

파크골프 참여에 대한 재미요인 인지가 심리적 행복감 및 행동 의도에 미치는 영향 : 뉴실버세대를 중심으로

김우식[†]

서원대학교 레저스포츠학부, 조교수
(2024년 3월 25일 접수: 2024년 6월 17일 수정: 2024년 6월 18일 채택)

The Effects of Perception of Fun Factors for Participation in Park Golf on Psychological Happiness and Behavioral Intentions : Focusing on the New Silver Generation

Woo-Sik Kim[†]

*School of Leisure Sports, Assistant Professor, Seowon University, Chungbuk, Korea
(Received March 25, 2024; Revised June 17, 2024; Accepted June 18, 2024)*

요약 : 본 연구에서는 대표적인 실버스포츠로 자리매김하고 있는 파크골프가 지닌 재미요인이 심리적 행복감 및 행동 의도에 어떠한 영향 관계가 있는가를 규명하기 위해 2023년 9월 16일부터 12월 10일까지 충청권에 거주하는 뉴실버세대 총 255명을 분석하였다. 첫째, 재미요인은 심리적 행복감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 재미요인은 행동 의도에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 마지막으로 파크골프 참여자의 심리적 행복감은 행동 의도에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 실제 파크골프 참여자들은 재미 요소에 따라 심리적 행복감을 느끼고, 차후 행동에도 관계가 있음을 연구 결과를 통해 알 수 있었다. 이전과 다른 뉴실버인들의 행동을 범위를 파악하고, 참여를 독려할 수 있는 맞춤형 프로그램 제공이 요구 되는 시점임을 인지하여 생활체육으로서 활성화가 될 수 있는 방안제시 역시 강구 해야 할 것이다.

주제어 : 뉴실버세대, 파크골프, 재미요인, 심리적행복감, 행동의도

Abstract : In this study, a total of 255 New Silver Generations residing in Chungcheong Province were analyzed from September 16 to December 10, 2023 to find out how the fun factors of park golf, which has established itself as a representative silver sport, affect psychological well-being and behavioral intentions. First, it was found that the fun factor had an effect on psychological well-being. Second, it was found that the fun factor influenced the behavioral intention. Finally, it was found that the psychological well-being of park golf participants had a significant effect on the intention of action. In fact, it was found through the results of the study that park golf participants felt

[†]Corresponding author
(E-mail: woo1409@seowon.ac.kr)

psychological well-being according to the fun factor and were also related to future actions. Recognizing that it is the time when it is required to understand the range of New Silver people's behavior and provide customized programs to encourage participation, it is also necessary to devise a plan to activate it as a daily sport.

Keywords : New Silver Generation, Park Golf, Fun Factors, Psychological Happiness, Behavioral Intentions

1. 서론

1.1. 연구의 필요성 및 목적

실버세대들의 급증은 오늘날 중요한 이슈가 되고 있다. 이러한 실버세대는 퇴직 후 여가시간이 늘어남에 따라서 스포츠 활동을 통해 건강한 삶과 즐거움을 찾고 있으나 체력적인 한계로 인해 다이나믹 한 스포츠보다 체력소모가 비교적 적은 스포츠를 선호한다. 특히나 골프를 했던 사람들은 체력적인 소모가 많지 않은 파크골프로 전환하는 경우가 높은 편이며, 건강관리 차원으로도 파크골프가 큰 주목을 받고 있다[1]. 이러한 맥락에서 파크골프(Park golf)는 공원과 골프가 합쳐진 합성어로서 좁은 부지에서도 행할 수 있도록 만들어진 지상 운동으로, 공원이나 소규모 녹지 공간에서 즐길 수 있는 친환경적 장점이 있다. 그리고 자연환경에서 휴식을 취할 수 있으며, 심리적 안정에 긍정적인 영향을 주는 건강증진 활동이라 할 수 있다[2].

이와 같은 파크골프는 접근성이 좋고, 자연 친화적이며 부상의 위험이 없다. 또한, 골프에 비해서 이용료가 저렴하며, 장비가 간단하고, 기술의 난이도가 높지 않다는 점에서 실버세대들에게 폭발적인 인기가 있다[3]. 이처럼 파크골프는 골프를 축소한 것으로서 자연에서 지인 또는 가족들과 함께 운동을 즐기는 재미 요소를 지니고 있어 이를 즐기는 인구가 빠르게 증가하고 있는 추세이다[4].

실제로 스포츠 활동을 통해 이루어지는 재미라는 것이 어떠한 목적을 통해 얻어지는 만족으로서 좋은 시간을 보낸다는 긍정적인 감정으로 해석할 수 있다. 이러한 재미는 자발적으로 참여하고 목적이 달성되면 이는 더욱 강화된다[5]. 즉, 재미만 스포츠를 참여할 때 느끼는 긍정적인 즐거움으로써 스포츠를 참여할 때 보다 더 긍정적인 만족감을 경험하게 한다[6]. 이와 같은 재미는

스포츠를 구성하는 요소에서 다양하며, 많은 재미요인이 스포츠 종목 및 참여수준과 관계없이 일관적인 형태로 나타나고 있다. 이는 재미요인이 신체활동 참가의 매우 중요한 동기적 요인으로 작용한다는 것을 유추해 볼 수 있으며, 스포츠 종목과 참여수준 및 문화적 배경이 관계하지 않는 일관성을 보이고 있다[7]. 특히, 신체 운동은 대인 관계를 원활하게 하여 부정적인 정서를 감소시키며, 행복감의 수준을 높여준다[8]. 그리고 스포츠를 통해 경험한 재미는 참여자의 행복감에 많은 기여를 하는 것으로 잘 알려져 있다[9].

이러한 심리적 행복감(psychological happiness)은 능동적이거나 적극적으로 신체활동을 하는 사람들이 활동 후 느끼는 긍정적인 감정 상태로서 욕구 충족에서 발생하는 유쾌한 감정과 도취감 및 만족감 등으로 정의되며[10], 인지적 또는 정서적 상태를 긍정적으로 유지하는 즐거움으로서 다양한 요인들이 통합되어 나타나는 심리상태를 말한다. 즉, 능동적인 신체활동에 참여한 후에 지속적으로 나타나는 정서적 반응 중의 하나인 쾌락적인 즐거움 또는 감정 호전 현상을 의미한다[11]. 이에 최현희,곽정현(2020)[12]은 필라테스 참여자를 대상으로 연구하였고, 그 결과 심리적 행복감은 즐거운 감정 상태를 형성하여 운동을 지속시키는 행동적 요소에 중요하게 작용 된다.

운동지속(exerciseadherence)이란 운동에 참여하여 꾸준히 운동을 수행하는 것으로서 집착 또는 지속을 의미하며, 운동 시간, 운동 빈도, 운동 강도 등을 지속적으로 참가하는 것을 말한다[8]. 또한, 스포츠 활동을 지속적으로 참여하고, 열의 또는 애착을 갖고 행하는 심리적인 태도를 의미한다[13]. 이러한 운동지속은 타인에게 받는 인정이나 사교 등을 통하여 경험하는 재미요인에 따라 긍정적인 운동지속 효과가 나타난다[14]. 이와 관련하여 김점순, 홍상욱(2023)[15]은 스포츠에 대한 재미를 느끼지 못할 경우 스포츠 프로그램

을 중도 포기하는 경우가 빈번히 발생된다고 언급하였다. 또한, 김연정, 강현옥(2020)[16]은 자신의 건강한 생활을 위하여 스포츠 활동에 지속적으로 참여하면 심리적 행복감이 향상된다고 보고한 바 있다. 파크골프의 경우 신체활동이 줄어들고, 늘 같은 일상이 반복되어 심리적 행복감이 감소하는 뉴실버세대에게 있어 본 활동은 차후 행동적 요소 역시 함양되어 있음을 판단해 볼 수 있다. 다시말해, 신체적 건강과 행복감을 향상시키기 위해 운동과 스포츠 활동이 필요하고, 특히나 실버인에게 지속적으로 운동을 할 수 있는 방안을 모색할 필요가 있다. 따라서 선행연구 고찰을 통해 파크골프의 재미요인과 심리적 행복감 및 행동 의도의 관계를 살펴보고자 다음과 같은 가설을 설정하였다.

1.2. 연구가설

본 연구는 실버스포츠인 파크골프의 재미요인, 심리적 행복감 및 행동 의도 간의 영향 관계를 규명하기 위하여 다음과 같은 가설들을 설정하였다.

- 1) 파크골프 재미요인과 심리적 행복감의 관계
송홍락, 유원용(2014)[17]은 체육활동의 재미요소가 행복감에 긍정적인 영향을 준다고 주장하였다. 또한, 다양한 재미요인은 경쟁 및 시합 등의 신체활동을 통해 경쟁적 활동에서 나타나는 행복감 역시 언급하였다. 그리고 이문숙 및 권인선(2020)[18]은 노인의 참여 수준에 적합한 환경을 제공하게 되면 활동에 대하여 재미를 느끼며, 그로 인해 심리적 행복감을 촉진 시키게 된다고 주장하였다. 이에 김현주(2023)[19]는 재미요인이 심리적 행복감을 설명하는 중요한 기재라고 하였으며, 여가 활동에서 동호인들의 심리적 행복감을 향상하기 위해서는 자유롭고 재미있는 분위기 조성이 바탕이 되어야 한다고 시사하였다. 또한, 권기일, 양대승, 김우원(2014)[20]과 이선희, 곽정현, 석류(2020)[21]의 연구에서 재미요인이 심리적 행복감에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였다.

연구가설 1: 파크골프의 재미요인이 심리적 행복감에 유의한(+) 영향을 미칠 것이다.

- 2) 파크골프 재미요인과 행동 의도의 관계
재미란 운동을 지속하는데 원동력이 되는 요인으로서 다양한 재미를 찾을 수 있는 전략이 필요

하다[22]. 이에 김범준, 신진이(2017)[23]는 재미가 성취감 및 사회성 등에 긍정적으로 작용하여 운동지속에 영향을 미친다고 주장하였고, 이동준, 황지현(2018)[24]은 재미가 운동만족 형성에 중요한 선행변인이 되어 운동지속에 영향을 미친다고 언급하였다. 그리고 김병준, 성장훈(1996)[25]은 스포츠에서의 재미는 사소한 체험이 아니라 지속적 참여를 결정짓는 핵심적인 요인으로 보고하였다.

연구가설 2: 파크골프의 재미요인이 행동 의도에 유의한(+) 영향을 미칠 것이다.

3) 심리적 행복감과 행동 의도의 관계

도금석과 조선령(2016)[26]은 퍼스널 트레이닝 참여자의 심리적 행복감은 운동지속에 긍정적인 영향을 미친다는 결과에 도출하였고, 또한 양지승, 엄진중(2021)[27]은 지속적인 스포츠 활동을 통하여 심리적인 행복감을 느끼게 만든다고 주장하였다. 송현직, 서미진, 김명미, 임승현(2017)[28] 역시 심리적 행복감은 운동을 지속하는 중요한 요인이 된다고 언급하여 이와 관련하여 강수택, 정철규(2015)[29]은 심리적 행복감과 긍정적인 삶의 자세는 연관성이 존재한다 보고하였다.

연구가설 3: 파크골프 참여자의 심리적 행복감은 행동 의도에 유의한(+) 영향을 미칠 것이다.

2. 연구방법

2.1. 조사대상

본 연구는 2023년 9월 16일 ~ 12월 10일까지 충청권(대전, 세종, 청주)에 거주하면서 파크골프를 참여하고 있는 뉴실버세대를 선정하였으며, 비확률 표본추출법(Non-probability Sampling Method)을 활용하여 총 255명의 특성을 분석한 결과 성별은 남성 144명(56.5%), 여성 111명(43.5%)으로 나타났고, 연령은 59세 이하 11명(4.3%), 60-64세 79명(31.0%), 65세 이상 165명(64.7%)으로 나타났다. 파크골프 횟수는 주 1회 72명(28.2%), 주 2-3회 118명(46.3%), 주 4-5회 60명(23.5%), 주 6-7회 5명(2.0%)으로 나타났고, 파크골프 기간은 1개월 미만 8명(3.1%), 2-3개월 20명(7.8%), 3-6개월 72명(28.2%),

1-3년 83명(32.5%), 3년 이상 72명(28.2%) 순으로 나타났다.

2.2. 조사도구

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 설정한 요인들은 다음과 같다. 재미요인은 정유미(2020)[14], 김점순, 홍상욱(2023)[15], 이선희,곽정현, 석류(2020)[21]를 기초로 김근국, 김만수, 김범준(2015)[9]이 활용한 척도를 통하여 총 3개 요인 12문항으로 구성하였다. 또한 심리적 행복감에 관한 척도는 김병윤, 김우식(2022)[13]과 김현주(2023)[19]의 연구 결과와 김연정, 강현욱(2020)[16]이 사용한 척도를 재구성하여 4개요인 20문항을 구성하였다. 마지막으로 행동 의도는 도무환(2023)[30], 김현성, 김지태(2020)[31], 양지승, 엄진중(2021)[27]이 사용한 척도에서 8문항을 추출하였으며, 구체적인 내용은 <Table 1>과

같다.

2.3. 신뢰도 및 타당도 검증

본 설문지에서 사용한 측정문항의 신뢰도 분석을 실시한 결과 모든 요인의 Cronbach's α 값이 .880에서 .969 사이로 나타나 기준값인 .60보다 모두 높은 값을 보여 내적일관성이 충족되었다. 또한 확인적 요인분석 결과 CMIN=27.760 ($df=23$, $p=.001$), CMIN/ $df=1.207$, RMR=.022, GFI=.977, AGFI=.956, CFI=.994, NFI=.968, TLI=.991, RMSEA=.029로 나타나 측정모델의 적합성을 확보하였다. 또한, 측정도구 각 문항의 표준화된 요인적재량은 .575에서 .858 사이로 나타났다으며 개념신뢰도인 CCR 값이 모두 .70 이상 그리고 AVE 값이 모두 .50 이상으로 나타나 측정문항의 집중 타당성이 확보되었다.

Table 1. Contents of the survey tool

Variables	sub factor and Contents	Question number
Classification	Gender, Age, Count, Period	5
Fun Factors	Health promotion, Sense of accomplishment, Sociality	12
Psychological Happiness	Absorbed, Pleasure, Self-actualization, Confidence	20
Behavioral Intentions	the continuation of exercise, Exercise recommendation	8
Sum		45

Table 2. Results of confirmatory factor analysis

	Items	Estimate	S.E	C.R.	CCR	AVE	Cronbach's α
Fun Factors	Health promotion	.679			.763	.519	.880
	Sense of accomplishment	.575	.120	6.116***			
	Sociality	.650	.155	6.239***			
Psychological Happiness	Absorbed	.850			.927	.762	.969
	Pleasure	.757	.061	13.835***			
	Self-actualization	.858	.063	16.550***			
	Confidence	.842	.072	16.179***			
Behavioral Intentions	the continuation of exercise	.756			.702	.542	.912
	Exercise recommendation	.661	.240	4.002***			

CMIN=27.760($df=23$, $p=.001$), CMIN/ $df=1.207$, RMR=.022, GFI=.977, AGFI=.956, CFI=.994, NFI=.968, TLI=.991, RMSEA=.029

*** $p<.001$

Table 3. Results of correlation

Factor	M±SD	1	2	3
1. Fun Factors	4.18±.622	<u>.519^a</u>		
2. Psychological Happiness	4.37±.726	.222 ^{***}	<u>.762</u>	
3. Behavioral Intentions	4.24±.799	.209 ^{**}	.241 ^{***}	<u>.542</u>

** $p < .01$, *** $p < .001$

Table 4. Results of structural equation model

CMIN(p)	df	CMIN/ df	RMR	GFI	AGFI	CFI	NFI	TLI	RMSEA
34.368 (.001)	24	1.432	.024	.972	.947	.987	.960	.981	.041

Table 5. Results of hypothesis test

	Route	Estimate	S.E	C.R.	Hypothesis
H1	Fun Factors → Psychological Happiness	.280	.101	3.333 ^{***}	selection
H2	Fun Factors → Behavioral Intentions	.225	.116	2.273 [*]	selection
H3	Psychological Happiness → Behavioral Intentions	.259	.083	3.005 ^{**}	selection

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

또한, 판별타당성을 검증하기 위하여 <Table 3>와 같이 3개의 잠재변수 간의 상관계수와 AVE 제곱근의 값을 제시하였다. 판별타당성 검증은 평균분산추출값(AVE)이 개념들 간의 상관관계 수의 제곱근보다 높게 나타나는 경우 판별타당성이 충족되는 것으로 판단하게 되는데, 가장 높은 상관계수인 심리적 행복감과 행동 의도 간의 상관계수 제곱 값은 .058이고, 가장 낮은 AVE값으로 재미요인이 .519로 더 높은 것으로 나타나 구성개념들의 판별타당성은 확보되었음을 확인하였다.

2.4. 자료처리 방법

본 연구에서는 SPSS 21.0와 AMOS를 활용하였다. 먼저 조사대상자의 일반적 특성 파악을 위하여 빈도분석을 실시하였으며 신뢰도 분석과 확인적 요인분석을 통해 측정 항목의 신뢰도와 타당성을 검증하고자 하였다. 그리고 가설을 검증하기 위해 구조방정식 모형분석을 실시하였고, 직, 간접효과 및 총효과를 알아보기 위하여 부트스트랩핑(bootstrapping)을 실시하였다.

3. 연구결과 및 고찰

3.1. 구조모형의 적합도 평가

본 구조모형의 적합도 평가결과, <Table 4>와 같이 CMIN=34.368($df=24$, $p=.001$), CMIN/ $df=1.432$, RMR=.024, GFI=.972, AGFI=.947, CFI=.987, NFI=.960, TLI=.981, RMSEA=.041으로 나타나 적합성이 확보되었다.

3.2. 연구가설 검증결과

구조모형이 적합한 것으로 나타나 가설 검증을 실시한 결과는 <Table 5>과 같다.

H1. “파크골프의 재미요인은 심리적 행복감에 유의한 정(+)의 영향을 미칠 것이다.”의 분석결과, 재미요인의 경로계수는 0.280(C.R.=3.333, $p < .001$)로 심리적 행복감에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 따라 가설 H1은 채택되었다.

H2. “파크골프의 재미요인은 행동 의도에 유의한 정(+)의 영향을 미칠 것이다.”의 분석결과, 재미요인의 경로계수는 0.225(C.R.=2.273, $p < .05$)로

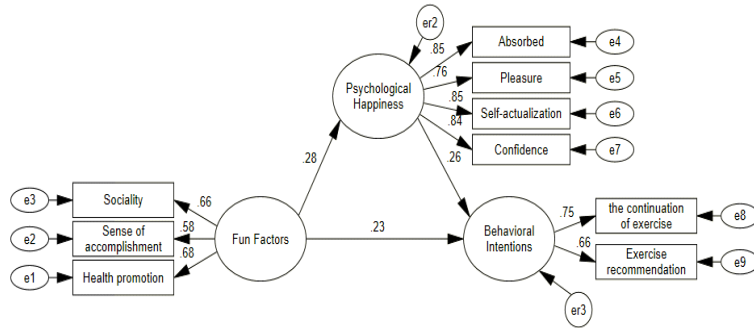


Fig. 1. Results of hypothesis test.

Table 6. Results of standardized total effect

Route	direct	indirect	total effects	BC 95% CI	
				Lower	Upper
Fun Factors → Psychological Happiness → Behavioral Intentions	.225	.073	.298	.013	.234

BC : Bias Corrected, CI : Confidence Interval

행동의도에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 따라 가설 H2는 채택되었다.

H3. “파크골프 참여자의 심리적 행복감은 행동의도에 유의한 정(+)의 영향을 미칠 것이다.”의 분석결과, 심리적 행복감의 경로계수 0.259 (C.R.=3.005, $p<.01$)로 행동의도에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 따라 가설 H3은 채택되었다.

3.3. 직, 간접효과 및 총효과 검증

파크골프의 재미요인과 행동의도의 관계에서 심리적 행복감의 직, 간접효과 및 총효과를 산출하였다. <Table 6>과 같이 간접효과와 간접효과의 95% 신뢰구간 내에 0이 포함되어 있는지를 확인하기 위하여 95% 신뢰구간의 하한값과 상한값을 분석한 결과 재미요인 → 심리적 행복감 → 행동의도의 간접효과는 0.073(CI: 0.013, 0.234)로 경로의 신뢰구간에서 0을 포함하지 않았으므로 재미요인과 행동의도의 관계에서 심리적 행복감의 간접효과는 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다.

4. 결론

본 연구는 파크골프의 재미요인과 심리적 행복감, 행동의도 간의 영향관계를 규명하기 위해 뉴실버세대를 대상으로 다음과 같은 결과를 도출하였다. 첫째, 파크골프의 재미요인은 심리적 행복감에 유의한(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 다수의 선행연구(강신범, 장재용, 김창숙, 정상훈, 2018[32]; 이선희,곽정현, 석류, 2020 [21]; 조선령, 엄정식, 2018[33])들이 본 연구 결과를 뒷받침 하였다. 이와 관련하여 김현주(2023)[19]는 여가활동에서 동호인들의 심리적 행복감을 향상 시키기 위해서는 건강에 관한 관심을 높이는 것도 중요하지만, 재미있는 분위기를 만드는 것이 중요하다고 언급하였다. 또한, 이문숙 및 권인선(2020)[18]은 노인 참여자의 적절한 수준을 고려한 프로그램과 적합한 환경이 조성된다면, 활동에 있어 재미를 느끼고 심리적 행복감 촉진이라는 긍정적인 결과가 나온다 주장하였다. 더불어 운동능력 향상은 개인의 심리적 영향 즉, 흥미, 재미 그리고 동일 집단에게 있어 칭찬과 같은 긍정적인 반응을 통해 심리적 유능감을 느끼게 된다. 또한 체육활동 자체에 몰두하여 즐거

움 및 자신감이라는 긍정적인 정서가 높아지게 되므로 심리적 행복감이 향상된다는 것이다[34].

둘째, 파크골프의 재미요인은 행동의도에 유의한(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 다수(김학권, 윤상영, 2023[22]; 김동기(2019)[35]; 박나연, 문한식(2021)[36])의 선행연구들이 본 연구를 지지하였다. 이와 관련하여 신용진, 최봉암(2020)[37]는 스포츠활동에서 나타나는 경험적 요소는 참여를 지속하고, 의도적인 행동을 보인다 주장하면서 일상과 다른 재미적 활동은 개인은 물론 사회적 측면에서 긍정적인 효과를 보일 것으로 주장하였다. 다시말해 지금의 노인은 약하거나 보호해야 할 존재가 아닌 그들에게 삶의 욕구를 충족할 수 있는 방안제시가 요구되는 시점이라 판단된다. 뉴실버세대의 기준은 과거와 다른 모습으로 나타날 것이고, 이 부분에서 노인스포츠에 대한 확대 해석이 필요하다. 본 연구에서 다른 재미와 정서는 지속적인 운동으로 참여를 이끌어 간다는 결과와 같이 정용락(2017)[38] 역시 한 부분에서 긍정적인 인간관계와 스포츠활동 간의 관계를 함께 다루고 있다. 그러므로 뉴실버세대가 중도 포기 없이 지속적인 활동을 수행할 수 있는 다양한 재미거리의 개발이 필요할 것이고[30], 평지 경기라는 파크골프의 단점을 보완하기 위한 다양한 코스 조정도 필요하다 판단된다. 이러한 스포츠활동은 자칫 지루함을 느낄 수 있고, 규정된 플레이지만 특별한 게임을 유도하여 재미를 느낄수 있는 경험이 필요하다. 한 예로 다른 종목의 경우 동호회 활성화에 따라 자체적 대회를 치루고, 이를 경험한 대상자들은 추천과 같은 또다른 행동을 보인다. 이는 결과적으로 봤을 때 지속적인 운동 참여 성향에 긍정적인 부분을 차지할 것으로 판단된다 [39].

셋째, 심리적 행복감에 따른 행동의도에 유의한(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 도금석, 조선령(2016)[40]은 심리적 행복감이 운동 지속에 영향을 미치며, 높지 않은 수준의 목표라 할지라도 달성에 대한 행복감을 느낄 수 있도록 한다면 참여자의 운동 지속으로 이어진다고 주장하였다. 또한, 정승훈, 성룡(2020)[41]은 심리적 행복감이 참여 지속에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였으며, 지속적인 운동참여는 궁극적인 행복한 삶의 질을 높인다고 언급하였다.

즉, 파크골프 참여자의 긍정적인 행동을 이끌어내기 위해서는 다양한 노력이 필요한데 이는

활동과 관련된 목표 기준에 대한 교육적 측면이 강조되어야 할 부분이다. 실제로 뉴실버세대는 운동을 연결하여 심리적 행복감을 높이는 것에 대해 긍정적으로 생각하고 있다[42], [43]. 따라서 정부 차원에서 운동 참여를 이끌어 가기 위한 지원 정책 역시 필요하다. 이에 선진 국가의 경우 노인이 노인을 지도하는 프로그램을 도입하여 오히려 젊은 층의 지도자보다 자신과 같은 모습을 가진 지도자에게 높은 관심을 갖고 있다는 연구결과 역시 종종 확인되고 있다[44]. 이러한 점들 토대 본 연구를 통해 나타난 부분에 관하여 다음과 같이 제언하고자 한다. 첫째, 뉴실버세대가 추구하는 연구에서 다른 주제 이외 스포츠 활동에 대한 조사가 필요하다. 이는 다양한 참여를 유도하는 긍정적인 연구가 될 것으로 판단된다. 둘째, 파크골프 참여자의 요구하는 성과에 관한 연구를 진행하여 세부적인 척도가 개발될 것으로 판단된다. 마지막으로 스포츠와 가정생활 등 교차분석이 이루어진다면 비울적이나 미래 행동에 관한 연구가 될 것으로 본 연구에서 다루지 못한 구체적인 연구가 진행될 필요가 있음을 제언한다.

References

1. C. D. Cheol, H.Y. Jang, J. S. Jung, "Analysis of Keywords for News related to Park Golf for the Elderly Sports Policy", *The Korean Association of Sports & Entertainment Law*, Vol.26, No.2 pp. 117-131, (2023).
2. Y. T. Jeong, "Mental Health and Physical Self-efficacy on Park Golf Experience Activities in Outdoor Green Space : Male College Students Groups", *Korean Institute of Forest Recreation and Welfare*, Vol.24, No.2 pp. 53-61, (2020).
3. H. J. Lee, R. Lee, J. M. Heo, "The Meaning of Park-Golf Experience as Serious Leisure of Older Adults", *Korean Alliance For Health, Physical Education, Recreation, And Dance*, Vol.61, No.3 pp. 177-192, (2022).
4. J. H. Lee, "The Effect of New Silver Generations' Park Golf Participation Motivation on Leisure Satisfaction and

- Psychological Happiness”, *Journal of Golf Studies*, Vol.14, No.1 pp. 213–223, (2020).
5. K. Henderson, M. Glancy, S. Little, “Putting the Fun in to Physical Activity. *Journal of Physical Education*,”, *Recreation & Dance*, Vol.70, No.8 pp. 43–49, (1999).
 6. J. Y. Yoo, “*The Relationship among enjoyment, flow experience and continuous intention of women’s participation in dance for all*”, pp.54–63, [Unpublished Master’s dissertation], Kyung-Hee University, (2011).
 7. B. J. Kim, “The relationship among health concern, cultural physical education’s enjoyment factor and psychological well-being for college students of wellness”, *Journal of the Korean society for Wellness*, Vol.10, No.1 pp. 179–187, (2015).
 8. R. K. Dishman, L. R. Gettman, “Psychobiologic influences on exercise adherence”, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Vol.2, No.4 pp. 295–310, (1980).
 9. G. K. Kim, M. S. Kim, B. J. Kim. “The Effect of Participation Level in University Club Leisure Activities on Fun, Commitment and Psychological Well-being”, *Official Journal of the Koeran Society of Dance Science*, Vol.32, No.2 pp. 33–46, (2015).
 10. M. H. Yang. “Physical Activity and Psychological Well-being : Development of Cognitive-Affective States Scale”, *Korean Journal of Sport Psychology*, Vol.9, No.2 pp. 113–123, (1998).
 11. L. M. Wankel, B. G. Berger, “The psychological and social benefit of sport and physical activity”, *J Leis Res*, Vol.22, No.2 pp. 167–182, (1990).
 12. H. H. Choi, J. H. Kwak, “The Effects of Physical Self-efficiency of Pilates Participants on Psychological Happiness and Willigness to Continue Workout”, *Journal of Martial Arts*, Vol.14, No.1 pp. 143–161, (2020).
 13. B. Y. Kim, W. S. Kim, “The relationship between passionate behavior, psychological well-being, and intention to continue exercise of Pilates class participants”, *Journal of the Korean Applied Science and Technology*, Vol.39, No.2 pp. 233–245, (2022).
 14. Y. M. Chung, “Meta analysis on the relationship among lesson satisfaction, exercise adherence intention and enjoyment factor in participation of physical education as a liberal arts”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.329, No.26 639–649, pp. (2020).
 15. J. S. Kim, S. O. Hong, “The Effects of Sports Fun Factors on Willingness to Continue Exercise and Psychological Happiness of Table Tennis Club Members”, *Industial Promotion Research*, Vol.8, No.2 pp. 149–156, (2023).
 16. Y. J. Kim, H. W. Kang, “Verification of the Relationship among Perceived Freedom, Psychological Happiness, and Life Satisfaction in Office Workers’ Participation in Mindfulness Activities”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.29, No.2 pp. 199–211, (2020).
 17. H. R. Song, W. Y. Ryu, “The Effect of Cultural Physical Education’s Enjoyment Factor on Happiness and Social Physique anxiety”, *Journal of Digital Convergence*, Vol.12, No.6 pp. 645–653, (2014).
 18. M. S. Lee, I. S. Kwon, “The Relationship among Sportstaking Participants’ Fun, Leisure Flow and Psychological Happiness of Elderly”, *Korean Journal of Adapted Physical Activity*, Vol.28, No.3 pp. 63–76, (2020).
 19. H. J. Kim, “The Relationship between the Enjoyment and Leisure Satisfaction of Badminton Participants and Psychological Happiness”, *Journal of Coaching Development*, Vol.25, No.1 pp. 108–119, (2023).
 20. G. I. Kwon, D. S. Yang, W. W. Kim, “The Effects on the Psychological

- Happiness, Living Satisfaction, and Continuing Exercise Intention of the Factors of Fun by Participating in the National Fitness 100 Program”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.23, No.1 pp. 303-314, (2014).
21. S. H. Lee, J. H. Kwak, R. Seok, “Structural Relationship between Fun Factors, Physical Self-Efficacy, and Subjective Happiness of the Elderly Participating in Life Sports”, *The Korean Journal of Growth and Development*, Vol.28, No.4 pp. 537-544, (2020).
 22. H. K. Kim, S. Y. Yoon, “The Moderating Effects of Exercise Satisfaction in the Relationship between Bowling Participants’ Fun Factor and Exercise Continuity”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol.92 pp. 257-266, (2023).
 23. B. J. Kim, J. Y. Shin, “Influence of Enjoyment and Achievement Goal Orientation on Class Satisfaction and Exercise Adherence among College Physical Activity Class Participants”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol.68 pp. 311-323, (2017).
 24. D. J. Lee, J. H. Hwang, “Structural relationship among Enjoyment Factor of General Sport Class, Exercise Satisfaction, Exercise Commitment, Exercise Adherence Intention and Life Satisfaction in University”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.27, No.4 pp. 37-48, (2018).
 25. B. J. Kim, C. H. Seong, “Enjoyment in Sport : Concepts-and Current Research”. *Korean Journal of Sport Pedagogy*, Vol.3, No.2 pp. 99-122, (1996).
 26. K. S. Do, S. L. Cho, “The Analysis of Relationship among Autonomy Support of Personal Trainer, Psychological Well-being and Participation Continuity of Exercise Participants”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol.64, pp. 543-552, (2016).
 27. J. S. Yang, J. J. Eom, “Analysis of differences in social self-concept, psychological well-being, and exercise continuation according to the degree of participation of golfer”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.30, No.4 pp. 73-85, (2021).
 28. H. J. Song, M. J. Seo, M. M. Kim, S. H. Lim, “The Effect of Interpersonal Relationship Features of Kumdo Participants on Psychological Happiness and Exercise Adherence”, *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol.17, No.3 pp. 179-195, (2017).
 29. S. T. Kang, C. K. Jung, “An Effect of Amateur Golfer’s Enjoyment Factors on Psychological Happiness and Exercises Adherence Intention”, *Journal of Golf Studies*, Vol.9, No.3 pp. 33-46, (2015).
 30. M. H. Do, “Mediating Effect of Psychological Skills on the Athletes’ Psychological Methods and Positive Psychological Capital, Tenacity and Perceived Performance”, *Korean Sport Society*, Vol.21, No.2 pp. 209-219, (2023).
 31. H. S. Kim, J. T. Kim, “Relationship among Fun Factors of After-Elementary School Sports Class, School Adjustment and Future Sports Participation Intention”, *Korean Sport Society*, Vol.18, No.1 pp. 111-122, (2020).
 32. S. B. Kang, J. Y. Jang, C. S. Kim, S. H. Jeong, “The Effects of Leisure Attitude and Fun Factor on the Psychological Well-being and Quality of Life in Dance Sports Participants of University”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.27, No.1 pp. 439-452, (2018).
 33. S. L. Cho, J. S. Eom, “The Relationship among Mountain Bike Participants’ Fun factor, Exercise Emotion, and Psychological Happiness”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.27, No.2 pp. 127-140, (2018).
 34. J. T. Kim, S. L. Cho, “The Structural Relationship among Undergraduate’s Fun Factor, Exercise Satisfaction and

- Psychological Well-Being”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.25, No.4 pp. 347-358, (2016).
35. D. K. Kim, “The Relationship among Coach Support, Exercise Enjoyment and Continue Exercise for Golf Participants”, *Sport Science*, Vol.36, No.2 pp. 9-18, (2019).
 36. N. Y. Park, H. S. Moon, “The Effects of Motivation and Fun to Exercise Continuation by Forest Sports Participants”, *Korean Journal of Forest Economics*, Vol.28, No.1 pp. 57-68, (2021).
 37. Y. J. Shin, B. A. Choi, “Validation of the Relationship among Leisure Attitude, Sport fun and Exercise Adherence of Screen Golf Participant”, *Journal of Golf Studies*, Vol.14, No.2 pp. 231-242, (2020).
 38. Y. R. Chung, “The Relationship among Health-Perception, Exercise Enjoyment and Intention to Continue Exercise for Golf Participants”, *Journal of Golf Studies*, Vol.11, No.4 pp. 127-139, (2017).
 39. H. S. Park, J. S. Shin, “The Effect of Fun Factors of Screen Golf Users on Leisure Flow and Psychological Well-being”, *Journal of Golf Studies*, Vol.10, No.2 pp. 1-14, (2016).
 40. K. S. Do, S. L. Cho, “The Structural Relationship among Psychological Well-Being, Subjective Health and Exercise Continuity of Personal Training Participants”, *Journal of Sport and Leisure Studies*, Vol.65 pp. 451-460, (2016).
 41. S. H. Jeong, L. Cheng, “The Effect of Participation Motivation of Members in Sports Center of China on Psychological Happiness, Self-Esteem and Intention of Exercise Maintenance”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.29, No.4 pp. 293-310, (2020).
 42. C. D. Kwon, “The Effects of Fun Factors and Exercise Sentiment on the Psychological Happiness of Taekwondo Practitioners”, *Korean Journal of Sports Science*, Vol.27, No.1 pp. 379-389, (2018).
 43. E. A. CHOI, S. Q. Meng, Tongwenxia, “Effects of Group Exercise(G.X) Participants' Interesting Factors on Exercise Immersion and Exercise Continuation”, *The Korea Journal of Sport*, Vol.18, No.1 pp. 169-176, (2020).
 44. M. H. Kim, “The Relationship between Enjoyment Factor, Activity Passion, and Exercise Continuance Intention of Participants of University Sports Club”, *Korean Sport Society*, Vol.17, No.2 pp. 39-49, (2019).