

# 생활체육 참여자와 참여만족, 운동지속의사와의 관계 I (참여자의 성격을 중심으로)

이승은  
경기대학교

## Relations among Participants in Sport for all, Satisfaction of Participation and Intention to Adhere to Exercise I (A Study on Characteristics of Participants)

Sheng-Yen Lee  
Kyonggi University

요 약 이 연구는 생활체육 참여자의 성격 5요인과 참여만족 및 운동지속의사와의 관계를 규명하고자 수행되었다. 연구대상은 여가 생활을 목적으로 하는 생활체육참여자를 대상으로 하였으며, 자료 수집은 편의표본추출법을 사용하였으며 250부의 자료 중 최종분석에는 233부가 사용되었다. 수집된 자료는 SPSS 21.0을 이용하여 빈도분석, 상관관계 분석, 다중회귀분석, 위계적 회귀분석을 사용하여 분석하였다. 이와 같은 과정을 걸쳐 얻은 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 성격 5요인이 참여만족에 미치는 영향은 외향성이 심리적, 휴식적, 사회적, 신체적 만족에 정적인 영향을 미쳤다. 개방성은 휴식적 만족, 친화성은 사회적, 신체적 만족에 정적인 영향을 미쳤으며, 정서불안정성은 환경적 만족에 부적적인 영향을 미쳤다. 둘째, 운동지속의사에 영향을 미치는 성격 5요인과 참여만족의 위계적 분석에서는 외향성, 친화성의 순으로 영향을 미쳤으며, 참여만족은 사회적, 휴식적, 신체적 만족 순으로 운동지속의사에 각각 영향을 미쳤다.

주제어 : 생활체육 참여자, 성격 5요인, 운동지속의사, 참여만족, 참여자의 성격

**Abstract** The study was to research relations among 5 characteristic-factors of participants in sport for all, satisfaction of participation and intention to adhere to exercise. First, the implications of 5 characteristic-factors effect on satisfaction of participation are as blow. Extroversion has a positive effect on psychological satisfaction, satisfaction of relaxation, social satisfaction and physical satisfaction. Openness has a positive effect on satisfaction of relaxation and affinity has a positive effect on social satisfaction and physical satisfaction. Emotional instability has a negative effect on environmental satisfaction. Second, hierarchical regression analysis of 5 characteristic-factors effect on satisfaction of participation and intention to adhere to exercise is as follows. Characteristics-factors of participants have an effect on intention to adhere to exercise in order of extroversion and affinity. Satisfaction of participation has an effect on intention to adhere to exercise in the order of social satisfaction, satisfaction of relaxation and physical satisfaction.

**Key Words** : Participants in Sport for All, 5 Characteristic-Factors, Intention to Adhere to Exercise, Satisfaction of Participation, Characteristics of Participants

Received 9 August 2016, Revised 9 September 2016  
Accepted 20 October 2016, Published 28 October 2016  
Corresponding Author: Sheng-Yen Lee(Kyonggi University)  
Email: hercules7@hanmail.net

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

ISSN: 1738-1916

## 1. 서론

21세기는 좌업식 생활양식에 따라 갖가지 생활습관병에 현대인들은 늘 위협에 노출이 되어있다. 이러한 위협을 인지한 현대인들은 그것에 대한 해결책으로 다양한 생활체육에 참여하고 있다. 문명의 이기(利器)에 지친 현대인들에게 꼭 필요한 치료법이라 할 수 있는 '운동'이 우리 삶에 있어서 필수 조건으로 자리매김 했다는 것에는 그 누구도 이의를 제기 하지 못 할 것이다. 앞으로도 휴식과 같은 정적인 힐링보다 몸을 움직이는 동적인 힐링이 현대인들에게 더욱 매력적으로 다가 갈 것이며[1], 생활체육에 참가하는 인구는 더욱 늘어 날 것으로 보인다.

정부의 정책도 누구나 체육활동을 즐길 수 있는 여건을 조성하는 정책을 펼치고 있다. 학교 및 지자체 운동장 생활체육시설, 생활체육공원, 국민생활체육센터 확충 같은 '생활 공감형 체육시설 확충'으로 정책을 추진하고 있다[2]. 이러한 정책의 시류에 편승하여 1986년 국민 체육 활동 조사가 처음 시작된 이래 현재는 주 2~3회 참여하는 인구가 34.9%에 이르고 있으며 이것은 생활체육 선진국이라 할 수 있는 일부 유럽, 미주, 일본 등의 국가와 비슷한 수준이다[3]. 생활체육 참가에 대한 개인적인 필요성, 국가의 정책적인 지원 등 다양한 외부 요인은 긍정적인 방향으로 전개 되고 있다.

외부가 아닌 개인적인 부분에 있어서는 성격이 있다. 다른 사람과 구별 지어지는 자기만의 독특한 특성을 성격이라 하며 사람의 행동 양식을 예측할 수 있는 근거가 된다. Erich는 성격은 개인의 생각과 감정, 행동을 결정한다고 했으며, 개인을 심도 있게 이해하고자 한다면 다른 사람과 구별해 주는 성격을 이해하는 것이 중요하다고 했다[4]. 인간의 행동은 우연적이고 예측이 불가능한 것처럼 여겨지지만 사실 일정한 패턴을 가지고 있다[5, 6, 7]. 따라서 행동 패턴의 묶음이라 할 수 있는 성격을 파악한다는 것은 개인을 이해함이고 개인의 성향을 예측 할 수 있는 근거가 되는 것이다.

일반심리학에서는 성격을 다양한 방법으로 분류하고 있다. 유구한 시간동안 이어져 오다가 오늘날에 성격 분류의 한 틀로서 자리 잡은 에니어그램, 성격을 16가지 유형으로 제시한 MBTI(Myers-Briggs Type Indicator)가 있다[8,9]. 하지만 다양한 성격특성 분류에도 가장 효율적이고 체계적이라 할 수 있는 성격 분류는 성격 5요인 이

론이 주목 받고 있다[10]. 이 성격 5요인은 정서불안정성, 외향성, 개방성, 친화성, 성실성으로 구분 되어 있다[11, 12]. 이러한 구성요소로 되어 있는 성격 5요인은 조직 내 개인의 일치도, 기업종사원과 기업의 관계, 교사와 학생의 관계 등 다양한 분야에서 활용 되고 있다[13, 8, 14, 10]. 이것으로 보아 성격 5요인 구조는 개인의 특성을 예측하는데 매우 타당한 구조임을 알 수 있다.

전술한 바와 같이 외부적인 환경은 긍정적으로 변한 것임에 부인 할 수 없다. 하지만 생활체육 참가자 개인적인 특성에 관한 관심은 부족한 실정이다. 지금까지 생활체육 참가자들에 관한 연구를 살펴보면 동기, 환경, 중독, 자기효능감 등 피상적으로 드러난 심리요인으로 제한적인 면에서 이루어졌다[15, 16, 17, 18]. 또한 성과 연령 같은 너무 광범위한 범주 아래에서 이루어진 연구들도 있다[19, 20]. 이외에도 생활체육 참여자들을 대상으로 이뤄졌던 선행연구 대부분은 참가자 개인의 독특한 면면을 이해하기에는 부족한 것으로 사료된다.

개인의 특성을 이해하기 위한 성격에 관한 연구는 일부 연구자에 의해서 중요하게 다루어지기는 하였으나 엘리트 선수를 대상으로 우수선수와 비우수선수의 성격 특성을 구분 짓는 정도에 불과하였다[21]. 일반인들을 대상으로 한 연구에서는 생활체육 참여자와 비 참여자간에 정서적 차이를 규명한 연구, 성격이 여가행동예측에 영향을 미친다고 한 연구, 생활체육 참여자의 성격과 기본심리욕구와 운동결과 기대 예측성을 규명한 연구가 있기는 하였으나 급변하는 현대인들의 특성을 따라가기에는 부족한 실정이다[22,23,24].

앞서 성격은 개인의 특징적인 행동, 사고 패턴으로서 그 사람의 행동을 예측할 수 있다고 하였다. 즉 참여자 성격에 따라 만족하는 요인 차이가 있을 것으로 사료된다. 하지만 참여자의 성격과 생활체육 참여만족에 관한 연구는 전무한 것으로 판단된다. 참여만족에 대한 선행 연구를 살펴보면 외생변인으로 지도자 리더십, 서비스 품질, 환경요인, 참여동기, 참여정도 등으로 국한되어 있었다[25,26,27]. 삶의 만족, 직무만족, 전공만족도 등과 성격과의 관계를 지은 일반심리학 연구결과를 토대로 판단하여 보면 성격은 개인 만족도에 영향을 끼치는 중요한 인자이기에 체육학 분야에서도 연구 당위성이 있다고 사료된다[28,29,30].

한편, 다양한 변인들 간의 관계 분석으로 운동지속의

사에 관한 연구는 여러 결과물들을 제시하고 있다. 운동지속은 중도탈락과 대치되는 개념이다. 중도탈락에 관한 연구 중 운동 시작 후 6개월 이내에 중도탈락을 한다고 보고한 Berger, Pargman, Winberg의 결과는 조금 더 다양한 생활체육 참가자의 운동지속의사 원인 규명을 필요로 하는 반증이다[31]. 운동지속은 다양한 요인들 간의 상호작용으로 참가자들의 심리에 내재돼 가는 속성이다[32]. 이에 성격과 관계되어진 참여만족에 따라 운동지속의사 정도가 차이가 있을 것으로 사료된다. 생활체육 참가자들은 각자만의 특수한 만족감을 얻고자 운동에 참여하고 그 만족요인에 따라 운동에 대한 지속의사결정이 다르다고 판단되기에 본 연구의 필요성을 제기한다.

인간의 다양한 성격의 명확한 범주화를 통하여 성격에 따라 나타나는 참여만족을 분석하고 참가자들의 운동지속의사 결정에 영향을 미치는 참여만족요인은 무엇인지를 밝혀 운동지속을 연장 시키고 생활체육지도자와 상업스포츠 관계자들에게 긍정적인 방향을 제시하는데 그 목적이 있다. 본 연구의 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 문제를 설정하였다. 첫째, 생활체육 참여자들의 성격은 참여만족에 어떠한 영향을 미치는가? 둘째, 운동지속의사에 미치는 성격 5요인의 위계적 순서는 어떠한가? 셋째, 운동지속의사에 미치는 참여만족의 위계적 순서는 어떠한가?

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상

이 연구의 조사대상은 서울, 경기 지역 종합 스포츠 센터, 단일종목 전문 체육관 등에서 현재 생활체육에 참가하고 있는 참가자를 대상으로 하였다. 자료 수집은 2015년 7월초에서 8월초까지 1개월에 걸쳐 직접 지역을 방문하여 센터 및 체육관 담당자에게 수집 허락을 득한 후에 설문지 응답에 응한 대상자만을 대상으로 자기평가기입법으로 실시되었다. 실시된 설문지는 즉시 회수 하였으며 총 250부가 수집되었다. 수집된 표본 250부 중 불성실하게 응답이 된 표본 17부는 자료 분석에 제외되어서 233부가 최종분석에 사용되었다. 연구대상자의 일반적 특성은 <Table 1>에 제시되었다.

<Table 1> The General Characteristics of the Study Subjects

Characteristic	Division	Case number	Ratio(%)
Gender	Male	127	54.5
	Female	106	45.5
Age	20's	67	28.8
	30's	50	21.5
	40's	67	28.8
	50's	48	20.6
	60's	1	.4
Level of education (Graduate)	Middle School	12	5.2
	High school	79	33.9
	Junior College	36	15.5
	University	86	36.9
Income (More than Less than)	Graduate school	20	8.6
	2M of Less	54	23.2
Unit : Million Won	2M - 3M	54	23.2
	3M - 4M	47	20.2
	4M - 5M	56	24.0
	More than 5M	22	9.4

### 2.2 조사도구

성격 5요인 측정도구는 Costa와 McCrae가 개발한 NEO-PI-R 검사의 한국판 도구를 민병모가 조직과 개인 성격과의 관계 연구에서 사용한 측정된 도구를 사용하였다[12,33,8]. 성격 5요인 설문지는 정서적불안정성, 외향성, 개방성, 호감성, 성실성 등 5요인으로 구성되었으며, 각각 5문항씩 총 25문항으로 구성 되었다. 각 문항은 '매우 그렇다'(5점), '전혀 아니다'(1점), 5점 Likert 척도로 구성하였다. 참여만족의 측정도구는 Beard와 Ragheb가 참여만족 정도를 측정하기 위해 만든 LSS(Leisure Satisfaction Scale)를 김종길의 연구에서 사용한 도구를 사용하였다[34,35]. 참여만족의 측정도구는 심리적, 휴식적, 환경적, 사회적, 교육적, 신체적 만족 6개 요인으로 구성되었으며, 각각 4문항씩 총 24문항으로 구성 되었다. 각 문항은 '매우 그렇다'(5점), '전혀 아니다'(1점), 5점 Likert 척도로 구성하였다.

운동지속의사 측정도구는 Corbin과 Lindsey에 의하여 개발된 운동지속수행검사지(Exercise Adherence Questionnaire: EAQ)를 오수학, 송윤경, 김현정, 허미향, 조정환 등이 연구에서 사용한 측정도구를 사용하였다[36,55]. 운동지속의사 측정도구는 경향성(7문항), 가능성(4문항), 강화성(4문항)으로 총 15문항으로 구성되었다. 각 문항은 '매우 그렇다'(5점), '전혀 아니다'(1점), 5점 Likert 척도로 구성하였다.

### 2.3 조사도구의 타당도 및 신뢰도

본 연구에서 사용된 조사도구는 선행연구에서 체계적 오차 검증은 위하여 탐색적 요인분석을 통해 검증된 조사도구이다. 하지만 비체계적 오차 발생이 우려되기에 탐색적 요인분석과 내적일관성 지수(Cronbach  $\alpha$ ) 검사를 실시하였다. 탐색적 요인분석은 주성분 분석(Principle Component Analysis)과 직교회전방식(Varimax)을 채택하였다. 요인과 문항의 선정기준은 고유값(Eigen Value)은 1.0이상, 요인 적재값은 4.0 이상을 기준으로 하였다.

그 결과 성격 5요인을 측정 도구는 성실성 5번, 개방성 5번 등 2문항이 요인 적재값(Factor Loading)에 문제점을 나타내어 삭제되었다. 참여만족은 하위요인인 교육적 만족에 요인 적재값에 문제를 나타내어 5요인 20문항을 사용하였다. 또한 운동지속의사 도구는 요인 적재값에 문제를 보인 가능성 요인을 삭제하고 2요인(경향성, 강화성), 7문항으로 구성하였다. 신뢰도 검사에서는 성격 5요인이 .729~.876, 참여만족이 .824~.921, 운동지속의사가 .638~.827로 신뢰도에는 문제가 없는 것으로 나타났다.

### 2.4 자료처리

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 21.0을 이용하여 다음과 같이 처리 하였다. 첫째, 연구 대상자의 특성을 파악하기 위하여 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 조사도구의 타당도와 신뢰도 검증을 위하여 탐색적 요인분석과 Cronbach  $\alpha$  검사를 실시하였다. 셋째, 변인간의 상관관계와 회귀분석에서 다중공선성 여부를 판단하기 위해 상관관계 분석을 실시하였다. 넷째, 성격 5요인이 참여만족

에 미치는 영향을 알아보기 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 다섯째, 운동지속의사에 미치는 성격과 참여만족의 우선순위를 알아보기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 각 변인간의 상관관계

변수 간 다중공선성에 문제가 있을 경우 회귀식에 심각한 오류 가능성이 있다. 따라서 독립변인인 생활체육 참여자 성격 5요인과, 참여만족, 운동지속의사의 상관관계 분석을 실시하여 다중공선성 여부를 확인하였다. 그 결과 <Table 2>에 제시된 바와 같이 변인간의 상관관계가 0.9이하로 나타나 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 나타났다[37].

### 3.2 성격 5요인과 참여만족의 관계

<Table 3>은 성격 5요인과 참여만족의 관계를 알아보기 위하여 다중회귀분석을 한 결과이다. 먼저 성격 5요인은 심리적 만족에 12%, 휴식적 만족 13.3%, 환경적 만족 7.8%, 사회적 만족 12%, 신체적 만족은 14.9%의 설명력을 각각 나타내었다. 그리고 참여만족에 성격 5요인이 미치는 영향을 알아본 결과 심리적 만족에는 외향성( $\beta=.199, t=3.083$ -), 휴식적 만족에는 외향성( $\beta=.152, t=2.375$ -), 개방성( $\beta=.203, t=2.586$ -), 사회적 만족에는 외향성( $\beta=.240, t=3.708$ -), 친화성( $\beta=.227, t=3.285$ -), 신체적 만족

<Table 2> Correlations among 5 Characteristic-Factors, Satisfaction of Participation and Intention to Adhere to Exercise

variable	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1											
2	.134	1										
3	-.097	.222	1									
4	-.233	.063	.394	1								
5	-.109	.103	.533	.264	1							
6	-.094	.243	.234	.242	.198	1						
7	-.087	.365	.240	.251	.176	.467	1					
8	-.038	.241	.262	.194	.202	.539	.338	1				
9	-.054	.207	.312	.226	.208	.598	.313	.718	1			
10	-.147	.132	.223	.135	.143	.336	.331	.518	.418	1		
11	-.106	.246	.173	.270	.113	.475	.405	.495	.407	.425	1	
12	-.027	.267	.210	.278	.188	.478	.398	.542	.520	.425	.379	1

. $p < .05$ , . $p < .01$  1.Emotional Instability 2. Extraversion 3.Openness 4.Affinity 5.Sincerity 6.Tendency 7.Strength 8.Psychological S 9.S of Relaxation 10.Environmental S 11.Social S 12.Physical S

에는 외향성( $\beta=.239, t=3.751...$ ), 친화성( $\beta=.233, t=3.419...$ )이 정적인 영향을 미쳤으며, 환경적 만족에는 정서불안정성( $\beta=-.137, t=-2.068$ )이 부적으로, 개방성( $\beta=.162, t=2.008$ )이 정적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편, 회귀 모형의  $F$ 값은 모두 유의한 것으로 나타났고, 잔차의 상관관계로 회귀모형 적합도를 알아보는 Durbin-Watson 지수도 1이나 4에 가깝지 않고 2에 가까운 것으로 나타나 이상이 없는 것으로 나타났다.

<Table 3> Regression between 5 Characteristic-Factors and Satisfaction of Participation

	Variables	B	$\beta$	t
Psychological Satisfaction	Emotional Instability	-.016	-.020	-.301
	Extraversion	.213	.199	3.083..
	Openness	.135	.131	1.662
	Affinity	.114	.103	1.485
	Sincerity	.079	.082	1.114
$R=.346, R^2=.120, F=6.181...$ Durbin-Watson=1.795				
Satisfaction of Relaxation	Emotional Instability	-.018	-.022	-.345
	Extraversion	.159	.152	2.375..
	Openness	.204	.203	..
	Affinity	.127	.118	1.713
	Sincerity	.047	.050	.685
$R=.365, R^2=.133, F=6.973...$ Durbin-Watson=1.855				
Social Satisfaction	Emotional Instability	-.081	-.084	-1.297
	Extraversion	.294	.240	3.708...
	Openness	.016	.013	.170
	Affinity	.287	.227	3.285..
	Sincerity	.011	.010	.136
$R=.346, R^2=.120, F=6.181...$ Durbin-Watson=1.795				
Environmental Satisfaction	Emotional Instability	-.126	-.137	-2.068..
	Extraversion	.129	.110	1.659
	Openness	.183	.162	2.008..
	Affinity	.031	.026	.359
	Sincerity	.025	.024	.315
$R=.279, R^2=.078, F=3.825...$ Durbin-Watson=1.817				
Physical Satisfaction	Emotional Instability	.005	.007	.108
	Extraversion	.217	.239	3.751...
	Openness	.013	.015	.195
	Affinity	.219	.233	3.419...
	Sincerity	.077	.095	1.305
$R=.387, R^2=.149, F=7.977...$ Durbin-Watson=1.836				

. $p<.05$ , . $p<.01$ , . $p<.001$

### 3.3 성격 5요인과 운동지속의사의 위계적 관계

<Table 4>은 성격 5요인이 운동지속의사에 미치는 영향에 있어 그 위계적 순서를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과이다. 그 결과 외향성( $\beta=.244, t=3.903...$ ), 친화성( $\beta=.182, t=2.717...$ )의 위계적 순서로 유의한 영향을 미치는 것을 나타났다. 그리고 정서불안정성, 성실성은 위계적 모형에서 유의하지 않은 결과를 보였다.

<Table 4> Hierarchical Regression between 5 Characteristic-Factors and Intention to Adhere to Exercise

Model		Non-Standardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Probability
		SE	$\beta$		
1	Emotional Instability	.043	-.104	-1.590	.113
	Extraversion	.053	.304	4.809	.000
2	Emotional Instability	.041	-.146	-2.316	.021
	Extraversion	.053	.245	3.852	.000
3	Emotional Instability	.041	-.112	-1.799	.073
	Extraversion	.053	.245	3.852	.000
	Openness	.051	.238	3.760	.000
4	Emotional Instability	.041	-.076	-1.220	.224
	Extraversion	.052	.244	3.901	.000
	Openness	.054	.168	2.497	.013
	Affinity	.057	.186	2.775	.006
5	Emotional Instability	.041	-.073	-1.166	.245
	Extraversion	.052	.244	3.903	.000
	Openness	.061	.136	1.787	.075
	Affinity	.057	.182	2.717	.007
	Sincerity	.053	.064	.897	.370

$p<.05$ , . $p<.01$ , . $p<.001$

### 3.4 참여만족과 운동지속의사와의 위계적 관계

<Table 5>은 참여만족이 운동지속의사에 미치는 영향에 있어 위계적 순서를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시한 결과이다. 그 결과 사회적( $\beta=.285, t=4.803...$ ), 휴식적( $\beta=.243, t=3.286...$ ), 신체적( $\beta=.232, t=3.689...$ ) 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 심리적, 환경적 요인은 위계적 모형에서 유의하지 않은 결과를 보였다. 그리고 모형 설명력은 43.8%,  $F=35.198...$ , Durbin-Watson 지수는 2.026으로 나타나 1이나 4에 가깝지 않기 때문에 문안한 연구모형이라고 할 수 있으며[37], 위계적 회귀모형은 적합한 것으로 나타났다.

<Table 5> Hierarchical Regression between Satisfaction of Participation and Intention to Adhere to Exercise

Model		Non-Standardized Coefficients		t	Probability
		SE	β		
1	Psychological	.052	.514	9.090	.000
2	Psychological	.072	.267	3.422	.001
	Relaxation	.073	.344	4.405	.000
3	Psychological	.075	.202	2.452	.015
	Relaxation	.073	.329	4.242	.000
	Environmental	.053	.146	2.300	.022
4	Psychological	.074	.105	1.301	.195
	Relaxation	.070	.303	4.102	.000
	Environmental	.052	.077	1.249	.213
	social	.048	.306	5.044	.000
5	Psychological	.073	.050	.628	.530
	Relaxation	.069	.243	3.286	.001
	Environmental	.051	.042	.685	.494
	Social	.047	.285	4.803	.000
	Physical	.068	.232	3.689	.000

R=.662 R<sup>2</sup>=.438, F=35.198..  
Durbin-Watson=2.026

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

#### 4. 논의

생활체육 참가자들의 성격이 참여만족에 미치는 영향과 운동지속의사에 미치는 생활체육 참가자들의 성격과 참여만족에는 어떠한 위계적 관계가 있는지를 살펴본 결과 성격에 따라 참여만족에 일부 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 성격과 참여만족이 운동지속의사에 미치는 영향도 유의한 위계적 차이를 보였다. 그 결과를 바탕으로 이루어진 논의는 다음과 같다.

첫째, 생활체육 참가자들의 성격이 참여만족에 미치는 영향에 있어서는 심리적 만족은 외향성이 정적인 영향을 미쳤으며 휴식적 만족에는 외향성과 개방성, 사회적 만족에는 외향성과 친화성이 각각 정적인 영향을 미쳤고 환경적 만족에는 정서불안정성이 부적인 영향, 개방성이 정적인 영향을 미쳤다. 가장 특징적인 것은 외향성으로 분류된 참가자들이 거의 모든 참여만족의 심리적, 휴식적, 사회적, 신체적 만족요인에 정적인 영향을 미친다는 것이었다. 그리고 정서불안정성은 유일하게 환경적 만족요인에 부적인 영향을 미쳤으나 설명력은 매우 낮게 나타났다.

Costa & McCrae은 외향성 유형의 성격은 삶의 만족

도에 있어서도 정적인 영향을 미친다고 하였는데 전반적인 삶의 만족도에 긍정적인 사고를 가지고 있는 외향성은 운동참여만족에도 두루 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다[12]. 이것은 생활체육지도자는 외향성 성격 참여자에게 다양한 프로그램으로 접근을 하여서 참여자의 만족감을 확대 시킬 필요가 있는 것으로 판단되는 부분이다. 또한 사회적 교류와 친목을 도모함에 있어서도 만족감을 가진다는 사회적 만족에 정적인 영향을 미치는 것으로 보아 생활체육지도자를 비롯한 생활체육관계자들이 참여자들 간의 유대관계에 있어 연결고리 역할을 하여 다양한 교류와 관계를 이어간다면 생활체육참가자들의 만족도를 증가 시킬 수 있다고 사료된다.

비록 설명력은 약하게 나타났으나 정서불안정성 성격은 환경적 만족에 부적인 영향을 나타냈다. 이것은 운동 환경적인 부분에 만족 하지 못하는 것이므로 정서불안정성 참여자들에게는 잘 정돈된 장소 및 시설을 제공하는 것이 필요하다고 판단되는 결과이다.

참여만족 내지는 만족스럽지 못하게 여기는 부분은 개인에 따라 다양하게 나타난다고 밝힌 정찬수, 한광걸, 정찬수의 연구 결과는 본 연구의 결과와 맥을 같이하는 부분이다[38,39]. 또한, 개인의 정서, 참여 동기 등은 성격에 영향을 받는다[40, 41]. 이렇게 성격에 영향을 받은 정서, 참여 동기 등이 참여만족요인에 영향을 미친다고 여러 선행 연구들에 의해서 본 연구 결과는 지지된다 [42,43,44].

둘째, 운동지속의사에 영향을 미치는 성격, 참여만족의 위계적 차이를 알아본 결과, 성격은 외향성, 친화성이 유의한 위계적 차이를 나타냈으며 참여만족은 사회적, 휴식적, 신체적 만족 순으로 유의한 위계적 차이를 나타냈다. 우선 성격에 따른 위계적 차이는 모험심이 많고 활동성이 강한 외향적 성격이 운동지속의사를 확고히 가지고 생활체육에 참여하고 있는 것으로 판단된다.

이는 Diner와 Emmon가 외향적인 성격이 여가 활동 참여의사를 더욱 확고히 밝히고 있다는 연구에 의해 지지되며[45], 여가 활동의사를 예측할 수 있는 예측력이 있다고 보고한 연구에 의해서도 동일한 맥락으로 이해될 수 있는 결과이다[46,47]. 또 여성 유방암 환자를 대상으로 실시된 Rhodes, Courneya, & Bobick의 연구에 의하면 외향적 성격이 운동 실천 패턴이 더욱 일정하다고 하였는데 이 또한 본 연구가 지지된다고 할 수 있는 부분

이다[48]. 인간의 고유적 사고, 행동 패턴인 성격은 운동 지속의사까지 예상할 수 있다는 과거 선행 연구들을 재확인 할 수 있는 결과이며 그 입지를 더욱 확고히 하는 연구 결과로 사료된다.

그리고 참여만족이 운동지속의사에 미치는 위계적 차이는 사회적 만족이 가장 강하게 나타났는데 이것은 인간은 건강한 사회적 유대관계에서 행복감을 느끼고 그 동인(動因)이 운동지속에 강한 영향을 미친 것으로 판단된다. 건강한 사회적 유대관계는 사회적 지지로서의 의미도 가지는데 이 사회적 지지가 스트레스를 감소시키며 소진현상에도 긍정적인 의미를 가진다고 다양한 선행연구를 통해 파악할 수 있다[49,50]. 또한 사회적 유대관계가 생활체육 활동을 하는 일반 동호인들의 참여동기에 잘 부합된다고 한 한수련의 연구에 의해서도 지지된다. 특정 개별 종목에 관한 연구이지만 장승원은 댄스스포츠 참여 노인들을 대상으로 한 연구에서 친교능력, 협응성, 활동성으로 표현되는 사회적 만족이 운동지속의사에 직접적으로 연관이 있다고 보고하고 있으며 이외에도 본 연구결과를 지지하는 다양한 선행 연구를 찾아 볼 수 있다[51,52,53,54].

이러한 의미에서 생활체육참가자들은 사회적 지지와 유대를 느끼고 만족함으로써 운동지속의사를 유지하는 것으로 사료된다. 특히 이번 연구결과에서 신체적 만족보다 사회적 만족이 운동지속의사에 더 강하게 영향을 미치는 것은[56] 생활체육지도자나 관계자들이 더욱 주의 깊게 살펴 볼 필요가 있다. 생활체육지도자들은 참여자들의 신체적 건강과 함께 사회적 건강도 유념하여 관심을 하여야 할 것으로 보이는 연구 결과이다.

## 5. 결론

이 연구는 생활체육참가자의 성격 5요인에 따라 참여 만족에 어떻게 영향을 미치는지, 성격요인과 참여만족이 운동지속의사에 어떠한 위계적 차이로 영향을 미치는지 알아보고자 하였으며 다음과 같은 결론을 도출하였다. 첫째, 외향성은 심리적 만족( $\beta=.199, t=3.083$ ), 휴식적 만족( $\beta=.152, t=2.375$ ), 사회적 만족( $\beta=.240, t=3.708$ ), 신체적 만족( $\beta=.239, t=3.751$ ), 개방성은 휴식적 만족( $\beta=.203, t=2.586$ ), 친화성은 사회적 만족( $\beta=.227, t=3.285$ ),

신체적 만족( $\beta=.233, t=3.419$ ), 정서불안정성은 환경적 만족( $\beta=-.137, t=-2.068$ ) 요인에 부적영 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 성격은 운동지속의사에 외향성( $\beta=.244, t=3.903$ ), 친화성( $\beta=.182, t=2.717$ )의 순으로 유의한 위계적 순서를 가졌으며, 참여만족은 사회적( $\beta=.285, t=4.803$ ), 휴식적( $\beta=.243, t=3.286$ ), 신체적 만족( $\beta=.232, t=3.689$ ) 요인 순으로 유의한 위계적 순서를 가졌다.

인간의 행동은 본인의 성격적 특성과 매우 관련이 깊다. 본 연구의 결과 또한 그러함을 입증하는 결과이다. 생활체육지도자나 관계자들은 우선 참여자의 성격적 특성부터 이해하려는 노력이 필요하다. 성격에 따라 생활체육의 참여를 통해 얻고자 하는 부분이 각각 상이함이 본 연구의 결과를 통해 나타났기 때문이다. 생활체육에 참여하는 다양한 대상을 다양하게 이해하려는 노력이 필요함을 확인할 수 있는 연구 결과이다[57]. 하지만 연구대상의 제한적인 한계점으로 인해 깊은 사고의 과정이 필요한 성격 연구 결과의 해석에 주의를 요하며 다양한 연구방법론적 모색을 통해 개인의 심도 깊은 성격을 바탕으로 한 연구가 필요하다고 본다.

## REFERENCES

- [1] N. D. Kim, Trend Korea 2014. Seoul: Future Window, 2013.
- [2] Y. H. Shin, "Historical Processing of Korea Council of Sport for All through the National Sport Policy", Graduate School of Physical Education Korea National Sport University, 2011.
- [3] Academic-industrial Cooperation of Kwan-dong University, "National Federation of Sport for each event the national development plan", Seoul: National Life Sports, 2013.
- [4] Erich, F, "Escape from Freedom(S. H. Gim Station)", Seoul: Humanists (Additional nuclear power plants in 1942), 2012.
- [5] J. T. Kim, "The Theory of Inferior skill of Jung and the Utilization of Counseling and Psychological Treatment", Journal of the Korea Academy of Psychological Type, Vol, 2, No. 1, pp. 1-21, 1995.

- [6] Barrick, M. R., & Mount, M. K. "The big five personality dimensions and job performance: A meta-analysis". *Personnel Psychology*, Vol, 44, pp. 1-26, 1991.
- [7] Salgado, J. F, "The five factor model of Personality and job performance in the European community", *Journal of Applied Psychology*, Vol, 82, pp.30-43, 1997.
- [8] B. M. Min, "Five-factor model in the personal personality - and the concordance between the organization performing", doctorate thesis, Korea University, 2001.
- [9] S. R. Choi, "Temporal Study on the Relationship Between Personalities of MBTI and Those of Astrology", Changwon National University, 2010.
- [10] C. O. Lee, "Effects of Big 5 Personality Traits of hotel culinary employees and LMX on Innovative Behavior: Adjustment Effects of Organizational Commitment", *Hotel & Tourism, Hospitality Management* Dong Eui University, 2014.
- [11] Goldberg, L. R, "Language and individual differences: The big-five factor structure", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 59, No. 6, pp. 1216-1299, 1990,
- [12] Costa Jr, P. T., & McCrae, R. R, "Normal personality assessment in clinical practice, The NEO personality inventory," *Psychological Assessment*, Vol, 4, pp. 5-13, 1992.
- [13] Y. N. Kim, "The relationship between teacher's personality traits and the instructional satisfaction level of the students", Department of Education, Daejin University, 2012.
- [14] S. J. Bae, "The study on personality traits influence on organizational citizenship behavior", Dongshin University, 2014.
- [15] H. G. Kwak, "The Relationship Among Leisure Satisfaction, Self-efficacy and Social Adjustment in Participants of Leisure Sports", Department of Physical Education, Inha University, 2007.
- [16] S. H. Bang, "The relationship model of life sport participants' participation motive, leisure attitude, involvement and life satisfaction", Doctorate thesis, Chung-ang University, 2012.
- [17] L. Seul, J. H. Hong, K. W. Kim, "Experience of Addictive Exercisers under the Conditions of Exercise Deprivation", *Korean Society of Sport Psychology*, Vol 20, No 2, 129-143, 2009.
- [18] E. Y. Chun, "Actual Condition of Medical Neglect, and the Relationship between Exercise Addiction and Medical Neglect of Life Sports Participants", Department of Physical Education, Dankook University, 2012.
- [19] B. G. Park, "The Lifestyle of the Leisure Sports Participants", *Korean Journal of Physical Education*, Vol 36, No 2, pp. 2098-2104, 1997.
- [20] B. H. Park, S. Y. Lim, "The analysis relationship model: Between Rate of Participation of Senior in Exercise, Self-esteem, and Life Satisfaction", *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol 33, No 1, pp. 683-694, 2008.
- [21] C. H. Jeong, B. J. Kim, *Understanding of sports psychology*. Seoul: Keum-Gang, 2002.
- [22] C. H. Lim, W. G. Jeong, E. S. Yang, G. S. Kwon, "A Comparative estudy on personality traits of the life-physics between the participants and the non-participants", *Korea Sports Research*, Vol 10, No 4, pp. 83-92, 1999.
- [23] Y. J. Kim, J. Yoo, "A study on relationships between the NEO-PI-R and Leisure behavior predicted factors", *Journal of Sport and Leisure Studies*, **23**, pp. 527-537, 2005.
- [24] Y. H. So, "Relationship among Big-5 Personality Factors, Basic Psychological Needs, and Exercise Outcome Expectation of Life Sports Participants", *Korean Society of Sport Psychology*, Vol 24, No 1, 13-28, 2013.
- [25] M. K. Park, K. R. Kim, K. H. Oh, "The Relations between Exercise Commitment and Leisure Satisfaction Depending on Participation Degree of Badminton club members ", *Journal of Leisure and Recreation Studies*, Vol 34, No 3, pp. 83-93, 2010.
- [26] H. S. Shin, "Aerobics Participants' Flow Experience



- and Participation Satisfaction According to Environmental Factors”, *Journal of Leisure and Recreation Studies*, Vol 32, No 3, pp. 187-195, 2008.
- [27] Y. R. Jeong, S. B. An, D. G. Kim, “The Effect of Golf Practice Center Service Quality on Participation Satisfaction and Intention to Continue Exercise”, *Korean Professional Golfers Association*, Vol 7, No 2, pp. 34-43, 2013.
- [28] O. G. Kim, J. Y. Lim, “Effects of Individual-organization Personality Agreement using Five-factor Model on Hospital Nurses’ Job Satisfaction and Organizational Commitment”, *The Journal of Korean Nursing Administration Academic Society*, Vol 21, No 2, pp. 164-173, 2015.
- [29] J. H. Kim, E. M. Lim, “Exploring the Mediating Roles of Major Selection Type on the Relationship between Personality and Major Satisfaction”, *Journal of Career Education Research*, Vol 27, No 4, pp. 19-39, 2014.
- [30] G. D. Lee, J. E. Lee, “The Effects of Personality Factors and Organizational Identification on Life Satisfaction”, *Korea Research Academy of Distribution and Management*, Vol 18, No 3, pp. 5-16, 2015.
- [31] Berger, B. G., Pargman, D., & Winberg, R. S, “Foundations of exercise psychology”, Morgan Town, WV: Fitness Information Technology, 2002.
- [32] S. H. Hyun, “The Influence of Dance sport Fun Factors and Exercise Environment Satisfaction on Leisure Flow and Exercise Adherence”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol 45, No 4, pp. 103-112, 2006.
- [33] B. M. Min, K. I. Lee, J. J. Chang, “NEO Personality”, PSI Consulting: Seoul, 1997.
- [34] Beard, J. G., & Ragheb, M. G. “Measuring leisure satisfaction”, *Journal of Leisure Research*, 12, pp. 20-23, 1980.
- [35] J. G. Kim, “ A Study on Relations between the Participation Motivation of Users of Public Sports Facilities and Their Leisure Satisfaction, Customer Loyalty, and Community Attachment”, Department of Sports Sciences, Catholic University of Daegu, 2013.
- [36] Corbin, C. B., & Lindsey, R, “Concepts of physical fitness”. Dubuque, IA: Wm. C. Brown Communications, 1994.
- [37] J. J. Song, “SPSS / AMOS statistical analysis required for the thesis”, *Competition: Articles 21st Century*, 2012.
- [38] C. S. Jeong, “A Source of Enjoy and Worry in University P. E. Course”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, 22, 129-142, 2004.
- [39] G. G. Han, C. S. Jung, “Survey on Awareness of Cultural Physical Education Class in Universities”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, 21, pp. 165-175, 2004.
- [40] S. H. Song, D. H. Ha, H. J. Choi, “Study of correlation between personality and intrinsic-extrinsic motivation”, *The Korean Educational Research*, Vol 10, No 1, p. 125-150, 2004.
- [41] D. H. Ha, H. J. Cho, S. H. Song, “Study of correlation between personality and intrinsic-extrinsic motivation”, *Korean Educational Psychology Association*, Vol 17, No 4, pp. 1-21, 2003.
- [42] C. R. Kwak, H. S. Lee, “Study on the Influence ‘On-line’ based Leisure Activity Participation Motivation and Leisure Satisfaction : Focusing on Chinese Students in Korea”, *Tourism Institute of Northeast Asia*, Vol 7, No 2, pp. 25-16, 2011.
- [43] I. H. Park, S. C. Kim, “Study about Changes in Physical Self-Description and Factors through Yoga: Participation motivation, Satisfaction factor, Obstruction factor”, *Korean Society of Sport Psychology*, Vol 20, No 4, pp. 205-216, 2009.
- [44] J. S. Uh, G. Y. Jeong, “Effects of Participation Motivation in Leisure Sports Activities on Participation Satisfaction and Life Satisfaction among University Students”, *Research Institute of Curriculum and Instruction*, Vol 17, No 1, pp. 53-70, 2013.
- [45] Diner, E. & Emmons, R. A, “The independence if positive negative affect”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, pp. 1105-1117, 1984.

- [46] M. J. Kim, H. B. Song, "A Study on Relation Leisure Satisfaction and Leisure Activities preference related to Big-Five Personality", Korea Association of Travel Agents, 11, pp. 29-48, 2013.
- [47] Y. G. Jeong, "Relationship between Big-5 Factors and Affects of Participants in Leisure Sport and Exercise", Korean Journal of Physical Education, Vol 39, No 4, pp. 265-275, 2000.
- [48] Rhodes, R. E., Courneya, K. S., & Bobick, T. M, "Personality and exercise participation across the breast cancer experience", *Psycho-Oncology*, Vol 10 No 5, pp. 380-388, 2001.
- [49] David, E. A. & James, P. E, "Social Support and Principal Leadership Style: A means to reduce teacher stress", *Education*, Vol 105, No 3, pp. 372-332, 2001.
- [50] Ross, R. R., Altmaier, E. M., & Russell. D. W, "Job stress, social support, and burnout among counseling center staff", *Journal of Counseling Psychology*, Vol 36, No 4, pp. 464-470, 1989.
- [51] S. R. Han, "The relationship between psychological process factor and participation behavior of sports event participants", Department of Sports Andong National University, 2011.
- [52] S. W. Jang, "Relationship with the enjoyment source, involvement, leisure satisfaction and intention to exercise adherence of the old participants in Dance Sports", *Physical Education*, Dongduk Univercity, 2007.
- [53] H. J. Seo, Y. J. Kim, "The Relationships among Sport Participation, Athlete Satisfaction, and Intention to Sport Continuance and Withdrawal of Adolescent Athletes", *Korean Journal of Physical Education*, Vol 44, No 2, pp. 97-107, 2004.
- [54] S. H. Jeon, "A study on socio-psychological variables affecting exercise adherence behavior variables", *Korean Journal of Physical Education*, Vol 35, No 3, pp. 3142-3153, 1996.
- [55] S. H. Oh, Y. K. Song, H. J. Kim, M. H. Heo, J. H. Cho, "The Construct - Related Validation of An Exercise Adherence Questionnaire", *Korean Society of Measurement and Evaluation*, Vol 2, No 2, pp. 39-52, 2000.
- [56] Yoon seon-o, kim woo ho, "Convergent research on how golf affects the subjective happiness of mothers who have children with disabilities", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 6, No. 4, pp. 47-54, 2015.
- [57] Dong-Won Kim, "Wheelchair tennis has ever fusion of classroom participation of the physically disabled basic psychological needs and exercise emotional and exercise commitment", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 6, No. 4, pp. 15-23, 2015.

이 승 은(Lee, Sheng Yen)



- 2008년 2월 : 경기대학교 일반대학원 레저스포츠학과 (체육학 박사)
- 2009년 3월 ~ 2010년 2월 : 경기대학교 골프지도학 전공 겸임교수
- 2010년 9월 ~ 2011년 8월 : 경기대학교 스포츠 경영학과 겸임교수
- 관심분야 : 골프, 스포츠 마케팅
- E-Mail : hercules7@hanmail.net