

여자축구동호인의 여가동기, 신체적 자기효능감, 여가만족의 관계

박광범¹ · 이철원² · 서광봉³

¹연세대학교 박사과정 · ²연세대학교 교수 · ³경민대학교 교수

The Relationship among Leisure Motivation, Physical Self-Efficacy and Leisure Satisfaction for Women's football Club Player

Park, Kwangbeom¹ · Lee, Chulwon² · Suh, Kwangbong³

^{1,2}Yonsei University · ³Kyungmin University

Abstract

The purpose of this study is to analyze the relationship between leisure motivation, physical self-efficacy, and leisure satisfaction of Women's football players. In order to achieve the purpose of this study, 291 questionnaires were surveyed. Frequency analysis, correlation analysis, confirmatory factor analysis and structural equation model analysis were conducted by using SPSS 22.0 and AMOS 20.0. The results of this study were as follows. First, leisure motivation partially had a significant effect on physical self-efficacy. Second, physical self-efficacy had a positive effect on leisure satisfaction. Third, leisure motivation partially had a significant effect on leisure satisfaction. In conclusion, this study shows that leisure motivation and physical self-efficacy are important factors in the leisure satisfaction of Women's football players. Recommending football activities to women with physical motivation related to physical fitness improvement and women with confidence in their bodies can be a solution to the shortage of Women's football players pointed out as a problem in this study. In the future, it is judged that various studies targeting women's football players are needed for the development of domestic women's football.

Key words : leisure motivation, self-efficacy, leisure satisfaction, Women's football

주요어 : 여가동기, 신체적 자기효능감, 여가만족, 여자축구

Address reprint requests to : Lee, Chulwon

E-mail: wakeford@yonsei.ac.kr

Received: May, 09, 2021 Revised: June, 02, 2021 Accepted: June, 25, 2021

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

축구는 세계적으로 많은 사랑을 받는 스포츠이다. 관전의 측면이나, 체험의 관점에서나 축구의 인기는 엄청나다. 관전의 측면에서 보면, 남자축구에 대한 관심은 나날이 높아지는 데에 반해 여자축구의 관전은 그렇지 못하다. 한국 여자축구는 아직 올림픽에서 본선에 진출한 적이 없고, FIFA에서 주관하는 여자월드컵에서는 본선에 3회(2003, 2015, 2019) 진출하였다(한국여자축구연맹, 2021). 한국 여자축구 대표 선수들의 선전 덕에 한국에서 여가활동으로 축구를 즐기는 여성들도 계속 증가하고 있다. 이제 여자축구에 대한 사회적인 관심을 엘리트 스포츠에 국한하기보다는 여가활동으로 축구를 즐기는 사람들을 대상으로 확장할 필요가 있는 시기가 되었다.

엘리트 스포츠 발전의 관점에서 한국 여자축구는 여러 문제를 안고 있다. 2019년 연합뉴스 기사는 한국 여자축구가 국제적인 경쟁력을 갖추지 못하는 중요한 이유로 ‘선수 부족’을 언급하였다. 2019년 당시 우리나라의 여자축구 등록선수는 1,497명으로 집계되었으며, 이는 일본 5만1천 명, 중국 2만359명, 호주 11만3천 207명 등과 비교했을 때 매우 적은 수준이라고 볼 수 있다. 이렇듯 상대적으로 적은 인원의 선수들이 활동하는 한국이 월드컵 본선에 3회 진출하고, 영국 프리미어리그 첼시FC에서 활약하고 있는 지소연 선수를 배출했다는 것은 놀라운 일이다. 열악한 국내 여건 속에서 앞으로 지속적인 국제 활동과 좋은 성적을 거두기 위해서는 한국 여자축구의 인지도 향상 및 관심 증대를 위한 노력이 선행되어야 한다. 선수가 부족한 문제를 해결하기 위하여 저변의 확대를 시급히 해결해야 하고, 여자축구에 대한 낮은 인지도를 높이기 위한 노력도 필요하

표 1. 최근 1년간 1회 이상 축구에 참여한 비율

연도	2018		2019		2020	
성별	남성	여성	남성	여성	남성	여성
비율(%)	16.9	0.8	17.6	0.5	8.1	15.6

출처: 문화체육관광부

다. 인지도 향상 및 일반인들의 지속적인 관심을 유도해야 여자축구 선수들의 처우 개선과 직업 안정성에 도움을 줄 수 있기 때문이다(권세영, 임수원, 이원희, 2012).

여가 스포츠 참여의 관점에서 한국 사회에서 여자축구 참여자는 계속 증가하고 있다. <표 1>에 나타난 국민생활체육 참여 실태조사에 따르면(문화체육관광부, 2020), 최근 1년간 한 번이라도 참여한 체육활동으로 축구가 남성은 8.1%, 그리고 여성은 15.6%로 나타났다. 이 수치는 2019년에 발표된 내용과 비교했을 때 남성은 9.5% 하락하고, 여성은 15.1% 증가한 것이다. 남녀가 상반된 증감 추세를 보이는 이유는 2020년에 발생한 코로나19바이러스에 따른 팬데믹 선언으로 인한 사회구성원들의 여가생활에 커다란 변화가 생겼기 때문으로 추론해 볼 수 있다. 여성의 축구 활동이 증가한 이유로 요가나 필라테스 등의 실내 체육시설 이용이 제한됨에 따라 축구 활동이 증가한 것으로 추측해 볼 수 있다.

코로나19바이러스와 여가제약에 대하여 연구한 사혜지, 한지훈(2020)에 따르면, 사람들이 희망하는 여행지는 호텔이나 리조트 같은 실내 시설 대신 야영장이나 캠핑장으로 전환되고 있다. 또한 생활 속 운동 장소도 실내 스포츠 시설은 이용이 감소하고, 골프장, 실외 낚시터, 등산 등의 야외 활동이 증가하고 있음이 나타났다. 코로나19바이러스 상황은 여가활동 참여자들에게 평소에 해보지 않았던 신체활동 경험의 기회를 제공하는 기회로 작용하고 있으며, 이러한 상황에서 여성들의 축구 활동 경험에 대한 연구를 진행하는 것은 엘리트 스포츠의

수준 강화 및 여가활동으로의 여자축구 참여에 대한 의미있는 연구 결과를 도출하는데 도움이 될 것으로 판단된다.

본 연구의 주요 변인으로 선정한 ‘여가동기’는 여가에 참여하는 원인을 설명하는데 필요한 개념이다(Losier, Bourque, & Vallerand, 1993). 여가동기는 여가생활에 참여하는 결정 요인을 뜻하는 것으로, 선행연구에서는 여가활동에 몰입하거나 여가활동 후의 여가만족에 영향을 미치는 중요한 변인으로 다수 이용된다(정용각, 2004; 이만형, 이철원, 조남기, 2004; 이광수, 김관진, 2010). 여성들이 여러 가지 여가활동 중 축구에 참여하는 이유가 무엇인지를 분석하기 위해서 여가동기를 파악할 필요가 있다. 축구 활동을 하기 위해서는 공을 다루는 기술, 신체적 능력, 근력 등의 다양한 요인들이 필요하고, 여러 사람들과 호흡을 맞추며 운동을 해야 하기에(김태운, 2018), 다른 운동 종목과는 차별화 된 여가동기가 작동할 수 있다.

‘신체적 자기효능감’은 축구에 참여하는 여성이 축구 경기 내에서 운동을 수행하거나 기능을 발휘하는 부분에 있어 만족감에 영향을 줄 수 있는 변인이다. 그룹 운동 참여 여성의 신체적 자기효능감이 운동지속 및 생활만족도에 미치는 영향에 대하여 연구한 이진형, 민현주(2021)는 여성의 신체적 자기효능감이 생활만족에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 김상화(2017)는 수영 실력이 우수한 동호인일수록 그렇지 않은 동호인보다 자발적으로 스포츠 활동에 참여하고 운동을 지속하고자 하는 부분이 높게 나타난다고 제시하였다. 선행연구에서 제시하듯이, 신체적 자기효능감은 운동지속, 생활만족 등의 사회심리적 변인과의 관계 분석에 주로 사용되었으며, 이외에도 신체적 자기효능감과 만족도를 분석한 다수의 연구(이건미, 2002; 장지선, 2009; 변주훈, 2010; 최성민, 2012; 허련, 2013)가 진행되었음을 통해 본 연구 모델의 유용성이 입증되었다.

‘여가만족’은 여가활동에 대한 선택과 활동에서 개인이 느끼는 긍정적 감정을 의미하는 것으로(전용수, 2017), 이는 여가활동 후 만족 상태를 측정하는 변인이다(김정훈, 2021). 여가만족은 기대와 활동 후에 충족 여부에 대한 주관적인 개념으로, 여가활동의 유형이나 종목, 동반자, 상황에 따라 다양하게 나타난다(남중현, 양진연, 2013; 김정훈, 2021).

여자축구와 관련된 대부분의 선행연구는 학교에 재학 중인 엘리트 선수나 실업팀에 소속된 여자축구 선수들의 운동능력 향상이나 운동역학적인 부분에 집중되어 있다. 여자축구 활성화를 위한 생활체육 동호회나 대학 동아리 등을 표본으로 하여 진행된 연구는 조현주, 김두한(2020)의 ‘국가별 여자축구 활성화 전략 비교와 시사점’, 장민기, 이근모, 장승현(2019)의 ‘대학여자축구동아리 성장기: 동아리 결성 과정을 중심으로’, 권세영, 임수원, 이원희(2012)의 ‘한국 여자축구 리그의 문제점과 발전 방안’에 관한 질적 접근’ 등으로 최근 10년 이내에 발표된 학술 결과는 5편이 안 되는 것으로 파악되어 매우 부족하다. 본 연구는 이러한 상황에 착안하여 축구 동호회에 참여하는 여성들의 여가 동기, 신체적 자기효능감과 여가만족에 대한 연구를 통하여 여자축구 동호회의 활성화에 대하여 여가학적인 해석을 해보고자 한다.

이계곤, 설진배(2016)는 웨이트트레이닝 프로그램에 참여하고 있는 성인들을 대상으로 진행한 여가활동 참여동기가 신체적 자기효능감에 미치는 영향에 대한 연구를 통해 여가활동 참여동기가 신체적 자기효능감에 부분적인 영향을 미친다고 언급하였으며, 박경숙(2017)은 골프운동에 참여하는 동기와 신체적 자기효능감의 관계를 분석하는 연구를 진행하여 그 관계에 대해 논의한 바 있다.

신체적 자기효능감과 여가만족에 대한 선행 연구는 다소 부족한 실정으로, 노인들의 신체

적 자기효능감과 생활만족도에 관한 연구를 진행한 하춘광, 김효순(2013)은 노인들의 신체적 자기효능감이 만족도에 유의한 영향을 미친다고 언급한 바 있다. 특히, 신체적 자기효능감이 높은 사람이 낮은 사람에 비해 일상생활에서의 성공적인 삶을 유지하는 것이 가능하다고 언급하며, 이것이 곧 만족도와 직결되기 때문에 신체적 자기효능감을 강화시키는 것이 중요한 부분이라고 강조하고 있다.

여가동기와 여가만족의 관계에 대한 선행연구는 하중철, 김현지(2020)가 연구한 노년층의 여가동기와 여가만족의 관계에서 여가동기가 여가만족의 선행변수로 이용되었음을 확인할 수 있으며, 이외에도 대학생들을 대상으로 한 김승수, 김시중(2013)의 연구, 노인여가 활동에 대하여 연구한 현대용, 이훈래(2017) 등 다양한 대상을 선정하여 진행한 연구에서 해당 변인들의 관계 설정에 대한 부분을 확인할 수 있다.

본 연구의 목적은 현재 여자축구동호회에서 활동하는 여성들을 대상으로 여가동기, 신체적 자기효능감, 및 여가만족 세 가지 개념들의 연관성을 측정하고, 도출된 결과를 기반으로 국내 여자축구 동호회 활동의 활성화를 위한 학문적 이론적 근거를 확립하고자 하는 것이다. 이를 위해 도출을 위한 가설 및 모형은 <그림 1>과 같다.

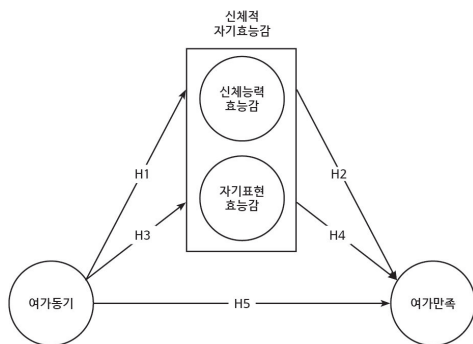


그림 1. 연구모형

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집방법

본 연구의 대상은 축구동호회 활동을 하고 있는 여성 참여자를 모집단으로 선정하였으며 자료 수집 방법으로는 설문지를 활용하였다. 대상 표집 방법은 비확률 표본추출법 중 편의 추출법을 활용하였으며, 코로나19바이러스로 인한 대면 설문조사가 어려운 관계로 네이버 폼(Naver Form)을 활용한 온라인 설문지 제작 및 설문지 링크를 배포하여 자료를 수집하였다. 연구대상자의 특성은 <표 2>와 같다.

표 2. 연구대상자의 개인적 특성

	구분	n	%
나이	20-24세	201	69.1
	25-29세	68	23.4
	30-34세	13	4.4
	35-39세	9	3.1
지역	서울	197	67.7
	경기	63	21.6
	인천	20	63.9
	경남	11	3.8
경력	1년 미만	46	15.8
	1-2년 미만	57	19.6
	2-3년 미만	79	27.1
	3-4년 미만	42	14.4
	5년 이상	67	23.0
참여 빈도	주 1회	123	42.3
	주 2회	134	46.0
	주 3회	11	3.8
	주 4회 이상	23	7.9
참여 시간	1시간 이내	11	3.8
	1-2시간	189	64.9
	2-3시간	80	27.5
	3시간 이상	11	3.8

네이버폼을 통해 제작한 설문 링크는 2021년 3월 3일 ~ 4월 9일까지 서울 및 경기권에 위치한 6개 대학 동아리 및 여자축구 동호회 관련 단체의 대표 또는 활동하는 참여자를 통하여 전달되었으며, 총 297부의 설문을 회수하였다. 이중 응답이 불성실한 설문 6부를 제외한 총 291부(유효표본율 98%)의 설문을 자료 분석에 사용하였다.

2. 연구 도구

1) 설문지의 구성

연구 도구로 사용된 설문지의 구성은 다음과 같다. 첫째, 인구통계학적 특성을 알아보기 위해 나이, 활동지역, 경력, 참여빈도, 참여시간 5 문항으로 구성하였다. 둘째, 여가동기 척도는 Ragheb & Beard(1983)가 개발하여 원형중(1998), 송낙영(2014)이 번안 및 수정하여 사용한 척도를 이용하였다. 하위요인에는 지적요인, 사회적요인, 신체적요인, 휴식적요인 각 5 문항으로 구성되었으며 설문 문항은 리커트(Likert) 5점 척도로 구성하였다. 셋째, 신체적 자기효능감 척도는 Ryckman & Robbin(1982)이 개발한 ‘신체적 자아효능감 척도(physical self-efficacy scale)를 홍선옥(1996)이 번안하여 사용한 척도를 이용하였다. 넷째, 여가만족 척도는 Beard & Ragheb(1980)이 개발한 LLS(Leisure Satisfaction Scale)을 수정 및 보완하여 적용한 사혜지, 이철원, 김민정(2018)의 척도를 이용하였다.

이렇게 구성한 설문지는 대학 여자축구동아리 회원 96명을 대상으로 예비조사(pilot test)를 실시하여, 여가동기, 신체적 자기효능감, 여가만족 척도의 타당도(factor analysis) 검증을 위해 탐색적 요인분석을 실시하였다. 요인추출 방법은 주성분 분석을 활용하였으며, 직교회전방법 중 베리맥스 방법을 사용하였다. 공통요인 추출방법은 고유치(eigen value) 1.0 이상을 기준으로 하였으

며, 요인 값이 .5 이상인 문항을 선택하였다. 또한 요인분석의 적합성 검증을 위해 Bartlett의 구형성 검정과 Kaiser-Meyer-Olkin(KMO) 표준 적합도 검정을 활용하였다.

표 3. 여가동기 요인분석 결과

내용	신체적	사회적	지적
13 신체기량 및 능력 개발	.835	.285	.083
11 요구되는 기량, 능력 개선	.777	.363	.060
14 신체적 건강 유지	.768	.263	-.187
15 체력 증진	.742	.074	.353
6 우호를 증진	.231	.852	.226
7 교류를 목적	.344	.818	-.022
8 우정을 돈독히	.308	.758	.234
2 새로운 생각 실험	.033	-.094	.920
3 지식을 확장	.157	.213	.859
4 새로운 발견	-.021	.373	.717
Eigenvalue	2.734	2.451	2.373
% of Variance	27.336	24.506	23.734
Cumulative %	27.336	51.842	75.576
Kaiser-Meyer-Olkin = .748			
Bartlett's test of sphericity= 547.397 df=45, Sig = .000			

표 4. 신체적 자기효능감 요인분석 결과

내용	신체능력	자기표현
1 반사능력이 뛰어남.	.894	-.003
22 민첩함.	.860	.005
4 체격이 좋음.	.762	.009
13 스포츠에 자신있음.	.753	.096
8 신체 테스트에 자신있음.	.666	.453
20 부주의한 사고를 안 당함	.114	.776
3 목소리가 좋음.	-.016	.755
17 내 신체를 걱정하지 않음.	.030	.527
Eigenvalue	3.146	1.665
% of Variance	39.320	20.816
Cumulative %	39.320	60.136
Kaiser-Meyer-Olkin = .662		
Bartlett's test of sphericity= 294.563 df=28, Sig = .000		

표 5. 여가만족 요인분석 결과

내용	환경적	생리적	사회적
23 시설은 보기 좋음	.783	-.100	.076
24 시설은 잘 꾸며져 있음	.872	.075	.035
21 시설은 깨끗함	.881	-.025	.047
20 건강을 지켜줌	.025	.866	-.089
18 체력을 증진시켜줌	-.128	.854	.149
17 신체능력을 시험해볼수 있음	.037	.843	-.036
10 다른 사람과 밀접한 관계	.020	-.010	.824
12 사람들과 친목 도모	.076	.095	.777
9 다른사람들과 사회적 교류	-.090	.069	.815
Eigenvalue	2.205	2.180	1.987
% of Variance	24.501	24.219	22.074
Cumulative %	24.501	48.720	70.794
Kaiser-Meyer-Olkin = .594			
Bartlett's test of sphericity= 179.808 df=21, Sig = .000			

예비조사를 통해 설문 내용의 적합성과 신뢰성을 검증한 결과, 여가동기 요인에서 요인 적재치가 낮은 문항을 제외한 3개 요인 10문항을 최종 분석에 사용하였다. 동일한 방법을 적용하여 신체적 자기효능감 요인은 최종 2개 요인 8문항, 여가만족 요인은 최종 3개 요인 9문항을 최종 분석에 사용하였다.

2) 설문지의 타당도 및 신뢰도

예비조사를 통해 구성된 설문지는 체육학 전공 교수 1인 및 관련 전공 박사 2명으로부터 내용타당도를 검증받았으며, 측정 도구에 대한 구성타당도 및 신뢰도를 분석하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 결과는 <표6, 7, 8>과 같다.

본 연구의 변수로 설정한 여가동기의 3가지 하위요인, 신체적 자기효능감의 2가지 하위요인, 그리고 여가만족에 대한 하위요인 3가지에 대한 확인적 요인분석 결과, 여가동기 CFI=.937, TLI=.929, RMSEA=.072, 신체적 자기효능감 CFI=.954, TLI=.915, RMSEA=.064, 여가만족 CFI=.961, TLI=.941, RMSEA=.068로 나타나 Hu & Bentler(1999)의 적합도 기준(CFI, TLI=.90 이상, RMSEA=.08 이하)을 만족시켰다. 또한 전체 요인에 대한 집중타당도 검증을 위하여 개념신뢰도(CR)과 평균분산추출값(AVE)을 확인하였다. 그 결과 모든 문항의 개념신뢰도(CR)가 .7 이상으로 나타났고 평균분산추출값(AVE)은 .5이상으로 나타나 집중타당도를 검증하였다. 판별타당도 검증은 변수 간 상관관계가 낮아야 함을 검증하는 것으로 상관계수의 제곱값이 각 요인의 평균분산추출값(AVE)보다 작아야 하며(Fornell & Larcker, 1981)), 본 연구에서는 모두 충족하는 것으로 나타나 판별타당도에 문제가 없음이 검증되었다. 마지막으로 각 요인별 신뢰도를 검증하기 위하여 신뢰도분석을 실시하였으며 Cronbach's α 계수를 산출한 결과 모두 .7이상으로 나타나 신뢰도의 문제가 없는 것으로 나타났다.

표 6. 여가동기 확인적요인분석 및 신뢰도 분석

요인	항목	추정치	표준오차	CR	AVE	α
지적	지적1	.795	-	.884	.957	.841
	지적2	.898	.134			
	지적3	.658	.110			
사회적	사회적1	.816	-	.917	.970	.857
	사회적2	.797	.083			
	사회적3	.761	.087			
신체적	신체적1	.705	-	.916	.977	.746
	신체적2	.800	.069			
	신체적3	.796	.062			
	신체적4	.718	.077			

$\chi^2=339.775, df=32, CFI=.937, TLI=.919, RMSEA=.072$

표 7. 신체적 자기효능감 확인적요인분석 및 신뢰도 분석

요인	항목	추정치	표준오차	CR	AVE	α
신체능력	신체1	.894	-	.943	.988	.857
	신체2	.728	.046			
	신체3	.723	.046			
	신체4	.702	.047			
	신체5	.874	.047			
자기표현	자기1	.697	-	.881	.956	.782
	자기2	.686	.104			
	자기3	.789	.108			

$\chi^2=166.760, df=19, CFI=.954, TLI=.915, RMSEA=.064$

표 8. 여가만족 확인적요인분석 및 신뢰도 분석

요인	항목	추정치	표준오차	CR	AVE	α
사회적	사회1	.624	-	.913	.969	.734
	사회2	.814	.075			
	사회3	.855	.093			
생리적	생리1	.803	-	.907	.967	.809
	생리2	.753	.085			
	생리3	.752	.096			
환경적	환경1	.715	-	.817	.930	.805
	환경2	.639	.159			
	환경3	.725	.164			

$\chi^2=55.875, df=24, CFI=.961, TLI=.941, RMSEA=.068$

3. 자료처리

본 연구는 291부의 설문지를 수집하여 SPSS22.0과 AMOS 20.0프로그램을 이용하여 처리하였다. SPSS 22.0 프로그램을 통해 연구대상자의 개인적 특성을 분석하는 빈도분석과 탐색적 요인분석, 신뢰도분석, 그리고 변인 간의 관계를 알아보기 위한 상관관계분석을 실시하였다. AMOS 20.0 프로그램을 이용하여 확인적 요인분석, 구조방정식 모형 분석을 실시하였다.

III. 결과

1. 상관관계분석

각 요인 간의 구조적인 관계를 분석하기에 앞서 변인 간의 상관성과 다중공선성 파악을 위하여 Pearson의 상관관계 분석을 실시하였다. 분석 결과는 <표9>과 같이 모든 요인에서 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며 모든 수치가 .8 이하로 나타나 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 나타났다.

표 9. 상관관계 분석

요인	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
지적 동기	1					
사회 동기	.322**	1				
신체 동기	.167**	.611**	1			
신체 효능	-.158**	.123*	.170**	1		
자기 효능	.211**	.071*	-.208**	.118*	1	
여가 만족	.195*	-.147*	.124*	.314**	.250**	1

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

2. 연구모형의 적합도 평가

본 연구모형의 적합도를 평가하고 가설 검증을 위하여 AMOS 프로그램을 이용하여 경로분석을 실시하고 인과관계를 분석하였다. 연구모형의 모수를 추정하는 방법으로 최대우도법(Maximum Likelihood: ML)을 사용하여 추정하였다. 검정결과 $\chi^2=180.220$, $df=78$, CFI=.946, TLI=.914, RMSEA=.077로 나타났으며 내용은 <표10>과 같다.

표 10. 연구모형의 적합도 지수

$\chi^2(Q)$	df	TLI	CFI	RMSEA
180.220 (2.310)	78	.914	.946	.069

3. 구조모형 검증

연구모형의 가설을 검증한 결과는 다음과 같다. 첫째, 지적 동기가 신체능력 효능감에 미치는 영향은 경로계수 -.215와 t값 -3.807로 통계적 유의성이 검증되어 채택되었다($p < .001$). 둘째, 사회적 동기가 신체능력 효능감에 미치는 영향은 경로계수 .106과 t값 1.871로 통계적 유의성이 나타나지 않아 기각되었다. 셋째, 신체적 동기가 신체능력 효능감에 미치는 영향은 경로계수 .181과 t값 2.492로 통계적 유의성이 검증되어 채택되었다($p < .001$). 넷째, 지적 동기가 자기표현 효능감에 미치는 영향은 경로계수 .186과 t값 3.612로 통계적 유의성이 검증되어 채택되었다($p < .001$). 다섯째, 사회적 동기가 자기표현 효능감에 미치는 영향은 경로계수 .234와 t값 4.540으로 통계적 유의성이 검증되어 채택되었다($p < .001$). 여섯째, 신체적 동기가 자기표현 효능감에 미치는 영향으로는 경로계수 -.371과 t값 -7.191로 통계적 유의성이 검증되어 채택되었다($p < .001$). 일곱 번째, 신체능력 효능감이 여가만족에 미치는 영향으로는 경로계수 .333과 t값 5.957로 통계적 유의성이 검증되어 채택되었다($p < .001$). 여덟 번째, 자기표현 효능감이 여가만족에 미치는 영향으로는 경로계수 .214와 t값 3.493으로 통계적 유의성이 검증되어 채택되었다($p < .001$). 아홉 번째, 지적 동기가 여가만족에 미치는 영향으로는 경로계수 .156에 t값 2.771로 통계적 유의성이 검증되지 않아 기각되었다. 열 번째, 사회적 동기가 여가만족에 미치는 영향으로는 경로계수 .181에 t값 3.234로 통계적 유의성이 검증되어 채택되었다($p < .001$). 열한 번째, 신체적 동기가 여가만족에 미치는 영향으로는 경로계수 .246과 t값 3.775로 통계적 유의성이 검증되어 채택되었다($p < .001$). 내용은 <표 11>과 같다.

표 11. 연구모형의 경로분석 결과

H	경로	경로계수	S.E	t	채택여부
H1	지적동기 → 신체능력 효능감	-.215	.053	-3.807***	채택
H2	사회적동기 → 신체능력 효능감	.106	.064	1.871	기각
H3	신체적동기 → 신체능력 효능감	.181	.073	2.492***	채택
H4	지적동기 → 자기표현 효능감	.186	.047	3.612***	채택
H5	사회적동기 → 자기표현 효능감	.234	.057	4.540***	채택
H6	신체적동기 → 자기표현 효능감	-.371	.064	-7.191***	채택
H7	신체능력 효능감 → 여가만족	.333	.023	5.957***	채택
H8	자기표현 효능감 → 여가만족	.214	.026	3.493***	채택
H9	지적동기 → 여가만족	.156	.022	2.771	기각
H10	사회적동기 → 여가만족	.181	.026	3.234***	채택
H11	신체적동기 → 여가만족	.246	.031	3.775***	채택

*** α .001

IV. 논의

본 연구는 여자축구동호인을 대상으로 여가 동기, 신체적 자기효능감 및 여가만족 간의 관계에 대해 알아보고자 하였다. 연구 결과에 따르면, 여가동기는 신체적 자기효능감에 부분적으로 영향을 주는 것으로 나타났고, 신체적 자기효능감은 여가만족에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 여가동기는 여가만족에 부분적으로 영향을 주는 것으로 나타났으며, 이에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 여가동기와 신체적 자기효능감의 관계에서 여가동기의 하위요인인 지적 동기는 신체적 자기효능감의 하위요인인 신체능력 효능감(H1)과 자기표현 효능감(H4)에 모두 영향을 주는 것으로 나타났다. 유사한 선행연구를 진행했던 이학일(2014)은 여자축구동호회 참여자의 참여동기가 신체적 자기개념에 미치는 영향에 대한 연구 결과에서 지적 동기와 사회적 동기가 신체에 관련된 자기개념에 대해 유의한 영향을 준다고 하였다. 정승환(2009), 허련(2012) 등도 축구동호인들의 참여동기가 신체적 자기개념에 유의한 영향을 미친다고 결과를 제시하여 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

여가동기의 하위요인인 사회적 동기는 신체적 자기효능감의 하위요인 중 신체능력 효능감

에는 영향을 미치지 않았으나, 자기표현 효능감에는 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자기표현 효능감이란, 자기 스스로가 느끼는 자신감 중에 목소리나 정신적 측면을 포함한다. 자기표현에 대한 능력의 유무는 타인에게 자기능력을 보여주고 싶다는 측면에서 사회적 동기와 연관이 되는 것이다.

여가동기의 하위요인인 신체적 동기는 신체적 자기효능감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 축구뿐만 아니라, 다른 여가활동에서도 신체적 동기는 신체적 자기효능감에 긍정적인 영향을 미치고 있음이 다수의 선행연구에서 제시된다(김홍석, 이승아, 2008; 서지혜, 2012). 전태준, 김이슬, 이건희(2013)는 스포츠 활동이 신체적 자기개념을 향상시키고, 신체적 자기개념의 향상은 생활만족과 행복 등의 심리적 요인에 긍정적인 영향을 미친다고 제시하였다.

둘째, 신체적 자기효능감과 여가만족의 관계에서 신체적 자기효능감의 하위요인인 신체능력 효능감과 자기표현 효능감은 여가만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 청소년이나 대학생, 일반 체육동호회 회원을 대상으로 한 선행연구에서도 비슷한 결과가 도출되어 본 연구의 결과를 지지하고 있다(김기욱, 2021; 최만식, 2017; 박광원, 강현욱, 2016 등). 특히, 축구에 참여하는 여성에게 신체적

자기효능감이 여가만족에 정적인 영향을 미친다는 것은 의미가 있는 결과라고 판단된다. 이는 여성 스스로가 신체적 자신감이 부족하면 축구에 대한 만족도가 떨어질 수 있음을 나타내고 있는 것이다. 강희엽, 이철원, 김형훈(2015)은 여대생들의 진지한 여가, 신체적 자기개념 및 자아성취감의 관계를 규명한 연구에서 자발적으로 축구에 참여한 여대생들의 신체적 자기개념이 높은 수준으로 향상되었음을 언급했다. 운동에 관심을 가지고 스스로 참여하는 과정에서 신체적인 자기개념이 향상된다는 본 연구 결과를 포함한 선행연구 결과들은 국내의 여자축구동호회 활동을 활성화하는데 기여할 수 있다.

셋째, 여가동기와 여가만족의 관계에서 여가동기의 하위요인인 지적 동기는 여가만족(H9)에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과는 기존의 선행연구와는 상이한 결과로, 새로운 지식에 대한 호기심과 갈망에 대한 내용으로 구성되어 있는 지적 동기 요인이 축구 활동을 통한 만족감에는 이어지지 않았다는 것으로 볼 수 있다. 이러한 결과로 유추해 볼 때, 축구 활동에 참가하는 여성들에게 지적 갈망에 대한 동기 부여는 유용하게 작용하지 않는다는 것으로 볼 수 있다.

여가동기의 하위요인인 사회적 동기는 여가만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 여성의 축구 참여와 생활만족에 대하여 연구한 최명수(2007)의 연구에서도 사고지향 요인이 생활만족에 매우 높게 유의한 영향을 미친다고 언급하며 본 연구의 결과를 지지하고 있다. 사회적 동기는 여성들이 축구 활동을 통해 사회적 활동의 영역을 확장하게 도와주고, 이는 생활 만족도를 높여주는 역할을 하는 것으로 판단된다.

여가동기의 하위요인인 신체적 동기는 여가만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 선행연구에 따르면 축구 이외에 다른 여가

활동에서도 여가동기 중 신체적 동기는 여가만족에 긍정적인 영향을 미치고 있음이 제시된다(이진형 등, 2021).

본 연구에서 여가동기, 신체적 자기효능감 및 여가만족에 대한 관계를 분석한 결과, 일부 요인을 제외한 대부분이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 선행연구에서는 신체적 자기효능감과 비슷한 개념인 신체적 자기개념을 주요 변인으로 설정하여 여자축구 동호인을 대상으로 한 연구가 다수 있음(강희엽 등, 2015; 김태운, 2018; 정승환, 2010; 허련, 2013)이 나타났다. 본 연구와 선행연구들이 신체활동은 자신에 대한 존중감이나 신체 능력에 대한 자신감에 긍정적인 영향을 준다는 것은(전태준 등, 2013) 앞으로의 여자축구동호인들의 여가활동 성향을 해석하는 데에 도움을 줄 수 있다고 판단된다.

V. 결론

본 연구는 여자축구동호인들의 여가동기, 신체적 자기효능감 및 여가만족의 관계를 분석하는 데에 목적이 있다. 연구 결과를 종합하여 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 여가동기는 신체적 자기효능감에 부분적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 축구에 참여하고 있는 여성 동호인의 여가동기가 신체적 자신감으로 이어진다는 것으로 볼 수 있다. 신체적 건강과 체력 증진을 위한 신체적 동기가 있는 여성에게 적절한 축구 경험을 할 수 있도록 환경을 조성한다면 여자축구 동호회들의 활성화에도 도움이 될 수 있다.

둘째, 신체적 자기효능감은 여가만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 자기신체에 대한 자신감을 가지고 있는 사람일수록 축구에 대한 여가만족을 더욱 많이 느낀다는

것으로 판단해볼 수 있다. 신체적 자기효능감은 몸 관리를 어떻게 하는지에 따라 달라질 수 있는 심리적 요인이다. 건강해지고자 하는 의지와 체력 향상에 관련된 신체적 동기를 지닌 여성은 축구를 통해 몸이 향상됨을 느낄 수 있다. 결과적으로, 신체적 자기효능감이 높아질수록 여가만족이 높아질 수 있음이 연구 결과를 통해 나타났다.

셋째, 여가동기는 여가만족에 부분적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 축구는 11명이 함께 뛰어야 하는 팀 스포츠이고, 넓은 그라운드를 계속 뛰어야 하는 고강도의 운동이다. 축구는 함께 운동하는 동료들과 친분을 나눌 수 있는 장점이 있고, 신체적으로도 건강해지고 체력이 좋아지는 데에서 오는 만족감을 느끼기 쉽다.

추후 연구를 위하여 2가지 연구 제언이 가능하다. 첫째, 여자축구동호회 참여자들의 여가동기, 신체적 자기 효능감과 여가만족에 대한 질적 연구가 필요하다고 본다. 여자축구동호회 참여자들이 여가활동을 통하여 어떤 의미를 느끼는지가 여자축구동호회 활동을 이해하는 데에 중요하다고 본다.

둘째, 여자축구동호회의 여가동기와 관련된 다른 변인으로 재미, 회복탄력성, 생활만족, 여가촉진, 여가협상 전략 등의 변인들의 구조적 관계 혹은 매개 효과를 분석하는 연구가 필요하다. 이를 통하여 상술하였듯이 국내 여자축구 엘리트 스포츠와 여가활동으로의 여자축구의 발전을 모색할 수 있다고 사료된다.

참고문헌

강희엽, 이철원, 김형훈(2015). 축구 참여 여대생의 진지한 여가, 신체적 자기개념 및 자아성취감의 관계. *여가학연구*, 13(4), 39-56.
권세영, 임수원, 이원희(2012). 한국 여자축구 리그

의 문제점과 발전 방안에 관한 질적 접근. *한국체육학회지*, 51(2), 63-76.
김기욱(2021). 초등학생의 축구활동이 신체적 자기효능감 및 학교생활 만족도에 미치는 영향. 석사학위논문, 동국대학교 교육대학원.
김상화(2017). 수영 동호인들의 생활체육 참여에 따른 신체적 자기효능감과 운동지속. 미간행 석사학위논문, 영남대학교 교육대학원.
김승수, 김시중(2013). 대학생의 여가활동 동기가 생활만족에 미치는 영향 연구-여가몰입의 조절효과를 중심으로. *관광경영연구*, 17(1), 53-74.
김정훈(2021). 호텔종사원의 여가동기, 여가만족 및 직무만족의 관계 연구. *Tourism Research*, 46(1), 161-180.
김태운(2018). 축구동호회 참가자들의 운동스트레스와 신체적 자기효능감의 관계에서 운동몰입의 조절효과. *한국체육과학회지*, 27(2), 347-360.
김홍석, 이승아(2008). 대학생들의 운동참여와 신체적 자기개념의 관계. *한국체육과학회지*, 17(2), 119-128.
남중헌, 양진연(2013). 헬스케어 여가인지가 여가태도 및 여가만족에 미치는 영향. *Tourism Research*, 38(3), 99-116.
문화체육관광부(2018). 2018 국민생활체육 참여 실태조사 보고서.
문화체육관광부(2019). 2019 국민생활체육 참여 실태조사 보고서.
문화체육관광부(2020). 2020 국민생활체육 참여 실태조사 보고서.
박광원, 강현욱(2016). 스포츠클럽 활동 청소년의 공격성이 사회적지지, 자기효능감 및 학교생활적응간의 구조적 관계 검증. *한국체육과학회지*, 25(4), 397-411.
박경숙(2017). 골프운동 참여동기가 신체적 자기효능감과 여가만족에 미치는 영향. *대한치료과학회지*, 9(1), 39-49.

- 박철홍(2019.09.18.). 여자축구 등록선수 감소...최경환 의원 “저변확대·투자 나서야” 연합뉴스.
원문: <https://www.yna.co.kr/view/AKR20190918121000054>
- 변주훈(2010). 여성 그룹운동 참여자의 운동중독, 신체적 자기효능감 및 생활만족도에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 국민대학교 교육대학원.
- 사혜지, 이철원, 김민정(2018). 액티브 시니어 여성들의 여가만족, 스트레스 관련 성장 및 행복감의 관계. 한국체육학회지, 57(1), 369-378.
- 사혜지, 한지훈(2020). 코로나19와 여가제약: 위계적 여가제약 모델 검증. 한국체육과학회지, 60(1), 387-400.
- 서지혜(2012). 대학생의 운동참가에 따른 신체적 자기개념과 운동정서 관계. 한국체육과학회지, 21(6), 1035-1050.
- 송낙영(2014). 공공체육시설 이용자의 여가동기와 지역사회 애착도 및 운동지속도의 관계. 석사학위논문, 한국체육대학교 사회체육대학원.
- 안홍석(2015.06.22.). ①기적 이룬 여자축구...이변을 실력으로. 연합뉴스.
원문: <https://www.yna.co.kr/view/AKR20150622012600007>
- 원형중(1998). 성인근로자의 여가활동 참여동기와 제약요인에 관한 기본 연구. 한국체육학회지, 37(2), 369-386.
- 이건미(2002). 한국무용이 노인여성의 신체적 자기효능감과 생활만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 용인대학교 일반대학원.
- 이계곤, 설진배(2016). 스포츠 여가활동 참여동기 및 참여정도가 신체적 자기효능감과 생활만족에 미치는 영향. 사회과학연구, 27(4), 3-24.
- 이광수, 김관진(2010). 대학생의 여가스포츠 참여동기와 라이프스타일이 여가만족, 여가몰입 및 자아존중감에 미치는 영향. 한국여가레크리에이션학회지, 34(2), 59-70.
- 이만형, 이철원, 조남기(2004). 전업 주부의 여가활동 및 여가 장애. 한국체육학회지, 43(6), 821-834.
- 이진형, 민현주(2021). 그룹운동 참여 여성의 신체적 자기효능감이 운동지속 및 생활만족도에 미치는 영향. 코칭능력개발지, 23(1), 55-63.
- 이학일(2014). 여성축구동호회 참여자의 참여 동기가 신체적 자기개념에 미치는 영향. 스포츠과학논문집, 26, 65-80.
- 장지선(2009). 필라테스 참여가 신체적 자기효능감과 생활만족도에 미치는 영향. 미간행 석사학위논문. 서강대학교 교육대학원.
- 장민기, 이근모, 장승현(2019). 대학여자축구동아리 성장기: 동아리 결성과정을 중심으로. 한국스포츠사회학회지, 32(1), 35-46.
- 정승환(2010). 축구동호회 참여자의 참여 동기와 몰입경험이 신체적 자기개념에 미치는 영향. 박사학위논문. 부산대학교 대학원.
- 전용수(2017). 호텔 종사원의 여가동기가 여가만족과 정서적 생활만족에 미치는 영향. 관광레저연구, 29(10), 239-256.
- 전태준, 김이슬, 이건희(2013). 벨리댄스 참여자의 신체적 자기개념, 신체적 자기효능감, 심리적 안녕감의 관계. 한국체육과학회지, 22(5), 693-703.
- 정용각(2004). 여가운동 참가자의 스포츠 몰입 행동 척도의 타당도 검증. 한국스포츠심리학회지, 15(1), 1-21.
- 조현주, 김두한(2020). 국가별 여자축구 활성화 전략비교와 시사점: 영국, 미국, 독일, 호주를 중심으로. 한국융합과학회지, 9(4), 74-92.
- 최만식(2017). 유소년스포츠클럽 참여자의 신체적 자기효능감, 학교생활적응, 사회적 능력의

- 인과적 관계. *한국사회체육학회지*, 70, 475-488.
- 최명수(2007). 여성의 생활체육 축구 참여와 생활 만족에 관한 연구. *한국사회체육학회지*, 29, 837-848.
- 최성민(2012). 김도 수련자의 신체적 자기효능감과 생활만족도에 관한 연구. 미간행 석사 학위논문. 계명대학교 교육대학원.
- 하중철, 김현지(2020). 노년층의 여가동기, 여가물 입, 여가만족 및 여가지속의 영향관계 연구. *관광레저연구*, 32(12), 391-416.
- 하춘광, 김효순(2013). 노인여가시설 여가프로그램 이용 노인들의 신체적 자기효능감과 생활만족도 연구. *한국여가레크리에이션학회지*, 37(1), 1-12.
- 한국여자축구연맹(2021.4.24.). 국제대회결과. <http://kwff.or.kr/418>
- 허련(2013). 생활체육 축구동호인의 참여 동기, 신체적 자기효능감 및 생활만족도의 관계. 미간행 석사학위논문. 국민대학교 교육대학원.
- 현대용, 이훈래(2017). 노인여가활동의 동기요인이 여가 만족도에 미치는 영향분석. *한국정책과학학회보*, 21(1), 25-51.
- 홍선옥(1995). 운동참여가 신체적 자기효능감과 성역할 유형 변화에 미치는 영향. 미간행 박사학위논문. 부산대학교 대학원.
- Beard, J., & Ragheb, M. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20.
- Fornell, C., & Larcker, D. F.(1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of marketing research*, 18(1), 39-50.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M.(1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
- Losier, G. F., Bourque, P. E., & Vallerand, R. J. (1993). A Motivational Model of Leisure Participation in the Elderly. *The Journal of Psychology*, 127(2), 153-170. doi:10.1080/00223980.1993.9915551
- Puhak, J. (2020, March 17). *The gyms and fitness chains closed during the coronavirus pandemic-And what some are offering instead.* Fox News. <https://www.foxnews.com/lifestyle/coronavirus-gym-fitness-chains-closed-pandemic>
- Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1980). *Leisure satisfaction: concept, theory, and measurement*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas.
- Ryckman, R. M., Robins, M. A., Thomton, B., & Cantrell, P. (1982). Development and Validation of Physical Self-efficacy Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(5), 891-900.