creative commons

COMMONS DEED

저작자표시-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

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

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:

BY: **저작자표시**. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

= **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

dCollection

[UCI]I804:24011-200000236139

2008년 2월
석사학위 논문

스쿼시 운동 참여수준에 따른 참여동기와 여가만족의 관계연구

조선대학교 대학원
사 회 체 육 학 과
류 공 선

스쿼시 운동 참여수준에 따른 참여동기와 여가만족의 관계연구

A Study on Relationship between Participation Motives and Leisure Satisfaction by Participation Level in Squash

2008년 2월 25일

조선대학교대학원

사 회 체 육 학 과

류 공 선

스쿼시 운동 참여수준에 따른 참여동기와 여가만족의 관계연구

지도교수 송 채 훈 교수님

이 논문을 사회체육학 석사학위신청 논문으로 제출함

2007년 10월

조선대학교대학원

사 회 체 육 학 과

류 공 선

류공선의 석사학위 논문을 인준함.

위원장 조선대학교 교수 정 명 수

위원 조선대학교 교수 김 철 주

위원 조선대학교 교수 송 채 훈

2007년 11월

조선대학교 대학원

<목 차>

ABSTRACT

I. 서론 ····· **1**

1. 연구의 필요성 ····· 1
2. 연구 목적 ····· 4
3. 연구 모형 ····· 4
4. 연구 가설 ····· 5
5. 연구의 제한점 ····· 5

Ⅱ. 이론적 배경 ····· **6**

1. 스쿼시와 건강 ····· 6
2. 참여수준 ····· 9
3. 여가만족과 생활체육 ····· 9

Ⅲ. 연구 방법 ····· **15**

1. 연구대상 및 표집 ····· 15
2. 연구의 절차 ····· 17
3. 조사도구 ····· 18
4. 자료처리 및 통계방법 ····· 26

Ⅳ. 결과 ····· **27**

1. 인구통계학적 특성에 따른 차이 검증 ····· 27

2. 참여수준에 따른 참여동기의 차이 검증 ····· 33

3. 참여동기가 여가만족에 미치는 영향 ····· 37

Ⅴ. 결론 및 제언 ····· **42**

1. 결론 ····· 42

2. 제언 ····· 43

참고문헌 ····· **44**

부 록(설문지) ····· **48**

<표 목 차>

<표 1>. 여가활동 유형별 여가만족도의 상관관계 ·····14
<표 2>. 조사대상자의 일반적인 특성 ·····16
<표 3>. 설문지의 구성지표 및 내용 ·····18
<표 4>. 참여동기 요인 분석 ·····20
<표 5>. 여가만족 요인 분석 ·····21
<표 6>. 참여동기 신뢰도 분석 ·····23
<표 7>. 여가만족 신뢰도 분석 ·····24
<표 8>. 상관관계 분석 ·····25
<표 9>. 성별에 따른 참여동기의 차이 검증 ·····27
<표 10>. 연령에 따른 참여동기의 차이 검증 ·····28
<표 11>. 학력에 따른 참여동기의 차이 검증 ·····29
<표 12>. 수입정도에 따른 참여동기의 차이 검증 ·····30
<표 13>. 직업에 따른 참여동기의 차이 검증 ·····32
<표 14>. 참여빈도에 따른 참여동기의 차이 검증 ·····33
<표 15>. 참여시간에 따른 참여동기의 차이 검증 ·····34
<표 16>. 참여강도에 따른 참여동기의 차이 검증 ·····36
<표 17>. 참여동기가 심리적 만족에 미치는 영향 ·····37
<표 18>. 참여동기가 교육적 만족에 미치는 영향 ·····38
<표 19>. 참여동기가 생리적 만족에 미치는 영향 ·····39
<표 20>. 참여동기가 시설적 만족에 미치는 영향 ·····39
<표 21>. 참여동기가 휴식적 만족에 미치는 영향 ·····40
<표 22>. 참여동기가 사회적 만족에 미치는 영향 ·····41

<그림 목차>

<그림 1>. 연구 모형 ····· 4
<그림 2>. 연구의 절차 ····· 17

ABSTRACT

A Study on Relationship between Participation Motives and Leisure Satisfaction by Participation Level in Squash

Ryu Gong-Sun
Advisor : Prof. Song Chae-Hoon Ph. D
Department of Community sports & Leisure
Graduate School of Chosun University

This study analyzes demographic and active characteristics of squash clubmen according to activation of squash as a part of sports for all and aims to examine relationship between motivation for participation in squash exercise and participants' leisure satisfaction by participation level.

To accomplish these goals, total 380 questionnaires were distributed to members of 5 squash centers in Gwangju city by means of random sampling and 363 data (95.5) excluding 17 data showing unfaithful or unreliable responses were analyzed with statistical program SPSS 15.0.

Reliability of measuring instruments used for analysis (α =.918~.788) was found applicable to the purposes of research and for examining general characteristics of subjects, frequency analysis was conducted, t-test and one-way ANOVA were performed to examine difference between participation level and motive according to demographic characteristics and post-test method by Tukey was used to know mean difference among groups. Finally, multiple regression was used for verifying influence of leisure satisfaction

depending on participation motive of independent variables. Statistical significance level was set to 5%.

As a result of the above research and data analysis, the following conclusions are obtained.

First, it was found that there were significant difference in health- and sociality-orientation among sub-factors of participation motives by sex and two factors showed higher recognition of health and social functions in men than in women.

Second, there were significant differences in sub-factors of participation motives by age and in particular, self-development factor was more highly recognized in groups in their twenties and thirties and below twenties than in group over forties.

Third, there were significant differences in sub-factors of participation motives such as self-development and health orientation and participation hours and intensity showed significant differences from all sub-factors of participation motives such as self-development, health- and sociality-orientation, hobby and entertainment.

Fourth, self-development factor of participation motive had significant influences on all variables of leisure satisfaction including psychology, education, physiology, facility, rest and social satisfaction. Health-oriented factor had influence on psychology, physiology and social satisfaction, sociality-oriented factor had significant influence on physiology and facility satisfaction and finally hobby and entertainment factors had significant influence on education, facility, rest and social satisfaction.

Therefore, leisure satisfaction by participation in squash exercise had a very affirmative influence and it is considered that related associations and clubs must make efforts to extend general public's participation in squash exercise.

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

과학기술의 발달은 사회질서의 급속한 변화를 초래함과 동시에 인간생활에 편리성과 풍요를 제공한 반면, 인간소외, 환경오염, 생활공간의 협소, 운동 부족 및 성인병 증가 등과 같은 여러 사회 병리적 현상을 초래하였다.

특히 산업화의 진전에 따른 노동구조의 변화로 인하여 인간의 육체적 활동이 감소되고, 여가 시간이 증가하게 됨에 따라 운동이나 스포츠에 대한 인간의 활동욕구를 증대시켜 생활체육이 현대인의 삶과 밀접한 관계를 맺기에 이르렀다(임번장, 1993).

최근에 이르러서는 일반 국민의 스포츠 및 체육활동에 대한 관심과 요구가 증대되고 여가시간의 상당부분을 스포츠 활동에 할애함으로써 스포츠의 대중화 및 보편화 현상이 가속화되고 있으며, 이와 같은 일반 대중의 스포츠 활동에 대한 인식개선 및 참여욕구의 증대는 사회체육 또는 생활체육이라는 범국민적 운동으로 확산 되어가고 있다.

선진 사례를 보면 오래전부터 이러한 사회병리적인현상 및 인구 고령화에 따른 문제, 여가문제 등을 해결하기위해 정부와 지방자치단체, 그리고 각 스포츠조직 등이 잘 연계하여 정책을 세우고 생활체육 활성화에 앞장서고 있음을 알 수 있다.

대표적인 예로 독일은 1970년대 생활체육(Sports for All) 운동을 좀더 체계적으로 추진하기위해 4년 계획으로 “트림(Trim)"캠페인을 전개하여 클럽에서의 경쟁지향적인 스포츠관을 버리고 여가문화로서 스포츠에 대한 사회적 인식을 광범위하게 시민계층에 확산시키는 계기를 마련하였으며, 제1차 트림캠페인의 성공에 힘입어 1980년대에는 제2차 4년 계획으로 “트리밍(Trimming) 130”이라는 범국민적 캠페인을 전개하여 전국적으로 생활체육을 활성화 시켜나갔으며, 단지 정책적인 슬로건이 아닌 저변확대를 위한 스포츠센터 건립을 확대해 나가면서 접근성을 용이하게 했으며, 스포츠클럽의 활성화를 위해 인구의 절반을 클럽에 가입시켰고, 생활체육지도자와 관리자

를 양성하여 다양하면서 최상의 프로그램과 서비스를 제공할 수 있게 만들었다. 이러한 정부의 적극적인 지원과 체육 관련단체들의 뒷받침이 지금의 생활체육 선진국이 될 수 있었던 원동력이라 할 수 있을 것이다.

현재 국민생활체육협의회에서도 “Sports 7330”이란 캠페인을 범국민적으로 추진하고 있다. “Sports 7330”이란 일주일에 세 번 하루 30분 이상 운동하자는 것으로 생활체육은 건강을 위한 선택조건이 아니라 행복을 위한 필수조건이라는 것이다.

이처럼 생활체육은 늘어나는 여가시간을 보다 건설적이고 창조적인 활동으로 유도하고, 사회문화적으로 용인된 신체활동에 참가하여 즐거움과 만족감을 경험하는 활동으로서, 인간의 활동적 욕구를 합법적 표출방식으로 나타내는 신체활동이며, 각종 현대병을 예방하여 현대사회에 적응 할 수 있는 건강과 체력을 증진 시킬 수 있으며 체육활동 참여를 통한 시민의식을 고취시켜 복지사회를 실현하는데 목적이 있다.

여가 활동으로서의 생활체육은 야외 활동, 심미적 리듬활동, 체력단련운동 등을 통하여 자아실현 욕구를 충족시키고, 자기만족감과 자긍심을 고양시켜 생활만족도를 증가시키는 한편, 직장인의 직무만족도에 긍정적인 영향을 미치며, 삶의 질을 향상시키는 복지활동이며, 개인의 사회적 완성을 추구하는 여가문화 활동이라 할 수 있다(체육백서, 2005).

이와 관련하여 최근에 우리나라에서는 스포츠 활동과 여가만족간의 관계를 밝히는 연구가 점차 증가하고 있으며, 그 결과도 스포츠 활동과 여가만족 간에 긍정적인 관계가 있는 것으로 나타났다(전상연, 2004: 선옥순, 1999: 정영린, 1997).

스쿼시는 이러한 시대변화에 맞추어 발전된 레포츠 개념의 스포츠이다. 쾌적한 실내에서 간편하게 즐길 수 있으며, 계절과 날씨에 구애를 받지 않고 언제든지 즐길 수 있으며, 단시간에 많은 운동효과를 낼 수 있으며, 체중감량과 노폐물 배출 및 심폐기능 강화에도 큰 효과를 거둘 수 있는 운동으로 젊은층사이에 빠른 속도로 성장하여 널리 보급되어 왔다. 또한 다른 종목과는 비교될 수 없는 박진감과 함께 벽면에 볼이 부딪쳐 울리는 강력한 파열음은 스트레스 해소에도 큰 도움이 되며, 격렬한 운동을 통해 느끼게 되는 성취감

과 만족감등은 현대인을 위한 효과적인 여가활동으로서 꾸준히 성장할 수 있었던 중요한 요인들이라 할 수 있다(김원관 외, 2006).

스쿼시는 비록 국내에 들어온 기간은 짧지만 2000년도 국제주니어대회에서 우승 및 상위권에 입상하는 등 두각을 나타내기 시작하여, 2002년에는 시니어대회인 아시아챔피언쉽에서 여자부 3위에 이어 부산 아시안게임에서도 동메달을 획득하는 쾌거를 이루었다. 2004년에는 세계여자프로연맹 주최 캘거리오픈에서 준우승을 차지하는 등 눈부신 발전을 거듭하였다.

또한 엘리트체육의 꽃이라 하는 전국체전에 2004년 제85회 충북전국체전을 시작으로 제86회 울산전국체전까지는 시범종목으로 참가하였으며, 2006년 경북전국체전에는 정식종목으로 채택되어 현재 2007년 제88회 광주전국체전에서도 정식종목으로 참가하여 학교체육발전의 기틀을 다지게 되었으며, 대한스쿼시연맹 산하 전국 16개 시도지부와 뉴질랜드와 홍콩에 각각 해외지부가 설치되어 왕성한 활동을 전개하고 있다.

그러나 아직 대중화된 다른 스포츠 종목에 비해 질적, 양적으로 부족한 부분이 많으며, 짧은 역사로 인해 이론적 연구도 부족한 현실이다. 스쿼시에 대한 잠재적 능력과 이에 대한 관심은 날로 증가하고 있으며, 이미 생활체육의 한 부분으로서 성공적으로 정착했음에도 불구하고 보다 활성화되지 못하는 현실로 볼 때, 스쿼시 운동 참가자들의 참여동기를 파악하고 아울러 참여수준에 따른 참여동기와 여가만족의 관계에 대해 분석하는 것은 경영자에게 효과적인 마케팅 전략의 기초 자료를 제공하며, 지도자에게는 운동참가자의 여가 만족을 극대화시키는 결과적으로 스쿼시를 활성화시킬 수 있는 중요한 기초 자료가 될 것이라 생각된다(이기화, 2005).

이에 본 연구는 현재 스쿼시 운동에 참가하고 있는 이들의 참여동기 및 참여수준을 파악하고 이와 관련한 여가만족도의 관계를 분석함으로써 스쿼시 운동의 참여 확대 및 활성화를 위해 현실적으로 유용한 자료를 제공하는데 연구의 필요성을 둔다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 스쿼시 운동 참여자들의 인구통계학적특성과 그들이 여가활동으로서 참여하고 있는 스쿼시에 대한 참여수준을 알아보고 그에 따른 참여동기와 여가만족의 상관관계를 규명해 봄으로써 관련 단체에서의 생활체육 스쿼시 확대 보급은 물론이며, 스쿼시센터에서의 차별화된 마케팅을 위한 자료 제공 등 스쿼시의 발전에 실용적 기초 자료를 제공하는데 그 목적을 두고 있다.

3. 연구 모형

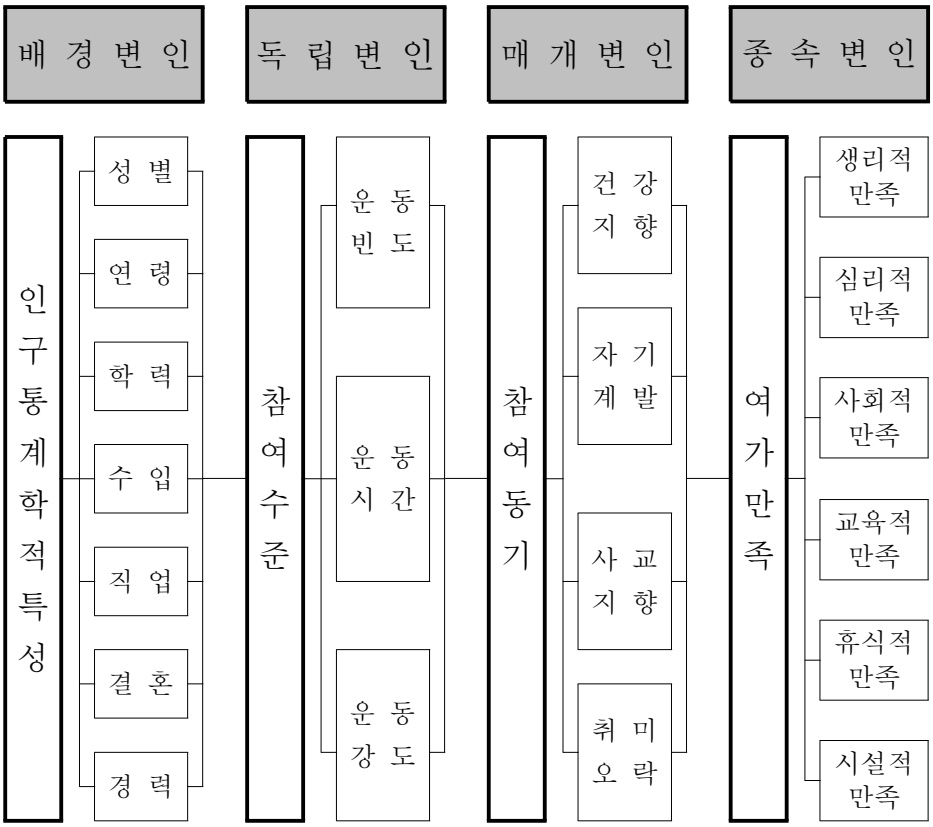

그림 1. 연구 모형

4. 연구 가설

본 연구에서는 스쿼시 활동 참여로 인하여 얼마만큼 여가만족도에 관계가 있는지 규명하기 위해 앞에서 설정한 관련변인과 연구모형을 토대로 하여 다음과 같은 구체적인 가설을 설정하고 이를 검증한다.

가설 1. 인구통계학적특성에 따라 참여동기에 차이가 있을 것이다.

가설 2. 참여수준에 따라 참여 동기에 차이가 있을 것이다.

가설 3. 참여동기에 따라 여가만족에 차이가 있을 것이다.

5. 연구의 제한점

1) 본 연구에서는 광주광역시 소재 5개 클럽 소속 회원으로 한정하였기 때문에 본 연구의 결과를 일반화 하는 것은 주의가 요구된다.
2) 연구대상자들의 개인적 특성을 고려하지 못하였다.
3) 본 연구의 대상자들이 스쿼시 이외에 타 스포츠 종목의 참가는 통제하지 못하였다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 스쿼시와 건강

1) 현대인의 건강

과학기술과 현대문명의 발달은 인간의 생활수준을 보다 편리하게 하였지만 건강의 측면에서 많은 부작용을 가져왔다. 인간의 움직임을 기계가 대신함에 따라 운동의 기회를 잃게 되었고, 과도한 영양섭취로 인하여 에너지 대사에 있어서 섭취량이 소비량보다 많아져 체내에 많은 지방이 축적되어 순환기 및 호흡기에 큰 영향을 미치고 있다. 적당한 지방량은 신체구성의 필수적인 성분으로 건강한 성인남자의 경우 체중의 평균은 15%, 여자는 23%정도가 지방으로 이루어져 있다.

현대 과학 기술의 진보는 우리에게 많은 편의를 제공하는 반면, 운동부족으로 인하여 여러 가지 퇴행성 질병으로 고통을 받거나 희생되고 있으며, 이로 인해 야기되는 질병을 운동부족증(hypo-kinetic disease) 이라 한다. 이는 허혈성 심장질환, 고혈압, 비만, 뇌졸중 등과 같은 성인병의 발병률을 높이는 원인이 되며, 이러한 질환들은 장기간에 걸쳐 자신도 모르는 사이에 진행되어, 그 이후엔 완전한 치료가 거의 불가능한 치명적인 질환들로써 선진국에서는 사망원인의 수위를 차지하고 있다. 특히 어느 정도의 시간을 요구하는 유산소성 운동은 건강을 위한 필수요건 임에도 불구하고 상대적으로 현대인은 산업사회에 비례하여 운동량의 부족으로 성인병이 발생되는 원인중 하나라고 여겨진다. 비만으로 인하여 신체구성도 변화하는데 체지방량이 증가하고, 제지방량이 감소하지만 규칙적인 운동은 체지방량이 작아지는 것으로 보고 되고 있다. 특히, 성인남녀의 경우 신체활동이 감소하면서 비만의 증상이 현저하게 나타나며 비만은 비만자체보다는 지방세포의 분포로 인한 심장질환과 더 관련이 있을 뿐만 아니라, 성인병의 발병률을 높이는 원인이 되고 있다. 건전한 생활과 규칙적인 운동은 질병의 예방효과와 건강을 증진할 수 있다는 것은 주지의 사실이다. 최근에는 신체의 비 활동성으로 성인남녀들의 비만이 증가하는 경향을 보이며 corey의 역학조사에 의하면 비만에 대

한 규칙적인 유산소 운동은 적절한 체중을 유지시켜 주며, 비교적 장시간의 유산소적 운동은 체지방의 감소는 물론 최대산소섭취량의 증가와 근육의 균형적인 발달, 그리고 체지방의 에너지 이용을 촉진시켜준다.

이와 같이 비만으로 야기되는 질병을 예방하고 체지방을 줄이고 제지방을 증진시키기 위해서는 적절한 운동프로그램을 필요로 하며 이러한 운동은 특히 성인남녀에 적절하다고 하겠다. 특히 규칙적인 스쿼시운동은 현대인들에게 체중감량 및 스트레스해소 나아가 원만한 대인관계를 유지하는 운동으로서 각광을 받고 있다.

2) 스쿼시의 유래 및 운동효과

스쿼시의 유래는 여러 설이 있지만 1800년대 이전부터 영국의 죄수들이 무료한 시간을 달래기 위해 Kng´s Bench Prison 죄수들이 교도소 벽을 이용한 놀이가 지금에 이르렀다고 보고 있는 설과 본격적인 경기의 출발은 지금으로부터 150년 전에 영국의 헤로우 고등학교 (Harrow School)에서 시작되었다는 설이 있다(이강욱 외, 2002). 거기에서는 남학생들이 큰 운동장에 있는 야외경기장에서 줄을 선채 자기 차례가 된 공을 세 벽으로 둘러싸인 코트에서 내려치는 놀이에 불과한 것이었다. 그러나 점차적으로 학생들에게 이 놀이는 집밖의 빈터나 집안의 창고 속에서는 언제나 할 수 있는 놀이가 되었고 차츰 대중화되기 시작하여 어느새 스쿼시는 놀이가 아닌 경기로 인식되기 시작하였다.

본래 스쿼시의 목적은 즐기기 위한 것이었지만, 1차 세계대전 후부터 본격적인 스포츠로 각광받기 시작하여 1929년에 스쿼시 경기연합(The Squash Rackets Association)이 결성되어 영국 등 스쿼시 경기를 하는 모든 나라들의 경기들을 참가하였고, 1969년 스쿼시연합(S.R.A)이 활동을 중지하고 국제 스쿼시연맹(The International Squash Rackets Federation)이 새롭게 발족되어 여러 나라들이 정회원 또는 준회원으로 가입하기 시작하여 현재 130개국에서 폭발적인 인기를 끌고 있으며 위성을 통한 중계까지 하고 있는 실정이다.

전통적인 스쿼시 강국으로는 미국, 스코틀랜드, 캐나다, 이집트, 영국, 호

주, 뉴질랜드, 파키스탄 등이며 최근에는 이집트, 영국, 호주, 프랑스 등에서 특히 강세를 보이고 있다. 현재 아시안게임에는 1998년 방콕대회 때부터 정식종목으로 채택되어 지난 2006년 도하 아시안게임까지 모든 회원국들이 참가하여 성황리에 치러졌으며, 세계스쿼시연맹 WSF(World Squash Federation)에서는 2012년 런던올림픽 정식종목 채택을 목표로 강력하게 사업을 추진하고 있다. 또한 국내에서도 대한 체육회 정식 가맹단체로 인정을 받았고 지난 2006년 경북전국체전부터 정식종목으로 채택되어 명실 공히 국민 모두의 생활체육으로 자리를 잡고 있다.

스쿼시는 바쁜 현대인들의 잠시의 시간을 할애하여 계절과 날씨의 구애를 받지 않고 필요한 레저 및 운동효과를 만끽할 수 있는 스포츠 활동으로 현대인들에게 각광 받고 있다. 테니스를 실내에 옮겨놓은 것 같은 스포츠로서 현대인들의 건강관리와 체중감량에 효과가 큰 스쿼시는 직육면체 경기장 속에서 짧은 시간 내에 커다란 운동효과를 볼 수 있는 도시형 스포츠이다. 스쿼시의 묘미는 앞과 좌·우측, 뒤쪽 등 직육면체로 천장만을 제외하고 다섯면을 이용할 수 있으며 볼의 탄력과 속도가 라켓볼처럼 빠르지 않아 힘의 소모와 순발력이 덜 요구되며 라켓의 무게도 가벼워 남녀노소 누구에게나 인기가 높다.

스쿼시 운동의 구체적인 효과는 다음과 같다.

① 체력증진효과가 크다.
② 스트레스해소에 적합하다.
③ 상대와의 전술 게임을 통해 지능감각을 만족시켜준다.
④ 기후에 관계없이 쾌적한 공간에서 간편하게 즐길 수 있다.
⑤ 남녀노소가 부담 없이 가족과 함께 즐길 수 있다.
⑥ 간편한 운동복장으로 손쉽게 참여할 수 있다.
⑦ 유연성을 높여 노화를 방지해준다.
⑧ 짧은 시간에 많은 운동량의 효과가 있다.
⑨ 상대를 고려할 줄 아는 존중심을 배울 수 있다.

또한 단위 시간당 운동량이 높아 스트레스 해소와 심폐기능 강화에 좋아 시간에 쫓기는 도시인들에게 알맞은 스포츠이며, 45분 경기에 에너지 소비가 300~400칼로리 정도로 테니스와는 또 다른 경기묘미를 느낄 수 있다(한성유, 2005).

2. 참여수준

생활체육참여란 개인적 생활 영역 안에서 각자의 취미와 여건 및 환경에 따라 여가시간을 이용한 자발적인 참여를 통하여 개인의 일상생활을 풍요롭게 하는 신체적 활동을 의미한다.

참여수준이란 참여빈도, 참여시간, 참여강도를 의미하여 각 요인에 따라 참여수준이 다르게 나타난다. 참여빈도는 특정 개인이 스포츠활동에 얼마나 자주 참가하고 있는지를 파악함으로써 측정이 가능하다.

참여시간은 특정개인이 스포츠 활동에 참여한 시간의 정도를 나타내며, 특정 종목의 스포츠활동에 몇 시간동안 운동하였는지를 조사함으로써 측정할 수 있다. 한편 참여빈도, 시간, 강도의 배합정도는 특정 스포츠 상황에 대한 각 개인의 개별적 관여도의 지표로 간주 될 수 있다. 따라서 모든 사람이 동일한 정도의 빈도나 시간, 강도를 가지고 스포츠에 참여하지 않기 때문에 스포츠 유형 또한 달라진다(김경식, 1996).

3. 여가만족과 생활체육

1) 여가만족의 개념 및 정의

상이한 활동에서 획득되는 만족은 여러 해 동안 사회과학자들의 관심 대상이 되어 왔다. 이러한 관심에는 과학적인 이유뿐만 아니라 인간주의적인 이유도 있다(Beard, J. B & Ragheb, M. G. 1980, p. 329). 인간주의적 이유는 만족에 관한 이론 및 지식이 이에 기여하는 활동, 행동 및 서비스를 밝혀줌으로써 궁극적으로 인간으로 하여금 만족을 성취할 수 있게 해주기 때문이며, 과학적인 이유는 만족과 기타 관련 변인간의 관계를 밝히는 것이 삶의

전체적인 체계에 적응하는 방법을 발견할 수 있도록 하기 때문이다.

한편, 만족은 기본적으로 보상의 문제로서 개인이 어떠한 활동을 행함으로써 얻게 된다는 것이다. 실제로 사람들은 활동의 보상에 만족 할 때 그 활동이 만족스럽다고 생각한다는 의미로 볼 수 있다(Beard & Ragheb 1980, p. 330).

여가만족은 오랫동안 여가경험의 중요한 생산 혹은 결과로 인식되어 왔다(Driver & Tocher, 1970, Driver & Knopf, 1976). 그러나 여가만족의 구조 및 질적인 경험에 관한 논의는 아직도 지속되고 있다. 즉, 여가만족에 관한 선행연구들은 여가만족을 평가하기 위하여 서로 상이한 기술, 정의 그리고 이론을 사용하여 왔다. 이와 같은 노력에 의한 진전에도 불구하고 수많은 개념 및 방법론적인 논쟁은 아직 해결되지 않고 있다(Graefe & Fedler, 1986, p. 276).

여가 및 레크리에이션 그리고 놀이 활동 분야의 연구자들은 여가만족의 개념과 관련된 사실을 규명하여 왔다((Dumazedier, 1974; Brightbill, 1961). 이들 연구에서 제시되고 있는 공통적인 여가만족의 개념은 특정 여가활동을 통하여 개인이 추구하는 목적 및 욕구를 달성했을 때 느끼는 활동에 대한 긍정적 인식 또는 주관적인 만족감으로 표현되고 있다. 즉, 여가만족은 인간이 충족시켜야만 하는 사회친화, 상호작용, 대인관계의 욕구충족에 의한 산물이라는 것이다(Ritchie, 1975).

한편, 여가선택과 여가만족의 관계를 규명한 연구에서 여가만족의 개념을 도출 할 수 있다. Dumazedier(1974)는 활동을 통한 만족상태가 종료되거나 파괴되면 개인은 상응하는 활동을 지속하지 않는다고 주장하면서 여가만족을 특정한 욕구에 부응하는 기대감으로 정의하였다. 또한 Bultena, G. & Wood, V. (1970), Lewinsohn, P & Graf, M. (1973)는 여가만족을 여가활동을 통하여 개인이 얻게 되는 긍정적 결과로 정의하면서, 여가만족이 미래의 여가 선택을 결정하는 주요 요인이 된다고 하였다. 특히 Beard & Ragheb (1980, p. 22)은 여가만족이란 "개인이 여가 활동과 선택에 참여한 결과로서 형성되고, 찾아내거나 얻게 되는 긍정적 지각 또는 감정으로서, 일반적인 여가경험과 상황에 흡족하거나 유쾌하게 되는 정도"라고 정의하였다. 특히

DuBrin(1972)은 여가동기와 여가만족을 구별하여야 한다면서, 여가 동기는 목표를 향한 노력의 시도를 뜻하는 반면, 만족은 그 달성으로부터 오는 결과 또는 만족감을 의미한다고 지적하였다.

Iso-Ahola(1980, p. 384)에 따르면, 여가만족은 단순하게 이용 가능한 서비스의 수와 다양성을 증대시킴으로써 향상될 수 있는 성질의 것이 아니라, 일부 이용 가능한 여가 서비스를 본인 스스로나 혹은 다른 사람의 도움을 받아 개인적으로 의미 있는 활동으로 내면화시킬 때 발생하는 결과로 해석하였다. 즉 개인적으로 의미 있는 활동 또는 내적으로 동기 유발된 활동을 통하여 나타나는 활동에 대한 만족감으로 표현되고 있음을 알 수 있다.

Franken, D. A. & van Raaij, W. R. (1981, p. 339)는 여가만족이 실제 상황과 요구상황과의 격차지각 및 요구상황 청취에 대한 장애지각에 의하여 결정된다고 보고, 여가만족 유형과 여가만족도에 영향을 미치는 장애의 존재를 검토하였다. 즉 이들은 여가 만족을 장애요인이 개입하지 않음으로써 나타나는 활동에 대한 안정감 또는 만족감으로 규정하고 있다.

Beard & Ragheb(1980)가 제시한 여가만족의 개념을 살펴보면 다음과 같이 심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 심미적 만족 등의 여섯 가지 개념으로 나타난다.

첫째, 심리적 만족(psychological satisfaction)은 사람들은 선택의 자유를 제공하는 활동들에 참여하여, 자신들의 자아실현욕구를 충족시키는데 본질적으로 동기부여가 되고 있다. 또한 사람들은 자신들의 능력과 탁월함을 활용하기 위해서는 도전적이어서, 성취감을 달성하고, 자신의 개성을 표현하고, 자기표현, 새로운 경험에 대한 소망을 추구할 수 있다는 것이다.

둘째, 교육적 만족(educational satisfaction)은 사람들은 보다 고차원적인 정보학습처리에 대한 기대로 인하여 자신들과 자신들의 환경에 대한 학습, 즉 여가에 있어서 지적 자극을 추구한다는 것이다. 그러므로 사람들은 새로운 경험에 대한 열망, 호기심을 만족시키기 위한 소망, 새로운 것을 시도하기 위한 기회 등을 찾고자한다는 것이다. 따라서 여가는 새로운 것에 대한 학습을 통하여 폭 넓은 경험에 대한 기회를 제공한다.

셋째, 사회적 만족(social satisfaction)은 사회적 적응(social adjustment

)에 기여하는 사회적 관계의 유지 또는 개발을 위하여 임의집단 또는 단체에 참여하는 것을 말한다. 이러한 행동은 사회적 상호작용과 커뮤니케이션, 친구를 만날 수 있는 기호, 좋은 친구로 인한 즐거움 등을 제공한다. 또한 많은 사람들은 애타주의를 갖고 있어 기본적으로 타인을 위한 활동에 참여하기 때문에 그러한 집단에서 사회적 존경과 타인의 존경을 얻기 위한 주의와 인지를 획득하고, 집단과 동일시하고자 하는 소속의 욕구를 갖게 된다.

넷째, 휴식적 만족(relaxation satisfaction)은 여가가 작업과 생활의 긴장으로부터 발생되는 스트레스에 대한 휴식, 휴양, 경감을 제공해줄 수 있다는 것을 나타내는 차원에 대한 것이다.

다섯째, 생리적 만족(physiological satisfaction)은 사람들은 도전적인 활동에의 참여를 통해 자신들의 체력(physical fitness)을 개발하고, 건강을 증진시키는 것을 의미한다.

여섯째, 심미적 만족(aesthetic satisfaction)은 사람들이 여가에 참여하는 물리적 환경에 대한 차원으로서, 사람들은 물리적 환경이 아름답고 잘 설계되어 있다면 더 만족한다.

이상에서 살펴 본 바와 같이, 여가만족이란 일반적인 여가경험이나 상황에 대하여 즐거워하거나 만족해하는 주관적인 지각을 의미하는 개념으로 여가활동의 선택과 참가의 결과로서 개인이 형성하거나 획득하는 긍정적 인식 또는 감정으로 정의할 수 있다. 이러한 여가의 만족스러운 감정은 개인의 의식적, 무의식적 욕구가 충족됨으로써 기인한다고 할 수 있는데, 결국 여가만족은 여가활동의 선택 및 참가를 규정하고 그 활동의 지속과 흥미를 결정하는 중요한 요소로서 만족스러운 여가생활을 가능케 한다. 박수정(2004)은 이러한 여가만족은 경험의 질(quality of experience)을 조작·평가함으로써 측정되며, 만족 평가의 시기가 경험 후 만족과 즉시 만족을 측정하는데 있어서 기준이 된다고 한다.

2) 생활체육 참가와 여가만족의 관계

생활체육 참가와 여가만족의 관계에 관한 국내·외의 이론적·경험적 연구들은 매우 미흡한 실정이다. 다만 여가활동 혹은 여가활동으로서의 생활체육

과 생활만족의 관계를 규명하기 위한 연구에서 생활체육 참가와 여가만족의 변인 간 관계가 부분적으로 제시되어 왔다.

여가 및 생활체육 활동과 생활만족의 관계에 있어서 생활체육 활동만족, 즉 여가만족을 새로운 변인으로 설정하여 연구한 여러 선행연구의 결과에 의하면 생활체육 활동이 여가만족에 긍정적인 영향을 미침으로써 결과적으로 생활만족의 향상에 기여한다는 사실이 밝혀졌다(김경식, 1996; 윤이중, 1996; 이성철, 1996; 이종길, 1992; Brown & Frankel, 1993; Keller, 1983; Ragheb & Griffith).

Brown & Frankel(1993)은 여가로서의 신체활동 참가와 여가만족 및 생활 만족의 관계에 관한 연구에서 신체활동이 여가만족에 긍정적 영향을 미침으로써 생활만족 수준의 향상에 기여한다는 결과를 보고함으로써 선행 연구에서 밝혀진 결과를 일치된 맥락에서 지지하여 주고 있다.

본 연구주제와 관련하여 Sneegas(1986)는 40세 이상의 성인 남녀 205명을 대상으로 실시한 여가활동의 수준과 여가만족의 관계를 조사한 결과, 두 변인 간 에 유의한 상관관계가 있음을 보고하고 있다.

이와 같은 결과는 임번장 등(1993)의 여가활동 유형과 여가만족의 관계 연구에서도 경험적으로 입증되고 있다. 즉, 여가활동 유형별 여가만족의 정도를 분산한 결과, 스포츠 활동이 여가만족의 6개 하위 요인인 심리적, 교육적, 사회적, 휴식적, 생리적, 환경적 만족도 모든 요인에서 여타 다른 여가활동보다 상대적으로 높다는 사실을 밝혀냈다. 이는 여가활동의 수준과 형태가 여가만족에 의미 있는 영향을 미치고 있음을 보여주는 결과로서 특정 여가활동과 여가만족의 관계는 중요한 의미를 지닌다고 하겠다.

이종길 등(1992)도 여가활동 유형별 생활만족도의 변화에 대한 분석에서 3개월간 능동적 여가인 생활체육과 예술 및 문화활동에 참가한 집단이 참가하지 않은 수동적 여가 집단에 비하여 여가만족의 변화정도가 높았으며, 능동적 여가 유형 중 생활체육 집단이 예술 및 문화활동 집단보다 역시 여가만족의 변화정도가 높았음을 제시하고 있다.

특히, 여가활동 유형별 여가만족도의 관계를 분석한 Ragheb와 Griffith(1982)의 연구는 본 연구와 관련하여 시사하는 바가 크다. 여가활동 유형별 여

가만족도를 조사한 결과, 스포츠활동과 야외활동의 경우 상관관계가 .43과 .40으로서 사회화롱(r=37), 문화활동(r=27), 독서(r=15), TV시청(r=0.5)에 비하여 여가만족도와의 상관관계 정도가 높다고 보고함으로써 스포츠와 야외활동과 같은 생활체육 활동이 여가만족도에 상대적으로 크게 기여한다는 사실이 밝혀졌다.

아래의 <표 1>은 여가활동 유형별 여가만족의 상관관계를 나타낸 결과이다.

표 1. 여가활동 유형별 여가만족도의 상관관계

여 가 만족도	여 가 활 동						
	대 중 매 체	독 서	사 회 활 동	야 외 활 동	스포츠 활 동	문 화 활 동	취 미 활 동
전 체	.0.5	.15	.37	.40	.43	.27	.25

자료: Ragheb & Griffith(1982)

이 외에도 Cambell 등(1979)의 연구에서는 여가활동의 하나인 체육활동에 참가함으로써 여가만족도가 증가한다는 것이 입증되었다. 특히 박진경(1994)은 생활체육 참가와 여가만족의 관계에 관한 의사실험 연구에서 생활체육 프로그램 참가자가 비참가자보다 여가에 대한 모든 하위요인 만족도에서 향상이 크다는 사실을 보고함으로써 본 연구와 관련하여 유용한 정보를 제공해 주고 있다.

Ⅲ. 연구 방법

본 연구는 스쿼시 동호인들의 참여수준과 동기에 따른 만족도를 분석하여 대회 운영에 따른 개선점을 파악하고자 한다. 따라서 광주지역 스쿼시 센터에서 운동하고 있는 일반인들을 대상으로 스쿼시 참여수준과 동기에 따른 참가만족도와 여가만족변인을 중심으로 인과관계 및 모형을 검증하기 위하여 다음과 같은 대상 및 표집, 연구의 절차, 측정도구, 자료처리 및 통계방법 등을 설정・이용하였다.

1. 연구대상 및 표집

본 연구에서 스쿼시 운동 참여수준에 따른 참여동기와 여가만족도를 파악하기 위하여, 스쿼시 동호회를 중심으로 조사대상을 설정하였으며, 표본의 추출방법은 무작위표본추출법(random sampling)을 이용하여 추출하였다. 또한 표본의 추출에 앞서 단일 클럽의 동호인들 대상으로 예비조사를 실시하였으며, 총 380부를 배포하여 수집된 자료 중 응답이 불성실하거나 신뢰성을 떨어뜨리는 자료로 판단되는 17명의 자료를 제외한 363(95.5%)명의 자료를 바탕으로 연구를 실시하였다.

본 연구에 사용된 조사대상자의 일반적인 특성은 <표 2>와 같다.

표 2. 조사대상자의 일반적인 특성

변인	구분	빈도(N)	백분율(%)
성별	남	239	65.8
	여	124	34.2
연령	20세 미만	14	3.9
	20세이상~30세미만	118	32.5
	30세이상~40세미만	150	41.3
	40세이상	81	22.3
학력	중졸	14	3.9
	고졸	92	25.3
	대졸	224	61.7
	대졸이상	33	9.1
수입정도	100만원 이하	92	25.3
	100미만~150이상	66	18.2
	150미만~200이상	56	15.4
	200미만~300이상	86	23.7
	300미만~400이상	25	6.9
	400만원 이상	38	10.5
직업	자영업	81	22.3
	회사원	94	25.9
	공무원	24	6.6
	전문직	41	11.3
	주부	31	8.5
	학생	62	17.1
	기타	30	8.3
결혼여부	기혼	184	50.7
	미혼	179	49.3
운동경력	3개월 미만	82	22.6
	3개월이상~6개월 미만	36	9.9
	6개월 이상~1년 미만	37	10.2
	1년 이상~2년 미만	60	16.5
	2년 이상~3년 미만	22	6.1
	3년 이상~4년 미만	26	7.2
	4년 이상~5년 미만	36	9.9
	5년 이상	64	17.6
계		363	100.0

2. 연구의 절차

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 문헌연구를 토대로 조사방법을 설정하였으며, 1차 예비조사의 실시와 전문가들에 의해 신뢰성 및 타당성을 검증한 다음, 설문지를 스쿼시 센터에서 운동하는 일반인들에게 연구목적 및 취지를 간략히 설명한 후 대상자가 직접 기입하는 자기평가기입법(Self-administration method)을 적용하였다.

조사요원은 사전에 연구의 목적과 설문지의 구성 등에 관하여 충분히 이해할 수 있도록 교육을 실시하였으며, 조사 대상 스쿼시 센터에 배치 후 조사요원들이 직접 면담하면서 설문지를 작성하는데 도움을 주는 방식으로 진행하였다.

본 연구의 구체적인 연구 절차는 <그림 2>와 같다.

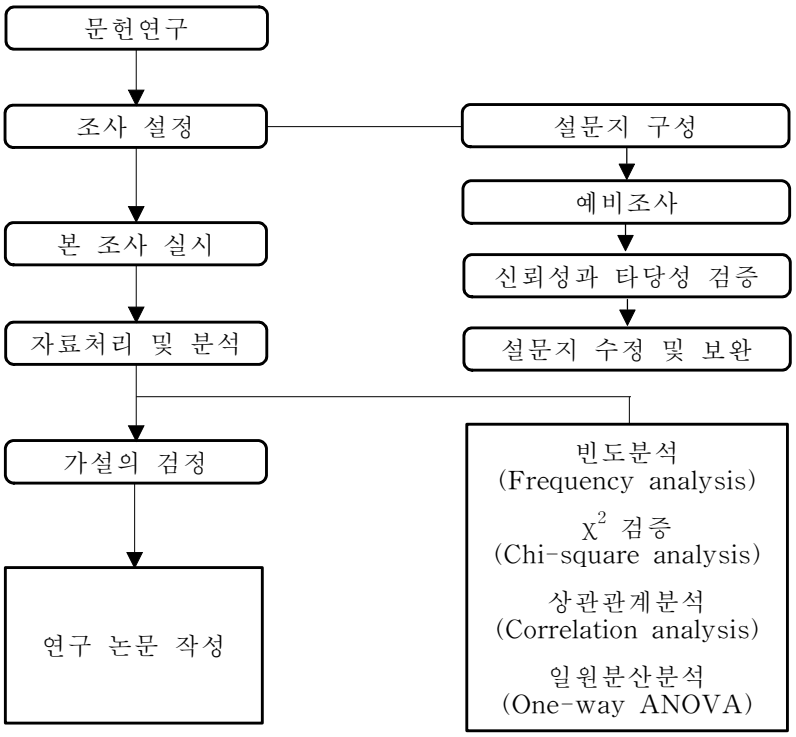

그림 2. 연구의 절차

3. 조사도구

1) 설문지의 구성

스쿼시 활동의 참여수준과 참여동기가 여가만족에 미치는 영향을 분석하기 위해서 본 연구에 사용된 조사도구는 설문지이다. 설문문항은 구철웅(2000)의 연구에서 이용된 설문지와 Beard와 Ragheb(1980)이 개발하고 이종길(1992)이 번안하여 사용했으며 정영린(1996), 이봉걸(1998), 이명옥(1999), 이종완(2000)등의 연구에서 사용된 설문지를 본 연구에 목적에 맞게 수정·보완하여 구성하였다.

또한 국내·외의 선행연구에서 이미 그 신뢰성 및 타당성이 검증되었고, 설문내용의 적합성 및 적용가능성을 검토하기 위해 예비조사를 실시하였으며, 본 연구와 관련된 전문가 및 교수를 대상으로 설문문항의 구성과 해당내용의 개념을 잘 수용하고 있는지에 대한 적합성을 지적·검토하여 본 조사에 맞게 수정하여 완성하였다.

설문지의 주요 구성지표 및 내용, 문항 수는 <표 3>과 같다.

표 3. 설문지의 구성지표 및 내용

구 성 지 표	구 성 내 용	문항수
인구통계학적 특성	성별, 연령, 학력, 수입, 직업, 결혼, 경력	7
참여 수준	운동빈도, 운동시간, 운동강도	3
참여 동기	건강지향, 자기계발, 사교지향, 취미오락	34
여가 만족	생리적, 심리적, 사회적, 교육적, 휴식적, 시설적만족	24
계		68

2) 설문지의 타당도

본 연구에서는 설문지의 내용타당도(content validity)를 높이고, 구성타당도(construct validity)를 검증하기 위하여 각 검증 방법에 알맞은 방법을 선택하였다. 내용타당도는 설문지가 갖추어야할 기본적인 최소한의 타당도로서, 본 연구의 목적에 맞는 설문 문항을 채택하기 위해 관련 연구 분야 전문가들과 협의를 통해 그 타당성을 확보하였다. 또한 구성타당도 검증을 위해 요인분석(factor analysis)을 실시하였으며, 요인분석 기법 중 요인간 상호독립성을 강조하는 직교회전(varimax rotation) 방식을 이용하였다.

(1) 참여동기 요인분석

참여동기 요인을 측정하기 위하여 요인분석을 실시하였으며, 참여동기에 관한 36문항 중 고유치(eigen value)가 1.0 이상인 경우에 한하여 요인들을 재구성한 결과 <표 4>와 같이 총 4개의 요인으로 구성되었다.

참여동기의 요인분석 결과, 요인 Ⅰ에 높은 적재치를 보이고 있는 문항은 자기계발에 관련된 문항으로 문29, 문30, 문32, 문31, 문27, 문13 등으로 집약되어 있다. 요인 Ⅱ에는 건강지향에 관련된 문항으로 문5, 문3, 문18, 문1, 문2 등으로 집약되어 있고, 요인 Ⅲ은 문24, 문12, 문19, 문26 등으로 사교지향에 관련된 문항으로 집약되어 있다. 요인 Ⅳ는 취미오락에 관련된 문항으로 문11, 문9, 문8, 문28 등으로 집약되어 총 4개의 요인이 뚜렷하게 구분되어 추출되어 있다.

각 요인의 고유치는 최고 7.025부터 1.383까지 나타났고, 4개의 요인이 전체변수를 설명하는 비율은 69.281%로 나타났다. 요인 별로 비록 낮은 적재치를 보이고 있는 항목이 존재하나, 본 연구의 설문내용이 참여동기를 정확하게 반영하여 주고 있음을 보여주며, 측정도구에 있어서의 구성타당도는 지지를 받고 있다고 할 수 있다.

표 4. 참여동기 요인 분석

문 항	자기계발	건강지향	사교지향	취미오락
동기29	**.871**	.172	.128	.110
동기30	**.844**	.194	.226	.157
동기32	**.824**	.068	.191	.054
동기31	**.764**	.159	.306	.078
동기27	**.739**	.144	.174	.246
동기13	**.712**	.115	.127	.344
동기5	.035	**.839**	-.008	.033
동기3	.049	**.822**	.069	-.047
동기18	.119	**.724**	.147	.070
동기1	.276	**.719**	.110	-.113
동기2	.212	**.700**	.175	-.064
동기24	.229	.118	**.823**	.126
동기12	.191	.092	**.795**	.200
동기19	.257	.219	**.791**	.026
동기26	.239	.136	**.730**	.340
동기11	.114	-.057	.155	**.870**
동기9	.219	.044	-.077	**.741**
동기8	.146	-.040	.350	**.725**
동기28	.183	-.117	.376	**.658**
Eigen value(고유치)	7.025	2.980	1.775	1.383
Pct of var(분산 %)	36.973	15.685	9.343	7.281
Cum pct(누적 %)	36.973	52.658	62.000	69.281

(2) 여가만족 요인분석

여가만족의 하위요인인 심리적, 교육적, 생리적, 시설적, 휴식적, 사회적 만족의 요인분석 결과 <표 5>와 같이 총 6개의 요인으로 구성되었다.

표 5. 여가만족 요인 분석

문 항	심리	교육	생리	시설	휴식	사회
만족15	**.846**	.083	.107	.138	.152	.115
만족16	**.773**	.175	.206	.247	.100	.185
만족17	**.717**	.202	.120	.288	.152	.261
만족14	**.688**	.105	.280	.018	.136	.042
만족18	**.650**	.122	.164	.258	.177	.319
만족2	.111	**.853**	.091	.065	.150	.147
만족3	.169	**.811**	.086	.201	.174	.143
만족1	.193	**.806**	.000	.105	.175	.152
만족4	.063	**.767**	.167	.218	.125	.066
만족11	.116	.007	**.834**	.162	.075	.194
만족12	.272	.076	**.711**	.159	-.065	.093
만족10	.165	.055	**.700**	.226	.220	.220
만족13	.277	.038	**.667**	.054	.168	.317
만족5	.022	.376	**.599**	.169	-.059	-.051
만족8	.204	.119	.231	**.796**	.091	.200
만족7	.205	.212	.313	**.733**	.119	.181
만족6	.203	.297	.195	**.621**	.271	-.102
만족9	.325	.236	.108	**.613**	.166	.385
만족23	.112	.252	-.005	.218	**.789**	.026
만족24	.257	.186	.009	.184	**.754**	.169
만족22	.151	.129	.188	.021	**.746**	.179
만족20	.217	.284	.120	.127	.227	**.736**
만족19	.217	.090	.265	.208	-.019	**.706**
만족21	.230	.160	.321	.080	.282	**.668**
Eigen value(고유치)	9.498	2.372	1.708	1.283	1.170	1.000
Pct of var(분산 %)	39.576	9.883	7.116	5.345	4.876	4.169
Cum pct(누적 %)	39.576	49.459	56.575	61.920	66.796	70.965

여가만족의 요인Ⅰ에 높은 적재치를 보이고 있는 문항은 심리적 만족과 관련된 문항으로 문15, 문16, 문17, 문14, 문18 등으로 집약되어 있다. 요인Ⅱ에는 교육적 만족과 관련된 문항으로 문2, 문1, 문3, 문4 등으로 집약되어 있고, 요인Ⅲ은 문11, 문12, 문10, 문13, 문5 등으로 생리적 만족에 관련된 문항으로 집약되어 있으며, 요인Ⅳ에는 시설적 만족과 관련된 문항으로 문8, 문7, 문6, 문9 등으로 집약되어 있고, 요인Ⅴ에는 휴식적 만족과 관려된 문항으로 문23, 문24, 문22 등으로 집약되어 있으며, 요인Ⅵ에는 사회적 만족과 관련된 문항으로 문20, 문19, 문21 등으로 집약되어 총 6개의 요인이 뚜렷하게 구분되어 추출되어 있다.

각 요인의 고유치는 최고 9.498부터 1.000까지 나타났고, 6개의 요인이 전체변수를 설명하는 비율은 70.965%로 나타났다. 요인 별로 비록 낮은 적재치를 보이고 있는 항목이 존재하나, 본 연구의 설문내용이 여가만족을 정확하게 측정하여 주고 있음을 보여주며, 측정도구에 있어서의 구성타당도는 지지를 받고 있다고 할 수 있다.

3) 설문지의 신뢰도

신뢰도는 연구방법을 확립하는데 있어 안정성(stability) 및 일관성(consistency)에 관계되는 가장 중요한 요인 중에 하나이다. 조사대상자의 개인적 특성에 따라 일어날 수 있는 오차를 제어하기위해 설문지의 신뢰도 검사는 무엇보다도 중요하다.

(1) 참여동기 신뢰도

본 연구에서는 설문지의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach' α 계수를 산출하였으며, 참여동기의 신뢰도를 분석한 결과는 <표 6>과 같다

본 연구에서 사용한 참여동기 척도의 각 문항 간 신뢰도는 자기계발 요인 α=.918, 건강지향 요인 α=.819, 사교지향 요인 α=.876, 취미오락 요인 α=.810으로 대부분의 요인들에서 Cronbach' α 계수가 비교적 높게 나타났다.

표 6. 참여동기 신뢰도 분석

Item	Corrected Item Total correlation	Squared Multiple Correlation	Alpha If Item Deleted
동기29	.842	.799	.893
동기30	.851	.807	.892
동기32	.757	.593	.904
동기31	.758	.603	.904
동기27	.715	.541	.910
동기13	.700	.507	.914
자기계발 요인	α = .918	Standardized item alpha= .920	
동기5	.670	.510	.799
동기3	.681	.515	.796
동기18	.578	.375	.823
동기1	.669	.524	.799
동기2	.626	.506	.814
건강지향 요인	α = .839	Standardized item alpha= .841	
동기24	.767	.592	.830
동기12	.732	.539	.846
동기19	.738	.551	.841
동기26	.712	.516	.850
사교지향 요인	α = .876	Standardized item alpha= .879	
동기11	.757	.583	.700
동기9	.487	.281	.831
동기8	.672	.472	.740
동기28	.615	.464	.768
취미오락 요인	α = .810	Standardized item alpha= .813	

(2) 여가만족 신뢰도

여가만족의 하위 요인간의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach' α 계수를 산출하였으며, 그 결과는 <표 7>과 같다.

본 연구에서 사용한 여가만족의 각 문항 간 신뢰도는 심리적 요인 α=.882, 교육적 요인 α=.892, 생리적 요인 α=.831, 시설적 요인 α=.851, 휴식적 요인 α=.788, 사회적 요인 α=.798으로 대부분의 요인들이 비교적 높게 나타났다.

표 7. 여가만족 신뢰도 분석

Item	Corrected Item Total correlation	Squared Multiple Correlation	Alpha If Item Deleted
만족15	.764	.610	.845
만족16	.784	.654	.841
만족17	.772	.660	.844
만족14	.581	.361	.893
만족18	.708	.576	.859
심리적 요인	α = .882	Standardized item alpha= .885	
만족2	.800	.675	.846
만족3	.758	.620	.862
만족1	.803	.655	.844
만족4	.685	.506	.888
교육적 요인	α = .892	Standardized item alpha= .892	
만족11	.761	.608	.758
만족12	.630	.437	.798
만족10	.682	.547	.782
만족13	.645	.452	.793
만족5	.437	.202	.844
생리적 요인	α = .831	Standardized item alpha= .828	
만족8	.754	.594	.783
만족7	.754	.580	.783
만족6	.577	.344	.856
만족9	.686	.491	.813
시설적 요인	α = .851	Standardized item alpha= .850	
만족23	.661	.462	.678
만족24	.673	.474	.663
만족22	.555	.308	.790
휴식적 요인	α = .788	Standardized item alpha= .788	
만족20	.678	.462	.688
만족19	.605	.368	.764
만족21	.646	.429	.721
사회적 요인	α = .798	Standardized item alpha= .799	

4) 상관관계 분석

SPSS를 이용한 상관관계 분석 결과 <표 8>에 나타난 바와 같이 참여동기(자기계발, 사교지향, 취미오락, 건강지향)와 여가만족(심리, 교육, 생리, 시설, 휴식, 사회) 요인의 구성개념들의 관계가 정(+)의 상관관계가 있는 나타났으며, 건강지향과 취미오락 요인에서는 부(−)적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이것으로 미루어 보아 연구가설에서 제시한 변수들 간의 관계의 방향은 일치하는 것으로 나타났다.

표 8. 상관관계 분석

	자기계발	사교지향	취미오락	건강지향	심리만족	교육만족	생리만족	시설만족	휴식만족	사회만족
자기계발	-									
사교지향	.308**	-								
취미오락	.093	-.022	-							
건강지향	.237**	.063	-.107*	-						
심리만족	.333**	.149**	.102	.215**	-					
교육만족	.338**	.034	.344**	.019	.409**	-				
생리만족	.320**	.267**	.031	.176**	.520**	.327**	-			
시설만족	.297**	.200**	.205**	.048	.607**	.514**	.552**	-		
휴식만족	.192**	.034	.406**	.026	.465**	.459**	.292**	.472**	-	
사회만족	.240**	.112*	.143**	.164**	.584**	.429**	.552**	.541**	.455**	-

* : p<.05, ** : p<.01

4. 자료처리 및 통계방법

본 연구의 자료처리는 배포된 설문지를 회수한 후 응답내용이 불성실하거나 신뢰성이 없다고 판단되는 자료를 제외시키고 분석 가능한 자료를 컴퓨터에 개별 입력시킨 후 SPSS WIN 15.0 통계 프로그램을 이용하여 다음과 같이 통계분석 방법을 이용하여 결과를 도출하였다.

첫째, 일반적 특성 파악을 위하여 빈도분석(Frequency analysis)을 실시하였으며, 둘째, 타당성검증을 위하여 요인분석(Factor analysis)을 실시하였으며, 동일한 집단으로 분리된 요인들의 신뢰성검증을 위하여 Cronbach'α 계수를 산출하였다. 셋째, 인구통계학적 특성에 따른 참여수준과 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 독립표본 t 검증과 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시하였으며, 그 결과에 따라 집단 간의 평균 차이를 알아보기 위해 Tukey의 사후검증 방법을 선정하여 사용하였다. 넷째, 독립변인의 참여동기에 따른 여가만족의 영향력을 검증하기 위하여 다중회귀분석(Multiple Regression)을 사용하였다. 통계적 유의수준은 5% 수준으로 설정하였다.

Ⅳ. 결과

본 연구는 스쿼시 동호인들의 참여수준에 따른 참여동기를 파악하고 그에 따른 여가만족에 미치는 영향을 규명하기 위하여 첫째, 인구통계학적 특성에 따른 참여수준과 참여동기의 차이를 비교 분석을 하였으며 둘째, 참여동기에 따른 여가만족에 미치는 영향을 규명하기 위하여 다중회귀분석(Multiple Regression)을 실시하였다. 그 결과는 다음과 같다.

1. 인구통계학적 특성에 따른 차이 검증

스쿼시 동호인들의 인구통계학적 특성에 따른 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 독립표본 t-검증(Independent-samples t-test)을 실시하였으며, 그 결과는 다음과 같다.

표 9. 성별에 따른 참여동기의 차이 검증(t-test)

구분	성별	Mean	Std. Deviation	t	Sig.
자기계발	남자	3.46	.7965	.884	.337
	여자	3.38	.6441		
건강지향	남자	4.23	.4642	3.036**	.003
	여자	4.07	.4713		
사교지향	남자	3.29	.8153	3.710***	.000
	여자	2.95	.8031		
취미오락	남자	2.54	.8662	.108	.914
	여자	2.53	.6679		

** : p<.01, *** : p<.001

<표 9>는 성별에 따른 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 t-test를 실시한 결과로서, 참여동기의 하위요인 중 건강지향과 사교지향에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 건강지향 요인은 남자(M=4.23)가 여자(M=4.07)

보다 스쿼시 운동의 참여 동기 중 건강에 대한 인식이 높은 것으로 나타났으며, t=3.036으로 1%수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 사교지향 요인은 남자(M=3.29)가 여자(M=2.95)보다 스쿼시 운동의 사교적 기능에 대한 인식이 높은 것으로 나타났으며, t=3.710으로 0.1%수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

<표 10>은 연령에 따른 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시한 결과이다.

표 10. 연령에 따른 참여동기의 차이 검증

		Mean	Std. Deviation	F	Sig	Post-Hoc
자기계발	A	3.61	1.06	6.998***	.000	B, A > D
	B	3.57	.61			
	C	3.48	.69			
	D	3.11	.86			
	Total	3.43	.74			
건강지향	A	4.08	.70	4.595**	.004	-
	B	4.05	.51			
	C	4.22	.40			
	D	4.27	.45			
	Total	4.17	.47			
사교지향	A	2.92	.80	3.355*	.019	-
	B	3.29	.87			
	C	3.23	.71			
	D	2.95	.90			
	Total	3.17	.82			
취미오락	A	2.82	.73	6.009**	.001	A > D
	B	2.74	.86			
	C	2.47	.70			
	D	2.31	.81			
	Total	2.53	.80			

* : p<.05, ** : p<.01, *** : p<.001 A:20세미만, B:20~30세, C:30~40세, D:40세 이상

참여동기의 하위요인 중 자기계발, 건강지향, 사교지향, 취미오락 요인 모두에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 연령에 따른 집단간의 F값은 자기계발 6.998, 건강지향 4.595, 사교지향 3.355, 취미오락 6.009로 나타났으며, 자기계발은 0.1%, 건강지향과 취미오락은 1%, 사교지향은 5% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

사후검증을 실시한 결과 자기계발 요인은 20세~30세 집단과 20세 미만 집단이 40세 이상 집단에 비해 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났으며, 취미오락 요인은 20세 미만 집단이 40세이상의 집단에 비해 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났다. 또한 건강지향과 사교지향 요인은 집단 간 뚜렷한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 11>은 학력에 따른 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시한 결과이다.

표 11. 학력에 따른 참여동기의 차이 검증

		Mean	Std. Deviation	F	Sig	Post-Hoc
자기계발	A	3.85	.86	1.812	.145	-
	B	3.45	.71			
	C	3.41	.75			
	D	3.32	.68			
	Total	3.43	.74			
건강지향	A	4.25	.71	1.386	.247	-
	B	4.12	.49			
	C	4.17	.44			
	D	4.30	.47			
	Total	4.17	.47			
사교지향	A	3.07	.85	1.205	.308	-
	B	3.26	.83			
	C	3.17	.83			
	D	2.96	.69			
	Total	3.17	.82			
취미오락	A	2.64	.81	.964	.410	-
	B	2.56	.81			
	C	2.55	.80			
	D	2.31	.74			
	Total	2.53	.80			

A:중졸, B:고졸, C:대졸, D:대졸 이상

학력에 따라서는 참여동기의 하위요인 중 자기계발, 건강지향, 사교지향, 취미오락 요인 모두에서 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

표 12. 수입정도에 따른 참여동기의 차이 검증

		Mean	Std. Deviation	F	Sig	Post-Hoc
자기계발	A	3.74	.62	6.267***	.000	A > F, B
	B	3.15	.66			
	C	3.33	.82			
	D	3.50	.73			
	E	3.38	.82			
	F	3.22	.78			
	Total	3.43	.74			
건강지향	A	4.09	.55	4.381**	.001	F, D > B
	B	4.00	.41			
	C	4.21	.41			
	D	4.29	.44			
	E	4.26	.39			
	F	4.31	.43			
	Total	4.17	.47			
사교지향	A	3.23	.82	3.062*	.010	-
	B	2.88	.81			
	C	3.25	.82			
	D	3.33	.76			
	E	2.92	.97			
	F	3.24	.75			
	Total	3.17	.82			
취미오락	A	2.64	.79	1.495	.191	-
	B	2.46	.75			
	C	2.70	.90			
	D	2.45	.81			
	E	2.53	.82			
	F	2.36	.65			
	Total	2.53	.80			

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

A:100만원 미만, B:100~150, C:150~200, D:200~300, E:300~400, F:400만원 이상

<표 12>는 수입정도에 따른 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시한 결과이다.

<표 12>에 따르면 수입정도에 따른 참여동기의 하위요인 중 자기계발, 건강지향, 사교지향 요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 수입정도에 따른 집단간의 F값은 자기계발 6.267, 건강지향 4.381, 사교지향 3.065로 나타났으며, 자기계발은 0.1%, 건강지향은 1%, 사교지향은 5% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

사후검증을 실시한 결과 자기계발 요인은 100만원 미만의 집단이 400만원 이상과 100만원 이상~150만원 미만의 집단에 비해 뚜렷한 인식차이가 있는 것으로 나타났으며, 건강지향 요인은 400만원 이상과 200만원 이상~300만원 미만의 집단이 100만원 이상~150만원 미만의 집단에 비해 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났다. 또한 사교지향 요인은 집단 간 뚜렷한 차이가 없는 것으로 나타났다.

<표 13>은 직업에 따른 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시한 결과이다.<표 13>에 따르면 직업에 따른 참여동기의 하위요인 중 자기계발, 취미오락 요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 직업에 따른 집단 간의 F값은 자기계발 5.904, 취미오락 6.070으로 나타났으며, 자기계발과 취미오락 모두 0.1% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

사후검증을 실시한 결과 자기계발 요인은 학생 집단이 자영업 집단에 비해 뚜렷한 인식차이가 있는 것으로 나타났으며, 취미오락 요인은 학생 집단이 자영업과 회사원 집단보다 높게 인식하며, 자영업과 회사원 집단은 주부와 공무원 집단에 비해 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났다.

표 13. 직업에 따른 참여동기의 차이 검증

		Mean	Std. Deviation	F	Sig	Post-Hoc
자기계발	A	3.23	.86	5.904***	.000	F > A > C
	B	3.42	.62			
	C	2.97	.87			
	D	3.63	.68			
	E	3.42	.72			
	F	3.79	.68			
	G	3.40	.48			
	Total	3.43	.74			
건강지향	A	4.29	.40	2.046	.059	
	B	4.14	.48			
	C	4.05	.36			
	D	4.21	.45			
	E	4.25	.48			
	F	4.06	.60			
	G	4.18	.31			
	Total	4.17	.47			
사교지향	A	3.26	.84	1.786	.101	
	B	3.14	.73			
	C	2.89	.95			
	D	3.25	.94			
	E	2.93	.91			
	F	3.35	.83			
	G	3.05	.52			
	Total	3.17	.82			
취미오락	A	2.40	.81	6.070***	.000	F > A, B A, B > E, C
	B	2.40	.79			
	C	2.27	.88			
	D	2.84	.71			
	E	2.32	.66			
	F	2.96	.78			
	G	2.46	.61			
	Total	2.53	.80			

*: p<.05, **: p<.01, ***: p<.001 A:자영업, B:회사원, C:공무원, D:전문직, E:주부, F:학생, G:기타

2. 참여수준에 따른 참여동기의 차이 검증

스쿼시 동호인의 참여수준(빈도, 시간, 강도)에 따른 참여동기(자기계발, 건강지향, 사교지향, 취미오락)의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석(One-way ANOVA)를 실시하였으며, 그 결과는 다음과 같다.

<표 14>는 참여빈도에 따른 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시한 결과이다.

표 14. 참여빈도에 따른 참여동기의 차이 검증

		Mean	Std. Deviation	F	Sig	Post-Hoc
자기계발	A	3.31	.73	11.301***	.000	D > C, A, B
	B	3.25	.76			
	C	3.54	.68			
	D	4.28	.56			
	Total	3.43	.74			
건강지향	A	4.06	.43	6.111***	.000	D > B, A
	B	4.08	.46			
	C	4.25	.45			
	D	4.47	.61			
	Total	4.17	.47			
사교지향	A	3.18	.44	1.025	.382	-
	B	3.10	.72			
	C	3.21	.92			
	D	3.46	1.11			
	Total	3.17	.82			
취미오락	A	2.63	.52	2.014	.112	-
	B	2.43	.75			
	C	2.57	.83			
	D	2.91	1.25			
	Total	2.53	.80			

* : p<.05, ** : p<.01, *** : p<.001 A:주1~2회, B:주3회, C:주4~5회, D:주6회이상

<표 14>에 따르면, 참여동기의 하위요인 중 자기계발, 건강지향 요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 참여빈도에 따른 집단간의 F값은 자기계발 11.301, 건강지향 6.111로 나타났으며, 자기계발과 건강지향 모두 0.1% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

사후검증을 실시한 결과 자기계발 요인은 주6회 이상 집단이이 다른 집단에 비해 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났으며, 건강지향 요인은 주6회 이상 집단이 주3회와 주1~2회의 집단에 비해 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났다.

<표 15>는 참여시간에 따른 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시한 결과이다.

표 15. 참여시간에 따른 참여동기의 차이 검증

		Mean	Std. Deviation	F	Sig	Post-Hoc
자기계발	A	3.17	.73	9.106***	.000	D > C > A
	B	3.42	.71			
	C	3.59	.76			
	D	4.05	.65			
	Total	3.43	.74			
건강지향	A	4.08	.50	3.666*	.013	-
	B	4.15	.45			
	C	4.32	.41			
	D	4.22	.60			
	Total	4.17	.47			
사교지향	A	2.75	.66	14.873***	.000	D > C, B > A
	B	3.20	.74			
	C	3.37	.93			
	D	3.91	.94			
	Total	3.17	.82			
취미오락	A	2.33	.70	9.806***	.000	D > B, C, A
	B	2.56	.77			
	C	2.46	.76			
	D	3.41	1.09			
	Total	2.53	.80			

* : p<.05, *** : p<.001 A:30분~1시간, B:1~2시간, C:2~3시간, D:3시간 이상

<표 15>에 따르면, 참여동기의 하위요인 중 자기계발, 건강지향, 사교지향, 취미오락 요인 모두에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 참여시간에 따른 집단간의 F값은 자기계발 9.106, 건강지향 3.666, 사교지향 14.873, 취미오락 9.806으로 나타났으며, 자기계발과 사교지향, 취미오락에서는 0.1%, 건강지향에서는 5% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

사후검증을 실시한 결과 자기계발 요인은 3시간 이상 집단이 2시간~3시간 집단보다 높게 인식하고, 2시간~3시간 집단은 30분~1시간 집단에 비해 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났다, 또한 사교지향 요인은 3시간 이상 집단이 2시간~3시간 집단과 1시간~2시간 집단보다 높게 인식하고, 2시간~3시간 집단과 1시간~2시간 집단은 30분~1시간 집단에 비해 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났으며, 취미오락요인에서는 3시간 이상 집단이 다른 모든 집단에 비해 참여시간에 대한 인식을 더욱 높게 하는 것으로 나타났다. 또한 건강지향 요인에서는 집단 간의 뚜렷한 차이는 나타나지 않았다.

<표 16>은 참여강도에 따른 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시한 결과이다.

<표 16>에 따르면, 참여동기의 하위요인 중 자기계발, 건강지향, 사교지향, 취미오락 요인 모두에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 참여시간에 따른 집단간의 F값은 자기계발 9.253, 건강지향 8.629, 사교지향 7.915, 취미오락 4.870으로 나타났으며, 자기계발과 건강지향, 사교지향에서는 0.1%, 취미오락에서는 1% 수준에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

사후검증을 실시한 결과 자기계발 요인은 매우치치게한다는 집단이 전혀지치지않게한다는 집단에 비해 참여강도를 보다 높게 인식하는 것으로 나타났고, 건강지향 요인에서는 매우지치게한다는 집단이 보통이다 집단보다 높게, 보통이다는 집단은 전혀지치지않게한다는 집단에 비해 참여동기를 보다 높게 인식하는 것으로 나타났으며, 사교지향 요인은 매우지치게한다는 집단이 지치지않게한다와 전혀지치지않게한다는 집단에 비해 참여동기를 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났다. 또한 취미오락 요인에서는 집단 간의 뚜렷한 차이가 나타나지 않았다.

표 16. 참여강도에 따른 참여동기의 차이 검증

		Mean	Std. Deviation	F	Sig	Post-Hoc
자기계발	A	2.88	.67	9.253***	.000	E > A
	B	3.14	.76			
	C	3.26	.76			
	D	3.64	.64			
	E	3.91	.66			
	Total	3.43	.74			
건강지향	A	3.53	.23	8.629***	.000	E > C > A
	B	4.20	.57			
	C	4.07	.41			
	D	4.24	.47			
	E	4.60	.40			
	Total	4.17	.47			
사교지향	A	2.66	1.58	7.915***	.000	E > B, A
	B	2.74	.83			
	C	3.05	.75			
	D	3.36	.79			
	E	3.67	.92			
	Total	3.17	.82			
취미오락	A	2.91	.72	4.870**	.001	-
	B	2.18	.68			
	C	2.42	.72			
	D	2.72	.78			
	E	2.67	1.33			
	Total	2.53	.80			

** : p<.01, *** : p<.001 A:전혀지치지않게, B:지치지않게, C:보통, D:지치게, E:매우지치게

3. 참여동기가 여가만족에 미치는 영향

스쿼시 동호인들의 참여동기(자기계발, 사교지향, 건강지향, 취미오락)가 여가만족(심리, 교육, 생리, 시설, 휴식, 사회)에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석(Multiple Regression)을 실시하였으며, 그 결과는 다음과 같다.

참여동기가 여가만족의 하위요인 중 심리적 만족에 미치는 영향을 분석한 결과는 <표 17>과 같다.

표 17. 참여동기가 심리적 만족에 미치는 영향

종속변인 / 독립변인	심리적 만족			
	b	Std. E	β	t
자기계발	.302	.060	.269	5.044***
사교지향	.055	.048	.058	1.134
취미오락	.113	.059	.096	1.926
건강지향	.174	.056	.158	3.113**
R^2	.142			
F	14.837***			

** : p<.01, *** : p<.001

<표 17>에 의하면, 참여동기의 자기계발과 건강지향 요인이 심리적 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기계발(β=.269)요인이 심리적 만족에 0.1%, 건강지향(β=.158)요인이 심리적 만족에 1% 수준에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 결정계수 R^2 =.142로 14.1%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 즉, 스쿼시 운동의 참여동기가 자기계발과 건강을 지향하는 사람이 심리적 만족을 많이 인식하는 것으로 나타났다.

참여동기가 여가만족의 하위요인 중 교육적 만족에 미치는 영향을 분석한 결과는 <표 18>과 같다.

표 18. 참여동기가 교육적 만족에 미치는 영향

종속변인 / 독립변인	교육적 만족			
	b	Std. E	β	t
자기계발	.355	.054	.333	6.525***
사교지향	-.053	.044	-.060	-1.211
취미오락	.348	.053	.310	6.518***
건강지향	-.024	.051	-.023	-.464
R^2	.216			
F	24.699***			

*** : p<.001

<표 18>에 의하면, 참여동기의 자기계발과 취미오락 요인이 교육적 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기계발(β=.333)요인이 교육적 만족에 0.1%, 취미오락(β=.310)요인이 교육적 만족에 0.1% 수준에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 결정계수 R^2 =.216로 21.6%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 즉, 스쿼시 운동의 참여동기가 자기계발과 취미오락인 사람이 교육적 만족을 많이 인식하는 것으로 나타났다.

참여동기가 여가만족의 하위요인 중 생리적 만족에 미치는 영향을 분석한 결과는 <표 19>와 같다.

<표 19>에 의하면, 참여동기의 자기계발과 사교지향, 건강지향 요인이 생리적 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기계발(β=.234)과 사교지향(β=.189) 요인이 생리적 만족에 0.1%, 건강지향(β=.112)요인이 생리적 만족에 5% 수준에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 결정계수 R^2 =.146로 14.6%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 즉, 스쿼시 운동의 참여동기가 자기계발과 사교지향적이고 건강을 지향하는 사람이 생리적 만족을 많이 인식하는 것으로 나타났다.

표 19. 참여동기가 생리적 만족에 미치는 영향

종속변인 / 독립변인	생리적 만족			
	b	Std. E	β	t
자기계발	.273	.062	.234	4.389***
사교지향	.183	.050	.189	3.670***
취미오락	.031	.061	.025	.510
건강지향	.127	.058	.112	2.198*
R^2	.146			
F	15.258***			

* : p<.05, *** : p<.001

표 20. 참여동기가 시설적 만족에 미치는 영향

종속변인 / 독립변인	시설적 만족			
	b	Std. E	β	t
자기계발	.271	.061	.238	4.453***
사교지향	.123	.049	.130	2.518*
취미오락	.224	.060	.186	3.736***
건강지향	.004	.057	.003	.065
R^2	.135			
F	13.983***			

* : p<.05, *** : p<.001

참여동기가 여가만족의 하위요인 중 시설적 만족에 미치는 영향을 분석한 결과는 <표 20>과 같다.

<표 20>에 의하면, 참여동기의 자기계발과 사교지향, 취미오락 요인이 시설적 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기계발(β=.238)과 취미오락(β=.186) 요인이 시설적 만족에 0.1%, 사교지향(β=.130)요인이 시설적 만족에 5% 수준에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

결정계수 R^2 =.135로 13.5%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 즉, 스쿼시 운동의 참여동기가 자기계발과 취미오락, 사교지향적인 사람이 시설적 만족을 많이 인식하는 것으로 나타났다.

참여동기가 여가만족의 하위요인 중 휴식적 만족에 미치는 영향을 분석한 결과는 <표 21>과 같다.

표 21. 참여동기가 휴식적 만족에 미치는 영향

종속변인 / 독립변인	휴식적 만족			
	b	Std. E	β	t
자기계발	.152	.053	.149	2.877**
사교지향	-.004	.042	-.005	-.102
취미오락	.425	.052	.395	8.190***
건강지향	.034	.049	.034	.682
R^2	.190			
F	20.965***			

* : p<.05, *** : p<.001

<표 21>에 의하면, 참여동기의 자기계발과 취미오락 요인이 휴식적 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기계발(β=.149) 요인이 휴식적 만족에 1%, 취미오락(β=.395)요인이 휴식적 만족에 0.1% 수준에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 결정계수 R^2 =.190으로 19.0%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 즉, 스쿼시 운동의 참여동기가 자기계발과 취미오락을 중요하게 생각하는 사람이 휴식적 만족을 많이 인식하는 것으로 나타났다.

참여동기가 여가만족의 하위요인 중 사회적 만족에 미치는 영향을 분석한 결과는 <표 22>와 같다.

<표 22>에 의하면, 참여동기의 자기계발과 취미오락, 건강지향 요인이 사회적 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자기계발(β=.180)과 취미오락(β=.142) 요인이 사회적 만족에 1%, 건강지향(β=.133)요인

이 사회적 만족에 5% 수준에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 결정계수 R^2 =.091로 9.1%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 즉, 스쿼시 운동의 참여동기가 자기계발과 취미오락, 건강을 지향하는 사람이 사회적 만족을 많이 인식하는 것으로 나타났다.

표 22. 참여동기가 사회적 만족에 미치는 영향

종속변인 / 독립변인	사회적 만족			
	b	Std. E	β	t
자기계발	.197	.060	.180	3.274**
사교지향	.047	.048	.052	.977
취미오락	.164	.059	.142	2.767**
건강지향	.143	.056	.133	2.543*
R^2	.091			
F	8.958***			

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

V. 결론 및 제언

1. 결론

본 연구는 스쿼시가 생활체육으로 활성화하는데에 따른 스쿼시 동호인의 인구통계학적 특성과 활동적 특성을 분석하고, 참가수준에 따른 참여동기와 여가만족의 관계를 알아보는데 주된 목적이 있다.

이와 같은 목적을 달성하기 위하여 광주지역 5개 스쿼시 센터에서 운동을 하고 있는 회원 중 무작위표본추출법(random sampling)을 이용하여 총 380부를 배포하였으며 수집된 자료 중 응답이 불성실하거나 신뢰성을 떨어뜨리는 자료로 판단되는 17명의 자료를 제외한 363(95.5%)명의 자료를 바탕으로 통계분석 프로그램인 SPSS 15.0을 이용하여 연구를 실시하였다.

분석에 사용된 측정도구의 신뢰도(α=.918~.788)는 연구의 목적에 맞게 적절하게 나타났으며, 자료 분석은 조사대상자의 일반적인 특성을 파악하기 위해 빈도분석(Frequency analysis)을 실시하고, 인구통계학적 특성에 따른 참여수준과 참여동기의 차이를 알아보기 위하여 독립표본 t-검증과 일원분산분석(One-way ANOVA)을 실시하였으며, 그 결과에 따라 집단 간의 평균 차이를 알아보기 위해 Tukey의 사후검증 방법을 선정하여 사용하였다. 마지막으로 독립변인의 참여동기에 따른 여가만족의 영향력을 검증하기 위하여 다중회귀분석(Multiple Regression)을 사용하였다. 통계적 유의수준은 5% 수준으로 설정하였다.

이와 같은 연구방법과 자료분석을 통하여 얻은 결론은 다음과 같다.

1) 성별에 따라서는 참여동기 하위요인중 건강지향과 사교지향에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 두 요인 모두 남자가 여자보다 건강과 사교적 기능에 대한 인식이 높은 것으로 나타났다.
2) 연령에 따라서는 모든 참여동기 하위요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 특히 자기계발 요인은 20세~30세 집단과 20세 미만 집단이 40세이상 집단에 비해 더욱 높게 인식하는 것으로 나타났다.

3) 참여빈도는 참여동기의 하위요인중 자기계발과 건강지향 요인에서 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 참여시간과 참여강도는 참여동기 모든 하위요인(자기계발, 건강지향, 사교지향, 취미오락)과 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.
4) 참여동기의 자기계발 요인은 여가만족의 모든 변인(심리, 교육, 생리, 시설, 휴식, 사회적 만족)에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 건강지향 요인은 시리, 생리, 사회적 만족에 영향을 미치는 것으로, 사교지향 요인은 생리, 시설적 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 마지막인 취미오락 요인은 교육, 시설, 휴식, 사회적 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2. 제언

본 연구를 수행하는 동안 나타난 몇 가지 문제점과 후속 연구에서 고려해야 할 사항을 다음과 같이 제안한다.

첫째, 본 연구에서는 조사지역을 광주지역으로 한정하였으나 앞으로의 연구에서는 기타 다른 지역의 거주자들도 조사대상자로 지정하여 조금 더 광범위한 연구가 필요하다고 사료된다.

둘째, 본 연구에서는 조사대상을 일반 스쿼시 동호인 성인남녀로 선정하였으나 앞으로의 연구에서는 스쿼시 선수나 지도자등의 폭넓은 연구가 이루어져 전문적인 지도자양성 등의 질적인 연구들을 통하여 스쿼시가 생활체육과 엘리트 체육의 한 종목으로서 확고하게 자리 잡을 수 있는 연구가 필요하다고 사료된다.

셋째, 본 연구에서는 스쿼시 참가자의 참여수준에 따른 동기와 만족도에 대한 조사로 제한하였으나 앞으로의 연구에서는 시설, 지도자, 프로그램, 운영체제 등에 대한 참여자의 만족을 조사함으로써 스쿼시의 대중화 및 활성화를 위한 기초자료 로서의 후속 연구들이 필요하다고 사료된다.

참 고 문 헌

구철웅(2000). 스쿼시 참가자의 사회인구학적특성에 따른 참여정도 및 만족도에 관한 연구. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문

김경식(1996). 대도시 노인의 생활체육 참여와 여가만족 및 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위논문

김광득(1998). 여가와 현대사회. 백산출판사

김경식(1996). 대도시 노인의 생활체육 참여와 여가만족 및 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위논문

김경용・박용범(1998). 지방자치단체의 지역사회 개발을 위한 스포츠 이벤트의 활용 전략. 한국체육학회지, 37권, 1호, 247-261.

김용만(1996). 스포츠 이벤트와 스포츠 발전의 관계. 한국사회체육학회지, 6호, 203-211.

김원관 외(2006). 스쿼시론. 대한스쿼시연맹

김태언(1999). 테니스 동호인의 생활체육활동 만족에 관한 연구. 수원대학교 대학원 석사학위논문

김학신 외(1998). 스쿼시 워크샵. 서울: 도서출판 무한

김홍록・박인수(1997). 스포츠 이벤트의 효과와 기획에 관한 이론적 고찰. 한국사회체육학회지, 8호, 171-176.

나영호(1996). 골프의 대중화를 위한 사회학적 측면의 조사연구. 수원대학교 대학원 석사학위논문

남외자(2001). 여가활동 유형이 여가만족도에 미치는 영향에 관한 분석. 동아대학교 경영대학원 석사논문

대한스쿼시연맹(1995). 스쿼시 게임. 서울: 오성출판사

문화체육부(1995). 국민 여가 활동 참여 실태조사. 문화부체육부

박수정(2004). 여가학개론. 인하대학교 출판부.

박진경(1994). 생활체육참가와 여가만족의 관계. 서울대학교 체육연구소 논집 제15권, 제 1호, 95-106.

선옥순(1999). 성인여성의 에어로빅댄스 참여에 따른 신체상 및 생활만족도의 관계. 계명대학교 대학원 석사학위논문

엄대영(2002). 스쿼시장 서비스 제공자의 행동이 고객반응에 미치는 영향. 계명대학교 대학원 석사학위논문

윤이중(1996). 직장인의 생활체육 참가와 삶의 질에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문

이강욱 외(2002). 스쿼시론. 대한스쿼시연맹

이기화(2005). 스쿼시 운동의 참여정도와 참여동기가 여가만족에 미치는 영향. 단국대학교 스포츠과학대학원 석사학위논문.

이명옥(1999). 야가활동 참여와 여가만족의 관계에 관한 연구. 동아대학교대학원 석사학위논문

이봉걸(1998). 생활체육 참가가 여가만족에 미치는 영향. 한남대학교 지역개 발대학원 석사학위논문

이종길(1992). 사회체육활동과 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문

이상일・강현민(2000). 효과적인 기업 촉진 수단으로서의 스포츠 이벤트. 한국스포츠산업・경영학회지, 5권 1호, 161-170.

이성철. (1996). 노인의 사회체육 활동과 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문

이종완(2000). 배드민턴 동호인들의 참가정도에 따른 여가만족 및 생활만족에 관한연구. 계명대학교 스포츠 산업대학원 석사학위논문

이철원(2002). 현대여가학. 서울: 대한미디어

위성식(1997). 한국의 여가교육어디까지 왔나. 한국여가레크리에이션학회 학술세미나 자료집. 한국여가레크리에이션 학회

임번장(1993). 국민생활체육: 생활체육프로그램 순회지도 사업운영지침서.

임재성(2005). 생활체육 배드민턴 동호인들의 여가참여 유형과 생활만족에 대한 연구. 경희대학교 테크노경영대학원 석사학위논문

전상연(2004). 배드민턴 동호회 활동 참여가 여가만족에 미치는 영향. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문

정영린(1996). 사회인구학적 특성에 따른 사회체육 참여도의 차이에 대한연구. 한국사회체육학회지 제6호

정영린(1997). 생활체육 참여와 여가만족의 관계. 서울대학교 대학원 박사학위논문

조성문(2004). 생활체육 테니스클럽 회원들의 참여정도에 따른 여가만족 및 생활만족에 관한연구. 안동대학교 교육대학원 석사학위논문

진봉국(1993). 여가활동 참여와 생활만족의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위논문
체육백서(2005). 문화관광부

Beard, J. G. & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. Journal of Leisure Research, 12(1), 20-33.

Brightbill, C. (1961). Man and leisure a philosophy of recreation. Englewood Cliffs, NJ; Prentice-Hall, Inc.

Brown, B. A., & Frankel, B. G. (1993). Activity through the years; Leisure satisfaction, and life satisfaction. Sociology of Sport Journal, 10, 1-17.

Bultena, G., & Wood, V. (1970). Toward an understanding of variability in satisfaction within activities. *Journal of Leisure Research,* 39-51.

Butcher, J. (1985). Longiyudinal analysis of adolescent girl's participation in physical activity. Sociology of Sport Journal, 2, 130-143

Cambell, A., Converse, P. E. & Rodgers, W. L. (1979). The quality of American life. New York: Russel Sage Foundation.

Csikszentmihalyi, M. (1975). Beyond boredom and anxiety. San francisco : Jossey-Bass, 189-192

Dishman, R. k(1986). Mental health, In seefeldt, V,(ed), physical activity and well-being, Reston, VA : American Alliance for Health physical Education, Recreation and Dance, 303-341

Driver, B. L., & Knopf, R. C. (1976). Temporary escape-One product of sport fisheries management. Fisheries, 1(2), 21-29.

Driver, B. L.,&Tocher, R. S.(1970). Toward abehavioral interpretation of recreational engagements with implication for planning. In B. L. Driver(eds.), Elements of outdoor recreation planning(pp. 1-31) Ann Arbor, Michigan: University of Michigan Press.

DuBrin, A. (1972). The practice of managerial psychology. Pergamon.

Dumazedier, J. (1974). Sociology of leisure. New York: Elsevier.

Dupuis, S. L. (2000). Institution-based Care giving as a container for leisure. Leisure Science, 22, 259-280

Francken, D. A., & van Raaij, W. R. (1981). Satisfaction with leisure time activities. *Journal of Leisure Research, 13(4),* 337-352.

Graefe, A. R.& Fedler, A. J. (1986). Situational and subjective determinants of satisfaction in marine recreational fishing. *Leisure Sciences, 8(3),* 275-295.

Iso-Ahola, S. E. (1980). Social psychological perspectives on leisure and recreation. Charles C. Thomas, Publisher.

Jnhangir, K. (1998). Learn Squash and Racquet ball in a weekend, Knopf

Lewinsohn, P., & Graf, M. (1973). Pleasant activities and depressions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 41,* 261-268.

London, M, Crandal, R, & Fitzgubbons, D. (1977). The psychological structure of leisure: Activity, needs, people, Journal of Leisure Research, 9(4), 252-264

Loy, McPherson & Kenyon(1978). Sport and social systems.

Mckechnie, G. E. (1974). The psychology structure of leisure : Past behavior. Journal or Leisure Research, 6, 27-45.

Ragheb, M. G. & Griffith, C. A. (1982). The Contribution of Leisure Participation and Leisure Satisfaction to Life Satisfaction of Older Persons, Journal of Leisure Research, 14.

Ritcchie, J. R. (1975). On the deviation of leisure activity types- A perceptual mapping approach. Journal of Leisure Research, 7, 128-140.

Russell, R. V. (1987). The importance of recreation satisfaction and activity participation to life satisfaction of age-segregated retirees. Journal of Leisure Research, 19, 273-283.

Russell, R. V. (1990). Recretion and quality of life in old age: A causal analysis. Journal of Applied Gerontology, 9(1), 77-90.

Sneegas, J. J. (1986). Componets of life satisfaction in middle and later life adults: Perceived social competence, leisure participation, and life satisfaction. *Journal of Leisure Research, 18(4),* 248-258.

≪설 문 지≫

스쿼시 운동 참여동기에 따른 참여수준과 여가만족의 관계 연구

안녕하십니까?

귀중한 시간을 할애하여 본 설문조사에 응하여 주셔서 감사합니다.

본 설문조사는 "스쿼시 운동 참여에 따른 여가만족의 관계"에 관한 연구를 하기 위한 질문으로 구성되었으며, 설문에 응답하신 내용은 연구 목적 이외의 용도로는 사용되지 않습니다. 또한 설문에 응답하신 개인의 신상에 대한 내용은 비밀이 보장됩니다.

본 설문지는 생활체육 발전을 위한 연구의 기초 자료로 소중한 자료입니다.

설문지 작성 요령을 주의하여 읽어보신 후 기입에 빠진 문항이 없이 정확하게 기재하여 주시기를 부탁드립니다.

감사합니다.

2007년 9월

조선대학교 대학원 사회체육학과

류 공 선 드림

*** 스쿼시에 대한 일상적인 질문입니다.**

1. 귀하의 성별은?

① 남자 ② 여자

2. 귀하의 연령은?

만_____세

3. 귀하의 교육정도는?

① 중졸 ② 고졸 ③ 대졸 ④ 대졸이상

4. 귀하의 월 수입정도는?

① 100만원이하 ② 100~150만원 ③ 150~200만원

④ 200~300만원 ⑤ 300~400만원 ⑥ 400만원이상

5. 귀하의 직업은?

① 자영업 ② 회사원 ③ 공무원 ④ 전문직 ⑤ 주부 ⑥ 학생 ⑦ 기타

6. 결혼여부는?

① 기혼 ② 미혼

7. 귀하의 스쿼시 운동 경력은?

① 3개월미만 ② 6개월미만 ③ 1년미만 ④ 1년~2년

⑤ 2년~3년 ⑥ 3년~4년 ⑦ 4년~5년 ⑧ 5년이상

*** 스쿼시 참여수준(빈도, 시간, 강도)에 대한 질문입니다.**

8. 귀하께서는 1주일에 몇 번 스쿼시 운동을 하십니까?

① 1~2회 ② 3회 ③ 4~5회 ④ 6회 이상

9. 귀하께서는 1회의 운동시간은 어느 정도입니까?

① 30분 이내 ② 30분~1시간 ③ 1시간~2시간

④ 2시간~3시간 ⑤ 3시간 이상

10. 귀하는 스쿼시 운동을 얼마나 격렬하게 하십니까?

① 전혀 지치지 않게 한다. ② 지치지 않게 한다. ③ 보통이다.

④ 지치게 한다. ⑤ 매우 지치게 한다.

다음 문항들은 스쿼시 운동의 **“참여 동기”** 에 관한 질문입니다.
각 문항을 주의 깊게 읽으신 후 해당번호에 “✓” 체크하여 주시기 바랍니다.

문항	질문내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그저 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1	무엇보다 운동을 하면 재미있기 때문에	①	②	③	④	⑤
2	운동을 할 때 느끼는 쾌감 때문에	①	②	③	④	⑤
3	운동을 하고난 후 활기찬 기분을 느낄수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤
4	체력이 향상되는 것을 느낄 수 있어서	①	②	③	④	⑤
5	운동 후 느끼는 상쾌함 때문에	①	②	③	④	⑤
6	스쿼시운동을 계속해야 할지 잘 모르겠다	①	②	③	④	⑤
7	운동기술을 완벽하게 수행 했을 때 오는 만족감 때문에	①	②	③	④	⑤
8	운동을 잘 하면 다른 사람의 관심을 받을 수 있으므로	①	②	③	④	⑤
9	멋진 몸매를 만들고 싶어서	①	②	③	④	⑤
10	초기에는 스쿼시 운동을 좋아했는데 요즘은 이 운동을 계속 해야 할지 회의를 느낀다	①	②	③	④	⑤
11	운동을 멋지게 하여 다른 사람에게 자랑하고 싶어서	①	②	③	④	⑤
12	다른 사람을 사귈 수 있는 좋은 기회가 되기 때문에	①	②	③	④	⑤
13	어려운 기술을 해냈을 때 느끼는 성취감 때문에	①	②	③	④	⑤
14	운동을 하면 컨디션이 좋아지므로	①	②	③	④	⑤
15	현재 이 운동은 나에게 안 맞는 것 같다	①	②	③	④	⑤
16	체중 조절에 도움이 되기 때문에	①	②	③	④	⑤

문항	질문내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그저 그렇다	그렇다	매우 그렇다
17	체력이 증진되어 생활하는데 도움이 되므로	①	②	③	④	⑤
18	땀을 흘리고 나면 몸이 개운해 지기 때문에	①	②	③	④	⑤
19	다른 사람들과 편하게 어울릴 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤
20	규칙적인 운동을 해야 건강해지니까	①	②	③	④	⑤
21	운동을 하고 나면 매사에 자신감이 생기기 때문에	①	②	③	④	⑤
22	운동할 때 가끔 느끼는 희열감 때문에	①	②	③	④	⑤
23	운동할 때 운동에만 빠져들수(몰입) 있기 때문에	①	②	③	④	⑤
24	운동 후 사람들과 사교할 수 있는 시간을 쉽게 가질 수 있으므로	①	②	③	④	⑤
25	현재 운동은 하고 있지만 처음에 기대했던 것과는 맞지 않은 것 같다	①	②	③	④	⑤
26	나를 알릴(PR) 수 있는 좋은 기회이기 때문에	①	②	③	④	⑤
27	전에는 경험해 보지 못했던 운동기술을 배우는 것이 재미있어서	①	②	③	④	⑤
28	운동으로 명예 또는 명성을 얻을 수 있기 때문에	①	②	③	④	⑤
29	운동시 어려운 동작을 익혀 가는 것이 재미있기 때문에	①	②	③	④	⑤
30	새로운 운동방법을 배울 수 있는 재미 때문에	①	②	③	④	⑤
31	기대한 이상의 운동기술을 수행 했을때 오는 흥분감 때문에	①	②	③	④	⑤
32	운동 기술(능력)이 점차 발달되는 느낌이 즐거워서	①	②	③	④	⑤
33	내가 지금하고 있는 운동은 아무런 의미 없이 습관적으로 하는 것 같다	①	②	③	④	⑤
34	친구들과 보낼 수 있는 좋은 방법이므로	①	②	③	④	⑤

다음 문항들은 스쿼시 운동 후 **“여가만족”** 에 관한 질문입니다.
각 문항을 주의 깊게 읽으신 후 해당번호에 “✓” 체크하여 주시기 바랍니다.

문항	질문 내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그저 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 매우 흥미롭다.	①	②	③	④	⑤
2	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 내 주변에 관련된 지식을 얻게 해준다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 스쿼시 활동을 통해서 다른 사람들과 사회적 교류를 한다.	①	②	③	④	⑤
4	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 휴식을 취할 수 있게 해준다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 스쿼시 활동을 통해 나의 신체적 능력을 시험해 본다.	①	②	③	④	⑤
6	내가 스쿼시 활동을 하는 시설 및 장소는 신선하고 깨끗하다.	①	②	③	④	⑤
7	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 나로 하여금 자부심을 갖게 한다.	①	②	③	④	⑤
8	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 새로운 것을 시도해 볼 수 있는 기회를 제공해 준다.	①	②	③	④	⑤
9	스쿼시 활동은 다른 사람들과 밀접한 관계를 유지 할 수 있게 해준다.	①	②	③	④	⑤
10	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 스트레스 해소에 도움이 된다.	①	②	③	④	⑤

문항	질문 내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그저 그렇다	그렇다	매우 그렇다
11	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 체력을 증진시킬 수 있다.	①	②	③	④	⑤
12	내가 하고 있는 스쿼시 활동을 참가하는 시설 및 장소는 흥미를 갖게 한다.	①	②	③	④	⑤
13	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 나에게 성취감을 느끼게 한다.	①	②	③	④	⑤
14	내가 하고 있는 스쿼시 활동을 통해서 만난 사람들은 친절하다.	①	②	③	④	⑤
15	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 정서적인 안정을 갖게 해준다.	①	②	③	④	⑤
16	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 신체적인 활력을 되찾게 해준다.	①	②	③	④	⑤
17	내가 스쿼시 활동을 즐기는 시설 및 장소는 보기가 좋다.	①	②	③	④	⑤
18	나는 스쿼시 활동을 할 때 다양한 기량과 능력을 발휘한다.	①	②	③	④	⑤
19	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 내 자신을 알 수 있게 해준다.	①	②	③	④	⑤
20	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 다른 사람을 이해 할 수 있게 해준다.	①	②	③	④	⑤
21	나는 스쿼시 활동을 할 때 적극적으로 참여하는 사람들과 친목을 도모한다.	①	②	③	④	⑤
22	나는 스쿼시 운동을 하는 것 자체가 좋기 때문에 스쿼시 운동을 한다.	①	②	③	④	⑤
23	내가 하고 있는 스쿼시 활동은 건강을 지켜준다.	①	②	③	④	⑤
24	내가 스쿼시 활동을 하는 시설 및 장소는 잘 꾸며져 있다.	①	②	③	④	⑤