)는 기존의 이론을 입증하는 결과이며, 자기결정적인 여가동기는 여가활동참여에 직접적으로 정적 영향을 미친다는 선행연구들(Alexandris *et al.*, 2002; Losier *et al.*, 1993)에 의해 다시한번 지지되는 결과이다.

또한 여가동기는 여가만족에 정적인 영향을 미칠 것이라는 〈가설 7〉도 지지되었다( $\beta_7=0.803$   $t=4.686$ ). 즉 여가동기의 자기결정성 정도가 높을수록 무료양로시설 거주 노인들의 여가만족도는 더욱 높아진다고 할 수 있다. 이러한 결과는 노인을 대상으로 여가동기가 적극적인 집단이 여가만족도가 유의미하게 높게 나타난 결과(원형중, 1994)와 비슷한 결과라고 보인다. 다시말해 여가프로그램에 참여하는 동기

가 자기결정적일수록 무료양로시설 거주 노인들은 여가활동 후 경험에 대해 긍정적인 평가를 하게 되며 여가활동이 자신의 생활에 도움을 주는 정도가 높다고 평가하는 것을 알 수 있다.

여가활동참여도는 여가만족도에 정적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 8>도 지지되었다( $\beta_8=0.193$   $t=3.741$ ). 이러한 본 연구의 결과는 여가활동참여도가 노인의 여가만족도에 정적인 영향을 미친다는 많은 선행연구들(김애련, 한내창, 1997; 홍성희, 1998; Boley, 2001; Riddick & Daniel, 1984; Sneegas, 1986)과 일치하는 결과이다. 또한 시설내 여가프로그램 활동의 효과성을 입증하는 결과라고도 할 수 있다.

무료양로시설 거주 노인의 삶의 질에 여가동기가 정적인 영향을 미칠 것이라는 <가설 9>가 지지되었으므로( $\beta_9=0.383$   $t=2.191$ ) 자기결정적인 여가동기가 높을수록 정서적, 인지적인 삶의 질 수준이 높아진다고 할 수 있다. 이는 자기결정적인 여가동기가 삶에 긍정적인 효과를 미친다는 Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Briere, & Blais(1990), O'Connor et al.(1992), Vallerand와 O'Connor(1989)의 연구와 같은 맥락의 결과라고 할 수 있다. 다시말해 자기결정적인 여가동기는 일상적으로 긍정적인 정서를 갖게 하는데 효과가 있으며 자신의 삶에 대한 인지적 평가에도 정적인 영향력을 행사함을 알 수 있다.

또한 <가설 10>의 지지를 통해( $\beta_{10}=0.478$   $t=2.814$ ) 무료양로시설 거주 노인들은 자신이 참여하는 여가활동의 종류, 시간, 장소, 설비, 내용에 대해서 만족하고 여가활동참여가 자신의 생활에 도움이 된다고 평가할수록 전체적인 삶의 질 수준도 높아질 수 있음을 예측할 수 있다.

5. 생태학적 관점에서 본 무료양로시설 거주 노인의 여가 제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 및 삶의 질에 대한 원인변인들의 직·간접 효과 분석

이상의 결과를 종합하여 개인내적 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도, 삶의 질 각각의 결과변인에 영향을 미치는 원인변인들의 직, 간접효과를 분석하면 다음과 같다(표 6 참조).

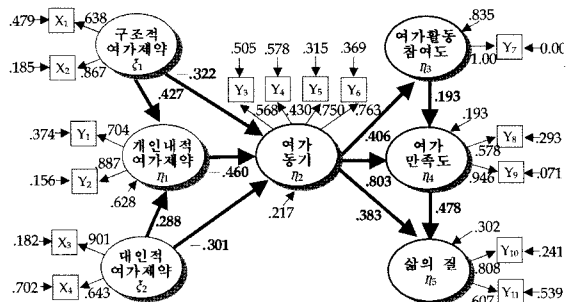
개인내적 여가제약에 영향을 미치는 원인변인은 구조적 여가제약(0.427)과 대인적 여가제약(0.288) 변인이며, 이들은 각각 직접적인 경로로 개인내적 여가제약에 정적인 영향을 미친다. 여가동기에 영향을 미치는 원인변인은 구조적 여가 제약, 대인적 여가제약, 개인내적 여가제약 변인이며, 이들은 각각 직·간접적인 경로로 부적인 영향을 미친다. 여가동기에 대해 직접적으로는 개인내적 여가제약(-0.460)의 인과적 효과가 가장 컸으나 총효과 측면에서는 구조적 여가제약(-0.518)의 효과가 가장 큰 것으로 나타났다.

<표 6> 각 결과변인에 대한 원인변인들의 직·간접효과 및 총효과

결과변인	원인변인	직접효과	간접효과	총효과
개인내적 여가제약	구조적 여가제약	0.427	-	0.427
	대인적 여가제약	0.288	-	0.288
여가동기	구조적 여가제약	-0.322	-0.196	-0.518
	대인적 여가제약	-0.301	-0.132	-0.433
	개인내적 여가제약	-0.460	-	-0.460
여가 활동참여	구조적 여가제약	-	-0.211	-0.211
	대인적 여가제약	-	-0.176	-0.176
	개인내적 여가제약	-	-0.187	-0.187
	여가동기	0.406	-	0.406
여가만족	구조적 여가제약	-	-0.457	-0.457
	대인적 여가제약	-	-0.381	0.381
	개인내적 여가제약	-	-0.405	-0.405
	여가동기	0.803	0.078	0.881
	여가활동참여	0.193	-	0.193
삶의 질	구조적 여가제약	-	-0.417	-0.417
	대인적 여가제약	-	-0.348	-0.348
	개인내적 여가제약	-	-0.370	-0.370
	여가동기	0.383	0.421	0.804
	여가활동참여	-	0.092	0.092
	여가만족	0.478	-	0.478

- 모든 추정치는 표준화계수이며, 유의수준 5% 하에서 통계적으로 유의함.

여가활동참여도에 영향을 미치는 원인변인은 구조적 여가 제약, 대인적 여가제약, 개인내적 여가제약, 여가동기 변인이다. 여가동기(0.406)는 직접적인 경로로 정적 효과를 미치며, 간접적으로는 구조적 여가제약(-0.211), 개인내적 여가 제약(-0.187), 대인적 여가제약(-0.176)의 순으로 여가활동참여도에 부정 효과를 갖는 것으로 나타났다. 여가만족에 영향을 미치는 원인변인은 구조적 여가제약, 대인적 여가제약, 개인내적 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도 변인이며, 직접적인 경로로 영향을 미치는 변인은 여가동기와 여가활동 참여도로 나타났다. 이들의 총효과를 비교해보면 여가동기(0.881), 구조적 여가제약(-0.457), 개인내적 여가제약(-0.405), 대인적 여가제약(-0.381), 여가활동참여도(0.193)의 순이다.



<그림 8> 삶의 질에 대한 원인변인들의 경로모형

삶의 질에 영향을 미치는 원인변인은 구조적 여가제약, 대인적 여가제약, 개인내적 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도 변인이다. 이 중 삶의 질에 직접적으로 영향을 미치는 변인은 여가동기와 여가만족도이며 구조적 여가제약, 대인적 여가제약, 개인내적 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도는 간접적인 경로를 통해서 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구의 최종 결과변인인 무료양로시설 거주 노인의 삶의 질 변인에 대한 원인변인들의 경로를 살펴보면 다음의 (그림 8)과 같다.

삶의 질에 대한 총효과의 크기를 살펴보면 여가동기(0.804), 여가만족(0.478), 구조적 여가제약(-0.417), 개인내적 여가제약(-0.370), 대인적 여가제약(-0.348), 여가활동참여도(0.092)의 순으로 여가동기의 효과가 가장 크다고 할 수 있다(표 7 참조). 이는 다중회귀분석 결과에만 의존하여 여가만족도가 삶의 질에 가장 결정적인 영향변인임을 주장해왔던 기존의 선행연구결과와는 다른 주목할 만한 결과라 할 수 있다. 즉 본인 스스로 여가활동에 참여하는 이유를 선택하고 이러한 자기결정성에 의해 여가활동을 참여하는 여가동기의 수준은 매우 중요하며, 이는 자칫 자율구속감과 무능감에 빠지기 쉬운 무료양로시설 거주 노인들의 삶의 질에 긍정적인 효과가 있음을 나타낸다.

한편 직접효과 측면에서 비교해보면 삶의 질에 대해 여가만족의 긍정적인 효과(0.478)가 가장 크다고 할 수 있다. 이는 노인을 대상으로 공변량구조분석을 실시하여 삶의 질에 여가만족도는 직접적 효과가 가장 큼을 증명한 박미석(2002)의 연구결과와 일치하는 결과이다. 간접효과 측면에서는 여가동기(0.421) 다음으로 구조적 여가제약(-0.417)이 삶의 질에 대한 효과가 큼을 알 수 있다. 즉 외부적인 시설 및 프로그램의 여가환경은 간접적이거나 노인의 삶의 질에 영향을 미친다고 할 수 있다. 이상의 결과는 노인을 둘러싸고 있는 생태학적 환경체계 간의 변화와 적응과정의 상호작용 과정에서 삶의 질의 차이가 두드러진다는 사실을 경험적 연구로 밝혀낸 손화희, 윤종희, 김덕성, 안영미(2000)의 연구결과와 같은 맥락이라 할 수 있다.

## V. 결론 및 제언

본 연구의 결과가 내포하는 의미를 시사적으로 재해석하고 이들의 개선 또는 제고를 위한 다음과 같은 결론을 내리고자 한다.

첫째, 구조적 여가제약은 무료양로시설 거주 노인의 여가생활을 둘러싼 여가환경으로, 개인내적 여가제약과 여가동기에 직접적으로 영향을 미쳐 무료양로시설 거주 노인들의

자기결정성에 중요한 역할을 하므로 이에 대한 관리가 필수적이다. 외형적인 여가프로그램의 실시 장소나 설비를 갖추는 것도 중요하지만 이제는 획일적이고 형식적인 나열식 여가프로그램의 운영을 지양하고 무료양로시설 거주 노인들의 부정적인 심리정서와 수동적인 행동 성향을 극복할 수 있는 체계적인 여가프로그램의 개발과 실시에 주력해야 할 것이다. 특히 여가를 지도하는 강사의 서비스나 전문성에 있어서도 개선이 요구되는데 여가지도강사는 단순히 여가프로그램만을 진행하고 끝내는 것이 아니라 무료양로시설 거주 노인들의 만족스러운 여가생활을 위해 어떤 프로그램을 어떻게 기획하고 어떻게 노인들을 자발적으로 참여할 수 있도록 동기유발시킬 것인가 고민해야 하며, 이러한 역할을 할 수 있어야 할 것이다.

둘째, 생태학적 관점에서 무료양로시설 거주 노인의 대인적 여가환경은 궁극적으로 여가만족과 삶의 질 증진의 필수적인 조건이 된다고 할 수 있으므로, 대인적 여가제약에 대한 개선도 기초적인 작업으로 우선되어야 한다. 특히 시설내 생활은 단체생활이며 여가프로그램이 집단적으로 이루어지기 때문에 여가활동을 함께 참여할 동료는 시설내 노인들에게 매우 중요한 인적자원이다. 그럼에도 불구하고 그동안 무료양로시설 거주 노인의 대인적 여가환경은 여가연구에서의 다루어지지 않았으며 정책적으로도 이것의 중요성을 간과하는 점이 많았다. 시설에서는 노인들끼리 긍정적인 상호작용을 많이 할 수 있도록 도와주고, 상담 등을 통해 그들 간의 갈등을 해소할 수 있도록 항상 주의를 기울여야 한다. 그리고 여가프로그램의 진행자는 프로그램을 실시하면서 노인들끼리 서로 상호작용을 많이 할 수 있도록 하는 조력자의 역할도 병행해야 할 필요가 있다.

셋째, 생태학적 관점에서 무료양로시설 거주 노인의 개인내적 여가제약은 구조적, 대인적 여가환경과 상호작용하여 자기결정적인 여가동기에 직접적으로 영향을 미치고 이를 통해 궁극적으로 거주노인의 여가만족, 삶의 질 향상에 기여하는 변인임이 밝혀졌다. 특히 무료양로시설에 거주하는 노인들은 연령이 전반적으로 높으므로 여가활동과 관련해 신체적 건강에서 가장 많은 어려움을 느끼며, 여가보다는 일에 가치를 두던 세대이며 무료양로시설이라는 주거적 환경과 관련한 부정적 특성 때문에 심리적인 측면에서 여가의식이나 태도가 소극적이라 할 수 있다. 이에 이들이 여가프로그램에 흥미를 가지고 스스로 선택하여 참여할 수 있도록 여가에 대한 소극적인 의식과 태도 등을 변화하게 하는 것이 무엇보다 필요한데, 이를 위해서는 여가교육이 매우 필수적이라 할 수 있다. 시설에서는 여가교육을 통해 여가프로그램의 신체적, 심리적 효능성을 홍보하고 여가도 권리라는 의식을 고취시키며, 나아가 무료양로시설 거주 노인들의 여가능력

을 신장할 수 있도록 도와주어야 한다.

넷째, 본 연구결과 무료양로시설 거주 노인의 여가동기는 여가활동참여도와 여가만족, 삶의 질 수준에 직접적이고도 강력하게 영향을 미치는 변인으로 나타났다. 즉 무료양로시설 거주 노인의 여가향유와 삶의 질 향상에 있어서 여가동기는 가장 핵심적인 변인이라 할 수 있다. 전통적으로 자기결정적이고 내재적인 여가동기의 중요성에도 불구하고 무료양로시설 거주 노인에 있어서는 그 중요성이 간과되어왔음을 고려할 때 본 연구의 결과는 매우 고무적이라 할 수 있다. 시설규칙 때문에 억지로 참여하는 시간때우기 식이 아닌 본인의 의지에 의해 자유감과 선택가능성을 느끼면서 스스로 여가프로그램을 선택하고 결정하도록 하는 것이 매우 중요하다. 성취욕이나 경쟁심을 유발할 수 있는 여가프로그램의 실시를 통해 자기결정적인 여가동기 유발에 직접적으로 도움을 줄 수 있는 방안이 적극개발 되어야 할 것이다.

다섯째, 무료양로시설 거주 노인의 여가활동참여도는 여가만족도에 직접적인 효과가 있는 것으로 나타났는데 이는 시설내 여가프로그램 활동의 효과성을 입증하는 결과로, 무료양로시설 내 여가프로그램의 지속적인 장려에 고무적인 결과라고 할 수 있다. 그러나 무료양로시설 거주 노인들의 상당수가 여가프로그램 자체의 재미 또는 보람을 얻기 위해 서라기보다는 할일이 없어서 시간때우기식으로 여가활동에 참여하고 있는 경우가 많다는 점을 유의해야 한다. 자기결정적이지 않은 여가동기에 의한 여가활동참여는 결국 여가불만족, 낮은 삶의 질로 이어진다. 따라서 무료양로시설에서는 거주노인들이 스스로 여가프로그램을 선호하고 참여할 수 있도록 구조적, 대인적, 개인내적 여가제약에 대한 개선을 함께 도모하여 자기결정적인 여가동기에 의한 여가활동참여의 증가를 가져오도록 노력해야 할 것이다.

여섯째, 무료양로시설 거주 노인의 여가만족은 삶의 질에 직접적으로 정적인 영향을 미치는 변인이었다. 이는 재가노인들과 마찬가지로 현대사회에서 여가만족은 무료양로시설 거주 노인의 삶의 질에도 반드시 갖추어져야 할 기본적인 요소임을 시사한다. 특히 이러한 결과는 기존의 시설거주노인의 삶의 질에 대한 여가만족도의 경험적 연구가 매우 미흡한 상황에서 더욱 의미 있는 결과이다. 이에 무료양로시설 거주 노인들의 삶의 질을 향상시키기 위해서는 여가만족도를 증진시킬 수 방안이 강력하게 모색되어야 한다.

이상에서 각 변인을 중심으로 무료양로시설 거주 노인의 여가향유와 삶의 질 증진을 위한 구체적인 방안들을 살펴본 있는데, 중요한 것은 이들 변인 간에는 유기적인 연결고리가 있음을 고려하여 이들을 효과적으로 개선할 수 있는 통합적이고 맥락적인 통찰력에 의한 방안 강구이다. 즉 본 연구가 검증한 인과모형에 따르면 무료양로시설 거주 노인의 여가

향유와 삶의 질 증진을 위해서는 구조적, 대인적 여가환경의 조성, 개인내적 여가제약의 개선, 여가동기의 제고가 가장 중요하다고 집약할 수 있다. 이에 다음과 같은 정책적 제언을 하고자 한다.

첫째, 국가에서는 무료양로시설 거주 노인의 시설내 생활만족 및 삶의 질에 여가환경이 매우 중요함을 인식하고 구조적, 대인적 여가환경 조성에 각별한 노력을 기울여야 한다. 이와 관련해 시설평가기시 시설내 구조적, 대인적 여가환경에 대한 평가가 반드시 이루어져야 할 것이다. 또한 무료양로시설 내에서는 거주노인들을 대상으로 여가육구조사를 하더라도 이를 반영해 여가프로그램 및 시설을 조성할 자력이 매우 부족한 상황이다. 이와 관련해 정부차원에서 조력이 요구되는데 무료양로시설 주변의 노인여가복지시설과의 연계를 통한 자원활용방안도 적극 검토할 필요가 있다. 근린지역내에 있는 체육공원시설, 노인복지회관, 그 외 공공장소와의 연계를 장려하여 무료양로시설 내 구조적 여가제약을 어느 정도 해결할 수 있을 것이다.

둘째, 무료양로시설 거주 노인들이 여가활동참여와 관련하여 노인자신과 여가환경 사이에서 겪는 제약요소를 완화시킬 수 있는 자원을 이해하여 여가관련 의사결정능력과 문제해결능력을 향상하고, 적극적 여가태도를 강화하는 교육이 필요하다. 따라서 국가에서는 시설거주노인 대상의 표준화된 여가교육 프로그램 매뉴얼을 개발하고 모든 시설에 이를 배포하여 정기적인 여가교육을 의무화해야 한다.

셋째, 무료양로시설 거주 노인의 사회인구학적, 심리적 특성을 고려해 이들의 전반적인 시설생활에 도움을 줄 수 있는 여가프로그램을 기획하고 이들의 여가동기를 북돋우며 동시에 여가능력을 개발시켜 줄 수 있는 여가관리사의 전문성과 서비스 정신이 요구된다. 무료양로시설 거주 노인들에게 시설내 여가생활이 하루 대부분을 차지하는 점을 고려할 때 여가관리사의 역할은 더욱 중요하고 영향력이 크다고 할 수 있다. 따라서 단지 여가프로그램의 진행만을 맡아 하는 레크리에이션 강사가 아닌 각 시설에 상시적으로 근무하면서 노인들의 여가생활을 전반적으로 도와주고 지도하고 관리할 수 있는 '여가관리사'의 개념을 도입하여 이들의 육성과 시설내 배치를 의무화하는 규정이 필요하다.

본 연구는 생태학적 관점에서 여가환경에 초점을 두어 무료양로시설 거주 노인의 여가제약, 여가동기, 여가활동참여도, 여가만족도가 삶의 질에 기여하는 변인임을 공변량구조분석을 통해 검증하였다. 본 연구를 기초로 다음과 같은 점을 보완한 후속연구가 계속 진행되기를 기대한다. 첫째, 본 연구에서는 여가활동참여 정도를 양적인 방법을 사용하여 참여빈도로 측정하였으나 향후에는 양적인 여가활동참여의 빈도뿐만 아니라 여가활동참여의 몰입도와 같은 질적인 차

원을 측정하는 연구도 이루어져야 할 것이다. 둘째, 본 연구에서는 시설내 여가프로그램에 참여하는 데에 제약을 줄 수 있는 여가환경으로 그 범위를 제한하였으나, 향후에는 시설 거주노인들이 시설내 여가생활뿐만 아니라 시설밖에서 여가생활을 하고자 할 때 경험하는 여가제약을 포괄하여 그들의 여가환경의 문제점을 더 큰 범위에서 제시하는 연구가 이루어지기를 기대한다. 셋째, 본 연구는 서울시에 신고된 무료양로시설에만 한정하여 조사를 설계하였다. 후속 연구를 통해 실비, 유료양로시설 거주 노인뿐만 아니라 재가노인을 대상으로 여가생활을 심도 있게 분석하여 모든 노인에게 일반화할 수 있는 결과를 도출해낼 수 있어야 할 것이다.

■ 참고문헌

김명자(1994). 여가활동과 행복한 노후생활의 향유에 관한 연구: 서울시 거주 노인을 중심으로. 한양대학교 대학원 박사학위논문.

김성연, 박미석(2000). 도시노인의 여가생활만족도에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 18(1), 67-84.

김애련, 한내창(1997). 노인의 여가활동 유형과 여가활동이 생애만족도에 미치는 효과에 관한 연구. 대한가정학회지, 35(6), 275-288.

김유일, 강석희(2000). 여가활동참여에 있어서 제약유형의 위계적 과정에 관한 연구. 한국조경학회지, 28(1), 29-36.

김종숙(1987). 한국 노인의 생활만족에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.

박미석(2002). 노년기 여가만족이 삶의 질에 미치는 영향. 대한가정학회지, 40(5), 133-146.

손화희, 윤종희, 김덕성, 안영미(2000). 거동불편 노인의 주관적 안녕감에 관한 생태학적 접근. 한국노년학, 20(1), 93-112.

원형중(1994). 여가활동 참여가 수도권 거주 노인의 고독감, 여가만족, 생활만족에 미치는 영향. 한국노년학, 14(2), 90-104.

윤진(1982). 노인 생활 만족 척도 제작 연구. 한국심리학회 학술 발표 대회 논문 초록. 26-30.

이유리, 박미석(2005). 시설거주노인의 여가프로그램 참여 제약요인에 관한 연구: 무료양로시설을 중심으로. 한국노년학, 25(3), 41-58.

채선애, 한성열(2002). 여가활동, 여가동기, 자기효능감 및 주관적 안녕감간의 관계. 한국심리학회지, 8(2), 17-31.

최 현(1997). 건강수준이 노인의 삶의 질에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위논문.

한혜원(2000). 노년기 여가참여와 삶의 질 인지와의 관계. 단국대학교 대학원 박사학위논문.

홍성희(1998). 노인의 여가활동참여와 여가만족이 생활만족에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 16(1), 107-123.

Alexandris, K., Tsorbatzoudis, C., & Grouios, G.(2002). Perceived constraints on recreational sport participation: Investigating their relationship with intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation. *Journal of Leisure Research*, 34(3), 233-252.

Beard, J. G., & Ragheb, M. G.(1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12, 20-33.

Boley, B. J.(2001). Life satisfaction, leisure satisfaction, and leisure participation among publicly housed older adults. A dissertation presented in partial fulfillment of the requirements for the degree doctor of philosophy. Capella University.

Bronfenbrenner, U.(1986). Recent advances in research on the ecology of human development. In R. K. Sibereisen, K. Eyferth, & G. Rudinger(Eds.), *Development as action in context: Problem behavior and normal youth development*(pp.287-309). New York: Springer.

Crawford, D. W., & Godbey, G.(1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9(2), 119-127

Crawford, D. W., Jackson, E. L., & Godbey, G.(1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 309-320.

Deci, E. M., & Ryan, R. L.(1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.

Hubbard, J., & Mannell, R. C.(2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23(3), 145-163.

Iwasaki, Y., & Mannell, R.(1999). Situational and personality influences on intrinsically motivated leisure behavior: Interaction effects and cognitive processes. *Leisure Sciences*, 21, 287-306.

Jackson, E. L., Crawford, D. W., & Godbey, G.(1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, 1-11.

Losier, G. F., Bourque, P. E., & Vallerand, R. J.(1993). A

- motivational model of leisure participation in the elderly. *Journal of Psychology*, 127(2), 153-170.
- Mannell, R. C., & Kleiber, D. A.(1997). *A Social Psychology of Leisure*. PA: Venture.
- Medley, M. L.(1976), Satisfaction with life among persons sixty-five years and older. *Journal of Gerontology*, 31, 448-454.
- O'Connor, B. P., Vallerand, R. J., & Hamel, M.(1992). *Self-determination theory and elderly individuals: Theory and assessment*. Unpublished Manuscript. Lakehead University.
- Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R., Tuson, K., Briere, N., & Blais, M.(1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale(SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Petri, H. L.(1981). *Motivation: Theory and research*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Preston, E. M(1987). Factors affecting nursing home residents' loneliness, leisure satisfaction, and leisure activity. Unpublished doctoral dissertation, University of Maryland.
- Ragheb, M. G., & Griffith, C. A.(1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of old persons. *Journal of Leisure Research*, 14(2), 295-306.
- Riddick, C. C.(1986). Leisure satisfaction processors. *Journal of Leisure Research*, 18(4), 259-265.
- Riddick, C. C., & Daniel, S.(1984). The relative contribution of leisure activities and other factors to the mental health of older women. *Journal of Leisure Research*, 16, 136-148.
- Russell, R. V.(1987). The importance of recreation satisfaction and activity participation to the life satisfaction of age-segregated retirees. *Journal of Leisure Research*, 19(4), 273-283.
- Searle, M. S., & Jackson, E. L.(1985). Recreation non-participation and barriers to participation: Considerations for the management of recreation delivery systems. *Journal of Park and Recreation Administration*, 3, 23-36.
- Sneegas, J. J.(1986), Components of life satisfaction in middle and later life adults: Perceived social competence, leisure participation, and life. *Journal of Leisure Research*, 18(4), 246-258.
- Vallerand, R. J.(1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M. P. Zanna(Ed.), *Advances in experimental social psychology*(Vol. 29, pp.271-360). New York: Academic Press.
- Vallerand, R. J., & Losier, G.(1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11, 142-169.
- Vallerand, R. J., & O'Connor, B. P.(1989). Motivation in the elderly: A theoretical framework and some promising findings. *Canadian Psychology*, 30(3), 538-550.
- Vallerand, R. J., & O'Connor, B. P.(1991). Construction and validation of the motivation in the elderly scale(MES). *Journal International of Psychology*, 26(2), 219-240.

(2006년 8월 16일 접수, 2006년 10월 19일 채택)