

서핑 참가자의 재미가 운동몰입과 운동지속의도에 미치는 영향

정기홍¹ · 강윤남²

¹강남대학교 교수 · ²숙명여자대학교 강사

An Analysis on Relationship among Enjoyment, Commitment and Intention to Continue of Surfing Participants

Joung, Ki-Hong¹ · Kang, Yun-Nam²

¹Kangnam University · ²Sookmyung Women's University

Abstract

The purpose of this research is to verify the relationship the effect of enjoyment on commitment and intention to continue of surfing participants. To achieve the goal, A total of 238 samples were used for a data analysis. Conducted with frequency analysis, exploratory factor analysis, reliability verification, correlation analysis and multiple regression analysis with SPSS 21.0 ver. statistical program.

The results are as follows.

First, it was found that the enjoyment factor had a positive effect on exercise commitment. Second, it was found that the enjoyment factor had a positive effect on the intention to continue exercise. Third, it was found that exercise commitment had a positive effect on the intention to continue exercise. Based on the results, Based on the results, if you experience exercise commitment through the enjoyment factors of surfing, exercise intention to continue for surfing is accompanied.

Key words : surfing, enjoyment, commitment, intention to continue

주요어 : 서핑, 재미요인, 운동몰입, 운동지속의도

Address reprint requests to : Kang, Yun-Nam

E-mail: gaemi0512@naver.com

Received: February, 10, 2021 Revised: March, 12, 2021 Accepted: March, 22, 2021

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

서핑의 유래는 하와이 및 폴리네시아 문화권에 서 행해지는 문화적 의식이라는 견해가 일반적이다. 서프보드를 만들고 서핑을 하는 자체를 바다의 신에게 보호를 요청하는 종교적 제의라고 할 수 있다(한화저널, 2019). 하와이의 전통으로 이어져 오던 서핑은 미국, 호주, 유럽에서 오랜 역사와 인기를 자랑하는 해양 스포츠로 발전 하게 되었다. 1990년대 우리나라에서 서핑이 처음 소개되었지만 다른 종목에 비해 환경적 제약을 많이 받는 서핑은 소수 마니아층의 전유물이라는 인식을 주었다.

하지만 최근 강원도 양양을 중심으로 다양한 서핑 명소가 나타나면서 서핑의 장벽이 낮아졌으며 서핑을 한번도 참여하지 않은 사람이 있어도 한번만 참여한 사람은 없다는 말처럼 많은 매니아층이 생겨나고 있다(강현욱, 2019). 양양군에서는 서핑을 여행이나 공연과 접목시켜 하나의 여가 트렌드로 만들기 위한 노력을 지속하였고 그 결과 최근3년간 양양을 찾은 서퍼는 2018년 41만9,000여명, 2019년 45만여명, 2020년 56만 여명으로 집계되었다(강원일보, 2021). 서핑을 단순히 체험하는 활동에 만족하지 않고 삶의 한 부분으로 여기는 여가의 트렌드와 개인의 여가시간 증대, 소득의 증가로 인하여 서핑참여자의 폭발적인 증가 추세가 지속될 전망이다.

재미는 스포츠참여에 대한 긍정적 정서반응으로 발현되며 흥미와 즐거움을 느끼는 심리적 상태라고 정의 하였으며(박상훈, 전영록, 2014), 어려운 과제에 대한 도전과 극복, 자신감 형성과 같은 태도에 영향을 준다고 하였다(이병유, 황향희, 2008). 또한 재미요인은 스포츠 참여와 지속에 중요한 요인으로 작용하며 재미와 즐거움은 스포츠에 대한 운동몰입을 높이며 운동몰입이 높을수록 운동 참여지속이 높아진다고 하였다(Gould,

Petlichkoff, 1988). 남재준(2019)은 골프참여자의 재미, 몰입 및 지속참여의 관계를 규명한 연구에서 인정, 흥미, 사교, 건강은 운동몰입과 지속참여에 영향을 미친다고 하였다. 박수근(2020)의 동계 스포츠 참가자를 대상으로 재미와 몰입, 재미와 지속참여를 규명한 연구에서도 유의한 영향력 관계를 확인 하였다.

이러한 연구결과들을 종합하여 볼 때 스포츠에서 재미요인은 운동몰입과 운동지속에 영향을 주는 중요한 요인임을 확인 할 수 있다.

운동몰입은 개인의 내적동기로 나타나는 심리적 상태로서 어떤 활동에 완전 심취 되어있는 상태라고 할 수 있으며(정용각, 2004) 스포츠나 운동을 참여, 지속하게 하는 동기적 신념이라고 정의 하였다(Scalan, 1993). 운동몰입은 긍정적인 정서를 수반하는 최적의 심리상태라고 정의 할 수 있으며 운동의 지속적인 참여를 매개하는 주요 변인 이라고 해석 할 수 있다. 박정호와 정성현(2015)의 생활체육 수영참가자를 대상으로 한 연구에서도 운동몰입이 높을수록 운동지속력이 높아진다고 하였고 최성범과 김호순(2009)의 해양 레저 참가자를 대상으로 한 연구에서도 유의한 영향력 관계를 확인 하였다. 운동몰입 경험은 스포츠 참여의 지속행동에 긍정적인 영향을 미치며 그 운동에 호의적인 반응을 보인다고 하였다.

운동지속의도는 운동을 능동적이고 지속적으로 수행하고자 하는 계획이나 생각을 의미하며(Marcus, Selby, Niaura, Rossi, 1992), 운동 행동에 대한 선택, 과제의 지속 및 행동의도 등을 의미 한다(정용각, 2008). 한민주(2012)의 볼링참가자를 대상으로 한 연구 등 다양한 연구에서 스포츠참여자의 재미요인, 운동몰입과 운동지속에 긍정적인 영향력 관계가 확인 되었다. 선행연구를 종합해 보면 서핑참여자들의 재미가 운동몰입과 운동지속의도에 영향을 미칠 수 있는 변인으로 확인 되었다.

따라서 본 연구는 서핑 참가자의 재미요인과 운동몰입의 영향관계를 파악하여 서핑활동의 지속참여를 권장하는데 목적이 있다. 연구의 목적을 달성

하기 위해 다음과 같은 연구가설을 설정하였다.

첫째, 서핑의 재미가 운동몰입에 영향을 미칠 것이다. 둘째, 서핑의 재미가 운동지속의도에 영향을 미칠 것이다. 셋째, 서핑의 운동몰입이 운동지속의도에 영향을 미칠 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집방법

2020년 6월부터 10월까지 강원도 양양군 소재 서핑장 3곳의 회원을 대상으로 설문을 실시하였으며 표집방법은 비확률 표본추출법 중 편의추출법을 사용하여 총 250부의 설문 중 불성실하게 응답한 12부를 제외한 총 238부를 최종분석에 사용하였다. 전체적인 연구대상의 특성은 다음의 <표 1>과 같다.

표 1. 인구사회학적 특성

	구분	빈도	퍼센트
성별	남	142	59.7
	여	96	40.3
연령	30세미만	83	34.9
	40세미만	94	39.5
	50세미만	61	25.6
	70세 이상	72	30.3
참여 기간	1개월 이상 6개월 미만	89	37.4
	6개월 이상 1년 미만	43	18
	1년 이상	34	14.3
	계	238	100.0

2. 조사도구

연구에서 사용한 조사도구는 연구대상자의 인구사회학적 특성을 묻는 3문항, 재미요인은 김병준, 성장훈(1997)이 개발한 스포츠 재미요인 질문지(SEQ)를 본 연구특성에 맞게 수정하여 사용하였다. 하위요인의 구성은 흥미요인, 사교요인, 건강요인, 인정요인으로 4개 하위요인 각 요인별 4문항 총 16 문항으로 구성하였다.

운동몰입은 스포츠 몰입모델을 바탕으로 Scanlan, Carpenter, Simons(1993)가 개발한 설문지를 정용각(2004)이 운동참가자를 대상으로 타당도를 검증한 설문지를 연구특성에 맞게 수정 보완하여 사용하였다. 운동몰입의 하위요인으로 인지적 몰입 5문항, 행위적 몰입 4문항으로 총 9문항으로 구성하였다.

운동지속 의도는 정용각(2008)의 연구에서 사용한 척도를 본 연구에 맞게 수정 보완하여 사용하였으며 총 3 문항으로 단일 차원성으로 구성하였다. 구성은 <표 2>와 같다.

표 2. 설문지의 구성

구분	구성지표	문항수
개인적 특성	성별, 연령, 참여기간	3
	흥미	4
재미요인	사교	4
	건강	4
	인정	4
운동몰입	인지몰입	5
	행위몰입	4
운동지속의도	운동지속	3
	총 문항 수	31

3. 타당도 및 신뢰도 검증

선행연구를 바탕으로 제작한 조사도구를 체육학과 교수 1인, 박사학위 소지자 1인, 서핑 종사자 1인에게 내용타당도를 검증받았다.

다음의 <표 3>은 재미요인의 요인분석을 통하여 하위요인의 분류를 파악하였다. 요인추출 방법으로는 주축 요인 추출을 실시하였고 베리맥스 회전을 하였다. 그 결과 KMO의 표준적합도 수치는 .732으로 나타났고 Bartlett의 구형성 검정 결과도 유의확률이 .05미만으로 나타나 요인분석 모형이 적합한 것으로 판단되었다. 한편 누적 분산이 65.994%로 나타나, 구성된 4개의 요인의 설명력이 높은 것으로 판단되었다.

요인부하량이 .4이상인 문항을 추출하여 총 16 문항과 4개의 하위요인이 도출되어 각각 ‘흥미’,

표 3. 재미요인의 타당도 및 신뢰도

구분	흥미	사교	건강	인정
서핑은 흥미롭다	.880	.018	.042	.005
서핑은 마음에 든다	.833	.047	.035	.099
서핑은 재미있다	.814	.017	.059	.136
서핑은 운동능력을 향상 시킴	.810	.038	.026	.010
여러사람과 어울려 좋다	.003	.859	.037	.095
만난 친구들이 편해서 좋다	.079	.828	.062	.005
다양한 사람을 만나게 한다	.036	.821	.112	.060
새로운 친구를 사귀어 좋다	.051	.751	.047	.079
스트레스가 해소 된다	.061	.053	.888	.035
건강에 도움이 된다	.022	.089	.837	.048
몸이 튼튼해 진다	.082	.093	.735	.018
열심히 하는 내가 대견하다	.098	.232	.650	.069
실력 향상되는 것이 기분좋다	.069	.030	.010	.808
운동하는 것이 멋있어 보인다	.192	.058	.092	.802
다른사람 보다 잘 할 때 좋다	.137	.028	.004	.793
주위사람들의 칭찬이 좋다	.126	.059	.094	.666
고유값	2.894	2.747	2.495	2.423
%분산	18.087	17.171	15.592	15.144
%누적	18.087	35.258	50.850	65.994
신뢰도	.861	.831	.781	.764

K.M.O측도=.732, Bartlett의 구형성=1545.592, $p=.000$

‘사교’, ‘건강’, ‘인정’으로 명명하였다. Cronbach's α 값에 의한 신뢰도 검증 결과 .764~.861로 나타나 비교적 안정된 신뢰도 수치를 나타내고 있다.

운동몰입의 요인분석을 통하여 하위요인의 분류를 파악하였다. 결과는 <표 4>와 같다.

표 4. 운동몰입의 타당도 및 신뢰도

구분	인지몰입	행위몰입
서핑은 나의 삶에서 매우 소중하다	.865	.128
서핑을 하면 행복감을 느낀다	.847	.187
서핑시간이 항상 기다려진다	.795	.109
서핑을 앞으로 계속 할 것이다	.788	.209
서핑을 생각하면 즐거워 진다	.768	.115
내가 생각할 때 서핑에 빠져있는 것 같다	.135	.874
서핑 기술에 대한 정보를 얻으려 노력한다	.150	.830
시간만 있으면 서핑을 자주 타고 싶다	.159	.792
나는 서핑을 멋지게 타는 상상을 한다	.142	.751
고유값	3.396	2.765
%분산	37.736	30.724
%누적	37.736	68.459
신뢰도	.883	.843

K.M.O측도=.815, Bartlett의 구형성=1123.213, $p=.000$

운동지속의도 요인은 단일요인으로 탐색적 요인분석 결과는 제시하지 않았다.

Cronbach's α 값에 의한 신뢰도 검증 결과 .823로 나타나 비교적 안정된 신뢰도 수치를 나타내고 있다.

4. 자료처리

본 연구에서 질문지를 사용하여 조사하였으며 IBM SPSS(Win. Ver. 21) 프로그램을 사용하여 분석을 실시하였다. 먼저 개인적 특성을 파악하기 위하여 빈도분석을 실시하였다.

조사도구의 타당도와 신뢰도를 검증하기 위해 각 문항들에 주성분분석을 통한 인자계수의 추출과 베리맥스(Varimax) 회전을 통하여 인자행렬을 단순구조화 하였으며 Cronbach's α 검사를 하였다.

상관분석을 실시하여 하위요인 간의 상관정도를 분석하였고 다중회귀분석을 실시하여 각 변인의 영향력 관계를 살펴보았다.

Ⅲ. 결과

1. 상관관계분석

서핑참가자의 재미요인, 운동몰입, 운동지속의도의 Pearson의 상관분석을 실시한 결과는 <표 5>와 같다. 외생 변인 간에 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 상관계수의 값이 .85를 초과하지 않았기 때문에 판별타당성이 확보되었다. 또한 독립변수간의 상관관계를 나타내는 다중공선성이 .80을 초과하지 않았으며 이는 다중공선성의 문제는 없다고 판단된다.

표 5. 각 변인의 상관관계

측정변수	1	2	3	4	5	6	7
흥미	1						
사교	.007	1					
건강	.121*	.183*	1				
인정	.154**	.074	.409***	1			
인지몰입	.153**	.440***	.114*	.132*	1		
행위몰입	.141*	.308***	.062	.120*	.353***	1	
운동지속	.037	.339***	.041	.159**	.268***	.262***	1

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

2. 재미가 운동몰입에 미치는 영향

재미요인이 운동몰입에 미치는 영향력을 검증하기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

그 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하게 나타났으며($f=17.097$, $p=.000$), 회귀모형의 설명력은 약 22.7%로 나타났고 Durbin-Watson 통계량은 1.838로 2에 근사한 값을 보여 잔차의 독립성에는 문제없는 것으로 평가되었다.

회귀계수의 유의성 검증 결과, 사교($\beta = .432$, $t = 7.474$), 흥미($\beta = .159$, $t = 2.722$)의 순으로 유의한 정(+)의 영향관계가 확인되었다. 하지만 건강($\beta = .078$, $t = 1.350$), 인정($\beta = .055$, $t = .941$)은 인지몰입과 영향관계가 나타나지 않았다.

재미요인과 행위 몰입간의 다중 회귀 분석 결과($f=8.777$, $p=.000$), 회귀모형의 설명력은 약 13.1%로 나타났고 Durbin-Watson 통계량은 1.943으로 2에 근사한 값을 보여 잔차의 독립성에는 문제없는 것으로 평가되었다.

회귀계수의 유의성 검증 결과, 사교($\beta = .298$, $t = 4.855$), 흥미($\beta = .160$, $t = 2.577$), 인정($\beta = .123$, $t = 1.979$)의 순으로 유의한 정(+)의 영향관계가 확인 되었다. 하지만 건강($\beta = .033$, $t = .545$)은 행위몰입과 영향관계가 나타나지 않았다. 결과는 아래의 <표 6>과 같다.

표 6. 재미요인이 운동몰입에 미치는 영향

	변수	B	SE	β	t
인지 몰입	(상수)	1.682	.382		4.404***
	흥미	.163	.060	.159	2.722**
	사교	.437	.058	.4322	7.474***
	건강	.081	.060	.078	1.350
	인정	.065	.069	.055	.941
$F=17.097(p<.001)$, $R^2=.227$, $D-W=1.838$					
행위 몰입	(상수)	1.967	.438		4.489***
	흥미	.177	.069	.160	2.577**
	사교	.325	.067	.298	4.855***
	건강	.038	.069	.033	.545
	인정	.158	.080	.123	1.979*
$F=8.777(p<.001)$, $R^2=.131$, $D-W=1.943$					

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

3. 재미가 운동지속의도에 미치는 영향

재미요인과 운동지속의도의 회귀 분석 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하게 나타났으며($f=9.231$, $p=.000$), 회귀모형의 설명력은 약 13.7%로 나타났고 Durbin-Watson 통계량은 1.985로 2에 근사한 값을 보여 잔차의 독립성에는 문제없는 것으로 평가되었다.

회귀계수의 유의성 검증 결과, 사교($\beta = .327$, $t = 5.354$), 인정($\beta = .144$, $t = 2.339$)의 순으로 유의한 정(+)의 영향관계가 확인 되었다. 하지만 흥미($\beta = .060$, $t = .972$), 건강($\beta = .018$, $t = .293$)은 운동지속의도에 영향관계가 나타나지 않았다. 결과는 아래의 <표 7>과 같다.

표 7. 재미요인이 운동지속의도 미치는 영향

변수	B	SE	β	t
(상수)	2.069	.424		4.878***
운동				
흥미	.065	.067	.060	.972
지속				
사교	.347	.065	.327	5.354***
의도				
건강	.020	.067	.018	.293
인정	.181	.077	.144	2.339*

F=9.231(p<.001), R²=.137, D-W=1.985

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

4. 운동몰입이 운동지속의도에 미치는 영향

운동몰입과 운동지속의도의 회귀분석 결과 회귀모형은 통계적으로 유의하게 나타났으며 (F=13.608, p=.000), 회귀모형의 설명력은 약 10.4%로 나타났고 Durbin-Watson 통계량은 2.019로 2에 근사한 값을 보여 잔차의 독립성에는 문제없는 것으로 평가되었다.

회귀계수의 유의성 검증 결과, 인지몰입(β =.200, t=3.034), 행위몰입(β =.192, t=2.902)으로 나타나 운동몰입의 모든 요인은 운동지속의도에 유의한 영향관계가 확인되었다. 결과는 아래의 <표 8>과 같다.

표 8. 운동몰입이 운동지속의도에 미치는 영향

변수	B	SE	β	t	
운동	(상수)	2.518	.247	10.191***	
지속	인지몰입	.211	.069	.200	3.034**
의도	행위몰입	.186	.064	.192	2.902**

F=13.608(p<.001), R²=.104, D-W=2.019

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

IV. 논의

이 연구에서 서핑참가자의 재미요인이 운동몰입과 운동지속의도에 미치는 영향을 알아보 고자 하였다. 도출된 영향관계를 분석한 결과를 중심으로 다음과 같이 논의 하고자 한다.

1. 재미요인과 운동몰입의 영향력 관계

서핑 참여자의 재미요인과 운동몰입 중 인지적 몰입의 관계를 분석한 결과 흥미요인과 사교요인은 인지적 몰입에 유의한 영향력 관계가 확인 되었다. 이와 같은 결과는 서핑 참여활동을 통하여 본인 스스로 즐거움과 흥미를 느끼며 서핑활동 통하여 다른 사람들과의 사교적 욕구를 충족 시킬 때 인지적 몰입이 높아진다는 것을 알 수 있었다. 서핑 참여자에게 흥미와 사교는 참여자체에 행복감을 느끼며 지속적으로 서핑활동에 참여하려는 강한 의지를 보이는 등 서핑에 완전히 빠져들게 할 수 있는 주요한 요인이라 할 수 있다.

서핑 참여자의 재미요인과 운동몰입 중 행위적 몰입의 관계를 분석한 결과 흥미요인, 사교요인, 인정요인은 행위몰입에 유의한 영향력 관계가 확인 되었다. 이와 같은 결과는 서핑활동에 재미를 느끼며 서핑의 실력 향상을 통하여 주위 사람들에게 인정받는 것은 행위적 몰입이 촉진된다고 할 수 있다. 또한, 유튜브나 정보매체를 통하여 서핑에 대한 다양한 기술이나 운동방법을 탐구하고 노력하는 행위들이 나타난다고 할 수 있다.

선행연구를 살펴보면, 축구동호회 회원의 재미요인과 운동몰입의 관계를 규명한 김학권, 윤상영(2020)은 흥미와 사교는 운동몰입 중 인지몰입에 영향관계가 나타났으며 남재준, 조용찬(2019) 시니어골프 선수들의 골프의 재미요인과 몰입의 관계에서 공통적 관심사를 가지고 있는 사람들이 함께 운동할 때 인지, 행위몰입이 나타났다. 현무성과 정기홍(2020)의 윈드서핑 동호인을 대상으로 재미와 몰입의 관계를 규명한 연구에서 동호인들과의 관계 형성은 인지적, 행위적 몰입을 촉진 시킨다고 하였으며, 문병민, 김영수, 김진국(2011)의 스크린골프의 재미요인이 운동몰입의 관계를 규명한 연구에서도 재미요인 중 흥미, 사교, 인정은 운동몰입에 가

장 중요한 요인이라고 하였다.

정기홍(2020)의 대학생을 대상으로 수상스키 수업에서의 재미와 몰입의 관계를 규명한 연구에서 수상스키의 재미를 통하여 수상스키에 대한 집중과 열의를 보이는 행동이 촉진되어 몰입을 경험할 수 있다고 하였으며 최성범과 김호순(2009)의 해양스포츠 참가자의 재미와 몰입에 대한 관계를 규명한 연구에서 해양스포츠참여를 통하여 즐거움과 재미를 느끼게 되면서 운동몰입에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

김가람(2017), 박정호와 정성현(2015), 이수철과 김영재(2006), 한민주(2012)의 재미요인과 운동몰입의 관계 연구에서도 재미요인이 인지몰입과 행위몰입에 유의한 영향력 관계가 나타났다. 이러한 선행연구들은 직·간접적으로 본 연구와 맥락을 같이 한다고 볼 수 있다. 스포츠 활동을 통하여 재미를 느끼면 몰입경험을 높여 주지만 반대로 재미를 느끼지 못하면 중도탈락의 가능성이 높다(Albaum, 1977). 참여자의 서핑에 대한 흥미를 높이기 위하여 기술 수준을 향상 시키며 서핑이라는 공통의 관심을 가진 참가자들의 교류를 활성화 시키고 주요타자의 인정이 운동몰입에 영향을 준다는 것을 확인 할 수 있었다.

하지만 재미요인 중 건강요인은 인지적 몰입과 행위적 몰입에 영향을 미치지 않는 것으로 확인 되었다. 이러한 결과는 서핑의 특성상 계절적 스포츠로 인식되고 바다라는 특수한 환경에 따른 접근성이 떨어져 지속적으로 꾸준하게 운동하기 어렵다는 생각이 반영된 결과라고 할 수 있다.

2. 재미요인과 운동지속의도의 영향력 관계

서핑 참여자의 재미요인과 운동지속의도의 관계를 분석한 결과 흥미요인, 사교요인, 인정요인은 운동지속에 유의한 영향력 관계가 확인되었다. 이와 같은 결과는 남재준(2019)의 중년

여성의 골프 재미요인과 지속행동의도 관계에서도 흥미, 사교, 인정은 지속행동에 유의한 영향을 미친다고 하였고 한빙, 양대승(2020)의 중국태권도 수련생이 지각한 재미와 수련지속의도에서도 긍정적 영향을 미친다고 하였으며, 김광영(2012)의 골프동호인의 재미요인과 스트레스 및 운동지속성의 관계 연구에서도 재미요인은 운동지속성에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 김우기, 김원기(2014)의 수영참여자의 재미, 운동지속, 생활만족에 관한 연구에서도 사교, 인정, 흥미의 재미요인이 운동지속에 긍정적인 영향을 미치며 특히 주위사람들로부터 실력을 인정받는 것이 운동을 지속적으로 참여하는 중요한 요인임을 확인하였다.

고동우(2007)는 재미와 즐거움은 스포츠 참가의 큰 이유이자 특정 활동을 반복하게 하고 지속시키는 역할을 한다고 하였고 Gould & Petlichkoff(1988)는 스포츠 활동에서 즐거움을 느끼지 못하면 중도에 포기할 가능성이 있으며, 운동지속을 위한 재미의 필요성을 제기할 만큼 운동지속에 있어 재미는 중요한 요인이라고 하였다.

따라서 재미요인은 운동지속에 매우 긍정적인 영향을 미치는 요인으로 확인 된 만큼 서핑 참여자들에게 흥미와 성취감을 느낄 수 있는 프로그램 개발에 힘써야 하며 서핑 참여자들에게 자발적인 참여와 참여자들의 사교활동에 대한 노력도 병행해야 한다. 또한 서핑활동을 통한 주요 타자의 적극적인 지지는 성취감과 유능감을 증가시켜 참여동기를 상승시키며 이는 지속적인 서핑참여에 매우 긍정적인 효과로 이어질 수 있음을 인지해야 한다.

3. 운동몰입과 운동지속의도의 영향력 관계

운동몰입과 운동지속의도의 관계를 확인한 결과 운동몰입의 인지적 몰입과 행위적 몰입에 유의한 영향력 관계가 확인되었다. 이는 자신

이 참여하고 있는 운동에 대한 심리적인 기대 즉 운동에 대한 선호, 참여욕구, 인식을 나타내는 인지적 몰입과 자신이 참여하는 운동에 대한 상상적 행위와 관심의 정도를 나타내는 행위적 몰입은 운동지속의도를 결정하는 중요한 요인이라고 할 수 있다.

Wankel(1998)은 스포츠 참가자의 참여지속은 운동몰입이 주된 원인이라 하였고, 빙원철, 송진섭, 윤원정(2019)의 생활체육참가자의 운동몰입과 운동지속의 관계 연구에서도 생활체육 참여를 통한 운동몰입은 만족감과 즐거움 같은 긍정적 정서를 내포하며 이는 운동지속을 이끌어 내는 중요한 동기로 작용한다고 하였다.

김희진, 최은혜(2018)의 대학무용수들의 무용몰입이 무용지속의도의 관계를 규명한 연구에서도 지속적인 무용참가를 위해서 우선적으로 무용에 대한 몰입 수준을 높여 주어야 한다고 제안하였다. 이지혜, 이정학(2018)은 골프참여자의 운동몰입과 지속적 참여의 관계를 규명한 연구에서 운동몰입 수준이 높을수록 참여지속의사와 운동 지속을 강화 시키고 골프참여에서 얻게 되는 운동에 대한 희망, 신념, 믿음을 나타내는 것으로 운동을 지속적으로 수행하게 만드는 강한 내적욕구라고 주장 하고 있어 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

따라서 서핑참가자의 몰입을 높여주면 자연스럽게 지속적 참여로 이어질 수 있다. 이는 서핑참가자의 객관적인 기술 수준과 적절한 과제수준을 제시하였을 때 몰입에 빠져들 수 있으며 비교준거가 본인에게 있을 때 자신의 기술향상을 위하여 노력하고 노력의 결실을 맺을 때 유능감과 성취감을 느낄 수 있다. 이는 다른 상대와의 경쟁보다는 자신의 기술 수준을 객관적으로 인식하며 단계별 자격증이나 노력에 따른 보상을 제공하는 것이 효과적이라 할 수 있다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 서핑참여자의 재미, 운동몰입, 운동지속의도 간 관계를 분석하여 서핑에 지속적 참여가 가능하도록 하는 속성을 파악하고자 하였다. 본 연구에서 도출된 결과로 다음과 같은 결론을 제시하였다.

첫째, 서핑참여자의 재미요인은 운동몰입에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 재미를 통한 서핑 참여는 몰입경험을 높여주며 공통의 관심을 가진 참가자들의 교류를 활성화 시키고 주요타자의 인정이 운동몰입에 영향을 준다는 것을 확인 할 수 있었다.

둘째, 서핑참여자의 재미요인은 운동지속의도에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 서핑 참여자들에게 흥미와 성취감을 느낄 수 있는 프로그램 개발에 힘써야 하며 서핑 참여자들에게 자발적인 참여와 참여자들의 사교활동에 대한 노력도 병행해야 한다.

셋째, 서핑 참여자의 운동몰입은 운동지속의도에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 서핑참가자의 객관적인 기술 수준과 적절한 과제수준을 제시하였을 때 몰입에 빠져들 수 있으며 비교준거가 본인에게 있을 때 자신의 기술향상을 위하여 노력하고 노력의 결실을 맺을 때 유능감과 성취감을 느낄 수 있다.

이상의 연구 결과 및 논의를 바탕으로 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 서핑 참가자들에게 참여지속에 영향을 주는 요인으로 재미와 몰입을 검증하였으나 보다 다양한 변인으로 연구가 진행될 필요성이 있다.

둘째, 서핑참가자가 느끼는 재미, 몰입, 지속요인을 심층적으로 파악하기 위해 서핑참여자, 서핑 업계 관계자를 대상으로 질적 연구를 통한 검증이 필요하겠다.

참고문헌

- 김희진, 최은혜(2018). 대학 무용수들의 무용몰입이 무용지속 의도에 미치는 영향. **한국스포츠학회지**, 16(3), 657-665.
- “양양 서핑관광객 3년간 평균 20%씩 증가” (2021, 2, 2). 강원일보, 12면.
- 강현욱(2019). 서핑참여자들의 인지적 자유감과 심리적 행복감 및 생활만족간의 관계 검증. **한국체육과학회지**, 28(1), 321-332.
- 고동우(2007). **여가학의 이해**. 서울: 세림출판사.
- 김가람(2017). 복싱클럽 참여 학생들의 재미요인이 몰입과 지속행동에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 대학원.
- 김량영(2012). 골프 동호인의 참여동기와 재미, 스트레스 및 운동지속성의 관계. 미간행 박사학위논문. 단국대학교 대학원.
- 김병준, 성창훈(1997). 청소년 스포츠 참가자 심층 이해(1): 스포츠 재미거리. **한국스포츠심리학회**, 8(2), 43-60.
- 김학권, 윤상영(2020). 축구동호회 회원의 재미요인과 운동몰입의 관계에서 신체적 자기효능감의 조절효과. **한국웰니스학회지**, 15(2), 425-436.
- 남재준(2019). 중년여성의 골프재미요인과 지속행동의도 관계에서 여가몰입의 매개효과. **한국엔터테인먼트산업학회**, 13(8), 25-39.
- 남재준, 조용찬(2019). KPGA 챔피언스 투어시니어선수들의 골프재미요인과 여가몰입 및 운동지속의도의 구조관계. **한국체육과학회지**, 28(1), 525-537.
- 문병민, 김영수, 김진국(2011). 스크린골프의 재미요인이 운동몰입경험과 운동지속행동에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 35(4), 31-39.
- 박상훈, 전영록(2014). 해양레저 경험이 재미요인과 행동의도에 미치는 영향. **한국관광산업학회지**, 29(3), 25-43.
- 박수근(2020). 동계스포츠 참가자의 인구통계학적 특성에 따른 재미요인, 스포츠몰입, 지속적인 참여의도 간의 차이연구. **한국체육과학회지**, 29(5), 55-64.
- 박정호, 정성현(2015). 생활체육 수영참가자의 재미요인과 운동몰입, 운동지속과의 관계. **한국사회체육학회지**, 59, 423-435.
- 빙원철, 송진섭, 윤원정(2019). 생활체육 참가자의 운동몰입이 심리적 만족과 운동지속에 미치는 영향. **한국스포츠학회지**, 17(3), 217-231.
- 이병유, 황향희(2008). 수상스키 마니아 수준이 운동중독 및 심리적 웰빙에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 32(4), 177-187.
- 이수철, 김영재(2006). 수상 레저스포츠 재미요인이 운동몰입에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 32(4), 83-92.
- 이지혜, 이정학(2018). 골프 지도자의 감성지능과 비언어적 커뮤니케이션이 신뢰, 운동몰입, 지속적 참여의사에 미치는 영향. **한국여성체육학회지**, 32(3), 1-19.
- 정기홍(2020). 대학생의 수상스키 수업 재미거리가 몰입 및 수업 만족에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 44(4), 93-103.
- 정기홍, 이병찬(2020). 대학 체육수업의 재미거리가 운동몰입에 미치는 영향. **한국유산소운동과학회지**, 18(2), 79-87.
- 정용각(2004). 여가운동 참가자의 스포츠 몰입행동 척도의 타당도 검증. **한국스포츠심리학회지**, 15(1), 1-22.
- 정용각(2008). 레저스포츠 참가자의 기본적 심리 욕구만족, 참여동기 및 지속의도와 관계. **한국사회체육학회지**, 34, 1591-1604.
- 최성범, 김호순(2009). 해양레저스포츠참가자의 재미, 몰입경험, 참가 후 지속행동의 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 33(2), 189-199.
- 한민주(2012). 볼링참가자의 재미요인에 따른 운동몰입경험, 참여만족 및 운동지속행동간

- 의 관계. 미간행 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 한빙, 양대승(2020). 중국 태권도 수련생이 지각한 재미와 수련지속의도의 관계에서 자아탄력성의 매개효과. *무예연구*, 14(1), 163-182.
- “알아두면 재미있는 TMI: 서핑편“(2019, 8, 5). 한화저널.
- 현무성, 정기홍(2020). 대학 윈드서핑 수업의 재미 요인, 운동몰입, 수업만족과의 관계. *한국 웰니스학회지*, 15(4), 539-549.
- 현무성, 정기홍(2020). 윈드서핑동호인의 재미요인이 운동몰입과 지속행동에 미치는 영향. *한국여가레크리에이션학회지*, 44(3), 87-97.
- Albaum, G. (1997). The Likert scale revisited: An alterate version. *Journal of Marketing Research Society*, 5(1), 29-47.
- Gould, D., & Petlichkoff, L. (1988). *Participation motivation and attritionin young athletes*. In F. L. Smoll, R. A. & MaGill, M. J. Ash (Eds), *Children in sports*, 3, 161-178. Champaign, IL; Human Kinetics.
- Marcus, B. H., Selby, V. C., Niaura, R. S., & Rossi, J. S. (1992). Self-efficacy and the stage of exercise behavior change. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63, 60-66.
- Scalan, T. K. & Carpenter, P., Schmidt, G. W., & Simons, J. P. (1993). The spot commitment model: Measurement development for the youth-sport domain. *Journal of sport & exercise Psychology*, 13, 16-38.
- Wankel, L. M. (1998). The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 151-169.