

# 윈드서핑 참여자들의 참가동기가 몰입경험, 자아성취감 및 생활만족도에 관한 구조적 관계 모형 검증

문태영  
강원대학교 응급구조학과

## Test of a Model for the Structural Relationship of Participation Motivation to Flow Experience, Self-Achievement and Life Satisfaction in Windsurfers

Tae-Young Moon

Department of Emergency Medical Service, Kangwon National University

**요약** 본 연구는 윈드서핑 참가자의 참가동기가 몰입경험, 자아성취감 및 생활만족도에 관한 구조적 관계 모형 검증을 규명하는데 그 목적이 있다. 이를 위해 2016년 7월 5일부터 8월 20일까지 강원도 양양군 해수욕장에서 이루어지고 있는 윈드서핑에 참여하고 있는 성인 남녀 206명을 대상으로 조사하였다. 수집된 자료는 SPSS/PC+ 20.0 Version과 AMOS 16.0을 사용하여 통계분석을 하였다. 첫째, 윈드서핑 참가자의 참가동기가 몰입경험에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $t=18.156, p<.001$ ). 둘째, 윈드서핑 참가자의 참가동기가 자아성취감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $t=19.848, p<.001$ ). 셋째, 윈드서핑 참가자의 참가동기가 생활만족도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $t=8.219, p<.001$ ). 넷 번째, 윈드서핑 참가자의 몰입경험이 자아성취감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $t=9.769, p<.001$ ). 다섯 번째, 윈드서핑 참가자의 몰입경험이 생활만족도에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다( $t=16.033, p<.001$ ). 여섯 번째, 윈드서핑 참가자의 자아성취감이 생활만족에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다( $t=17.438, p<.001$ ). 이러한 결과들 기초로 윈드서핑 동호인들의 삶의 질을 높일 수 있는 방향을 제시하는 것이 필요할 것이다.

**Abstract** The purpose of this study was to establish a model for the structural relationship between the participation motivation and flow experience, self-achievement and life satisfaction in windsurfers. The subjects in this study were 206 selected male and female adults who windsurfed on a beach in Yangyang-gun, Gangwon Province. The statistical packages SPSS 20.0 and AMOS 16.0 were used to conduct the statistical analysis of the collected data. First, the participation motivation of the windsurfers exercised a significant influence on their flow experience( $t=18.156, p<.001$ ). Second, the participation motivation of the windsurfers had a significant impact on their self-achievement( $t=19.848, p<.001$ ). Third, the participation motivation of the windsurfers affected their life satisfaction in a significant way( $t=8.219, p<.001$ ). Fourth, the flow experience of the windsurfers impacted on their self-achievement in a significant manner ( $t=9.769, p<.001$ ). Fifth, the flow experience of the windsurfers had no significant impact on their life satisfaction( $t=16.033, p<.001$ ). Sixth, the self-achievement of the windsurfers didn't exert any significant influence on their life satisfaction( $t=17.438, p<.001$ ). The findings of this study can be used to help windsurfers improve their quality of life.

**Keywords** : Flow Relationship, Life Satisfaction, Participation Motivation, Self-Achievement, Windsurfer

---

2015년도 강원대학교 학술연구조성비로 연구하였음(관리번호 - 201510118)

\*Corresponding Author : Tae-Young Moon(Kangwon Univ.)

Tel: +82-33-540-3341 email: dems05@kangwon.ac.kr

Received June 2, 2017

Revised (1st July 19, 2017, 2nd July 27, 2017)

Accepted August 17, 2017

Published August 31, 2017

## 1. 서론

현대사회는 실용성이나 편리와 같은 물리적 측면의 소비보다 개인의 즐거움이나 특성에 맞는 욕구를 충족시키는 방향으로 변화하고 있다[1].

더불어 노동중심사회에서 여가중심 사회로 변화되면서 노동보다 스포츠를 중요시 하는 인식이 높아질 것으로 예상되는 것이 일반적인 견해[2]이며, 단조로운 일상 생활에서 벗어나 감각적인 경험을 추구하고 체력 및 심리적 욕구를 충족시키기 위한 수단으로 여가스포츠를 이용하고 있다[3].

최근 젊은층을 중심으로 다양한 모험스포츠로서의 참가가 증가하고 있지만, 불과 수년전까지만 하더라도 국내의 경우 암벽등반, 산악자전거, 스킨스쿠버 등과 같이 위험성이 높은 모험스포츠를 즐기는 사람들은 소수에 불과하였지만, 정보통신의 발달로 인하여 사람들 간의 정보 공유를 쉽게 만들었고 이러한 경향으로 인해 각종 모험 스포츠동호회가 급속히 증가하고 있다[4].

이러한 모형적 요소를 내포하고 있는 윈드서핑 스포츠 참가는 일상생활에서 벗어나 드넓은 바다에서 행해지는 대표적인 종목으로서 자연과 친화하며, 신체건강뿐만 아니라 정신적인 건강까지도 얻을 수 있는 대표적인 레저스포츠 종목 중에 하나이다. 이와 같이 윈드서핑 참가를 유도하기 위하여 먼저 이루어져야 할 것이 참가동기와 관련된 연구일 것이다. 동기란 어떤 목표를 향해 행동을 이끌어 내는 욕구를 의미한다[5]. 이러한 동기는 행동을 조절하는 것으로 생활체육과 관련하여 참가동기와 관련된 선행연구를 살펴보면 구교만[6]은 참가동기 중에서 외적동기에 주안점을 두고 연구를 수행하였으며, 그는 외적동기는 건강증진, 사교활동, 상금 등의 외부적 보상이 주어질 때 참여하게 되는 참가동기라고 정의하였다. 김형룡·박순문[7]은 생활체육 중에서 테니스 운동 종목을 대상으로 참가동기를 연구하였다. 이 외에 김현일·김경렬[8]의 연구가 있다.

생활체육과 관련하여 몰입경험과 관련된 선행연구를 살펴보면 박수정[9]은 여가스포츠 참여자들이 여가를 받아들이는 태도에 있어서 여가를 받아들이는 태도에 있어서 여가를 스트레스 해소나 신체활동에의 관심보다는 여가참가자의 참가동기와 몰입경험 간에 밀접한 관련이 있다고 하였다. 또한 박주영, 이준우[10]는 생활체육 중에서 재즈댄스 종목을 대상으로 참가자의 참가동기와 몰입

경험 간의 관련성을 규명하였다.

생활체육과 관련하여 자아성취감과 관련된 선행연구를 살펴보면 구교만[6]은 참가동기, 몰입경험이 자아성취감 간에 밀접한 관련성이 있다고 하였다. 함도웅[11]은 사회체육 참여동기가 사회관계망과 참여지속행동 및 자아성취감을 높여준다는 점을 강조하였다.

생활체육과 관련하여 생활만족도와 관련된 선행연구를 살펴보면 이상덕, 전민주[12]는 생활체육을 참가자의 참가동기, 몰입경험, 자아성취감 간에 인과관계가 있다는 점을 강조하였다. 운동 참여동기와 생활만족도 간의 관계에 대해서 임승규·석강훈·김주호[13]은 운동참여자의 참가동기가 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다.

이러한 추세에 윈드서핑 연구들이 증가함에 불구하고 이들의 행동적 특성과 관련된 참가동기, 몰입경험, 자아성취감, 생활만족에 관한 구조적 관계 모형 검증은 상대적으로 미비한 실정이다.

따라서 윈드서핑 동호인들의 특성을 이해 할 수 있는 기초자료를 마련하는데 목적이 있다.

이에 본 연구는 윈드서핑 참가자의 참가동기, 몰입경험, 자아성취감, 생활만족에 관한 구조적 관계 모형 검증을 분석하기 위하여 본 연구에서는 선행연구 및 관련이론을 통해서 연구가설을 설정하였다. 연구목적에 따라 연구모형은 Fig. 1과 같으며, 구체적인 연구 가설은 다음과 같다.

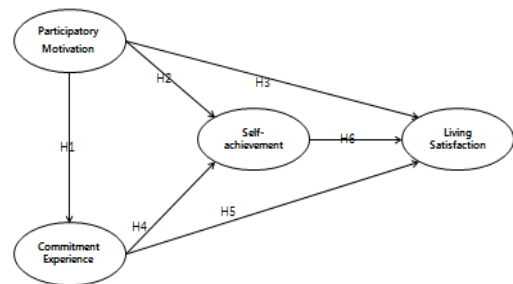


Fig. 1. Research model

가설1 : 윈드서핑 참가자의 참가동기가 몰입경험에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설2 : 윈드서핑 참가자의 참가동기가 자아성취감에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설3 : 윈드서핑 참가자의 참가동기가 생활만족에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설4 : 윈드서핑 참가자의 몰입경험이 자아성취감에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설5 : 윈드서핑 참가자의 몰입경험이 생활만족에 유의한 영향을 미칠 것이다.

가설6 : 윈드서핑 참가자의 자아성취감이 생활만족에 유의한 영향을 미칠 것이다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상

본 연구는 2016년 윈드서핑에 참여하고 있는 성인 남녀를 대상으로 모집단을 설정한 후 표집은 표본추출법 중 편의추출법(convenience sampling method)을 이용하여 표본을 추출하였다. 설문조사는 본 연구자를 포함하여 사전에 설문지에 관하여 교육을 받은 보조 조사원 3명이 강원도 양양군 한 해수욕장에서 윈드서핑이 진행되고 있는 곳을 방문하여 진행요원의 협조를 받은 다음 조사 대상자에게 배분한 다음 자기평가기입법을 통해 설문내용에 대하여 응답하도록 하고 설문지를 회수하였다. 표집한 전체 표본 230부의 설문지 중 불성실하게 응답했다고 판단되거나, 기입누락 등과 같은 연구 자료로 부적합한 설문지 24부를 제외한 총 206명을 실제 분석에 사용하였다. 구체적인 연구대상의 인구통계학적 특성은 Table 1과 같다.

Table 1. Research subjects general characteristics

Division	Item	n	%
Gender	man	124	60.2
	Woman	82	39.8
Age	20 or less	31	14.1
	20's	63	31.6
	30's	53	25.7
	Over 40	59	28.6
Education	Less than high school graduate	82	39.8
	University graduation	124	60.2
Job Type	Official	87	42.3
	Profession / Office	66	38.9
	Service / Sales	53	18.8
Whether or not	married	92	49.5
	single	114	50.5
Health status	Healthy side	131	63.6
	usually	63	30.6
	Bad side	12	5.8

본 연구의 조사대상자에 대한 성별별 분포를 보면 남자가 60.2%로 여자 39.8%보다 더 큰 비중을 차지하였으며, 연령별 분포를 보면 20대가 31.6%로 가장 높은 분포를 차지하였고, 다음으로 30대 25.7%, 40대 이상 28.6%, 20세 미만 14.1%순으로 각각 조사되었다. 교육정도별 분포를 보면 대졸이 60.2%로 가장 높은 분포를 차지하였으며, 다음으로 고졸이 39.8%로 각각 조사되었다. 직업 유형별 분포를 보면 공무원이 42.3%로 가장 높은 비중을 차지하였고, 전문직 및 사무직38.9%, 서비스/판매 18.8% 등의 순으로 각각 조사되었다. 결혼유무별 분포를 보면 미혼이 50.5%로 기혼 49.5%보다 더 큰 비중을 차지하였다. 건강상태별 분포를 보면 건강한 편이다 라고 답한 응답자가 63.6%로 가장 높은 비중을 차지하였고 보통이다 라고 답한 응답자는 30.6%, 나쁜 편이다 5.8%의 순으로 조사되었다.

### 2.2 조사도구

본 연구의 목적을 규명하기 위하여 측정하고자 하는 도구는 설문지이다. 본 연구에서 사용한 설문지는 국내외 선행연구에서 이미 설문지의 신뢰도 및 타당도 검증 실시하여 사용했던 도구 가운데 본 연구의 변인에 맞게 재구성한 설문지로 배경변인 성별, 연령, 교육정도, 직업유형, 결혼유무, 건강상태로 설정하였으며 각 변인에 대하여 각각 1문항씩 구성하였다.

참가동기의 측정을 위한 문항은 송원익 등[5]이 우리나라 실정에 맞게 재구성한 설문지를 사용하였다. 참가동기의 설문지는 구체적으로 건강지향형, 자기개발형, 사교지향형, 가정지향형, 취미오락형 다섯 가지 하위변인으로 5점 Likert척도로 된 20문항을 사용하였다.

몰입경험의 측정을 위한 문항은 Scanlan 등[14]의 SCM(Sport Commitment Model)을 기초로 이정호, 김재우, 박용범[15]이 우리나라 실정에 맞게 개발한 스포츠 몰입도 설문지를 사용하였다. 스포츠 몰입도 설문지는 구체적으로 인지몰입과 행위몰입의 두 가지 하위변인으로 5점 Likert 척도로 총 12문항을 사용하였다.

자아성취 측정도구는 지삼업, 이영경, 임연희[16]이 사용한 도구를 기반으로 본 연구의 목적에 맞는 변인들로 수정·보완하여 사용하였다. 설문지의 구성은 능력발휘, 능력개발, 자아실현의 3가지 하위변인으로 구성하였으며, 설문지는 5점 Likert 척도를 사용하였다. 생활만족 측정도구는 정운선, 고영완[17]이 한국어로 변안한 척도

를 사용하였다. 설문지의 구성 지표는 Table 2와 같다.

**Table 2.** Composition of questionnaire

Variable	Sub-factor	Number
Participation Motivation	Health Self	4
	Development	3
	Socializing	4
	Family	4
	Hobby/ Entertainment	5
Flow Experience	Cognitive Flow	8
	Behavioral Flow	4
Self-Achievement	Display of Ability	4
	Development of Ability	6
	Self-Realization	7
	Life Satisfaction	5
Total		54

### 2.3 설문지의 타당도 및 신뢰도

설문지를 구성한 후 본 연구자는 설문지의 변수의 조작적 정의에 대한 구성타당도(constrution validity)를 확보하기 위하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 탐색적

요인분석의 요인추출모델은 주성분분석(principal component analysis)을 사용하였으며, 직각회전 방식 중 베리맥스 (Varimax)방식을 사용하여 분석하였다. 이때 고유치 (eigen-values)는 1.0 이상으로 한정하고, 요인적재값 (factor loading)의 기준은 0.5 이상의 변인들을 기준으로 설정 하였다.

#### 2.3.1 참가동기에 대한 타당도 및 신뢰도

Table 3은 참가동기에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과, 20문항으로 요인을 추출하였다. 요인은 건강지향형, 자기개발형, 사교지향형, 가정지향형, 취미오락형 요인으로 명명되었으며, 5개의 요인이 전체 20문항 분산의 260.328%를 설명하였으며, 하위요인 요인적재 값은 .558 ~ .876 사이에 분포하였다. 신뢰도를 측정하기 위하여 문항내적 일치도를 측정하는 Cronbach's alpha를 이용한 신뢰도 분석 결과, 전체 참가동기의 신뢰도는 .823로 신뢰도가 높은 것으로 나타났다.

**Table 3.** Factor analysis and reliability analysis of participation motivation

Participation Motivation		Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Reliability
Q1. Health	To get rid of stress caused by daily life	.861					.565
	To prevent and treat obesity	.817					
	To maintain or promote physical fitness and health	.747					
	Because I felt I lacked exercise	.726					
Q2. Self Development	To acquire windsurfing skills I like		.883				.691
	To improve windsurfing skills better than others		.774				
	Because of the joy caused by improved skills		.727				
Q3. Socializing	Because it's possible to have a talk with colleagues after doing windsurfing			.750			.709
	Because it's easy to socialize with others through windsurfing			.748			
	To promote friendship with friends or colleagues			.726			
	To foster friendship with neighbors			.703			
Q4. Family	To windsurf with my family				.876		.689
	Because sport activities are helpful for family members to understand each other				.811		
	Because my family likes windsurfing				.789		
	Because it seems helpful to foster the harmony of family				.765		
Q5. Hobby/ Entertainment	For a change					.786	.730
	Because I am happy to windsurf					.741	
	To relieve the boredom of everyday life					.723	
	Because it makes me feel refreshed					.636	
	To make good use of free time					.558	
	Eigenvalue	1.771	1.856	2.102	2.228	2.364	.823
	Dispersion(%)	43.586	63.206	54.062	52.198	47.276	
	Accumulation(%)	43.586	106.792	160.854	213.052	260.328	

Q1 : Health, Q2 : Self Development, Q3 : Socializing, Q4 : Family, Q5 : Hobby/ Entertainment

### 2.3.2 생활만족에 대한 타당도 및 신뢰도

Table 4는 생활만족에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과 전체 문항의 분산 55.281%를 설명하였고, 하위 요인 요인적재 값은 .687~.788 사이에 분포하였다. 신뢰도를 측정하기 위하여 문항내적 일치도를 측정하는 Cronbach's alpha를 이용한 신뢰도 분석 결과, 전체 참가동기의 신뢰도는 .857로 신뢰도가 높은 것으로 나타났다.

### 2.3.3 자아성취감에 대한 타당도 및 신뢰도

Table 5는 자아성취감에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과, 17문항으로 요인을 추출하였다. 요인은 능력 발휘, 능력개발, 자아실현으로 명명되었으며, 3개의 요인이 전체 17문항 분산의 167.604%를 설명하였으며, 하위요인 요인적재 값은 .531~.879 사이에 분포하였다. 신뢰도를 측정하기 위하여 문항내적 일치도를 측정하는 Cronbach's alpha를 이용한 신뢰도 분석 결과, 전체 참

가동기의 신뢰도는 .851로 신뢰도가 높은 것으로 나타났다.

### 2.3.4 몰입경험에 대한 타당도 및 신뢰도

Table 6은 몰입경험에 대한 요인분석 및 신뢰도 결과, 12문항으로 요인을 추출하였다. 요인은 인지몰입과 행위몰입으로 명명되었으며, 2개의 요인이 전체 12문항 분산의 112.367%를 설명하였으며, 하위요인 요인적재 값은 .840~.874 사이에 분포하였다. 신뢰도를 측정하기 위하여 문항내적 일치도를 측정하는 Cronbach's alpha를 이용한 신뢰도 분석 결과, 전체 참가동기의 신뢰도는 .893로 신뢰도가 높은 것으로 나타났다.

## 2.4 자료처리방법

본 연구는 조사 목적의 달성하기 위하여 실시한 분석 방법은 다음과 같다. 수집된 자료는 Windows SPSS 21.0을 사용하여 일반적 특성에 대하여 빈도분석을 실시

Table 4. Factor analysis and reliability analysis of life satisfaction

Life Satisfaction		Life Satisfaction	Reliability
Life Satisfaction	I live up to my ideal in general.	.788	.857
	So far, I've achieved important things I've wanted to do.	.765	
	I am satisfied with my life.	.750	
	I will stick to my way to live even if I have a chance to live again.	.713	
	My current living conditions are quite good.	.687	
Eigenvalue		2.865	
Dispersion(%)		55.281	
Accumulation(%)		55.281	

Table 5. Factor analysis and reliability analysis of flow experience

Flow Experience		Cognitive Flow	Behavioral Flow	Reliability
Cognitive Flow	Windsurfing is a treasured part of my life	.870	.874	
	I am proud of windsurfing that I do.	.856		
	Windsurfing brings me a lot of happiness.	.762		
	Windsurfing is my favorite exercise.	.714		
	I will keep going windsurfing.	.701		
	I am always looking forward to going windsurfing	.658		
	I want to windsurf a lot if time permits	.626		
	I am sort of trying to get information on how to do windsurfing.	.587		
Behavioral Flow	I am happy when I think of windsurfing I enjoy.		.851	
	I feel proud of windsurfing I do.		.768	
	Sometimes I imagine I am very good at windsurfing.		.679	
	I tend to read a report on windsurfing, which I do, in a newspaper or magazine or to watch a related TV program first.		.617	
Eigenvalue		4.307	2.589	.893
Dispersion(%)		54.513	57.854	
Accumulation(%)		54.513	112.367	

Table 6. Factor analysis and reliability analysis of self-achievement

Self-Achievement		Display of Ability	Development of Ability	Self-Realization	Reliability
Display of Ability	Windsurfing doesn't get me to make good use of my inborn talent.	.879			.770
	I show only a little of what I can do when I do windsurfing.	.847			
	My good ideas about windsurfing aren't accepted.	.749			
	Windsurfing is not for me.	.638			
Development of Ability	I learn a lot from windsurfing about how to express myself.		.757		.766
	I improve my ability to overcome all difficulties through windsurfing.		.729		
	Windsurfing gives me a lot of chances to learn how to manage interpersonal relationships.		.716		
	Windsurfing is helpful for my development.		.698		
	I acquire lots of knowledge or skills from windsurfing.		.680		
Self-Realization	Windsurfing makes me read a lot of sport-related books.		.531		.878
	Windsurfing makes me find it rewarding to live.			.876	
	Windsurfing is an activity that I can do in my life.			.871	
	Windsurfing is an important part of my life.			.832	
	I have my own conviction when I do windsurfing.			.782	
	I will recommend windsurfing to others.			.726	
	Windsurfing is a medium for me to realize my ideal.			.687	
Windsurfing makes me stick to my view of life.			.666		
Eigenvalue		2.401	2.680	4.356	
Dispersion(%)		58.679	47.271	61.654	.851
Accumulation(%)		58.679	105.95	167.604	

하였으며, 타당도는 Varimax 회전에 의한 요인분석을 실시하였고, 척도의 신뢰도를 알아보기 위해 문항내적 일치도를 측정하는 Cronbach's alpha를 신뢰도 분석 (reliability analysis)을 실시하였다. 각 변수간의 관계를 살펴보기 위한 상관관계 분석을 실시하였다. 윈드서핑 참여자들의 참가동기, 몰입경험, 자아성취감, 생활만족 간의 인과관계 모형을 검증하기 위하여 구조방정식을 실시하였다. 모든 통계 분석은 유의수준은  $p < .05$ 로 설정하였다.

### 3. 연구결과

#### 3.1 상관분석

윈드서핑 참여자들의 참가동기, 몰입경험, 자아성취감, 생활만족을 설명하는 예측 설명력을 검증하기에 앞서 각 변수들간의 상관관계 분석을 위하여 Pearson의 적률 상관계수를 산출한 결과는 Table 7과 같다.

Table 7. Correlation among participation motivation, flow experience, self-achievement and life satisfaction

	Q1	Q2	Q3	Q4
Participation Motivation	1.0			
Flow Experience	.768***	1.0		
Self-Achievement	.589**	.697***	1.0	
Life Satisfaction	.446***	.589**	.673**	1.0

\*\*\*  $P < 0.01$

Q1 : Participation Motivation, Q2 : Flow Experience, Q3 : Self-Achievement, Q4 : Life Satisfaction

Table 7에 나타난 바와 같이 상관분석 결과 참가동기는 몰입경험, 자아성취감 및 생활만족에 양(+)의 상관관계가 있으며, 몰입경험은 자아성취감 및 생활만족에 양(+)의 상관관계와 자아성취감은 생활만족에 양(+)의 상관관계를 보였다. 독립변수간의 상관관계를 나타내는 다중공선상의 기준치인 .80보다 모든 변인에서 작게 나타났기 때문에 다중공선상의 문제가 없다고 사료된다.

#### 3.2 연구모형의 적합도 평가

본 연구에 관한 가설의 검정을 위하여 구조방정식 모

**Table 8.** The fi of the research model

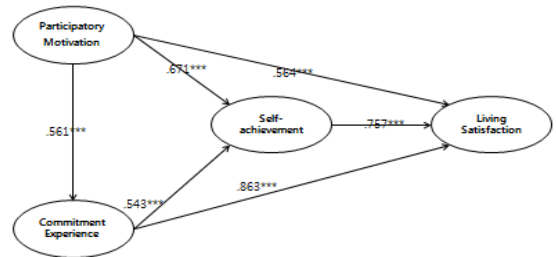
Fitness	X <sup>2</sup>	DF	P	GFI	AGFI	NFI	NNFI	CFI	RMR
Research model	122.405	39	.001	.987	.978	.991	.985	.995	.051

형을 이용하였다. 구조방정식 모형은 측정모형 (Measurement Model)과 이론모형(Structural Model)을 통해서 모형 간의 인과관계를 파악하는 방정식 모형의 의미한다. 결론적으로 구조방정식 모형은 인과분석을 위해서 요인분석과 회귀분석을 개선적으로 결합한 형태라 할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 구조방정식 모형을 위한 프로그램 중 하나인 AMOS(Analysis Structural Equation Modeling)를 이용하였으며 분석 결과를 살펴 보면 Table 8과 같다.

우선 카이제곱(X<sup>2</sup>) 통계량을 살펴보면, 카이제곱 통계량 값은 표본의 크기에 민감하게 반응하는데 표본수가 100-200이상으로 증가하면 모델이 적합하다는 귀무가설이 기각되기 쉽다. 이레 따라 타 적합도 기준을 살펴보았다. 적합도 지수는 .90 이상을 일반적인 기준으로 받아들이고 있으며, RMR는 .05-08 이하이면 모형이 적합한 수준으로 본 연구에서는 .08이하를 기준으로 사용하였다. 연구모형의 적합도 결과, GFI = 0.987, AGFI = 0.978, NFI = 0.991, NNFI = 0.985, CFI = 0.995, RMR = .051로 연구단위 적합도의 척도가 적절하게 구성되었다는 것이 증명되었다.

**3.3 가설검증**

윈드서핑 참가자의 참가동기, 몰입경험, 자아성취감 및 생활만족의 관계를 분석한 결과는 Table 9 및 Fig. 2와 같으며, 구체적인 내용은 다음과 같다.



**Fig. 2.** Results of a model in structural equation

첫째, 윈드서핑 참가자의 참가동기는 몰입경험에 영향을 미칠 것이다'라는 관계를 분석한 결과, 표준화계수는 .561, t값은 18.156로 참가동기는 몰입경험에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다(p<.001). 이에 본 연구에서 설정한 첫 번째 가설은 채택되었다.

둘째, 윈드서핑 참가자의 참가동기는 자아성취감에 영향을 미칠 것이다'라는 관계를 분석한 결과, 표준화계수는 .671, t값은 19.848로 참가동기는 자아성취감에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다(p<.001). 이에 본 연구에서 설정한 두 번째 가설도 채택되었다.

셋째, 윈드서핑 참가자의 참가동기는 생활만족에 영향을 미칠 것이다'라는 관계를 분석한 결과, 표준화계수는 .564, t값은 8.219로 참가동기는 생활만족에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다(p<.001).

**Table 9.** Results of research hypothesis

Theory	Route	Standardization factor	S.E	t-value	Result
H1	Participation Motivation→ Flow Experience	.561	.058	18.156***	selection
H2	Participation Motivation→ Self-Achievement	.671	.054	19.848***	selection
H3	Participation Motivation→ Life Satisfaction	.564	.069	8.219***	selection
H4	Flow Experience→ Self-Achievement	.543	.056	9.769***	selection
H5	Flow Experience→ Life Satisfaction	.863	.054	16.033***	selection
H6	Self-Achievement→ Life Satisfaction	.757	.043	17.438***	selection

이에 본 연구에서 설정한 셋 번째 가설도 채택되었다.

넷째, 윈드서핑 참가자의 몰입경험은 자아성취감에 영향을 미칠 것이다'라는 관계를 분석한 결과, 표준화계수 .543, t값은 9.769로 몰입경험은 자아성취감에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다( $p<.001$ ). 이에 본 연구에서 설정한 넷 번째 가설도 채택되었다.

다섯째, 윈드서핑 참가자의 몰입경험은 생활만족에 영향을 미칠 것이다'라는 관계를 분석한 결과, 표준화계수 .863, t값은 16.033로 몰입경험은 생활만족에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다( $p<.001$ ). 이에 본 연구에서 설정한 다섯 번째 가설도 채택되었다.

마지막으로 윈드서핑 참가자의 자아성취감은 생활만족에 영향을 미칠 것이다'라는 관계를 분석한 결과, 표준화계수 .757, t값은 17.438로 자아성취감은 생활만족에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 나타났다( $p<.001$ ). 이에 본 연구에서 설정한 여섯 번째 가설도 채택되었다.

#### 4. 논의

본 연구에서는 윈드서핑 참가자들의 참가동기, 몰입경험과 자아성취감 및 생활만족에 관한 구조적 관계를 규명하여 윈드서핑 동호인들의 특성을 이해 할 수 있는 기초자료를 마련하는데 목적이 있다. 그 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 윈드서핑 참가자들의 참가동기가 몰입경험에 영향을 분석한 결과, 참가동기 요인이 몰입경험에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 임정미, 임수원[18]의 연구에서 수상레저스포츠 참가자의 여가 참여동기와 여가몰입, 여가만족, 심리적 웰빙의 관계에서 참여동기가 여가몰입에 영향을 미친다고 보고한 내용과 부분적으로 일치한다. 또한 신석민, 이경렬[19]는 모험스포츠 참가자의 참여동기가 몰입행동에 중요한 변인으로 설명하고 있다는 연구결과로 본 연구를 지지하고 있다. 이러한 연구결과는 스포츠 활동 참가동기가 어떠한가에 따라 몰입경험 정도에 차이가 있음을 나타내고 있으며 참가동기는 몰입경험에 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있는 결과라 할 수 있다.

둘째, 윈드서핑 참가자들의 참가동기가 자아성취감에 영향을 분석한 결과, 참가동기가 자아성취감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 함도웅[11]의 생활체육 참가동기가 참가자의 능력개발향상에 기여함은 물론 자아성취감을 높여준다는 연구결과와 일치하고 있다. 또한 이상덕, 전민주[12]는 모험스포츠를 대상으로 한 연구에서 참여자의 참가동기가 자아성취감이 향상된다는 연구결과로 본 연구를 지지한다 하겠다. 따라서 생활체육에 참가하는 참가자의 자아성취감을 높이기 위해서 참가자의 참가동기를 유발하는 프로그램을 개발하여야 하겠다.

셋째, 윈드서핑 참가자들의 참가동기가 생활만족에 영향을 분석한 결과, 참가동기가 생활만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 문태영[4]의 연구 자연친화적 힐클라임 스포츠 참가자의 참가동기가 몰입경험, 자아성취감, 생활만족에 미치는 영향에서 참가동기가 생활만족에 영향을 미친다고 보고한 내용과 일치하고 있으며, 스포츠 활동 참가동기 요인과 생활만족도 분석에서 동기요인이 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다[20]는 연구도 본 연구결과를 지지한다. 또한, 김범식, 김관훈[21]의 연구에서도 스포츠참가 동기수준이 높을수록 생활만족수준이 높음을 나타냈다.

넷째, 윈드서핑 참가자들의 몰입경험은 자아성취감에 영향을 분석한 결과, 몰입경험은 자아성취감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 김윤원, 문태영[22]의 연구 수상인명구조 교육 참여 대학생들의 목표지향, 몰입경험 및 자아성취감에 관한 관계에서 대학생들의 몰입경험이 자아성취감에 영향을 미친다고 보고한 내용과 일치한다. 같은 맥락에서 김기용[23]은 몰입경험이 높을수록 자아실현이 높다고 하였다. 이것은 자기 자신에 대한 효능감과 인지적 신념이 강한 사람은 목표성취를 위한 도전과 극복의 정도가 크다고 언급하여 본 연구의 결과를 지지해주고 있다.

다섯째, 윈드서핑 참가자들의 몰입경험은 생활만족에 영향을 분석한 결과, 몰입경험은 생활만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 장봉우 등[24]의 연구에서는 동계스포츠 참가자의 몰입경험과 생활만족도에 대한 인과모형의 연구 결과와 일치하고 있으며, 김건철[25]의 연구에서는 모험스포츠 참가의 몰입경험이 생활만족에 영향을 미친다는 결과를 나타내 본 연구의 결과와 일치하고 있는 것을 알 수 있다. 또한 서수연[26]



의 연구에는 Csikszentmihalyi[27]가 개발한 몰입경험이 생활만족에 영향을 미친다는 연구 결과를 나타내고 있다. 따라서 몰입경험이 생활만족에 영향을 미친다는 본 연구의 결과를 지지하여 주고 있다.

여섯째, 윈드서핑 참가자들의 자아성취감은 생활만족에 영향을 분석한 결과, 자아성취감은 생활만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 김홍철, 박예슬[28]의 연구에서는 노인의 여가만족이 자아존중감 및 생활만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 자아성취감이 생활만족에 영향을 미친다는 본 연구의 결과를 지지하여 주고 있다. 이렇듯 윈드서핑을 함으로써 삶의 질을 향상시킬 수 있는 스포츠 활동으로 각광받고 있는 시점에서 더 많은 사람들이 참여할 수 있도록 유도하기 위해서는 윈드서핑을 즐길 수 있는 장소와 다양한 프로그램과 시설 및 지도자 육성에 힘을 기울여야 할 것으로 사료된다. 따라서 결과를 종합해 볼 때 윈드서핑에 참가하는 사람들에게 보다 흥미롭고 즐거움을 줄 수 있는 프로그램을 제공하여 생활만족과 성취감을 높일 수 있도록 지속적인 참여를 유도할 수 있는 노력을 기울여야 할 것이다.

## 5. 결론

본 연구는 윈드서핑에 참가한 대상자의 참가동기, 몰입경험, 자아성취감 및 생활만족에 관한 구조적 관계 모형 검증을 규명하기 위하여 강원도에서 실시하고 있는 윈드서핑 장소를 찾아 성인 남녀를 206명을 대상으로 조사하였다. 자료처리는 SPSS 20.1과 Amos 16.0을 사용하여 빈도분석, 신뢰도 분석, 상관관계 및 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 결과는 다음과 같다.

첫째, 윈드서핑 참가자의 참가동기가 몰입경험에 미치는 영향을 검증한 결과 윈드서핑 참가동기는 몰입경험에 영향을 미친다.

둘째, 윈드서핑 참가동기가 자아성취감에 미치는 영향을 검증한 결과 윈드서핑 참가동기는 자아성취감에 영향을 미친다.

셋째, 윈드서핑 참가자의 참가동기가 생활만족에 미치는 영향을 검증한 결과 윈드서핑 참가동기는 생활만족에 영향을 미친다.

넷째, 윈드서핑 참가자의 몰입경험은 자아성취감에

미치는 영향을 검증한 결과 윈드서핑 참가동기는 자아성취감에 영향을 미친다.

다섯째, 윈드서핑 참가자의 몰입경험은 생활만족에 미치는 영향을 검증한 결과 윈드서핑 몰입경험은 생활만족에 영향을 미친다.

여섯째 번째, 윈드서핑 참가자의 자아성취감은 생활만족에 미치는 영향을 검증한 결과 윈드서핑 자아성취감은 생활만족에 영향을 미친다.

이러한 결과들로 보아 윈드서핑 동호인들의 참여하여 삶의 질을 높일 수 있는 방향으로 정책을 펼쳐야 한다.

## Reference

- [1] C. S. Lee, "Package Design in an Era of Emotional Marketing A Study on QR Code", Dept. of Industrial Information The Graduate School of Dae-Jin University, 2014.
- [2] K. S. Lee, "A Study Difference between Young and Old Generation in Consumption Typology an Emotional Responses of Sports Consumption Experience", Department of Business Administration Graduate School of Chosun University, 2015.
- [3] K. B. Kim, M. H. Kim, J. H. Nam, "Verification of Relationship among Sensation Seeking, Flow and Exercise Emotion in Sport Climbing Club Members", Journal of Korean Physical Education Association for Girls and Women, vol. 25, no. 4, pp. 165-179, 2011.
- [4] T. Y. Moon, "Potential Effects of Nature-friendly Hill Climb Sportsmen's Participatory Motivation and Commitment Experience upon Their Sense of Self-achievement and Living Satisfaction", Journal of Korea Academia-Industrial cooperation Society, vol. 11, no. 1, pp. 352-360, 2010.
- [5] W. I. Song, J. T. Shin, S. S. Song, "The Relationship between Participation Motivation of the Windsurfing and Flow Experience", Korean journal of physical education, vol. 44, no. 6, pp. 1226-3028, 2005.
- [6] K. M. Koo, "The Relationships among Participation Motivation, Flow Experience and Self-fulfillment of Water Skiing Participants with Visual Disability", Korean journal of physical education, vol. 45, no. 5, pp. 113-121, 2006.
- [7] H. R. Kim, S. M. Park, "Study on the Relations between the Motivations to Attend Leisure Sports and the Fun of the Sports", Journal of Sport and Leisure Studies, vol. 24, pp. 517-528, 2005.
- [8] H. L. Kim, K. R. Kim, "Problems and problems of domestic water sports leisure sports", Journal of leisure and recreation studies, vol.22, no. 1, pp. 49-63, 2002.
- [9] S. J. Park, "The model building study of Flow Experience, Leisure Attitude and Serious Leisure Sports Experience by leisure participants", Korean journal of physical education, vol. 43, no. 6, pp. 719-727, 2004.

- [10] J. Y. Park, J. W. Lee, "The Relationship between degree of participation, Flow and Leisure Satisfaction in participation of Jazz Dance by Structural Equation Modeling", *The Korea Journal of Sports Science*, vol.15, no. 3, pp. 179-191, 2006.
- [11] D. W. Ham, "The Effect of Sports for all Participation Motivation on Social Networks and Participation Continuous Behavior", *Journal of Sport and Leisure Studies*, vol. 31, pp. 725-732, 2007.
- [12] S. D. Lee, M. J. Jeon, "The Effects among Participation Motivation, Flow Experience and Self-Achievement of Risk Sports Participants", *Korea sport research*, vol. 15, no. 4, pp. 343-352, 2004.
- [13] S. K. Lim, K. H. Seok, J. H. Kim, "The Relationship of Sport for All Participation Motivation and Leisure Satisfaction and Life Satisfaction in the Elderly People", *The Korean Journal of Sport*, vol. 9, no. 4, pp. 13-24, 2011.
- [14] T. K. Scamlan, P. J. Carpenter, G. W. Schmidt, J. P. Simon, B. Keeler, "An Introduction to the sport commitment model", *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 5, 1993.
- [15] J. H. Lee, J. W. Kim, Y. B. Park, "Relation among participation motive, sports immersion and participation satisfaction of skin scumarba's participants", *Journal of leisure and recreation studies*, Vol. 34, No. 3, pp. 115-126, 2010.
- [16] S. U. Ji, Y. K. Lee, Y. H. Lim, "An Effect of Dance-Majoring Middle/High School Students' Self-management competency on Self fulfillment", *Kprean Journal of Dance Education*, vol. 12, pp. 103-111, 2012.
- [17] W. S. Jeong, Y. H. Ko, " Research on the relation between kumdo training, mental health and life satisfaction", *The Korean Journal of Kumdo*, vol. 24, no. 1, pp. 35-53, 2014.
- [18] J. M. Lim, S. W. Lim, "Study on Relations Among Water Leisure Sports Participants' Leisure Motivation, Leisure Flow, Leisure Satisfaction and Psychological Well-being", *Korean journal of physical education*, vol. 53, no. 6, pp. 417-429, 2014.
- [19] S. M. Shin, K. Y. Lee, "The connectivity in female swimmers' participation motivation, exercise immersion, and leisure satisfaction", *Management education research*, vol. 70, pp. 261-280, 2011.
- [20] H. B. Kim, S. T. Kim, " Effects of Participation Motivation and Exercise Satisfaction of Sport for All Participants between Urban and Rural Areas on Life Satisfaction", *The Korea Journal of Sport*, Vol 15 No1, pp. 151-164, 2013.
- [21] B. S. Kim, K. H. Kim, "The Effect of the Organized Sport Participation on Life Satisfaction among Adults", *Korean journal of physical education*, vol. 36 No 3, pp. 46-55, 1997.
- [22] Y. W. Kim, T. Y. Moon, "Relationship of Goal Orientation, Flow Experience and Self-Accomplishment among College Students Receiving Lifeguard Education", *Journal of Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 33, no. 2, pp. 2214-2221, 2011. DOI: <https://doi.org/10.5762/KAIS.2011.12.5.2214>
- [23] K. Y. Kim, "Relationship between Participation on Adventure Sports, and Participation Degree, Flow Experience and Self-Achievement", *Journal of Sport and Leisure Studies*, vol. 33, no. 2, pp. 1133-1143, 2008.
- [24] B. W. Jang, S. W. Lee, J. B. Kim, H. H. Lee, S. J. Oh, B. L. Yun, H. N. Yun, T. Y. Jang, D. S. Han, "Analysis of Cause and Effect for Participants' Life Satisfaction in Winter Leisure Sports", (*Korean Society of Sport Psychology*, vol. 19, no. 2, pp. 215-231, 2008.
- [25] K. C. Kim, " A Study of the Flow Experience and Life Satisfaction in Risk Sports Participants", *Journal of Sport and Leisure Studies*, vol. 12, pp. 423-431, 1999.
- [26] S. Y. Sen, "The relationship between goal orientation, flow experience, leisure experience and life satisfaction", *Department of physical education Graduate School of Yong-In University*, 2006.
- [27] Csikszentmihary, M *Beyoun Boredom Anxiety*. SanFrancisco, CF:Jossey-Bass, 1975.
- [28] H. S. Kim, Y. S. Park, "Differences in Campus Life Satisfaction and Self-Achievement based on Sport Club Participation among College Students", *Journal of leisure and recreation studies*, vol. 34, no. 3, pp. 335-500, 2010.

문 태 영(Tae-Young Moon)

[정회원]



- 1993년 2월 : 국민대학교 체육학과 (운동생리학 체육학석사)
- 2000년 2월 : 명지대학교 체육학과 (이학박사)
- 2005년 3월 ~ 현재 : 강원대학교 응급구조학과

<관심분야>  
보건학·건강증진