



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

2022년 8월

박사학위 논문

포스트 코로나 시대 생활체육
참여동기와 관여도, 생활만족도의 관계

조선대학교 대학원

체육학과

박 병 두

포스트 코로나 시대 생활체육 참여동기와 관여도, 생활만족도의 관계

The Relationship between Motivation, Involvement, and
Life Satisfaction in Life Sports in the Post-Corona

2022년 8월 26일

조선대학교 대학원

체육학과

박 병 두

포스트 코로나 시대 생활체육 참여동기와 관여도, 생활만족도의 관계

지도교수 윤 오 남

이 논문을 이학박사 학위신청 논문으로 제출함

2022년 4월

조선대학교 대학원

체육학과

박 병 두

박병두의 박사학위논문을 인준함

위원장	조선대학교	교수	송 채 훈	
위 원	조선대학교	교수	서 영 환	
위 원	조선대학교	교수	안 용 덕	
위 원	남부대학교	교수	구 민	
위 원	조선대학교	교수	윤 오 남	

2022년 6월

조선대학교 대학원

목 차

ABSTRACT

I. 서 론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구의 목적	4
3. 연구 가설	4
4. 연구 모형	6
II. 이론적 배경	7
1. 포스트 코로나	7
2. 생활체육	9
3. 참여동기	13
4. 관여도	15
5. 생활만족도	17
III. 연구방법	19
1. 연구대상	19
2. 조사도구	21
3. 조사도구의 타당도 및 신뢰도	22
4. 자료처리	28

IV. 연구결과	29
1. 생활체육 참여자들의 일반적 특성에 따른 차이	29
2. 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도 상호작용	39
3. 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도 인과관계	45
V. 논의	49
1. 생활체육 참여자들의 일반적 특성 차이 비교	49
2. 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도 상호작용 비교 ·	51
3. 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도 인과관계 비교 ·	52
VI. 결론 및 제언	53
1. 결론	53
2. 제언	54
참고문헌	55
부 록	60

표 목 차

표 1. 조사 참여자의 일반적 특성	20
표 2. 설문지의 세부구성내용	21
표 3. 참여동기에 대한 타당도 및 신뢰도 분석	23
표 4. 참여동기 척도에 대한 확인적 요인분석의 적합성 결과	24
표 5. 관여도에 대한 타당도 및 신뢰도 분석	25
표 6. 관여도 척도에 대한 확인적 요인분석의 적합성 결과	26
표 7. 생활만족도에 대한 타당도 및 신뢰도 분석	27
표 8. 생활만족도 척도에 대한 확인적 요인분석의 적합성 결과	28
표 9. 성별에 따른 차이	30
표 10. 연령에 따른 차이	31
표 11. 최종학력에 따른 차이	33
표 12. 소득에 따른 차이	35
표 13. 운동시간에 따른 차이	37
표 14. 생활체육 참여자들의 참여동기의 건강지향형이 관여도에 미치는 영향	39
표 15. 생활체육 참여자들의 참여동기의 사교지향형이 관여도에 미치는 영향	40
표 16. 생활체육 참여자들의 참여동기의 자기개발형이 관여도에 미치는 영향	41
표 17. 생활체육 참여자들의 참여동기의 가정지향형이 관여도에 미치는 영향	42
표 18. 생활체육 참여자들의 참여동기의 여가선용형이 관여도에 미치는 영향	43
표 19. 생활체육 참여자들의 관여도가 생활만족도에 미치는 영향	44
표 20. 각 요인별 상관관계	45
표 21. 연구모형에 대한 적합도 검증 결과	47
표 22. 대안모형의 경로계수 추정 및 통계적 유의성	48

그림 목 차

그림 1. 연구모형	6
그림 2. 참여동기 척도의 확인적 요인분석 모형	24
그림 3. 관여도 척도의 확인적 요인분석 모형	26
그림 4. 생활만족도 척도의 확인적 요인분석 모형	27
그림 5. 연구모형	46
그림 6. 대안모형	47

ABSTRACT

The Relationship between Motivation, Involvement, and Life Satisfaction in Life Sports in the Post-Corona

Park Byung-Doo

Advisor : Yoon, Oh-nam Ph.D.

Department of Physical Education,
Graduate School Chosun University

This study examines the relationship between participation motivation, involvement, and life satisfaction in sports for life after the corona era, and identifies and analyzes the changed values and perspectives on sports for life and the perception survey on the situation of an infectious disease that is experienced for the first time. It is presented as basic data to find new perceptions and realistic alternatives to

For this study, a questionnaire was conducted with 337 people participating in physical education after Corona, and 355 people were surveyed, excluding 32 people who were inappropriate. Exploratory factor analysis and confirmatory factor analysis were used to analyze the validity of the questionnaire for this study, and the reliability test was performed accordingly.

SPSS 27.0 was used for the differences in the relationship between participation motivation, involvement, and life satisfaction after the post-coronavirus, and causal relationship was analyzed using AMOS 27.0.

Significance levels for all statistics were set to $p < .05$.

According to the results of the study, differences in final educational background, income, and exercise time were found in the difference test according to general characteristics, and there were no significant differences in gender and age. The participants' participation motivation and involvement showed a significant interaction, but there was no significant interaction with life satisfaction. Accordingly, the model fit test according to the causal relationship between factors also appeared to support these results.

I. 서 론

1. 연구의 필요성

COVID-19은 과거 유사한 감염병 사례처럼 동물에게 기생하는 바이러스가 인간에게 전파되어져서 병의 증후가 다양하게 변형되어져 사망까지 일으킬 수 있으며, 이전의 호흡계통 바이러스보다 치사율은 높지 않으나 전파력이 월등히 높아 전 세계로 빠르게 전파되어져 펜데믹 상황까지 이르게 하였다(이재운, 김준현, 2020). 코로나는 침, 눈물, 콧물 등의 분비물과 비말 및 비말을 통해 오염되어진 물건과의 접촉에서도 감염이 쉽게 되는 특징이 있어 사람을 만나야 하는 장소와 활동에 있어 영향을 많이 끼치는데 이동하는 교통수단 및 유희활동의 오락과 외식업 등의 경제활동과 소비패턴에서의 전 세계 사람들의 일상을 모두 바꾸어 놓은 것이다(이희정, 이한녕, 2020)

코로나로 인한 펜데믹 재앙으로 죽어가는 사람들에 대한 애도 절차마저도 허락하지 않았으며, 사람을 지키기 위한 불가피한 선택으로써 일반적 삶도 펜데믹 이전과는 완전히 달라져 버렸다(김정효, 2021).

개인의 사생활에서부터 사회관계 형성에 따른 방법들까지 전방위적으로 변화가 나타났으며, 마스크는 이미 일상생활의 필수품으로 자리 잡았다. 기침을 하는 상황은 타인으로부터의 위험한 생리현상으로 금기 대상처럼 되었으며, 타인에 대해 바이러스 보균자라는 생각으로 경계하게 만드는 현상들이 나타난 것이다.

김정효(2021)는 펜데믹으로 인한 다양한 시각 중 부정적 시각에 대해 우려를 하였는데 ‘사회적 거리두기’는 타인에 대한 신체적 접촉을 금기시 해야하며 스포츠 참여의 기회를 현저히 줄어든 것이라 하였으며, 이와는 다르게 펜데믹은 건강을 우선하고 건강에 대한 관심을 증가시킬 수 있었다라고 하는 긍정적 견해로 해석한다고 하였다. 그렇지만 무엇보다도 코로나 이후의 긍정적, 부정적 모든 관점에서 공통적으로는 변화가 발생되어질 것이라고 한 것이다.

학교에서의 변화 중 비대면 수업 운영을 통해 학생들의 접촉을 최소화 하였으며, 문화예술계 측면에서도 각종 스포츠 관람장과 공연장 등의 출입을 제한하였다(김소영, 2022).

코로나 이전의 사람들의 삶은 어땠는지 이제 회상을 하며 살펴봐야 하는 상황이 된 것이다. 단편적으로 코로나 이전에는 다양한 산업의 발달로 사람들의 물질적 풍요와 노동시간 단축 등으로 인한 여가시간의 증대로 스포츠 활용의 참여가 증가하였다(정연옥, 2019). 그 중 삶 속에서 스포츠는 긍정적 여가 활동으로 삶의 질을 가치있게 만들어주는 중요한 지표로써 삶에 대한 행복을 추구하고 풍요롭게 만들어 준다고 하였다(강신욱, 2002). 이러한 스포츠 참여에 대한 생활체육은 단순한 신체적 움직임의 건강 추구가 아니라 행복의 추구이며 인간생활의 핵심적 요소를 제공해 주는 가장 바람직한 삶의 방법으로 생활체육의 가치와 역할은 중요하다고 하였다(정연옥, 2019).

일반적으로 신체활동에 참여하는 사람들에게 운동하는 이유에 대해 질문을 하면 건강을 위해서라고 대답하겠지만 운동에 오랜기간 열정적으로 참여한 사람들은 긍정적 정서요인들이 많이 있다고 하였다(정용각, 1998: Perrin, 1979: Wankel & Kreisel, 1985). 또한 다양한 스포츠 참여동기에 대한 연구에서도 즐거움 요인이 스포츠 참여에 중요한 요인이라고 밝히고 있으며(마완석, 2007), 스포츠에 즐거움을 느끼지 못하면 중도에 참여를 멈추는 가능성이 높다고 하였다(Gould & Petlichoff, 1988). 스포츠 참여과정으로 인한 행복감은 감정적인 것이라 하였으며, 인지적 몰두가 진전되어질수록 스포츠 참가가 개인의 삶에 중심으로 위치하기도 하며(McIntyre, 1989), 애착적 행동이 나타난다고 하여 애착성 여가 참여라고 하였다(Stebbins, 1982).

개인 간 관련성 정도를 파악하는 것의 가상적인 개념으로서 관여도의 개념이며(Bloch, 1981), 특정 상황 속에서 유발되어져 지각되어지는 자극에 대해 개인적 중요성이나 관심의 수준을 의미하는 개념인 것이다(장승원, 2008). 여가 스포츠 분야에서 관여도에 대한 연구들이 이루어지고 있으며(이광수, 이승철,

2007; 하지연, 2005; Laverie & Arnett, 2000), 대체로 강조하고 있는 주요한 내용은 관여도가 여가스포츠 행동에 미치는 중요한 변수라는 것이 확인 된 것이다. 관여도는 개인차에 따라 다르게 나타나기도 하며, 동일 대상에게도 상황에 따라 달라지는 등 다양한 관점으로 개인, 상황, 대상 들의 함수관계가 성립한다고 하였다(이학식, 안광호, 하영원, 2003). 이러한 관점으로 코로나 상황이 지난 이후 생활체육에 대한 관여도적 요인에 대한 변화들과 관계성에 대한 인정과 내용들을 알아 보고자 하는 것이다.

스포츠 활동을 행하는 이유에 대해 참여자들은 여러가지 상황과 관점들에서 달라 질 수 있다고 하였는데 이는 다양한 가치관과 동기 및 태도 등의 심리적 상태에 놓여지기 때문이라고 하였다(방선희, 2012). 그렇지만 생활체육에 참여하는 궁극적 목표 중 하나로 생활에 대한 만족감 향상을 위한 삶의 질을 높이는 것이라 할 수 있고 윤택하고 즐거운 삶, 욕구에 대한 실천이라고 볼 수도 있을 것이다. 이러한 실천으로 여가활동의 만족이 결국 생활속의 만족이라고 볼 수 있을 것이다. 이는 개인의 행복을 위한 중요한 개념이며 연관성이 있다고 하였다(Kleibe, Greendorfor & Samdahi, 1987).

생활의 만족은 삶의 질 뿐만 아니라 생활에 대해 만족하는 감정을 포함한다고 보고 되고 있으며(Richison, 1986), 이는 일상생활을 영위하는데 생활만족감을 높여주는 것으로 삶의 질을 높여주는 토대가 되므로 스포츠 활동을 통한 생활만족의 향상은 생활체육 스포츠 참여의 궁극적 목표라고도 볼 수 있는 것이다.

생활만족과 관련되어진 연구는 오랜시간 다양한 방법으로 논의되어 오고 있으며(권오석, 박세윤, 2008; 김범식, 김관훈, 1997; 김범식, 홍계희, 이루지, 2005; 배소심, 오현옥, 2005; 신혜숙, 오수일, 2007; 이제홍, 임종호, 백광, 1998; 전상완, 양종훈, 2009; 전형상, 2003; 정희중, 윤양진, 2008; 최정도, 문태영, 2006; Steinkamp & Kelly, 1987). 스포츠 활동에 참여한 참가자들의 생활만족과 관련되어 다양한 요인들(여가만족, 스포츠 참가만족, 몰입경험, 참여동기)의 영향을 미치는 것이 확인되어졌다(김광중, 천윤석, 2009; 김세웅, 2009; 송홍락, 2009; 안명식, 조원득, 윤용진, 안병옥, 2008 ; 이재형 ,2005; Kelly,

1982).

이렇게 다양한 관점과 요인들로 해석되어졌던 연구들이 한번도 경험해보지 못한 코로나 상황으로 인한 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 인식변화와 이에 따른 선행연구들과의 차이들이 어떻게 발생되어질 수 있는 지를 확인해 보고자 하는 것이다.

2. 연구의 목적

본 연구는 포스트 코로나 시대 생활체육에 대한 참여동기와 관여도 및 생활만족의 관계들을 살펴보고 처음 경험해보는 감염병 상황에 대한 인식조사에 대한 변화된 가치관들과 생활체육에 대한 관점을 파악하고 분석하여 생활체육에 대한 새로운 인식 및 현실적 대안을 찾아가기 위한 기초자료로 제시되어 생활체육 활성화에 기여하고자 하는 것이다.

3. 연구 문제

생활체육에 대한 포스트 코로나 삶 이후에 대한 참여동기, 관여도, 생활만족도에 대한 관계들을 규명하는데 다음과 같은 대립가설을 설정하였다.

가설 1. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 일반적 특성에 따라 참여동기, 관여도, 생활만족도의 차이가 있을 것이다.

1-1. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 일반적 특성에 따라 참여동기(건강지향형, 사교지향형, 자기개발형, 가정지향형, 여가선용형)의 차이가 있을 것이다.

1-2. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 일반적 특성에 따라 관여도(중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지)의 차이가 있을 것이다.

1-3. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 일반적 특성에 따라 생활만족도의 차이가 있을 것이다.

가설 2. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도의 상호작용이 있을 것이다.

2-1. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 참여동기와 관여도는 상호작용이 있을 것이다.

2-2. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 참여동기와 생활만족도는 상호작용이 있을 것이다.

2-3. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 관여도와 생활만족도는 상호작용이 있을 것이다.

가설 3. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도의 인과관계가 있을 것이다.

3-1. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도의 상관관계가 있을 것이다.

3-2. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 참여동기는 관여도, 생활만족도와 인과관계가 있을 것이다.

3-3. 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 관여도는 생활만족도와 인과관계가 있을 것이다.

4. 연구 모형

본 연구를 위해 다음의 <그림 1>과 같이 연구 모형을 구성하여 진행하였다.

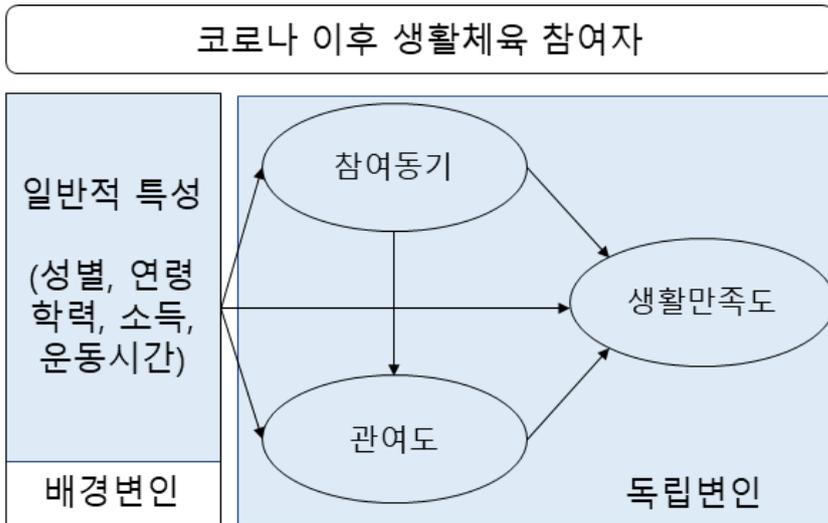


그림 2. 연구모형

일반적 특성의 차이와 함께 각 요인별 차이와 상호작용 및 인과관계를 살펴보기 위해 연구모형을 설정하였다. 참여동기의 건강지향형, 사교지향형, 자기개발형, 가정지향형, 여가선용형이며, 관여도는 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지의 요인으로 구분하고 생활만족도의 단일요인으로 구분하였다.

II. 이론적 배경

1. 포스트 코로나

WHO(세계보건기구)는 2020년 2월, 2019년 중국 우한에서 발생한 신종 코로나바이러스 감염증(novel corona virus disease)의 명칭을 Coronavirus disease-2019(약어 COVID-19)로 정하였다. 코로나 19의 명칭은 새로운 유형의 바이러스 병원체라는 사실이 확인되어 붙여졌으며, 공식 명칭은 COVID-19이다(이용환, 2020). ‘COVID-19’는 코로나의 ‘CO’, 바이러스의 ‘VI’, 질병의 ‘D’, 신종 코로나 바이러스 감염증이 처음 보고된 2019년의 ‘19’를 의미한다(코로나바이러스 감염증-19 대응지침). 우리나라는 코로나 바이러스 감염증-19(코로나19)로 명명하기로 하였으며, 코로나 19는 19년 12월 발생 이후 현재까지 전 세계적인 대유행이 이어지고 있다(코로나바이러스 감염증-19 대응지침). 코로나 19는 감염자의 호흡기 비말에 의해 사람 간에 전파되며, 감염의 대부분은 감염자가 기침, 재채기, 말하기 등을 할 때 발생한 호흡기의 비말이 주로 2m이내의 밀집 접촉으로 전파가 가능하며, 공간과 환기 상황이 영향을 미친다. 감염된 경우 증상 발생 직전이나 증상 발생 초기에 가장 전염력이 높다. 이러한 코로나19 확산에 의해 우리나라는 감염병 위기경보 단계를 ‘심각’ 단계로 격상하고, 예방 및 방역 대응책으로 사회적 거리두기를 실시하였다. 마스크 착용을 의무화하고, 집합 모임 및 행사를 제한하며, 개인적 방역 수칙 준수와 외출자제 권고, 학교의 원격수업으로 전환하는 등 다양한 사회적 변화가 일어났다.

실내체육시설과 집단체육활동이 제한되고, 사회적 규제조치로 인해 국민들의 신체활동이 감소되고, 건강에 악영향을 미칠 뿐 아니라 신체활동의 변화를 주고 있다(노병주, 2021). (Lim et al., 2020).

국민생활체육조사(2020)에 따르면, 생활체육의 참여율은 60.1%으로 2019년

66.6%에서 6.5%p 감소하였다. 규칙적 체육활동을 ‘전혀 하지 않는다’ 는 비율은 29.5%으로 2019년의 25.9% 대비 3.6%p 증가하였다. 체육활동 참여 수준도 변화를 보였는데, 규칙적 체육활동이 감소했다고 응답한 비율은 19.0%로 19년 대비 14.9%p가 증가하였다. 체육활동 참여 수준이 감소한 이유 중 체육활동 가능시간과 체육시설 접근성, 코로나 19의 요인이 있었다, 코로나 19는 국민들의 생활습관에 유의미한 영향을 미칠 뿐 아니라 건강 문제 유발 가능한 잠재적 요소로 급부상하고 있다(노병주, 2021).

또한 스포츠 교육 분야에도 변화 및 영향을 미쳤는데, 국민체육센터부터 공공 스포츠클럽 등이 포함되는 공공 체육시설은 방역 조치 차원에서 폐쇄되었고, 그 외 집단 체육시설과 헬스장, 체육 관련 기관들 역시 폐쇄되며 운동을 경험할 기회를 잃은 그것뿐 아니라 시설의 경제적 고난을 겪어야 했다.

프로스포츠는 선수 내 확진자 발생으로 인해 훈련이 연기되었다. 또 경기장의 폐쇄로 경기가 중단되기도 하였으며, 경기가 재개된 이후에는 관객이 없는 무관중으로 이루어지거나, 관람객 수가 제한되었다. 또 국내의 전국체전 등과 같은 스포츠 행사가 연기되었으며, 전 세계 메가스�포츠 이벤트도 중단되거나 축소되었다(권오정, 2020). 2020년 7월 24일부터 8월 9일까지 개최될 예정이었던 도쿄 올림픽 역시 1년 미루어 2021년에 개최되었다. 이렇게 코로나19로 인해 전 세계의 스포츠 산업은 위기 상황에 처하게 됐으며, 체육시설의 폐쇄로 인해 사회적 취약계층은 공적 스포츠서비스에서 소외되었다. 선수들이 일상적으로 향유하던 다양한 대면 서비스 지원 역시 제한되었다(남상우, 2020).

코로나 19의 장기화로 인한 많은 체육시설의 축소 및 제한으로 인해, 시설 안에서 또는 사람간의 대면 체육활동에서 개개인의 집 안에서 하는 비대면 체육활동으로 변해가는 등 상황에 맞는 체육교육의 강습 형태의 조정과 체육 프로그램의 변화를 요구하고 있는 실정이다(박영만, 2020).

코로나 19 시대의 생활체육은 비대면으로 체육활동이 가능한 홈트레이닝의 인기가 높아졌다. 많은 사람들이 집에서 할 수 있는 개발된 스마트 폰 어플리케이션을 활용하거나 홈트레이닝 기구 및 용품을 구매하여 집에서 쉽게 운동을 하고

있다(노병주, 2021). 홈트레이닝 운동기구는 스마트기기와 어플리케이션의 비대면 서비스, 사물인터넷의 기술이 접목된 실내용 운동기구이다(특허청, 2021). 개인이 집에서 손쉽게 사용할 수 있으며, 개인 맞춤형 운동이 가능하도록 개발되고 있다.

이러한 비대면 체육활동의 홈트레이닝 운동기구 등으로 4차 산업혁명의 핵심 요소라 할 수 있는 인터넷, 인공지능, 로봇 등이 점차 보편화 되고 있다(노병주, 2021). 코로나 이전 회사의 화상회의는 초보적 4차 산업혁명의 징후였으나 코로나 19의 확산으로 회사의 화상회의 및 학교의 원격수업은 물리적으로 거리를 둔 사람들 간의 커뮤니케이션을 위한 도구로 이미 자리잡았고(이종호, 2021), 스포츠에서도 비대면 활동이 많아지면서 사람 간 접촉이 적은 야외에서 걷기, 등산, 자전거, 골프, e-스포츠 등을 즐기는 사람이 많아졌다는 사실은 코로나 19 이후 생활체육 참여율 증가에 긍정적인 요소로 작용한다(김태문, 2020).

2. 생활체육

생활체육은 성인과 주부, 청소년 및 노인, 어린이 등 전 사회구성원이 나이 및 성별, 종교 등에 관계없이 건강증진과 신체 수준의 향상을 위해 실행하는 활동으로 신체적, 사회적, 정신적, 문화적, 도덕적 발달의 기여를 위한 목적으로 생활속 널리 보급하여 실천하는 운동이라 할 수 있다(조성문, 2014). 개인이 능동적으로 지속적 체육활동에 참여함으로써 신체, 정서, 사회적으로 조화로운 발달을 하며, 급격히 변해가는 현대사회의 변동에 창조적으로 개척하고, 대처하는 기능 및 성향을 학습한다. 또 다른 사람과 더불어 가는 공동체의 복지를 증진하는 복지사회의 체육이며(임번장, 1993), 자발적으로 체육활동에 참여하며 건강복지의 증진과 여가를 목적으로 한다(김덕일, 2003),

국민생활체육회에 따르면 생활체육은 삶의 질적 향상을 추구하며 사회 구성원의 각 업무 외 여가시간을 이용해 개인이 자발적 참여에 의해 이루어지는 사회

적 노력의 총체로 아래와 같이 정의하였다.

첫째, 국민의 건강과 체력, 후생복지 향상을 위한 목적으로 체육, 스포츠, 레크리에이션 등을 통해 성인과 주부, 청소년 및 노인, 어린이 등 전 사회구성원을 대상으로 하는 신체활동이라 할 수 있다.

둘째, 여가의 창조적 선용방법으로 활용되는 체육활동이라 할 수 있다. 체육활동을 통해 창조적 여가 활동으로 건강한 국민을 만들어, 명령한 사회를 건설하여 국력을 신장한다.

셋째, 단순한 여가 선용이 아닌 적극적 의미에서 범사회적, 범국민적 운동으로 각 스포츠를 사회에 널리 보급한다.

넷째, 창조적 여가활동으로 그 자체가 즐거움을 이끌어내며, 행복하고 건강한 삶의 영위를 위해 복지사회건설 바탕을 이루는 사회교육 활동이라 할 수 있다. 개인의 다양한 욕구를 만족시켜 풍족한 삶을 누리기 위한 생활의 수단 역할로 참여 형태는 개인의 개별적 참여와 조직 및 시설을 중심으로 참여한다. 지속적 체육활동 참여로 개인의 일상생활 한 부분으로 자리잡고, 규칙적 생활로 이어간다. 현대의 체육활동은 환경적 여건이 잘 조성되어 개인의 삶의 일부분으로 자리잡게 되었다(임변장, 1991).

1980년대 이전까지 체육활동은 엘리트 선수 및 지도자 등에 한정된 체육복지의 형태였으나 1990년대에 일반 모든 국민 대상으로 하는 체육복지 프로그램이 나타나기 시작하면서 체육활동의 보편화되었으며, 1990년대 말부터 소외계층에 대한 체육지원 프로그램이 나타났다(공경호, 2012). 과거에는 체육 활동의 참여 기회 및 시설, 프로그램이 선수나 특정계층에 속하는 일부 사람만 누리는 선택적이고 불확정적인 것이었으나 현재의 체육은 누구나 사회적으로 차별받지 않고 평등하게 일상생활에서 일과로 실천하여 생활하거나, 자율적으로 참여기회를 갖고, 생활양식으로 보편화하는 의미를 갖고있다(류동훈, 1999).

급변한 사회와 경제의 성장이 가져온 경제적이고 심리적인 여유는 체육활동을 통해 사회참여에 대한 욕구를 자연스럽게 일으키게 되었으며, 개인적 측면에서 생활체육은 건강한 나의 삶을 유지하고, 행복 및 즐거움을 찾는 소극적 활동에

서, 사회적, 국가적 측면에서 긍정적 기능을 발휘하고, 적극적인 활동으로 변해가고 있다(정연옥, 2019).

인간의 발달과 성장, 체력증진, 건강, 자아실현 및 행복추구는 개인이 평생을 살면서 추구되며, 성취되기를 원하는 것이 인간의 기본적 욕구로 생활체육은 이러한 욕구들을 기본적으로 충족시키는 서비스적 활동이다. 신체활동에서 오는 욕구와 개인의 자기표현의 욕구, 자아실현의 욕구를 올바른 방향으로 해결해주는 효과적 수단이라 할 수 있다(서수연, 2005).

개인의 지속적인 체육활동은 개인의 성장과 발달과정을 도우며, 사회에 적응하는데 있어서 필요한 역할과 태도를 사회화시킨다. 또 사회의 안정과 통합에 요구되는 공동체 의식을 강조하여, 사회적 구성원으로 생활기술과 태도를 학습시키는 사회제도적 활동이라고도 할 수 있다. 또한 미래지향적이고 사회 정책적인 의미를 가지고 있는데, 미래의 경제성장으로 국민 복지증진에 사회적 노력이 집중되면, 체육활동 또한 복지의 일부로 전개해 나아간다는 사회 정책적 의지를 내포하고 있다(김현옥, 2007).

생활체육은 신체적 가치와 정신적 가치, 사회 문화적 가치를 지니고 있는 유용한 여가활동이다. 개인의 성장 및 삶을 풍요롭게 할 수 있는 다양한 환경과 기회를 제공한다(안진원, 2007). 정영린(1997)은 생활체육의 가치를 내재적, 생리적, 심리적, 사회적으로 구분하였는데, 먼저 내재적 가치를 살펴보면, 지금까지 논의되어 온 체육, 운동과 관련지어 신체발달이나 운동기능 습득 이상의 가치가 내재된 의미있는 인간의 움직임이라 할 수 있다. 생활체육은 기본적으로 개인의 자발성을 전제로 이루어지며, 활동을 통해 자아표현 및 자아실현을 실현하게 해주는 사회 문화적 양식이다. 즉 개인의 자발적인 체육활동의 기회로 스스로가 움직임을 체험하고, 자신을 강화할 수 있기 때문이다. 두 번째로 생리적 가치는 사회 개인이 사회구성원으로서 일의 수행과정에서 발생하는 스트레스와 불균형한 영양공급, 신체활동의 불균형에서 오는 체력의 저하와 밀접한 관계가 있다. 개인의 일상생활에서 오는 요인들로 인해 질병에 노출되며 그에 대한 예비책으로 적절한 운동과 신체활동에 대해 강조한다. 적절한 운동을 규칙적으로 실행하면 근육

과 뇌, 호흡기, 심장 순환계 등 자극을 주어 기능을 향상시킨다. 규칙적인 체육활동은 근육 강화와 신체적 행복감을 제공하며 일상생활에 필요한 체력을 구비하는 등의 건강한 생활을 영위할 수 있도록 돕는다(임변장, 1993). 그렇기에 생활체육은 적정량의 신체활동을 할 수 있도록 제공하여 건강유지와 체력을 육성하고, 개인의 신체 움직임의 욕구를 충족시키는 가치가 있다. 세 번째, 심리적 가치는 개인이 사회구성원으로서 일의 수행과정에서 발생하는 스트레스 및 일상생활에서의 신체활동의 불균형이 정서적으로 해소하기 위해 규칙적이고 적절한 양의 신체활동이 요구된다. 일상생활에서의 규칙적 신체활동은 걱정을 완화시키고, 긴장감 및 스트레스 해소 등 효과적인 배출구로 그 역할을 수행한다는 점에서 심리적 가치가 있다(임변장, 1993). 마지막으로 생활체육의 사회적 가치는 활동이 전개되는 장소 및 시설에서 사람들 간의 상호작용이 이루어지는데, 여기서 다양한 인간관계가 형성된다. 형성된 인간관계 속에서 개인의 존재가치를 확인하며, 타인과의 관계를 통해서 사회성 및 도덕성을 함양하고, 상호작용 및 관계에서 규칙의 이행, 질서의 유지, 시간엄수, 예의 등 요구되는 사회적 활동이라 할 수 있다. 개인은 자발적 체육활동 참여 기회에 신체적 활동을 매개로 집단에서 사회적 접촉 및 함께 활동하며 대인관계를 증진하고, 사회성을 함양하며, 공통된 상호작용의 기회를 제공한다(임변장, 1993).

생활체육은 어느 특정 집단을 위한 것이 아니라, 전 국민을 대상으로 하는 것이다. 국민 개개인의 건강 및 체력을 높이는 국가복지정책이라고 할 수 있으며, 생활체육활동의 가치와 중요성에 대한 국민들의 인식은 날로 높아지고 있다. 생활체육은 국민의 건강, 체력증진과 건전한 여가를 조성하고 명량한 국민생활을 위해 중요한 역할을 수행한다는 점에서 그 의의가 크다(공경호, 2012).

우리나라의 생활체육은 경제발전, 국민 생활의 수준향상, 여기사간의 증대 등 국민들의 건강 및 체력에 대한 높은 관심과 함께 사회문화적 환경의 변화 발전 전을 이루어왔다. 이러한 생활체육의 발전으로 건강한 사회구성원을 육성하고, 건전한 여가풍토를 조성하며, 개인의 삶의 질 향상 등에 기여한바가 크다고 할 수 있다. 더욱 최근에는 웰빙(well-being)에 대한 관심 사회문화 현상과 주 5일

제 근무 시행으로 국민들의 여가 생활양식에 대한 관심이 증대되었다. 그리하여 새로운 수요가 창출되는 계기를 제공하고 있다(정영린, 2006).

생활체육을 통해 운동을 지속적으로 행한다면, 개인의 건강과 체력증진은 물론, 체육활동을 통한 대인관계의 형성과 함께 신체적, 정신적, 정서적으로 건강한 사회의 구성원으로 자리 잡게 될 것이다.

3. 참여동기

동기는 정서를 일정히 활성화시켜 실행하려는 과제를 성취하도록 하는 것으로, 행동을 취하게 하는 준비태세라 할 수 있다(서영생, 2009). 개인은 삶의 목표와 자아실현, 행복을 위해 살고, 이를 성취되기를 원하는 기본적 욕구를 지니고 있는데, 동기는 이를 이루는 에너지원이라고 할 수 있다. 하지만 개인이 갖는 동기의 양상은 각각마다 다르고, 시간과 공간 등에 따라 변화무쌍한 성질을 지니고 있다(이강현 외, 2005). 또한 개인은 다른 사람과 구분되는 자신만의 고유한 특징을 지니고 있으며, 개인이 스포츠나 신체활동 및 체육활동에 참여하는 것이 그들에게 자발적으로 참여할 만큼의 충분한 흥미를 일으킬 충분한 이유를 갖고 있다는 점을 중시해야한다. 또한 체육활동에 참여하는 과정에서 그 자체 의미로 수용해 발전 가능성이 있으며, 체육활동을 통해 추구하는 목표 및 동기는 성취감, 상쾌함, 즐거운, 도전의식을 얻을 수 있다(구재강, 2008).

유정무(1988)는 동기를 욕구를 만족시키는 활동을 하기까지 개인을 지배하는 지속성과 방향성을 가진 자극이라고 하였다. 개인의 욕구와 이루고자 하는 목표의 흥미가 만족될 때, 그 목표를 이루고 싶은 동기유발이 되는 것이라고 하였다.

동기가 지닌 기본적 속성의 요소들을 살펴보면, 첫째, 동기는 개인이 일정한 방식으로 행동하게 촉발시키는 활성화적인 힘이다. 인간 행동을 활성화시키는 측면은 동기가 지니는 추동(drive)과 각성(arousal)촉발을 말한다. 둘째, 개인의 행동 방향 설정 및 목표 지향 방향을 설정하는 측면으로 행동이 어떤 목표를 설정

하고 이루는 현상을 말한다. 이 측면 동기가 향하는 방향, 목표의 차원이라 할 수 있다. 셋째, 개인의 행동을 유지 또는 지속시키는 측면이다. 추동의 강도 및 에너지가 지닌 방향으로 행동 지속해서 유지시키는 힘을 말한다. 이는 동기가 지니는 지속성, 즉 행동적 차원을 말한다. 이 같은 특성을 갖는 참여동기(motivation)는 요구와 인지, 행동의 방향 및 활성화하는 하나의 내적 과정이 연관되어 나타난다고 할 수 있다(Reeve, 1997).

개인이 체육활동의 참여를 결정하고, 활동을 지속하는 것은 개인의 내적인 선택에 의해 좌우된다고 할 수 있다. 생활체육의 참여동기는 참여자들이 왜 생활체육에 활동에 참여하는지를 이해하고, 분석하는데 도움을 주기에 중요한 영역이라 할 수 있다(정용민, 2001). Deci(1975)는 내적으로 동기화된 행동이 유능감과 자결성을 느끼려하는 내적욕구에 의해 형성된다고 하였으며, 개인의 만족감이나 성취감에서 우러나는 본질적인 동기라고 하였다. 내적 동기는 개인이 활동에 참여시 자발적으로 우러나오는 자연 발생적인 동기이며, 체육활동에서 어떤 외적보상을 받지 아니하고 흥미와 순수한 즐거움에 의해 발생하는 동기이다. 내적동기는 참여자의 내부에서 일어나는 것으로 참여의 필요성과 목표를 개인 스스로 인지하여 일어나는 동기이며, 서영생(2009)은 내적동기는 단일개념보다 다차원적인 개념으로 이해되고 있다고 하였다. 내적동기를 중요하게 여기는 것은 인간은 자극에 의해 수동적으로 반응하기보다, 내적 과정을 통해 환경에 능동적으로 대응하는 존재이기 때문이다(최병열, 2008).

이러한 동기의 기능을 다음과 같이 살펴보면, 첫째, 동기는 행동의 내적 동력으로 에너지를 제공한다. 그렇기에 행동의 강도를 올리거나 내리기도 하는 역할을 하는데, 욕구나 충동의 성질을 지니고 있기 때문이다. 동기에 의해 이러한 욕구를 감소 및 제거하거나 또는 강화할 수 있는 행동을 일으키게 된다(정용각, 1998). 이러한 의미에서 행동의 원동력으로 작용한다고 할 수 있다.

둘째, 목표의 선택과 결과에 의해 작용한다. 역동적 과정의 설명 방법으로 행동의 방향을 설정하는 힘을 ‘유의성’ 이라고 한다. 이 유의성은 행동을 일정한 방향으로 이끌어내기도 하고, 피하게 하기도 한다(박진아, 2013). 즉, 목표지향

적 반응을 일으키기도 하며, 어떤 방법이 가장 효과적인지에 대해 행동의 인지를 생각하고 선택하는 행동을 한다(권이중, 1992).

셋째, 동기 유발이 된 사람은 내적 상황의 에너지 변화에서 일어난 긴장을 감소시키기 위해 행동을 일으킨다(조성희, 2001). 즉, 동기는 목표의 선택 및 결과에 작용한다고 할 수 있다. 동기유발은 다양한 형태의 동기들로 이루어지는 다차원적 과정(multidimensional process)이다(구재강, 2008). 한순간의 어떤 스포츠 및 신체활동에 강도 정도를 생각하여 참여 유무를 결정하는 동기가 있을 수 있으며, 개인이 경험한 만족도에 동기 유발에 영향을 미치기도 한다. 이러한 만족은 개인의 경험과 특정한 시점에서 가장 컸던 욕구에 기초를 두고 있다고 할 수 있다. 신체 활동 및 스포츠, 생활체육의 선택에 있어서 개인이 왜 그 선택을 했는지는 매우 개인적인 의미를 갖는다(구재강, 2008). 이 의미는 개인 스스로 자신의 우수성을 가장 쉽게 시연할 수 있는 것이, 자신의 신체를 이해하는 방법에 의한 것으로 개인이 생활체육의 참여하게 하는 동기로 작용할 수 있다고 볼 수 있다(구재강, 2008). 개인은 자신의 욕구 및 목표 방향에 관련된 활동을 할 때 즐거움을 느끼므로 즐거움과 흥미가 있는 활동에 참여하는 것 자체로 참여의 기초가 되며 유지 및 지속 가능하다고 할 수 있다.

4. 관여도

관여도(Involvement)는 특정 상황의 자극에 의해 유발된 개인적 중요성 또는 관심도의 수준을 말한다(리대룡·이상빈, 1998). 개인은 의사결정 상황마다 각 상황의 정보에 대해 동일한 크기의 관심을 보일 수 없으며, 이에 따라 다양한 행동이 나타난다고 할 수 있다.

관여도는 개인의 의사결정 과정의 차이를 가져오는 중요한 요인으로(임승호, 2010), 관여도의 주요 관심은 개인이 가지고 있는 관여의 태도에 따른 특정 사물의 판단 과정과 태도변화의 관련성을 말한다(이태희, 2002). 개인이 의사를 결정할 때 기울이는 관심의 정도에 따라 관련 정보를 추구하고 처리하는 행동이 다르게 나타나는데, 의사결정을 하는데 나타나는 개인의 관심정도를 관여도라 할

수 있다(최승혁, 2000).(임승호, 2010).

마케팅 분야의 관여도는 소비자를 고관여 소비자, 저관여 소비자로 구분해 각 집단별의 구매행동의 차이 규명에 집중하고 있다(이태희, 2002). 어떤 특정한 제품이 개인에게 매우 중요하게 인식되는 것을 고관여(high involvement)라고 하고, 상대적으로 관심 및 중요도가 낮은 것을 저관여(lowinvolvement)라고 한다(Antil, 1984).

Zaichkowsky(1985)는 연구에서 관여도를 필요와 가치, 관심을 근거로 하는 대상에 대한 개인의 지각된 관련성이라고 정의하였다. 그는 관여도를 개인적 관여도와 물질적 관여도, 상황적 관여도로 구분하였는데, 먼저 개인적 관여도(personal involvement)를 살펴보면, 관여 대상과 개인의 내재적 가치와 관심, 필요와 관련된 것이라 하였다. 물질적 관여도(physical involvement)는 차이를 야기하고, 관심을 높이는 대상의 특성을 의미한다. 마지막으로, 상황적 관여도(situational involvement)는 대상에 대한 관심을 일시적으로 증가시키는 환경적 요소를 말한다. 개인의 관심과 행동 등에 영향을 미치는 상황이나 특정한 상황에서 발생하는 관여로, 일시적으로 지각된 상황에 대한 관심을 말한다(이병옥, 1998).(임승호, 2010). 관여도는 이 외 소비자행동이나 사회심리학, 커뮤니케이션 등의 다양한 연구에서 각각 다른 영역으로 사용되고 있으며, 한 연구분야 내에서도 연구자들에 따라 다양한 의미로 사용되고 있는데(문영숙, 1990), 체육의 관여도(Sport involvement)에서 살펴보면, 스포츠에 대한 특정 반응 또는 입장에 대한 관심, 몰입이라 할 수 있으며, 일시적 현상이 아닌 장기간에 걸쳐 형성되고 축적되며 지속되는 관여의 개념으로 정의한다(김성규, 2002).

Zaichowsky(1985)은 스포츠의 관여도를 내재적 욕구가치와 관심을 바탕으로 스포츠에 지각되는 개인적 관련성이라고 정의하였으며, Kenyon(1981)는 개인이 스포츠의 어떤 현상이나 형태에 관련된 사회적 행위로서 적극적으로 참여하는 것이며, 그 이상의 의미를 지닌다고 하였다. 또 Lascu, Giese, Toolan, Guehring & Mercer(1995)는 스포츠 관여도는 경기 관람 개개인의 행동, 동기에 대한 이해를 하는데 유용하다고 하였다.

5. 생활만족

생활만족은 개인이 생활을 구성하는 활동에서 즐거움과 자신의 생활에 대한 의미를 긍정적으로 받아들이고, 책임감과 자아실현, 목표의 성취를 느끼고, 스스로를 가치가 있다고 여겨, 낙천적 태도 및 감정을 유지하는 것이다(황문수, 2004). 개인의 삶을 의미있게 받아들이고, 목표의 방향이 설정한대로 흘러 목표를 성취하였다고 느끼며, 자신 주변의 환경 및 대인들과 효율적으로 잘 적응해 사회적으로 어려움을 겪지 아니하고, 개인의 욕구를 충족시키는 정도이다. 이는 개인의 정신건강을 결정짓는 중요한 요소가 된다(황문수, 2004). 개인은 주위의 대인들과 상호작용을 하며 자신을 평가하는 근거가 되는데, 생활만족은 개인 기대수준이 합리적으로 충족되었는지에 대한 평가라 할 수 있다.

이효재(1979)는 일상의 활동에서 기쁨과 주요한 목표를 성취하였다고 느끼는, 자신에 대한 긍정적인 영상을 가지고 행복하다고 느끼는 낙관적 태도, 기분을 유지할 수 있는 상태를 생활 만족이라고 정의하였다(이형하, 2000).

Neugarten(1961)은 생활만족을 개인이 생활을 구성하는 활동에서 기쁨을 느끼고, 긍정적 자아상을 지니며, 자신을 가치있다고 느끼고 그 상태를 유지하는 것으로 정의하였다. 외적으로 규범적 범주인 사회적 체계에 의해 판단되거나, 내적으로 주관적 경험에 의해 평가되는 것 이상으로 개인의 내적 및 감정적으로 생활 전체에 대한 정서적, 심리적 만족상태라 하였는데, 개인의 낙천적인 태도와 감정을 유지할 때 만족을 느낀다 하였다.

생활만족은 사기와 행복감의 개념과 서로 구분되어야 하는데, 사기(Morale)는 용기와 훈련, 열의, 확신, 고난을 참고 헤쳐나가는 의지에 대한 정신적인 상태이다. 현재와 미래상태에 대한 평가, 기대로 생활만족과 구분되어진다. 행복은 현재에 느끼는 일시적인 기분, 감정이며 현 상태의 대한 평가를 주관점으로 삼는다. 생활만족은 개인이 바라던 것과 실제로 성취한 것을 비교해 개인의 전반적 존재상태를 평가하는 것으로, 삶을 장기적인 관점에서 전반적으로 평가한다(황문수, 2004). 즉, 개인의 행복에 대한 인지적, 주관적 판단과 평가이며, 행복에 대한

개인 생활의 목적과 포부의 조화적인 만족이라 할 수 있다(김현옥, 2007).

생활만족은 행복과 긍정적인 자아 존중의 정도, 적절한 생활에 대한 적응, 건전한 정신적 복지를 포함하는 다차원적이라 할 수 있다. 일반적 만족감과 개인의 주관적 선택 규정에 따른 사람의 질에 대한 만족감으로 보았다(Herzog ;1982, George ;1979).

Beard(1993)와 같이 체육활동에 따른 생활만족을 보면, 체육활동에 참여한 경험이나 참여 상황에 대해 느끼는 즐거움이나 만족감의 정도를 의미하며, 개인이 체육활동의 선택 및 참여 결과를 긍정적으로 이끌어내거나 긍정의 정서를 획득하는 것으로 정의할 수 있다. 체육활동의 참여 경험이나 상황에 대한 만족스러운 감정은 개인의 의식적 욕구, 무의식적 욕구가 충족됨으로 야기된다고 할 수 있다(이종길, 1992). 생활만족은 체육활동의 참여 및 선택을 규정하며, 활동의 지속 및 흥미를 결정하는 중요한 요소라 할 수 있다(김현옥, 2007). 또한 체육활동의 참여 결과 및 보상에 대해 만족하면, 그 체육활동에 관련된 사회화가 강화되고, 지속되며 이는 개인의 체육활동을 지속하게 하는 이유가 된다. 체육활동에 의해 행복감과 즐거움, 건강증진, 성취감, 자기발전의 기회와 자기표현의 기회와 같은 만족스러운 보상의 혜택을 받았을 때 개인은 체육활동의 생활만족을 느끼게 된다(김현옥, 2007). 체육활동은 건강을 유지하고, 증진시키며 스트레스를 해소한다. 또 사회적 유대관계를 강화하고, 활동 자체에 만족을 느낀다. 활동을 통해서 느낀 만족은 개인의 생활자체에 대한 만족을 향상시키며 궁극적으로 삶의 질을 높인다(엄진중, 2010). 엄진중(2010)은 생활체육의 참여는 여가활동을 통한 욕구충족 및 대리만족, 심리적 안녕을 누리며 생활만족의 관계 역할을 하고 있다. 생활체육활동은 신체적, 사회적, 정신적 건강을 향상시키고, 이는 개인의 전체적인 생활만족에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다.

Ⅲ. 연구방법

본 연구는 생활체육에 대한 포스트 코로나 시대 참여자들의 운동참여동기와 관여도, 생활만족도의 영향과 관계성에 대해 확인하고자 하였으며 다음과 같은 연구대상, 조사도구, 연구절차 및 자료분석 과정을 통해 연구를 수행하였다.

1. 연구 대상

본 연구의 대상자는 생활체육에 기존 참여경험이 있는 참여자들을 대상으로 선정하였으며 코로나로 인한 운동참여가 원활하지 못했던 상황을 경험한 것을 토대로 연구하였다. 현재 코로나 시대가 지나고 있으며 코로나와 함께 생활해야 하는 상황들에 대해 생활체육에 참여했던 대상자들에게 참여동기와 관여도, 생활만족도를 요인으로 설정하여 영향성과 관계성을 규명하고자 한다. 이에 참여한 대상자들의 일반적 특성은 <표 1>의 내용과 같다. 전체 387명에게 설문을 받았으며 적절하지 못하게 참여한 설문 32명의 설문을 제외한 355명의 설문을 기반으로 확인하였다.

표 1. 조사 참여자의 일반적 특성

		빈도(명)	비율(%)
성별	남성	220	62.0
	여성	135	38.0
연령	20대	36	10.1
	30대	94	26.5
	40대	114	32.1
	50대	78	22.0
	60대이상	33	9.3
	최종학력	고졸이하	30
	전문대 졸	141	39.7
	대학 졸	152	42.8
	대학원 졸	32	9.0
소득	100만원 미만	8	2.3
	100만원대	64	18.0
	200만원대	203	57.2
	300만원대	69	19.4
	400만원대	11	3.1
운동시간	주 1시간대	24	6.8
	주 2시간대	88	24.8
	주 3시간대	93	26.2
	주 4시간대	126	35.5
	주 5시간대	24	6.8

2. 조사 도구

본 연구를 위한 설문지 구성은 <표 2>와 같이 구성하여 실시하였다. 설문지에 대한 요인은 참여동기, 관여도, 생활만족으로 구분하였으며, 세부적 요인으로는 참여동기의 자기개발형, 사교지향형, 가족지향형, 여가지향형, 건강지향형의 20 문항으로 구분하였으며, 관여도는 즐거움 인지, 중요성 인지, 자기표현성 인지의 9문항으로 구분하였다. 생활만족도는 4문항의 단일 요인으로 설정하여 살펴보았다. 일반적 특성 5문항으로 설정하여 전체 38문항으로 구성하였다.

표 2. 설문지의 세부구성내용

구 분	내 용	문항수
일반적 특성	성별, 연령, 학력, 소득, 운동시간	5
참여동기	자기개발, 사교지향, 가정지향, 여가선용, 건강지향	20
관심	즐거움인지, 중요성인지, 자기표현성인지	9
생활만족도	생활만족	4
합계		38

1) 참여동기

생활체육 참여자들에 대한 참여동기를 확인하기 위해 Iso-Ahola, Ellen(1982)이 개발한 설문 문항을 국내에 적용하여 새롭게 이론 정립을 한 김양례(2000), 석부길, 김수현, 조광민(2009)이 사용한 설문지를 바탕으로 구성하였으며 리커트 5점척도를 적용하였다.

2) 관여도

생활체육 참여자들의 관여도를 확인하기 위해 Laurent와 Kapferer(1985)가 개발하여 사용한 설문 문항을 Havitz와 Howard(1995)이 수정하여 사용했으며, 국내에서 하지연(2004)이 선행 연구에서 사용했던 문항을 본 연구의 구성에 적절하도록 9문항을 리커트 5점 척도로 적용하였다.

3) 생활만족

생활체육 참여자들의 생활만족에 대한 측정을 위해 Diener, Emmons, Larsen & Griffin(1985)이 개발하여 사용한 척도(The Satisfaction with Life Scale: SWLS)를 기반으로 국내에서 이종길(1992), 유기성(2006), 임낙철(2009), 김재필, 문한식(2008)등이 연구에서 활용한 생활만족 척도 4문항을 리커트 5점 척도를 적용하여 사용하였다.

3. 조사도구의 타당도 및 신뢰도

본 연구를 위해 수정보완한 설문지에 대한 타당도와 신뢰도 확보를 위해 다음과 같이 분석을 통해 확인하였으며, 타당성 확보는 탐색적요인분석과 확인적요인분석을 통해 확인하였다. 이를 통해 구성되어진 문항들에 대한 신뢰도는 Cronbach' s α 계수를 통해 신뢰도 검정을 실시하였다.

1) 참여동기에 대한 타당도와 신뢰도 분석

참여동기에 대한 분석결과는 다음과 같이 나타났다.

표 3. 참여동기에 대한 타당도 및 신뢰도 분석

문항내용	건강지향	여가선용	사교지향	자기개발	가정지향
건강2	.869	.118	.206	.119	-.037
건강1	.854	.166	.121	.095	-.003
건강4	.825	.188	.258	.107	.025
건강3	.770	.224	.246	.135	-.080
취미2	.134	.861	.134	.130	.040
취미3	.154	.860	.175	.092	-.020
취미4	.275	.790	.260	.111	-.006
취미1	.166	.778	.309	.176	-.001
사교1	.194	.159	.810	.104	-.009
사교3	.180	.183	.799	.038	.063
사교2	.241	.227	.778	.162	-.052
사교4	.205	.258	.773	.150	-.004
자기1	.126	.097	-.009	.858	-.009
자기3	.117	.116	.134	.854	-.064
자기2	.117	.039	.099	.848	-.028
자기4	.044	.202	.186	.751	-.060
가정3	-.019	.003	-.037	-.077	.873
가정2	.006	-.017	.021	-.040	.869
가정4	-.005	.069	-.093	-.090	.775
가정1	-.054	-.045	.112	.061	.769
고유값	3.121	3.088	2.979	2.951	2.735
분산(%)	15.605	15.422	14.897	14.755	13.676
누적(%)	15.605	31.047	45.944	60.699	74.375
신뢰도	.904	.904	.874	.871	.838

$KMO = .874, X^2 = 4302.232, df = 190, sig=.000$

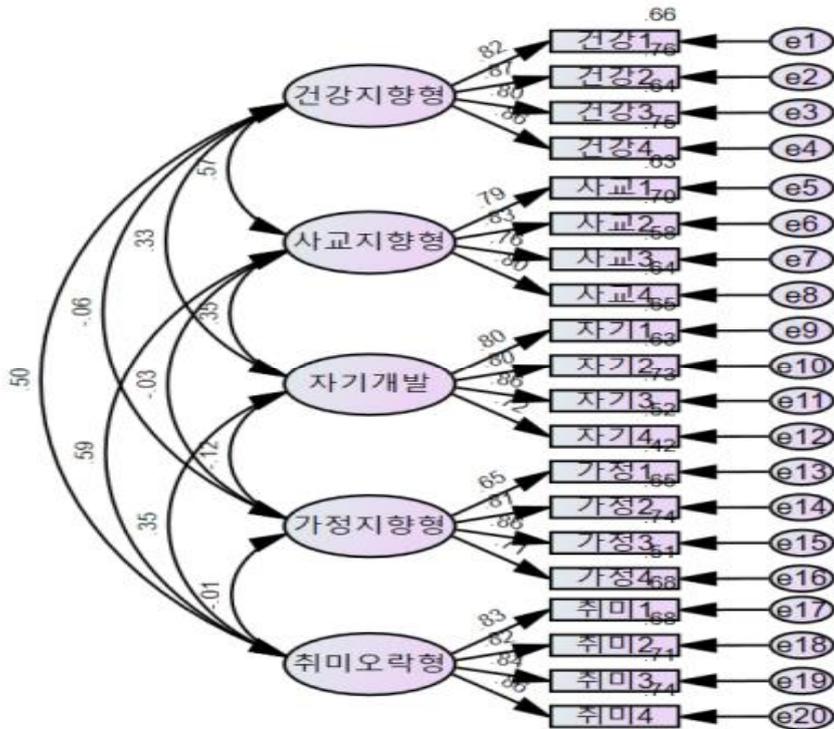


그림 3. 참여동기 척도의 확인적 요인분석 모형

참여동기에 대한 요인별 분석에서 5가지 요인에 대해 탐색적, 확인적 요인분석의 결과에서 모두 충족할 수 있는 요인 값을 나타내고 있으며, 이러한 요인에 대한 값들은 <표 3>, <그림 2>에 나타나 있다. 신뢰수준은 83~90% 정도로 높게 나타났으며 확인적 요인분석의 기준값<표 4>를 모두 충족하고 있는 것을 확인하였다.

표 4. 참여동기 척도에 대한 확인적 요인분석의 적합성 결과

	χ^2	df	NFI	GFI	RMR	TLI	CFI	RMSEA
기준치	-	-	.9이상	.9이상	.05이하	.9이상	.9이상	.10이하
측정모형	324.637***	160	.926	.914	.031	.954	.961	.054

***p<.001

2) 관여도에 대한 타당도와 신뢰도 분석

관여도에 대한 분석결과는 다음과 같이 나타났다.

표 5. 관여도에 대한 타당도 및 신뢰도 분석

문항내용	중요성	자기표현	즐거움
중요성2	.859	.241	.211
중요성1	.843	.223	.192
중요성3	.787	.239	.238
자기표현2	.254	.871	.155
자기표현1	.166	.867	.181
자기표현3	.275	.771	.202
즐거움2	.115	.172	.870
즐거움3	.281	.110	.799
즐거움1	.221	.241	.764
전체	2.378	2.368	2.215
분산(%)	26.419	26.315	24.615
누적분산(%)	26.419	52.734	77.349
신뢰도	.868	.865	.812

KMO = .843, $X^2 = 1723.728$, df = 36, sig=.000

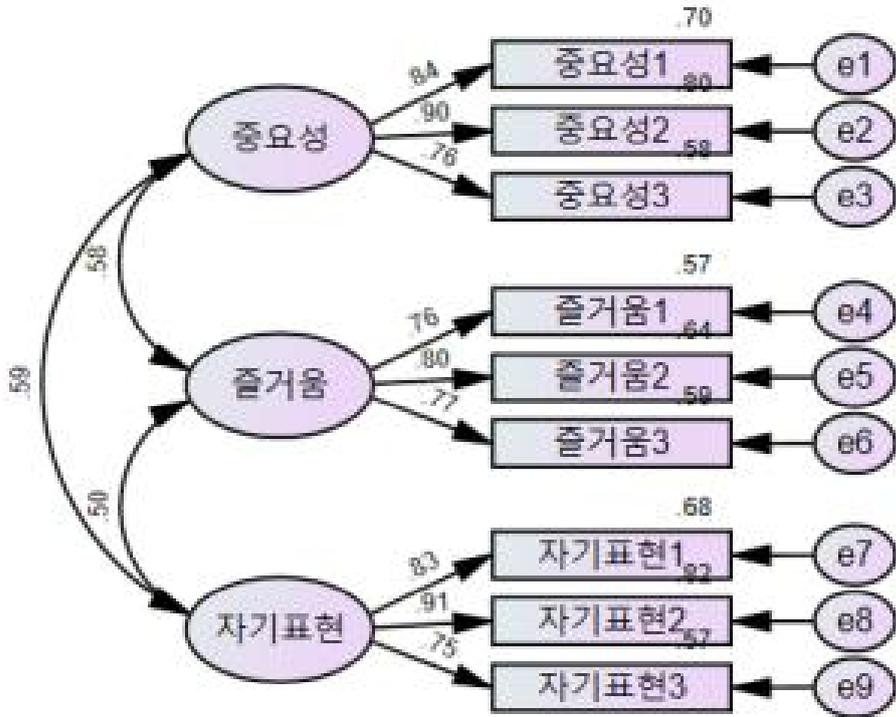


그림 4. 관여도 척도의 확인적 요인분석 모형

관여도에 대한 요인별 분석에서 3가지 요인에 대해 탐색적, 확인적 요인분석의 결과에서 모두 충족할 수 있는 요인 값을 나타내고 있으며, 이러한 요인에 대한 값들은 <표 5>, <그림 3>에 나타나 있다. 신뢰수준은 81~86% 수준으로 나타났으며 확인적 요인분석의 기준값<표 6>을 모두 충족하고 있는 것을 확인하였다.

표 6. 관여도 척도에 대한 확인적 요인분석의 적합성 결과

	χ^2	df	NFI	GFI	RMR	TLI	CFI	RMSEA
기준치	-	-	.9이상	.9이상	.05이하	.9이상	.9이상	.10이하
측정모형	67.262***	24	.961	.958	.029	.962	.975	.071

***p<.001

3) 생활만족에 대한 타당도와 신뢰도 분석

생활만족에 대한 분석결과는 다음과 같이 나타났다.

표 7. 생활만족도에 대한 타당도 및 신뢰도 분석

문항내용	생활만족도
생활만족4	.921
생활만족2	.891
생활만족1	.881
생활만족3	.815
전체	3.083
분산(%)	77.077
누적분산(%)	77.077
신뢰도	.900

KMO = .822, $X^2 = 924.582$, df = 6, sig=.000

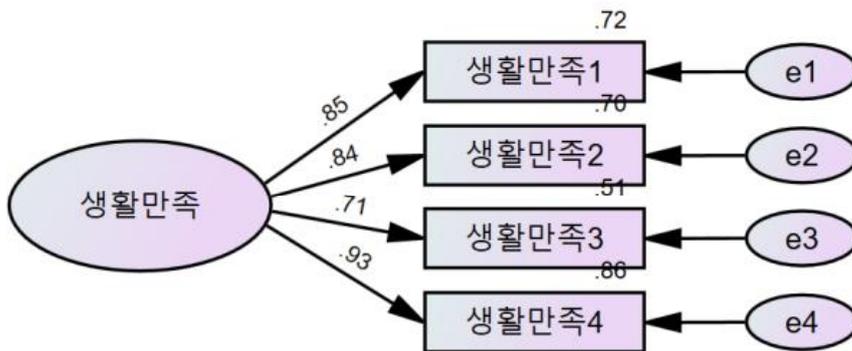


그림 5. 생활만족도 척도의 확인적 요인분석 모형

표 8. 생활만족도 척도에 대한 확인적 요인분석의 적합성 결과

	χ^2	df	NFI	GFI	RMR	TLI	CFI	RMSEA
기준치	-	-	.9이상	.9이상	.05이하	.9이상	.9이상	.10이하
측정모형	12.175***	2	.987	.983	.014	.967	.989	.096

***p<.001

생활만족은 단일요인으로 탐색적, 확인적 요인분석의 결과에서 모두 충족할 수 있는 요인 값을 나타내고 있으며, 이러한 요인에 대한 값들은 <표 7>, <그림 4>에 나타나 있다. 신뢰수준은 90% 수준으로 높게 나타났으며 확인적 요인분석의 기준값<표 8>을 모두 충족하고 있는 것을 확인하였다.

4. 자료처리

본 연구의 자료처리는 통계프로그램 SPSS 27.0과 AMOS 27.0을 이용하여 목적에 따른 검증을 위해 분석하였다. 조사대상자의 일반적 특성은 빈도분석(Frequency analysis)을 이용하였으며, 설문지에 대한 구성타당도 검증을 위해 요인분석(Factor analysis)을 실시하고, 확인적 요인분석을 실시하였다. 동일집단으로 구성되어진 요인들에 대한 신뢰도 검증을 통해 Cronbach' s α 계수로 산출하였다. 각 요인들 간 차이를 비교하기 위해 독립표본 t-test와 일원분산분석(one-way ANOVA)을 실시하고, 사후검정은 scheffe를 이용하였다. 각 요인 간 Pearson의 상관관계분석을 실시하였으며, 다중회귀분석을 실시하여 세부적 관계들에 대해 분석하였다. 포스트 코로나 이후에 대한 참여동기, 관여도, 생활만족도 관계에 대해 AMOS 27.0을 이용하여 관계성에 대해 분석하였다.

모든 통계치에 대한 유의수준은 p<.05로 설정하였다.

IV. 연구결과

1. 생활체육 참여자들의 일반적 특성에 따른 차이

1) 성별에 따른 차이

참여자들의 성별에 따라 참여동기, 관여도, 생활만족도의 대한 차이를 살펴본 결과는 <표 9>와 같이 나타났다. 참여동기의 건강지향, 사교지향, 자기개발, 가정지향, 여가선용의 세부적 요인에서의 성별에 따른 평균적 차이는 나타났으나 통계적 유의미한 차이는 보이지 않았으며, 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지에서도 통계적 유의미한 차이는 나타나지 않았다. 생활만족도에 대한 차이에서도 통계적 유의미한 차이는 나타나지 않았다.

그렇지만 참여동기의 사교지향형과 여가선용 요인에서 평균 4점이상으로 긍정적인 인식이 많은 것을 확인 할 수 있었으며, 관여도의 중요성 인지가 가장 높게 나타났고, 생활만족도에서도 4점 이상으로 높은 것을 확인하였다.

표 9. 성별에 따른 차이

변인	성별	N	M±SD	t	p
건강지향형	남자	220	3.97±.70	.420	.675
	여자	135	3.94±.76		
사교지향형	남자	220	4.18±.63	-.700	.485
	여자	135	4.23±.60		
참여 동기	남자	220	3.69±1.01	-1.138	.256
	여자	135	3.81±.92		
가정지향형	남자	220	3.92±.58	-1.076	.283
	여자	135	3.99±.67		
여가선용형	남자	220	4.50±.55	1.801	.073
	여자	135	4.39±.66		
중요성인지	남자	220	4.05±.68	.792	.429
	여자	135	4.00±.67		
관여도	남자	220	3.95±.74	.441	.659
	여자	135	3.91±.71		
자기표현인지	남자	220	3.37±.84	-1.159	.247
	여자	135	3.48±.78		
생활만족도	남자	220	4.02±.74	.078	.938
	여자	135	4.01±.76		

* $p < .05$

2) 연령에 따른 차이

참여자들의 연령에 따라 참여동기, 관여도, 생활만족도의 대한 차이를 살펴본 결과는 <표 10>과 같이 나타났다. 참여동기의 건강지향, 사교지향, 자기개발, 가정지향, 여가선용의 세부적 요인에서의 연령에 따른 평균적 차이는 나타났으나 통계적 유의미한 차이는 보이지 않았으며, 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지에서도 통계적 유의미한 차이는 나타나지 않았다. 생활만족도에 대한 차이에서도 통계적 유의미한 차이는 나타나지 않았다.

표 10. 연령에 따른 차이

변인	연령	N	M±SD	F	<i>p</i> (post-hoc)
건강지향형	20대	36	3.81±.75	1.469	.211
	30대	94	3.89±.67		
	40대	114	3.94±.77		
	50대	78	4.09±.68		
	60대이상	33	4.06±.77		
참여 동기 사교지향형	20대	36	4.02±.66	1.315	.264
	30대	94	4.19±.51		
	40대	114	4.21±.68		
	50대	78	4.30±.59		
	60대이상	33	4.15±.65		
자기개발형	20대	36	3.73±1.10	.198	.939
	30대	94	3.74±.86		
	40대	114	3.79±.95		
	50대	78	3.67±1.04		
	60대이상	33	3.68±1.09		

	가정지향형	20대	36	4.09±.64	.779	.540
		30대	94	3.91±.59		
		40대	114	3.96±.65		
		50대	78	3.96±.61		
		60대이상	33	3.85±.57		
	여가선용형	20대	36	4.27±.86	1.064	.374
		30대	94	4.51±.49		
		40대	114	4.47±.62		
		50대	78	4.46±.57		
		60대이상	33	4.51±.49		
	중요성인지	20대	36	3.92±.79	.419	.649
		30대	94	3.98±.61		
		40대	114	4.06±.69		
		50대	78	4.10±.66		
		60대이상	33	4.04±.73		
관여도	즐거움인지	20대	36	3.96±.79	.642	.633
		30대	94	3.85±.67		
		40대	114	4.00±.74		
		50대	78	3.94±.74		
		60대이상	33	3.88±.79		
	자기표현인지	20대	36	3.48±.84	.773	.543
		30대	94	3.37±.74		
		40대	114	3.33±.89		
		50대	78	3.47±.80		
		60대이상	33	3.57±.80		
	생활만족도	20대	36	4.15±.78	1.349	.251
		30대	94	4.00±.70		
		40대	114	4.10±.70		
		50대	78	3.91±.79		
		60대이상	33	3.89±.91		

* $p < .05$

3) 최종학력에 따른 차이

참여자들의 최종학력에 따라 참여동기, 관여도, 생활만족도의 대한 차이를 살펴본 결과는 <표 11>과 같이 나타났다. 참여동기의 건강지향, 사교지향, 자기개발, 가정지향, 여가선용의 세부적 요인에서의 최종학력에 따른 평균적 차이는 나타났다으나 통계적 유의미한 차이는 보이지 않았으며, 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지에서도 통계적 유의미한 차이는 나타나지 않았다. 생활만족도에 대해서만 차이가 있는 것으로 나타났으며 사후검정을 통해 확인해 보니 대학원졸업 집단이 다른요인들보다 우수하게 높은 것을 확인 할 수 있었다.

표 11. 최종학력에 따른 차이

변인	최종학력	N	M±SD	F	<i>p</i> (post-hoc)
건강지향형	고졸이하	30	4.21±.58	1.770	.153
	전문대졸	141	3.88±.72		
	대학졸	152	3.98±.73		
	대학원졸	32	3.98±.82		
참여 동기	고졸이하	30	4.35±.55	.994	.396
	전문대졸	141	4.16±.67		
	대학졸	152	4.19±.57		
	대학원졸	32	4.28±.68		
자기개발형	고졸이하	30	3.75±.99	.119	.949
	전문대졸	141	3.74±1.00		
	대학졸	152	3.71±.94		
	대학원졸	32	3.82±1.05		

가정지향형	고졸이하	30	3.84±.57	1.342	.261
	전문대졸	141	3.95±.61		
	대학졸	152	3.93±.63		
	대학원졸	32	4.14±.62		
여가선용형	고졸이하	30	4.60±.48	1.206	.308
	전문대졸	141	4.40±.60		
	대학졸	152	4.48±.61		
	대학원졸	32	4.53±.62		
중요성인지	고졸이하	30	4.07±.59	.135	.939
	전문대졸	141	4.02±.68		
	대학졸	152	4.02±.67		
	대학원졸	32	4.09±.80		
관여도	즐거움인지			1.017	.385
	고졸이하	30	4.08±.81		
	전문대졸	141	3.90±.67		
	대학졸	152	3.90±.76		
자기표현인지	대학원졸	32	4.08±.72	1.072	.361
	고졸이하	30	3.54±.75		
	전문대졸	141	3.40±.86		
	대학졸	152	3.44±.77		
생활만족도	대학원졸	32	3.19±.90	3.058	.028* (d>a,b,c)
	고졸이하(a)	30	3.76±.84		
	전문대졸(b)	141	3.97±.74		
	대학졸(c)	152	4.05±.71		
대학원졸(d)	32	4.31±.79			

* $p < .05$

4) 소득에 따른 차이

참여자들의 소득에 따라 참여동기, 관여도, 생활만족도의 대한 차이를 살펴본 결과는 <표 12>와 같이 나타났다. 참여동기의 건강지향, 사교지향, 자기개발, 여가선용의 세부적 요인에서의 소득에 따른 평균적 차이는 나타났으나 통계적 유의미한 차이는 보이지 않았으며, 가정지향형에서 유의미한 차이를 확인할 수 있었다. 사후검정을 통해 세부적 차이에 대해 살펴보았으며 400만원대 소득이 200만원대 소득보다 유의미한 차이로 높은 것을 확인하였다. 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지에서는 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 생활만족도에 대한 차이에서도 통계적 유의미한 차이는 나타나지 않았다.

표 12. 소득에 따른 차이

변인	소득	N	M±SD	F	<i>p</i> (post-hoc)
건강 지향형	100만원미만	8	3.81±.69	.466	.761
	100만원대	64	3.97±.77		
	200만원대	203	3.97±.72		
	300만원대	69	3.90±.72		
	400만원대	11	4.18±.75		
참여 동기	100만원미만	8	4.12±.37	.190	.944
	100만원대	64	4.25±.54		
	200만원대	203	4.20±.61		
	300만원대	69	4.17±.70		
	400만원대	11	4.20±.87		
자기 개발형	100만원미만	8	3.90±.39	1.245	.292
	100만원대	64	3.77±.88		
	200만원대	203	3.79±.96		
	300만원대	69	3.50±1.07		
	400만원대	11	3.81±1.26		

가정 지향형	100만원미만(a)	8	3.93±.53	2.927	.021* (e>c)
	100만원대(b)	64	3.90±.60		
	200만원대(c)	203	3.88±.60		
	300만원대(d)	69	4.13±.65		
	400만원대(e)	11	4.29±.53		
여가 선용형	100만원미만	8	4.46±.47	.354	.842
	100만원대	64	4.42±.62		
	200만원대	203	4.47±.62		
	300만원대	69	4.43±.55		
	400만원대	11	4.63±.46		
중요성 인지	100만원미만	8	3.70±.72	1.197	.312
	100만원대	64	4.03±.57		
	200만원대	203	4.06±.69		
	300만원대	69	3.95±.70		
	400만원대	11	4.30±.78		
관여 도	100만원미만	8	4.00±.43	.598	.664
	100만원대	64	4.01±.73		
	200만원대	203	3.95±.75		
	300만원대	69	3.83±.71		
	400만원대	11	3.84±.73		
자기표현 인지	100만원미만	8	3.29±.48	.701	.592
	100만원대	64	3.44±.67		
	200만원대	203	3.37±.87		
	300만원대	69	3.49±.83		
	400만원대	11	3.69±.78		
생활만족도	100만원미만	8	3.75±.83	1.002	.406
	100만원대	64	3.88±.80		
	200만원대	203	4.06±.71		
	300만원대	69	4.05±.81		
	400만원대	11	4.06±.76		

* $p < .05$

5) 운동시간에 따른 차이

참여자들의 운동시간에 따라 참여동기, 관여도, 생활만족도의 대한 차이를 살펴본 결과는 <표 13>과 같이 나타났다. 참여동기의 사교지향, 자기개발, 가정지향, 여가선용의 세부적 요인에서의 운동시간에 따른 평균적 차이는 나타났으나 통계적 유의미한 차이는 보이지 않았으며, 건강지향형에서 차이가 나타나 사후검정을 통한 결과 1시간대 참여자가 2시간 이상대의 참여자들보다 유의미하게 높은 것으로 나타났다. 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지는 통계적 유의미한 차이는 나타나지 않았으며, 자기표현 인지에서 1시간대 참여자가 2시시간대 이상의 참여자들보다 유의미한 수준으로 높은 것으로 나타났다. 생활만족도에서는 통계적 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

표 13. 운동시간에 따른 차이

변인	운동시간	N	M±SD	F	P (post-hoc)
건강 지향형	1시간대(a)	24	4.36±.78	3.263	.012* (a>b,c,d,e)
	2시간대(b)	88	3.96±.71		
	3시간대(c)	93	3.96±.68		
	4시간대(d)	126	3.95±.71		
	5시간대(e)	24	3.61±.87		
참여 동기	1시간대	24	4.37±.69	1.859	.117
	2시간대	88	4.24±.50		
	3시간대	93	4.13±.73		
	4시간대	126	4.24±.57		
	5시간대	24	3.95±.66		
자기 개발형	1시간대	24	4.18±.69	1.912	.108
	2시간대	88	3.74±.93		
	3시간대	93	3.67±1.05		
	4시간대	126	3.75±.98		
	5시간대	24	3.44±.95		

	가정 지향형	1시간대	24	3.83±.60	1.886	.112
		2시간대	88	3.94±.62		
		3시간대	93	3.91±.56		
		4시간대	126	3.94±.65		
		5시간대	24	4.27±.65		
	여가 선용형	1시간대	24	4.53±.53	1.601	.173
		2시간대	88	4.50±.49		
		3시간대	93	4.34±.73		
		4시간대	126	4.52±.57		
		5시간대	24	4.37±.57		
	중요성 인지	1시간대	24	4.33±.67	2.116	.078
		2시간대	88	3.94±.64		
		3시간대	93	4.03±.68		
		4시간대	126	4.07±.68		
		5시간대	24	3.84±.72		
관여 도	즐거움 인지	1시간대	24	4.20±.75	1.165	.326
		2시간대	88	3.92±.72		
		3시간대	93	3.93±.71		
		4시간대	126	3.93±.75		
		5시간대	24	3.76±.71		
	자기표현 인지	1시간대(a)	24	3.90±.77	2.618	.035* (a>b,c,d,e)
		2시간대(b)	88	3.37±.80		
		3시간대(c)	93	3.38±.75		
		4시간대(d)	126	3.41±.89		
		5시간대(e)	24	3.20±.65		
	생활만족도	1시간대	24	4.22±.74	1.724	.144
		2시간대	88	4.08±.71		
		3시간대	93	4.04±.70		
		4시간대	126	3.89±.81		
		5시간대	24	4.16±.70		

* $p < .05$

2. 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도 상호 작용

1) 생활체육 참여자들의 참여동기가 관여도에 미치는 영향

표 14. 생활체육 참여자들의 참여동기의 건강지향형이 관여도에 미치는 영향

변인	종속변수 : 건강지향형			t	F
	비	표준화			
	표준화 계수	계수	계수		
	b	SE	β		
중요성 인지	.356	.057	.322	6.221***	
즐거움 인지	.092	.050	.093	1.848	69.601***
자기표현 인지	.268	.046	.302	5.842***	
$R^2 = .373, \text{adj } R^2 = .368$					

***p<.001

생활체육 참여자들의 참여동기 중 건강지향형 요인과 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지의 요인과의 상호작용을 확인 한 결과에 대해 <표 14>와 같이 나타났다. 회귀분석을 실시한 결과 37.3%($R^2 = .373$)의 설명력을 갖는 것으로 나타났으며, 세부적으로는 중요성 인지($\beta = .322, t = 6.221, p < .001$), 자기표현 인지($\beta = .302, t = 5.842, p < .001$)로 통계적으로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 15. 생활체육 참여자들의 참여동기의 사교지향형이 관여도에 미치는 영향

변인	종속변수 : 사교지향형				F
	비 표준화 계수		표준화 계수	t	
	b	SE	β		
중요성 인지	.340	.053	.372	6.368***	
즐거움 인지	.144	.047	.170	3.084**	38.364***
자기표현 인지	.021	.043	.028	.492	
$R^2 = .247, \text{adj } R^2 = .240$					

***p<.001

생활체육 참여자들의 참여동기 중 사교지향형 요인과 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지의 요인과의 상호작용을 확인 한 결과에 대해 <표 15>와 같이 나타났다. 회귀분석을 실시한 결과 24.7%($R^2 = .247$)의 설명력을 갖는 것으로 나타났으며, 세부적으로는 중요성 인지($\beta = .372, t = 6.368, p < .001$), 즐거움 인지($\beta = .170, t = 3.084, p < .01$)로 통계적으로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 16. 생활체육 참여자들의 참여동기의 자기개발형이 관여도에 미치는 영향

변인	종속변수 : 자기개발형				t	F
	비 표준화 계수		표준화 계수			
	b	SE	β			
중요성 인지	.081	.088	.057	.927		
즐거움 인지	.414	.077	.311	5.395**	24.885***	
자기표현 인지	.148	.070	.125	2.105*		

$R^2 = .175$, adj $R^2 = .168$

***p<.001

생활체육 참여자들의 참여동기 중 자기개발형 요인과 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지의 요인과의 상호작용을 확인 한 결과에 대해 <표 16>과 같이 나타났다. 회귀분석을 실시한 결과 17.5% ($R^2 = .175$)의 설명력을 갖는 것으로 나타났으며, 세부적으로는 즐거움 인지 ($\beta = .311$, $t = 5.395$, $p < .01$), 자기표현 인지 ($\beta = .125$, $t = 2.105$, $p < .05$)로 통계적으로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 17. 생활체육 참여자들의 참여동기의 가정지향형이 관여도에 미치는 영향

변인	중속변수 : 가정지향형				t	F
	비 표준화 계수		표준화 계수			
	b	SE	β			
중요성 인지	.039	.061	.043		.637	
즐거움 인지	-.025	.054	-.030		-.470	.211
자기표현 인지	.009	.049	.011		.174	
$R^2 = .002, \text{adj } R^2 = -.007$						

*p<.05

생활체육 참여자들의 참여동기 중 가정지향형 요인과 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지의 요인과의 상호작용을 확인 한 결과에 대해 <표 17>과 같이 나타났다. 회귀분석을 실시한 결과 관여도 요인들에 대해 통계적으로 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

표 18. 생활체육 참여자들의 참여동기의 여가선용형이 관여도에 미치는 영향

변인	종속변수 : 여가선용형				t	F
	비 표준화 계수		표준화 계수			
	b	SE	β			
중요성 인지	.351	.050	.396	7.010***		
즐거움 인지	.178	.044	.216	4.057***	49.042***	
자기표현 인지	.007	.040	.009	.164		

$R^2 = .295$, adj $R^2 = .289$

***p<.001

생활체육 참여자들의 참여동기 중 여가선용형 요인과 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 자기표현 인지의 요인과의 상호작용을 확인 한 결과에 대해 <표 18>과 같이 나타났다. 회귀분석을 실시한 결과 29.5% ($R^2 = .295$)의 설명력을 갖는 것으로 나타났으며, 세부적으로는 중요성 인지($\beta = .396$, $t = 7.010$, $p < .001$), 즐거움 인지($\beta = .216$, $t = 4.057$, $p < .001$)로 통계적으로 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2) 생활체육 참여자들의 관여도가 생활만족도에 미치는 영향

표 19. 생활체육 참여자들의 관여도가 생활만족도에 미치는 영향

종속변수	독립변수 : 생활만족도					R ² =, ΔR ² =
	비 표준화 계수		표준화 계수	t	F	
	b	SE	β			
중요성 인지	.039	.048	.043	.804	.646	R ² =.002, ΔR ² =-.001
즐거움 인지	.016	.052	.017	.311	.096	R ² =.000, ΔR ² =-.003
자기표현 인지	-.029	.058	-.026	-.491	.241	R ² =.001, ΔR ² =-.002

*p<.05

생활체육 참여자들의 관여도가 생활만족도 요인과 상호작용력을 살펴본 결과는 <표 19>와 같이 나타났다. 관여도의 중요성 인지와 즐거움 인지, 자기표현 인지의 요인들에서 통계적으로 유의미한 영향력이 나타나지 않았다.

3. 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도 인과 관계

1) 각 요인별 상관관계 검증

본 연구를 위한 세부적 요인들 간의 상관관계를 분석한 결과 <표 20>과 같이 가정지향형 요인에서의 유의미한 상관이 나타나지 않았으며, 생활만족도 요인은 가정지향형 요인과의 상관을 제외하고는 부적상관을 비롯한 유의미한 상관이 나타나지 않았다. 위 두 요인을 제외하고는 최소($r=.301$, $p<.01$)에서 최대($r=.540$, $p<.01$)로 나타나 유의미한 정적 상관이 있는 것을 확인 할 수 있었다.

표 20. 각 요인별 상관관계

	a	b	c	d	e	f	g	h
a	1							
b	.506**	1						
c	.294**	.301**	1					
d	-.052	-.008	-.090	1				
e	.453**	.521**	.317**	-.004	1			
f	.540**	.472**	.279**	.034	.509**	1		
g	.393**	.368**	.395**	-.003	.418**	.500**	1	
h	.521**	.303**	.294**	.021	.318**	.537**	.446**	1
i	-.045	-.066	-.030	.313**	-.049	.036	.003	-.032

** $p<.01$

a=건강지향형, b=사교지향형, c=자기개발형, d=가정지향형, e=취미오락형,
f=중요성 인지, g=즐거움 인지, h=자기포현 인지, i=생활만족도

2) 연구모형의 적합도 검증

코로나 시대 이후 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도의 구조적 관계를 확인하기 위한 구조방정식 모형 분석을 통해 적합도를 검증해 보았으며 그 결과 <그림 0>과 같이 나타났으며, $\chi^2(101.587, p<.001)$, NFI(.881), GFI(.941), RMR(.032), TLI(.866), CFI(.907), RMSEA(.093)으로 모형적합도 지수의 기준치<표 21>에 대해 모두 충족하지는 못하는 것으로 나타났다. 이에 적합도 요인에서의 통계적으로 적절한 모형검정을 위해 약간을 변형한 대안모형을 제시해 보았다.

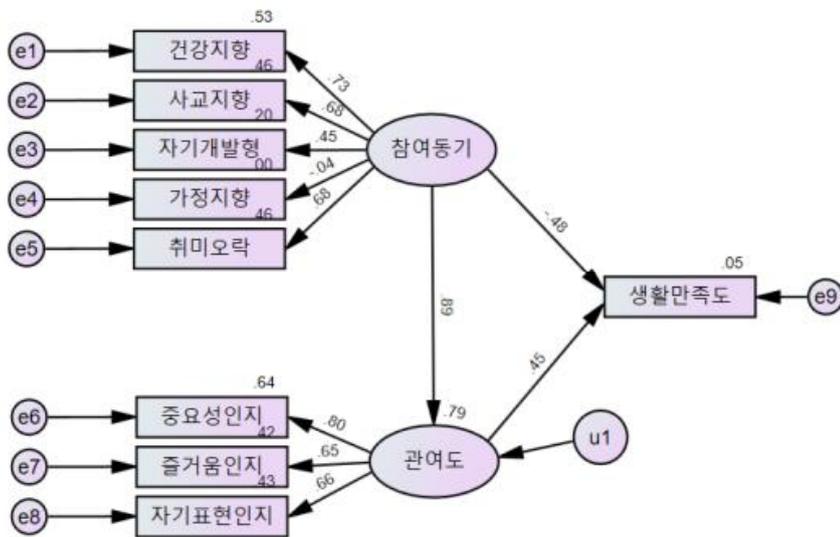


그림 6. 연구모형

대안모형의 가장 큰 특징은 ‘참여동기의 가정지향형 요인을 제외하여 → 관여도’로 가는 경로로 <그림 5>와 같이 제시하였다. 그에 따른 대안모형의 적합도 지수를 확인한 결과 안모형의 적합도 지수는 $\chi^2(56.884, p<.001)$, NFI(.930), GFI(.961), RMR(.024), TLI(.923), CFI(.950), RMSEA(.078)

로 나타나 대부분의 적합도 지수 수용기준을 <표 6>과 같이 만족하게 나타나 최종 모형으로 결정하였다.

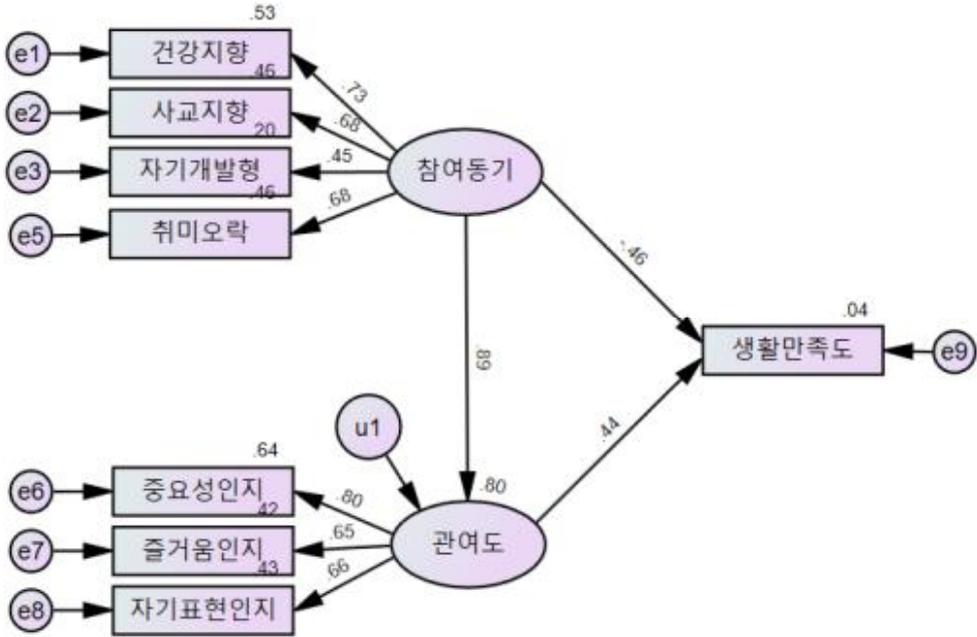


그림 7. 대안모형

표 21. 연구모형에 대한 적합도 검증 결과

	χ^2	df	NFI	GFI	RMR	TLI	CFI	RMSEA
기준치	-	-	.9이상	.9이상	.05이하	.9이상	.9이상	.10이하
연구모형	101.587***	25	.881	.941	.032	.866	.907	.093
대안모형	56.884***	18	.930	.961	.024	.923	.950	.078

***p<.001

3) 가설검증 결과

대안모형의 각 경로별 통계적 유의성을 확인하기 위해 연구모형의 경로계수를 추정한 결과는 <표 22>와 같이 잠재변인간 표준화 경로계수는 $-.657 \sim .989$ 로 나타났으며, 관여도에서 생활만족도로 직접 가는 경로($\beta = .440, p > .05$)와 참여동기에서 생활만족도의 직접 경로($\beta = -.464, p > .05$)를 제외하고 경로계수가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

표 22. 대안모형의 경로계수 추정 및 통계적 유의성

경로	B	β	S.E.	C.R.	가설검정
참여동기 → 관여도	.915	.892	.079	11.589***	채택
참여동기 → 자기개발형	.825	.450	.108	7.624***	채택
참여동기 → 사고지향형	.793	.679	.070	11.268***	채택
참여동기 → 건강지향형	1.000	.730			
참여동기 → 여가선용형	.770	.681	.068	11.303***	채택
관여도 → 자기포현인지	.989	.658	.085	11.576***	채택
관여도 → 즐거움인지	.868	.647	.076	11.381***	채택
관여도 → 중요성인지	1.000	.803			
관여도 → 생활만족도	.607	.440	.350	1.732	기각
참여동기 → 생활만족도	-.657	-.464	.360	-1.827	기각

*** $p < .001$

V. 논 의

1. 생활체육 참여자들의 일반적 특성 차이 비교

전세계 팬데믹 시대가 새로운 시대라고 하는 것은 사람들과의 대면활동이 제한되기도 하며 교류하는 것이 낮설어지기도 했던 시기라고 할 수 있다. 다양한 활동 제한으로 인한 변화들이 있었지만 신체활동의 제한들이 약 2년여간 지속되어지면서 인식의 변화도 있을 수 있어 본 연구를 통해 코로나 시대 이후에 대한 생활체육에 대한 참여하고자 하는 동기와 관여도를 비롯한 생활만족도에 대한 요인들에 대해 살펴보았다.

일반적인 특성들에 기준하여 특성들을 살펴보니 성별에 따라서 참여동기에 따른 건강지향, 사교지향, 자기개발, 가정지향, 여가선용의 각 요인들에서도 차이가 나타나지 않았으며, 관여도의 중요성 인지, 즐거움 인지, 가치표현 인지와 생활만족도에서 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 방선희(2012)의 연구에서는 성별에 따라 건강지향형과 자기개발형 참여자들 중 여성 참여자들이 남성 참여자들보다 각 요인들에서 유의미하게 높은 것으로 나타났으나 본 연구에서는 이를 지지하지 않게 나타났다. 본 연구에서의 모든 요인간 평균적 차이는 다를 수 있었으나 유사하게 나타난 것은 성별의 구분과는 무관하게 운동에 참여하고자 하는 의지는 모두 대체로 높은 것으로 나타나 코로나 상황 이후에 건강에 대한 관심도 측면에서 높다고 해석할 수 있을 것이다.

다음으로는 참여자들의 연령을 20대, 30대, 40대, 50대, 60대 이상의 5집단으로 구분하여 차이에 대해 살펴보았으나 모든 요인에서 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 정연옥(2019)의 연구에서는 참여자들의 연령에 따라서 참여동기의 가정지향성과 여가선용에서 50대 이상이 20대 집단보다 높은 것으로 나타났으나 본 연구에서는 유의미한 차이가 나타나지 않아 지지하지 않고 있다. 또한 젊은 참여자들일수록 사교적 목적과 자기개발 중심의 동기에서 높으며(이상덕, 최

천진, 2003), 사교지향형과 자기개발형 요인들에서 젊은 연령층이 중,장년층보다 높게 인식하고 있는 것으로 나타났던(방선희, 2012) 연구들과는 다르게 나타났다. 이러한 견해는 모든 분야와 연령들에서 운동에 대한 제한과 규제등으로 인해 분출되어지지 못한 신체활동과 건강에 대한 경각심들이 작용하여 모든 연령대에서의 생활체육 참여 즉, 건강에 대한 관심도 상승이라고도 해석할 수 있을 것으로 판단된다.

다음으로 최종학력에 따른 차이를 확인한 결과 참여동기와 관여도의 유의미한 차이가 나타나지 않았으며, 생활만족도의 차이가 유의미하게 나타났다. 대학원 졸업 집단에서 다른 집단보다 높은 것으로 나타난 것이다. 학력에 따라서 생활만족도가 높게 나타났던 방선희(2012)의 연구와 같이 나타났다. 코로나 시대 이전과 이후로 비교해 보았을 때 학력이 높은 집단에서 생활체육을 참여하고 있는 집단에서의 생활만족도는 더 높은 것을 확인 할 수 있었다.

소득에 따른 차이에서는 참여동기의 가정지향형 집단에서 소득이 높은 400만원대 소득원이 200만원대 소득원보다 유의미한 차이로 높은 것을 확인할 수 있었으며, 소득에 따라 생활체육 참여자들의 생활만족도의 차이가 나타났던 연구(이상덕, 최천진, 2003)와는 다르게 생활만족도에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

운동시간에 따른 요인별 차이를 확인한 결과 참여동기의 건강지향형에서 1시간대 참여자들이 더 많은 시간 참여하고 있는 집단보다 높은 것으로 나타났으며, 관여도의 자기표현 인지에서도 1시간대 참여자들이 유의미한 차이로 높은 것으로 나타났다. 운동 참여시간이 많다고 해서 참여동기와 관여도 자체가 더 높은 것보다는 적은 시간동안 시간을 조절해서 참여한 대상자들에게서 의미있는 인식을 하고 있는 것으로 해석할 수 있을 것이다.

2. 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도 상호작용 비교

생활체육 참여자들의 참여동기가 관여도에 미치는 영향을 살펴보았을 때 건강지향형의 종속변수가 중요성 인지와 자기표현 인지에서는 유의미한 상호작용이 있는 것으로 나타났으며, 사교지향형 변수와는 중요성 인지와 즐거움 인지에서 유의미한 상호작용으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자기개발형 변수와는 즐거움 인지와 자기표현 인지에서 상호작용의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 여가선용형 변수와는 중요성 인지와 즐거움 인지에서 유의미한 영향력이 있는 것으로 나타났다. 이러한 관여도와 참여동기의 관계들에서 대체적으로 영향력이 있게 나타났으나 가정지향형 요인에서는 서로 간 영향력이 유의미하게 나타나지 않았다.

안창규(1999)의 연구에서는 스포츠 활동에 대한 참여동기는 관여도와 관계에서 긍정적 영향이 있는 것으로 나타났으며, 관여도가 매개변인으로써 생활만족도에 미치는 영향에서도 주요한 역할을 하고 있다고 하였다(황재연, 한우진, 2005). 관여도는 스포츠 활동 참여자들의 여가활동을 이해하는데 필수적 개념으로써 원인과 결과를 중개해주는 역할이라고 하였다(방선희, 2012). 스포츠를 즐겁게 참여하고 있는 대상자들은 관여도의 영향을 미치는 중요한 개념으로 다양한 참여동기 요인들이라고 주장하고 있으며 이러한 요인들은 스포츠 참여자들의 관심과 중요인지에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다(황재연, 한우진, 2005). 본 연구에서도 이러한 개념으로 해석한다면 대체적으로 서로간의 긍정적 상호작용이 있는 것을 확인하여 코로나 시대 이후에도 생활체육 참여자들에게 코로나로 인한 심리적 변화와 인식에 부정적 영향으로 인해 위축되지 않았다고 볼 수 있을 것이다. 이러한 개념의 일환으로 생활체육에 대한 참여자들의 관여도를 높여 활성화 시키기 위해서는 먼저 참여할 수 있도록 동기부여 해 줄 수 있는 방법을 찾고 안내해주는 것이 중요할 것으로 판단된다.

3. 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도 인과관계 비교

생활체육 참여자들의 참여동기와 관여도, 생활만족도의 상관관계분석의 결과를 살펴보면 참여동기의 건강지향성, 사교지향형, 자기개발형, 여가선용형 요인들에서는 가정지향형과 생활만족도를 제외한 요인들에서 정적 상관이 있는 것을 확인할 수 있었으며, 가정지향형과 생활만족도만 서로 간의 정적 상관이 있었으며 다른 요인들에서는 모두 정적 및 부적 상관이 유의미하게 나타나지 않았다. 참여동기에 대한 다양한 요인들 중 생활체육 참여만족도와는 정적인 상관이 유의미하게 나타났으며(정연옥, 2019), 관여도와 생활만족도에서의 정적 유의미한 상관이 나타난 연구(방선희, 2012)들과 유사하게 나타났다. 다만 본 연구에서의 가장 큰 특징은 요인검사를 통한 검증에서는 유의미하게 사용가능했으나 모형분석을 위한 설명력에서는 가정지향형이 참여동기의 세부요인 모형으로 가져가는데 어려움이 있는 것으로 나타났다. 이로 인해 대안모형을 제시하게 되었으며 대안모형에서의 통계적 기준값들이 더욱 신뢰 될 수 있게 나타났다. 그렇지만 참여동기와 생활만족도의 직접경로에서는 유의미하게 나타나지 않았으며, 관여도에서 생활만족도 경로에서도 유의미한 관계가 나타나지 않았다. 본 연구에서는 코로나 이후의 생활체육 참여자들의 생활만족도는 독립적인 요인으로 보여지게 나타났다. 방선희(2012)의 연구에서는 생활체육 참여자들의 참여동기가 관여도를 매개하여 생활만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구의 결과와 상응되는 결과로 나타나 지지하지 않는 것을 확인하였다. 본 연구자의 가설 3-2와 3-3도 기각되었다. 이러한 원인과 내용들을 살펴보기 위한 지속적 연구는 반드시 진행되어야 할 것으로 판단된다.

VI. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구의 결과를 통해 포스트 코로나 시대 생활체육에 대한 참여동기와 관여도, 생활만족의 관계를 규명하여 격변하고 있는 시점에서의 신체활동 관련 자료로 활용되어질 수 있을 결론을 도출하였다.

첫째, 포스트 코로나 시대 생활체육 참가자들의 일반적 특성(성별, 연령, 최종학력, 소득, 운동시간)에 따라 참여동기, 관여도, 생활만족도에 부분적으로 유의미한 차이가 나타났다. 최종학력의 생활만족도와 소득에서 참여동기의 가정지향형 및 운동시간에서 참여동기의 건강지향형과 관여도의 자기표현 인지에서의 차이이다.

둘째, 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도의 상호작용은 대체로 유의미하게 있는 것으로 나타났다. 참여동기의 가정지향형 요인과 관여도의 상호작용을 제외한 요인들에서는 유의미한 상호작용이 나타났으나 관여도와 생활만족도는 유의미한 상호작용이 나타나지 않았다.

셋째, 포스트 코로나 시대 생활체육 참여자들의 참여동기, 관여도, 생활만족도의 인과관계는 참여동기의 가정지향형과 생활만족도의 상관관계를 제외한 요인들에서 유의미한 정적 상관성이 나타났으며, 모형 적합도 검증에서는 참여동기의 가정지향형 요인을 제외한 대안모형에서 유의미한 적합도로 검증이 되었다.

2. 제언

본 연구를 통해 결론을 도출하고 그에 따른 지속적 연구의 필요성을 인지하게 되어 다음과 같은 지속적 연구에 대해 제언을 하고자 한다.

첫째, 포스트 코로나 시대에 따른 생활체육 참여동기, 관여도, 생활만족도를 제외한 다양한 요인들에 대해 코로나 시대 이후의 변화들에 대해 연구를 하고 비교가 필요할 것으로 판단된다.

둘째, 포스트 코로나 시대에 따른 운동 여부와 무관한 심리적 안녕감에 대한 다양한 요인들에 대한 연구와 비교가 필요할 것으로 판단된다.

셋째, 본 연구의 내용을 기본으로 하여 일반적 심리변화와 생활체육 참여자들 간의 집단을 구분하여 생활체육 참여 자체가 심리적 안정감에 기여할 수 있는지를 직접적으로 확인이 가능할 수도 있을 것으로 판단된다.

참고문헌

- 강민수(2001). 어머니와 자녀의 정서지능 관계연구. 미간행 석사학위논문. 서울대학교 대학원.
- 강신욱(2002). 생활체육 참가자의 운동중독과 주관적 삶의 질에 관한 연구. **한국체육학회지**, 41(5), 59-70.
- 권오석, 박세윤(2008). 생활체육참가자의 참가동기와 스포츠 몰입 및 생활만족도의 관계. **한국사회체육학회지**, 33, 1293-1303.
- 김광중, 천윤석(2009). 고등학생들의 여가 스포츠 활동 참가에 따른 참여동기와 여가만족의 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 33(3), 19-31.
- 김범식, 김관훈(1997). 조직 스포츠 참가가 생활만족에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 36(3), 46-55.
- 김범식, 홍계희, 이루지(2005). 댄스스포츠 참가동기와 생활만족의 관계에 대한 구조분석. **한국체육학회지**, 44(5), 195-204.
- 김세웅(2009). 배드민턴 참여 동호인들의 여가만족과 생활만족의 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 33(3), 105-115.
- 김소영(2022). 골퍼들의 코로나 바이러스 감염증-19(COVID-19)에 대한 위험지각이 골프참여 행동에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 김양례(2000). 동계스포츠 참가자의 스포츠 참여동기가 참여만족에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 39(2), 116-125.
- 김재필, 문한식(2008). 대학 교양체육 참여 학생들의 웰니스와 생활만족과의 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 32(4), 5-19.
- 김정효(2021). 펜데믹 이후의 스포츠와 기술 철학. **한국체육철학회지**, 29(1), 45-57.
- 마완석(2007). 생활체육 참여동기가 운동중독에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문, 중앙대학교 대학원.
- 방선희(2012). 생활체육 참가자의 참여동기, 여가태도, 관여도, 생활만족의

- 관계모형.** 미간행 박사학위논문, 중앙대학교 대학원.
- 배소심, 오현옥(2005). 댄스스포츠참여자의 스포츠동기와 자아존중감, 생활만족의 관계. **한국체육학회지**, 44(5), 743-755
- 석부길, 김수현, 조광민(2009). 직장인들의 스포츠 활동 참여동기, 스포츠관여도와 여가만족 및 생활만족의 구조 관계. **한국여가레크리에이션학회**, 33(4), 209-222.
- 송홍락(2009). 여가활동을 통한 여자마라톤 동호인의 참여동기와 몰입경험, 참여만족, 생활만족의 인과관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 33(3), 205-216.
- 신혜숙, 오수일(2007). 생활무용 참여실태에 따른 참여만족, 여가몰입 및 생활만족과의 관계. **한국사회체육학회지**, 30, 951-962.
- 안명식, 조원득, 윤용진, 안병욱(2008). 골프연습장 참가자의 참여동기가 몰입경험과 생활만족에 미치는 효과. **한국사회체육학회지**, 33, 1157-1167.
- 안창규(1999). 스포츠 소비자의 스포츠 참여동기와 스포츠 관여와의 상호관계 연구. **한국체육학회지**, 38(3), 846-856.
- 유기성(2006). 레저 스포츠 참여자의 관여도, 운동중독 및 생활만족도의 인과 관계. 미간행 박사학위논문. 인하대학교 대학원.
- 이광수, 이승철(2007). MTB대회 참여자들의 관여도와 지속적인 참여의도와 의 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 31(4), 157-170.
- 이상덕, 최천진(2003). 성인여성들의 생활체육참여동기와 생활만족도와의 관계. **한국사회체육학회지**, 20, 671-684.
- 이재운, 김준헌(2020). 코로나19 관련 국내외 경기부양책 현황 및 시사점. **이슈와 논점**, 1697
- 이재형(2005). 모험스포츠 참가자들의 라이프스타일 및 참여동기가 몰입도에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 44(4), 207-217.
- 이제홍, 임중호, 백광(1998). 생활체육 참가가 여가몰입, 여가만족, 생활만족에 미치는 영향. **한국체육학회지**, 37(1), 95-104.
- 이종길(1992). **사회체육활동과 생활만족의 관계**. 미간행 박사학위논문. 서울

- 대학교 대학원.
- 이학식, 안광호, 하영원 (2003). **소비자행동**. 서울:법문사.
- 이희정, 이한녕 (2020). 코로나(COVID-19) 사태의 장기화로 인한 스트레스 수준은 모든 소비자가 동일할 것인가?-코로나 스트레스에 따른 소비자 세분시장에 관한 연구. **물류학회지**, 30(4), 75-87
- 임낙철 (2009). **지체장애선수의 정서, 열정, 생활만족, 시합전략**. 미간행 박사 학위논문. 성균관대학교 대학원.
- 장승원 (2007). **댄스스포츠 참여 노인의 재미거리와 관여도, 여가만족 및 운동지속의사의 관계**. 미간행 박사학위논문. 동덕여자대학교 대학원.
- 전상완, 양중훈 (2009). 생활체육 참여자의 여가몰입과 운동중독 및 생활만족도의 관계. **한국사회체육학회지**, 35, 1155-1168.
- 전형상 (2003). 생활체육 몰입경험이 생활만족에 미치는 효과. **한국사회체육학회지**, 19, 1001-1010.
- 정연옥 (2019). **생활체육 참가자의 참가동기와 참가정도가 참여만족도에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 한국교원대학교 대학원.
- 정용각 (1998). 스포츠 참여동기의 탐색적 요인 분석. **한국스포츠심리학회지**, 9(1), 113-131.
- 정희중, 윤양진 (2008). 산악자전거 동호인의 참여정도와 여가만족도 및 생활만족도 분석. **한국체육학회지**, 47(6), 159-172.
- 최정도, 문태영 (2006). 해양스포츠 참여정도에 따른 여가몰입과 생활만족 및 자아효능감의 관계. **한국체육학회지**, 45(3), 191-202.
- 하지연 (2004). 직장인의 자아개념과 여가태도, 몰입경험 및 여가스포츠활동 참여정도의 관계. **한국사회체육학회지**, 22, 871-887.
- 하지연 (2005). 직장인의 자아개념과 여가태도 및 여가스포츠활동 관여도의 인과모형. **한국체육학회지**, 44(2), 573-583.
- 황재연, 한우진 (2005). 경주스포츠 내장객들의 관여도에 영향을 미치는 참여 동기 분석. **한국체육학회지**, 44(2), 475-484.
- Bagozzi, R. and Yi, Y. (1988) On the Evaluation of Structural Equation Models. *Journal of the Academy of Marketing*

- Sciences, 16, 74–94.*
- Bar-on, R. (1997). *The Emotional Intelligence Inventory (EQ-1): Technical manual*, Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Bloch, P. H.(1981). *A conceptual and empirical analysis of consumers' involvement with products*. Unpublished doctoral dissertation, The university of Texas.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin,S.(1985).The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- Gould, D., & Petlichkoff, L.(1988). *Participation motivation and attrition in young athletes*. In F. Smoll, R. Magill, & M.Ash(Eds.), *Children in sport*(3rded). Champaignin, IL: Human Kinetics.
- Havitz, M. E., & Howard, D. R.(1995). How enduring is enduring involvement? A seasonal examination of three recreational activities. *Journal of Consumer Psychology*, 4(3), 255–276.
- Iso-Ahola, S. E., & Ellen, W.(1982). Leisureand wellbeing: Is there connection? *Parks and Recreation*, 19(June),40–44.
- Kelly, J. R.(1982). *Leisure in laterlife: Rolesand identities*. In N. Osgood(Ed.), *Life ofer work: Retirement, leisur, recreation and the elderly*, New-York Praeger, 268–392. family life cycle. London: Routledge & Kegan Paul.
- Kleibe, D. S., Greendorfer, E. B., & Samdahi, D.(1987). Quality of form university sports and life satisfaction in early adulthood. *Sociology of Sport Journal*, 4, 28–36.
- Laurent, G., & Kapferer, J. N.(1985). Measuring consumer involvement profiles. *Journal of Marketing Research*, 22, 41–53.
- Laverie, D. A., & Arnett, D. B.(2000). Factor saffecting fan attendance:The influence of identity salience and satisfaction.

- Journal of Leisure Research*, 32(2), 225–246.
- McIntyre, N.(1989). The personal meaning of participation: Enduring involvement. *Journal of Leisure Research*, 21, 167–179.
- Perrin, B. (1979). Survey of physical activity in the regional municipality of Waterloo. *Recreation Research Review*, 6(4), 48–52.
- Richison, S. H.(1986). *The relationship between types and amount of leisure participation and life satisfaction in middle-aged working adults*, Arkansas University dissertation, 105.
- Stebbins, R. A.(1982). Science Amators? Rewards and costs in amateur stromony and archaeology. *Journal of Leisure*, 13(4), 289–304.
- Steinkamp, M. W., & Kelly, J. R.(1987). Later-life satisfaction: Does leisure contribute?. *Leisure Science*, 9, 190–200.
- Wankel. L. M., & Kreisel, P. S. J.(1985). Factor underlying enjoymentin youth sport and age group differences. *Journal of Sport Psychology*, 7, 51–64.

부 록

설 문 지

안녕하십니까?

바쁘신 중에도 귀중한 시간을 할애하여 주신데 대하여 깊은 감사를 드립니다.

이 설문은 “포스트 코로나 이후 생활체육에 대한 참여동기, 관여도, 생활만족의 관계”에 관한 연구를 하고 있습니다.

여러분의 솔직하고 성의 있는 응답이 이 연구에 중요하게 적용됩니다. 성실하게 참여 부탁드립니다.

이 설문지는 익명으로 처리되며 통계법 규정에 의해 학문적 연구 이외에는 절대 사용하지 않습니다. 설문지에 응답에는 옳고 그름이 없으니 끝까지 읽어보시고 내용을 골라 솔직하게 응답해주세요.

감사합니다.

연구자 박병두
 (e-mail : @)

※ 아래의 질문들은 여러분에 대한 **일반적인** 질문입니다. **해당되는 번호에 √표**를 해 주시기 바랍니다.

1. 귀하의 성별은?

- ① 남성 ② 여성

2. 귀하의 연령은?

- ① 20대 ② 30대 ③ 40대 ④ 50대 ⑤ 60대 이상

3. 귀하의 최종학력은??

- ① 고졸이하 ② 전문대졸 ③ 대학졸 ④ 대학원졸

4. 귀하의 월 평균 소득은?

- ① 100만원 미만 ② 100만원대 ③ 200만원대 ④ 300만원대 ⑤ 400만원대 ⑥ 500만원 이상

5. 귀하의 코로나 기간 중 1주일 동안의 운동시간은?

- ① 1시간 미만 ② 1시간대 ③ 2시간대 ④ 3시간대 ⑤ 4시간대 ⑥ 5시간대 이상

※ 아래 질문들은 귀하의 생활만족에 대하여 알아보기 위한 것입니다. 각 항목을 읽고 **귀하의 입장에 해당되는 항목에 √표**를 해 주시기 바랍니다.

내 용	전혀 아니다	아니다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1. 이제까지의 삶을 통해서 나는 내가 원하는 중요한 것들을 성취하였다.	①	②	③	④	⑤
2. 나는 나의 삶에 만족한다.	①	②	③	④	⑤
3. 나는 내 사람에 대하여 만족한다.	①	②	③	④	⑤
4. 대체적으로 봐서 나는 내 이상에 가까운 생활을 하고 있다.	①	②	③	④	⑤

* 아래 질문들은 귀하의 참여동기에 대하여 알아보기 위한 것입니다. 각 항목을 읽고 귀하의 입장에 해당되는 항목에 √표를 해 주시기 바랍니다.

내 용	전혀 아니다	아니다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1. 신체적, 정신적 긴장의 해소를 위해서	①	②	③	④	⑤
2. 기분전환을 위해서	①	②	③	④	⑤
3. 비만의 예방 및 치료를 위해서	①	②	③	④	⑤
4. 체력 및 건강 유지 증진을 위해서	①	②	③	④	⑤
5. 친구나 동료 간 원만한 인간관계를 위해서	①	②	③	④	⑤
6. 여러 분야의 많은 사람들과의 만남을 위해서	①	②	③	④	⑤
7. 운동 후 동료들과 대화를 나눌 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤
8. 운동참여로 인해 이웃과 사귀는데 도움이 되기 때문에	①	②	③	④	⑤
9. 균형 있는 체형(몸매)을 위해서	①	②	③	④	⑤
10. 신체적인 능력을 향상(개발)하기 위해서	①	②	③	④	⑤
11. 다른 사람들보다 운동을 더 잘하기 위해서	①	②	③	④	⑤
12. 재능있는 사람이 되기 위해서	①	②	③	④	⑤
13. 가정의 화목을 위해서	①	②	③	④	⑤
14. 가족에게 새로운 면을 보여주고 싶어서	①	②	③	④	⑤
15. 여가시간에 가족과 함께 운동하기 위해서	①	②	③	④	⑤
16. 집안에만 있기 싫어서	①	②	③	④	⑤
17. 운동하는 것이 즐거워서	①	②	③	④	⑤
18. 여가시간을 효율적으로 활용하기 위해서	①	②	③	④	⑤
19. 일상생활에서 오는 지루함을 달래기 위해서	①	②	③	④	⑤
20. 운동을 하고 나면 기분이 상쾌해지기 때문에	①	②	③	④	⑤

* 아래 질문들은 귀하의 관여도에 대하여 알아보기 위한 것입니다. 각 항목을 읽고 귀하의 입장에 해당되는 항목에 √표를 해 주시기 바랍니다.

내 용	전혀 아니다	아니다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1. 나는 생활체육 활동에 참여하는 것이 매우 중요하다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
2. 생활체육 활동은 나에게 즐거움을 준다.	①	②	③	④	⑤
3. 생활체육 활동은 나에게 대하여 잘 알 수 있게 해준다.	①	②	③	④	⑤
4. 생활체육 활동은 나를 완전히 다른 사람으로 만들어 준다.	①	②	③	④	⑤
5. 생활체육 활동은 내가 어떤 종류의 사람인지 어렵듯이 알게 해준다.	①	②	③	④	⑤
6. 생활체육 활동은 참가함으로써 즐거움을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
7. 생활체육 활동을 하는 동안 내 자신에 대해 무엇인가 알 수 있다.	①	②	③	④	⑤
8. 생활체육 활동은 나에게 매우 흥미를 준다.	①	②	③	④	⑤
9. 나는 다른 사람들이 생활체육 활동에 참여하고 있는지 유무를 구별할 수 있다.	①	②	③	④	⑤