

등산활동의 건강관련 동기요인과 유인요인 분석

김재준¹ · 이혜린^{1*} · 이민하² · 강민지¹ · 박수진¹

¹국립산림과학원 녹색산업연구과, ²농림수산식품기술기획평가원 연구원

Analysis of Health-related Push and Pull Factors in Mountain Climbing

Jae Jun Kim¹, Hye Rin Lee^{1*}, Min Ha Lee², Min Ji Kang¹ and Su Jin Park¹

¹Division of Green Business Management, Korea Forest Research Institute, Seoul 130-712, Korea

²Researcher, Korea Institute of Planning & Evaluation for Technology in Food, Agriculture, Forestry & Fisheries, Anyang 431-060, Korea

요 약: 본 연구는 등산객의 건강과 관련된 동기요인과 산림환경이 갖는 유인요인을 도출하고 이들 요인 간의 분석을 통하여 산림휴양공간에 대한 효율적인 관리방안을 제시하는 데 그 목적이 있다. 도봉산, 북한산, 관악산, 청계산을 찾은 등산객 440명에 대해 건강과 관련된 15개의 동기항목 및 11개의 유인항목을 설문조사한 결과, 등산동기요인으로 '질병치료·치유', '정신·사회적 건강', '신체적 건강' 등 3개 요인을, 등산유인요인으로는 '인문환경', '사회경제적 환경', '자연환경' 등 3개 요인을 도출하였다. 요인 간 영향관계 분석결과, 질병치료·치유요인과 신체적 건강요인에 가장 큰 영향을 미치는 유인요인은 자연환경요인으로 나타났으며, 정신·사회적 건강요인에 가장 큰 영향을 미치는 유인요인은 사회경제적 환경요인으로 나타났다.

Abstract: This study was aimed to specify health-related push and pull factors in mountain climbing and provide effective management strategy for mountain-based recreational setting through the identification of the reciprocal relationship between the push and pull factors. The results of survey by 440 mountain climbers at Mt. Dobong, Mt. Bukhan, Mt. Kwanak, and Mt. Cheonggye showed that three dimensions were respectively derived from health-related 15 push items and 11 pull items; therapeutic care, mental health, physical fitness in push factors and cultural, socio-economic, and natural environment in pull factors. According to an analysis of influence between push and pull factors, natural environment was reported to be the greatest influencing pull factor on therapeutic care and physical fitness, and socio-economic environment was on mental health.

Key words : pull factor, push factors, mountain climbing, mountain climber

서 론

최근 들어 휴양활동은 인터넷의 급속한 보급, 주5일 근무제 도입, 자연친화 선호, 소득격차, 건강 추구 등으로 인해 세대별, 계층별로 다양화되고 있으나, 그 중에서 등산은 비교적 저비용으로 즐길 수 있는 여가스포츠(한상덕과 이상덕, 2010)로 각광을 받고 있다. 2009년 체육백서에서 2008년의 생활체육 참여종목을 살펴보면, 걷기가 29.9%로 가장 높고, 보디빌딩(헬스) 14.2%, 등산 13.6%의 순으

로 나타나 걷기와 등산의 열풍을 짐작할 수 있다(문화체육관광부, 2010).

이는 산업화 등으로 인한 각종 질환의 증가, 인구의 고령화, 복잡하고 삭막한 도시에서 벗어나 건강한 자연을 체험하고 보다 건강하고 쾌적한 삶을 추구하는 욕구 때문이라 할 수 있다. 등산이 건강에 영향을 미치는 다양한 긍정적 효과가 보고되고 있다. 등산은 심폐지구력, 근지구력, 균형감각을 키우고, 혈압조절과 체지방을 분해해주는 효과가 있는 가장 좋은 유산소 운동이며(진영수, 2006), 또한 뇌, 심장, 폐 등 장기 기능 향상, 심리적 안정, 면역력 증강, 근육 발달과 근력 향상, 체중 조절, 체내 해독 물질 제거 등의 효과가 있다고 알려져 있다(산림청, 2009). 구체적으로 살펴보면, 등산훈련이 중년남성의 혈중지질성분, 과산화지질 그리고 항산화 효소활성에 긍정적인 효과를

이 논문은 한국등산지원센터 주관 「제3회 전진한 등산문화 심포지엄(주제: 등산과 건강)」에서 발표된 것을 논문으로 발전시켰음.

*Corresponding author

E-mail: dewrin@gmail.com

가져 올 수 있으며(엄홍길 등, 2010), 등산프로그램은 비만 초등학생의 건강관련체력에도 긍정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났고(권소형 등, 2010), 산림걷기 운동이 지속적으로 운동장을 걷는 운동보다 내당능장애와 인슐린 비의존성 당뇨병 환자에 더 효과적인 것으로 나타났다(최종환 등, 2010). 활동적인 노인들은 등산을 통해 개인적 욕구가 충족됨으로 인해 심리적 행복감이 향상되며(한상덕과 이상덕, 2010), 중학생의 지속적인 동아리 등산활동의 참가가 신체적 자기개념 즉, 자기존중감, 스포츠유능감, 외모, 건강, 신체활동, 체지방, 유연성, 근력, 심폐지구력, 신체전반 등의 10가지 하위요인 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다(박진성과 조춘호, 2004). 따라서 등산과 같이 산림에서 이루어지는 활동은 삶의 질을 높여 주고, 운동능력과 자신감을 향상시키며, 병의 재발을 막아 주는 등 인간의 심리적 안정과 육체의 건강에 긍정적인 영향을 미침을 알 수 있다.

등산활동이 건강에 미치는 긍정적 효과는 단지 신체적 활동에 의한 것 뿐 만 아니라 산림환경에 의한 영향과도 밀접한 관계가 있다. 산림의 물리환경적 요소 즉, 피톤치드, 경관, 소리, 음이온, 온도, 빛은 인간의 심신을 건강하게 해주는 산림치유의 인자가 된다(유리화, 2007). 또한, 환경심리학자 캐플란(Kaplan)이 말했듯이, 산림은 복잡한 일상으로부터의 해방감을 느끼게 하는 등 심리적 안정과 회복기능을 한다(산림청, 2009). 이러한 인자들은 각각 효과를 나타내기도 하지만 여러 요소가 통합적으로 작용하여 사람과 상호작용이 일어난다는 가설이 설득력을 얻고 있다.

최근 건강증진을 목적으로 한 등산인구의 증가에 따라 등산객의 행태와 요구는 더욱 다변화될 전망이다. 이러한 시점에서, 변화하는 등산인구의 니즈에 능동적으로 대응하기 위해서는 포괄적인 '건강 동기'의 개념을 보다 구체적으로 세분하고, 이용특성별로 산림환경 서비스를 어떻게 차별화해야 하는지에 대한 검토가 필요하다. 이에 본 연구는 등산객들이 가지고 있는 등산활동의 건강증진 효과에 대한 인식 및 이용행태를 알아보고, 건강과 관련된 주요 동기(추진)요인과 산림환경이 갖는 유인요인을 도출하여 등산객 특성별 건강증진에 대한 구체적 요구를 파악함으로써 보다 효율적이고 체계적인 산림휴양공간 운영 및 관리방안을 제공하는 데 그 목적이 있다.

이론 및 선행연구

1. 건강 관련 동기에 관한 선행연구

동기는 개인의 목표를 향한 내적 심리상태이자 이를 성취하고자하는 내면적인 힘이다(최길례, 2006; 유용석, 2009). 한편, WHO(세계보건기구 헌장)에서는 건강(健康,

health)을 “질병이 없거나 허약하지 않은 것만이 아니라 신체적·정신적·사회적으로 완전히 안녕한 상태에 놓여 있는 것”으로 정의하고 있다. 이에 본 연구에서의 건강동기는 신체적, 정신적, 또는 사회적인 건강상태를 유지 또는 향상시키고자 하는 내면적 힘이라고 이해하고자 한다.

이제까지 연구된 여가·휴양·스포츠 관련 동기 문헌들을 살펴본 결과, '건강'과 관련된 문항은 대체적으로 신체적 건강을 지칭하고 있었다. 최성범과 박승환(2010)은 여가동기를 유형화하고, 여가관련도, 만족 및 참가지속 의도와와의 관계를 구명하였는데, 여기에서 그들은 여가동기를 스포츠동기와 동일시하여 스포츠동기척도(SMS)¹⁾를 수정·사용하였다. 요인분석을 통하여 여가동기를 크게 내적동기(흥미, 기술성취)와 외적동기(건강, 사고, 외적과시)로 구분하였고, 외적 건강동기로서 단순 건강, 몸매 관리, 긍정적 건강관을 항목에 포함시켰다. 정용각(1997)은 선행연구를 바탕으로 여가운동 참가자의 참여 동기에 대한 34개 문항의 질문지를 개발하였다. 크게 기술발달, 즐거움, 성취감, 컨디션, 사고, 건강과 체력, 외적과시, 무동기로 구분하였는데, 마찬가지로 건강에 관련된 동기는 신체적 건강에 한정되어 기술되고 있다. 강성훈(2005)은 스키장 이용객을 대상으로 동계 레저스포츠에 참여하는 이유에 대하여 3가지 이상 자유롭게 작성하게 한 결과, 건강 관련 동기로 스트레스 해소, 정신적 건강, 운동·체력증진 등으로 분류하였다.

선행연구들을 종합해 볼 때, 공통적으로 건강·체력증진, 사고·사회성, 기분전환·일상탈출·자신감 등 신체적·사회적·정신적 건강에 대한 세부항목들이 포함되어 있기는 하나, 건강에 초점을 맞춰 동기를 구체화시킨 연구는 없었으므로, 본 연구 목적에 부합하도록 건강 측면에서 동기항목을 재정리 및 수정·보완해야 할 필요가 있다. 선행연구에서 사용된 동기문항들 중 건강과 관련된 동기를 분석한 결과는 표 1과 같으며, 분류하면 대체적으로 건강 및 체력증진·체형관리·스트레스해소·자아성찰·유희추구·사회성 등으로 나눌 수 있다.

2. 등산동기(추진)요인과 산림환경에 의한 유인요인

관광학 분야에서 여행결정과정은 일반적으로 여행객의 동기요인과 여행방문지가 가지는 유인요인의 개념에 기초하여 적용하고 있다(한상열, 2000). Crompton(1979)은 동기(추진)요인은 사회심리학적 동기(motive)이고, 유인요인은 관광객 자신의 심리로부터라기보다는 오히려 목적지에서 유발된 동기(motive)이며, 전통적으로 추진동기(push motives)는 여행을 하고자하는 열망을 설명하기에 유용한 반면, 유인동기(pull motives)는 목적지 선택을 설

¹⁾SMS: Sport Motivation Scale

표 1. 선행연구의 건강관련 동기.

연구자	건강동기	하위항목
정용각(1997) 최병열(2008)	즐거움 성취감 컨디션 사고 건강과 체력	재미, 쾌감, 희열감, 활기찬 느낌, 몰입감이 좋아서 운동기술 수행시 만족감, 성취감, 흥분감 체력 향상, 기분 상쾌, 컨디션이 좋아지므로, 자신감 다른 사람과 사귀는 기회, 친구들과 친목 도모 멋진 몸매, 체중조절, 체력 증진, 건강해지기 위해서
한상열 등(2000)	탈출·휴식 동기 건강 사회적 동기	일상탈피, 휴식과 기분전환 건강과 체력단련 가족단합, 동료친목, 새로운 체험
강성훈(2005)	건강 사고	스트레스 해소, 상쾌함·시원함·자유 등을 느끼기 위해, 기분전환겸, 체력증진, 건강을 위해서, 다리를 튼튼히 하기 위해서, 운동 및 다이어트를 위해서 친목도모, 데이트, 이벤트 우정을 돈독히 하려고, 사람들을 만나기 위해, 연인과 데이트, 단합/워크샵/세미나
최성범과 박승환(2010)	건강 흥미 기술성취 사고	건강 위해, 몸매관리, 생활에 도움, 긍정적 건강관 흥미와 즐거움, 몰입쾌감, 신기술의 재미 어려움극복 만족, 자신감, 기술습득 성취감 친구와 좋은관계, 사람사귀는 기회, 우정 돈독

명하는데 유용한 것으로 알려져 왔다고 설명하고 있다. 한편, Dann(1981)은 동기(추진)요인은 관광객 동기 그 자체이고, 이것은 아노미(사회적 무질서)와 자아향상욕구를 포함하는 개념이며, 유인요인은 관광객이 여행 또는 관광을 하기 전에 그곳에 가고 싶도록 유인하는 것으로서 목적지가 갖고 있는 특정한 매력요소들을 말한다고 하였다. 이런 측면에서 등산활동에 적용해 본다면, 등산객이 등산활동을 하게끔 하는 내적심리동기가 등산동기(추진)요인이고, 대상 산림환경의 특징적 구성요소가 유인요인이 된다.

국내에서 동기(추진)요인과 유인요인을 고찰한 연구는 2000년대 이후부터 시작되었으며, 축제, 관광지, 스포츠경기장, 국립공원 등 여가활동 및 관광 참여자들을 대상으로 한 연구가 많았다. 그 중 본 연구대상지와 유사한 산림휴양공간의 탐방객들을 대상으로 분석한 연구를 살펴보면 다음과 같다. 한상열 등(2000)은 산악형 국립공원 방문객의 동기항목과 유인항목에 대한 요인분석결과, 4개의 동기요인(자연·문화체험, 일탈성, 건강, 사회성·신기성)과 3개의 유인요인(시설·문화재, 자연자원, 접근성)을 도출하였고, 이들은 상호연관관계를 갖는 것으로 나타났다. 김재준(2009)도 비슷한 결과를 도출하였는데, 4개의 산림휴양공간을 대상으로 방문선택에 영향을 미치는 요인을 구명한 결과, 문화·자연체험, 성취감, 일탈성, 시간선용, 사회성 등 5개 동기요인과 문화·자연자원, 접근성, 편의시설, 체력단련 및 저비용 등 4개 유인요인을 도출하였다. 또한 이들의 상호연관성을 입증하면서, 국립공원은 문화·자연자원과 체험·성취감 동기요인이, 자연휴양림은 편의시설과 시간선용·체험 동기요인이, 도시림은 접근성과 시간선용·일탈성 동기요인이 주 영향요인임을 밝혔

다. 김성섭과 이충기(2001)는 국립공원을 대상으로 동기요인(가족화합과 학습, 자연자원감상과 건강, 일상탈출, 모험과 친목도모)과 유인요인(관광자원 다양성, 관광정보와 시설편리성, 접근성)을 도출하였으며, 인구통계적 속성에 따른 각 요인들의 차이검증을 실시하였다.

이 연구들을 통해 동기(추진)요인과 유인요인사이에 상관관계가 있음이 실증적으로 증명되었으나 포괄적 동기가 아닌 건강에 초점을 두고 구체화한 동기요인을 다룬 연구는 없었으므로 본 연구에서는 건강에 관련된 동기와 유인요인을 중심으로 분석하고자 한다.

연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구를 위하여 수도권 내 등산객들이 많이 찾는 도봉산, 북한산, 관악산, 청계산 등 4개소를 선정하고, 주중 또는 주말인 8월 20일(북한산), 8월 21일(청계산), 9월 12일(관악산), 9월 15일(도봉산)에 1개소당 110명을 대상으로 자기기입방식(self-administered)과 편의추출방법을 통한 현지 설문조사를 실시하였다. 그 중 불성실한 응답자를 제외한 나머지 390부 만을 분석에 사용하였다.

2. 조사도구

등산객들의 건강동기를 측정하기 위해서 선행연구들의 동기측정 문항들을 조사·분석하여 본 연구의 내용에 맞게 수정·보완하였다. 등산동기요인 항목 총 17문항, 등산유인요인 항목 총 13문항으로 정리하여 예비조사를 실시하였다. 도봉산 등산객을 대상으로 2010년 7월 9일 50

표 2. 응답자 특성.

구분		N	%	구분	N	%	
성별	남	243	62.3	소득	100만원미만	28	7.2
	여	147	37.7		100만원대	70	18.0
연령	20대	16	4.1		200만원대	104	26.7
	30대	42	10.8		300만원대	64	16.5
	40대	89	22.8		400만원대	53	13.6
	50대	150	38.5	500만원대이상	70	18.0	
	60대	69	17.7	직업	회사원/공무원	73	18.7
	70대	24	6.2		자영업/사업	92	23.6
거주지	서울	328	84.1		전문/관리직	50	12.8
	경기	55	14.1		기능/생산직	14	3.6
	인천	4	1.0		농/림/어업	1	0.3
	경남	2	0.5		주부	94	24.1
					학생	8	2.1
소요시간	평균	52분			기타/무직	58	14.9
등산 유형	근거리형	210	54.0		주관적 건강상태	1(매우 안 좋음)	13
	정상정복형	162	41.6	2		9	2.3
	종주형	17	4.4	3		13	3.3
등산 횟수	월 1~2회 이하	143	36.9	4		20	5.1
	월 3~4회	127	32.7	5		126	32.3
	월 5회 이상	118	30.4	6		29	7.4
치료 경험	경험없음	253	65.0	7		56	14.4
	완치	64	16.5	8		91	23.3
	재발가능	24	6.2	9(매우 좋음)		33	8.5
	치료중	48	12.3				

명을 대상으로 예비조사를 수행하였고, 문항간 상관관계 분석과 신뢰성분석을 통해 동기요인과 유인요인 문항을 일부 수정하였다. 상관관계가 높게 나온 문항들을 한 문항으로 통합하고, 신뢰성분석에서 Cronbach's α 값의 크기를 저해하는 문항(동기요인 1문항, 유인요인 1문항)을 제거하여 등산동기요인 항목은 총 15문항, 등산유인요인 항목은 총 11문항으로 확정하였다.

사용된 최종 설문지는 인구통계학적 변인에 관한 항목 6문항, 등산객이 인식하는 주관적 건강상태에 관한 항목 2문항, 등산행태에 관한 항목 3문항, 동기요인에 관한 항목 15문항, 유인요인에 관한 항목 11문항, 만족도 관련 3문항, 필요시설/프로그램에 관한 항목 5문항으로 구성되어 있다. 사용된 통계기법은 SPSS 11.5 프로그램을 이용한 상관관계 분석, 신뢰성 분석, 요인분석, 회귀분석이다.

연구결과 및 고찰

1. 응답자 특성

표 2에서 제시된 바와 같이 응답자의 성별 분포는 남성의 비율이 높았으며, 연령 분포는 40~60대의 비율이 매우 높음을 알 수 있다. 서울이 거주지인 응답자가 84.1%로서 가장 많았고, 거주지로부터 각 등산 장소까지 도달 소요

시간은 평균 52분인 것으로 나타났다. 직업은 주부(24.1%), 자영업(23.6%), 회사원/공무원(18.7%)순이었으며, 소득수준은 200만원대(26.7%)가 가장 많았다.

응답자의 평소 등산유형은 근거리형과 정상정복형이 각각 54.0%, 41.6%로 나타났으며, 평소 등산횟수는 월 1~2회 이하(36.9%), 월 3~4회(32.7%), 월 5회 이상(30.4%)의 순으로 골고루 나타났으며, 1회 평균 등산시간은 3~4시간(51.0%)이 가장 많았다. 현재 응답자 본인의 건강상태에 대한 인식을 묻는 9점 척도형²⁾ 질문에 대해 평균 6.08(표준편차 1.97)로 나타나 응답자들은 평균적으로 보통(5점)보다 조금 더 건강한 상태로 인식하고 있는 것으로 이해할 수 있다. 빈도별로는 5점(32.3%), 8점(23.3%), 7점(14.4%)의 순으로 나타났다. 최근 3년 동안 병원치료나 수술을 받은 경험을 묻는 질문에는 응답자의 65.0%가 '경험없음'으로 응답하였고, '수술/치료를 받은 적이 있으나 지금은 완치'가 16.5%, 현재 '지속적으로 진료/치료를 받고 있음' 이 12.3%, '병으로 수술/치료를 받은 경험이 있으며, 재발할 가능성이 높음'이 6.2%로 나타났다.

따라서 응답자의 주요 특징은 서울에 사는 중·노년층으로서 시간적 여유가 상대적으로 많은 주부, 자영업자라

²⁾ 건강하지 않은 상태 1점, 보통 5점, 건강한 상태 9점

표 3. 등산동기항목.

항 목	평균 (표준편차)
• 등산은 운동기회를 제공해 체력 및 건강을 지켜준다	4.34(0.63)
• 등산을 하면 재미·쾌감을 느껴 기분전환이 된다	4.29(0.67)
• 등산은 근육강화 및 근력을 향상시켜준다	4.24(0.72)
• 등산을 하면 폐활량(심폐기능)이 증가된다	4.23(0.68)
• 등산을 하면 일탈(일상생활에서 탈출)을 느낄 수 있다	4.02(0.81)
• 등산을 하면 우울감이 감소한다	4.01(0.75)
• 등산을 하면 질병에 대한 저항력(면역력)을 높여준다	3.95(0.76)
• 등산을 하면 자신감을 회복할 수 있다	3.94(0.76)
• 등산을 하면 체중이 감소(비만해결)된다	3.88(0.81)
• 등산을 하면 가족 및 동료들과의 친목을 도모할 수 있다	3.87(0.81)
• 등산을 하면서 자신을 알아갈 수 있다(자아성찰·자기반성)	3.86(0.83)
• 등산은 호기심 및 성취감을 충족시켜준다	3.74(0.89)
• 등산을 하면 치료 후 질병이 재발하는 것을 방지시켜준다	3.60(0.86)
• 등산을 하면 특정질병(아토피/당뇨병/고혈압 등)이 치료된다	3.55(0.95)
• 등산을 하면 새로운 사람을 만날 수 있다	3.09(0.99)

주: Likert 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 3=보통, 5=매우 그렇다)

고 파악할 수 있으며, 응답자의 3/4는 병원치료나 수술의 경험이 없거나 치료/수술 후 완치된 상태임을 알 수 있었다.

2. 등산동기항목

등산활동에 참여하게 하는 동기가 무엇인지 알아보기 위해 5점 척도형 질문을 하였다. 그 결과 ‘운동기회를 제공해 체력 및 건강을 지켜준다’가 평균 4.34(표준편차 0.63)로 가장 높은 값을 나타냈으며, ‘재미·쾌감을 느껴 기분전환이 된다’가 평균 4.29(표준편차 0.67), ‘근육강화 및 근력을 향상시켜준다’가 평균 4.24(표준편차 0.72), ‘폐활량(심폐기능)이 증가된다’가 평균 4.23(0.68)의 순으로 나타났다. 따라서 응답자들은 등산활동이 신체적 건강증진에 도움이 된다는 사실에 상당히 동의하고 있는 것으로 보인다.

3. 등산동기 요인분석

요인분석의 결과로서, 같은 요인에 높게 적재된 변수들을 구분하면 표 4와 같다. 고유값(Eigenvalue)이 1이상인 요인은 모두 3개로 나타났으며, 3개 요인의 총 분산 설명력은 56.1%로 나타났다. 요인에 대한 명명은 속성들을 가장 잘 설명할 수 있는 이름으로 명명하였다. 또한 변수간 신뢰도 분석 결과 전체 신뢰도 계수가 0.87로 비교적 높게 나타나 신뢰성이 인정되는 것으로 판단하였다. 도출된 요인은 ‘질병치료·치유’, ‘정신·사회적 건강’, ‘신체적 건강’으로 명명하였다.

표 4. 등산동기 요인분석.

	요인			공동 분산치	신뢰도
	1	2	3		
질병치료·치유					.8110
재발방지	.839			.746	
질병치료	.815			.702	
면역력 향상	.631			.607	
체중감소/비만해결	.565			.434	
우울감 감소	.489			.462	
정신·사회적 건강					.7250
호기심/성취감 충족	.697			.513	
일상탈출	.658			.573	
자신감 회복	.637			.534	
친목도모	.606			.406	
자아성찰·자기반성	.531			.459	
새로운 교제	.496			.502	
신체적 건강					.7892
체력유지			.783	.656	
근력강화			.731	.635	
재미쾌감, 기분전환			.621	.631	
폐활량증가			.618	.559	
Eigenvalue	2.963	2.806	2.650		
% of Variance	19.756	18.710	17.669		
Cumulative %	19.756	38.466	56.135		

표 5. 등산유인항목.

항 목	평균 (표준편차)
• 울창한 숲과 아름다운 경관·경치를 볼 수 있어서	4.25(0.76)
• 맑은 공기·피톤치드·음이온 등을 흡수할 수 있어서	4.15(0.80)
• 자연의 소리(새소리, 물소리 등)를 들을 수 있어서	4.07(0.85)
• 다른 활동에 비해 비용이 저렴해서	3.83(0.94)
• 다른 활동에 비해 혼잡하지 않고, 조용해서	3.83(0.91)
• 휴식이나 기분전환을 취할 장소가 많아서	3.82(0.88)
• 다른 활동에 비해 접근성이 좋아서	3.72(0.94)
• 깨끗한 물(웅달샘, 약수터 등)을 마실 수 있어서	3.01(1.15)
• 다른 활동에 비해 정보를 얻기 쉬워서	2.47(0.97)
• 지역특산물 등 먹거리가 다양해서	2.31(0.95)
• 다른 활동에 비해 교육 및 프로그램이 이루어지고 있어서	2.27(0.98)

주: Likert 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 3=보통, 5=매우 그렇다)

4. 등산유인항목

건강을 위해 등산을 선택한 이유를 묻는 질문에서는 ‘울창한 숲과 아름다운 경관·경치를 볼 수 있어서’ 변수가 평균 4.25(표준편차 0.76)로 가장 높은 값을, ‘맑은 공기·피톤치드·음이온 등을 흡수할 수 있어서’(평균 4.15, 표준편차 0.80), ‘자연의 소리(새소리, 물소리 등)를 들을 수 있어서’(평균 4.07, 표준편차 0.85)의 순으로 나타났는데, 주로 자연환경적 요소를 경험하기 위해 산을 찾는 것

표 6. 등산유인 요인분석.

	요인			공통 분산치	신뢰도
	1	2	3		
인문환경					.7857
교육 및 프로그램 참여	.854			.744	
정보취득 용이	.815			.701	
먹거리 다양	.769			.597	
사회경제적 환경					.6992
비용 저렴		.818		.672	
접근성		.738		.565	
비혼잡, 조용		.704		.536	
많은 휴식장소		.445		.376	
자연환경					.6160
울창한 숲, 아름다운 경관 감상			.762	.665	
자연의 소리			.727	.604	
맑은 공기 · 피톤치드 · 음이온 흡수			.696	.526	
깨끗한 물			.550	.469	
Eigenvalue	2.261	2.153	2.040		
% of Variance	20.556	19.574	18.543		
Cumulative %	20.556	40.131	58.674		

으로 분석되었다(표 5). ‘교육 및 프로그램이 이루어지고 있어서’ 변수가 평균 2.27(표준편차 0.98)로 가장 낮은 값을 나타냈다.

5. 등산유인 요인분석

유인요인 도출을 위하여 요인분석을 실시하였으며, 그 분석결과는 표 6과 같다. 고유값(Eigenvalue)이 1이상인 요인은 모두 3개로 나타났으며, 3개 요인의 총 분산 설명력은 58.7%로 나타났다. 1요인에는 ‘다른 활동에 비해 교육 및 프로그램이 이루어지고 있어서’, ‘다른 활동에 비해 정보를 얻기 쉬워서’, ‘지역특산물 등 먹거리가 다양해서’, 2요인에는 ‘다른 활동에 비해 비용이 저렴해서’, ‘다른 활동에 비해 접근성이 좋아서’, ‘다른 활동에 비해 혼잡하지 않고 조용해서’, ‘휴식이나 기분전환을 취할 장소가 많아

표 7. 요인에 의한 다중회귀분석 결과.

유인요인 (종속변수)	동기요인(독립변수)			F-value	수정된 R ²
	질병치료 · 치유	정신 · 사회적 건강	신체적 건강		
인문환경	.042 (.858)	.253*** (5.489)	-.087 (-1.880)	21.219	.135
사회경제적 환경	.174** (3.355)	.279*** (5.751)	.243*** (4.995)	41.812	.239
자연환경	.267*** (5.323)	.154** (3.272)	.368*** (7.819)	41.012	.236

제시된 수치는 표준화된 계수값(Beta)이며 괄호안은 t값임

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

서’, 3요인에는 ‘울창한 숲과 아름다운 경관 · 경치를 볼 수 있어서’, ‘자연의 소리(새소리, 물소리 등)를 들을 수 있어서’, ‘맑은 공기 · 피톤치 · 음이온 등을 흡수할 수 있어서’, ‘깨끗한 물(웅달샘, 약수터 등)을 마실 수 있어서’가 높게 적재되는 것으로 나타났다. 또한, 항목별 신뢰도 분석결과 전체 신뢰도 계수가 0.74로 나타나 비교적 신뢰도가 인정되는 것으로 보인다. 따라서 요인1은 인문환경 요인, 요인2는 사회경제적 환경요인, 요인3은 자연환경 요인으로 명명하였다.

6. 등산동기요인과 유인요인간의 관계

등산동기요인과 유인요인의 관계를 알아보기 위해 각 유인요인을 독립변수로, 동기요인을 종속변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 각 회귀모형을 살펴보면, F값이 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났으나, 결정계수(수정된 R²)는 각각 .135(질병치료 · 치유), .239(정신 · 사회적 건강), .236(신체적 건강)으로서 설명력은 대체로 높지 않았다. 동기요인 중 질병치료 · 치유요인과 신체적 건강요인은 유인요인 중 사회경제적 환경요인과 자연환경 요인에 영향을 받고 있었고, 정신 · 사회적 건강요인은 모든 유인요인으로부터 영향을 받는 것으로 나타났다. 즉, 교육프로그램, 정보취득 용이성, 먹거리 다양성 등을 포함하는 인문환경 요인은 정신 · 사회적 건강요인에만 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 질병치료 · 치유요인과 신체적 건강요인에 가장 큰 영향을 미치는 유인요인은 자연환경 요인(각각 β=.267, β=.368)으로 나타났으며, 정신 · 사회적 건강요인에 가장 큰 영향을 미치는 유인요인은 사회경제적 환경요인(β=.279)으로 나타났다(표 7).

결 론

본 연구는 수도권 주요 산의 등산객들을 대상으로 등산활동의 동기요인과 유인요인을 도출하고 요인간의 분석을 통해 산악휴양공간의 관리정책에 활용될 수 있는 기초

자료를 제공하고자 수행되었다. 그 결과 동기요인으로는 ‘질병치료·치유’, ‘정신·사회적 건강’, ‘신체적 건강’ 등 모두 3개 요인이 도출되었고, 유인요인으로는 ‘인문환경’, ‘사회경제적 환경’, ‘자연환경’ 등 모두 3개 요인이 도출되었다. 동기요인과 유인요인간의 상호연관성을 분석한 결과, 질병치료와 신체적 건강증진의 동기를 가진 사람들은 자연환경 유인요인에 크게 영향을 받고, 정신·사회적 건강의 효과를 기대하는 등산객은 사회경제적 유인요인에 의한 영향이 가장 큰 것으로 나타났다.

본 연구결과에서 도출된 바와 같이, 질병의 치료·치유를 위한 산림휴양공간, 친목도모나 자아성찰 등 정신·사회적 건강을 위한 산림휴양공간, 체력유지 및 증진을 위한 산림휴양공간 등으로 크게 구분하여 산림을 특성화하고, 그에 따른 차별화된 관리방안을 마련하는 것이 건강과 관련하여 산림휴양자원을 효율적으로 활용할 수 있는 방안이라 판단된다. 요인간 상호관계 분석결과를 토대로 공간별 전략화 방안을 제시하면, 질병의 치료 및 치유, 체력증진을 위한 산림휴양공간의 경우 자연환경요소(울창하고 아름다운 경관, 자연의 소리, 맑은 공기·음이온, 깨끗한 물)가 보다 강화되도록 산림사업 및 공간조성을 고려하고, 정신건강 증진을 위한 산림휴양공간은 사회경제적 요소(저렴한 비용, 접근성, 비혼잡·조용, 휴식장소)와 인문환경요소(교육프로그램, 정보취득 용이성, 먹거리 다양성)에 보다 초점을 둔 시설 및 프로그램 운영이 필요할 것으로 판단된다.

인용문헌

1. 강성훈. 2005. 동계 레저스포츠 참여자의 참여동기에 관한 연구. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
2. 권소형, 강은범, 안길영, 조준용. 2010. 6주간의 등산훈련이 비만 등학생의 건강관련체력 및 혈중 지질성분에 미치는 영향. 한국스포츠리서치 21(2): 23-32.
3. 김성섭, 이충기. 2001. 국립공원의 추진요인과 유인요인에 대한 탐색적 분석. 관광학연구 25(1): 135-153.
4. 김재준. 2009. 산림휴양공간별 방문선택 영향요인. 한국산림휴양학회지 13(4): 51-56.
5. 문화체육관광부. 2010. 2009 체육백서. pp. 542.
6. 박진성, 조준호. 2004. 지속적인 등산활동이 청소년의 신체적 자기개념에 미치는 영향. 한국사회체육학회지 22: 647-655.
7. 산림청. 2009. 등산활동의 의료비용 대체효과 및 경제·사회적 효과분석. pp. 186.
8. 업홍길, 이상호, 최철순, 김태영. 2010. 등산이 중년남성의 혈중지질성분과 MDA, SOD에 미치는 영향. 한국체육과학회지 19(1): 795-805.
9. 유리화. 2007. 산림치유 효과의 활용사례 및 적용. 국립산림과학원 산림과학논문집 제70호: 45-60.
10. 유용석. 2009. 오토캠핑객의 여가동기, 여가속성, 여가편익, 궁극적 가치사이의 영향관계 연구. 세종대학교 관광대학원 석사학위논문.
11. 정용각. 1997. 여가운동 참가자의 스포츠 참여동기, 각성추구, 정서의 요인이 스포츠 몰입행동에 미치는 영향. 부산대학교 박사학위논문.
12. 진영수. 2006. 등산의 건강학. 건강생활 2006년 봄호: 34-35.
13. 최길례. 2006. 가족의 여가 활동 유형과 여가 동기와의 관계. 한국사회체육학회지 26: 497-507.
14. 최병열. 2008. 생활체육 참여동기가 여가만족도에 미치는 영향. 순천향대학교 교육대학원 석사학위논문.
15. 최성범, 박승환. 2010. 여가동기의 유형이 여가관련도, 만족 및 참가지속의도에 미치는 영향. 한국여가레크리에이션학회지 34(3): 127-140.
16. 최종환, 신원섭, 노기택, 연평식. 2010. 산림 걷기 운동이 내당능장애와 인슐린 비의존형 당뇨병 노인 환자의 혈당치에 미치는 효과. 한국임학회지 99(1): 47-51.
17. 한상덕, 이상덕. 2010. 노년기여가로서 등산참가정도가 심리적 행복감과 참가지속에 미치는 영향. 한국사회체육학회지 40: 369-381.
18. 한상열, 최 관, 이주희. 2000. 산악형 국립공원의 방문객 동기요인과 유인요인의 검정. 한국임학회지 89(30): 356-367.
19. Crompton, J.L. 1979. Motivations for Pleasure Vacation. Annals of Tourism Research 6(4): 408-424.
20. Dann, G.M.S. 1981. Tourist motivation: An appraisal. Annals of Tourism Research 8(2): 187-219.

(2011년 3월 7일 접수; 2011년 4월 1일 채택)