



## 여성노인의 라이프스타일 유형에 따른 여가동기와 여가제약 분석\*

홍서연<sup>1</sup> · 김미랑<sup>2</sup>

<sup>1</sup>이화여자대학교 · <sup>2</sup>순천향대학교

### Leisure Motivation and Leisure Constraints according to Lifestyle type of Elderly Women

Hong, Seo-Youn<sup>1</sup> · Kim, Mi-Lyang<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ewha Womans University · <sup>2</sup>Soonchunhyang University

#### Abstract

This study aimed to typify lifestyles of elderly women, find characteristics of the lifestyles, and analyze differences in motivation of leisure and constraints of leisure. To conduct this study, targeting 291 female elderly and utilizing SPSS 24.0 statistical program, frequency analysis, exploratory factor analysis, reliability analysis, K-means clustering, and t-test were conducted. Through this process, lifestyles of elderly women were typified and differences in motivation of leisure and constraints of leisure depending on lifestyles were analyzed. It was found that dividing the subjects into 2 groups was most appropriate, and based on the score of sub-factors, they were divided into active lifestyle group(N=120) and passive lifestyle group(N=171). Second, analysis of motive of leisure depending on lifestyles of elderly women showed significant differences in competence motivation and intellectual motivation. Third, as for the difference in constraints of leisure depending on lifestyles of elderly women, there were significant differences in internal constraints and structural constraints but no significant differences in interpersonal constraints. Such results imply in studies related to leisure of elderly women, type of lifestyle is an important variable.

**Key words :** elderly female, lifestyle, leisure motivation, leisure constraints

주요어 : 여성노인, 라이프스타일, 여가동기, 여가제약

Address reprint requests to : Kim, Mi-Lyang

Soonchunhyang University, Asan, Chungnam, Korea

Tel: +82-41-530-1292, Fax:+82-41-530-1297, E-mail: mlkim@sch.ac.kr

Received: January, 25, 2017 Revised: March 10, 2017 Accepted: March 21, 2017

\*'This work was supported by the Soonchunhyang University Research Fund'

## I. 서론

현대사회의 노인은 높은 경제수준과 교육 기회의 증대, 가치관 변화, 그리고 적극적 여가활동 참여 등의 특성을 나타내면서 이전 세대와 다른 새로운 라이프스타일 패러다임을 형성하고 있다(Lee, Eo & Hwang, 2016). 대부분의 삶이 여가시간인 노인에게 있어 여가시간의 활용은 그들의 삶의 질을 좌우하는 중요한 요인인데 이들의 여가활용은 개인의 라이프스타일과 매우 높은 관련성을 갖는다(Shin & Ko 2015; Jeon, 2016). 따라서 노인의 여가행동을 이해하기 위해서는 먼저 그들의 생활방식 즉, 라이프스타일을 이해하려는 노력이 필요하다.

라이프스타일은 활동영역, 관심분야, 태도, 가치관 등에 의해 특정 문화나 집단을 구별할 수 있는 특징적인 생활양식을 의미한다(Lazer, 1963; Wells, 1975). 사회과학 분야에서 라이프스타일에 따른 다양한 연구들이 이루어져 왔는데 특히, 라이프스타일은 대상자를 구분하고 그에 따른 심리적, 행동적 특성을 파악 및 예측할 수 있으며, 실용적 차원에서 개입방안을 마련할 수 있는 효과적인 개념으로 이해되고 있다(Woo & Son, 2009). 따라서 노인의 여가활동을 이해하기 위해서 노인의 라이프 스타일을 분석하고 군집화 하여 이에 따라 집단의 특성을 파악하는 것은 일반적인 인구사회학적 변인에 비해 보다 효과적인 독립변인으로 활용될 수 있다.

국내 노인의 라이프스타일에 대한 연구는 1980년대 소비자행동 분석 및 노년층의 소비시장세분화 조사를 목적으로 연구되기 시작하였으며(Ahn & Kim, 2009; Cha, Jeong & Kim, 2012; Lee, Eo & Hwang, 2016), 2000년대에는 노인의 라이프스타일에 따른 여가활동 변인들과의 관계 또는 성공적 노화와와의 관계(Kim & Park, 2015; Nam & Min, 2014; Sin & Ko, 2015; Yoo, Lee, Kim & Kwak, 2014)를 분석한 연구 등과 같이 노인의 삶의 질 향상 및

성공적 노화에 초점을 둔 연구들이 급증하였다.

특히 노인의 라이프스타일에 따른 여가활동 참여간의 관계를 밝히는 연구(Jeong, 2012; Koo, 2008; Lee, 2012; Lim, 2011)에서는 라이프스타일을 구성하는 요인에 따라 크게 여가 관련 변인과의 관계를 검증하는 연구(Jeong, 2012; Yang & Choi, 2005)와 다양한 대상의 라이프스타일을 유형에 따라 군집화하고 군집에 속한 집단의 행동 특성을 파악하는(Koo, 2008; Lee, Hong & Lee, 2004; Lee & Kwon, 2008) 두 가지 패턴으로 주요 연구가 이루어져 왔다.

한편, 라이프스타일과 관련된 여가행동에 대한 연구에서 여가활동 참여자의 동기요인 및 제약요인을 파악하는 것은 참여자들의 여가활동에 대한 심층적인 이해와 집단의 특성을 파악할 수 있는 기본적이면서도 중요한 개념이다. 특히 동기는 여가의 본질과 근본적인 것에 기인한 것으로(Iso-Ahola, 1999) 참여자의 참여 방향을 이해할 수 있는 중요한 변인이며, 제약은 선호하는 여가활동 참여에 방해를 일으키는 요인으로(Henderson et al., 1989) 개인의 내적 심리요인과 외적인 사회적, 물리적 환경 요인을 모두 포함하고 있어 여가활동 참여자들의 현재를 이해하고 문제점 개선에 기여할 수 있는 중요한 변인이다.

Jackson, Crawford & Godbey (1993)는 여가참여는 여가제약의 성공적 타협과정의 결과이며, 타협과 타협과정은 동기와 제약의 상대적 크기 및 상호작용에 달려있다고 주장하였다. 즉 여가활동에 참여하는데 있어 동기와 제약은 상호관련성을 가지며(Samdahl & Jekubovich, 1997), 사람들의 여가행동을 구체적으로 이해하기 위해서는 동기요인과 같은 긍정적 접근과 제약요인과 같은 부정적 접근을 함께 조사했을 때 통찰력 있는 연구가 될 수 있다고 지적한 바 있다(Jackson, 2000). 즉 연구에서 여가동기와 여가제약을 함께 다루는 접근을 통해 여가 참여과정 및 의사결정과정 그리고 집단의 여가행동에

대한 이해를 높일 수 있다.

노인의 여가동기와 관련된 선행연구들을 살펴 보면 여가활동에 참여하고 있는 노인들의 여가 동기에 따른 만족과 관련된 연구들(Jeong & Won, 2010; Lim & Sin, 2006)이 주로 이루어 지고 있었으며, 여가제약과 관련해서는 여가활동에 있어 참여제약을 극복할 수 있는 메커니즘(Lee, 2013), 노인 프로그램 및 노인 여가활동과 관련된 제약요인 조사연구(Kim, Kim & Kim, 2014) 그리고 여가제약과 협상전략(Kang, Kim & Lee, 2015)등의 연구가 이루어 졌다. 위에서 언급한 바와 같이 여가동기와 여가 제약이 함께 다루는 접근은 여가참여과정과 의 사결정뿐 만 아니라 집단의 여가행동을 구체적 으로 파악할 수 있는 접근이다. 노인의 라이프스 타일을 군집화 하여 주요 특성을 파악하고 여가 동기와 여가제약의 관계규명을 통한 접근은 노 인의 삶과 여가행동의 관계성을 이해하는데 의 미가 있다. 그럼에도 불구하고 현재 노인의 라이프스타일 유형화 분석 및 라이프스타일 유형에 따른 여가동기와 여가제약 변인과의 관계에 대 한 규명은 구체적인 연구를 통해서 밝혀지지 않 고 있는 상황이다.

노인의 성공적 노화를 결정하는 주요 요인은 경제력과 건강상태인데 여성노인은 남성노인에 비해 취약하다(Jeon & , Joo, 2014). 또한 여성 노인은 노인 인구의 57.9%로 남성노인 보다 높은 비율을 보이고 있는데 반해 삶의 질은 낮은 수준을 나타내고 있다(Statistics, 2016). 특히 여성노인은 남성노인보다 긴 수명을 유지하고 배우자 연령 차이를 고려했을 때 배우자 상실 후 약 10년 이상을 홀로 살아가기에 우선적으로 연구가 선행될 필요가 있는 대상이다

이에 본 연구에서는 남성노인보다 수명이 길 며 남성노인에 비해 보다 적극적으로 여가활동에 참여하고 있다고 보고되고 있는(National Statistical Office, 2015) 여성노인에 대한 특 징적인 생활양식 패턴을 발견하고 여가참여의

이유와 제약요인들이 무엇인지 살펴보고자 한 다. 따라서 본 연구에서는 여성노인의 라이프스 타일을 유형화하여 특징적인 생활양식을 발견하 고 이에 따른 여가활동의 참여동기와 여가제약 요인들이 차이가 있는지를 분석하여 여성 노인 의 여가활동 참여를 촉진하기 위한 자료제공에 연구목적이 있다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상 및 자료수집방법

본 연구대상은 S시에 위치한 사회복지회관, 문화센터, 노인대학에서 여가활동에 참여하고 있는 노인 여성을 모집단으로 선정하고 단순무 선표집을 통해 총 300명의 여성노인을 표집 하 였다.

Table 1. Demographic Characteristics of Participants

	Characteristics	n	%
Age	55~59	111	38.1
	60~64	57	19.6
	65~69	42	14.4
	70~74	44	15.1
	75~79	28	9.6
	above 80	9	3.1
Education	ineducation	9	3.1
	elementary graduation	37	12.7
	middle school graduation	32	11.0
	high school graduation	112	38.5
	Junior college graduation	23	7.9
	a college graduation	78	26.8
Income	little	25	8.6
	under 500,000 won	146	50.2
	500,000 - 1,000,000	71	24.4
	1,000,000 - 1,500,000	20	6.9
	above 1,500,000	29	10.0
Housemate	alone	23	7.9
	with husband	97	33.3
	with children	50	17.2
	with husband and children	121	41.6

본 연구는 고령자고용측진법에 의거하여 55세 이상을 노인으로 규정하고 설문조사를 실시하였다. 여성노인의 인구통계학적 특성으로는 연령, 기간, 학력, 수입, 동거인에 대한 질문을 사용하였다. 본 연구는 표집 된 자료 중 불성실하게 응답한 자료로 판단되는 9명의 자료를 제외한 총 291명의 자료를 실제 분석에 사용하였다. 연구대상자의 인구통계학적 특성은 <Table 1>과 같다.

## 2. 연구도구

본 연구에서는 연구도구로 설문지를 활용하였다. 설문지로는 라이프스타일, 여가동기, 여가제약 등 구조화된 설문지를 본 연구에 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 이에 본 연구에서는 구조적 타당도를 확보하기 위해 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)을 실시하였다.

### 1) 측정도구

본 연구는 여성노인을 대상으로 라이프스타일을 유형화 하여 특징적인 생활양식을 발견하고

여가활동의 참여동기와 여가제약 요인들이 차이가 있는지 분석하기 위해 다음과 같은 척도를 활용하였다. 설문지 구성내용은 <Table 2>와 같다.

#### (1) 라이프스타일

라이프스타일의 분석방법은 크게 거시적 분석방법과 미시적 분석방법을 통해 활용되어지는데 특히 미시적 분석의 AIO(Activities, Interest, Opinions)조사는 일상의 행동, 주변상황에 대한 관심정도, 사회적 상황 및 개인적인 문제 상황에서의 대처 의견 등 세 가지 차원에서의 접근을 통해 집단의 라이프스타일을 파악하는 조사방법이다 (Plummer, 1974; Wells, 1975; Che, 1992). 라이프스타일 설문문항은 Plummer(1974)의 AIO (Activities, Interests, Opinion)방법과 Che (1992)에 의해 작성된 문항(28문항)을 본 연구목적에 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 본 연구는 라이프스타일에 대한 탐색적 요인분석 결과 자아성취, 건강관리, 자기확신, 정보민감, 자기긍정, 유행추구, 허무주의 요인으로 총 7개의 하위요인이 추출되었으며 기존의 28총 문항에서 요인분석 후 16문항으로 구성되었다.

본 연구는 라이프스타일 문항 중 자기긍정 문항의 신뢰도가 .468로 나타났다. 이와 같은 결과는 문항수가 줄어들면서 신뢰도 값이 떨어진 것으로 판단된다. 또한 기존의 노인의 라이프스타일 연구에서도 Cronbach's  $\alpha$ 값이 .5이하로 나타난 문항을 필요에 의해 사용한 연구를 확인할 수 있다(Kim, Kwon, Hwang, Lee, Lee, 2010). 이에 본 연구에서도 자기긍정 문항은 꼭 필요한 문항으로 사료되며, 신뢰도 근사치에 해당하기에 전문가 의견에 따라 자기긍정 문항을 본 연구문항으로 사용하였다. 라이프스타일에 대한 요인분석 및 신뢰도분석 결과는 <Table 3>과 같다.

Table 2. Survey Component

Factor	Contents	n
Demographic Characteristics	Age	5
	Period	
	Education	
	Income	
	Housemate	
Lifestyle	Fashion Preferences	3
	Self Assurance	2
	Self Achievement	3
	Health Care	2
	Sensitive Information	2
	Self Positivity	2
Leisure Motivation	Nihilism	2
	Social	4
	Intellectual	3
	Competence relaxation	2
Leisure Constraints	structural	4
	interpersonal	4
	intrapersonal	2

Table 3. Exploratory Factor Analysis of Lifestyle

Question	Fashion Preferences	Self Assurance	Self Achievement	Health Care	Sensitive Information	Nihilism	Self Positivity
7	.884	.077	.027	.094	.015	-.024	.070
8	.829	.028	.074	-.016	-.009	.015	.102
6	.776	.153	.183	.000	.131	.013	-.135
12	.102	.917	.148	.036	.066	-.006	.079
11	.059	.914	.156	-.017	.067	-.055	.041
1	.048	.077	.778	.074	.089	-.100	.082
3	.100	.157	.738	-.025	-.126	-.002	.240
2	.178	.129	.586	.033	.174	-.017	-.296
9	.041	.050	-.018	.893	-.029	-.017	.130
10	.029	-.032	.095	.885	.036	-.129	-.044
14	-.029	-.006	.010	.082	.861	.099	-.023
13	.145	.137	.087	-.084	.795	-.071	.121
4	-.033	-.048	.045	-.013	.042	.841	-.050
5	.040	-.007	-.150	-.124	-.011	.793	.010
16	.046	.294	-.127	.044	.038	-.161	.759
15	.034	-.126	.355	.070	.097	.112	.757
Eigenvalue	3.082	1.804	1.688	1.398	1.297	1.249	1.165
% of Variance	19.260	11.277	10.550	8.738	8.108	7.809	7.278
Cumulative %	19.260	30.537	41.087	49.825	57.932	65.741	73.019
Cronbach's $\alpha$	.788	.885	.582	.754	.597	.548	.468

(2) 여가동기

여가동기 척도는 Beard & Raghed(1983)에 의해 개발되고 Won(1998)이 번안하여 사용한 질문지(12문항)를 본 연구목적에 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 설문지의 구조적 타당도를 검증하기 위해 탐색적 요인분석을 적용한 결과 사회적, 유능적, 휴식적, 지적동기의 4개 하위요인으로 추출되었으며 기존의 총 12문항에서 요인분석 후 11개의 문항으로 구성되었다. 여가동기에 대한 요인분석과 신뢰도분석 결과는 <Table 4>와 같다.

(3) 여가제약

여가제약은 Crawford & Godbey(1987)에 의해 개발되고 Won(1998)이 번안한 척도(13문항)를 본 연구목적에 맞게 수정·보완하여 사용하였다. 탐색적 요인분석을 실시한 결과 내재적, 구조적, 대인적제약의 3개 하위요인으로 추출되었으며 기존의 총 13문항에서 요인분석 후

Table 4. Exploratory Factor Analysis of Leisure Motivation

Question	Social	Intellectual	Competence	relaxation
6	.773	.244	.197	.039
1	.761	.031	-.006	.244
12	.757	.446	.134	.035
8	.716	.406	.015	.181
9	.185	.774	.171	.234
11	.233	.763	.120	.014
7	.250	.731	.077	.091
4	-.018	.106	.820	.148
10	.179	.114	.805	-.026
3	.078	.340	-.114	.815
2	.291	-.130	.273	.700
Eigenvalue	4.588	1.446	1.123	1.062
% of Variance	38.234	12.049	9.355	8.848
Cumulative %	38.234	50.284	59.638	68.486
Cronbach's $\alpha$	.840	.772	.607	.538

10문항으로 구성되었다. 여가제약에 대한 요인분석 및 신뢰도분석 결과는 <Table 5>와 같다.

(4) 자료처리

본 연구의 자료 처리는 SPSS 24.0 통계프로그램을 활용하여 분석하였다. 인구나사회학적 특

Table 5. Exploratory Factor Analysis of Leisure Constraints

Question	structural constraints	interpersonal constraints	intrapersonal constraints
12	.882	.091	-.080
11	.830	.088	-.023
13	.811	.021	-.024
10	.562	.028	.301
8	-.018	.812	.118
7	.166	.781	.109
6	.046	.737	.048
5	.032	.453	.367
1	-.067	.168	.811
3	.089	.105	.796
Eigenvalue	2.828	2.132	1.150
% of Variance	28.285	21.317	11.499
Cumulative %	28.285	49.601	61.100
Cronbach's $\alpha$	.779	.698	.604

성은 빈도분석(frequency analysis)을 활용하였고 라이프스타일과 여가동기 여가제약 척도에 대한 구조적 타당도와 신뢰도를 확보하기 위해 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)과 신뢰도 분석(reliability analysis)을 적용하였다. 탐색적 요인분석은 수집된 자료가 요인분석에 적합한지 확인하기 위해 KMO의 표준적합도 MAS값과 Bartlett의 구형성 검정 지표를 확인하였다. 고유값(eigenvalue) 1.0을 기준으로 요인을 추출한 다음 주성분 분석을 하며, 베리맥스 회전을 이용하여 결과를 도출하였다. 또한 전체 요인은 누적분산 값이 60% 내외로 결정하였으며, 신뢰도 검증은 Cronbach's  $\alpha$ 값을 확인하였다.

또한 여성노인의 라이프스타일 유형을 분류하기 위해 군집분석(cluster analysis) 활용하였다. 연구를 위해 위계적 군집분석(hierarchical cluster analysis)을 통해 군집수를 정하고 K-평균 군집분석으로 군집을 분류(Hair & Black, 2000)하였다. 본 연구에서는 먼저 위계적 군집분석을 통해 평균기준(Average linkage)에 의한 덴드로그램(Dendrogram)을 확인한 결과 2개의 집단으로 나누는 것이 가장 적절하다는 판단

을 하였다. 또한 k-평균 군집분석에서 집단을 2개 3개 및 4개로 설정하고 분석해 본 결과 3개 및 4개로 분류하였을 때 중간 집단의 사례수가 5이하로 매우 적게 나타나 2개의 군집으로 분류하는 것이 가장 적절하다고 판단되었다. 그리고 라이프스타일 유형에 따른 여가동기와 여가제약을 분석하기 위해 평균비교검정(t-test)을 사용하였다.

### III. 결과

#### 1. 라이프스타일에 따른 군집분석

여성노인을 라이프스타일에 따라 분류하기 위해 요인분석을 통해 추출된 유행선호, 자기확신, 자아성취, 건강관리, 정보민감, 허무주의, 자기긍정 등 7개의 요인점수를 이용하여 비계층적 군집분석과 K-평균 군집분석을 실시하였다. 군집분석 결과 최종적으로 2개의 군집으로 분류되었으며 라이프스타일의 군집에 따른 각 요인의 평균값은 <Table 6>과 같다.

여성노인의 경우 라이프스타일에 따라 분류된 2개 군집의 모든 요인에서 각각 높고 낮은 경향성을 보이고 있었다. 군집1은 171명으로 구성되었고 허무주의를 제외한 모든 라이프스타일 요인에서 낮은 점수를 보여 '소극적 라이프스타일'로 명명하였다. 또한 군집2는 120명으로 구성되

Table 6. Cluster analysis result of lifestyle

Factors	Group1	Group2
	(passive group) N=171	(active group) N=120
Fashion Preferences	2.85	3.56
Self-Assurance	2.91	3.94
Self Achievement	3.27	3.88
Health Care	4.07	4.49
Sensitive Information	3.15	3.47
Nihilism	2.78	1.89
Self Positivity	3.70	4.18

었고 허무주의를 제외한 모든 라이프스타일 요인에서 높은 점수를 보여 이를 ‘적극적 라이프스타일’이라고 명명하였다.

### 2. 라이프스타일에 따른 여가동기

여성노인의 라이프스타일 군집유형에 따른 여가동기의 차이를 분석한 결과 유능적동기와 지적동기에서 유의한 차이가 나타났다( $p < .05$ ). 적극적 라이프스타일 유형의 여성노인이 소극적 라이프스타일 유형의 여성노인보다 유능적동기와 지적동기가 유의하게 높게 나타났으며 구체적인 분석결과는 <Table 7>과 같다.

Table 7. t-test of Leisure Motivation according Lifestyle groups

Motivation Factors	Lifestyle Cluster Analysis				t	p
	Passive Lifestyle		Active Lifestyle			
	M	SD	M	SD		
Social competence	3.19	.73	3.36	.89	-1.72	.089
intellectual relaxation	3.95	.49	4.18	.62	-3.43	<.001
	3.23	.75	3.57	.90	-3.50	<.001
	3.30	.76	3.43	.86	-1.24	.217

### 3. 라이프스타일에 따른 여가제약

여성노인의 라이프스타일 군집유형에 따른 여가제약의 차이를 분석한 결과 내재적제약과 구조적제약에서 유의한 차이가 나타났다( $p < .05$ ). 적극적 라이프스타일 유형의 여성노인은 소극적 라이프스타일 유형의 여성노인보다 구조적제약에서 유의하게 높게 나타났으며, 소극적 라이프스타일 유형의 여성노인은 적극적 라이프스타일 유형의 여성노인보다 내재적 제약에서 유의하게 높게 나타났다. 그러나 대인적제약은 두 집단에서 유의한 차이가 나타나지 않았다. 구체적인 분석결과는 <Table 8>과 같다.

Table 8. t-test of leisure constraint according Lifestyle groups

constraints Factors	Lifestyle Cluster Analysis				t	p
	Passive Lifestyle		Active Lifestyle			
	M	SD	M	SD		
Intrapersonal Constraints	2.32	.74	2.05	.84	2.92	.004
Structural Constraints	3.40	.79	3.69	.83	-3.01	.003
Interpersonal Constraints	2.47	.77	2.46	.77	.06	.953

## IV. 논의

인간의 인생이 길어짐에 따라 노년기의 삶의 질과 성공적 노후에 대한 관심은 증가하고 있다. 성공적 노화는 그들의 라이프스타일과 직접적 관련을 가지고 있으며(Sin & Koh, 2015), 라이프스타일은 생활의식, 가치관, 성격 등과 같은 주관적 의미를 지니는 복합물로 노년층의 전반적인 행동에 영향을 미치는 중요한 변인이다(Engel et al., 1982).

노인의 거의 모든 시간이 여가이고 이러한 여가시간을 어떻게 보내느냐가 삶의 질을 결정한다고 볼 때 현대 노인의 라이프스타일을 파악하고 그에 따른 여가 참여 동기와 제약 요인이 무엇인지 분석하는 것은 그들의 여가 참여과정에 대한 이해할 수 있고 나아가 노년기의 여가 행동을 파악하여 적절한 프로그램을 제안할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 여성노인들의 라이프스타일을 유형화하여 라이프스타일을 파악하고 여성노인들의 삶의 유형에 따라 여가동기와 여가제약의 관계를 분석하기 위해 수행되었다.

연구결과 기존의 노인대상 라이프스타일 연구와는 다소 상이한 몇몇 결과가 도출되어 주목할 필요가 있다. 먼저, 여성노인의 라이프스타일을 유형화한 결과 반대적 개념인 허무주의를 포함하여 라이프스타일의 모든 하위 요인에서 그룹끼리 각각 높고 낮은 경향성을 보이고 있었다.

이러한 결과는 여성노인들의 경우 라이프스타일의 하위요인에 따라 다양한 패턴을 보이지 않고 모든 하위요인에서 전체적으로 낮은 경향성과 높은 경향성으로 나타난다는 사실을 알 수 있었다. 따라서 본 연구는 연구 대상 노인들의 라이프스타일을 삶의 행위라고 보았을 때 이를 가장 잘 설명할 수 있는 수식어로 판단되는 ‘적극적’과 ‘소극적’을 사용하여 ‘소극적 그룹’과 ‘적극적 그룹’으로 구분하였다. 이에 본 연구에서는 전체적으로 낮은 라이프스타일의 경향성을 보인 그룹을 ‘소극적 라이프스타일’이라고 명명하였으며, 전체적으로 높은 라이프스타일의 경향성을 보인 그룹을 ‘적극적 라이프스타일’이라고 명명하였다. 이는 여성노인의 라이프스타일은 하위요인과 개인성향에 따라 다양하지 않고 전체적으로 높고 낮은 경향성을 보임으로써 다른 대상과 다르게 라이프스타일의 하위요인들이 서로 연관성을 갖고 있는 것으로 판단된다.

Sohn & Oh(2011)의 연구에서는 대학생의 여가라이프스타일이 ‘적극적 여가형’, ‘여가무동기형’, ‘일중심적 가족여가형’ 등 3개 군집으로 유형화된 결과를 도출하였으며, 정규직 기혼 여성의 여가라이프스타일에 따른 여가 행태를 분석한 Oh, Kim & Park(2016)의 연구에서는 ‘일중심적 가족여가형’, ‘적극적여가형’, ‘여가무동기형’, ‘합리적 가족여가형’의 4개의 군집으로 유형화 된 결과를 도출하였다. 특히 20대는 ‘적극적여가형’과 ‘여가무동기형’의 라이프스타일 유형으로 나타났으며, 40대의 경우 ‘일중심적 가족여가형’과 ‘합리적 가족여가형’의 라이프스타일에 집중된 결과로 나타나 이는 라이프스타일이 여성의 연령에 따라 상이한 삶의 라이프 유형이 나타남을 시사한다. 따라서 여성의 경우 노인이 되어갈수록 가족의 형태가 단순해지고 그에 따라 삶의 형태가 한쪽 경향성을 갖기 때문에 보다 적극적인 라이프스타일을 가질 수 있도록 관심을 기울여야 할 것으로 판단된다.

또한 기존의 여가활동 참여 노인들의 라이프

스타일을 분류한 연구에서 Lee, Eo & Hwang(2016)은 노인복지관을 이용하고 있는 남·녀 노인들을 대상으로 라이프스타일을 분석한 결과 노인들의 라이프스타일은 ‘독립활동형’, ‘보호활동형’, ‘적극도전형’, ‘소극도전형’의 4개의 군집으로 유형화된 결과를 도출하였다. 또한 Koo(2008)의 연구에서는 생활체육참가 노인의 라이프스타일이 ‘소극지향형’, ‘안정지향형’, ‘개방지향형’과 같이 세 집단으로 유형화 된 결과를 도출하여 본 연구결과와는 다소 상이한 라이프스타일 유형화 결과가 나타났다. 이는 노인집단의 남·녀 성별의 차이와 참여하는 여가활동의 차이에서 기인한 상반된 결과로 해석될 수 있어 향후에는 남·녀 노인의 라이프스타일을 비교·분석하는 연구와 참여하는 여가활동을 고려한 라이프스타일 연구가 이루어질 필요가 있겠다.

둘째, 여성노인의 라이프스타일 유형에 따른 여가동기의 차이를 분석한 결과 적극적 라이프스타일의 여성노인은 소극적 라이프스타일의 여성노인에 비해 높은 수준의 유능적동기와 지적동기 수준을 나타냈다. 이는 ‘개방지향형’ 라이프스타일 노인이 ‘안정지향형’ 및 ‘소극지향형’ 라이프스타일 노인보다 참여동기의 모든 요인에서 높은 결과를 도출한 Koo(2008)의 연구와 같은 맥락으로 본 연구결과를 부분적으로 지지한다. 따라서 적극적 라이프스타일을 가진 여성노인에게 유능성과 지적능력 향상을 위한 여가 프로그램들이 제공되어야 할 것으로 판단된다.

한편, 소극적 여성노인의 동기요인 수준을 살펴보면 소극적 여성노인의 경우에도 다른 동기요인에 비해 유능적동기가 가장 높은 동기수준을 나타내고 있었다. 이러한 결과는 여성노인에게 여가참여의 가장 큰 동기는 유능성에 있다는 것이며 여성노인의 여가참여를 독려하기 위해서는 유능성을 바탕으로 하는 프로그램들이 활성화 되어야 할 것으로 보여 진다. 현재 많은 기관이나 단체에서 노인을 위한 여가프로그램을 구성할 때 노래교실 등 노인들의 유능성과 지적능



력 향상보다는 단순한 재미나 휴식 및 오락을 위한 프로그램들이 제공되고 있는 것이 현실이다. 그러나 이러한 프로그램은 여성노인의 참여 동기에 적합하지 않으며 향후 유능적동기, 지적 동기를 자극할 수 있는 다양한 프로그램이 개발 및 보급되어야 할 것이다.

마지막으로, 여성노인의 라이프스타일 유형에 따른 여가제약을 분석한 결과 주목할 만한 결과가 도출되었다. 소극적 라이프스타일 유형의 여성노인이 적극적 라이프스타일의 여성노인보다 내재적제약이 높게 나타난 반면 적극적 라이프스타일 유형의 여성노인은 구조적 제약이 높게 나타나 라이프스타일 유형에 따라 여가제약이 다르게 나타나고 있음을 확인할 수 있었다. 즉 소극적 라이프스타일의 여성노인들은 자기 자신의 심리적 제약인 내재적제약에 의해 참여의 어려움을 느끼고 있는 반면 적극적 라이프스타일 유형의 여성노인은 구조적인 제약으로 인해 참여의 어려움이 높은 것을 확인할 수 있었다. 따라서 소극적 라이프스타일의 여성노인에게는 내재적 제약을 극복할 수 있는 여가상담 등의 제공이 필요하며 적극적 라이프스타일 노인에게는 참여하고 싶은 여가활동에 적극적으로 참여할 수 있도록 교통편, 장소, 프로그램 등을 다양하게 제공하는 방안이 적절할 것이다. 또한 두 집단 모두 대인적 제약은 나타나지 않았는데 여성노인의 경우 주변에 친구나 배우자가 노인이기 때문에 동반자에 대한 제약이 없어 이러한 결과가 나타난 것으로 보인다.

한편 Lim(2011)의 여가스포츠 참여 노인의 라이프스타일이 여가제약에 미치는 영향을 규명한 연구에서는 라이프스타일의 하위요인에 따라 구조적, 내재적, 대인적 제약에 부분적으로 긍정적인 영향을 준다는 사실을 확인할 수 있어 본 연구 결과와는 다른 여가제약 패턴을 확인할 수 있다. 이는 본 연구 대상자가 이미 사회복지회관, 문화센터, 노인대학에서 여가활동에 참여하고 있는 노인들이기 때문에 대인적 제약이 나타

나지 않았을 수도 있어 이에 대한 후속연구가 필요하다. 또한 본 연구는 여성노인의 범주를 55세 이상으로 보았다는 제한점이 있기에 추후 연구에서는 여성노인의 연령을 높여 추가적으로 연구될 필요가 있겠다.

## V. 결론

본 연구는 여성노인들의 라이프스타일을 유형화하여 특징적인 생활양식을 발견하고 이에 따른 여가동기와 여가제약 요인들에 차이가 있는지 분석하기 위한 목적으로 수행되었다. 연구결과 여성노인의 라이프스타일은 모든 하위 요인에서 각각 높고 낮은 경향성을 보여 '적극적 라이프스타일' 집단과 '소극적 라이프스타일'로 분류되었다.

소극적 라이프스타일 유형의 여성노인은 유능적동기와 지적동기는 낮고 내재적 제약이 높게 나타났으며, 적극적 라이프스타일 유형의 여성노인은 유능적동기와 지적동기가 높고 구조적 제약이 높게 나타났다. 또한 소극적 라이프스타일의 여성노인도 유능적동기가 가장 높은 동기 수준을 보였고 라이프스타일과 대인적제약은 관련이 없는 것으로 나타났다. 본 연구의 결과는 여성노인의 여가관련 연구에서 라이프스타일 유형이 중요한 독립변인임을 시사하며 여성노인들의 여가활동 프로그램 구성 및 적용 시 유용하게 활용될 수 있을 것으로 판단된다.

## 참고문헌

- Ahn, H. I., & Kim, H. S. (2009). Demand for Silver Products Versus Lifestyle Among Elderly Consumers. *Korean Home Management Association, 27*(2), 45.61.
- Beard, J. G., & Rageheb, M. G. (1983).

- Measuring leisure motivation. *Journal of Leisure Research*, 15(2), 219–228.
- Cha, G. S., Jeong, C. & Kim, L. J. (2012). Market Segmentation of Senior Traveler Using Leisure Lifestyle. *The Korea Academic Society of Tourism and Leisure*, 24(5), 27–46.
- Che, S. I. (1992). Systematic Analysis of Korean Life Style. *Journal of Consumer Studies*, 3(1), 46–63.
- Crawford, D. W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Science*, 9(2), 119–127.
- Engel, J. F., Blackwell, R. D., & Kollat, D. T. (1982). *Consumer behavior(4th)*. NY: The Dryden Press, 414–416.
- Hair, J. F., Jr., & Black, W. C. (2000). *Cluster analysis*. In L. G. Grimm & P. R. Yarnold (Eds.), Reading and understanding more multivariate statistics (pp. 147–205). Washington, DC: American Psychological Association.
- Henderson, K., D. Bialeschki, S. Shaw, & V. Freysinger. (1989). *A Leisure of one's Own: A Feminist Perspective on Women's Leisure*. State College, PA: Venture Publishing.
- Iso-Ahola, S. E. (1999). *Motivational foundations of leisure*. In E. L. Jackson & T. L. Burton (Eds), Leisure Studies: Prospects for the twenty-first century (pp. 35–51). State College, PA: Venture Publishing, Inc.
- Jackson, E. L. (2000). Will research on leisure constraints still be relevant in the twenty first century? *Journal of Leisure Research*, 32(1), 62–28.
- Jackson, E. L., Crawford, D. W., & Godbey, G. (1993). *Negotiation of leisure constraints*. *Leisure Sciences*, 15, 1–11.
- Jeon, E. H., & Joo, Y. K. (2014). Development of Successful Aging Scale for Elderly Women. *Korea National Open University Institute of Distance Education*. 10(3), 145–180.
- Jeong, H. J., & Won, Y. S. (2010). The Effect of Leisure Sports Participation Motive of Retired Male Elderly on Re-socialization and Happiness of Life. *The Korean Society for the study of Physical Education*, 15(3), 209–220.
- Jeon, H. S(2016). A study on the lifestyle and the quality of life of senior citizens basde on literature examination. *The Korea Journal of Sports Science*, 25(4), 135–149.
- Jeong, M. M. (2012). The Participation motivation of social dance program by Self-Perceived and life style of elderly women. *The Korean Society of Sports Science*, 21(6), 429–452.
- Kang, Y. J., Kim, Y. H., & Lee, H. S. (2015). The Effect of Elderly Women's Leisure Constraints on the Leisure Satisfaction: Focused on the Mediating Effect of Negotiation Strategies. *The Korea Association for Public Management*. 29(4), 87–116.
- Koo, Y. J. (2008). The Difference of participation Motives and Satisfaction of Sports participation of the aged According to the Types of Lifestyles. *The Korean Society of Sport Policy*, 12, 1–13.
- Kim, J. O., Kim, N. J., & Kim, B. H. (2014). Subjectivity Research on Senior's Leisure Constraints: Focusing on senior's at

- elderly residential facilities. *Korean Society for the Study of Subjectivity*, 28, 75-92.
- Kim, S. I., & Park, J. E. (2015). Relationship among Lifestyle, Subjective Health Status and Quality of Life of Elderly Pilates Participants. *The Korean Alliance for Health, Physical Education*, 54(6), 339-349.
- Kim, S. Y., Kwon, C. M., Hwang, S. W., Lee, H. C., & Lee, J. H. (2010). Factor and Cluster Analyses of the Senior Life Style for Senior Product Industry. *Journal of the Korean Data Analysis Society*, 12(1), 159-169.
- Lazer, W. (1963). *Life Style concepts and marketing*. In S. A. Greyser (Ed), *Toward Scientific marketing*, Chicago, IL : American Marketing Association.
- Lee, D. H., Kim, J. H., & Kwak, H. B. (2014). Relationship Between Social Support, Lifestyle and Successful Aging of Senior Participating in Physical Education Programs at Senior. *Korea Sport Society*, 12(1), 317-330.
- Lee, H. (2012). The Relationship between Life-style and Quality of Life of Senior Participating in Leisure Programs at Senior Welfare Centers. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 49(1), 603-615.
- Lee, J. H., & Kwon, H. C. (2008). Differences between Leisure Motivation and Leisure Satisfaction and Emotional Experience according to Lifestyle. *Society for Leisure and Culture Studies*, 6(2), 109-128.
- Lee, K. Y., Hong, S. T., & Lee, Y. K. (2004). The Internet Using Pattern of the Middle-aged in Accordance with Life-Style: for Activating Internet Usage of the Old- Group for the Future. *Korean Society of Gerontological Social Welfare*, 24, 215-237.
- Lee, S. H., Eo. S. S., & Hwang, Y. S. (2016). A Study on the Satisfaction of Senior Welfare Centers by Senior's Lifestyle. *Society of Design Convergence*. 15(3), 171-186.
- Lee, Y. I. (2013). A Analysis for Leisure Activities Constrains According to Overcome Mechanism fo the Elderly in Korea. *Korean Society of Exercise Rehabilitation*, 9(1), 123-134.
- Lim, J. G., & Sin, J. T. (2006). The study in relation between the motive of Leisure activity and the Life satisfaction of the aged. *Korean Journal of Leisure Recreation & Park*, 30(3), 39-48.
- Lim, J. G. (2011). The casual relationship among lifestyles, leisure limitation, leisure flow of leisure sports participants of the age. *The Korean Society of Sports Science*, 20(2), 185-196.
- Nam, M. H., & Min, H. J. (2014). Relationship among Life Style, Perceived Value and Health Promoting Behavior of Participating in Rhythmic Exercise by the Elderly. *The Korea Society of Dance*, 72(1), 61-78.
- National Statistical Office (2015). *2015 The statistics for the Elderly*.
- Oh, S. S., Kim, J. S., & Park, C. Y. (2016). An Analysis on Leisure Pattern based on the Leisure Life Styles of Married Women with Full-time Regular Worker. *The Korean Journal of Physical Education*, 55(3), 493-502.

- Plummer, J. T. (1974). The Concept & Application for Life Style Segmentation. *Journal of Marketing*, 38, 33-37.
- Samdahl, D. M., & Jekubovich, N. J. (1997). A critique of leisure constraints: Comparative analysis and understandings. *Journal of Leisure Research*, 29(4): 430-452.
- Sin, G. Y., & Ko, J. Y. (2015). Influence fo Elderly People's Lifestyle on Successful Aging. *Journal of the Korea Contents Association*, 15(9), 243-256.
- Sohn, Y. M., & Oh, S. S. (2011). The effect of Leisure Lifestyle on Leisure consumption and psychological characteristics among university students. *The Korean Journal of Physical Education*, 35(2), 33-48.
- Statistics (2016). *2016 Statistics for older adults*.
- Wells, W. D. (1975) Psychographics: A Critical Review. *Journal of Marketing Research*, 12, 196-213.
- Won, H. J. (1998). An Investigatory Study on the Relationship among Leisure Motivation, Leisure Attitude, Leisure Constraints as Perceived by Selected Korean Employees. *The Korean Alliance for Health, Physical Education*, 37(2), 369-386.
- Woo, S. N., & Son, Y. M. (2009). The Development Study of The Leisure Life Style Scale. *Society for Leisure and Culture Studies*, 7(1), 1-26.
- Yang, J. Y., Choi, M. H (2005). A Study on Leisure Participation and Satisfaction according to the Lifestyle of the Elderly. *Journal of Sport and Leisure Studies*, 24, 451-465.
- Yoo, C. K., Lee, H. C., & Han, J. Y. (2007). Research Articles : Leisure Activities for Aging Population by Their Lifestyles. *The Tourism Sciences Society of Korea*. 31(1), 245-363.